

Pirineus Digital, 24/03/23

Una trentena de professionals sanitaris del Pirineu es formen per promoure hàbits saludables entre els pacients

Alp acull aquests dies el Curs Formatiu d'Intervencions per a la Promoció d'Estils de Vida Saludable en el Malalt Complex



Un moment de la formació per promoure hàbits saludables. / M.F.C.

MARIA FORMENTI COSP (Alp).- Una trentena de professionals sanitaris del Pirineu participen, des del passat dimecres i fins aquest dissabte, al Curs Formatiu d'Intervencions per a la Promoció d'Estils de Vida Saludable en el Malalt Complex, que se celebra a Alp. L'activitat s'organitza per primer cop al territori amb el propòsit que els assistents adquireixin habilitats per promocionar estils de vida saludables i que, d'aquesta manera, tinguin més eines per prescriure activitat física i hàbits alimentaris saludables a l'hora de millorar el benestar emocional de les persones amb patologia crònica.

L'organitzadora i infermera UME de l'Hospital de Cerdanya, Marta Prats, ha explicat que l'objectiu és "donar eines i que els professionals coneguin les

intervencions de tres àmbits, l'activitat física, salut mental positiva i hàbits nutricionals". Així, ha afegit que "a partir del coneixement d'aquestes tres intervencions les puguin aplicar en el seu dia a dia per millorar la salut dels pacients, perquè els pacients siguin cada cop més autònoms i tinguin més control sobre la seva salut". En concret, se'ls ofereixen eines en línia i se'ls informa de quins recursos poden utilitzar i que els puguin ser útils a la consulta.

Des de l'organització detallen que un 50% de les malalties de patologia crònica complexa com són l'obesitat, la diabetis, la hipertensió o alguns càncers venen determinades per l'estil de vida i que, per aquest motiu, és tan important millorar-lo.



Un moment de la formació per promoure hàbits saludables. / M.F.C.

Al llarg d'aquests dies s'han donat consells alimentaris en el seguiment de malalties cròniques, models de prescripció d'activitat física o s'ha parlat de com afrontar una malaltia, entre molts altres conceptes.

La formació està alineada amb les directrius del Pla de Salut de la regió sanitària 2021-2025, sobretot en l'àmbit dels professionals. En aquest sentit, la cap d'Atenció al Ciutadà de la regió sanitària de l'Alt Pirineu i Aran, Cristina Subías, ha indicat que "una de les funcions que hi ha dins del Pla de Salut és facilitar l'accés a la formació, la docència i la recerca dels professionals del territori, ja que en zones rurals i aïllades geogràficament presenten més dificultats que en altres territoris". També ha indicat que el pla pretén dur a terme accions no farmacològiques sobre la comunitat, com ara accions de prescripció social".

El curs és totalment interdisciplinari i els assistents són majoritàriament professionals de la medicina i la infermeria, referents de benestar emocional, dietistes-nutricionistes, treballadors socials i fisioterapeutes dels equips d'atenció primària d'Aran, Cerdanya, la Seu d'Urgell, la Pobla de Segur, Tremp i Oliana.

La formació, de 30 hores i que ha omplert les 30 places que tenia ofertes, està promoguda per l'Hospital de Cerdanya, el Servei Català de la Salut, l'Agència de Salut Pública de Catalunya a Lleida i Alt Pirineu i Aran, i ha comptat amb la

col·laboració de l'Institut Català de la Salut i la Universitat de Barcelona, i el finançament de la Diputació de Lleida