



26.10.2012. Més de 350 professionals de la infermeria d'atenció primària es reuneixen des d'ahir a Sitges al XI Congrés de l'Associació d'Infermeria Familiar i Comunitària de Catalunya, que agrupa gairebé 1.000 associats.

ELS PROFESSIONALS D'INFERMERIA DE FAMÍLIA S' AUTO AVALUEN CRITICAMENT SOBRE ELS SEUS HÀBITS SALUDABLES

- ✓ Des d'ahir Sitges acull el Congrés bianual dels infermers/es que treballen en els centres d'atenció primària de Catalunya.
- ✓ Els professionals sanitaris s'han auto avaluat sobre els seus hàbits saludables i observen que quan practiquen exercici ho fan bàsicament pel benestar físic i psíquic, i la raó principal perquè no practiquin esport és per falta de temps i mandra.
- ✓ Majoritàriament fumen i destaquen que la principal motivació per deixar el tabac entre els sanitaris de l'atenció primària és la salut, el suport d'altres persones i la força de voluntat. Un 71% no utilitza cap mètode per ajudar-se a deixar de fumar.

Promouen hàbits saludables, però el personal d'infermeria fuma? I fa esport?

Sí, fumen. Però menys. El nombre de sanitaris que fumen ha disminuït de forma important en els últims anys, però, un estudi recent realitzat a 53 professionals de la salut (39% infermeres, 33% metges, i 28% altres treballadors) mostra que encara un **35.1% de les infermeres fuma i un 24.5% dels metges també.**

La principal motivació per deixar de fumar és la pròpia salut. De fet, un 39% dels enquestat va dir que ha fet algun intent de cessació, i un 32% ho ha intentat entre 2 i 4 vegades. Per **Paola Méndez**, infermera del CAP Girona 2 (Can Gilbert del Pla) i membre de l'AIFICC *"ens ha sorprès veure que el 71% no ha utilitzat cap mètode per ajudar a deixar de fumar"*. La pròpia salut, el suport d'altres persones i la força de voluntat són les principals motivacions dels sanitaris per deixar de fumar.

D'altra banda, en un estudi realitzat sobre 56 professionals sanitaris de l'atenció primària, poc més de la meitat dels enquestats diuen que practiquen exercici físic. De fet, els resultats d'aquest estudi es presenten avui i demà al XI Congrés que l'Associació d'Infermeria Familiar i Comunitària de Catalunya (AIFICC) fa a Sitges. Entre altres conclusions, l'estudi indica que la manca de temps i la mandra són els principals motius per no practicar-lo. Amb tot, **María Luz, Anna i Teresa** infermeres i investigadores, reconeixen que *"tenir interès per l'esport no vol dir que es practiqui"*. Entre els professionals de l'Atenció Primària que practiquen esport el principal motiu per fer exercici és el benestar físic i psíquic que comporta, així ho indiquen un 78.1%, mentre que un 62.5% diu que el practica per millorar la salut. Un 43.7% diu que ho fa perquè li agrada, un 18.7% per passar l'estona, i un 9,38% perquè té problemes de salut.

Entre les raons que esgrimeixen per no fer esport està en primer lloc la manca de temps (41.67%), la mandra (33.33%), que no els agrada fer esport (8.33%) o que ja caminen (12.5%).

Les autores de l'estudi conclouen que *"la coherència i la congruència cognitiva entre el que pensem, fem i diem els professionals sanitaris és clau pel que fa a la motivació dels pacients. És difícil aconsellar fer esport si nosaltres no en fem"*.

Les activitats de la infermeria de primària

La infermeria de primària està present en els centres de salut des de l'any 1984 amb la reforma de l'Atenció Primària a Espanya. A Catalunya actualment hi ha unes 5.000 infermeres que treballen en l'atenció primària, un 80% ho fa en CAPs de l'Institut Català de la Salut i un 20% en altres institucions sanitàries.

La infermeria d'atenció primària és una peça clau en el sistema català de salut. És l'agent responsable de la promoció de la salut i la prevenció de les malalties. **Elvira García**, gerent de l'AIFICC defineix la seva tasca assistencial com *"un **continuum assistencial** perquè fem seguiment de les persones des del naixement fins a la mort"*.

Les seves tasques es reparteixen fonamentalment entre la consulta, el domicili i l'atenció comunitària. A la consulta atenen persones amb malalties cròniques, amb patologies complexes, fan cures de nafres i ferides, ajuden a la deshabitació del tabac o realitzen, entre d'altres tasques, proves com: espirometries, anàlisi de sang, etc.

L'atenció en domicili suposa una tasca important per a la infermeria de primària, ja que un 20% de la població que tenen assignada major de 75 anys ha de ser visitada a domicili perquè són pacients que solen presentar importants problemes de mobilitat.

També fan promoció de la salut i prevenció de la malaltia, mitjançant intervencions educatives en espais comunitaris, participen en el programa Salut i Escola del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, o ofereixen a grups de persones amb problemes de salut educació sobre la seva malaltia .