

SECCIÓ TERRITORIAL DE LA CATALUNYA CENTRAL

Núm. d'acta:

Hora d'inici: 20:45

Data: 29/12/2020

Assistents

Interlocutor/a	XRosa Garcia		
Membres	XLídia Boix	Cristina Juventeny	
	Pau Moreno	Cristina Molas	
Online	X Zara Ochoa	X Pau Ferrés	
	X Eva Vila	X Sandra Rierola	

Ordre del dia

1. Definir la proposta de prescripció social per la COVID-19
2. Objectius de la proposta.
3. Metodologia
4. Proposta per propera reunió

1. Definir la proposta de prescripció social per la COVID-19

Seguim treballant per la proposta de "**Prescripció social per a la COVID-19**". Amb aquesta proposta volem apropar la fisioteràpia a la població, sobretot a la envellida o més vulnerable pel que fa a els efectes de la poca mobilitat o el sedentarisme per la situació actual de la COVID-19.

Creiem que la situació en la que ens trobem ha fet que moltes persones hagin patit una davallada funcional per la inactivitat o la falta de mobilitat sobretot degut al confinament. A més a més, degut a la situació, moltes persones que rebien tractament de RHB o que estaven pendent de fer-ne, van haver de parar aquest tractament o bé no van arribar a iniciar-los.

Així doncs volem elaborar la proposta per tal de fer arribar a la població i sobretot a persones de l'entorn rural que tenen més dificultats per accedir a determinats serveis, com ara la fisioteràpia, i fer acompanyament, educació i prevenció per tal de potenciar l'envelliment actiu i saludable i a més divulgar la funció que té el fisioterapeuta en aquest àmbit.

Tenir un paper per tant, d'Agents de la Salut Pública.

2. Objectius de la proposta.

- Informar de les funcions del fisioterapeuta en la promoció de la salut.
- Fomentar un envelliment saludable, potenciant patrons actius i una mobilitat òptima per tal de millorar la qualitat de vida de la comunitat.
- Educar pacients, familiars, cuidadors i comunitat per tal de minimitzar les conseqüències derivades del confinament. Educació sanitària global: exercicis terapèutics, consells per tractar el dolor, ajudes tècniques que facilitin la mobilitat i evitin el desús afavorint la independència.
- Fomentar l'activitat física
- Crear un espai on explicar, compartir i practicar hàbits saludables entorn el moviment.
- Cocrear.



3. Metodologia

Volem encarar la proposta a realitzar-la com a prova pilot a una població de la comarca d'Osona, que sigui rural i amb certa dispersió dels habitatges. Acordem escollir el municipi de "L'esquirol".

Proposem tres fases d'actuació:

1- EDUCACIÓ:

- Tres tipus de contactes o xerrades:
 - Ajuntaments, administracions comarcals i serveis socials.
 - Professionals de l'atenció primària (Metge/sa i persona responsable de serveis socials).
 - Població, xerrada divulgativa.

L'objectiu d'aquestes xerrades i trobades serà poder arribar a la població amb la col·laboració de les persones responsables tant polítiques com sanitàries i de serveis socials del municipi.

La xerrada que es farà a la població tindrà l'objectius d'educar, acompanyar i informar sobre els efectes que té la immobilitat i per tant, proporcionar informació d'algunes eines per combatre el sedentarisme i l'aïllament social.

Aquestes xerrades amb la població també ens podran servir, o bé per fer una altra trobada per treballar la segona fase de la proposta, o bé aprofitar la mateixa trobada per realitzar-la.

2- **COCREACIÓ:** L'objectiu específic d'aquesta fase serà la de crear una **"Taula rodona sobre com vols rebre l'activitat física!"** Centrant-nos en que siguin les mateixes persones les que expressin com volen aquest acompanyament cap a una vida més activa, i per tant, que es creïn uns objectius compartits.

3- **INTERVENCIÓ** : Es farà depenent del resultat esdevingut de les trobades que es realitzin amb la població.

Tasques a realitzar

Descripció de la tasca	Responsable	Data realització
Guia d'actuació	Comisió COVID	29/12/2020

4. Proposta per propera reunió

Acordem que anirem revisant conjuntament la presentació que farem servir per fer difusió de la proposta a les diferents persones esmentades.

També esperarem a iniciar els contactes, a què el Col·legi aprovi la proposta que presentem i a que ens comuniqui que tindrem el seu suport i les ajudes necessàries, com ara per elaborar material o els contactes més directes si fos necessari.

Tasques pendents de realitzar:

- Ajuntaments (Busca el contacte la Rosa Garcia).
- Atenció primària (?).
- Població (Sandra Rierola i Pau Ferrer).



Tasques a realitzar		
Descripció de la tasca	Responsable	Data realització
Decisió de la progressió de la proposta	comissió COVID-19	29/12/2020

Data propera reunió