

Departament d'Infermeria

Unitat d'Atenció d'Infermeria, Docència i Recerca (AIDIR: Ciutat Vella)

MEMÒRIA D'ACTIVITATS CURS ACADÈMIC
2019-2020

ÍNDEX

1. Descripció de la unitat.....	3
2. Membres de l'equip	3
3. Objectius de la unitat	4
4. Activitats realitzades a AIDIR	4
Intervencions Grupals	5
Dirigides a nens i adolescents	5
Dirigides a la salut materno-infantil	12
Dirigides a l'atenció de la persona adulta i gran.....	15
Dirigides a l'atenció a la comunitat.....	19
Atenció a l'alumne d'infermeria.....	27
Intervencions individuals.....	28
Activitats dirigides a la difusió de la unitat al barri.....	29
5. Alumnes en pràctiques i testimonis.....	29
6. Materials elaborats i mitjans de difusió.....	31
7. Impacte i activitats d'investigació.....	33
8. Investigadors col·laboradors	36
9. Formació dels membres de l'equip.....	37

Índex de Figures.

1. Resum d'activitats grupals mes prevalents.....	26
2. Beneficiaris totals de la Unitat.....	28

1. LA UNITAT AIDIR CIUTAT VELLA

El Departament d'Infermeria de la Universitat Internacional de Catalunya promou la unitat d'AIDIR Ciutat Vella (Atenció d'Infermeria Docència i Recerca) com a projecte de responsabilitat social corporativa, en el seu compromís amb la salut de la població a la que atén. Neix amb la intenció d'ajudar a la persona, família i/o cuidador en prendre consciència de l'auto-cura, així com potenciar el sentit de compromís social dels nostres estudiants, futurs professionals d'infermeria. El manteniment econòmic d'aquesta unitat ha estat des del seu inici, en el curs 2016-17, gràcies al finançament i ajudes de CMJ Godó. També gràcies a la coordinació continua amb la Fundació Roure i Fundació de l'Esperança, AIDIR pot assegurar la seva viabilitat a llarg termini.

2. MEMBRES DE L'EQUIP DIRECCIÓ

Direcció

Dr. Albert Gallart, (IP Recerca) sotsdirector departament d'Infermeria, Universitat Internacional de Catalunya

Dra. Cristina Monforte, directora del Departament d'Infermeria, Universitat Internacional de Catalunya

Coordinació

Responsable de docència

Dra. Pilar Fuster, Universitat Internacional de Catalunya

Responsables de gestió

Sra. María Vera, Universitat Internacional de Catalunya.

TUTORA I INFERMERA DE LA UNITAT

Sra. Lorena Moya, Universitat Internacional de Catalunya.

3. OBJECTIUS DE LA UNITAT AIDIR

1. Implementar tècniques de Health coaching (entrenament) en educació per a la salut per millorar la formació sanitària (alfabetització), l'autonomia i l'autocura de les persones i/o famílies de la comunitat.
2. Ajudar a la millora de la reinserció social de les persones i/o famílies més desfavorides amb risc d'exclusió social creant oportunitats d'aprenentatge actiu en termes de salut física-emocional, convivència i laboral.
3. Empoderar als estudiants d'Infermeria, potenciant el lideratge en la competència d'educació per la salut i fomentar una infermeria amb compromís social.
4. Desenvolupar recerques en l'àrea de la promoció de la salut i l'autocura de la població, i així mateix recerques en l'àmbit docent investigant sobre el lideratge en les cures d'infermeria.

4. ACTIVITATS REALITZADES A AIDIR

Les activitats d'AIDIR que donen resposta als objectius plantejats, s'articulen, a través de intervencions dirigides a l'increment de l'educació per a la salut de la població mitjançant intervencions grupals, individuals, de barri i els propis alumnes. Tanmateix, es valora el seu desenvolupament a través de la recerca de l'augment del lideratge dels estudiants d'infermeria.

Aquest curs acadèmic les activitats s'han realitzat des de el 5 de setembre del 2019 fins al Març del 2020, degut a la declaració de l'estat d'alarma per la pandèmia del COVID-19 que va fer que es tanqués la fundació i l'aturada de l'activitat formativa, i a conseqüència la pèrdua dels mesos de març, abril, maig i juny.

Aquest curs s'han realitzat les següents activitats distribuïdes en diferents blocs:

1. Intervencions grupals dirigides a l'educació per a la salut segons els diferents àmbits d'atenció d'AIDIR Ciutat Vella:

Les activitats impartides a la unitat s'organitzen segons els diferents grups poblacionals atesos per les fundacions.

El estudiants d'infermeria actuen com "coach" per tal de potenciar també les seves capacitats personals pròpies.

- **ACTIVITATS DIRIGIDES A NENS, A ADOLESCENTS, I LES SEVES FAMÍLIES.**

Es presta atenció a les necessitats educatives en hàbits de vida saludable i salut emocional durant la infància i adolescència.

Les sessions educatives responen a temàtiques relacionades amb alimentació, autoestima, autoconcepte, higiene, exercici, descans...

La metodologia utilitzada combina teoria (transmissió d'informació) i pràctica (aprenentatge experiència) mitjançant materials audiovisuals, tallers, jocs, per tal de capacitar en coneixements (alfabetitzar) aquests nens/*adolescents i famílies.

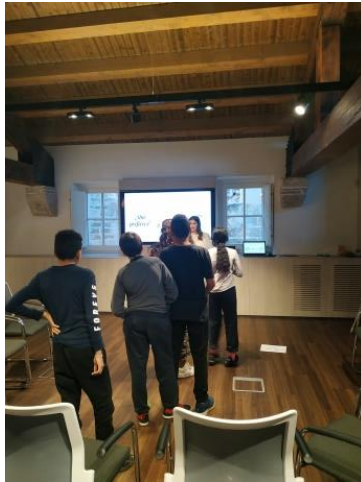
L'activitat comença amb el curs escolar i finalitza amb el mateix. El total d'hores invertides per la activitat és de 35 hores (entre 4 sessions al mes d'una hora per a nens/adolescents; i 4 i 5 sessions/any d'una hora per a famílies.)

El objectiu al que dona resposta és el d'implementar tècniques de Health coaching (entrenament) en educació per a la salut per millorar la formació sanitària (alfabetització), l'autonomia i l'autocura dels persones/famílies del barri.

Detallem els tallers i sessions realitzades:

1. Sessió "Prevenió de lesions a l'esport"

- **Objectius:** Donar a conèixer les mesures preventives de lesions en els esports més practicats en els adolescents.
Ensenyar a realitzar embenats funcionals.
- **Material elaborat:**
 - Presentació audiovisual
 - Díptic de recomanacions
- **Núm. de sessions:** 2
- **Assistents a les sessions:** 23



2. Sessió “Respirem correctament”

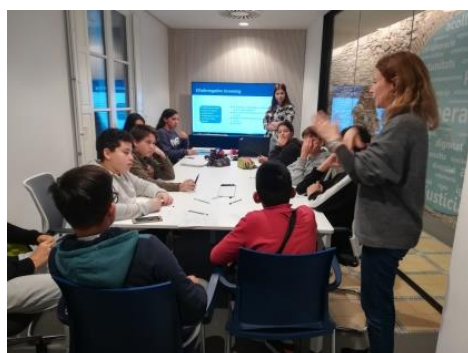
- **Objectiu:** Aprendre a realitzar una correcte respiració abdominal i aprendre a relaxar-nos a través de la respiració.
- **Material elaborat:**
 - Presentació audiovisual
 - Jocs didàctics de l'activitat.
 - Tècniques de relaxació
- **Núm. sessions:** 2
- **Núm. assistents:** 18





3. Sessió “Addicció a las pantalles”.

- **Objectiu:** Conscienciar dels problemes que pot ocasionar per la salut un mal ús de las pantalles.
Treballar com gestionar el temps i tenir alternatives d'oci saludable, com a factors protector de trastorns del comportament i autoestima.
- **Material elaborat:**
 - Presentació audiovisual
 - Fòrum sobre dos curtmetratges que aborden els temes tractats.
- **Núm. sessions:** 4
- **Núm. assistents:** 32



4. Taller “Importància de las Vitamines y Micronutrients”

- **Objectiu:** Ensenyar la importància de les vitamines i nutrients i conèixer en quins aliments es troben per millorar l'alimentació.
- **Material elaborat:**
 - Presentació audiovisual.
 - Díptic d'alimentació saludable.
 - Jocs creats per a l'activitat
 - Concurs “Masterchef”
- **Núm. sessions:** 5
- **Núm. assistents:** 44



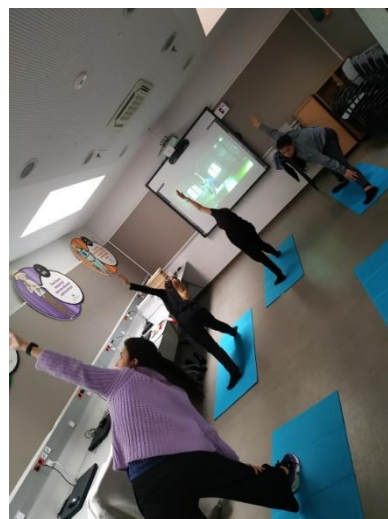
5. Taller “Primers Auxilis: Hemorràgies i Ferides”

- **Objectiu:** Ensenyar com actuar davant situacions on està compromesa la salut. Aprendre com actuar davant de diferents tipus de ferides i cremades.
- **Material elaborat:**
 - Presentació audiovisual
 - Jocs creats per a reforçar l'aprenentatge del taller.
- **Núm. sessions:** 2
- **Núm. assistents:** 25



6. Sessió “Higiene Postural”

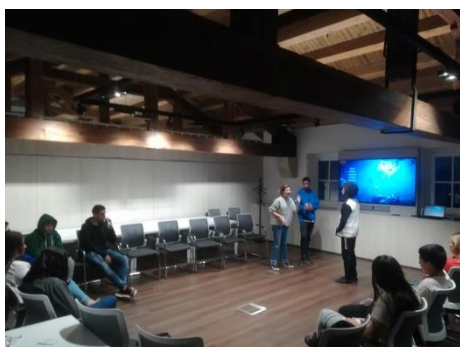
- **Objectiu:** Conscienciar als escolars i adolescents de la importància de corregir postures per a una vida saludable.
- **Material elaborat:**
 - Presentació audiovisual
 - Classe d'estiraments.
- **Núm. sessions:** 2
- **Núm. assistents:** 24





7. Sessió “Comunicació i resolució de conflictes”

- **Objectiu: Fomentar habilitats psicosocials, com factor protector per a una bona salut mental.**
- **Material elaborat:**
 - Presentació audiovisual
 - Jocs i rollplaying dissenyats per a l'activitat.
- **Núm. sessions: 4**
- **Núm. assistents: 52**



8. Sessió “El meu cos, així perquè? Emocions i sentiments, vida sexual.”

- **Objectiu: Conèixer les emocions, els sentiments, les passions que mouen la vida d'un adolescent.**
Ensenyar el valor de una sexualitat positiva.
- **Materials elaborats**

- Presentació audiovisual
- Debat con preguntes i respostes
- Núm. sessions: 2
- Núm. assistents: 22

9. Sessió “Aprèn a ser Resilient”

- Objectius:
 - Ensenyar què significa el concepte de resiliència.
 - Ensenyar quines son las característiques per ser una persona resilient.
- Materials elaborats:
 - Presentació audiovisual
 - Cine-fòrum preparat amb conferència de “Irene Villa”
- Núm. sessions: 2
- Núm. assistents: 34



- **ACTIVIDADES DIRIGIDES A L'ATENCIÓ A LA SALUT MATERNO-INFANTIL.**

Aquestes activitats estan centrades en la recuperació física i emocional de la dona i les cures al nadó i lactant.

El total d'hores invertides per l'activitat és de 29 hores (1 sessió al mes d'una hora i mitja per 7 grups)

L'objectiu al que dona resposta és al d'implementar tècniques de Health coaching (entrenament) en educació per a la salut per millorar la formació sanitària (alfabetització), l'autonomia i l'autocura dels persones/famílies del barri.

Les sessions responen a temàtiques relacionades amb alimentació durant la lactància i al primer any de vida. També a la recuperació física i emocional (temes com: ergonomia, autoestima, autoconcepte, higiene, exercici i descans).

S'utilitza una metodologia mixta que combina teoria i pràctica, mitjançant materials audiovisuals i tallers per capacitar en coneixements (alfabetitzar) en hàbits de vida saludable, garantint una millor autocura del fill i de la mare pròpia.

1. Sessió: "Alimentació en Família"

- **Objectiu:**
 - Conèixer les recomanacions per tenir una alimentació saludable en família.
 - Ensenyar com educar en hàbits d'alimentació saludable.
- **Material elaborat:**
 - Presentació audiovisual.
 - Díptic d'alimentació saludable
- **Nº sessions: 1**
- **Assistents a les sessions: 2**

2.Sessió: "Introducció dels aliments en el nadó"

- **Objectiu:**
 - Ensenyar com introduir adequadament els aliments al nadó.
- **Material elaborat:**

- Presentació audiovisual.
- Díptic d'alimentació saludable
- N° sessions: 2
- Assistents a les sessions: 7



3. Sessió: “Recuperació Post-part”

- Objectiu general:
 - Donar pautes per a una correcta recuperació de la mare durant el període del post-part
- Objectius específics:
 - Ensenyar les recomanacions d'una alimentació saludable per a la mare en el període de la lactància.
 - Ensenyar exercicis de sòl pelvià i d'enfortiment de la musculatura abdominal per a una bona recuperació post-part.
- Material elaborat:
 - Presentació audiovisual
 - Tríptic d'exercicis de recuperació post-part.
- N° sessions: 3
- Assistents a les sessions: 18

4. Sessió: “Salut Emocional en la maternitat”

- **Objectiu principal:**
 - Conèixer, identificar i expressar les emocions en el període de la maternitat.
- **Objectius específics:**
 - Donar pautes per empoderar-se, potenciant les emocions positives.
 - Aprendre a controlar les emocions negatives.
- **Material elaborat:** presentació audiovisual.
- **Nº sessions:** 1
- **Assistents a les sessions:** 2

5. Sessió: “Malalties Comunes del nadó”

- **Objectiu:** Conèixer les principals malalties que pot patir el nadó i com actuar davant d’elles.
- **Material elaborat:** presentació audiovisual.
- **Nº sessions:** 3
- **Assistentes a les sessions:** 12

6. Taller: “Massatges al lactant”

- **Objectius:**
 - Fomentar el contacte matern-filial.
 - Promoure el massatge, mitjançant el coneixement dels seus beneficis, per a la salut del lactant.
- **Material elaborat:**
 - Presentació audiovisual
 - Dossier “exercicis de massatge”
- **Nº sessions:** 4
- **Assistents a les sessions:** 26



7. Taller : “Primers Auxilis en el nadó”

- **Objectiu:**
 - Ensenyar a actuar davant situacions on es veu compromesa la salut del nadó.
- **Material elaborat:**
 - Presentació audiovisual
 - Díptic elaborat per la sessió.
- **Nº sessions: 1**
- **Assistents a les sessions: 3**

- **ACTIVITATS DIRIGIDES A L'ATENCIÓ DE LA PERSONA ADULTA I GRAN**

Dirigit per a persones majors de 65 anys, en molts casos sense suport social o familiar que acudeixen al rebost. Acostumen a assistir entre 30 i 50 persones depenent de si l'activitat es realitza a la escola del Gòtic o del Casc Antic.

Las activitats han estat centrades en la salut física, mental i emocional, capacitant en l'auto maneig de les malalties cròniques i hàbits de vida saludable.

El total d'hores invertides para l'activitat es de 50 (1 sessió/setmana d'una hora i mitja)

L'objectiu al que dona resposta, es el de implementar tècniques de Health coaching (entrenament) en educació per a la salut per millorar la formació sanitària (alfabetització), l'autonomia i l'autocura de les persones/famílies de la comunitat.

Les sessions han estat dirigides a la salut física i la prevenció de caigudes, a la salut mental i cognitiva (llenguatge, càlcul, memòria...) i la promoció d'una alimentació saludable com a

prevenció de complicacions de malalties cròniques. Cadascuna de les sessions que s'han impartit han continuat amb una metodologia teòrica -pràctica, amb preguntes i respostes reflexives i a través de jocs i de l'ús de recursos audiovisuals per afavorir l'aprenentatge.

1. Sessió: “Programa d'Exercicis Físics i Cognitius per a majors”:

- **Objectius:**
 - Promoure l'exercici físic en la gent gran.
 - Prevenir les caigudes mitjançant un reforç del sistema osteomuscular.
 - Prevenir la deterioració cognitiva mitjançant exercitació de les diferents funcions cognitives.
- **Material elaborat: dossier d'exercicis físics.**
- **Nº sessions: 23**
- **Assistents a les sessions: 20**



2. Sessió: “L’autoestima en l’adult gran”

- **Objectiu principal:**
 - Conscienciar de la importància de tenir una bona autoestima para la salut.

- **Objectiu específic:**

Ensenyar a treballar alguns aspectes en l’envelliment que ajuden a millorar l’autoestima.

- **Material elaborat:**

- Presentació audiovisual
- Dinàmica grupal desenvolupada per la sessió.

- **Núm. sessions: 2**

- **Assistents als sessions: 29**



3. Sessió: “Evitar perills a la llar”

- **Objectius:**
 - Conscienciar de la importància de tomar las mesures de precaució necessàries para evitar caigudes.
 - Ensenyar la diferència entre consum preferent i caducitat per evitar intoxicacions alimentàries.
 - Recordar las recomanacions necessàries para evitar intoxicacions medicamentoses.
- **Material elaborat: presentació audiovisual.**
- **Núm. sessions: 1**
- **Assistents als sessions: 6**



4. Sessió: “Son i Descans”

- **Objectius:**
 - Detectar els problemes per poder aconseguir un bon descans a la 3ª edat.
 - Ensenyar algunes postures que puguin facilitar el descans.
- **Material elaborat: presentació audiovisual.**
- **Núm. sessions: 1**
- **Assistents als sessions: 13**



5. Sessió: “Com evitar l’estrès”

- **Objectius:**
 - Detectar quines situacions de la 3^a edat poden generar estrès.
 - Ensenyar algunes tècniques de relaxació.
 - **Material elaborat: presentació audiovisual.**
 - **Núm. sessions: 1**
 - **Assistents als sessions: 11**
-
- **ACTIVITATS DIRIGIDES A L’ATENCIÓ A LA COMUNITAT**

S’atenen necessitats de tipus social i de reinserció cívica i laboral per garantir una salut física-emocional saludable.

Aidir col·labora amb diferents entitats de tipus social al districte de ciutat vella, portant a terme sessions i tallers de salut

Aquestes entitats son;

- Pis de reinserció social “Itaca” de la Fundació Acollida y Esperança
- Usuaris del Rebost comunitari de la fundació Roure
- Famílies del projecte Pro-habitatge

- Pares d'escolars i adolescents de la Fundació Esperança
- Escolars de la Fundació Gabella
- Escola de Salut del Cas Antic

El número d'assistents es d'entre 8 i 10 persones per grup.

El total d'hores invertides per l'activitat ha estat de 20 (2 hores en rebost , 11 hores en inserció social (Itaca), 3 hores a Pro-Habitatge, 2 hores a Fundació Gabella, 2 hores en pares d'escolars i adolescents de la Fundació l'Esperança)

L'objectiu al que dona resposta es el de implementar tècniques de Health coaching (entrenament) en educació per a la salut per millorar la formació sanitària (alfabetització), l'autonomia i l'autocura de les persones/famílies de la comunitat.

Ajudar a la millora de la reinserció social de les persones/famílies més desfavorides amb risc d'exclusió social creant oportunitats d'aprenentatge actiu en termes de salut física-emocional, convivència i laboral.

També es fan sessions de reinserció laboral a famílies immigrants amb baixos recursos econòmics. El nombre d'usuaris, solen ser aproximadament unes 5 famílies, en total uns 15 adults. El total de hores invertides han estat unes 2. Cada sessió seguirà una metodologia teòrica -pràctica, amb preguntes i respostes reflexives i a través de jocs i de l'ús de recursos audiovisuals per afavorir la participació.

1. Sessió "Alimentació i salut"

- Objectiu:
 - Ensenyar en què consisteix una alimentació saludable i les malalties que poden estar associades a una mala alimentació.
- Materials elaborats: presentació audiovisual i fullet d'alimentació saludable.
- Núm. sessions: 5
- Núm. assistents: 41

2. Sessió "Alimentació i Diabetis".

- Objectiu: Ensenyar les recomanacions d'alimentació per a una persona que pateix diabetis.
- Materials elaborats:

- Presentació audiovisual
- Díptic d'alimentació per a la diabetis.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 7

3. Sessió “Alimentació i Colesterol”.

- Objectiu: Ensenyar les recomanacions d'alimentació per a una persona que pateix hiperlipèmia.
- Materials elaborats:
 - Presentació audiovisual
 - Díptic d'alimentació per a colesterol.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 7



4. Sessió sobre “Hipertensió”

- Objectiu: Donar a conèixer que consisteix la hipertensió, quines són les seves causes, com prevenir-la i manejar-la quan es pateix.
- Materials elaborats:
 - Presentació audiovisual
 - Taula de recomanacions.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 6

5. Sessió sobre "Higiene i Salut"

- **Objectiu:** Conscienciar de la importància de una correcta higiene personal y de lo que me rodeja para tenir una bona salut.
- **Material elaborat:** presentació audiovisual.
- **Núm. sessions:** 1
- **Núm. assistents:** 5



6. Sessió "Salut Emocional"

- **Objectiu principal:** Conèixer, identificar i expressar els emocions pròpies.
- **Objectius específics:**
 - Donar pautes per apoderar-se, potenciant els emocions positives.
 - Aprendre a controlar els emocions negatives.
- **Material elaborat:**
 - presentació audiovisual
 - fitxes de reflexió personal.
- **Núm. sessions:** 2
- **Núm. assistents:** 11

7.Sessió "L'Autoestima en l'adult"

- **Objectius:**
 - Conèixer i identificar aquells factors determinants per tenir una bona autoestima.

- Proporcionar eines que ajudin a potenciar l'autoestima.
- Material elaborat:
 - Presentació audiovisual
 - Fitxes de reflexió personal.
- Núm. sessions: 1
- Assistents a la sessió: 5



8. Sessió sobre “Salut i Exercici físic. Prevenció de problemes osteomusculars”

- Objectiu principal: Conscienciar de la importància de l'activitat física.
- Objectius específics:
 - Ensenyar els beneficis de l'activitat física.
 - Ensenyar exercicis d'estirament i enfortiment.
 - Explicar les recomanacions per a prevenir problemes osteomusculars en alguns treballs manuals.
- Material elaborat:
 - presentació audiovisual
 - fitxa de treball personal.
- Núm. sessions: 2
- Núm. assistents: 12

9. Taller de “Primers Auxilis”

- Objectiu general: Explicar que són i en què consisteixen els primers auxilis.
- Objectius específics:

- Donar a conèixer que tipus de situacions ens podem trobar i com hem d'actuar davant elles.
- Explicar què ha de contenir una farmaciola segons la normativa vigent
- Material elaborat: presentació audiovisual.
- Núm. sessions: 2
- Núm. assistents: 13



10. Taller sobre la "Resiliència"

- Objectiu general: Conèixer que és la resiliència i la seva importància.
- Objectius específics:
 - Ensenyar les característiques d'una persona resilient.
 - Aprendre recursos per a ser més resilient.
- Materials elaborats:
 - presentació audiovisual
 - fitxa personal de "Característiques d'una persona resilient".
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 5

11. Taller "Salut bucodental"

- Objectius:
 - Conscienciar de la importància de tenir una bona higiene bucodental.

- Ensenyar a fer correctament el raspallat de dents.
- Materials elaborats: presentació audiovisual.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 6

12. Sessió per a pares “Com educar en Hàbits i Rutines”

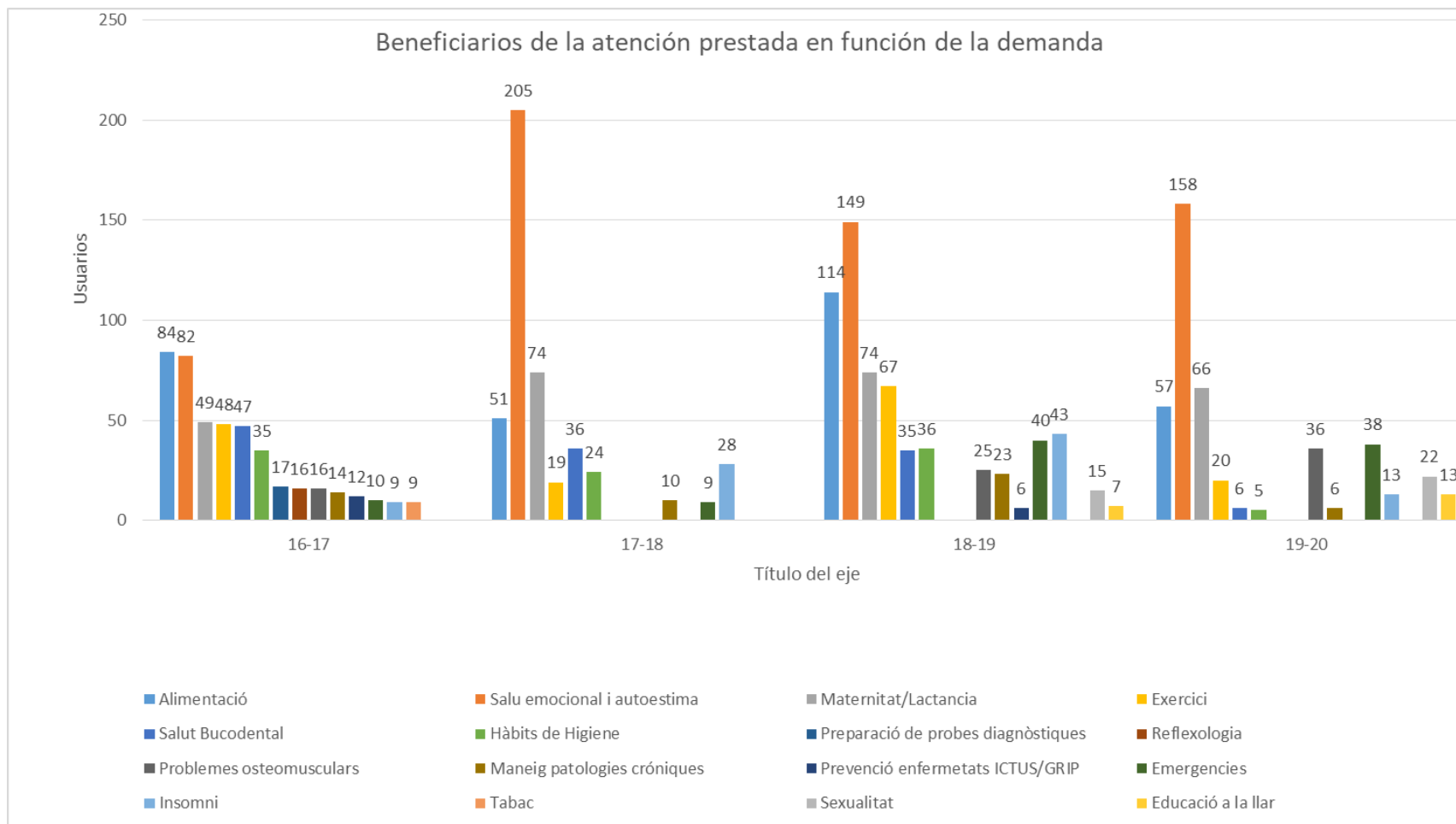
- Objectius:
 - Ensenyar als pares les conseqüències per a la salut de una mala alimentació.
 - Ensenyar recursos per a educar en la adquisició de rutines d’activitat física i descans.
- Materials elaborats: presentació audiovisual.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 7

13. Sessió per a pares sobre “Educar en emocions”.

- Objectius:
 - Conscienciar als pares de la importància de l’educació emocional.
 - Donar recursos als pares per educar en les emocions dels seus fills.
- Materials elaborats: presentació audiovisual.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 9

A continuació la Figura 1. Fa un resum de les activitats realitzades més prevalents i la diferència d’aquesta demanda en els quatre cursos que AIDIR porta desenvolupant la seva activitat.

Figura 1. Resum de les activitats realitzades més prevalents i la diferència d'aquesta demanda en els últims tres cursos.



• ATENCIÓ A L'ALUMNE D'INFERMERIA

Les competències que es treballen són l'educació sanitària i la recerca en capacitat de lideratge, l'àrea de la promoció de la salut i l'autocura de la població.

L'activitat comença al Setembre i finalitza al Maig. El total d'hores d'activitat són 1260 hores (35h/setmana/16 setmanes per alumnes de 3er, un total de 560h; i 4rt son 35h/setmanes/ 20 setmanes per alumnes de 4rt, un total de 700h).

Els objectius són:

1. Empoderar als estudiants d'infermeria, potenciant el lideratge en la competència d'educació per la salut i fomentar una infermeria amb compromís social.
2. Desenvolupar recerques en l'àrea de la promoció de la salut i l'autocura de la població, i així mateix recerques en l'àmbit docent investigant sobre el lideratge en les cures d'infermeria.
3. Desenvolupar competències d'educació sanitària, lideratge i recerca en promoció de la salut i autocura de la població en alumnes d'infermeria: Per estudiants de 3er i 4rt. 13 alumnes en total en períodes de 4-6 setmanes.

La metodologia que es segueix amb els alumnes és l'aprenentatge reflexiu treballant el pensament crític, l'elaboració de materials i sessions educatives. El mètode d'Ap.-S dona resposta a necessitats de la població en termes de formació sanitària alhora que els estudiants adquireixen competències professionals amb un nivell d'excel·lència superior que el mètode tradicional (la recerca al àmbit docent respon aquest tema). La recerca també respon al pilotatge de les sessions dissenyades i l'impacte a la població atesa.



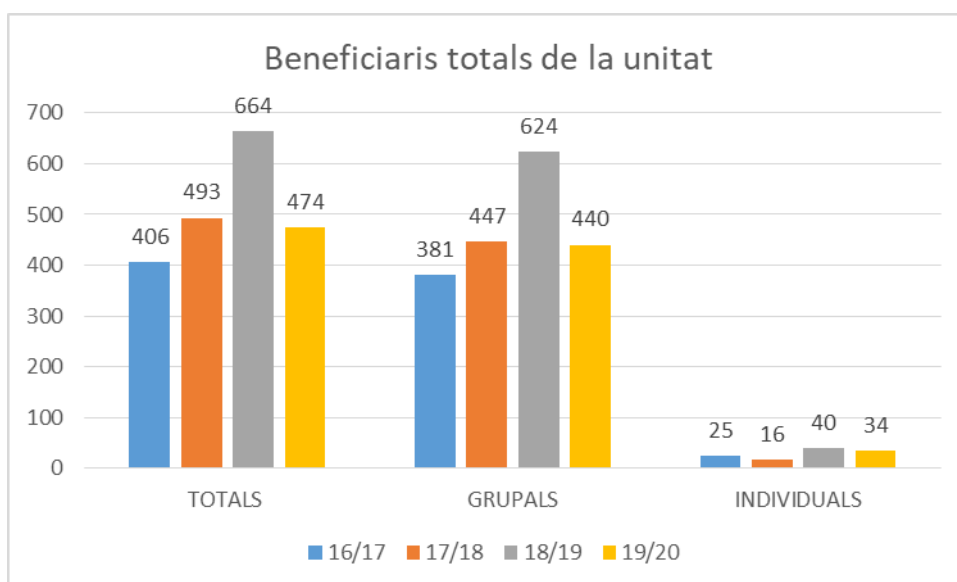
2. Intervencions individuals dirigides a l'educació per a la salut:

Entrevistes individuals:

Durant el curs acadèmic 2019-20, s'han realitzat 22 seguiments individuals en salut , a 4 usuaris, amb la finalitat d'informar-nos adequadament del procés patològic que sofreixen i així poder establir un pla personalitzat per millorar la seva salut.

A la següent gràfica, Figura 2. s'objectiva que l'activitat a la unitat en quant a nombre d'usuaris totals, ha augmentat en el tercer curs acadèmic, en canvi en aquest últim curs, degut al tancament al mes de març per la pandèmia del covid, no hem pogut atendre més usuaris, però s'objectiva que la tendència era de creixement.

Figura 2.



Consultes i formació de formadors:

Paral·lelament, es resolen dubtes dels temes més variats de salut (menú saludable, com actuar davant infeccions respiratòries, maneig del pacient diabètic.....) mitjançant les consultes que realitzen els mateixos treballadors de la Fundació o els usuaris. També s'aporta informació sanitària rellevant als treballadors de la Fundació que tracten amb usuaris que presenten algun dèficit relacionat amb la salut.

3. Activitats dirigides a la difusió de la unitat al barri:

Amb la finalitat de poder donar un servei a la comunitat del districte de Ciutat Vella, des de la unitat ens hem posat en contacte amb centres cívics i entitats que treballen al barri Gòtic i Casc Antic.

Durant aquest curs, la directora de l'escola bressol Puigmal (pertanyent a l'ajuntament de Barcelona), s'ha posat en contacte amb la infermera responsable de la unitat, per sol·licitar tallers d'educació per a la salut per als pares de l'escola, aquesta activitat es reprendrà al curs 2020-21.

5. ALUMNES EN PRÀCTIQUES I TESTIMONIS

Durant el curs acadèmic 2019-20 la unitat ha rebut 11 alumnes de pràctiques de 3r i 4t curs del Grau en Infermeria. La rotació a la unitat oscil·la entre un mínim de 3 setmanes i un màxim de 5 setmanes. Les places màximes per estudiants és de 2-3 per període degut a les limitacions d'espai a les Fundacions.

Els alumnes de 3r i 4t curs d'Infermeria han dissenyat i preparat les sessions grupals i les entrevistes individuals, així com els materials didàctics lliurats als pacients per refermar els coneixements adquirits en salut.

La metodologia aplicada en la preparació dels materials i en el disseny de les intervencions, tant grupal com individualment, ha estat la del "pacient expert" i "Health literacy".

En primer lloc, una vegada feta la petició de dèficit de coneixement o necessitat de salut per part de l'encarregada dels programes educatius de la Fundació, l'alumne realitza una cerca sistemàtica a bases de dades indexades, buscant la millor evidència científica. Paral·lelament fan un compendi de dades sobre la cultura, l'idioma i els costums dels pacients a tractar.

Una vegada seleccionats els millors estudis sobre aquesta patologia o problema de salut, es dissenya un material docent adaptat al tipus de població a la qual anirà dirigit, segons l'edat, sexe, cultura i nivell educatiu dels usuaris. S'han utilitzat presentacions tipus power point, prezi®, comunicacions orals... I materials com fulletons, díptics i cartells, entre d'altres.

El següent pas consisteix a realitzar la intervenció a la comunitat, per això els alumnes s'han entrenat en habilitats per a una bona comunicació oral i terapèutica amb la seva tutora de pràctiques, treballant la comunicació verbal i la no verbal.

Durant el curs 2019/2020 els alumnes han elaborat diferents materials per les sessions realitzades més els que fan pogut reutilitzar del curs anterior.

Una vegada finalitzada la intervenció, es realitza un feedback per avaluar els coneixements adquirits i poder així avaluar l'eficàcia de la nostre intervenció.

A continuació afegim alguns testimonis dels alumnes que han participat a les activitats d'AIDIR Ciutat Vella:

Sra. Katya Vall

"Mi experiencia en Aidir ha sido muy grata, he podido desarrollar mi potencial y mis habilidades para que los usuarios entiendan la importancia de la afectividad, del descanso, de la relajación...además he tenido la oportunidad de trabajar con evidencia científica, creo que todos los alumnos deberíamos de pasar por AIDIR para tener otro concepto de la enfermería. La educación para la salud es esencial y no existen entornos para impartirla exclusivamente."

M^a Luisa Fargas

"En este periodo de prácticas me he dado cuenta de que la enfermería no es solo repartir medicación, pinchar la inyección y cuidar al enfermo. Enfermería es mucho más que todas esas pequeñas técnicas. Enfermería cuida al enfermo pero también cuida a la persona sana, la previene de todos los problemas de salud posibles.

En la unidad AIDIR aprendes que la persona no es una enfermedad o un problema económico, la persona es un ser social, cultural, biológico y psicológico, y por eso son importantes todos los ámbitos que la forman.

La salud no es solo para aquellos que puedan permitirse una buena calidad de vida sino que la salud es para todos, todo el mundo tiene derecho a una buena salud. Desde AIDIR se llega a todas esas personas más vulnerables que merecen ser cuidadas y necesitan de alguien que les enseñe y prevenga tanto a ellos como a todos sus familiares.

He comprendido a las personas a pesar de ser tan diferentes a con las que estoy acostumbrada a compartir mi vida. He logrado escuchar, conocer, entender sin prejuicios. Esto me ha ayudado tanto profesional como personalmente.

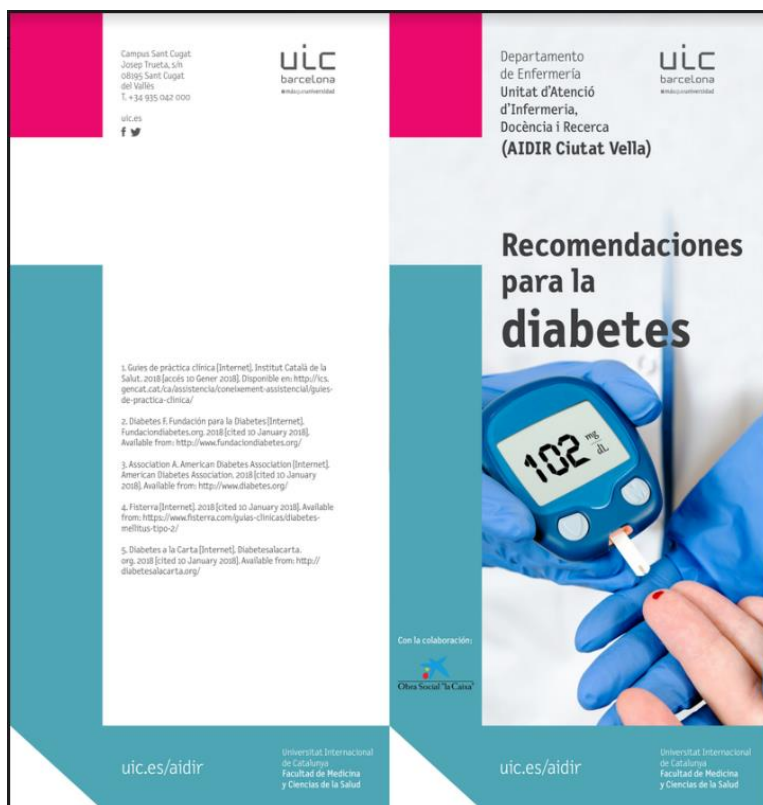
AIDIR me ha enseñado la importancia de la educación sanitaria y las repercusiones que tiene el no aplicarla. Al igual que me ha enseñado la importancia de la motivación en personas que a veces se sienten solas inferiores a otras. Las personas a las que se dirige AIDIR suelen estar

fuera de su zona de confort que sería el país y cultura de donde provienen. Es por eso que el trabajo en AIDIR es tan esencial para esta población.

Ha sido un mes de mucho desarrollo personal y de mucha reflexión. Creo que todos deberíamos pasar por estas prácticas porque no solo aumentan los conocimientos de promoción y prevención de salud sino que son una experiencia de contacto constante con personas de las que se aprende y se logra una crecimiento interior enorme.

6. MATERIALS I MITJANS DE DIFUSIÓ:

Amb la col·laboració del Departament de Comunicació de la UIC i els alumnes que han fet estada a la unitat s'han elaborat quatre fulletons. Dos d'ells sobre recomanacions en la diabetis i el colesterol, el tercer sobre exercicis de recuperació post-part i com actuar davant un ennuègament.



Campus Sant Cugat
Josep Trueta, s/n
08195 Sant Cugat
del Valles
T. +34 935 042 000
uic.es
f t

uic
barcelona
#uicuniversitat

Departamento
de Enfermeria
Unitat d'Atenció
d'Infermeria,
Docència i Recerca
(AIDIR Ciutat Vella)

uic
barcelona
#uicuniversitat

Ejercicios post-parto



Juárez, J. y Méndez, M. M. et al. - Puntos clave en los ejercicios Keguel. [Internet]. SamfyC.es; 2020 [citado 25 de febrero 2020]. Disponible en: https://www.samfyC.es/wp-content/uploads/2020/10/viggo_10_repasakegel.pdf

Uxia T. Abdominales Hipopresivos en la recuperación postparto - ACTIMAMI [Internet]. ACTIMAMI; 2020 [citado 25 de febrero 2020]. Disponible en: <http://actimami.com/abdominales-hipopresivos-en-la-recuperacion-postparto/>

DIR C. 6 ejercicios de abdominales hipopresivos - El bloc del DIR [Internet]. El bloc del DIR; 2020 [citado 25 de febrero 2020]. Disponible en: <https://www.dir.cat/blog/es/6-ejercicios-abdominales-hipopresivos/>

Con la colaboración:

 Obra Social 'la Caixa'

uic.es/aidir Universitat Internacional de Catalunya
Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud

Campus Sant Cugat
Josep Trueta, s/n
08195 Sant Cugat
del Valles
T. +34 935 042 000
uic.es
f t

uic
barcelona
#uicuniversitat

Departamento
de Enfermeria
Unitat d'Atenció
d'Infermeria,
Docència i Recerca
(AIDIR Ciutat Vella)

uic
barcelona
#uicuniversitat

Recomendaciones para el colesterol



Con la colaboración:

 Obra Social 'la Caixa'

uic.es/aidir Universitat Internacional de Catalunya
Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud



Durant el curs 2019-2020 s'ha gravat un vídeo explicatiu de la unitat AIDIR amb la col·laboració de la Fundació l'Esperança i Fundació Roure, amb aquest vídeo promocionarem i donarem a conèixer la tasca que fem en xarxes i mitjans de difusió.

<https://www.youtube.com/watch?v=Y5OfKvWtYGU&t=3s>

<https://www.youtube.com/watch?v=WxiWAsDQF0I>

7. IMPACTE I ACTIVITATS D'INVESTIGACIÓ:

Donat que l'impacte suposa l'avaluació de les conseqüències de la unitat, en l'actualitat estem analitzant dos aspectes,

1. El primer és l'increment de coneixements posterior a cada sessió, així com la satisfacció dels usuaris amb aquestes per poder avaluar l'efectivitat de les formacions.

2. El segon aspecte que hem iniciat en estudi, és l'impacte real d'aquesta formació en la vida diària dels usuaris, concretament en avaluant si els tallers de salut provoquen un canvi d'hàbits que protegeixin davant d'infermetats cardiovasculars.

Tota aquesta tasca ens ha suposat una redistribució de tot el registre de dades donant resposta als objectius:

1er objectiu: AUTOCURA DE LA POBLACIÓ

Àmbits:

- Vida saludable i emocional en la infància i adolescència
- Salut Matern-infantil
- Persona adulta i gran

L'indicador d'aquest objectiu demostra un increment de coneixement a llarg termini després d'haver rebut la formació d'un tema concret. En el curs 2019-2020, malgrat haver tancat la unitat 4 mesos abans a causa de la pandèmia COVID, s'han realitzat 48 sessions i s'ha mesurat un augment dels coneixements al mes d'un 25,5%. Durant el curs anterior, 2018-2019, l'augment va ser del 17% pel que considerem que l'evolució és molt positiva.

2on objectiu: REINSERCIÓ SOCIAL

Àmbit:

- Suport en necessitats socials, de reinserció cívica i laboral

Activitats realitzades a grups que requerien formació en reinserció social i laboral, donant estratègies i oportunitats d'aprenentatge en convivència, salut física, emocional i recomanacions laborals. En aquest curs 2019-2020 s'han realitzat 4 sessions, amb una mitjana d'augment dels coneixements al mes del 15,9%. De les 12 sessions realitzades en el curs 2018-2019, la mitjana de l'augment de coneixements va anar del 16,7%.

3er objectiu: INVESTIGACIÓ I DOCÈNCIA

Àmbit:

- Formació de l'alumne d'infermeria en autonomia, i lideratge en educació per a la salut
- Investigació de la efectivitat i eficiència de la unitat per el manteniment d'aquesta mitjançant les ajudes i subvencions.

Per a poder treballar la recerca dins de la unitat, era necessari la creació d'una eina d'un registre de dades que permetés mesurar l'eficàcia de les activitats realitzades, una vegada creada les primeres dades extretes en el curs 2018-19 van ser molt positius. En aquest curs 2019-2020, a causa del tancament de la unitat 4 mesos abans del que es preveu la mostra s'ha vist reduïda, no obstant això l'efectivitat de la unitat amb les activitats realitzades continua donant molt bons resultats d'augment de coneixements en la població.

Durant el curs 2018-2019 es va donar formació a 598 beneficiaris, en aquest curs 2019-2020 s'ha format a 446 beneficiaris. Es van dissenyar metodologies docents basades en el coach individual/grupal i rubriques d'avaluació que van permetre comprovar un augment de la millora dels coneixements amb una mitjana pròxima al 20% segons l'objectiu i amb una satisfacció dels usuaris superior a 9 sobre 10.

Per altra banda amb el projecte AIDIR, la UIC Barcelona exerceix el seu compromís amb la societat mitjançant un enfocament de caràcter docent i investigador. Les activitats investigadores de la Unitat aniran dirigides a l'obtenció de resultats en les línies de recerca de la Facultat de Medicina i Ciències de la Salut de la Universitat Internacional de Catalunya. El seu compromís és avançar en la millora de la metodologia docent emprada en la formació d'alumnes d'Infermeria i contribuir a la promoció de la salut de la població que es troba en situació de risc d'exclusió social. D'altra banda, degut a la creació de la unitat, des de el curs 2016-17 s'està treballant en el projecte d'investigació:

- “Innovación metodológica: mejorando la adquisición de la competencia de liderazgo en educación para la salud en estudiantes de Enfermería”

Equip d'Investigació:

Dr Gallart, A. -IP- (UIC); Msm Cerezuela, Dra. Vissandjée, B M; Dra Guillaumet, M. (EUI-Sant Pau) y Dra. De Juan, M.A. (UIC);

Resum:

Diferents experts i ocupadors de l'àmbit assistencial demanden un canvi en la Infermeria perquè assumeixi un paper més determinant ja que creuen que així podria millorar l'eficiència de la cura assistencial. Les Universitats tenen la funció de respondre a les necessitats socials

innovant en el desenvolupament de les seves metodologies per aconseguir graduar alumnes que renovin i millorin la societat. Aquest estudi planteja una innovació metodològica aplicada en les pràctiques d'estudiants de Grau en Infermeria, que podria millorar el lideratge infermer, a través de la creació d'una unitat de pràctiques denominada AIDIR (Atenció d'Infermeria Docent i Recerca).

L'objectiu de la recerca és comparar un grup control tradicional amb el grup intervenció AIDIR per valorar si els diferents components del lideratge infermer en Educació per a la Salut, milloren després de la intervenció. L'estudi es realitzarà en dos entorns diferents. El primer, en Centres d'Atenció primària de Barcelona, on realitzen pràctiques estudiants de Grau d'Infermeria, on principalment es desenvolupen activitats d'educació per a la salut als pacients, i el segon, als nous centres AIDIR (Ciutat Vella i Sociosanitari Pere i Virgili) amb 73 alumnes de 3r i 4t d'Infermeria per grup.

S'espera demostrar que el lideratge dels alumnes augmenta quan són els propis estudiants els qui lideren l'Educació per a la Salut en totes les seves fases, sempre sota supervisió d'una infermera (a AIDIR), en comparació a quan és la infermera qui gestiona l'Educació per a la Salut i els estudiants segueixen les seves indicacions (en el pràcticum tradicional als Centres d'Atenció Primària). La durada d'aquest projecte es aproximadament de 4 anys. Després de pilotar l'estudi durant el curs 2016-17, es va començar a recollir dades des del curs 2017-18 i els primers resultats mostren un augment estadísticament significatiu del lideratge i del lideratge en educació per la salut en els estudiants d'infermeria. Durant el 2019-20 s'ha continuat amb la recollida de dades i formació dels alumnes, tanmateix s'ha redactat l'article de factibilitat o feasibility i en breu s'enviarà per la seva publicació. Durant el curs 2020-21 es preveu finalitzar la recollida del total dels alumnes del estudi i poder publicar a una revista d'impacte els resultats provisionals de Feability. Durant el curs 2020-21, s'explotaran les dades del estudi i es redactarà un article per publicar-lo amb revistes d'impacte.

8. INVESTIGADORS COL·LABORADORS

Dra. Montserrat Guillaumet

Infermera, Màster Oficial en Ciències de la Infermeria, Doctora per la Universitat de Barcelona.

Títol de la tesi: "L'experiència de ser cuidat en un hospital. Perspectiva de l'immigrant extracomunitari".

Experiència professional com a infermera, en diferents unitats de pacients crítics, durant més de 13 anys.

Actualment és professora de Grau, cap d'àrea docent i coordinadora de Mobilitat i Intercanvis, al EUI-Sant Pau.

Ha participat en diferents projectes de recerca i en el 2002 va realitzar una estada a la Universitat de Montréal on va fer una immersió a l'escola de pensament del "Caring" i la seva aplicació a l'assistència, la formació, la gestió i la recerca.

L'any 2010, va rebre la beca Víctor Grífols, de recerca bioètica.

L'any 2011, se li va atorgar el premi a la Iniciativa Docent per ser la directora del projecte "La carpeta d'aprenentatge en l'assignatura Comunicació Terapèutica". Premi convocat pel Col·legi Oficial d'infermeres i infermers de Barcelona.

És autora i coautora de diferents publicacions.

9. FORMACIÓ DELS MEMBRES DE L'EQUIP

La tutora de la unitat la Sra. Lorena Moya ha realitzat el curs de "Acompanyament educatiu en les malalties, el duel i la mort" organitzat per la Universitat Internacional de Catalunya.