



26.10.2012. Más de 350 profesionales de la enfermería de atención primaria se reúnen desde ayer en Sitges en el XI Congreso de la Asociación de Enfermería Familiar y Comunitaria de Cataluña (AIFICC), que agrupa casi 1.000 asociados.

LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DE FAMILIA SE AUTO EVALUAN CRÍTICAMENTE SOBRE SUS HÁBITOS SALUDABLES

- ✓ Desde ayer Sitges acoge el Congreso bianual de los enfermeros / as que trabajan en los centros de atención primaria de Cataluña.
- ✓ Los profesionales sanitarios se han auto evaluado sobre sus hábitos saludables y observan que cuando practican ejercicio lo hacen básicamente por el bienestar físico y psíquico, y la razón principal para que no practiquen deporte es por falta de tiempo y pereza.
- ✓ Mayoritariamente fuman y destacan que la principal motivación para dejar el tabaco entre los sanitarios de la atención primaria es la salud, el apoyo de otras personas y la fuerza de voluntad. Un 71% no utiliza ningún método para ayudarse a dejar de fumar.

Promueven hábitos saludables, pero ¿el personal de enfermería fuma? ¿ Y hace deporte?

Sí, fuman. Pero menos. El número de sanitarios que fuman ha disminuido de forma importante en los últimos años, sin embargo, un estudio reciente realizado a 53 profesionales de la salud (39% enfermeras, 33% médicos, y 28% otros trabajadores) muestra que aún un 35.1% de las enfermeras fuma y un 24.5% de los médicos también.

La principal motivación para dejar de fumar es la propia salud. De hecho, un 39% de los encuestado dijo que ha hecho algún intento de cesación, y un 32% lo ha intentado entre 2 y 4 veces. Por **Paola Méndez**, enfermera del CAP Girona 2 (Can Gilbert del Plan) y miembro de la AIFICC *"nos ha sorprendido ver que el 71% no ha utilizado ningún método para ayudar a dejar de fumar"*. La propia salud, el apoyo de otras personas y la fuerza de voluntad son las principales motivaciones de los sanitarios para dejar de fumar.

Por otra parte, en un estudio realizado sobre 56 profesionales sanitarios de la atención primaria, poco más de la mitad de los encuestados dicen que practican ejercicio físico. De hecho, los resultados de este estudio se presentan hoy y mañana en el XI Congreso que la Asociación de Enfermería Familiar y Comunitaria de Cataluña (AIFICC) hace en Sitges. Entre otras conclusiones, el estudio indica que la falta de tiempo y la pereza son los principales motivos para no practicarlo. Con todo, **María Luz, Ana y Teresa** enfermeras e investigadoras, reconocen que *"tener interés por el deporte no quiere decir que se practique"*.

Entre los profesionales de la Atención Primaria que practican deporte el principal motivo para hacer ejercicio es el bienestar físico y psíquico que conlleva, así lo indican un 78.1%, mientras que un 62.5% dice que lo practica para mejorar la salud. Un 43.7% dice que lo hace porque le gusta, un 18.7% para pasar el rato, y un 9,38% porque tiene problemas de salud.

Entre las razones que esgrimen para no hacer deporte está en primer lugar la falta de tiempo (41.67%), la pereza (33.33%), que no les gusta hacer deporte (8.33%) o que ya caminan (12.5%).

Las autoras del estudio concluyen que *"la coherencia y la congruencia cognitiva entre lo que pensamos, hacemos y decimos los profesionales sanitarios es clave en cuanto a la motivación de los pacientes. Es difícil aconsejar hacer deporte si nosotros no hacemos"*.

Las actividades de la enfermería de primaria

La enfermería de primaria está presente en los centros de salud desde el año 1984 con la reforma de la Atención Primaria en España. En Cataluña actualmente hay unas 5.000 enfermeras que trabajan en la atención primaria, un 80% lo hace en CAPs del Instituto Catalán de la Salud y un 20% en otras instituciones sanitarias.

La enfermería de atención primaria es una pieza clave en el sistema catalán de salud. Es el agente responsable de la promoción de la salud y la prevención de las enfermedades. **Elvira García**, gerente de la AIFICC define su tarea asistencial como "*un **continuum asistencial** porque hacemos seguimiento de las personas desde el nacimiento hasta la muerte*".

Sus tareas se reparten fundamentalmente entre la consulta, el domicilio y la atención comunitaria. En la consulta atienden a personas con enfermedades crónicas, con patologías complejas, hacen curas de llagas y heridas, ayudan a la deshabituación del tabaco o realicen, entre otras tareas, pruebas como: espirometrías, análisis de sangre, etc.

La atención en domicilio supone una tarea importante para la enfermería de primaria, ya que un 20% de la población que tienen asignada mayor de 75 años debe ser visitada a domicilio porque son pacientes que suelen presentar importantes problemas de movilidad.

También hacen promoción de la salud y prevención de la enfermedad, mediante intervenciones educativas en espacios comunitarios, participan en el programa Salud y Escuela del Departamento de Salud de la Generalitat de Cataluña, u ofrecen a grupos de personas con problemas de salud educación sobre su enfermedad.