

CONCLUSIONES IV CONFERENCIA NACIONAL DEL PACIENTE ACTIVO Y III JORNADAS PACAS

La IV Conferencia Nacional del Paciente Activo y III Jornada del Programa Paciente Activo Asturias (PACAS) se desarrollaron el 4 de marzo de 2017 dentro del marco del IX Congreso Nacional de Atención Sanitaria al paciente Crónico y conjuntamente con la IV Conferencia Nacional Paciente Activo, en el Palacio de Congreso y Exposiciones Ciudad de Oviedo. Organizadas por la Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Sanidad del Principado de Asturias con el lema **“Expresar para comprender”**.

Más de medio millar de personas acudieron al evento y llenaron la sala del Auditorio del Palacio.

En la inauguración de las mismas, contamos con la presencia de D. Rubén Rosón Fernández (Concejal de Gobierno del Área de Economía y Empleo del Ayuntamiento de Oviedo), D. Zapatero Gaviria (Presidente de la SEMI), D. Salvador Tranche Iparraguirre (Presidente de la semFYC), D. José Ramón Hevia Fernández (Jefe de Servicio de Promoción de la Salud) y Dña. Marta Pisano González (Coordinadora Programa Paciente Activo Asturias). La mesa abrió el contenido y la temática que posteriormente se abordaría en la Conferencia, con temas tan trascendentales como la reorientación del modelo de asistencia sanitaria, la atención centrada en el paciente, la convivencia multidisciplinar en el “ecosistema” sanitario, la ayuda en la toma de decisiones compartido y el empoderamiento de las personas con enfermedad crónica y la de sus cuidadores. En el mismo acto, se resaltó el verdadero objetivo de la Conferencia: ser un espacio de encuentro y de visibilización de los Monitores del Programa Paciente Activo Asturias. Para ello, se realizó una exposición de posters fotográficos, donde 271 monitores del programa PACAS pudieron expresar por medio de la fotografía de su rostro, y de la expresión de una frase corta, lo que para ellos significó su paso por el programa.

El agradecimiento a su loable trabajo, así como al apoyo de las entidades locales y las asociaciones de pacientes puso fin a la mesa inaugural.

CONFERENCIA INAUGURAL

Mercé Roura Mas (Periodista, escritora y conferenciante) desarrolló la Conferencia inaugural: “Taller de Palabras”. Con Mercé realizamos un viaje al mundo de las palabras, desvelándonos el sentido sutil que tienen, su capacidad de CREAR y TRANSFORMARNOS. Las palabras curan, sanan y nos ayudan a construir la mejor versión de nosotros mismos. A través de la palabra expresamos nuestras emociones, las identificamos y las nombramos. ¡Qué importante reconocerlas como expresiones de nuestro BIEN-estar o MAL-estar!

Somos seres emocionales, más de lo que queremos pensar; las emociones guían nuestras conductas y tienen su expresión en nuestro cuerpo físico, de ahí la importancia de saber identificarlas para poder gestionarlas de manera adecuada. Este autoconocimiento es el primer paso para sanarnos.

Las palabras nos ayudan a dar un sentido a la vida. Hay palabras que nos provocan dolor y sufrimiento; otras nos despiertan alegría y felicidad. A menudo una voz amable y sincera es

mucho más terapéutica que cualquier medicamento. Mercé nos invita a utilizar aquellas palabras que nos hacen sentirnos bien, que nos dan fuerza en los momentos difíciles de nuestra vida, que nos animan a seguir hacia adelante, a creer en nosotros.

“Lo que importa es cómo te sientes contigo y cómo te llamas cuando te buscas, qué nombres encuentras para susurrarte, qué momentos llenan tu vida... Que encuentres tu equilibrio, que sepas que estás en ese lugar desde el cual se construye, se crea, se sigue caminando motivado y apasionado por lo que amas”. (<https://mercerou.wordpress.com/>)



SESIÓN DE COMUNICACIONES ORALES DE EXPERIENCIAS EN CRONICIDAD

En la sesión de comunicaciones orales de experiencias, se presentaron doce interesantes iniciativas que se están llevando a cabo en Asturias y en otras comunidades autónomas de España.

Algunos de los conceptos de los que se hablaron fueron del manejo de pacientes con necesidades complejas, la coordinación y comunicación entre profesionales sanitarios, la asistencia centrada en el paciente, la atención domiciliaria, el empoderamiento de los pacientes, la utilización de tecnologías de la información y comunicación (TIC), la mejora de la accesibilidad, la inclusión del usuario en la planificación y la formación “entre iguales”. Se proponen nuevas formas de organización de los servicios, en las que pequeños cambios suponen una gran mejora en la asistencia.

En Todas las comunicaciones se hizo hincapié en la importancia de la coordinación entre todos los agentes que influyen en la atención. La coordinación dentro de los equipos (tanto en los de Atención Primaria como en Atención Especializada), como entre niveles. También se destacó la vital coordinación entre los sectores sociales y los sanitarios. La coordinación es la única vía posible para la asistencia centrada en el paciente.

Kurere (<https://www.kurere.org/>) nos cuenta su emotivo proyecto, en el que los testimonios positivos y de superación respecto a la salud, alientan, ayudan y curan. Historias positivas de personas que han integrado las experiencias de enfermedad en sus vidas, y muestran las

estrategias que han utilizado para ello, y pueden ser ejemplo y modelo para otros, a través de una plataforma social en la red.

La escuela de ICTUS del HUCA que lleva trabajando desde el 2016, atiende y orienta a pacientes y cuidadores informales antes del alta hospitalaria, preparándolos para el retorno al domicilio. La educación en el control de factores de riesgo, la adherencia al tratamiento, el fomento de hábitos saludables y los cuidados que precisan, es vital para su recuperación, para evitar complicaciones, reingresos, y mejorar su calidad de vida. Una buena coordinación entre los equipos de enfermería, medicina y la enfermera gestora de casos, permiten que ya hayan atendido a más de 143 personas. “

MESA REDONDA: RED DE ESCUELAS DE SALUD. Colaborar para innovar

El Programa Paciente Activo ,así como el resto de programas de Paciente Experto y Escuelas de Salud y de Pacientes de las distintas Comunidades Autónomas, está integrado en la Red de Escuelas de Salud para La Ciudadanía; un trabajo colaborativo en el marco del sistema Nacional de Salud.

El objetivo de ésta mesa, fue mostrar experiencias innovadoras realizadas por integrantes de la Red de Escuelas éste último año.

Moderó la mesa Paloma Casado Duráñez, enmarcando la misma desde la necesaria colaboración desde el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.

Abrió la mesa Rosario Olmos Pecero, para exponer el trabajo que se realiza en los CFC (Centros de Formación al Consumidor de Asturias) en colaboración con PACAS, una innovadora experiencia en el que los medios existentes en los CFCs, se reorientan para reforzar todos los conceptos aprendidos en PACAS. Un ejemplo de cómo trabajar con un mismo objetivo para unir recursos existentes y multiplicarlos en lugar de duplicarlos, con la integración de la administración y los pacientes en la co-creación del proceso desde el inicio.

Estíbaliz Gamboa Moreno compartió la experiencia desde el País Vasco en la integración en el programa Paciente Bizia de poblaciones de la etnia gitana, debilidades y fortalezas de un trabajo conjunto para avanzar en equidad.

Assumpció González Mestre, resaltó la importancia de la co-creación y el co-diseño del programa Pacient Expert Cataluña y de todos los materiales de programa, con el usuario final: la persona con enfermedad crónica y sus cuidadores.

Dolores Cuevas, desde la Comunidad Valencia, compartió su experiencia de desarrollo del programa en base a un trabajo de equipo, en una orientación comunitaria y de clara alianza con asociaciones de pacientes.

Maria Angeles Prieto habló de la importancia, de la utilidad y de la potencialidad que tiene la conexión en las redes sociales de las personas que integran su Escuela Andaluza de Pacientes:

“Enredados en Autocuidados”. En las redes los ciudadanos pueden compartir también su verdadera expertía en el cuidado de su enfermedad.

Y, finalmente Mari Sol Cid Alvarez compartió los avances formativos presenciales y sus “píldoras formativas” en la web (con información clara y objetiva) en la que se avanza por dotar de conocimientos y habilidades en la autogestión de la enfermedad a miles de personas en Galicia.

Una idea común se puso de manifiesto en todas las ponencias de la mesa: “Es necesario trabajar CON y no trabajar PARA”.

GRUPO DE TEATRO DE LA ESCUELA DE SALUD DE TINEO

Una forma creativa y diferente de promover la salud en la población es a través del teatro, no sólo porque los actores y actrices que lo hacen lo disfrutan, ejercitan la mente, favorecen la expresión corporal y participación social, sino que cuando además va acompañado de mensajes que promueven hábitos de vida saludables, aún lo hacen más efectivo.

Así la Escuela de Salud del Ayuntamiento de Tineo, promueve un grupo de teatro de personas mayores de dicho concejo. Las obras están escritas y dirigidas por Marta De La fuente, Técnica responsable de la misma. Todas las obras responden a varios objetivos como trasladar mensajes de promoción de hábitos de vida saludables, fomentar la risa y el divertimento, así como la participación social, generando un clima de solidaridad, compañerismo y utilidad. Una muestra de su buen hacer fueron las 3 obras representadas en las Jornadas: “ **Manolin, lo deja**”, “**Vejez, bendita vejez**” y “**En la consulta**”. Tabaco, envejecimiento activo y alimentación, respectivamente, siempre en clave de comedia asturiana costumbrista. Fomentar una vida saludable a través del teatro.

MESA DE EXPRESIONES DE SALUD

Moderaron la mesa Luis Miguel Jiménez y Raquel Vázquez Álvarez, monitores del programa PACAS.

El evento se desarrolló en un formato de preguntas y respuestas, fomentando también el debate entre los ponentes.

Como ideas destacadas pondríamos señalar la importancia que todos los ponentes pusieron en “la actitud” como moduladora de las experiencias vividas:

Rosa Fernández Rubio (Alpinista. Cangas de Narcea. Asturias) en sus intervenciones compartió con el auditorio su historia personal con la enfermedad enfatizando la importancia de la confianza en el equipo médico y la actitud positiva durante su proceso.

Pedro Moran (Chef de cocina. Casa Gerardo. Asturias) durante sus intervenciones destacó la necesidad de conservar la alimentación tradicional como tesoro para futuras generaciones.

Alfonso Toribio (Arquitecto S.L.P) nos explicó como el urbanismo debe hacerse para el disfrute de las personas que viven en una comunidad.

Alain Fernández (Médico. Programa “Saludables” del TPA) destacó en las intervenciones el valor de la cultura como activo de salud. Incidiendo en el teatro costumbrista como ejemplo de gestión del tiempo libre y vehiculizador de sociabilidad.

EXPRESIONES DE SALUD

El hall del Palacio de Congresos Ciudad de Oviedo, se llenó de vida, de sentimientos y de expresión.

Una exposición de 271 poster fotográficos, de los monitores del programa PACAS y de personas que se formaron a lo largo del año, se convirtió en la esencia de la Conferencia.

La exposición visibilizó y homenajeó a todos lo monitores de manera absolutamente altruista y voluntaria participan en el programa para ayudar a los ciudadanos a aumentar sus niveles de salud.

Los asistentes a las III Jornadas PACAS, tuvieron la ocasión de puntuar a un poster ganador, y decidir así cuales serían los ganadores de las Expresiones de Salud.

ENTREGA DE PREMIOS

El final de la Conferencia se convirtió en el momento más emotivo de la misma, y con ella la entrega de premios.

El premio a la mejor Comunicación de Experiencias, valorado por el Comité Científico de la Conferencia se otorgó a José Enrique González y Juan Osoro por el proyecto: “Kurere, palabras que curan”.

Los cinco mejores premios a las Expresiones de Salud, tras la votación del público asistente a la Conferencia fueron:

1º “NO PUEDES GUIAR EL VIENTO, PERO PUEDES CAMBIAR LA DIRECCIÓN DE TUS VELAS”.

M^a Soledad Sánchez

No puedes guiar el viento,
pero puedes cambiar
la dirección de tus velas



2º “SEIS DÍAS, QUINCE HORAS ¡QUÉ POCO TIEMPO!, PERO.... SI LO SABES APROVECHAR BASTA PARA CAMBIAR TU FORMA DE VIDA.”

David Vázquez

Seis días, quince horas
¡qué poco tiempo!,
pero...
si lo sabes aprovechar
basta para cambiar tu forma
de vida



3º “SABÍA QUÉ, PERO NO SABÍA CÓMO. AHORA LO HE CONSEGUIDO. ¡GRACIAS”!

Griselda Rendal

Sabía “qué” pero
no sabía “cómo”.
Ahora lo he conseguido.
¡ Gracias !



4º “LA FUERZA DE VOLUNTAD LO PUEDE TODO, NO HAY FRONTERAS. QUERER ES PODER”

Tino Argüelles

La fuerza de voluntad lo
puede todo, no hay fronteras.
Querer es poder



5º “DESDE QUE PRACTICO LA RELAJACION, VEO LA VIDA DE OTRO COLOR”

Heliodoro Vigil

“Desde que practico relajación,
veo la vida de otro color”

