

Nous rols professionals al CAP. Us els presentem!

Dins del Pla d'enfortiment i transformació de l'atenció primària i comunitària s'han incorporat a l'Àrea Bàsica nous rols professionals, per tal de treballar conjuntament amb els sanitaris. Aquestes noves incorporacions són la Dietista-Nutricionista, el Fisioterapeuta, la Higienista dental i la RBEC, que treballaran per ajudar a resoldre problemàtiques associades des d'una perspectiva comunitària.

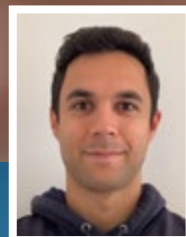
Sergi Barco,
Fisioterapeuta

Maria Vilches
RBEC

Olga Parramon
Higienista

Marta Ballell
Dietista - Nutricionista

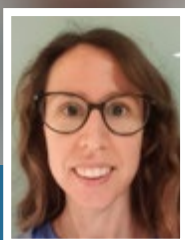
Albera Salut
@AlberaSalut



Sergi Barco,
fisioterapeuta

Segons l'OMS, el 15 % de la població mundial té algun problema de funcionalitat per realitzar les seves activitats de la vida diària (AVD). És important donar a conèixer la repercussió que pot tenir l'exercici físic en la salut com a eina preventiva en l'aparició de qualsevol discapacitat i l'exercici terapèutic com a eina de tractament un cop ja tenim la patologia diagnosticada (artrosi, lumbàlgies, cervicàlgies...).

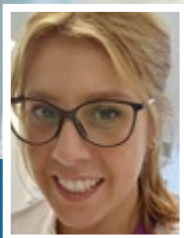
Des de la fisioteràpia comunitària, a través de sessions grupals, arribem a la població per educar i ensenyar com s'han de fer els exercicis, per tal d'adquirir uns hàbits actius i saludables amb l'objectiu de retardar la discapacitat. Aquestes sessions es realitzen dos matins a la setmana.



Marta Ballell, nutricionista comunitària

Les activitats grupals desenvolupades per la nutricionista s'emmarquen en la prevenció de malalties com l'obesitat i en la promoció d'hàbits alimentaris saludables dirigits a tots els col·lectius.

Es tracta d'una activitat grupal amb xerrades, tallers, dinàmiques en grup que ens ajudaran a conèixer què, com i en quina freqüència hem de menjar els diferents grups d'aliments, així com a obtenir eines i recursos per organitzar-nos a la cuina i desmitificar falses creences sobre l'alimentació i les dietes de moda.

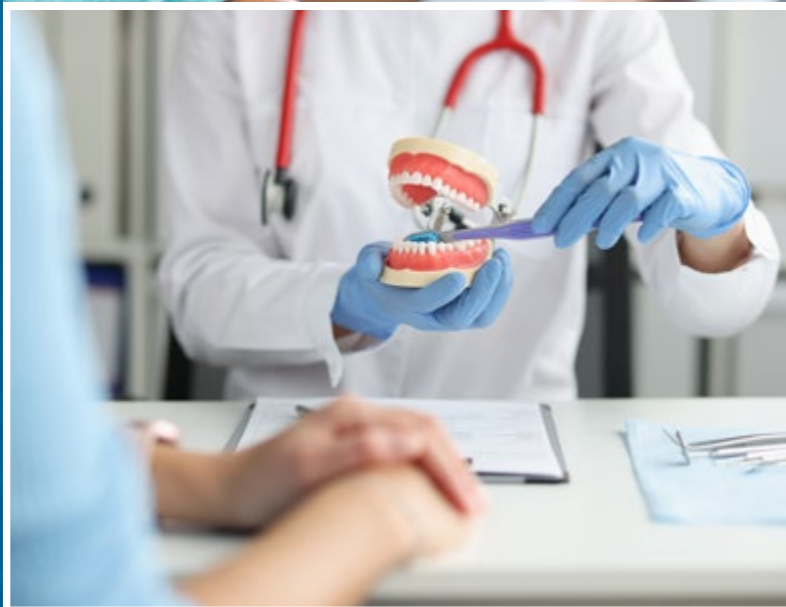


Olga Parramon, higienista

La incorporació de la figura de la higienista dental comunitària comporta redissenyar el procés d'atenció a la salut bucodental. Es vol aconseguir millorar els trastorns bucodentals a través d'activitats preventives i terapèutiques. Aquest nou servei es destina a la població més vulnerable.

Què fa la higienista dental?

- Prevenció i promoció de la salut bucodental a través de tallers o xerrades informatives.
- Fer el seguiment i el tractament preventiu de càries.
- Control de patologies periodontals de baixa complexitat.
- Ensenyament d'higiene oral.
- Instrucció en estils de vida saludables.





Maria Vilches, REBEC

Els Referents de Benestar Emocional i Comunitari són professionals que desenvolupen tasques de promoció i prevenció de salut emocional adreçades als col·lectius que més ho necessiten.

Actualment, a la nostra àrea, s'ha iniciat un grup per abordar la simptomatologia ansiosa destinat a persones més grans de 18 anys que té com a objectiu reduir aquests símptomes i millorar la qualitat de vida així com el seu benestar emocional.

Es comença fent una valoració de l'estat emocional amb l'escala WEMWBS-7 i EuroQol5D. La primera escala avalua si la persona s'ha sentit relaxada, ha pogut pensar amb claredat, s'ha sentit estimada i d'altres aspectes relacionats amb el benestar emocional, mentre que la segona proporciona dades sobre la dificultat que pot tenir una persona per dur a terme les activitats de la vida quotidiana i la percepció que te la persona sobre la seva salut.

Es dona a conèixer què és la simptomatologia ansiosa i l'estrès, s'identifiquen altres símptomes i les situacions que les desencadenen o els mantenen. També s'ensenya la gestió saludable dels pensaments i emocions i es proporcionen eines d'autocura.

Un aspecte important d'aquest tipus de treball és compartir l'experiència personal, les inquietuds, fer xarxa i promoure el suport mutu.