Actualitat infermera

Revista col·legial • N. 6/gener-juny 2021 / C. Albereda, 3-5, 3r • 17004 Girona • Tel. 972 20 40 61 • coigi@coigi.cat • www.coigi.cat

Campanya de vacunació

Novetats Consell i Consejo General

COVID persistent

COIGI
Col·legi Oficial d'Infermeres/rs de Girona

COIGI
Col·legi Oficial
d'Infermeres/rs de Girona
JO ET VACUNO,
PER TU, PER TOTS
Les infermeres som un equip i treballem
perquè la vacunació contra la Covid-19 arribi
a la població tan aviat com es pugui.
coigi.cat

Sumari

5 Editorial

ESPAI COIGI

6 Prescripció Infermera
7 Les infermeres catalanes demanen al vicepresident del Govern la millora urgent del marc laboral del col·lectiu
8 Bases Ajut econòmic Màster Promoció Salut
9 Beca COIGI de Recerca i Investigació
10 Darreres notícies sobre el Consejo General de Enfermería
11 Col·laboració mensual a la revista Gidona / Dies Mundials

COMISSIONS

12 Cuidar el nostre sistema immunològic amb les teràpies naturals
13 Com es demostra vàlida una APP i com es comença un projecte d'aquest tipus
14 Relación entre los apósitos y dolor en el cuidado de pacientes adultos con heridas crónicas
18 Llei de l'eutanàsia, què hem de saber les infermeres?

20 Memòria Anual 2020

PROFESSIÓ

26 Fundació Galatea. Entrevista a Rosa Sánchez Balbastre, infermera del programa Retorn
28 Entrevista a Antònia Sabench Surinyac
32 Entrevista a Mireia Candel Serra
33 Entrevista a la Doctora Glòria Reig Garcia
34 COVID persistent, una nova situació clínica a causa del SARS-CoV-2
38 Testimoniatges de vida d'infermeres emblemàtiques en què la vocació supera els riscos de la professió
41 Reflexions d'un infermer. Francesc Moreno
42 Infermeres i programa pla de serveis indidualitzats (PSI): acompanyament i vincle
46 L'impacte de la simulació clínica en la millora de les competències bàsiques i específiques dels i de les estudiants del Grau en Infermeria de la UdG

48 Espai app infermeria

49 Tisores i esparadrap

50 Avantatges i descomptes per als col·legiats

Informació general

ATENCIÓ ALS COL·LEGIATS

Horari d'atenció al públic: del 16 de setembre al 30 de juny, de dilluns a dijous de 9 a 19 h i divendres de 9 a 14 h. De l'1 de juliol al 15 de setembre, de dilluns a divendres, de 8 a 15 h.

Revista *Actualitat Infermera*: revista col·legial que s'envia a tots els col·legiats. Informació i notícies variades sobre la professió infermera.

Pàgina web: www.coigi.cat. La pàgina web del col·legi recull àmpliament tota la informació col·legial en diferents apartats (Formació col·legial, Borsa de treball, Portal de la transparència, Publicacions...)

Biblioteca: el COIGI i la UdG tenen signat un conveni de col·laboració que permet a tots els col·legiats, només amb la presentació del seu carnet col·legial, accedir a totes les biblioteques de la UdG i a tots els serveis que aquestes ofereixin.

Formació continuada col·legial: Per a tots les col·legiats i col·legiades formació online gratuïta 100% i cursos subvencionats.

Xarxes socials:

@coigirona

@coigirona

619 333 692: per entrar al grup COIGI envieu-nos un WhatsApp, i us hi afegirem.

https://www.youtube.com/channel/UCVQhI3pLS4I4jvxJlyRMiDg

COIGirona

Assegurança de Responsabilitat Civil: el COIGI ofereix a tots aquells col·legiats que ho desitgin la possibilitat de contractar una assegurança de responsabilitat civil professional (ARC). Està contractada amb l'asseguradora AMA. Aquesta assegurança permet contractar un segon tram per a llevadores i altres especialistes.

Assessorament professional: tots els col·legiats que estiguin al corrent dels seus deures col·legials poden realitzar les seves consultes d'àmbit professional als nostres assessors. Actualment el COIGI ofereix tres tipus d'assessoraments:

- Assessoria jurídica
- Assessoria fiscal (servei gratuït de declaracions de renda)
- Assessorament en treballs de recerca

Programa de Servei Assistencial: d'ajuda a col·legiades i col·legiats amb problemes psiquiàtrics greus i/o addictius.

Convenis
Amb l'objectiu d'oferir bones ofertes i avantatges als col·legiats, el COIGI té signats diferents convenis de col·laboració amb entitats i empreses gironines. Els tens tots a la web www.coigi.cat.

Jornada IN: jornada anual d'infermeres/rs en què es debat un tema d'interès professional. És una jornada gratuïta i oberta a tothom, que té lloc a la ciutat de Girona.

Diada Internacional de la Infermera: el 12 de maig és el Dia Mundial de la Infermera. El COIGI organitza anualment actes commemoratius per celebrar aquesta Diada.

Premi de Recerca: tres premis a les millors comunicacions i un premi a la millor publicació. Dotació total 3.000 €.

Beca COIGI: beca anual d'investigació dotada amb 3.000 €.

Premi a la trajectòria professional: el Col·legi reconeix cada tres anys la trajectòria professional d'un company o companya proposats per altres companys de la professió.

Fòrum Associació de Col·legis Sanitaris: formada pels col·legis gironins d'infermeres/rs, metges, fisioterapeutes, psicòlegs, veterinaris, farmacèutics i treballadores socials. Aquesta associació té iniciatives comunes i participa conjuntament en el Programa de Promoció de la Salut, que subvenciona DIPSALUT.

CAMPANYA IRPF 2020

Un any més, estem superant les expectatives
Des de fa uns 10 anys, el COIGI ofereix el servei gratuït de la Declaració de l'IRPF. A través de l'Assessoria Fiscal Anper Consultors, els col·legiats i les col·legiades que ho desitgin poden fer la declaració de renda gratuïtament. El servei coincideix amb les dates de la campanya d'Hisenda, entre l'1 de maig i el 31 de juny.
Posteriorment a les dates de la campanya, Anper Consultors ofereix tots els seus serveis a preus reduïts i altres avantatges com el servei d'assessorament per a emprenedors,a tots els col·legiats i col·legiades del COIGI.
Visiteu la seva web: https://anperconsultors.com/

COVID-19: per tal de complir amb les normes de seguretat i higiene, el COIGI es reserva el dret de modificar horaris.
Per venir a la seu col·legial demaneu cita prèvia trucant al 972 20 40 61 o al correu gicoi@coigi.cat

Editorial

L'any 2020 va ser designat per l'Organització Mundial de la Salut com "L'any de la infermera i la llevadora" per celebrar el 200 aniversari del naixement de Florence Nightingale (1820–1910).

A tot el món, organitzacions, associacions professionals, sistemes d'atenció de salut i altres entitats estaven preparades per celebrar totes les contribucions de les infermeres en l'avenç de salut i el benestar de les persones de cada nació. Ningú no s'esperava, però, que el 2020 seria també l'any d'una gran crisi de salut. Avui el món sencer està lluitant contra la pandèmia de covid-19 i en aquest combat les infermeres han estat actuant des del primer moment en primera línia, igual com han fet en dècades anteriors amb altres crisis de salut (grip porcina, èbola, síndrome respiratòria aguda severa...).

Per donar resposta a aquesta emergència social i sanitària, han estat les infermeres les que han liderat la implantació de tots els processos i circuits d'atenció als pacients en els hospitals, als centres de salut i les residències. Han sabut innovar per garantir totes les cures professionals que requerien les persones amb covid i les seves famílies.

Tot i els canvis constants de protocols, les infermeres els han sabut gestionar fent fàcil el que era complex i, una vegada més, han estat al costat de les persones que necessitaven cures, suport i companyia al final de la vida. I han treballat sovint les 24 hores del dia, sense descans, per protegir i mantenir la salut i el benestar dels pacients i de la societat en general.

Després d'aquest any tan complicat, que ha requerit un gran esforç per tot el nostre col·lectiu, ens trobem ara davant la campanya de vacunació massiva de la població, necessària pel control de la pandèmia i per poder recuperar la normalitat. L'impacte de la pandèmia és de tanta magnitud que les vacunes han esdevingut una prioritat sanitària i social de primer ordre.

Quan els mitjans de comunicació informen dels "rècords" aconseguits diàriament en el número de persones vacunades contra la covid, cal recordar que això no seria possible sense els milers d'infermeres i infermers que, desinteressadament, dediquen totes les seves energies i esforços a la campanya d'immunització contra la covid-19 amb l'únic objectiu de consolidar la salut de les persones.

No voldríem finalitzar aquest editorial sense donar les gràcies a totes i tots vosaltres, que formeu part d'aquest col·lectiu que, malgrat la gran tasca que està fent en aquests moments difícils, ingent i absolutament imprescindible, continua essent encara poc reconegut per part de les autoritats.

Junta de Govern

Junta de Govern COIGI i Consell de redacció:
Presidenta:
- Alícia Rey Miguel
Vicepresidenta:
- Sílvia Bardalet Viñals
Secretària:
- Montserrat Jover Mallol
Tresorera:
- Cristina Montero Parés
Vocal 1r:
- Pedro Roura Martí
Vocal 2a:
- Francesca Abulí Picart
Vocal 3a:
- Margarida Franch Ferrer
Vocal 4a:
- Natàlia Ventura Taberner
Vocal 5a:
- M. Pilar Galeas Herrer
Vocal 6a:
- M. Carme Pastor Asperó
Vocal 7a:
- Natalia Samper Sánchez

Edita:
Col·legi Oficial d'Infermeres/rs de Girona
Tel. 972 20 40 61 - 972 20 15 04
C. Albereda, 3-5, 3r
Edifici Fòrum. 17004 Girona
www.coigi.cat - coigi@coigi.cat

Les opinions aquí expressades són de la persona o persones que les signen, i el Col·legi, per tant, no se'n fa responsable.
DL Gi 191-2019

Col·laboració: JC. Negre

Coordinació dels textos:
Ester Ayala Estrella

Fotografies: Totes les fotografies d'Ariadna Creus i Àngel García pertanyen al Banc Imatges Infermeres

Revisió i entrevistes: Marta Costa-Pau

Realització: www.palahi.cat

Fotos portada: Superior: Equip d'infermeres ICO. Centre: Equip d'infermeres ABS St. Joan les Fonts Inferior: Gero Domínguez, infermer del treball (SSIBE)

Fotos contraportada: Infermeres voluntàries Campanya Vacunació Covid-19 (Cadena Ser Girona, 19-05-21). Ikram Boufahne, infermera Fundació Salut Empordà i Carme Arnau, infermera jubilada

Prescripció Infermera

A principi del 2021, es va fer públic als mitjans de comunicació la notícia que les Infermeres "ja podem fer receptes".

Caldria clarificar què significa "receptar" i "prescriure". Prescriure és l'acte de decidir respecte a un producte, un fàrmac, un consell de salut, etc. Receptar és documentar en un paper el que s'ha prescrit.

Les competències infermeres s'han agrupat en aquests grans eixos: procés de cures, prevenció i promoció de la salut, procediments i protocols, atenció a malalts en situacions específiques, comunicació, treball en equip, manteniment de les competències, ètica i aspectes legals i, finalment, compromís professional.

La prescripció forma part de les nostres competències com a professionals. Cal recordar que la prescripció no es limita als fàrmacs, sinó que podem prescriure també una dieta dirigida a resoldre un problema de salut, la pràctica d'exercici (per exemple, caminar 30 minuts 5 vegades a la setmana), un apòsit per la cura d'una úlcera, una pomada per una cremada, indicar una vacuna, etc.

El 2015 es va publicar el RD 954/2015, que va suposar per a les infermeres una greu desconsideració i un menyspreu a la nostra formació, qualificació i experiència. Aquest decret posava les infermeres en una situació d'il·legalitat davant decisions i actuacions de l'activitat diària. Segons aquest decret, la infermera legalment no podia indicar ni un apòsit, ni tan sols un paracetamol en cas de febre.

Posteriorment, la publicació d'un nou decret, el RD 1302/2018, va modificar l'anterior. En aquest nou decret es recupera el respecte cap a la nostra professió, es garanteix la continuïtat assistencial i la situació legal de les infermeres en la prescripció, ja que regula la indicació, ús i autorització de dispensació de medicaments i productes sanitaris d'ús humà per part de les infermeres.

Què podem prescriure les infermeres?

1. Productes sanitaris i medicaments sense recepta mèdica. Podrem prescriure de forma autònoma, atenent a criteris de responsabilitat professional.

2. Medicaments de prescripció mèdica que no requereixen d'un diagnòstic mèdic, ja que es tracta d'actuacions infermeres. Les infermeres actuarem conforme a protocols prèviament establerts entre els professionals i les autoritats pertinents. És el cas de vacunes, material de cures de ferides, analgèsics, etc.

3. Prescripció de medicaments subjectes a diagnòstic i prescripció mèdica. En aquests casos, les infermeres realitzem les cures i el seguiment de les persones ateses. Després del diagnòstic i la prescripció mèdica, les infermeres actuarem conforme a protocols prèviament establerts entre els professionals i les autoritats pertinents.

Amb l'aprovació del decret 180/2019, pel qual es regula el procediment d'acreditació de les infermeres per a l'exercici de la indicació, ús i autorització de la dispensació de medicaments i productes sanitaris d'ús humà, tota infermera que pugui demostrar un any d'experiència pot demanar al Departament de Salut que l'acreditin com a prescriptora. Un cop acreditada, podrà prescriure tant dins el sistema públic com en l'àmbit privat.

En cas de dubtes de com demanar l'acreditació, podeu consultar els tutorials a la pàgina web del COIGI *https://coigi.cat/ca/prescripcio-infermera.html*

Un cop obtinguda l'acreditació, haureu de comunicar-ho als vostres superiors. En cas que treballeu al SISCAT, és el proveïdor qui tramita la gestió del certificat digital amb el COIOGI.

Sara Camps, infermera d'Atenció Primària

Les infermeres catalanes demanen al vicepresident del Govern la millora urgent del marc laboral del col·lectiu i que es dissenyi una estratègia per fer de Catalunya un país saludable

El 15 d'abril, Alícia Rey, juntament amb Estrella Martínez, degana del Consell de Col·legis d'Infermeres i Infermers de Catalunya (CCIIC) i les presidentes dels col·legis de Barcelona i Tarragona respectivament, Paola Galbany i Lluïsa Brull, van participar en la visita institucional que els professionals de la salut van fer al vicepresident del Govern, Pere Aragonès.

A la trobada, les representants infermeres i el vicepresident van coincidir que "*cal apostar per la recerca, l'assistència universal i, sobretot, l'equitat territorial*"; una demanda que Estrella Martínez ja havia fet en primera instància a la presidenta del Parlament, Laura Borràs, el passat 22 de març.

Les representats col·legials van reclamar **que el Govern tingui cura de les seves infermeres**, en clara al·lusió a la precarietat laboral que sotmet al col·lectiu en el marc d'un Sistema de Salut que ni tan sols reconeix la seva **categoria professional com graduades (grup A1)**.

Degana i presidentes, van explicar que **les infermeres i els infermers de Catalunya sempre han respost als esforços extraordinaris que requeria la situació i, molt especialment, en el decurs d'aquesta pandèmia de la Covid-19** que ha fet estralls en un col·lectiu que arrossega **un dèficit de professionals històric**. Un altre dels aspectes tractats ha estat la necessitat de **desenvolupar les especialitats professionals** perquè es convoquin les places corresponents i les infermeres puguin optar a **llocs de treball adients a la seva formació i competències**.

Pel que fa a l'eficiència del Sistema de Salut, des del Consell Català s'ha demanat la **reorganització de les estructures piramidals en altres de caràcter transversal que "*empoderin els professionals de la salut que, en definitiva són els qui fan l'assistència*"**. Una petició que es recollia en el "Decàleg dels professionals de la salut per a la reforma del Sistema de Salut de Catalunya" –signat pels col·legis de salut i el mateix Consell d'Infermeres, el passat 11 de juny– i que reclamava l'acord per a un nou **Pacte per la Sanitat**, que hauria d'anar acompanyat d'una inversió de **5.000 milions d'euros addicionals**, en un període màxim de tres anys. Propostes ben acceptades per Pere Aragonès que ha reconegut que "*la pandèmia ha posat en relleu més que mai la importància i les necessitats del sistema sanitari*".

Una altra de les peticions ha estat la d'un **Pla de Recursos urgent per a l'Atenció Primària i l'Àmbit Hospitalari**, que ja es veuen desbordats per la **represa de proves diagnòstiques i de les cirurgies**, aturades durant la pandèmia. Una atenció que cal agilitar perquè són moltes les persones en situació de malaltia crònica o amb altres patologies que han vist afectada la seva salut per aquests retards.

A més, les infermeres s'han posat a disposició del Govern per ***"fer de Catalunya un país saludable"***, mostrant la seva preocupació per la dificultat que tenen per optar a **ocupar llocs de decisió i lideratge de les Polítiques de Salut**; alhora que han proposat **integrar la infermeria en tots els àmbits de la vida** (social, econòmic, cultural...) per assolir un **nou model de Govern i Governança en Salut**. La Degana del Consell, Estrella Martínez va recordar com l'envelliment de la població està tensant l'assistència sociosanitària i la necessitat d'avançar en la integració d'ambdós àmbits; però també va fer esmena dels riscos d'infants i joves i la necessitat de polítiques de prevenció i de promoció dels hàbits saludables.

A la trobada, també van assistir els representants dels consells i col·legis de Metges, Farmacèutics i Fisioterapeutes de Catalunya.

Foto: ©Govern de Catalunya
Font: Consell de Col·legis Oficials d'Infermeres de Catalunya

Bases Ajut econòmic Màster Promoció Salut

Estàs interessat en l'àmbit de la Promoció de la Salut? T'agradaria formar-te i no saps per on començar?
A la nostra província pots cursar els **Estudis de Màster en Promoció de la salut de la Càtedra de Promoció de la Salut de la Universitat de Girona (UdG)**. I estàs de sort, perquè el COIGi atorga anualment dos ajuts de 1.000 euros per ajudar a finançar la matrícula d'aquests estudis de Màster.

Aquestes beques les concedeix el COIGI gràcies al conveni de col·laboració interdisciplinar per a la Promoció de la Salut a la demarcació de Girona promogut pel DIPSALUT.

Quines són les bases de l'ajut econòmic?
Tenir la voluntat de cursar el Màster de Promoció de la Salut 2021-2022, de la Càtedra de Promoció de la Salut (UdG).
Estar al corrent del deures col·legials amb el COIGI.
Es valoraran els currículums entregats i especialment la motivació per a la investigació i la dedicació en recerca.

Quina documentació cal presentar?
la sol·licitud explicant els motius pels quals es vol accedir a la beca.
El currículum.

Quins compromisos em genera l'ajut econòmic?
A l'inici del Màster s'haurà d'acreditar haver estat admès i aportar còpia de la matrícula/ pagament a la seu del COIGI. Qui no ho aporti quedarà exclòs/a.

En finalitzar la formació se sol·licitarà que es presenti un breu resum del treball de fi de màster a la Jornada IN' que organitza anualment el COIGI. D'aquesta manera contribuïm a la difusió del màster.

Properament es publicaran les bases de l'ajut a la pàgina web del Col·legi.

L'any 2020, malgrat que tot es va aturar a causa de la pandèmia, vam continuar concedint aquests ajuts per al curs 2020-21 i com ja us vàrem informar a l'anterior revista, les col·legiades que l'han obtingut han estat Gemma Caparròs i Emma To.

JORNADA INTERDISCIPLINÀRIA EN PROMOCIÓ DE LA SALUT A LES COMARQUES GIRONINES

Junts sumem en la promoció del benestar!

01 - 02 OCTUBRE 2021 GIRONA

Lloc: Auditori Josep Irla

PROFESSIONALS per la PROMOCIÓ de la SALUT Girona

COPLEFC Col·legi de Professionals de l'Activitat Física i de l'Esport de Catalunya

Més informació a:
http://www.promosalutgirona.org/jornada/
twitter: @PromoSalutGi
Facebook: @promosalutgi

FÒRUM ASSOCIACIÓ DE COL·LEGIS SANITARIS

BECA COIGI de Recerca i Investigació

Infermeres fent recerca
Autoria: Ariadna Creus i Àngel García

Tens un projecte de recerca que necessita un impuls?

Anualment el COIGI convoca, el darrer trimestre de l'any, la **BECA COIGI de RECERCA i INVESTIGACIÓ**. Poden participar-hi com a autors els col·legiats donats d'alta fins a tres mesos abans de la publicació de les bases. El projecte presentat pot fer referència a qualsevol àmbit d'actuació professional infermera. Per tant, no exclou cap context de desenvolupament de les nostres competències. Es descarten els projectes becats anteriorment.

Conscients que la investigació és un àmbit que cal impulsar, als candidats desestimats pel jurat en determinades ocasions se'ls emplaça a millorar certs aspectes del treball per poder-lo tornar a presentar.

La durada de l'ajut és d'un any natural des de la data de la seva acceptació i formalització, i s'estableix un **Contracte de seguiment del treball** que vincula el col·legiat premiat amb el COIGI. En aquest sentit, es designa un coordinador que supervisarà la realització del projecte a través d'una auditoria amb la periodicitat que es pacti entre ambdues parts. El coordinador emetrà informes a la junta de govern col·legial en què es recolliran els avenços de la investigació. En cas d'informe favorable, es procedirà als pagaments que s'escaiguin.

El receptor de l'ajut es compromet a mantenir els contactes i tutories periòdicament amb el coordinador. En finalitzar la investigació, haurà de presentar una memòria que contempli la totalitat del treball i les activitats realitzades, així com els seus resultats, conclusions, discussió i noves línies d'investigació.

L'import de la beca es distribueix en 4 terminis durant la realització de la investigació. Aquests imports podran ser destinats als següents conceptes:

- Contractació de personal.
- Material inventariable, material fungible.
- Despeses per a la utilització d'equips o serveis
- Reproducció o edició de treballs i material bibliogràfic.
- Despeses de viatges i estades relacionades amb la investigació que realitza.

La BECA COIGI de RECERCA i INVESTIGACIÓ 2020 va ser atorgada a la Sra. **Sara Anton Ballesteros**, com a autora principal del treball "**Violència envers la dona en parella: freqüència i impacte en la salut física i psíquica. Més enllà de la Covid-19**"

Finalment, per poder ajudar a visibilitzar la recerca oferim al/la infermer@ premiada la facilitat de presentar tot l'estudi acabat amb resultats a la jornada IN'.

Darreres notícies sobre el Consejo General de Enfermería (CGE)

Després de diverses informacions publicades a diferents mitjans de comunicació, el 3 de març, el CGE va convocar tots el presidents dels Col·legis provincials a una reunió informativa que tenia com a finalitat aportar els aclariments oportuns sobre les irregularitats que havien sortit a la llum.

- El President del CGE, Florentino Pérez Raya, ens va comentar que els anys en què ell ha estat president s'ha aconseguit una reducció de costos de 5,1 milions d'euros. I va afegir que totes les acusacions que rep són un preu a pagar per la seva campanya de neteja i exigència de responsabilitats als anteriors dirigents.

- Seguidament ens va informar de totes les denúncies que ha rebut el CGE, principalment en contra dels germans Jurado González.

Els diferents presidents li van retreure el seu desconeixement dels fets denunciats, ja que van treballar dins la junta anterior i no entenen que no detectessin cap anomalia.

Després d'aquesta reunió, el Col·legi d'Alacant va presentar una moció de censura, que no va secundar cap altre Col·legi, a l'espera de la celebració de l'assemblea de pressupostos.

Aquesta assemblea es va realitzar el 24 de març. Prèviament, la nostra Junta de Govern va convocar una junta extraordinària per decidir l'acceptació o no del tancament dels pressupostos 2019, prorrogats al 2020, i l'acceptació dels pressupostos de 2021.

La junta va decidir votar en contra del tancament de pressupostos 2019 i 2020 per totes les partides no clares que existien, i tampoc va aprovar els pressupostos de 2021 per manca de confiança en la junta actual.

L'acceptació de pressupostos del 2021 va significar una disminució en la quota que cada col·legi provincial paga mensualment al CGE.

A mitjans de maig ens va arribar una circular on ens comunicaven que en una resolució del 4 de maig es desvinculen els antics patrons, entre ells els germans González Jurado, i per tant la Fundació queda novament vinculada al CGE.

Entre octubre i novembre d'enguany s'han de celebrar les eleccions al CGE. Es desconeix si l'actual president es tornarà a presentar, però sí que es preveu que hi hagi altres candidatures alternatives.

Col·laboració mensual a la revista Gidona

Apropant la professió infermera a les dones de Girona

Amb l'objectiu de fer molt més visible el paper de la infermera a les comarques gironines i perquè es un col·lectiu predominantment femení, durant el 2021, el COIGI col·labora mensualment a la revista de divulgació GIDONA, publicant un article sobre l'actualitat més recent i sobre temes rellevants per a les dones.

GIDONA es distribueix gratuïtament al territori Girona. La podeu trobar a molts establiments comercials, consultes mèdiques i altres espais públics. Té una tirada mensual de 80.000 exemplars.

Us podeu subscriure gratuïtament a https: //*www.gidona.cat/*

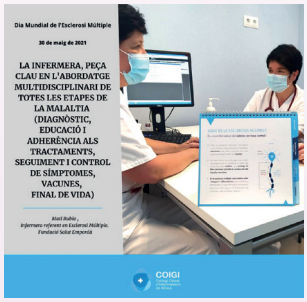
I també podeu seguir-la a través de les seves xarxes socials

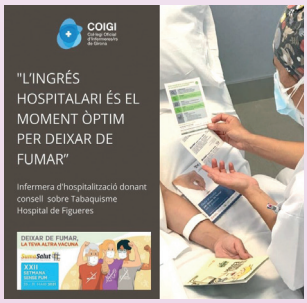
GIDONA

Campanya Dies Mundials

Amb l'objectiu de visibilitzar el paper de la infermera en diferents àmbits relacionats amb temes de salut i continuant amb la sèrie dels Dies Mundials, durant el primer semestre del 2021, aquest cop hem comptat amb la participació de companyes i companys relacionats amb els Dies Mundials que hem anat celebrant.

Us presentem una mostra dels posts que em publicat a les xarxes socials del COIGI.
Moltes gràcies a totes i tots els que heu participat.





Cuidar el nostre sistema immunològic amb les teràpies naturals

Des de la Comissió de Teràpies Complementàries del COIGI hem cregut interessant compartir informació d'utilitat a l'hora de cuidar el nostre sistema immunològic a través de les substàncies naturals.

Avui en dia hi ha molta informació sobre plantes medicinals, però no tota la informació que podem trobar en una cerca a les xarxes socials és adequada. És per això que hem de fer sempre una comparativa i quedar-nos amb aquelles informacions que es basen en una evidència científica. Sabem que hi ha moltes plantes medicinals que tenen substàncies amb efectes antivirals, antiinflamatoris i d'enfortiment del sistema immunològic, però perquè aquestes substàncies tinguin un efecte real i ràpid s'haurien de prendre en quantitats ingents i no tolerables. Per aquest motiu ens interessa fer un treball multisistèmic i de fons, a llarg termini, per començar a crear un context saludable que ens doni una oportunitat d'estar en condicions de fortalesa.

Partint del punt de vista exposat, i des d'un vessant multisistèmic, podem veure que hi ha molts factors que poden influir en la resposta del nostre sistema immunològic, des de factors relacionats amb l'estat emocional, la forma física, els hàbits tòxics, l'adequat descans nocturn o el contacte amb la natura, fins als factors que intervenen en una alimentació balancejada.

L'alimentació equilibrada és la que, entre altres coses, incorpora els prebiòtics presents en les fibres, així com els probiòtics presents en els aliments fermentats de manera natural. Els probiòtics contribueixen a la diversitat i enfortiment de la nostra flora intestinal simbiòtica, que està relacionada amb la nostra resposta immunològica.

Dintre d'una alimentació balancejada hem de trobar el plaer de gaudir de les accions saludables que podem anar incorporant de manera habitual i senzilla, com per exemple les infusions. Sabem que hi ha certes plantes i aliments que tenen una acció beneficiosa i moduladora per al nostre sistema immunològic. Per exemple, consumir productes fitoteràpics ens pot ajudar a reforçar el sistema immunològic de manera natural i agradable. Algunes plantes relacionades amb el sistema immunològic són l'orenga (*Origanum vulgare*), la sàlvia europea (*Salvia officinalis*), l'alfàbrega (*Ocimum basilicum*), el romaní (*Salvia rosmarinus*), la farigola (*Thymus vulgaris*) o l'equinàcia (*Echinacea angustifolia*).

Un altre producte que podem incorporar a la nostra alimentació per tal d'incidir sobre el sistema immunològic són els fongs medicinals, que es caracteritzen per tenir propietats adaptògenes, és a dir, presenten substàncies que de manera natural tenen un efecte equilibrant i regulador del cos humà. Entre els fongs medicinals trobem el Cordyceps Sinensis, el Reishi, el Coriolus i l'Hericium. Aquests fongs presenten efectes antivirals, són un element prebiòtic i poden tenir un efecte modulador de la resposta immunitària.

Els bons hàbits també incideixen en un estat de benestar que afavoreix el sistema immunològic, com per exemple respectar les hores de son i els cicles de descans lligats als bioritmes i la llum solar. La melatonina és una substància que ens indueix al descans de manera natural, i que també intervé en la regulació dels processos inflamatoris perquè potencia la defensa antioxidant endògena.

Com veiem, podem incidir sobre el nostre sistema immunològic de manera natural controlant molts factors que tenen una relació amb ell. Per això aprofitem per dir-vos que una part de la nostra salut depèn del que escollim cada dia, de conèixer i incorporar hàbits saludables, de tot allò que és bo i agradable i que la natura ens aporta: llum, aire, aigua, moviment, relacions, descans, alimentació...

Comissió d'Atenció Primària

Com es demostra vàlida una APP i com es comença un projecte d'aquest tipus

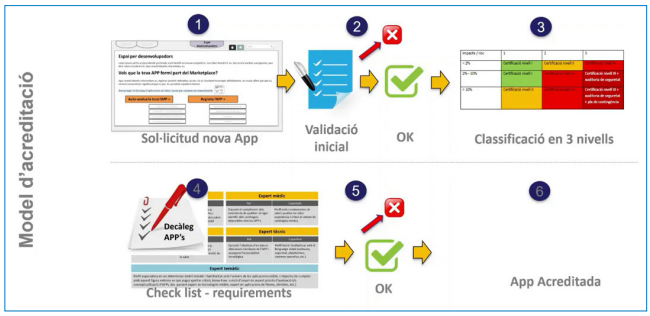
El 20 d'abril es va organitzar un webinar més del COIGi, aquest cop convocat i organitzat per la nostra Comissió de comunitària i amb la inquietud de fer un acte sobre aplicacions informàtiques (APP) destinades a la salut. És ben clar que des de l'Atenció Primària hi ha un gran bagatge dels professionals interaccionant amb certs productes en format APP que són d'ús pels ciutadans i que, ja en força ocasions, recomanem i "som recomanats"; perquè si una característica té l'atenció comunitària és que ens nodrim també del coneixement dels pacients.

L'esdeveniment informatiu pretenia encetar un espai on es poguessin treballar dos objectius principals:

- Conèixer què hi ha darrera una APP, com es mostra fiable.
- Relatar com un equip de la nostra regió comença un projecte d'aquest tipus.

Per això ens van acompanyar a la sessió Marc Fortes, Mariona Vilar i Ma Creu Salgado.

El Sr. Marc Fortes és infermer responsable del Projecte "Infermera Virtual" i Project Manager del TIC Salut Social (*https://ticsalutsocial.cat*) on es desenvolupen els processos per la certificació d'aplicacions de salut.



Les Sres. Mariona Vilar i Ma Creu Salgado són infermeres de Girona que actualment treballen en un equip interdisciplinari amb conveni amb la Universitat de Girona (UdG) en la creació d'una APP d'educació sanitària pel pacient crònic.

Us convidem a visualitzar la sessió al nostre Canal YouTube del COIGI (podeu accedir a través de www.coigi.cat)

En aquesta se'ns fa un reclam explícit a no desconfiar de la veracitat de certs productes, ben regulats és clar, i que tenen integrats certs coneixements clínics quan interpreten senyals d'imatge. S'explica on podem trobar informació fefaent en l'entorn APPs a través dels estàndards europeus en aplicacions de salut, com per exemple: *APP Saludable* o *My health APPS*.
El Sr. Fortes va detallar els processos de certificació, el projecte mConecta i el funcionament del TIC Salut Social. Actualment al territori català es centra gran part de l'esforç a desenvolupament d'avenços en 3 grans blocs: cirurgia major ambulatòria, diabetis i salut mental.

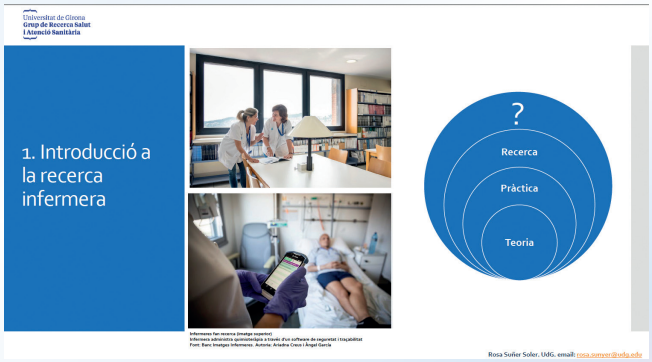
La segona part del webinar i al debat final es van explicitar experiències de com iniciar l'enfoc en la creació d'una APP, la importància de trobar "el buit" en la innovació (allò que manca desenvolupar), com obtenir recursos i una reflexió sobre oferta formativa recomanable en la nostra comunitat autònoma. Queda clar que s'obren camins nous per la nostra professió que ens vinculen amb la informàtica i on nosaltres podem desenvolupar un bon contingut i funcionalitat.

Comissió de Recerca i Investigació

Com iniciar un projecte d'investigació

El 25 de març, la Comissió de recerca i investigació va organitzat un Webinar amb la Dra. Rosa Suñer, infermera i professora agregada Serra Hunter (Facultat d'Infermeria de la UdG), per parlar sobre com iniciar un projecte d'investigació d'Infermeria.

Els objectius principals de la recerca infermera és millorar l'efectivitat i l'eficiència de les cures, promovent resultats de salut de qualitat en les persones ateses; millorar la seguretat dels usuaris i usuàries i dels i les professionals i conformar un cos de coneixements propi, fent avançant la disciplina infermera. Però per on començà? La resposta a aquesta pregunta i altres que van sorgir durant la sessió, podeu descobrir-les en el seminari online que està publicat al Canal YouTube del COIGI (podeu accedir a través de www.coigi.cat)



Comissió de Geriatria

Relación entre los apósitos y dolor en el cuidado de pacientes adultos con heridas crónicas

María Alarcón

Autora: María Alarcón Torres. Col·legiada núm. 6763
Hospital Sociosanitari Sant Jaume de Blanes

Resumen trabajo final de master. Revisión sistemática.
Treball complert a: https://coigi.cat/ca/comissions.html

Antecedentes

El dolor es una experiencia común en pacientes con heridas. Debemos de dejar de pensar sólo en la cicatrización completa de las heridas como un éxito del tratamiento y comenzar a centrarnos también en aspectos de calidad de vida del paciente como el control del dolor.

Material y métodos

En esta revisión bibliográfica se estudia la relación ente los apósitos y el dolor en pacientes con heridas. Se han tenido en cuenta un total de 26 artículos (revisiones sistemáticas, estudios cuantitativos, estudios cualitativos, estudios Delphi y guías de tratamiento), publicados entre 2007 y 2020. Las variables de estudio son: la evaluación del dolor, el tratamiento del dolor y las estrategias y materiales para realizar las curas.

Conclusiones

Las principales conclusiones a las que se han llegado son: que la evaluación y tipificación del dolor, atendiendo a aspectos psicosociales es primordial para el tratamiento de este; el tratamiento farmacológico atendiendo a la escala analgésica de la OMS, las terapias no farmacológicas que pueden funcionar para aliviar el dolor serían la hipnosis y la terapia cognitivo conductual y en cuanto a estrategias y materiales para realizar la cura, nos encontramos que las curas en ambiente húmedo favorecen el alivio del dolor asociado al cambio de apósito, que los apósitos de silicona de adhesivo suave ayudan a prevenir el dolor en el cambio de apósito debido a que reducen el traumatismo en la herida y la piel perilesional.

Palabras clave

Herida, dolor y apósito.

Introducción/justificación

El dolor es un problema de gran magnitud en todos los tipos de heridas, agudas o crónicas, y el dolor que sufren los pacientes, puede estar relacionado con las heridas en sí, el apósito o el cambio de apósito, por tanto, la prevención y el control de este debería de ser un punto de preocupación del personal sanitario.

Infermer de PADES posa mitjó després de valorar una úlcera per pressió en un seguiment a domicili. Autoria: Ariadna Creus i Àngel García

La WUWHS en el documento de consenso para minimizar el dolor en los cambios de apósito, recomienda que la intensidad del dolor debería ser evaluada, antes, durante y después del procedimiento, y que se debería de revisar si el dolor ha sido calificado como moderado o más. Por todo ello, es necesario conocer e investigar el estado de conocimiento acerca de las estrategias de control del dolor en el tratamiento de heridas y en cuanto a tipo de apósito a elegir.

Y esto nos lleva a la pregunta de investigación:

¿Existe relación entre el tipo de apósito y el control del dolor en el cuidado de pacientes con heridas crónicas?

Metodología

De acuerdo con la pregunta de investigación, se realiza una revisión sistemática de la literatura, concretamente de los artículos publicados desde el año 2007 hasta la actualidad, de acuerdo con la metodología PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). PRISMA es un conjunto mínimo de elementos basados en la evidencia para informar en revisiones sistemáticas y meta-análisis, se centra en el informe que evalúa ensayos aleatorizados, pero puede usarse también como base para informar de revisiones sistemáticas de otros tipos de investigación, en particular, evaluaciones de intervenciones.

Para ello, se realiza una búsqueda bibliográfica sistematizada a través de las bases de datos científicas Medline (Pubmed), Scielo y Cochrane consultando Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) y MeSh (Medical Subject Headings).

También se realiza búsqueda inversa, revisando las referencias bibliográficas de los documentos encontrados mediante la búsqueda bibliográfica. Para la selección de los documentos a analizar se han considerado los siguientes criterios de inclusión y de exclusión.

Criterios de inclusión

- Artículos escritos en inglés, español y portugués.
- Artículos publicados en revistas científicas.
- Artículos basados en pacientes adultos.
- Artículos escritos desde el año 2007

Criterios de exclusión

- Artículos sobre heridas infectadas

Variables de estudio

- Evaluación del dolor en heridas.
- Tratamiento del dolor.
- Materiales/estrategias de curas y dolor.

Variables de la muestra

- Tipo de estudio: Revisión sistemática, estudios cuantitativos, estudios cualitativos, estudio Delphi, guías de tratamiento.
- Año de publicación.
- País de realización del estudio.
- Bases de datos Cochrane, Pubmed, Scielo.
- Dimensión temática que incluye: escalas de valoración, tratamiento del dolor, material de curas.

Objetivos

Objetivo general:

- Conocer si existe relación entre el apósito y la variable dolor en los pacientes con heridas.

Objetivos específicos:

- Conocer mecanismos de valoración del dolor.
- Conocer estrategias para el tratamiento del dolor.
- Conocer la relación entre materiales y estrategias de curas y el dolor.

Infermera de PADES atén un home amb malaltia crònica avançada al seu domicili.
Autoria: Ariadna Creus i Àngel García

Discusión	
Evaluación del dolor	· Uso de escalas (visuales, analógicas) /reevaluar frecuentemente/documentar los resultados. · Atender a las perspectivas culturales/psicosociales del paciente hacia el dolor · Evaluar respuesta fisiológica al dolor. · Diferenciación de dolor somático/dolor cura. Control de zonas dolorosas. · El momento del cambio de apósito es el momento de mayor dolor en las curas.
Tratamiento del dolor	· Terapia farmacológica: escala analgésica de la OMS, pueden administrarse analgésicos tópicos, puede usarse una mezcla al 50% de óxido nitroso y oxígeno. · Terapia no farmacológica: terapia cognitivo conductual y la hipnosis han demostrado ser efectivas en el tratamiento del dolor en quemaduras; las terapias de relajación no han demostrado efectividad a la hora de controlar el dolor.
Material/ estrategia de curas	· Los apósitos de silicona suave (tecnología Safetac®) han demostrado ser eficaces en el control del dolor en comparación con otros apósitos debido a que reducen el traumatismo en la herida y la piel perilesional. · Apósitos de hidrogel reducen el tiempo de curación en quemaduras. · Los apósitos más traumáticos son el film transparente, los apósitos acrílicos y los de espuma adhesivos. · Los apósitos de espuma con plata han demostrado una reducción del dolor asociado al cambio de apósito y una disminución en las tasas de infección en comparación con los apósitos de sulfadiazina de plata.

Conclusiones

El tratamiento del dolor en pacientes con heridas crónicas, parte de una valoración integral del paciente, antes que la valoración local de la herida. Los estudios revisados demuestran que el momento que el paciente con heridas percibe como más doloroso es el cambio de apósito, por eso es importante seguir una técnica de cura de heridas que favorezca la curación en ambiente húmedo, evitando el uso de apósitos que se adhieran al lecho de la herida, provocando más dolor al retirarlos, ni que se adhieran a la piel perilesional, aumentando el traumatismo de la zona, ya que, la piel perilesional está más sensibilizada al estímulo doloroso.

Hay que adecuar el tratamiento del dolor, evaluándolo y tipificándolo y valorando por separado si hay más de una zona dolorosa. En cuanto a tratamiento farmacológico, se puede seguir la escala de analgesia de la OMS. En cuanto a tratamiento no farmacológico, una buena opción sería la hipnosis, las técnicas de relajación no han demostrado efectividad en cuanto al alivio del dolor.

Infermera de l'Hospital sociosanitari Mutuam Güell prepara el material sanitari per fer una cura a una úlcera vascular a una resident
Autoria: Ariadna Creus i Àngel García

INFORMACIÓ EXCLUSIVA PER A
PROfessionals

Sabadell Professional

Treballem en PRO dels PROfessionals

A Banc Sabadell treballem pensant en els PROfessionals.

Per això mantenim un acord de col·laboració amb el teu Col·lectiu Professional, que ofereix avantatges exclusius en la contractació de productes financers als seus professionals i familiars de primer grau.

Però treballar en PRO dels PROfessionals no només és facilitar-te la gestió del teu negoci i atendre les teves necessitats financeres. És anar més lluny.

Innovem constantment la nostra oferta de productes i serveis per a poder oferir productes com aquest:

Hipoteca Fixa Bonificada
La teva hipoteca, sense sorpreses

A Banc Sabadell disposem d'un extens equip de gestors especialitzats en el sector professional preparats per donar resposta a les necessitats de tots els col·lectius de PROfessionals.

Per a més informació o fer-te client de Banc Sabadell contacta amb un gestor especialitzat i identificat com a membre del teu col·lectiu professional:

sabadellprofesional.com 900 500 170 nou client

Banco de Sabadell, S.A., av. Óscar Esplá, 37, 03007 Alacant. Inscrit en el Registre Mercantil d'Alacant, tom 4070, foli 1, full A-156980. NIF A-08000143 | Document publicitari | Febrer 2021

Comissió Deontològica

Llei de l'eutanàsia, què hem de saber les infermeres?

El 24 de març es va aprovar la *Llei orgànica 3/2021 de regulació de l'eutanàsia*, que ja té fixada la data d'entrada en vigor, el proper 25 de juny.
Espanya s'ha convertit en el sisè país del món en regular aquesta opció, després dels Països Baixos, Bèlgica, Luxemburg, Canadà i Colòmbia.
Aquesta llei pretén donar una resposta jurídica, sistemàtica, equilibrada i garantista a una demanda sostinguda de la societat actual com és l'eutanàsia.
L'eutanàsia significa etimològicament «bona mort» i es pot definir com l'acte deliberat de donar fi a la vida d'una persona, produït per la voluntat expressa de la mateixa persona i amb l'objecte d'evitar un patiment.

La legalització i la regulació de l'eutanàsia s'assenten sobre la compatibilitat d'uns principis essencials dels drets de les persones. Són, d'una banda, els drets fonamentals a la vida i a la integritat física i moral, i, de l'altra, béns protegits constitucionalment com són la dignitat, la llibertat o l'autonomia de la voluntat.

L'objecte d'aquesta Llei és regular el dret que correspon a qualsevol persona que compleixi les condicions exigides a sol·licitar i rebre l'ajuda necessària per morir dignament, el procediment que s'ha de seguir i les garanties que s'han d'observar.

A continuació es detallen les condicions i procediment, així com altres aspectes rellevants de la Llei.

Qui pot sol·licitar-la?

- Majors d'edat
- Nacionalitat espanyola (o residència legal, o certificat d'empadronament superior als 12 mesos)
- Persones que pateixin una "malaltia greu i incurable" o una "situació de sofriment greu, crònic i impossibilitant", que provoqui un patiment físic o psíquic constant i insuportable que no es pugui alleujar en condicions que es considerin acceptables, incloses les cures pal·liatives

Requisits de la sol·licitud

- Tenir capacitat i consciència en el moment de la sol·licitud (davant d'una persona incapacitada caldrà que una tercera persona major d'edat presenti la sol·licitud, juntament amb el Document de Voluntats Anticipades)
- Basada en una decisió autònoma fonamentada en el coneixement sobre el procés clínic, després d'haver estat informada adequadament pel seu equip responsable
- Constància a la història clínica que la informació ha estat rebuda i entesa per la persona (consentiment informat)
- Realitzar 2 sol·licituds per escrit, de manera voluntària i amb una separació de 15 dies naturals entre ambdues sol·licituds

Sol·licitud de la prestació

- Realitzada per escrit.
- Signada i datada per la persona sol·licitant davant la presència d'un professional mèdic
- Cal incorporar la sol·licitud a la història clínica de la persona

Modalitats de prestació

- Administració directa a la persona d'una substància per part del professional competent
- Prescripció o subministrament a la persona per part del professional competent d'una substància que la mateixa persona es pugui autoadministrar

Lloc de la prestació

El pacient podrà triar: o bé al seu domicili o a un centre públic, privat o concertat.

Procediment

- Una vegada realitzada la primera sol·licitud, el metge responsable ha de verificar el compliment dels requisits i dur a terme un procés deliberatiu amb el pacient. El pacient ha de rebre la informació facilitada pel seu metge responsable per escrit.
- La persona ha de presentar una segona sol·licitud almenys 15 dies després de la primera sol·licitud. El metge responsable haurà de dur a terme un nou procés deliberatiu per resoldre dubtes o ampliar informació.
- Després d'aquest procés, el metge responsable el posarà en coneixement de l'equip assistencial (especialment infermeria), així com de la família. Es recollirà el document de consentiment informat.
- Finalment, el metge responsable informarà del cas a un metge consultor, qui revisarà la sol·licitud, podrà entrevistar el pacient (si s'escau) i comprovar que es compleixin tots els requisits necessaris.
- El darrer tràmit serà passar el cas a la Comissió de Garantia i Avaluació.

Què és la comissió de garantia i avaluació?

- És un òrgan administratiu de caràcter multidisciplinari integrat com a mínim per set membres, entre els quals s'han d'incloure personal mèdic, d'infermera i juristes.
- D'entre les funcions que té aquest òrgan hi ha el control previ a la prestació, la validació de la prestació d'ajuda a morir, la resolució de les reclamacions que els pacients facin arribar i la verificació amb posterioritat que la prestació s'ha realitzat d'acord amb la Llei.

Objecció de consciència

Es recull el dret a l'objecció de consciència per part d'aquells professionals directament implicats.

El rebuig o la negativa a dur a terme aquesta prestació per raons de consciència és una decisió individual del professional sanitari implicat directament en la seva realització, que ha de manifestar anticipadament i per escrit.

L'administració sanitària crearà un registre de professionals sanitaris objectors de consciència (sotmès al principi de confidencialitat i normativa de protecció de dades).

Formació

L'administració ha d'habilitar els mecanismes oportuns per donar la màxima difusió de la Llei entre els professionals sanitaris i la ciutadania en general.

En aquest sentit, el Departament està treballant en el disseny d'una formació contínua específica sobre l'ajuda per morir, que ha de considerar tant els aspectes tècnics com els legals, formació sobre comunicació difícil i suport emocional.

Les infermeres, atenent al nostre compromís ètic, esdevenim un membre actiu i autoritzat a participar en la presa de decisions que afecten les persones que atenem.

Autoria: Ariadna Creus i Àngel García

En aquest sentit, el **Codi d'Ètica de les infermeres i infermers de Catalunya**, en el capítol "Valors infermers i compromís ètic" (secció Responsabilitat), dedica específicament quatre articles a la **regulació de la professió en el procés de "Final de vida:**

Article 27. La infermera, en el marc de la legislació vigent, vetlla perquè en el procés de final de vida es respectin les creences i valors que han donat sentit a la vida de la persona atesa i perquè mori d'acord amb el propi ideal de bona mort.
Article 28. La infermera acompanya la persona atesa en tot el procés de final de vida, li proporciona el màxim confort i benestar possible i procura facilitar el suport adequat a la família i/o persones significatives.
Article 29. La infermera té la responsabilitat de participar en la presa de decisions clíniques sobre el final de la vida amb l'equip de salut i la persona atesa o amb la família i/o persones significatives quan la persona atesa no pot decidir o així ho desitja. És especialment important que aporti la seva valoració professional davant les decisions relacionades amb l'adequació i/o limitació de l'esforç terapèutic, el rebuig al tractament i la sedació.
Article 30. La infermera vetlla, en el marc de la legislació vigent, perquè es respecti la planificació anticipada de decisions sanitàries o les voluntats anticipades, en el cas que la persona atesa així ho hagi expressat i/o disposat.

És evident que la Llei orgànica 3/2021, de 24 de març, de regulació de l'eutanàsia, suposa un avenç al nostre país en el respecte dels drets fonamentals dels seus ciutadans, en tant que enforteix l'autonomia de les persones permetent-los sota determinades condicions disposar de la seva vida. Així mateix, ofereix un deure de solidaritat que crida a assistir, a qui així ho demana, en el seu patiment innecessari i no desitjat. Tot això, en últim terme, respon a un consens social majoritari que demandava aquesta regulació.

Ens plau presentar-vos el resum de la Memòria col·legial 2020, un any que sense cap dubte passarà a la història com l'any de la COVID-19. Certament, ha estat un any totalment atípic. Per una banda, la situació tan complexa que com a professionals de la salut hem viscut i que, malgrat tot, i amb la perspectiva que el temps dona, ens ha de fer sentir orgulloses i orgullosos de la nostra professió i del servei que hem donat a la societat.

Durant el primer trimestre del 2020, des de la Junta de govern del COIGI i les comissions, s'estava treballant en la planificació d'una gran part de l'activitat col·legial del 2020. Malauradament, a partir del 14 de maç la situació va esdevenir radicalment diferent i tot va passar a un segon pla, ja que vam posar per davant de tot l'objectiu de front a la Pandèmia de la COVID-19. Tots i totes tenim molt present el que vam viure a partir d'aquell moment.

Durant l'estat d'alarma l'activitat col·legial es va aturar dràsticament i es va constituir, per primera vegada a la història del COIGI, una Comissió de Crisi. Malgrat que la seu física del col·legi estava tancada, la gestió va continuar via online amb l'objectiu de cobrir les necessitats dels nostres col·legiats: cerca de material que es facilitava al departament de Salut, ajut psicològic gratuït, col·legiació gratuïta als voluntaris i jubilats, llistat de voluntaris per enviar al departament, assegurança de responsabilitat civil gratuïta per a voluntaris,... També es va donar resposta als temes col·legials com les col·legiacions i assessorament jurídic i fiscal. A partir de maig, es va reprendre a poc a poc l'activitat a la seu col·legial i ens vam anar adaptant a una nova realitat marcada per les restriccions d'aforament, de mobilitat i les connexions online. A partir del mes de juny es van començar a oferir novament cursos, la majoria online, i altres activitats en streaming.

Fa pocs dies heu tingut l'oportunitat de donar la vostra opinió a través de l'enquesta de satisfacció col·legial. Segons es desprèn de l'enquesta, un dels serveis que es troba més a faltar és el de l'ajuda psicològica. Aprofitem per recordar-vos que el COIGI compta amb aquest servei i des del 2020, tots els col·legiats i col·legiades teniu accés al PROGRAMA RETORN, el servei d'atenció psicològica totalment gratuït de la Fundació Galatea.

Des de l'inici de la legislatura de l'actual Junta de govern s'ha volgut apostar per la formació, donant resposta a la demanda col·legial, i des del novembre passat, que es va signar un conveni amb Salusone, tots els col·legiats i col·legiades podeu fer un curs online gratuït cada mes a través de la plataforma SALUSONE.
Una altra de les qüestions que, segons l'enquesta, generen preocupació és la de la transparència. En aquest sentit, us convidem a mirar la pàgina web del col·legi (www.coigi.cat), que inclou un PORTAL DE TRANSPARÈNCIA. En aquest portal, entre altres coses, podreu consultar els pressupostos dels anys 2019, 2020 i 2021, els acords de Junta de Govern o els criteris de contractació de totes les empreses que treballen o ofereixen serveis a través del COIGi. Per conèixer aquest serveis i altres, només cal visitar la nostra pàgina web o posar-vos en contacte amb nosaltres.

Per finalitzar, volem dir-vos que tots els membres de la Junta de govern estem a la vostra disposició. Qualsevol suggeriment serà benvingut. També serà benvinguda la vostra participació.

Junta de govern

Alícia Rey, presidenta del COIGI

Pandèmia COVID-19

Des del 16 de març de 2020, ateses les circumstàncies excepcionals que vam començar a viure i d'acord amb el Reial Decret 463/2020, de 14 de març, pel qual es declarava l'estat d'alarma per a la gestió de la situació de crisi sanitària ocasionada per la COVID-19.

Comissió de crisi
(Des del 16 de març fins el 27 d'abril del 2020)

- 30 reunions per videoconferència
- 124 acords relacionats amb la pandèmia i l'activitat col·legial normal durant el període de confinament per l'estat d'alarma per la Covid-19.
- 6 comunicats de premsa

Programa de Telesuport

La Fundació Galatea, a través del conveni vigent d'atenció al col·legiat, ofereix els seus serveis a totes les col·legiades i col·legiats que necessiten suport psicològic. Durant la Pandèmia, s'ofereix un servei adaptat a les necessitats psicològiques dels professionals infermers per fer-hi front.

ACORDS MÉS IMPORTANTS

- **Crear una llista de professionals voluntaris per tal d'atendre peticions del Serveis de Salut Pública.**
- **Habilitar un sistema de col·legiació provisional exprés, per via telemàtica**
- Les col·legiacions de voluntaris que s'incorporin al col·legi només per treballar durant la crisi, **NO PAGARAN QUOTA D'INCORPORACIÓ NI DESPESES ASSOCIADES.**

Càpsules Covid-19

Cinc càpsules informatives amb consells per prevenir el contagi de la COVID-19 i fer una crida a la precaució a tots els ciutadans.

- **Com prevenir el contagi**
- **Tipus de mascaretes**
- **Ús de mascaretes**
- **Quan cal rentar-se les mans?**
- **Entrada i sortida de comerços**
- **Recomanacions generals**

Premi Mosca de la Informació MMXX al COIGI i al COMG per la seva lluita contra la COVID-19 durant la pandèmia

El passat 14 d'octubre, la presidenta del COIGI, Alícia Rey i el president del COMG, Josep Vilaplana, van recollir el Premi Mosca de la Informació 2020 que el Col·legi de Periodistes a Girona entrega anualment.

Premis i beques

Premis d'Investigació i Recerca 2020

Girona, 27 de febrer de 2020
(Facultat d'Infermeria – UdG)
Organitza: Comissió d'Investigació i Recerca del COIGI

Treballs guanyadors

1r. Premi a la millor publicació

Guanyadors: Erica Homs Romero i Àngel Romero.

Development of a minimun data set registry for chronic venous insufficiency of the lower limbs.

1r. premi a la millor comunicació

Guanyadors: Judit Noguera Suquet, M. Carme Malagón Aguilera i Pedro Roura Martí.

Habilidades para la vida, sentido de coherencia y estilos de vida de las personas con prediabetis des de la perspectiva de las desigualdades.

2n. Premi al millor pòster

Guanyadors: Masó Massó N., Salvadó Viella N., Coll Jorda R., Grabalosa Valderas M., Roura Martí P., Riera Pico S., Auger Alberti E.

Crioterapia oral con hielo profiláctico en mucositis severa secundaria a quimioterapia durante el acondicionamiento del trasplante autólogo: experiencia unicéntrica.

3r. Premi al millor pòster

Guanyadors: Congost Devesa, L.; Salleras Duran, L.; Vilardell Balló, S.; Fontova Almató, A.

Análisis de acontecimientos código iam atendidos en un servicio de urgencias durante los años 2017-2018

Premi Trajectòria Professional 2020

PREMI A LA TRAJECTÒRIA PROFESSIONAL

Dra. Carme Bertran i Noguer

La doctora Carme Bertran i Noguer, degana de la Facultat d'Infermeria de la UdG, ha rebut el Premi a la Trajectòria Professional, atorgat pel COIGI. Aquest premi és un reconeixement públic a professionals que han fet possible el desenvolupament de la professió i de la disciplina infermera en tots els àmbits, i que han contribuït al seu creixement, la seva revalorització i la seva projecció social.

A causa de la situació de confinament, resta pendent poder organitzar la cerimònia d'entrega del premi.

Beca COIGI

El 21 de desembre de 2020, es va publicar el veredicte de la Beca Coigi 2020 a la **Sra. Sara Anton Ballesteros**, com autora principal pel treball *Violència envers la dona en parella: freqüència i impacte en la salut física i psíquica. Més enllà de la Covid-19*, amb una dotació econòmica de 3000€.

Beques del Màster de Promoció de la Salut 2020

Guanyadores: Emma To Gassiot i la Gemma Caparrós Boixés.

Cada una de les beques està dotada amb 1000 euros i estan subvencionades per Dipsalut. Un cop finalitzat el màster, les dues guanyadores hauran de presentar el seu treball final en el COIGI.

Jornades, cursos i seminaris

GENER
Seminari sobre Confidencialitat i Intimitat a la pràctica diària
Dijous, 30 de gener de 2020

FEBRER
1a. Taula rodona sobre Cooperació infermera, voluntariat i ONG's Girona
Girona, 19 de febrer del 2020

Cursos presencials

- Curs d'electrocardiografia pràctica
- 2 tallers bàsics de recerca bibliogràfica: localitzar articles amb evidència científica és fàcil!

- Aproximació infermera en el maneig del pacient pediàtric amb necessitats pal·liatives

MARÇ
Curs d'esferodinàmia aplicada a l'embaràs i el part per a llevadores.
Docent: Sra. Silvia Molina, llevadora a Espai Mares

SETEMBRE
- **Taller de sutures**
- **Webinar sobre alimentació: altres maneres de menjar**
- **Curs de cures naturals i tradicionals per a infermeres**

Cursos online

NOVEMBRE
Webinar Innovació en la col·locació de catèters endovenosos mitjançant la tècnica d'inserció ecoguiada. Guia per al maneig dels medicaments d'alt risc. Guia de medicaments perillosos per al personal.

Cursos SalusOne

A partir de novembre 2020
La Junta de govern compleix amb uns dels seus compromisos electorals, al signar el conveni de col·laboració amb l'app de formació **SalusOne**. Tots els col·legiats i col·legiades de Girona, podran realitzar **cursos online gratuïts 100%**, ja que el cost sencer de les matrícules l'assumeix íntegrament el COIGI.

Els cursos de Salusone són fruit d›un conveni de col·laboració entre el COIGI i SalusPlay. Tots els cursos són gratuïts per als col·legiats de Girona.

Grup de Promoció de la Salut
Banys de Bosc a la tardor
31 d'octubre de 2020
Guia: Salvans Cooperativa

Organitza: Grup de Promoció de la Salut del COIGI

Amb la col·laboració de Dipsalut

MAIG
Dia Internacional de la Infermera "La Infermeria i la COVID-19". 12 de maig de 2020

Prescripció infermera

El febrer 2020 es va signar el conveni Marc de col·laboració entre la Generalitat de Catalunya, el Servei Català de la Salut, el Consell de Col·legis i els Col·legis Oficials de Girona, Barcelona, Tarragona i Lleida, amb l'objectiu d'implementar la signatura electrònica en el sistemes d'informació del Departament de Salut.

El novembre 2020 es va signar el contracte amb Firma Professional, autoritat proveïdora dels certificats digitals. Això ha permès iniciar la prescripció infermera. Tot aquest procés d'implementació està coordinat pel Consell Català d'Infermeres i la Divisió de Prestacions Farmacèutiques de la Gerència del medicament del CatSalut.

La prescripció infermera és ja una realitat. Caldrà que cada professional tingui a punt l'acreditació que va demanar en el seu moment, a través de la seva empresa si és del SISCAT, o si no és del SISCAT, a través de la sol·licitud que va fer via telemàtica.

Comunicació

Campanya Dies Mundials 2020

Publicacions

Nova Web col·legial i Finestreta Única

El 18 de novembre del 2020 es va publicar la **nova web col·legial,** amb novetats com la **Finestreta Única**.

Premsa

Serveis

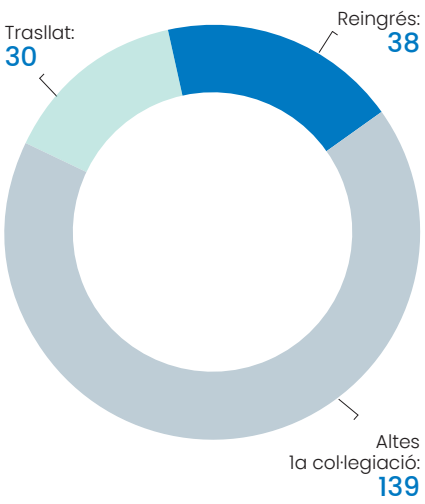
- Assessorament legal: Carles Moret Llosas (60 consultes)
- Assessorament fiscal i declaracions IRPF 2019 Anper Consultors (Marc Carreras Vila)
  512 declaracions
- Assessorament en recerca i investigació: Lluïsa Garcia Garrido (4 consultes)

Col·laboracions

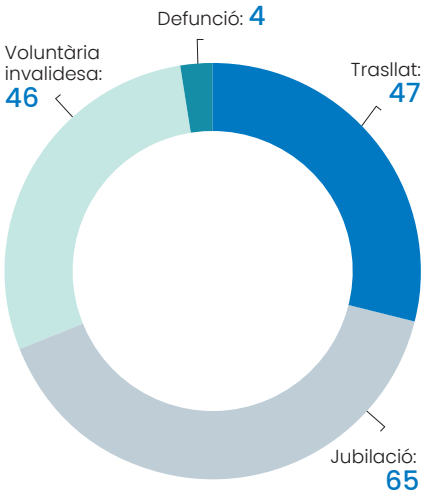
- Salut Empordà Cooperació ONG 100€
- Insolafrica ONG 100€
- Mundoko Lagunak ONG 100€
- Congreso Virtual de la Salud Cardiovascular (Asociación Española de Enfermería Cardiológica) 300€
- Fundació Salut Empordà VI Jornada d'Infermeria de la Xarxa ICO Girona 200€
- Societat Catalana de Qualitat Assistencial 200€
- Marató TV3 300€

Col·legiacions

Altes 2020



Baixes 2020



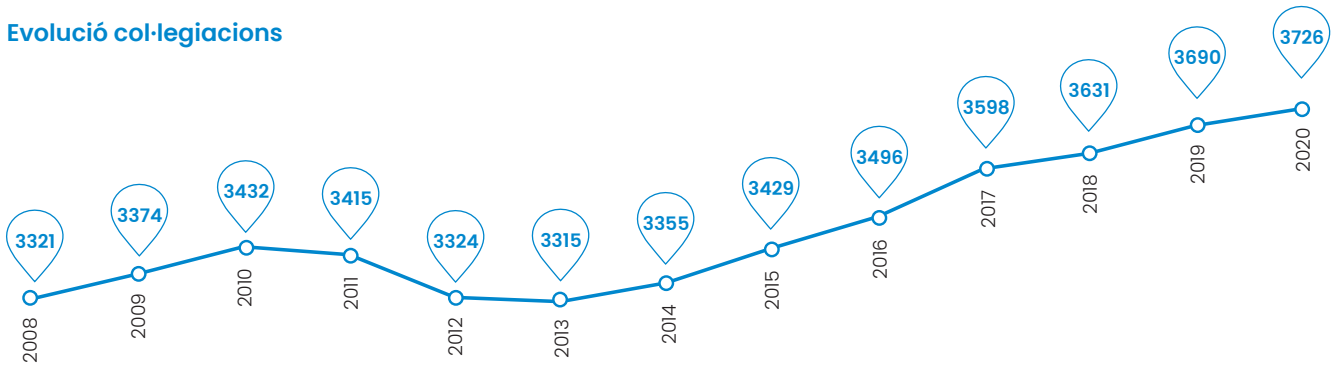
3726
Total col.legiades

Altes 2020
1a. col·legiació 139
Trasllat 30
Reingrés 38

Baixes 2020
Trasllat 47
Jubilació 65
Voluntària Invalidesa 46
Defunció 4

ARC 2020
Total ARC General: 3335
Total suplement Llevadores: 12

Evolució col·legiacions

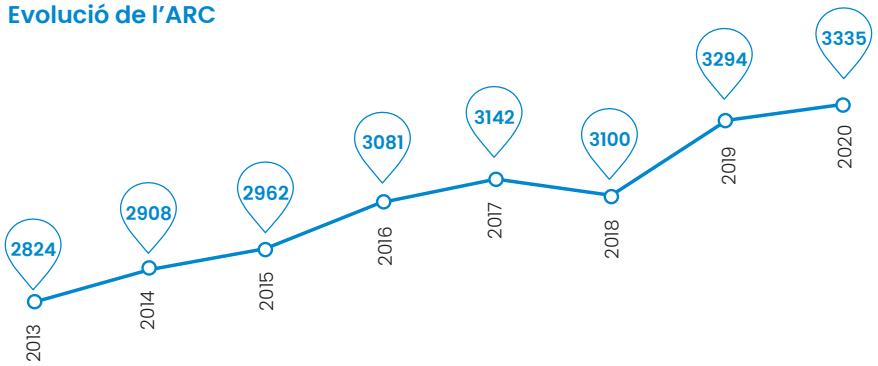


Assegurança ARC i segon tram de la pòlissa

L'assegurança de responsabilitat civil es continua contractant amb la companyia *Agrupación Mutual Aseguradora AMA*, i s'ha ofert un segon tram de la pòlissa per a aquells col·legiats que desitgin contractar un suplement. Podeu consultar-ne les cobertures a la web www.coigi.cat.

El preu de la pòlissa es manté igual des de fa més de cinc anys. Recordem l'obligatorietat de tenir contractada aquesta pòlissa. Tot i que no és obligat tenir la que ofereix el COIGI, sí que és imprescindible justificar al COIGI que es té contractada a una altra entitat.

Evolució de l'ARC



Fundació Galatea. Entrevista a Rosa Sánchez Balbastre, infermera del programa Retorn

Quan arriba una infermera amb una problemàtica o patologia quin protocol s'activa? Quines són les passes que se segueixen?
Davant una demanda activem el protocol d'acollida al programa Retorn. En primer lloc, expliquem el funcionament del programa, informem dels diferents serveis que ofereix i els requeriments necessaris per accedir-hi (estar col·legiada al corresponent col·legi oficial, presentar qualsevol malestar de salut mental i/o addiccions, i estar en exercici). Posteriorment, realitzem una entrevista (presencial o telefònica) de valoració i recollida de dades de filiació a fi de poder oferir-li el servei i el terapeuta més adient per atendre la seva demanda. Durant aquesta entrevista es fa el canvi de nom de la persona que demanda el servei per garantir la confidencialitat i la protecció de la seva identitat, i per últim li enviem un mail informatiu amb les dades de la visita (renom, data de la visita, professional que l'atendrà i adreça del centre).

Quin tipus de recursos s'ofereixen per al tractament i recuperació de les persones que demanden atenció al programa Retorn?
La Clínica Galatea ofereix diferents nivells assistencials, de manera que el tractament pot ser ambulatori, d'hospitalització parcial (hospital de dia) o d'ingrés, segons les necessitats de salut i socials de la persona que demana ajuda. L'atenció segueix un model d'intervenció integral, interdisciplinari, bio-psico-social, amb alta protecció de la confidencialitat i on es conjuga l'atenció centrada en la persona i la protecció de la seguretat professional, donat que es tracta d'un programa col·legial que vetlla alhora per la part personal i la professional.

Una descripció més acurada de l'oferta assistencial de la Clínica Galatea es pot trobar a: *http://www.clinica-galatea.com/oferta-assistencial/*

Per altra banda, des de l'inici de la pandèmia la Fundació Galatea ofereix el programa TAP (Teleapoyo psicológico), un programa d'intervenció en crisi.

Les infermeres que sol·liciten acollir-se al programa Retorn arriben de manera voluntària o és l'entorn laboral o familiar el que les porta a usar aquest servei?
Pràcticament el 100% de casos que ens arribem al programa Retorn hi accedeixen de forma voluntària i espontània, és a dir,

COVID-19:

Si ets un/a professional de la salut o de l'àmbit social i experimentes patiment emocional:

- Por al contagi propi o de familiars.
- Conflictes amb la parella, família o amics.
- Dificultats per dormir.
- Dificultat per superar el dol.
- Increment en la ingesta d'alcohol o d'altres substàncies.

Demana ajuda
Telesuport Psicològic

Truca al
900 670 777

T'oferim:

- Confidencialitat.
- Xarxa de psicòlegs/ues i psicoterapeutes experts/es en atendre professionals de la salut o de l'àmbit social.
- Continuïtat assistencial en funció de necessitats.
- Plataforma telemàtica segura.

Valoració de la qualitat i la utilitat de l'assistència
4,7 sobre 5

+1.300
usuaris/es atesos/es

+5.000
sessions realitzades

Fundació GALATEA /Salut Fundació "la Caixa"

per decisió pròpia. Algunes d'elles poden venir aconsellades pel metge de capçalera, pel metge del servei de salut laboral o per algun familiar, però no venen pressionades.

Quines són les patologies o problemàtiques principals amb les quals arriben les infermeres?

El 80% de les demandes estan relacionades amb l'esfera mental, sobretot trastorns adaptatius, trastorns d'ansietat i trastorns depressius. Un 13'5% han consultat per trastorns d'abús de substàncies, i un 6'5% per Patologia Dual (coexistència de trastorn mental i addiccions)

Quina durada sol tenir el tractament i com es compagina amb la vida personal i professional de la persona?

La durada del tractament depèn de la gravetat del procés, de la seva evolució i de la resposta terapèutica; això depèn tant de factors individuals com de l'entorn. Molt sovint els professionals de la salut intenten preservar la seva feina encara que es trobin en una situació d'alt patiment mental i/o físic. A vegades, però, és recomanable que, encara que sigui de forma temporal, s'indiqui la baixa laboral fins que la persona atesa recupera el benestar psíquic. Aquest temps pot ajudar també a agafar perspectiva sobre el problema o problemes que li afecten i també valorar canvis en la manera d'afrontar-los o provar noves estratègies per resoldre'ls que potser no s'havien valorat en el passat.

Com valoren el servei les infermeres ateses?

S'ha pogut constatar la satisfacció que mostren, ja en el moment de l'acollida, pel fet de tenir accés als programes especialitzats i específics pels professionals de la salut, amb una cartera de serveis que permet donar resposta a les diferents patologies, des d'un trastorn mental sever fins a un trastorn addictiu o trastorns de l'esfera emocional. Un elevat percentatge de les infermeres ateses verbalitzen el seu agraïment al Col·legi, que els hi possibilita aquesta atenció gràcies al seu conveni amb la Fundació Galatea.

Quins creieu que són els punts forts del programa Retorn?

Sense dubte el que més valoren les infermeres ateses és l'accés als serveis especialitzats/personalitzats que promouen la rehabilitació i la reinserció a la feina en els casos de baixa laboral. També agraeixen la confidencialitat i la gratuïtat del servei.

Nova app

Fundació GALATEA

Servei de Telesuport Psicològic

Per als professionals de la salut i l'àmbit social en situació de patiment emocional per la crisi sanitària de la COVID-19

Des de l'experiència de la Fundació Galatea en l'atenció a la salut mental dels professionals de la salut, oferim un servei de suport psicològic a través de videoconferència per ajudar en la situació causada per la COVID-19.

Horari: de dilluns a divendres de 9h a 21h.

Accés al servei: des de la nostra Unitat d'Acollida rebem, acollim i adrecem al professional en situació de patiment emocional als diferents experts (psicòlegs i psicoterapeutes) de la Fundació Galatea que, en el termini més breu possible, hi connectaran a través de la nostra plataforma d'atenció on line (o per telèfon si no fos possible l'accés). Servei gratuït per als professionals de la salut i l'àmbit social.

Telèfon: 900 670 777 / 93 567 88 56

Entrevista a Antònia Sabench Surinyac

Directora EAP de Santa Coloma de Farners
(Col·legiada núm. 2278)

Antònia Sabench

Què et va motivar presentar-te al càrrec de direcció d'equip?

Sóc infermera des de fa més de trenta anys, i al llarg d'aquest temps he treballat a diferents llocs. He estat a l'hospital, a l'atenció especialitzada, a l'atenció primària, i de sempre he tingut energia per participar en els projectes diferents que s'anaven presentant. També m'ha agradat ser emprenedora i anar trobant nous reptes, noves oportunitats d'iniciar coses diferents. Tot plegat ha fet que en el dia a dia m'anés engrescant, motivant, il·lusionant... Sovint fent broma dic que quan els companys de feina vegin que no m'engresco amb les novetats que van apareixent és que ja em tocarà la jubilació.

Quan se'm va presentar l'oportunitat de direcció d'equip, per mi va suposar moltes coses alhora: va ser un gran repte, una oportunitat, un aprenentatge, també una il·lusió nova, aire nou a la meva carrera, una oportunitat de fer un treball diferent, un veure si seré capaç. Tot plegat tenia el seu al·licient, el seu premi, si les coses sortien bé, també veia un gran aprenentatge per la vida per resoldre les dificultats que anirien sortint, i que ja preveia que no serien poques. Alhora, era una possibilitat d'aportar tot el que tenia amb projectes positius, canvis, il·lusions, novetats, i frescor al meu equip, del qual formava part ja feia uns anys, un equip que coneixia molt bé, que m'estimava i amb el qual confiava per, junts, caminar endavant, sent capaços d'assolir el que ens proposéssim.

En aquell moment ja feia quasi tres anys que era adjunta a direcció, ja portava un petit rodatge. Plantejar-me d'optar a la direcció, però, em va fer molt de respecte, perquè aquest era un projecte que de ben segur no seria fàcil, segurament seria el repte més gran de la meva carrera, però també era un repte apassionant. El 2017, quan havia accedit a adjunta a direcció, ja m'hi havia pensat molt i, tot i que va ser una decisió personal, en aquell moment l'equip directiu que hi havia em va animar a fer-ho.

El 2019, però, la decisió va ser molt més difícil. Tot i que ja portava un temps en l'equip directiu, accedir a la direcció era una decisió complicada, però alhora també era una oportunitat professional important. Se'm van despertar molts dubtes: Seré capaç de portar una direcció? De gestionar un equip de persones? Podré engrescar, il·lusionar l'equip en projectes? Tindré la capacitat de lideratge que exigeix el càrrec? Seré capaç de no caure en la monotonia? De no perdre la il·lusió en nous projectes? D'activar i engrescar l'equip? Sabré veure quan arribi el moment de donar pas a un altre professional? Acceptar que a l'equip li calen idees noves i nova frescor a la direcció? Et venen al cap milions de preguntes: Sóc la persona idònia? Tinc la capacitat ? Com afectarà el càrrec en la meva vida personal?. Un munt d'interrogants que no deixen de preocupar-te.

Al final, després de donar-hi moltes voltes, acabes prenent la decisió sense saber si és la correcta, acceptant que és un repte complex, que hi haurà dificultats, que res et garanteix l'èxit que desitges i esperes. Tenint clar tot això comences a caminar cap endavant, amb moltes ganes, il·lusió, esforç, compromís, sempre pensant en positiu. I aquí estic.

Què t'aporta aquest càrrec?

Assumir la direcció d'un Equip d'Atenció Primària pot ser molt gratificant, però alhora també et comporta moments de neguit, maldecaps, més càrrega de treball i estrès, que cal saber afrontar. Cada dia hi ha nous reptes, nous problemes, nous entrebancs, i cal buscar la millor manera de resoldre'ls. Cada dia hi ha decisions que has de prendre, a vegades sense gaire temps i amb el risc d'equivocar-te. Acabes sent el principal responsable de la presa de decisions i saps que aquestes poden tenir impacte en tot l'equip. Has d'estar sempre pendent de tots els membres de l'equip, de cada projecte, de cada situació.... has de poder estar a tot arreu.

Comences el dia amb una llista de coses a fer i temes per resoldre, i a vegades l'acabes sense haver aconseguit fer res de la llista o sense haver resolt cap tema dels que tenies pendents. Hi dediques totes les hores que pots, normalment ets el primer d'arribar al centre i a vegades l'últim de marxar-ne. Acabes tenint una gran capacitat de treball, d'esforç,...

El dia a dia et dona un gran aprenentatge i amb el temps acabes recollint una maleta

plena de coneixements i experiències que de ben segur t'acompanyaran al llarg de la teva vida, tan professional com personal. Aprens a relativitzar les coses i a preocupar-te i donar importància al que realment en té, a decidir que allò urgent sempre passa per davant d'allò important, i que hi ha coses que s'hauran d'esperar a l'endemà. Aprens a ser organitzat, a planificar i gestionar recursos, a tenir confiança en tu mateix a l'hora de gestionar els conflictes i les teves decisions, a controlar les teves emocions, a no posar-te nerviós pel que no cal, a transmetre seguretat i control al teu equip, a ser educat, agradable, just, a no faltar mai al respecte, a posar-te sempre al lloc de l'altre, a entendre'l com actua, a donar la volta a les coses que generen conflictes personals, a ser capaç d'ajudar cada professional, a compartir amb ell les seves angoixes, preocupacions i, per descomptat, les alegries i els èxits... en definitiva, a ser un exemple pels teus companys d'equip, sempre amb un cert grau d'optimisme per poder-los motivar en tots els moments. I en aquest aprenentatge hi ha tot d'habilitats comunicatives per ajudar-te a aconseguir el màxim del teu equip.

Crec que tothom hauria d'assumir, en algun moment de la seva carrera professional, un càrrec de gestió, per l'aprenentatge que et dona i per valorar els professionals que realitzen aquestes funcions, veure que no és fàcil, entendre que sovint ens podem equivocar, que les decisions a vegades no són les encertades, però que en realitat tot forma part de l'aprenentatge que has de fer a marxes forçades, per la immediatesa, per la situació, perquè senzillament moltes vegades no hi ha temps de fer-ho diferent.

Cal dir que, per sort, també hi ha coses gratificants, com per exemple quan un professional de l'equip assoleix un projecte amb èxit i ets sents que formes part d'aquesta alegria, celebres amb ell l'èxit, et sents que n'ets part, perquè has cregut en el seu projecte, t'hi has implicat, l'has animat a tirar-lo endavant, l'has motivat, i en el fons del cor sents que potser alguna decisió que has pres en algun moment va ser la correcta i potser va ajudar a què aquell professional assolís aquell reconeixement. És en aquests moments que penses que, potser, estàs fent bé algunes coses en l'equip.

Al final d'aquest camí hi ha un gran creixement personal que formarà part de tu sempre més.

Com avalues l'aposta formativa d'una universitat en gestió, tant de pregrau com de postgrau

És una bona aposta perquè permetrà a les infermeres assolir els coneixements i les habilitats necessaris per poder realitzar tasques de gestió de qualitat i eficients, tot aconseguint un lideratge més gran perquè tindrem una preparació en les diferents competències. És un canvi important en la formació de la professió infermeria i una millora del nivell acadèmic. Amb aquest canvi formatiu podrem veure més infermeres en els rols de lideratge, en equips de comandament, equips directius tant de centres i serveis hospitalaris com d'atenció primària, com de centres sociosanitaris, emergències sanitàries, centres d'atenció a persones dependents, centres d'atenció a les drogodependències, centres de salut mental,....

Ara ja hi ha molts professionals d'infermeria qualificats que estan en càrrecs de gestió i ho estan fent molt bé, però la formació de professionals és necessària per obtenir els coneixements per poder fer una bona gestió i un bon lideratge.

Com veus el lideratge infermer actualment

En l'àmbit sanitari s'estan produint canvis, s'estan fent passes per a la promoció del lideratge infermer. Cal incloure les infermeres en els àmbits de la gestió, de direcció, de presa de decisions, i per això és molt important una formació en aquests camps de lideratge i gestió. Les professionals de infermeria ens estem formant i capacitant per poder treballar en equips de comandaments, i s'està fent molt bona feina en gestió i direcció en serveis sanitaris. Totes aquestes passes són una gran oportunitat per a la nostra professió, constitueixen un repte, tot i que encara queda camí per recórrer i explorar. Hem de donar suport a la infermeria que està en llocs de lideratge, gestió o direcció per junts anar empenyent i obtenir el merescut reconeixement, perquè hi ha professionals amb molta vàlua.

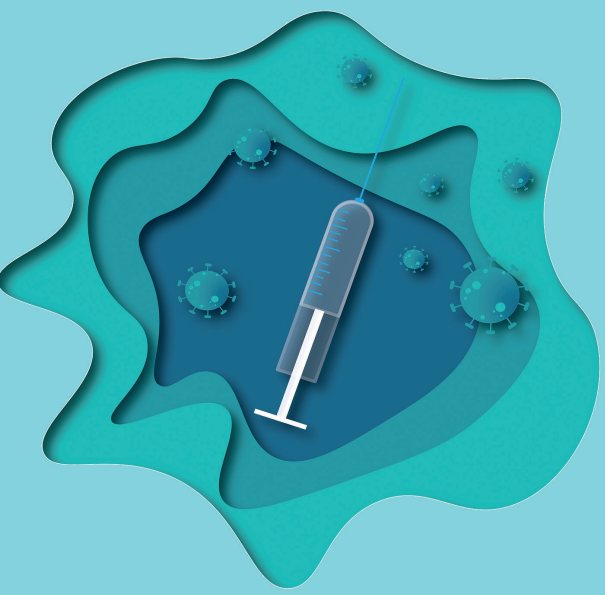
Coneixes la campanya "*nursing now*"? Què pot aportar?

La conec però no amb molta profunditat. Pel poc que conec, penso que pot ser una oportunitat per a la professió infermeria, pel seu desenvolupament professional, per posar la infermeria al lloc on ha d'estar, perquè es valorin les nostres funcions, les nostres competències professionals, el paper de la infermera en el sistema de salut i el que aportem en cures a la població i la qualitat i excel·lència d'aquestes, així com els beneficis que aportem en la millora de la salut de la població. Les infermeres som professionals molt propers a la comunitat i tenim un paper molt important tant en la prevenció de les malalties com en la promoció de la salut. També en l'atenció i les cures per a la recuperació de la salut de la nostra població. Aquesta campanya pot ser molt beneficiosa per la nostra professió, ja que ajudarà a millorar la formació, el desenvolupament professional, a innovar en el treball infermeria i a demostrar el potencial que caracteritza a les infermeres i la capacitat per ocupar llocs de lideratge, gestió, participació en polítiques de salut i en àmbits de responsabilitat i de presa de decisions. I contribuirà també a obrir més ventalls en la investigació, la docència i l'accés i reconeixement en les especialitats d'infermeria.

Campanya

JO ET VACUNO, PER TU, PER TOTS

Per conscienciar la ciutadania de la importància de vacunar-se contra la COVID-19



Durant el mes de maig, el COIGI ha promogut una campanya de conscienciació ciutadana per incentivar la vacunació contra la Covid-19. L'objectiu principal és animar la població a vacunar-se.

La campanya ha comptat amb un vídeo en el qual ha participat la capitana de l'Equip de Bàsquet Femení de l'UniGirona, Laia Palau, i cinc infermeres de l'Equip de Vacunació, Ruth Martín, coordinadora de l'equip, Cristina Almanza, Marta Coll, Maria Luisa Ordóñez i Marta Tejada.

El COIGI ha volgut que aquesta campanya hagi servit com a motivació social però també per visualitzar la tasca de les infermeres i els infermers en la lluita contra la pandèmia de Covid-19 i en l'actual procés de vacunació a la ciutadania que està en marxa.

Per fer front a la vacunació massiva, el Departament de Salut ha mobilitzat una gran quantitat d'infermeres i infermers com a voluntaris, molts dels quals estan vacunant fora dels seus horaris laborals, caps de setmana i festius inclosos.

Durant aquests darrers mesos, també s'ha mobilitzat un gran nombre de professionals jubilats, que s'han ofert a vacunar de manera voluntària. Molts d'aquests professionals estan vacunant des del principi de la campanya de vacunació.

La Junta de govern del COIGI vol agrair i reconèixer públicament l'esforç i la dedicació que estan realitzant tots aquests companys i companyes.

MOLTES GRÀCIES A TOTS!

Entrevista a Mireia Candel Serra

Directora EAP Sils (Col·legiada núm. 4462)

Què et va motivar presentar-te al càrrec de direcció d'equip?
Portava dos anys ocupant el lloc d'adjunta a la direcció de l'EAP quan l'anterior director va plegar. Creia que el projecte per la nostra ABS que havíem engegat era engrescador però que encara no el podíem donar per finalitzat perquè ens quedava feina per fer! Ho vaig consultar a diverses persones del meu equip i va coincidir que tenien la mateixa sensació que jo, que volíem que hi hagués una continuïtat del projecte. Això em va ajudar a donar el pas de presentar-me com a candidata a la direcció de l'ABS.

Què t'aporta aquest càrrec?
El fet d'estar a la direcció d'una ABS m'ha ajudat a tenir una visió més global del nostre equip i del nostre sistema de salut. Una visió estratègica, comunitària, centrada en el pacient i que incorpora com a eix vertebrador l'assistència de qualitat i la seguretat del propi pacient.

També m'ha aportat coneixement de la naturalesa humana. El fet d'haver de liderar un equip de persones amb diferents caràcters, maneres de ser i diverses situacions personals, i gestionar petits conflictes entre companys, o fins i tot haver d'afrontar situacions difícils, m'ha fet créixer i madurar com a persona.

Tinc la sort de formar part d'un gran equip de professionals. M'omple d'orgull i satisfacció veure'ls treballar dia a dia. Veure com assolim els reptes que ens anem posant i l'esforç que dediquen en tot moment a la seva feina i als projectes que tenim.

No m'hagués decidit a presentar-me al càrrec de directora de l'EAP si no tingués un equip com el que tinc.

Com valores l'aposta formativa d'una universitat en gestió sanitària, bé en pregrau o postgrau?
Quan jo vaig estudiar la carrera encara era una diplomatura. Recordo que dins la formació curricular sí que hi havia gestió sanitària. Tot i que ara que m'hi dedico, penso que va ser insuficient. Desconec si ara amb el grau s'ha ampliat aquesta formació. En el meu cas (i haig de dir que també gràcies a l'ICS) m'he format en gestió de serveis sanitaris a través de la formació de postgrau i vaig fer el màster GESAPH a la UB, que em va ajudar a tenir els coneixements de com funciona el sistema sanitari a nivell legislatiu, d'organització, recursos, pressupost...

Com veus el lideratge infermer actualment?
Penso que cada dia som més les infermeres que ocupem llocs de gestió, sobretot en l'atenció primària, i a la DAP Girona. En el conjunt del territori mica en mica aquesta tendència va apareixent. Tenim algunes infermeres amb un lideratge molt potent, com l'Adelaida Zabalegui, que és un gran referent al nostre país. Però en general hi ha molta feina a fer.

Coneixes la campanya *Nursing Now*? Què creus que pot aportar?
Hem d'estar orgulloses que aquest any 2020 l'OMS l'hagi declarat com a l'any internacional de les infermeres i llevadores. Hem d'aprofitar-ho per posar en valor la nostra feina i donar-nos visibilitat com a col·lectiu per tal que la societat conegui quin és el rol d'infermeria i poder-lo potenciar.

En aquest aspecte ens pot ajudar molt la campanya *Nursing Now*, ja que un dels seus objectius és justament potenciar el rol de les infermeres per millorar la qualitat de les pràctiques de cura i influir en decisions polítiques de salut global. Es vol promoure que hi hagi més infermeres en llocs de gestió. Donar més evidències als responsables polítics sobre els àmbits on la infermeria pot tenir major impacte. També sobre quins factors estan impedint que les infermeres assoleixin el seu màxim potencial i com afrontar aquests obstacles.

Hem d'aprofitar el ressò d'aquesta campanya per donar-nos a conèixer a la societat i visibilitzar la nostra feina.

Mireia Candel

Entrevista a la Doctora Glòria Reig Garcia

(Col. núm. 4523)

D'on surt la motivació per fer un doctorat?

No sabria ben bé si hi va haver una motivació concreta. Em considero una persona força inquieta i sempre m'han agradat els reptes. Fer el doctorat n'era un. L'objectiu principal, aprendre i poder donar resposta a preguntes que m'encuriosien.

Vaig començar els estudis universitaris d'Infermera l'any 2002, i quan vaig trepitjar per primera vegada l'Atenció Primària vaig saber que aquell era el meu lloc com a infermera. Recordo aquell període de pràctiques com si fos avui. Així, doncs, quan vaig acabar la diplomatura vaig fer el màster d'Atenció Primària i també el postgrau de Salut Comunitària que feien a la Universitat de Girona. I va ser en aquest últim on vaig topar amb un professor amb una passió per la recerca que encomanava... jo diria que va ser en aquell moment quan em vaig començar a interessar per la investigació. Un parell d'anys més tard vaig fer el màster de Promoció de la Salut, també a la Universitat de Girona, i aquí va ser quan clarament vaig veure que la recerca m'agradava. Per tant, tan bon punt vaig acabar el màster em vaig matricular a l'escola de doctorat.

Glòria Reig

Ens pot explicar breument la seva tesi?

La tesi doctoral que vaig defensar l'any 2016 es titula *Continuïtat assistencial infermera: Una millora en la qualitat i seguretat de les cures infermeres*. L'interès pel tema va sorgir del dia a dia a la pràctica assistencial.

L'envelliment de la població i l'augment de malalties cròniques, entre altres, provoquen una major demanda d'hospitalitzacions. L'alta hospitalària és un moment fràgil, i una mala gestió d'aquesta té repercussions sobre la qualitat de la cura de la persona. A més, l'especialització i capacitació de l'Atenció Primària per atendre d'una forma més intensiva certes poblacions i malalties fa que sovint les persones arribin al domicili amb cures complexes. Això ens situa en un escenari on els professionals de la salut dels diferents àmbits assistencials hem de donar respostes de forma conjunta, integrada i continuada en el temps.

L'objectiu de la tesi era descriure la satisfacció de les infermeres amb el model de continuïtat de cures infermeres del territori, i estudiar l'informe d'alta d'infermeria com a document de comunicació infermer entre nivells assistencials. Durant el treball de camp vaig recollir l'opinió de 437 infermers, dels 4 àmbits assistencials del territori: Atenció Primària, Atenció Hospitalària, Atenció Sociosanitària i Atenció en Salut Mental. També vaig fer una estada a la Unitat de Continuïtat Assistencial de l'Hospital Josep Trueta i de l'Hospital Santa Caterina, per entendre com es treballava la continuïtat assistencial des de l'entorn que desconeixia: l'hospital.

Quina aplicabilitat té el seu estudi en la pràctica diària?

Els resultats d'estudi van identificar els facilitadors i les barreres del model de continuïtat assistencial infermera del territori, aportant millores en l'estructura i contingut de l'informe d'alta d'infermeria. Per promoure la continuïtat de cures és essencial disposar d'un informe d'alta d'infermeria adequat a les necessitats de les persones i dels professionals que l'utilitzen. L'estudi proporcionava informació oportuna per orientar els gestors a identificar les estratègies necessàries per millorar el model de continuïtat assistencial infermera del territori.

Arran dels resultats, i parlant d'aplicabilitat concreta, l'any 2017 se'm va convidar a participar en una comissió per a la millora de l'informe d'alta d'infermeria de l'Hospital Santa Caterina. En aquell moment es van poder fer canvis en el document, canvis que donaven resposta a les suggerències de les 470 infermeres que havien participat en l'estudi.

Com va viure el procés de realització de doctorat?

La veritat és que en tinc un molt bon record. Vaig començar el doctorat durant el curs acadèmic 2012-2013 i 4 anys més tard, el 2016, vaig llegir la tesi. La flexibilitat en l'organització del procés de doctorat és un dels grans avantatges; tu et marques els objectius i el cronograma de treball i això facilita molt el fet de combinar-ho amb una altra tasca professional, ja sigui l'assistència, la docència o la gestió. En aquell moment era complicat, i encara ho és ara, aconseguir beques que et permetin dedicar-te només al doctorat i gairebé sempre es combinen aquests estudis amb una altra tasca professional. Aprofito per reivindicar les oportunitats de les infermeres en l'àmbit de la investigació.

Quina recomanació donaria a infermeres que contemplen cursar doctorat?

Doncs bé, sense ser una experta, el que sí els diria és que el doctorat és un camí llarg, però alhora molt enriquidor. La investigació és part de la ciència i com a tal l'hem d'incorporar a la nostra professió. A través del doctorat es poden donar respostes a qüestions senzilles, preguntes que com a infermeres sovint ens fem. Sens dubte, animaria totes aquelles persones que sentissin un petita inquietud a iniciar els estudis de doctorat.

COVID persistent, una nova situació clínica a causa del SARS-CoV-2

M. Pilar Galeas Herrer. Col·legiada núm. 2618
Natalia Samper Sánchez. Col·legiada núm. 2833

Des del Col·legi Oficial d'Infermeres i infermers de Girona transmetem un missatge d'esperança per al tractament de la malaltia reconeguda com a Covid persistent.

Si has passat la Covid i encara tens símptomes que persisteixen

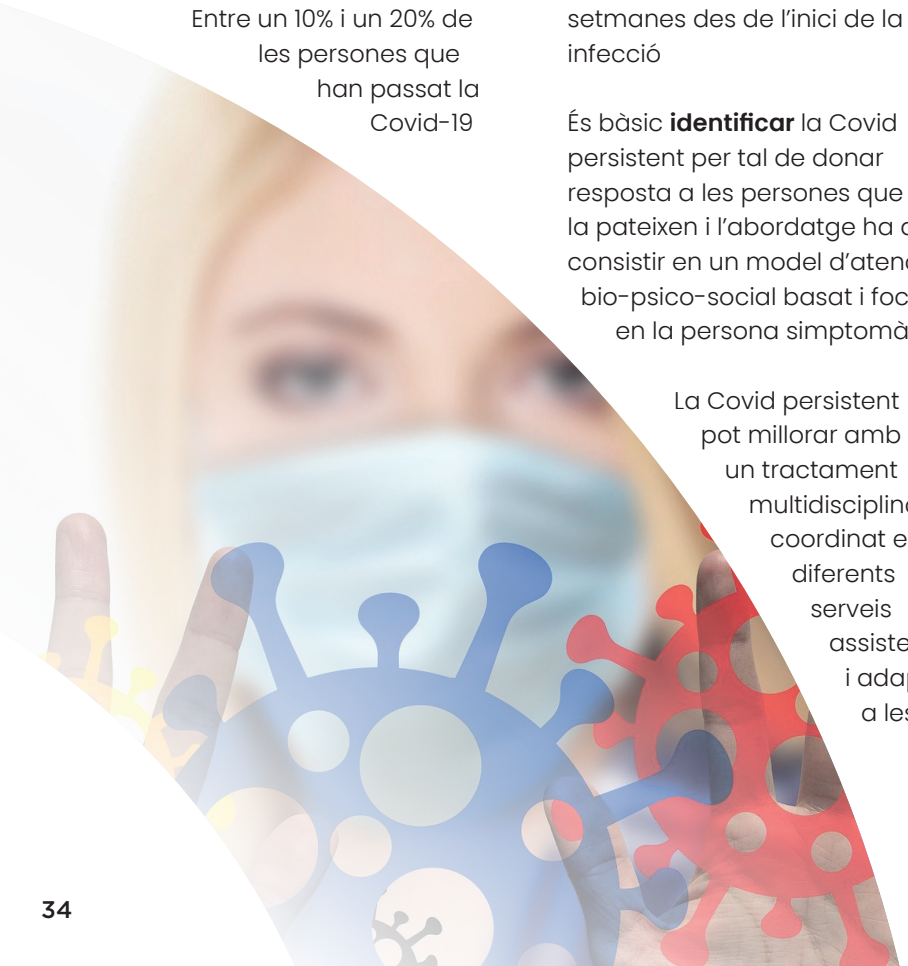
en el temps, aquest article t'interessa.

Com definim la Covid-19 persistent?

És una situació clínica que es dona en alguns pacients que han patit una infecció lleu o moderada per SARS-CoV-2 i que, després de la fase aguda, no tornen a l'estat de salut basal.

Des de fa poc, els símptomes de la Covid persistent es **reconeixen** com una malaltia amb entitat pròpia i el seu diagnòstic ja és reconegut i incorporat al programa E-CAP. Se l'ha codificat dins la Classificació Internacional de Malalties de l'OMS.

Entre un 10% i un 20% de les persones que han passat la Covid-19



presenten una simptomatologia de llarga durada. Alguns símptomes persisteixen des de l'inici i altres fluctuen en el temps i afecten, principalment, dones d'entre els 35 i els 55 anys. L'edat mitjana se situa al voltant dels 40 anys i un gran nombre d'afectades/ts, que varen contagiar-se majoritàriament durant la primera onada de la pandèmia, presenten incapacitat per realitzar les activitats bàsiques de la vida diària.

La definició de malaltia Covid persistent es dona quan la simptomatologia supera les 12 setmanes des de l'inici de la infecció

És bàsic **identificar** la Covid persistent per tal de donar resposta a les persones que la pateixen i l'abordatge ha de consistir en un model d'atenció bio-psico-social basat i focalitzat en la persona simptomàtica.

La Covid persistent pot millorar amb un tractament multidisciplinari coordinat entre diferents serveis assistencials i adaptat a les necessitats del pacient. Cal recordar que aquesta malaltia és una entitat real (no són crisis d'ansietat).

L'absència de proves que confirmin la Covid persistent i la manca de plausibilitat epidemiològica no ens ha de fer rebutjar el diagnòstic.

És necessari **visualitzar-la**, perquè pot succeir que les persones que la pateixen adaptin la seva vida als símptomes sense que hagin consultat a cap metge, de manera que es produeixi una situació d'infradiagnòstic malgrat que aquestes persones es trobin invalidades en menor o major grau.

Per tant, els usuaris que tinguin símptomes de Long Covid o Covid persistent s'han de dirigir al seu centre d'atenció primària, on hi ha personal sanitari preparat per a l'abordatge d'aquests pacients. Notificar els símptomes és essencial, perquè les persones afectades solen sentir-se en un estat d'incertesa, neguit i sensació d'aïllament i/o abandonament.

Els professionals disposen de protocols d'atenció que contemplen la realització de proves relacionades amb els símptomes; s'han de coordinar amb els altres interventors (equip multidisciplinari) i han d'oferir un tractament personalitzat amb l'objectiu d'aconseguir la millora o recuperació del pacient.

Quins símptomes pateixen les persones que tenen la Covid persistent?

Els símptomes són molt diversos. Se n'han arribat a descriure fins a 200.

Classificació dels símptomes:

1. Cardíacs: palpitacions, canvis de la tensió arterial (hipotensió ortostàtica, hipertensió sense incorporació), taquicàrdia, bradicàrdia sinusal.

2. Respiratoris: dificultat respiratòria, tos seca, opressió toràcica.

3. Psicològics: ansietat, fòbies, apatia, trastorns de la son, trastorns obsessius compulsius.

4. Osteo-musculars: artràlgies i miàlgies, dolors musculars.

5. Otorrinolaringològics: disfàgia (trastorn que dificulta el pas d'aliments sòlids o líquids), odinofàgia (dolor de gola produït en empassar), aftes bucals, acúfens (sorolls al cap o xiulets a les oïdes), hipoacúsia (pèrdua parcial o total de la capacitat auditiva).

6. Digestius: abdomiàlgia, dispèpsia, pirosi, flatulència, diarrea.

7. Dermatològics: Urticària, rash (erupcions cutànies a la pell), alopècia (manca de pèl, sobretot al cap).

8. Generals: Febrícula, calfreds, malestar general, anorèxia i fatiga. La FATIGA és el símptoma més freqüent. Les persones amb fatiga post-covid es recuperen més lentament d'un esforç que les que tenen fatiga crònica. Segons estudis xinesos, el 64% de les persones que s'han infectat del SARS-CoV-2 patexien una fatiga intensa o greu, que es considera crònica quan es prolonga més enllà dels 6 mesos.

L'objectiu d'un estudi pioner que du a terme l'IRB de Lleida i l'Hospital Santa Maria de Lleida és poder determinar si l'origen de la fatiga post-covid podria estar a la cèl·lula muscular. Aquest estudi se centra en dones d'entre 40 i 65 anys.

9. Neurològics: Cefalea, parestèsies (sensacions anormals dels sentits: formigueig, adormiment), anòsmia (incapacitat per percebre olors), cacòsmia (percepció d'olors desagradables), disgèusia (distorsió del sentit del gust), dispràxia (falta de coordinació dels moviments), dèficit de la memòria recent, inestabilitat, mareig, incapacitat per concentrar-se.

10. Oftalmològics: diplopia (alteració visual en què es percep visió doble), nistagme (moviment involuntari dels ulls), visió borrosa, ull sec (trastorn ocular on hi ha una manca de lubricació), conjuntivitis (coloració rosada o vermella a la part blanca de l'ull).

11. Coagulació: Hematomes, microtrombosi (presència de diversos petits trombes als capil·lars de diversos òrgans. Des de l'àmbit mèdic s'està estudiant com tractar aquesta variada simptomatologia.

Actualment hi ha un projecte, liderat pel metge Francisco Mera (metge de família del CAP de Sant Feliu de Llobregat de Barcelona) que pretén donar una resposta efectiva a aquesta malaltia. El doctor Mera és el principal investigador del projecte, que es basa en un assaig clínic anomenat "ESPERANZA COVID-19", promogut per l'IDIAP Jordi Gol (Institut Universitari d'Investigació en Atenció Primària).

El dia 1 de març va començar aquest assaig, únic a tot el món, que s'anomena "ESPERANZA COVID-19" en honor a la seva primera pacient (a part de la seva dona) i també perquè és un projecte que li fa molta il·lusió.

Per què el doctor Mera es va plantejar realitzar el projecte "ESPERANZA COVID-19"?

El març de 2020, el doctor Mera i la seva esposa van passar la Covid-19. El doctor Mera es va recuperar favorablement, però la seva dona va continuar manifestant símptomes persistents passada la infecció.

Aleshores, va començar la investigació inicial, per part del metge Mera, basant-se en una

medicació que va considerar que podria ser adequada davant els símptomes de fatiga constant, ofec, dolors musculars i de mal de cap que patia la seva dona. Es tracta del fàrmac Montelukast (antiinflamatori que actua a nivell immunitari). Després de 48 hores de prendre's el medi ament, la pacient va presentar una millora. A partir d'aquí ha tractat més d'una vintena de casos (en la seva majoria dones, amb una mitjana d'edat d'uns 43 anys) i els resultats han estat molt bons.

Posteriorment, el doctor Mera va iniciar la seva investigació administrant el fàrmac Montelukast a 300 pacients que han donat positiu en un test de PCR i que tenen símptomes lleus o moderats de més d'un mes de durada.

El medicament s'administra a 150 pacients amb símptomes post-COVID-19. A un altre grup de 150 persones se'ls dona placebo.

Si a finals d'any s'obtenen bons resultats, es podrà administrar el fàrmac Montelukast de manera generalitzada als pacients amb Covid persistent.

Hi ha diferents hipòtesis que explicarien per què es desenvolupa una Covid persistent. Una d'elles és que la malaltia apareix perquè ha restat un reservori de virus a la via digestiva o bé perquè s'ha produït una manca de resposta adequada per part del nostre sistema immunitari.

Advertència important:
Les persones amb Covid persistent no haurien de donar sang degut als reservoris virals que encara posseeixen.

Unitats de Covid persistent a Catalunya i consideracions recents sobre aquestes unitats:

· L'Hospital Germans Trias i Pujol (Badalona), conjuntament amb la Fundació Contra la Sida i les Malalties Infeccioses, ha creat una unitat de Covid-19 persistent, que està activa des de finals de l'any 2020 i la lidera la metgessa Lourdes Mateu.

Per apuntar-se, si es desitja, a un estudi sobre la Covid persistent (HGTP): assaigs@ flsida.org

· L'Hospital Germans Trias i Pujol (Badalona), en col·laboració amb l'Institut Guttmann, va crear al desembre de 2020 una unitat de Covid persistent pediàtrica (pionera a Catalunya i a tot l'Estat Espanyol).
https://www.isglobal.org/cat/gcmsc
Grup col·laboratiu multidisciplinari per al seguiment científic de la Covid-19.

· Atenció als nens amb Covid persistent: cal dirigir-se a l'institut Guttmann i contactar amb la Sra. Antònia Enseñat (Cap d'Àrea de Neuropsicologia). Tracta els nens amb Covid persistent. Aquests nens solen manifestar presnetar els següents símptomes: boira mental, dificultat per concentrar-se i fatiga física i mental que pot durar fins i tot mesos.

Recentment, el director general de l'ICS, Sr. Argimon, ha manifestat que es crearan unitats per atendre les persones afectades per la Covid persistent. Aquestes unitats es distribuiran per les 7 regions o àrees sanitàries de Catalunya, amb la finalitat de poder arribar a tothom.

Seguro de **Automóvil**

¿Conoce las *ventajas* del Seguro de Automóvil de A.M.A.?

Ventajas en nuestros talleres preferentes
Recogida y entrega gratuita, limpieza exterior, prioridad en la reparación, 50% dto. sobre el precio de la franquicia, vehículo de cortesía según disponibiliad...

Reparación y sustitución de lunas
En nuestra red de talleres colaboradores de lunas a través del 912 74 86 95 o del click to call de nuestra página web.

Servicios gratuitos de ITV y Gestoría
Inspección audiovisual y manual previa, gestión de cita con la ITV y servicio de chófer para pasar la inspección. Servicio gratuito e ilimitado de trámites administrativos relativos a la documentación del conductor principal.

Tasas e impuestos oficiales no incluidos.

Servicio Manitas Auto
Pequeñas operaciones en el vehículo asegurado y en las que no sea necesario acudir al taller, como sustitución de consumibles, configuración de dispositivos electrónicos, instalación de accesorios, etc.

1 servicio de hasta 2 horas gratis al año.

Y ahora le ofrecemos asesoramiento personalizado para planificar la forma de pago de su seguro.

A.M.A. GIRONA Emili Grahit, 14; baixos Tel. 972 22 25 33 girona@amaseguros.com

LA MUTUA DE LOS **PROFESIONALES SANITARIOS**

www.amaseguros.com 913 43 47 00 / 972 22 25 33

Síganos en y en nuestra APP

A.M.A. agrupación mutual aseguradora

A.M.A. GRUPO · A.M.A. agrupación mutual aseguradora · AmaVida Seguros de vida para profesionales sanitarios · AMA Aseguradora ECUADOR

Testimoniatges de vida d'infermeres emblemàtiques en què la vocació supera els riscos de la professió

M. Pilar Galeas Herrer. Col·legiada núm. 2618
Natalia Samper Sánchez. Col·legiada núm. 2833

El coneixement, la seguretat, el benefici, el convenciment i la determinació en la realització d'unes bones accions ens porta a satisfer-les, tot i sent coneixedores, en algunes situacions i circumstàncies, dels perills que comporta dur-les a terme.

El perfil humà de la infermera a voltes posa a prova el risc personal davant el benefici col·lectiu, sempre que es tracti de preservar o salvar la vida dels éssers humans. I pot més aquest sentiment d'ajuda incondicional que el perill al qual la infermera s'ha d'enfrontar per aconseguir-ho. És així i no ens en penedim, encara que el resultat no sigui el que esperem. Per què? Perquè el fet d'haver-ho intentat no ens mostra la derrota del combat, sinó que ens inclou en la lluita incansable i constant de les professionals infermeres per la prevenció i promoció de la salut, per la cura dels malalts, l'ajut en la cura de les malalties i l'intent i participació en la salvació de vides. En són exemple els casos de dues infermeres que us exposem a continuació.

Són testimonis d'infermeres que han quedat a l'oblit, però que hauríem de tenir sempre molt presents en la memòria històrica del col·lectiu infermer, com a models representatius de les aptituds i actituds que acompanyen el coneixement d'una infermera i que, majoritàriament, són innates en les persones que escullen aquesta humana i vocacional professió.

Edith Cavell

Edith Cavell
Va néixer a Schaabeek (Anglaterra) i va morir afusellada als 49 anys a Bèlgica (Brussel·les). Va ser una infermera molt vàlida i va destacar per la seva gran categoria humana i per ajudar sempre els altres.

La vida humil i familiar que va tenir en la infància li va ensenyar la importància d'ajudar els més necessitats. Als 25 anys va començar a viatjar per Europa i va tenir l'oportunitat de conèixer a Àustria un hospital gratuït, on els malalts podien ser atesos sense haver de pagar res. Aquesta circumstància li va despertar la seva vocació com a infermera. Primerament, a l'hospital de Londres va adquirir la formació d'infermera i va ser alumna d'Eva Lucke: la millor matrona de la ciutat.

A Brussel·les va treballar en una escola d'infermeria com a matrona i posteriorment va treballar en altres hospitals, alhora que va donar classes a diverses escoles d'infermeria.

Era considerada una de les promeses de la infermeria moderna i va ser admirada i respectada per les seves companyes de professió, així com també pel gremi mèdic.

Més tard va ser directora de l'Escola Belga d'Infermeres Graduades.

Quan va esclatar la primera Guerra Mundial i Alemanya va envair Bèlgica, es va haver de treure de l'hospital tots els ferits perillosos o sospitosos. En aquest moment Edith Cavell va desenvolupar una tasca inaudita: va curar els soldats aliats i els va ajudar a escapar fins als Països Baixos (que eren neutrals), gràcies a una xarxa organitzada d'evasió, que violava la llei militar imposada pels alemanys.

Cavell va decidir ajudar els soldats britànics que van quedar

atrapats a Brussel·les, amagant-los a l'hospital i en cases de seguretat, inclosa la seva. Va ajudar a escapar cap a Holanda al voltant de 200 militars britànics, francesos i belgues. Mentrestant, ella continuava exercint com a infermera i seguia atenent soldats ferits d'ambdós bàndols.

La seva tasca com a infermera i com a persona que vol salvar vides la va dur a terme durant 10 mesos. Fins que va ser considerada sospitosa pels comentaris que feia públicament sobre la injustícia de l'ocupació. Paral·lelament, un espia infiltrat va descobrir la xarxa d'evasió, que va ser neutralitzada. Simultàniament es van detenir diverses persones, entre elles Edith Cavell, que va ser empresonada al centre penitenciari de Saint-Gilles. En l'interrogatori previ al qual se la va sotmetre, ella no va tractar de defensar-se i tan sols va dir que "com a infermera i ésser humà se sentia obligada a ajudar i curar les persones necessitades, tant si eren alemanys com del bàndol dels aliats". Dos mesos i mig més després del seu empresonament, el 12 d'octubre de 1915, va ser afusellada juntament amb altres belgues condemnats per causes similars.

La nit prèvia a la seva execució va confessar al mossèn de la presó que malgrat que l'anessin a executar no sentia odi cap als alemanys i que no tenia por a la mort, perquè havia presenciat moltes morts a l'hospital i, per tant, la coneixia massa bé. Aquella darrera nit també va escriure a les seves companyes infermeres el següent: "La devoció us donarà la vertadera felicitat i el pensament que heu fet, davant Déu i vosaltres mateixes, és el vostre deure complert, que juntament amb un bon cor seran el vostre més gran suport en els moments difícils de la vida". Va deixar un bon llegat. La seva condemna, per part d'un tribunal militar alemany, i la seva posterior execució van ser una barbàrie i una depravació moral.

El famós poeta alemany Gottfried Benn, que també era metge militar del Centre Penitenciari de Saint-Gilles, va presenciar i certificar la seva mort, i va escriure que mai havia conegut una dona amb tant de valor. Posteriorment, la seva mort va ser denunciada pels mitjans britànics i nord-americans com una mostra evident més de la brutalitat i la injustícia alemanyes.

Edith va posar a favor de la justícia la seva vàlua professional, els valors, els drets humans. Va passar a la història com una heroïna pel fet d'exercir de manera humana i justa la seva professió infermera, per guarir les ferides de tots els soldats lesionats (aliats i no aliats) i sobretot per salvar més de 200 soldats, ajudant-los a fugir de la Bèlgica ocupada pels alemanys.

Irene Sendler

Irene Stanislava Sendler (1910-2008), coneguda també com "l'àngel del Gueto de Varsòvia", va ser infermera polonesa i treballadora social.

Va ser cap de la secció de Zegota dels infants i va ajudar i salvar nens i nenes jueus, amb el risc de perdre la seva pròpia vida.

En 1939 era infermera al Departament de Benestar Social. Aquell any, Alemanya va envair Polònia i Irene es va convertir, amb vint-i-nou anys, en una combatent de la resistència antifeixista. Durant aquell període de temps, va amagar infants jueus en ambulàncies, bosses d'escombraries, taüts i, fins i tot, entre els cadàvers, perquè sortissin del Gueto de Varsòvia i així poguessin salvar les seves vides.

En total va salvar 2.500 nens. Mentre els salvava va tenir una bona idea enterrant llistes amb els noms dels nens en ampolles, cosa que va facilitar que, un cop finalitzada la guerra, en recuperar-les, pogués enviar els llistats dels nens a la comunitat jueva, de manera que es reunissin els nens salvats amb les seves famílies.

L'any 1943 Irene va ser detinguda i torturada amb gran brutalitat.

Irene Sendler

Com que no va confessar res, va ser condemnada a mort per penjament. Però justament abans de la seva execució va ser rescatada, miraculosament, per un oficial alemany, qui la va deixar escapar i va quedar lliure.

Des d'aleshores ella va viure amb una identitat falsa a l'estranger. Així va poder tenir una vida normal; es va casar i va tenir tres fills.

Malauradament avui al món pocs coneixen aquesta heroïna, tot i haver estat nominada pel premi Nobel de la Pau. Aquest premi no el va aconseguir, tot i que això no era per a ella un objectiu, sinó un reconeixement aliè que no necessitava, perquè el que ella gaudia com un premi per a la seva ànima eren les visites dels nens que va salvar i, fins i tot, dels nets d'aquests.

Quan se li preguntava a aquesta valenta infermera com es va decidir a dur a terme aquests salvaments, ella responia: "La meva infància ha estat la raó que em va impulsar a salvar aquests nens. El meu pare sempre em deia que havia de salvar les persones que s'estan ofegant, sense tenir en compte ni la seva religió ni la seva nacionalitat".

Irene va viure fins als 98 anys. I no volem que la memòria i les gestes d'aquesta honorable i valenta infermera caiguin en l'oblit.

Les vides d'aquestes dues infermeres mostren la seva gran qualitat humana. Són una mostra de què la infermeria, a banda que és una professió bàsicament vocacional, les persones l'exerceixen coincideixen en determinades aptituds, actituds i comportaments, entre les quals destaquen l'empatia, l'escolta activa, el respecte, la confidencialitat, la lleialtat, l'estabilitat emocional, la resistència psíquica i física, el desig d'actuar pel bé del pacient i la humanitat.

Moltes d'aquestes qualitats són innates i altres les adquirim a mesura que estem en contacte amb el pacient. Davant la nuesa i vulnerabilitat de les persones que pateixen ens adonem que l'acte més generós que podem fer envers elles és donar tot el que nosaltres voldríem rebre. Aquesta és l'essència i el sentit de la nostra professió. Els coneixements i habilitats sobre la matèria per realitzar-ho de la millor manera possible també són fonamentals, però l'enteniment i la perspectiva de la situació per la qual està passant el malalt no l'hem de perdre mai del nostre pensament en la nostra conducta i correcta atenció. El com ho fem té tanta importància com el que fem, i no podem obviar cap de les dues accions. Això ho tenien clar l'Edith i la Irene, dues infermeres íntegres i úniques, que es mereixen ser recordades.

Per altra banda, també volíem esmentar que les vides d'aquestes infermeres que hem exposat tenen similituds, en el fons i no en la forma, amb les de la gran majoria d'infermeres que des de fa un any estan treballant en la lluita contra la Covid 19 i a favor de la recuperació, guariment i salvació de tantes vides humanes afectades per aquest virus. Passat i present es mostren amb un cert paral·lelisme pel que fa a la vocació i actuació de les infermeres/rs, tant per les funcions que desenvolupen com, i sobretot, per l'humanisme que han transmès als pacients, malgrat les seves pors interiors i els seus EPI, mostrant en tot moment seguretat i professionalitat.

Edith Cavell.
The Berkendael Institute. Brusel·les.

Reflexions d'un infermer

Francesc Moreno Oliveras (Col·legiat núm. 2960)
Institut d'Assistència Sanitària

Francesc Moreno

Quin goig treballar cada dia amb gent vestida de blanc!

Quin goig veure tanta gent a qui li agrada el que fa!

Quin goig veure com diferents professionals treballen cada dia junts per humanitzar!

Quin goig viure i veure com cada dia, malgrat les circumstàncies, pots arribar a donar el millor de tu gràcies a gent generosa, sensible, amable.

Com agrair la comprensió i la paciència a qui sap més que tu?

Com agrair els petits gestos de cada dia que fan la feina més fàcil?

Hi ha situacions en les quals ets sents impotent perquè des del teu lloc no pots fer més, però quan veus i experimentes que hi ha professionals que, essent flexibles, sensibles i humans, fan que es trobi la millor solució a un problema complex, i de la manera més ràpida possible, només pots sentir agraïment i admiració per estar envoltat de gent amb una qualitat humana immillorable.

Dins la duresa dels temps que ens toca viure es pot veure i sentir un goig immens.

No hi ha paraules suficients al vocabulari per descriure amb prou intensitat els molts dies que vivim als nostres centres de salut.

Aquesta situació pot millorar abans si aconseguim conscienciar a qui no comprèn, no accepta, no escolta.

És molt greu el que està passant, però jo trio agrair i lloar qui fa possible aquesta feina cada dia. Per això, per solidaritat, en tot moment faig el millor que puc complint les recomanacions que ens donen els que més hi entenen.

"Per les ones vaig cercant l'Esperança".

Autoria: Ariadna Creus i Àngel García

Col·labora amb nosaltres a la revista *Actualitat Infermera*. Si estàs interessada o interessat en col·laborar i publicar els teus escrits a la revista *Actualitat Infermera* t'oferim l'oportunitat de fer-ho. La temàtica és totalment lliure.

Envia els teus escrits al Consell de Redacció. Aquest Consell es reserva el dret de publicació dels escrits que es rebin.

Infermeres i programa pla de serveis individualitzats (PSI): acompanyament i vincle

PROGRAMA PSI DE LA XARXA DE SALUT MENTAL I ADDICCIONS DE LES COMARQUES GIRONINES

Autors: Miriam Broncano Bolzoni (col. núm. 5315), Margarita de Castro-Palomino i Serra (col. núm. 1564), Miquel Godó Subirana (col. núm. 3457), Lourdes Marquez Mora (col. núm. 3804).

A finals del 2017, seguint el pla Director de Salut Mental, la Xarxa de Salut Mental i Addiccions de l'Institut d'Assistència Sanitària (IAS) de Girona va incorporar diversos programes comunitaris, entre ells el Pla de Serveis Individualitzat (PSI).

Aquest programa té per objectiu oferir suport en la gestió de casos complexos de salut mental que presenten dificultats per vincular-se a l'assistència, des d'una perspectiva comunitària, fent seguiment del pacient des del seu entorn i acompanyant-lo perquè pugui accedir als recursos necessaris amb l'objectiu que pugui tirar endavant el seu projecte de vida de la manera més saludable possible i tenir les seves necessitats cobertes.

Seguint les directrius de l'OMS, el PSI serà l'eina del Pla de Salut Mental de Catalunya que establirà per a cada situació individualitzada:

a) Les necessitats de cada malalt amb TMS.
b) Els objectius terapèutics i de rehabilitació que es persegueixen.
c) Els serveis sanitaris i socials que cal mobilitzar.
d) La durada estimada de la utilització d'aquests serveis.

Com ha succeït en altres països, el pas d'una psiquiatria institucional a una psiquiatria comunitària a Catalunya ha creat una xarxa assistencial que, per diversos motius, dona una resposta limitada, de caire gairebé exclusivament reactiu, que respon només a les crisis o requeriments dels pacients o de les seves famílies. Allà on això es dona, els pacients menys capaços o menys disposats a demanar ajuda tenen el risc de quedar fora del sistema. Per als pacients amb mancances persistents és essencial la continuïtat en l'assistència, però no els resulta fàcil gaudir-ne per culpa de la fragmentació dels serveis, la seva difícil accessibilitat, les citacions diferides, la multiplicitat d'intervencions i la poca coordinació entre aquestes.

Per evitar que els pacients amb TMS quedin fora del sistema d'atenció i assistència caldrà assegurar-ne un vincle, tan actiu com planejat deliberadament.

Per garantir-lo s'ha dissenyat el PSI, que preveu:

- Un mètode organitzatiu.
- Un procés actiu de gestió.
- Un responsable de la coordinació de procés: el coordinador del projecte individualitzat.

A través d'aquests tres mecanismes el PSI haurà de permetre assolir els objectius següents:

- Delimitar les necessitats i també les capacitats de la persona.
- Disposar dels serveis previstos segons les necessitats i el recursos comunitaris disponibles o que caldrà crear.
- Coordinar les accions preventives, de curació, de rehabilitació i de suport.
- Compartir les informacions amb la persona, la seva família i els professionals responsables.

Al novembre de 2017, i davant la necessitat que es va plantejar, vam iniciar el programa PSI. Moltes infermeres de l'entorn hospitalari van tenir l'oportunitat d'incorporar-se en un nou entorn laboral, juntament amb companyes de treball social i

Cada PSI té la seva idiosincràsia. Segons les característiques de les comarques, tenim el PSI de comarca rural, amb totes les seves particularitats (accessos difícils, persones que viuen aïllades a les muntanyes, etc.), el PSI de comarques costaneres i el PSI de ciutat.

educació social. Aquest programa es va dotar de vuit equips PSI, amb un total tretze nous Coordinadors de Projectes Individualitzats (CPI), distribuïts per comarques de la manera següent:

Taula 1. Programa PSI de la Xarxa de Salut Mental i Addiccions de les Comarques Gironines

Sector	CPI	Infermers/rs
Alt Empordà	2	2
Baix Empordà	2	1
Garrotxa	1	1
Ripollès	1	1
Selva Interior	1	1
Selva Marítima	1	1

Aquest canvi va obrir una nova porta en l'atenció a les persones des d'infermeria de salut mental, amb noves intervencions i adaptant-se a un canvi de rol com a gestores de casos, sense oblidar el seu bagatge professional, que aporta qualitat assistencial a aquestes intervencions.

El desenvolupament del programa PSI ha permès que es pugui accedir a pacients que estaven molt aïllats al domicili, amb dificultat per arribar als serveis a causa del seu estat psicopatològic, amb dependència de terceres persones, amb sobrecàrrega familiar o manca de suport familiar, i també aquells amb la necessitat d'utilitzar múltiples serveis d'una manera reiterada (per exemple, múltiples ingressos hospitalaris a salut mental).

Els pacients arriben al programa derivats des del mateix centre de salut mental (CSM), ja que els professionals de salut mental referents tenen constància de les seves dificultats i complexitat, encara que també poden sol·licitar el suport des dels serveis socials de zona o de l'atenció primària i arribar la derivació filtrada per via del CSM.
En el moment que els professionals de la xarxa fan la derivació dels pacients als PSI referents dels equips de la seva comarca, s'engega un procediment burocràtic ràpid en què els professionals fan un informe de derivació, que és valorat pels PSI i comentat per tot l'equip CSM a la reunió setmanal.

Oficina PSI rural, Selva Interior

Quan el pacient compleix els requisits de pacient PSI i pot entrar en el programa, es convoca una entrevista en què la persona que deriva fa la presentació del PSI i s'intenta firmar un contracte amb un temps limitat.

Quan els professionals miren retrospectivament el que els ha aportat i el que han après durant aquests anys, tant professionalment com personalment, en primer lloc poden destacar que la proximitat de la intervenció del PSI en fer visites a la comunitat mostra un usuari molt diferent del que es veu quan està a l'hospital o a la consulta. Això ens ha ensenyat a treballar adquirint noves eines d'intervenció per aconseguir el vincle amb el pacient, tan essencial i necessari. També en ha donat gran capacitat d'adaptabilitat als imprevistos i flexibilitat, fent així que el pacient se senti acollit i acompanyat i que s'obri a deixar-se ajudar d'una manera diferent del que estava acostumat.

El fet que la majoria d'infermeres CPI provenien de l'àmbit hospitalari i tenien una experiència, unes habilitats i uns coneixements sobre persones amb trastorn mental, ha ajudat a entendre i ampliar la visió del pacient amb aquestes patologies. No obstant això, ha

estat necessari aprendre molt a personalitzar les intervencions segons les situacions socials i econòmiques. Conscients de la necessitat de fer un abordatge familiar, també s'ha intentat cobrir les demandes de les famílies i millorar les relacions dels seus membres, consolidant així l'entorn familiar com un element de suport.

Tot i la capacitat dels CPI ?? d'empatitzar amb el que la persona està vivint, moltes vegades la realitat supera la ficció, i ha calgut un treball de gestió emocional no només dirigida cap al pacient sinó també cap als mateixos professionals per posar límits a la intervenció, malgrat l'alta demanda de necessitats no cobertes que es detectaven en el dia a dia dels pacients.

Començar per atendre les prioritats del pacient ha ajudat a encaminar-lo cap als objectius d'intervenció, fent que aquests siguin comuns, des de la confiança i la proximitat, però sense oblidar que no s'ha de suplir sinó que s'ha de potenciar la seva autonomia, és a dir, cal empoderar-lo.
Una de les dificultats que han afrontat els CPI és la dispersió al territori i la necessitat de desplaçar-se per acompanyar el pacient a diferents dispositius, tant de salut (Centre de Salut Mental (CSM), Centre d'Atenció Primària (CAP), Hospital de Dia de psiquiatria (HDA), Servei de Rehabilitació Comunitaris de salut mental SRC), com socials (Benestar Social i Família, Càritas, Clubs socials...), o d'inserció laboral. La tasca del CPI pot ser diferent segons el sector per les seves particularitats, tant en la geografia, disponibilitat de recursos, empreses que donen serveis de salut (IAS, Institut Català de la Salut (ICS), SSIBE) com pel perfil de les persones que configuren el territori (per ex.: ciutat-poble; muntanya-costa, etc.) i els mateixos professionals com a CPI amb la seva forma de ser.

És molt habitual que això es compliqui per les dificultats que presenten els pacients en l'ús de transports (por a sortir del domicili, ideació autoreferencial, manca de recursos econòmics, entre d'altres), per la manca de transports públics propers a la zona o la poca freqüència en els horaris d'aquests. Per exemple, amb el compliment de les visites es pot observar que realitzar un acompanyament d'un usuari pot implicar tot el matí. Per exemple, en els casos en què per anar del domicili a la consulta s'han de fer combinacions de tren, autobús, amb el temps d'espera entre transport d'una hora, o fins i tot més. O quan cal agafar un autobús a primera hora del matí i el bus de tornada a mitja tarda, sense tenir present el cost dels bitllets i dels àpats del dinar i/o esmorzar.

La proximitat que es genera amb els usuaris fa que es creï un vincle molt intens, generant algunes vegades que al moment de l'alta sigui difícil tant pels usuaris com pels professionals. És important poder posar límits i treballar bé el moment de l'alta.

Es donen casos en què a causa de la bona evolució del pacient amb seguiment al PSI, es generen expectatives poc realistes i s'oblida d'on es parteix o el que la persona realment vol. Un cop cobertes les seves necessitats bàsiques de vida i de salut, juntament amb l'assoliment dels objectius de vinculació, que afavoreixen la continuïtat de cures, cal buscar recursos perquè tot el que s'ha treballat i assolit es mantingui, ja que el programa té una temporalitat limitada.

Cal destacar una de les peces clau d'aquest programa: el treball en equip. El fet que els professionals referents del pacient al seu CSM treballin amb uns objectius comuns facilita que la intervenció sigui més efectiva i que la coordinació entre els diversos professionals agilitzi les coses, fent que el pacient senti que se centra l'interès en ell i en la seva millora, ajudant a vincular-lo als dispositius i així treballar amb ell plans viables tant en l'àmbit de salut com en l'àmbit social.

Equip PSI comarca Gironès i Pla de l'Estany.

L'impacte de la simulació clínica en la millora de les competències bàsiques i específiques dels i de les estudiants del Grau en Infermeria de la Universitat de Girona

Dra. Carme Bertran Noguer. Col·legiat núm. 1863
Degana de la Facultat d'Infermeria-UdG

Universitat de Girona
Facultat d'Infermeria

L'ensenyament universitari està en evolució continuada intentant adaptar-se a les necessitats de l'estudiantat que evolucionen com ho fa la societat. La implantació del pla Bolonya, on va prendre forma l'aprenentatge per competències enfront de l'acumulació de continguts, va implicar la necessitat de reforçar les habilitats dels i de les estudiants universitaris en l'assoliment de competències específiques i transversals que els i les proveeix d'una formació d'alta qualitat al servei de les persones (1). És per això que ha esdevingut imprescindible dotar l'estudiantat de les habilitats necessàries per adaptar-se al seu entorn, a la seva vida professional i, per descomptat, de disposar de les habilitats per a poder afrontar els nous reptes i poder proporcionar una atenció segura a les persones, amb una actuació orientada a promoure la salut i a prevenir les malalties en qualsevol entorn d'atenció dels problemes de salut i/o d'acompanyament al final de la vida.

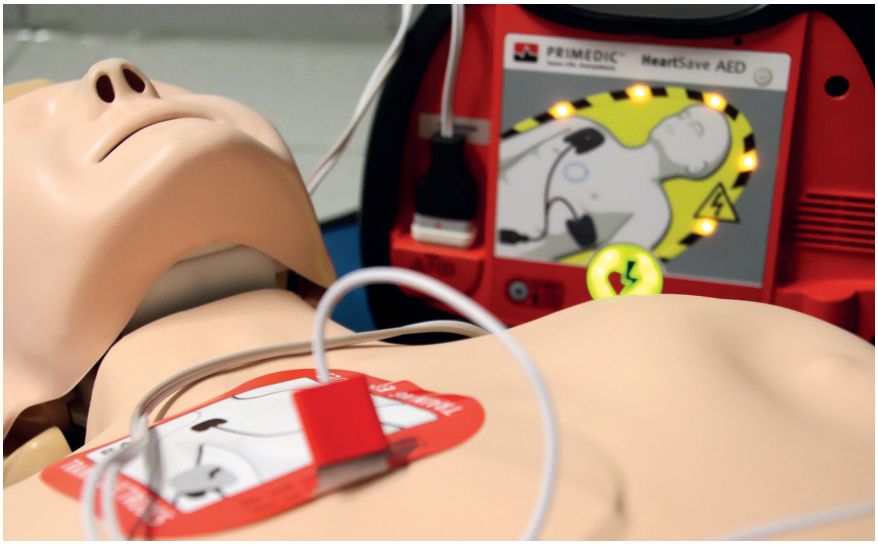
Una de les metodologies d'aprenentatge més emprades en la formació dels professionals sanitaris és la simulació clínica. El seu caràcter integrador, així com la seguretat que proporciona són alguns dels punts forts que estan fent que la simulació clínica guanyi protagonisme dia a dia.

La simulació clínica ofereix als i a les estudiants l'oportunitat de treballar diverses tècniques i habilitats de forma segura tot eliminant l'aleatorietat que caracteritza les pràctiques assistencials i representa una manera de garantir una igualtat de coneixements. Diferents autors i autores suggereixen que el binomi clàssic teoria-pràctica és insuficient per formar els i les estudiants per al rol de les infermeres recentment titulades (2-4). En aquest sentit, l'aprenentatge mitjançant pràctica clínica simulada correspondria a una forma efectiva per tal de superar aquesta bretxa (3,4), disminuint els riscos i les conseqüències potencialment evitables en entorns de pràctica clínica de la vida real (5).

La Facultat d'Infermeria de la Universitat de Girona ha estat la precursora de la implantació de la simulació clínica en els estudis de ciències de la salut a nivell del territori català i espanyol, procés del que ha estat una líder reconeguda.

L'inici de la simulació a l'Escola Universitària d'Infermeria de Girona, avui Facultat d'infermeria, data dels anys 80 i la seva contribució a la formació comunitària i dels professionals de la salut, a través d'aquesta metodologia docent, ha estat certament rellevant, tant per la trajectòria temporal (41 anys), com per l'evolució de la mateixa (presència en els estudis, laboratoris de simulació, plataforma d'aprenentatge i gestió de la simulació) i pel nombre de persones formades, de més de nou mil (2.720 estudiants d'infermeria, 2.400 professionals infermers i d'altres professionals relacionats amb l'atenció urgent a la salut i 4.559 població general).

És en aquest sentit que la Facultat d'Infermeria de la Universitat de Girona ha estat focalitzant, al llarg



d'aquests quaranta anys, els seus esforços en formar els seus futurs graduats i graduades en aquestes habilitats, emprant la simulació com a metodologia docent que reforça l'aprenentatge a través de simular i avaluar les diferents accions, intervencions, i actituds professionals i personals en distints entorns que reprodueixen escenaris assistencials reals.

En particular, la Facultat ha pretès i pretén que els i les estudiants comptin amb una excel·lent pràctica professional i esperit crític. A partir de promoure la seva capacitat de saber recollir la informació necessària per a interpretar les situacions d'atenció a la salut de les persones garantint la seva seguretat en tot moment; disposar de les habilitats de comunicació oral i escrita; el treball en equips multidisciplinaris; la capacitat d'actuar, de generar propostes i prendre decisions en el seu àmbit professional; i finalment, la capacitat de planificar i avaluar el seu propi aprenentatge, i una de les maneres per treballar aquests aspectes de forma integrada és la simulació.

La implicació del professorat de la Facultat en aquesta metodologia ha estat possible a partir del convenciment que aquesta facilita l'aprenentatge dels i de les estudiants i l'adquisició de competències específiques i transversals bàsiques per a la seva formació professional al servei de les persones.

La simulació ha tingut la seva repercussió en els estudis infermers, en la recerca del propi Departament d'Infermeria, en la formació d'un important nombre de professionals de diferents col·lectius sanitaris i no sanitaris del territori i de Catalunya. Posa de manifest la responsabilitat social de la Facultat i de la Universitat envers la comunitat pel que fa a la translació de l'expertesa al servei de l'alfabetització i l'apoderament de la població del territori especialment focalitzada, en aquest cas, en la reanimació cardiopulmonar bàsica a través de la simulació clínica.

Finalment, cal fer una especial menció al professor Dr. Josep Olivet Pujol, impulsor, des de l'inici, d'aquesta metodologia tant a nivell dels estudis infermers de la Facultat com en la formació d'un ampli ventall de professionals que intervenen directa o indirectament en l'atenció a la salut de les persones, a nivell comunitari del territori i també d'àmbit nacional i internacional, així com en la recerca que ha dut a terme i que ha permès integrar els seus resultats en aquest camp específic de coneixement infermer.

Bibliografia

Allègre, C.; Blackstone, T.; Berlinger, L.; Ruettgers, J. *Declaración conjunta para la armonización del diseño del Sistema de Educación Superior Europeo* (a cargo de los cuatros ministros representantes de Francia, Alemania, Italia y el Reino Unido). Declaración de la Sorbona. París, 25 de mayo de 1998. [Consultado 01 de juny de 2020]. Disponible en: http://www.eees.es/pdf/Sorbona_ES.pdf

Jerlock, M.; Falk, K.; Severinsson, E. *Academic nursing education guidelines: tool for bridging the gap between theory, research and practice*. Nurs Health Sci. 2003 Sep;5(3):219-28. doi: 10.1046/j.1442-2018.2003.00156.x.

Hatlevik, IK. *The theory-practice relationship: reflective skills and theoretical knowledge as key factors in bridging the gap between theory and practice in initial nursing education*. J Adv Nurs. 2012 Apr;68(4):868-77. doi: 10.1111/j.1365-2648.2011.05789.x.

Haukedal, TA.; Reierson, IÅ.; Hedeman, H.; Bjørk, IT. *The Impact of a New Pedagogical Intervention on Nursing Students' Knowledge Acquisition in Simulation-Based Learning: A Quasi-Experimental Study*. Nurs Res Pract. 2018 Oct 1;2018:7437386. doi: 10.1155/2018/7437386.

Lewis, R.; Strachan, A.; Smith, MM. *Is high fidelity simulation the most effective method for the development of non-technical skills in nursing? A review of the current evidence*. Open Nurs. J. (2012), DOI: 10.2174/1874434601206010082

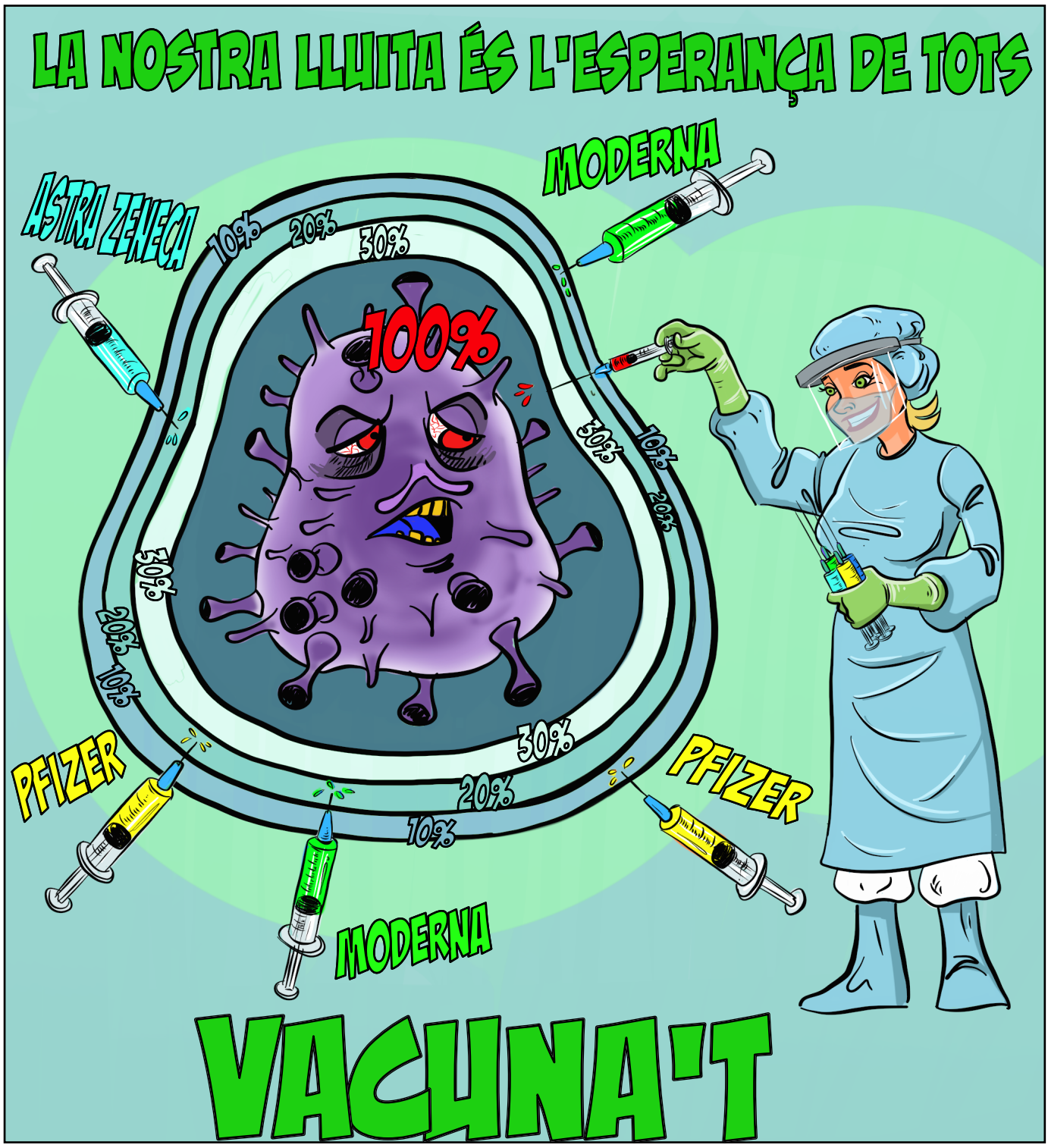
Espai app infermeria

ICONA	App	Àmbit	Descripció	Valoració
	E-pedia **Hospital Sant Joan de déu de Barcelona**	Enfermera pedriàtica.	Una aplicació creada per les infermeres de Sant Joan de Déu. Facilita als professionals infermers l'accés a recursos de suport basats en evidència científica. Gratuïta.	Valoració 4,4 sobre 5. Més de 1000 descàregues.
	Enfermería Blog	Ciències de la Salut.	Informació molt útil per als estudiants i professionals infermers. Difon informació basada en evidència científica. Gratuïta.	Valoració 4,5 sobre 5
	UniversalNurse Speaker	Comunicació Humanització	Un traductor que ens permet comunicar-nos amb els pacients que parlen diferents llengües. Gratuïta.	Valoració 3,3 sobre 5. Útil i senzilla.
	HIPOT-CNV	Comunicació Humanització	Facilita la comunicació a persones que pateixen de dificultat en l'expressió oral, bé per malaltia o bé per dificultats amb l'idioma. Infermeres de la *Gerencia de Servicios Sanitarios de Lanzarote*	Valoració 4,6 sobre 5
	Cálculos de Enfermería	Ciències de la Salut.	Càlculs de goteig i sèrumteràpia per a infermeres.	Valoració 4,2 sobre 5 Més de 50.000 descàrregues.
	Chuletario Urgencia Extrahospitalarias	Ciències de la Salut	Conté el necessari per a l'assistència diària.	Valoració de 5 sobre 5
	El ABC de las plantas	Teràpies Complementàries	El Centro de Investigación sobre Fitoterapia (INFITO), crea la primera app sobre plantes medicinals des de la seva societat científica.	Valoració 3 sobre 5
	PsiCovid	Ciències de la conducta	Institut d' Investigació Sanitària de les Illes Balears. Dirigida a proporcionar ajuda psicològica a sanitaris en primera línia davant de la COVID-19.	Novetat encara sense resenyes.
	Enfermeria Med Iv	Ciències de la Salut.	Descripció i ús de fàrmacs, càlcul de dosi, I.M.C i tècniques d'infermeria amb articles científics en línia	Valoració 4,1 sobre 5
	Asistente de RCP	Ciències de la Salut.	Assistent de RCP Avalada pel Pla Nacional de Ressuscitació Cardiopulmonar de la Societat Espanyola de Medicina Intensiva, Crítica i Unitats Coronàries (SEMICYUC), havent rebut el distintiu AppSaludable	Valoració 5 sobre 5
	BCX EVA Escala del dolor	Ciències de la Salut.	Suport a l'activitat diària dels professionals sanitaris interessats en la prevenció i tractament de les lesions per pressió	Valoració 4,5 sobre 5

TISORES I ESPARADRAP

VACUNA'T

GUIÓ: NATÀLIA SAMPER
PILAR GALEAS
DIBUIXOS: J.C.NEGRE



Avantatges i descomptes per als col·legiats

02 CENTRE WELLNESS: Matrícula inscripció 60 € (preu col·legiats 30 €). Mensualitat: 62,5 € (preu col·legiats 56,99 €) horari de 7.00 a 23.00 h. Observacions: preus per a col·legiats i familiars vàlids a partir de l'1 de gener de 2012. Cal presentar el carnet col·legial. C/ Migdia, 70-72, 17003 Girona, tel: 972 21 02 68, www.o2centrowellness.com. Persona de contacte: Sra. Lucrecia Magistrati

FORMACIÓN ALCALÁ: L'empresa Formación Alcalá, S.L. ofereix el següents avantatges per als col·legiats:
Descomptes del 5% addicional sobre el publicitat per Formación Alcalá S.L. a la matrícula de cursos, màsters i experts, prèvia presentació del carnet col·legial. http://www.formacionalcala.es/

DIOLA SERVICIOS ASISTENCIALES, SL: Residències geriàtriques en les millors condicions
Condicions especials per als col·legiats d'infermeria de Girona. 902 881 045. www.diola.es

LA CASA MÀGICA Col·lecció Xevi: El Gran Museu de la Màgia "La Casa Màgica". Ofereix un 20 % de dte. sobre el preu de l'entrada. Cal presentar el carnet col·legial. Avda. de l'Església, 1. 17246 Santa Cristina d'Aro (Girona). Tels.: 607 237 911 - 667 292 500. www.xevi-ilusionista.com/Casa_magica. casamagica@xevi-ilusionista.com. facebook.com/lacasamagica.xevi

CLUB GOLF D'ARO - MASNOU: Ofereix descompte del 30 o 40 % depenent de la temporada, festius i caps de setmana als col·legiats prèvia presentació del carnet col·legial i reserva.
Informació i reserves: Sra. Encarni Machuca, recepcio@golfdaro.com Tel. 34 972 81 67 27
Urb.Masnou, s/n. 17250 Platja d'Aro http://www.golfdaro.com/

ANEXIAM: Traducció de tota la documentació necessària per iniciar una nova etapa a l'estranger. Descomptes presentant el carnet de col·legiat. C. Alemanya, 16 - 18 A. 17600 Figueres. Tel.: 972 110 521. Web: www.anexiam.com

CEBADO: 10 % de descompte en els serveis de perruqueria c. Emili Grahit, 6. GIRONA
972 41 20 91 - 972 41 15 66
www.cebado.es
http://www.cebado.es

MUSEU D'HISTÒRIA DE GIRONA: 50 % dte. en el preu de l'entrada. Entrada pel carrer de la Força, 27.

Sala d'exposicions temporals entrada per placeta de l'Institut Vell,l. Sala Carbonera entrada per pujada Sant Feliu, 2. Força, 27. 17004 Girona. Tel 972 222 229. museuhistoria@ajgirona.cat. www.girona.cat/museuhistoria

ANIMA, PROTECCIÓN DE DATOS, SL: El Col·legi Oficial d'Infermers/eres de Girona informa que ha arribat a un acord amb ÀNIMA PROTECCIÓ DE DADES per oferir alguns serveis gratuïts. Els interessats/ades en aquest servei us podeu adreçar al Col·legi o directament a ÀNIMA a l'e-mail info@anima-lopd.com, o bé al telèfon 902 107 741, indicant que sou col·legiats al Col·legi.

HIPERESCOLA: A Girona, Polígon Industrial Domeny, C. d'Adri, 27. 17007 Girona
10 % de descompte en tots els productes, excepte en els consumibles informàtics.
Tel. 972 22 20 94.

TOMEU BIURRUN Psicòleg
Sta. Clara, 3 - entresol GIRONA. Tel.: 619 719 199
Hores convingudes

MARTA DANÉS CREUS Psicòloga
Sta. Clara, 3 - entresol GIRONA. Tel.: 636 620 597
Hores convingudes

-Descompte del 50 % en la 1a visita i un 25% en les quatre següents.

MUSEU DEL JOGUET DE CATALUNYA: C. Sant Pere, 1 Figueres.
20 % de descompte sobre el preu de l'entrada.
info@mjc.cat

AULA DAE (Grup Paradigma): Descompte 37 % col·legiats del COIGI en tots els cursos online acreditats.
Les matrícules dels cursos es renoven mensualment
www.auladae.com

OCITÀNIA Terra de Lleure: 10 % de descompte per a totes les activitats (burricleta, activitats, Green fees, pàdel...)

Per a més informació www.codigi.cat apartat serveis col·legials/convenis. Ctra. de Torroella de Montgrí a Parlavà, km 0,5. 17257 Gualta (davant del Pitch & Putt Gualta) www.ocitania.cat

CERBA INTERNACIONAL SAE Laboratoris Clínics:

Descompte del 25 % en anàlisis clíniques particulars. Prèvia presentació del carnet col·legial. Gran Via Jaume I, 7. 17001 Girona. Tel. 972 41 50 18
http://apalaboratoris.com/es/laboratorios-en-gerona/

CENTRO DE MEDICINA TRADICIONAL CHINA Y HOMEOPATÍA FERRAN TOMAS: Acupuntura-Homeopatía Medicina Tradicional China

Tratamientos de obesidad/ansiedad/ depresión/fibromialgias/lumbagias...
Sant Gregori - C. Bruguera, s/n
Tel. 972 22 67 92

CLÍNICA DENTAL DRA. NÚRIA CORTADA:
Primera visita gratuïta. 15 % de descompte en properes visites.
C/ Oriol Martorell, 16, baixos 1a - 17003 Girona
Tel. 972 20 84 48 - Fax 972 42 64 87

THALASSA-SPORT MARÍTIM, SL: descompte en els mesos de maig a setembre del 10 % (temporada alta) en tractaments i un 2x1 en l'entrada a l'spa. Excepte descomptes especials per forfait.
Descompte del 20 % la resta de l'any en un 2x1 en l'entrada de l'spa.
C/ Jacint Verdaguer, 9 17480-ROSES. (972 253 163)

INSTITUTS ODONTOLÒGICS:

Higienes bucals Gratuïtes. 1a visita, revisions periòdiques, fluoritzacions, radiografies entrabucals. 20 % dte. en tot tipus de tractaments. Preu especial en la higiene bucal (22 euros). Finançament fins a 18 mesos sense interessos.
C/ de la Rutlla, 49. 17002 Girona. Tel. 972 42 64 00.
rpalacin@ioa.es

ÒPTICA CHAVARRIA: 20 % de descompte en tota classe d'ulleres.
C/ Sant Pau, 42
17600 Figueres
Tel. 972 50 76 93

CLÍNICA DENTAL APPLE DENTGIRONA:
Travessera Canaders núm. 2, 2 – 1. 17002 Girona
Telèfon 972 21 55 03
Primera visita gratuïta.
50 % descompte en les neteges bucals.
10 % descompte en odontologia conservadora i endodòncia.

DUETS GIRONA: Acadèmia i professors particulars per a Primària, Secundària, Batxillerat, Cicle formatiu i Universitaris.

Fins al 5 % de descompte segons la contractació dels serveis de formació a domicili i presencials. Ofertes no acumulables.
Més informació al tel. 972 21 86 49. C. Marquès Caldes de Montbui, 123. 17003 Girona

ÒPTICA MILENT: disposa de set botigues a la província de Girona: us recomanem entrar a la web perquè trieu la que us sigui més convenient.
Descompte: 15 % en tots els productes, exceptuant productes d'oferta en promoció.
Observacions: cal presentar el carnet col·legial.
www.opticamilent.com. Tel. 972 48 05 31

CAMPUS ARNAU D'ESCALA: Fundació Campus Arnau d'Escala Parc Científic i Tecnològic UdG Edifici Jaume Casademont, porta B, despatx 9
C/ Pic de Peguera, 15
17003 Girona
Tel. 972 10 42 15
Fax 972 10 61 27
info@campusarnau.org

HAPPYYOGA: 50 % de descompte en la matrícula
C/ Sant Agustí, 40 (Zona Migdia)
Tel. 972 20 84 95
616 952 314
girona@happyyoga.com
www.happyyoga.com

SHEN GIRONA: És el centre on tens al teu servei un grup de terapeutes especialitzats en les diferents disciplines que conformen les teràpies naturals, amb l'objectiu comú de tractar la persona i no només la malaltia. 15% de dte. en la 1a sessió en totes les teràpies. Presentació del carnet col·legial. Pl. Salvador Espriu, 3-4 (Just al costat mercat de la Pl. del Lleó). 17002 Girona. Tel. 972 483 993.
info.shengirona@gmail.com. www.shengirona.com/

ÒPTICA DEL BULEVARD:
C. Nord, 11. 17001 Girona.
Tel. 972 21 12 64.
odbgirona@gmail.com
20 % descompte en muntura i vidres de graduat
15 % descompte en muntures de sol
10 % descompte en complements
Aquests descomptes no són acumulables a altres ofertes

MONTEPIO GIRONA:
Descompte aproximat del 15 % en el Centre de Revisions Mèdiques
Consultar plana web Col·legi www.codigi.cat
C/Juli Garreta, 14. 17002 Girona. Tel. 972 48 64 86

OCTÀGON ACADÈMIA:
Ofereix a tots els col·legiats un 10 % de descompte en tots els seus programes, presentant el carnet de col·legiat.
C. Ronda Ferran Puig, 1, 1r. 17001 Girona
www.academiaoctagon.com

ANPER CONSULTORS: Descomptes especials per als col·legiats.
Per a més informació podeu dirigir-vos a les seves oficines.

Gran Via Jaume I, 48, 2n A
17001 Girona
Tel. 972 20 72 62. Fax 972 21 42 50
anperconsultors@telefonica.net

GALDANA CENTRES D'ESTÈTICA: c/ Caldes de Montbui, 29 baixos. 17003 Girona
Tel. 972 20 83 02
www.galdana.net

5 % de dte. en tractaments facials i depilatoris
7 % de dte. en tractaments corporals

EICA IDIOMES: Conveni d'idiomes per als col·legiats, amb gran varietat de cursos de progrés, de reciclatge o especials per a la preparació de diferents diplomes, tant individualment com col·lectivament.
Girona, tel. 972 21 93 39.

VIATGES TEJEDOR, SA: 8 % de descompte en totes les reserves en producte propi (excepte ofertes)
6 % de descompte en la resta de touroperadors (excepte ofertes)
Creu, 32 - 17002 Girona. Tel. 972 21 42 00
Fax 972 41 27 38

SELVIA, PRODUCTES ECOLÒGICS:
Ctra. Santa Coloma Farners, 12. 17421 Riudarenes. Tel. 972 16 49 57. Els col·legiats del COIGi hauran de presentar el carnet col·legial per acollir-se a les ofertes. Cistelles de productes ecològics, frescos de proximitat.
www.selvia.org

ECO RESORT CERDANYA:
Els col·legiats, prèvia presentació del carnet col·legial, podran escollir una de les dues opcions:
- 10% dte en habitacions, apartaments i bungalows (només allotjaments) excepte ponts i vacances escolars.
- 20% en règim de Tot Inclòs (ponts i vacances escolars), no acumulables amb dte. allotjament.
Per reserves caldrà dirigir-se a info@cerdanyaecoresort.com o al 973510260.

AXÓN LIBRERIA, SL
Tel. 91 593 99 99
Fax 91 205 30 68
www.axon.es

GRUP ORGANIGRAMA:
Tel. 972 22 29 00.
Descomptes especials en les inscripcions als cursos.
Ajuda en la recerca de feina a l'estranger.
Més informació
www.codigi.cat

CENTRE DE TERÀPIES 1CEL: 15 % de descompte a tots els col·legiats en la primera visita de Medicina Tradicional Xinesa – Acupuntura.
Informació: 972 21 31 17
Carretera Taialà, 21 (Girona)
www.1cel.cat

PLACETE VERD:
Descomptes del 10 % en els tractaments.
Ara informa't sobre les festes Dehesa per a dones i els nous circuits amb càtering Sopars/Còctel Orientals.
Placeta de la Font, 11. 17840 Sarrià de Ter.
Tel. 972 17 26 85. Mòbil 673 860 300.
www.placete.tk - placeteverd@gmail.com

GIDONTI: Descomptes i avantatges en tractaments odontològics prèvia presentació del carnet col·legial. Dtes. 10-15 % en tractaments genèrics segons avaluació. Dte. 5 % en tractaments en especialitats: implantologia, estètica i ortodòncia. Finançament. GIDONTI. Dra. Gabriela Castillo. Pl. Josep Pla, 15 bxs, 17001 Girona. Tels. 972 48 73 56 - 606 59 69 78.
gidonti@gidonti.com. www.gidonti.com

ÒPTICA RUEDA:
Els col·legiats amb una graduació estàndard tenen lents monofocals gratuïtes en qualsevol muntura a partir de 89 €. 20 % de dte. en ulleres de vista i vidres. 20% de dte. en ulleres de sol. 5 % de dte. en aparells de mesura i instruments òptics. Ens podeu trobar als següents centres: 17003 GIRONA, C/ Migdia, 47-49, 972 22 45 45. 17004 GIRONA, C/ Bisbe Lorenzana, 33, 972 20 23 90. 17460 CELRÀ, C/ Aument, 50 baix, 972 20 39 11. 17160 ANGLÈS, Plaça dels Horts, 1, 972 41 07 17. 17430 STA. COLOMA DE FARNÈRS, Centre, 13, 972 84 31 15

ÒPTICA DEL PONT:
40 % de descompte en vidres progressius.
Promocions especials en vidres de sol.
25 % de descompte en tots els altres productes.
Revisions oculars gratuïtes.
Mira el nostre Instagram i Facebook per a altres promocions @opticadelpont
Av. Sant Joan Bosco, 25. 17007 Girona. Tel. 972 20 65 44

CAN REGÀS S.A.:
Ofereix als col·legiats del COIGi, presentant el carnet col·legial, un 5 % de descompte en el preu de l'estada temporal o continuada mentre hi hagi una relació contractual. Can Regàs S.A. Santa Eugènia, 62. 17005 Girona. Tel. 972 40 70 70. www.canregas.cat

CASA EL CARTERO: Lloguer de Casa Rural d'ambient rústic i tranquil, condicionada per a 9 persones. Zona d'interès històric, cellers i natura.
Dte. del 15% de l'estada a col·legiats i família, prèvia presentació del carnet col·legial. C/ El Pilar, 12. 22411-Santalecina (Osca). info@casaruralelcartero.com. Tel. 689693446. www.casaruralelcartero.com

EL CONEIXEMENT D'INFERMERIA AL TEU ABAST

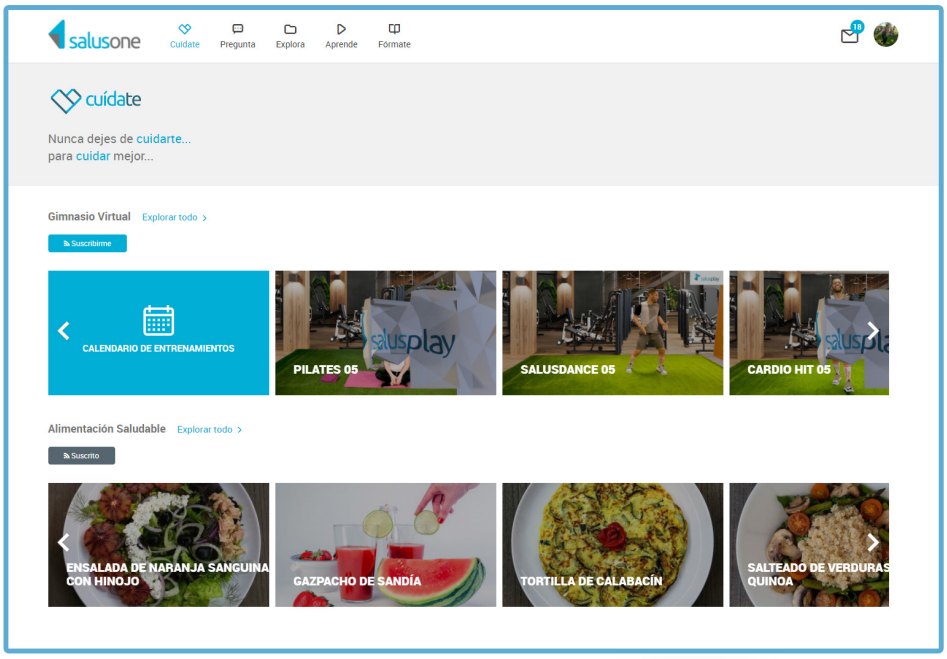
Descarrega ja la nostra app
i gaudeix dels avantatges

salusone

Cuida't

- Gimnàs Virtual
- Alimentació saludable

ACCÉS PRÈMIUM GRATUÏT INFERMERS
COL·LEGI OFICIAL D'INFERMERES I INFERMERS GIRONA



PREGUNTA

Resol amb facilitat els teus dubtes professionals

EXPLORA

Eines clíniques i continguts audiovisuals

APRÈN

Milers de vídeos i preguntes per a aprendre a llarg termini

FORMA'T

Realitza 1 curs CFC/mes a triar entre 72 Cursos

INFORMACIÓ I DESCÀRREGUES

www.salusone.app

Google Play App Store

COIGI
Col·legi Oficial
d'Infermeres/rs de Girona

C/ Albereda, 3-5, 3r
17004 Girona
Tel. 972 20 40 61
coigi@coigi.cat
www.coigi.cat