

Promoció i prevenció des de l'Oficina de Farmàcia

Èric Besora Molins

Coordinador del Col·legi de Farmacèutics a Osona.
Farmacèutic de Sant Quirze de Besora

Degut a l'augment de l'esperança de vida de la població en els darrers anys actualment s'ha de pensar que a més d'afegir anys a la vida, cal "afegir vida als anys" i "afegir salut a la vida". Per tant l'objectiu és aconseguir que els anys que es visquin ho siguin en bona salut, és a dir, lliures de malalties, incapacitats i invalideses i amb les majors potencialitats físiques, mentals i socials.

Per aconseguir aquests objectius l'oficina de farmàcia pot actuar a diferents nivells:

- Individualment considerant els factors de risc que es puguin detectar i sobre els que es pugui intervenir
- En la comunitat col·laborant en els programes que promou l'Administració sanitària sobre promoció de la salut, prevenció de la malaltia i educació sanitària.

Els farmacèutics comunitaris basem la nostra activitat en l'adquisició, conservació i dispensació de medicaments, l'elaboració de fórmules magistrals, el seguiment farmacoterapèutic del pacient i el consell assistit sobre medicaments i problemes relacionats amb la salut. Actualment, gràcies a l'atenció farmacèutica els farmacèutics hem ampliat la nostra activitat i l'hem orientada a altres actuacions sanitàries relacionades amb la millora de la qualitat de vida dels ciutadans.

Els farmacèutics comunitaris estem en una situació òptima per fer activitats de promoció de la salut, ja que tenim una més fàcil comunicació i accés al públic que altres professionals sanitaris. La nostra formació universitària ens permet avaluar la gran quantitat d'informació relacionada amb la salut i, pel nostre contacte diari amb el públic, la podem transmetre amb total comprensió. Per tan els farmacèutics podem educar a la població per tal de disminuir els factors de risc i modificar els comportaments en sentit favorable a la salut. L'objectiu de l'atenció farmacèutica a la comunitat és participar en la promoció i l'educació sanitària en àmbits específics: ús racional dels medicaments (per exemple no abusar dels antibiòtics), la cessació de l'hàbit tabàquic, consells de vacunació, higiene, planificació familiar (consells d'ús de la píndola del dia després), prevenció de la sida, consells alimentaris, consells per prevenir les malalties bucodentals, consells i prescripció d'exercici físic, consells per la prevenció d'accidents...

Catalunya és pionera dins l'Estat espanyol a l'hora d'integrar les activitats preventives a l'oficina de farmàcia seguint una evolució coherent d'integració ordenada de tots els elements existents en el sistema sanitari. En el col·lectiu farmacèutic tenim un compromís clar d'integració, de participació i de responsabilització en un conjunt d'activitats i d'actuacions que tenen com a objectiu el manteniment i millora dels nivells de salut dels ciutadans de Catalunya.

Teràpia a través de la rehabilitació aquàtica

VIC | Redacció.- El local de l'Associació de Disminuïts Físics d'Osona (ADFO) de Vic va acollir el passat dijous 11 de març una conferència sobre rehabilitació aquàtica, organitzada pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.

La conferència, va anar a càrrec d'Eva Cirera, fisioterapeuta responsable de l'activitat aquàtica de l'ADFO i l'Ariadna Pamplona, educadora social responsable de l'àrea de projectes de l'ADFO, que van explicar la utilitat dels exercicis dins de l'aigua per millorar la capacitat funcional de les persones amb dificultats motrius. També es va mostrar com es porta a terme una activitat aquàtica a l'ADFO.

EL PODER DE L'AIGUA

Cirera va parlar de tres conceptes que es poden utilitzar per parlar de l'ús de l'aigua amb finalitats terapèutiques: l'activitat aquàtica, la teràpia aquàtica i la rehabilitació aquàtica. També va exposar quines són les propietats bàsiques de l'aigua, els seus beneficis, alhora que explicava les indicacions i contraindicacions de la teràpia i la metodologia de treball del fisioterapeuta. Cirera afirmava que la rehabilitació aquàtica "ens proporciona un medi de treball diferent i efectiu per tal de dur a terme la rehabilitació funcional en gairebé totes les patologies que tracta la Fisioteràpia". La fisioterapeuta va voler remarcar la importància dels professionals en la teràpia aquàtica, perquè els usuaris que la practiquin realitzin els exercicis adequats per la seva patologia i les seves capacitats.

TERÀPIA AQUÀTICA A L'ADFO

Per la seva banda, l'educadora social, Ariadna Pamplona, va explicar que l'ADFO va introduir la rehabilitació aquàtica l'any 2009, com a resposta a "una necessitat detectada en el col·lectiu". Pamplona, també va explicar a l'audiència que les persones amb afectacions físiques "requereixen una rehabilitació intensa i llarga, i les situacions econòmiques d'aquestes persones, en la seva majoria, no són molt bones, motiu que dificulta i/o els exclou de poder accedir a serveis especialitzats de fisioteràpia".

Les dificultats econòmiques genera, a la vegada, un sedentarisme que provoca més afectacions i lesions a les persones amb dificultats motores.

Amb la finalitat d'oferir una alternativa econòmica a la rehabilitació requerida per les persones amb discapacitat física, l'ADFO va iniciar una activitat de rehabilitació aquàtica, amb l'objectiu d'afavorir el treball en grup entre persones amb capacitats diferents, potenciar la utilització d'espais municipals, potenciar l'autonomia personal i millorar l'autoestima.



alloro!

Saps el que sents?

www.alloro.com

Agència de Protecció de la Salut

Generalitat de Catalunya
Departament de salut

SISO
SISTEMA INTEGRAT DE SALUT D'OSONA

