

Los buenos cuidados tienen premio



El año 2017 tan recientemente despedido, ha dejado en mi área sanitaria el reconocimiento al trabajo enfermero en forma de dos premios. Los dos están relacionados con el trabajo en equipo y su relación con las personas y la comunidad:

1. La importancia que tiene el trabajo en equipo dentro de la organización del Centro de Salud y su relación con la comunidad, adecuando, orientando e integrando en las agendas los tiempos precisos para la realización de las actividades comunitarias.
2. Trabajo en equipo para la atención en todos los ámbitos de la atención a la persona cuidadora de un familiar en situación de dependencia, humanizando el cuidado en el entorno hospitalario y generando red de cuidadores y banco de horas.

Premio a la "Promoción de la Salud". Una iniciativa de promoción de la salud y autocuidado que inician hace 18 años en consenso con el equipo y se mantiene en el tiempo, desarrollado por las enfermeras de pediatría de Atención Primaria del CS de Las Vegas (Corvera), y que desarrollan tanto en el centro sanitario como en la comunidad y en los centros educativos de su zona para población infantil, de primaria y secundaria. Realizan una valiosa labor como promotoras de salud ya que los hábitos alimentarios y comportamientos sedentarios, así como el inicio de consumo de sustancias adictivas, se desarrollan en la infancia y adolescencia, siendo luego muy difíciles de modificar.

Todas sus intervenciones tienen visos de continuidad por la interacción con la comunidad, que mantienen a través del Consejo de Salud en el que están representados el Centro de Salud, el Ayuntamiento y las Asociaciones locales.

Iniciaron su labor hace 18 años con el "apoyo a la lactancia materna". Ponían así en marcha, un proyecto cuyo objetivo era el diseño y ejecución de un Plan Integral de Fomento de la Lactancia Materna en el Centro de Salud de su comunidad y la estimación del impacto sobre la extensión de la Lactancia Materna, obtuvieron unos resultados positivos que las animó a continuar con el proyecto. A lo largo de los años han ido sumando, poco a poco, otros proyectos como el de Alimentación, higiene y ejercicio basado en la estrategia NAOS, porque de los diez factores de riesgo identificados por la OMS como claves para el desarrollo de las enfermedades crónicas, cinco están estrechamente relacionados con la alimentación y el ejercicio físico: obesidad, sedentarismo, hipertensión arterial, hipercolesterolemia y consumo insuficiente de frutas y verduras, y entendieron que dadas las limitaciones del consejo que realizaban en la consulta por: escasez de tiempo, coincidencia con situación del nerviosismo que dificulta la atención (desnudez, desamparo, incertidumbre, miedo...), consideraron la necesidad de reforzar los consejos en un espacio y situación más amigable, que fuera un espacio conocido para los niños, relacionado con el aprendizaje y que pudieran llegar a un grupo más amplio, en colaboración con el profesorado, enmarcando la actividad dentro del proyecto educativo y con talleres de familias.

Hace 13 años sumaron a las intervenciones en los colegios los Primeros auxilios, hace 8 años la Prevención del consumo de tabaco, educando a los alumnos tanto en la escuela, el instituto y el centro de salud como futuros agentes de salud. Teniendo en cuenta que la OMS refiere que el tabaco es la primera causa evitable de enfermedad, invalidez y muerte prematura en el mundo y

que en la adolescencia el tabaco adquiere una singular importancia, siendo en nuestro país la segunda droga más consumida y la que primero se empieza a utilizar, con una edad media de inicio de 13 años, fijaron con la unidad educativa el compromiso de intervenciones e intentaron abarcar los tres ámbitos: el colegio, la familia y el centro de salud en un intento de unificar los mensajes que los escolares reciben de cada uno de ellos.

Hace 4 años empezaron a trabajar la importancia del lavado de manos con la participación activa de los alumnos en las actividades programadas para el día mundial. Prevención de accidentes y talleres de sexualidad siguiendo el programa de "Ni ogros ni princesas". Todas estas actuaciones nacen de la fluida relación que mantienen con la comunidad educativa.

Con la lactancia materna realizaron educación a 951 mujeres de su zona básica y con la promoción en el ámbito escolar a 5821 alumnos, sus profesores y familias.

También han realizado las mismas intervenciones demandadas desde coordinación en otras zonas básicas de salud donde se pedían intervenciones de forma puntual y donde no teníamos responsables con visión ni orientación comunitaria, pues las intervenciones en consulta ocupaban todo el tiempo.

Premio "IV reconocimiento al Cuidador". Relacionado con los cuidados y la continuidad del cuidado. El programa +CERCA va dirigido a cuidar a las personas cuidadoras de un familiar en situación de dependencia. El programa busca mejorar la calidad de vida del cuidador en su etapa dedicada al cuidado, de la persona dependiente y de su familia mediante un circuito que mejore la atención, atienda sus necesidades restando miedos y resuelva su demanda de formación e información. Se inicia en el ámbito de la atención hospitalaria en el momento de ingreso del familiar por una situación aguda y tiene continuidad porque tras su participación en los talleres de cuidados básicos que se realizan de forma semanal en el hospital, se deriva para participar en los talleres de cuidando al cuidador en Atención Primaria que se están realizando en el ámbito comunitario.

En el momento del ingreso, se determina de manera precoz quién es el Cuidador Principal (CP) y se le invita a formar parte del programa. Se le hace partícipe del plan de cuidados y puede colaborar si lo desea con el personal de enfermería, especialmente en intervenciones que garanticen un entrenamiento en el manejo básico de la situación de salud y cuidados durante su estancia en el Hospital, desechando la práctica de hacerles salir de la habitación. Si accede a formar parte del programa, se le facilitará una tarjeta identificativa que le permitirá libre acceso, un número de teléfono de contacto con la unidad y se favorecerá que permanezca en el hospital el tiempo que sea preciso con horario de acceso no restringido, uso de ascensores de personal y se le invitará a la formación del programa de cuidadores informales del Área Sanitaria, que en su inicio se realiza en el Hospital (cuidados básicos) y posteriormente en Atención Primaria (cuidando al cuidador). Se le facilitará una estancia lo más cómoda posible con información respecto al uso de la "sala de cuidadores" habilitada en una planta del hospital para proporcionar descanso e interacción con otras personas cuidadoras, asegurando su estancia en un entorno amable.

Se realizó formación y se empezó en Junio 2017 en 2 plantas de hospitalización, en Noviembre otras 3 y ahora en Enero 2018 se ofrece en un total de 9 plantas de hospitalización donde existen pacientes adultos dependientes, con una valoración por parte de las 25 personas cuidadoras que han participado hasta ahora muy positiva.

Al final, los dos premios nos muestran algo valioso y muy positivo, y es que desde enfermería se mueven las aspas con fuerza haciendo que soplen los vientos propicios para el cambio y que lleguen huestes partidarias de la educación en autocuidados del individuo y de la comunidad que harán que se cumpla la Carta de Ottawa para la promoción de la salud.

Encarna Fernández Fernández
Coordinadora Continuidad de Cuidados Área III