

MEMÒRIA D'ACTIVITATS

CURS ACADÈMIC -2021-2022

(Departament d'Infermeria)

Unitat d'Atenció d'Infermeria, Docència i Recerca

(AIDIR: Ciutat Vella)

ÍNDEX

1. La unitat AIDIR ciutat vella	3
2. Membres de l'equip direcció.....	3
3. Objectius de la unitat AIDIR.....	3
4. Activitats realitzades a AIDIR.....	4
4.1 Intervencions grupals dirigides a l'educació per a la salut segons els diferents àmbits d'atenció d'aidir ciutat vella:.....	4
a) Activitats dirigides a nens, a adolescents, i les seves famílies.	4
b) Activitats dirigides a l'atenció a la salut materno-infantil.....	9
c) Activitats dirigides a l'atenció a la comunitat i/o persona adulta.....	11
d) Activitats dirigides a l'atenció de la persona gran.....	17
4.2 Intervencions individuals dirigides a l'educació per a la salut:	18
5. Atenció als alumnes d'infermeria en pràctiques i testimonis	18
6. Materials i mitjans de difusió:	21
7. Impacte i activitats d'investigació	22
1er Objectiu: Autocura de la població	22
2on Objectiu: Reinserció social	26
3er Objectiu: Investigació i docència	26
8. Investigadors col·laboradors	27
9. Formacions dels membres de l'equip.....	27
10.Objectius per el curs 2022-2023.....	28
11.Anexes (fotografies de l'activitat)	29

1. LA UNITAT AIDIR CIUTAT VELLA

La Universitat Internacional de Catalunya, a través del seu departament d'Infermeria promou la unitat d'AIDIR Ciutat Vella (Atenció d'Infermeria Docència i Recerca) com a projecte 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 i col·laboració amb la Fundació de l'Esperança, AIDIR pot assegurar la seva viabilitat a llarg termini ja que sense elles i la Universitat Internacional de Catalunya no seria possible.

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 i sotsdirectora departament d'infermeria

Dra. Pilar Fuster, Universitat Internacional de Catalunya

Responsables de gestió

Sra. Ana Medina / María Vera, Universitat Internacional de Catalunya.

Tutora i infermera de la unitat

Sra. Lorena Moya i Eira Bejarano (entre ambdues 40h/s com en cursos anteriors feia sola la Sra. Moya), Universitat Internacional de Catalunya.

3. OBJECTIUS DE LA UNITAT AIDIR

- 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.
- Col·laborar amb les activitats de les fundacions del barri Ciutat Vella per 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.
- Apoderar als estudiants d'Infermeria, potenciant el lideratge en la competència d'educació per la salut i fomentar una infermeria amb compromís social.
- 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 d'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 del 2 de setembre del 2021 fins al juny del 2022.

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

4.1 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.

a) Activitats dirigides a nens, a adolescents, i les seves famílies.

Com a principal activitat AIDIR es centra en la atenció a les necessitats educatives en hàbits de vida saludable i salut emocional durant la infància i adolescència. La Salut Mental, els primers auxilis, addiccions, maneig de les emocions, higiene bucodental i salut, centren les sessions educatives. 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. La combinació de la teoria (transmissió d'informació) i pràctica (aprenentatge experiència) mitjançant materials audiovisuals, tallers, jocs, es la metodologia utilitzada, per tal de capacitar en coneixements (alfabetitzar) aquests nens/*adolescents i famílies. A continuació destaquem les mes importants:

1. Taller "Aprender a manejar mis emociones"

- Objectiu:
 - Ensenyar a descobrir quines emocions tinc i que las causa
- Material elaborat:
 - presentació audiovisual
 - Mural sobre les emocions
 - Domini dels sentiments
- Núm. sessions: 4
- Núm. assistents: 36

2. Taller "Salut Mental Positiva"

- Objectius:
 - Ensenyar conceptes de salut mental i malaltia mental
 - Conscienciar de la importància de eliminar tabús sobre las malalties mentals
 - Ensenyar a potenciar las emociones positives
- Ensenyar a redirigir el pensament per aprendre a manegar mis emociones.
- Material elaborat:
 - presentació visual
 - Fitxa sobre "Mis emociones"
- Núm. sessions: 4
- Núm. assistents: 39

3. Sessió Famílies "Cóm promoure la Salut Mental de los adolescents"

- Objectius:
 - Explicar les principals malalties mentals
 - Ensenyar a detectar de forma precoç possibles símptomes de malaltia mental en nens i adolescents.
- Material elaborat:
 - presentació visual
- Núm. sessions: 2
- Núm. assistents: 2 + 7

4. Taller "Prevenió del estrès i ansietat"

- Objectius:
 - Aprendre quines son las "senyals de alarma" de nostre cos davant
 - Ensenyar a detectar els nostres "estresors"
- Aprendre tècniques de relaxació i mindfulness
- Material elaborat:
 - presentació visual
 - "Pot de la calma"
 - Joc "1 minuto para ganar"
- Núm. sessions: 8
- Núm. assistents: 57

5. Sessió "Manegar la frustració i la culpa"

- Objectius:
 - Aprendre a manejar la frustració.
 - Ensenyar a tenir un pensament creatiu i optimista
 - Ensenyar el valor de la espera
- Núm. sessions: 8
- Núm. assistents: 54

6. Taller "Primers Auxilis: Reanimació Cardiopulmonar"

- Objectius:
 - Ensenyar com actuar davant una parada cardiorespiratoria.
 - Ensenyar a realitzar una reanimació cardiopulmonar.
- Material elaborat:
 - Grup petits (nens de 1r a 3t de primària): Presentació audiovisual i Jocs creats per a l'activitat
 - Grup mitjans (4t, 5è i 6è primària): explicació oral i entrenament amb maniquí.
 - Grup adolescents (de 1r a 4t això i batxillerat): explicació oral i entrenament amb maniquí i gafes de realitat virtual.
- Núm. sessions: 8
- Núm. assistents: 62

7. Taller "Primers Auxilis: Ferides, cremades i contusions"

- Objectius:
 - Ensenyar com actuar davant una ferida.
 - Ensenyar com actuar davant una cremada.
 - Ensenyar com actuar davant un cop.
- Material elaborat:
 - Grup petits (nens de 1r a 3t de primària): Presentació audiovisual i Jocs creats per a l'activitat
 - Grup mitjans (4t, 5è i 6è primària): explicació oral i taller de embenats.
 - Grup adolescents (de 1r a 4t això i batxillerat): explicació oral i taller de embenats.
- Núm. sessions: 8
- Núm. assistents: 66

8. Taller "Salut Bucodental"

- Objectius:
 - Conscienciar de la importància de tenir una bona higiene bucodental.
 - Ensenyar a fer correctament el raspallat de dents.
- Material elaborat:
 - Presentació audiovisual i Jocs creats per a l'activitat
- Núm. sessions: 2
- Núm. assistents: 13

9. Taller "Higiene i Salut"

- Objectius:
 - Conscienciar de la importància de tindre una bona higiene corporal i bucodental.
 - Ensenyar a fer correctament la higiene de les diferents parts del cos.
 - Explicar la relació de la higiene amb l'autoestima.
- Material elaborat:
 - Jocs creats per a l'activitat
- Núm. sessions: 2
- Núm. assistents: 14

10. Taller sobre Addiccions

- Objectius:
 - Conscienciar del dany físic, psicològic i social que generen les addiccions.
 - Explicar a través d'un testimoni la "tolerància" que generen les substàncies que provoquen adició.
 - Conscienciar de que el consum que comença vinculat a l'oci es termina convertint-se en una addicció que recau sobre la resta de la vida.
- Material elaborat:
 - Video-testimonis
 - Entrevista a persones ex-addictes
- Núm. sessions: 4
- Núm. assistents: 29

11. Activitats de CLOENDA DEL CURS

Durant el mes de maig es realitzen activitats de cloenda del curs per refrescar tot l'après en els mesos anteriors. Amb el grup de nens (de 1er a 3rt de primària) se'ls entrega un fulletó amb un resum dels "tips" (consells, recomanacions) més importants apresos de cada sessió. Con el grup de 4rt a 6º de primària s'organitza un concurs de Kahoot. Amb els usuaris adolescents (de 1º d'ESO a 1º BACH) s'organitza un scape-room que simula situacions que ells han de resoldre posant a prova tots els coneixements apresos. Aquestes sessions de cloenda ens han permès objectivar la satisfacció dels usuaris per tots els coneixements apresos i també que aquests coneixements s'han afermat.

11.1. "Recorda el que has après a AIDIR aquest any"

- Objectiu:
 - Repassar els tips més importants apresos a cada sessió.
- Material elaborat:
 - Pòster
 - Medalles de cartolina
- Núm. sessions: 2
- Núm. Assistents: 14

11.2. "Kahoot Aidir"

- Objectiu:
 - Repassar els tips més importants apresos a cada sessió.
- Material elaborat:
 - Pòster
- Núm. sessions: 2
- Núm. Assistents: 12

11.3. "Scape-room"

- Objectiu:
 - Repassar els tips més importants apresos a cada sessió.
 - Aprendre a posar-los en pràctica
- Material elaborat:
 - Fulletons amb instruccions
- Núm. sessions: 4
- Núm. Assistents: 4

b) Activitats 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.

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, 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, malalties comunes i primer auxiliis.

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.

Detallem els tallers i sessions realitzades:

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

- Objectiu:
 - Ensenyar com introduir adequadament els aliments al nadó.
- Material elaborat:
 - Presentació audiovisual.
 - Díptic d'alimentació saludable
- Nº sessions: 4
- Assistents a les sessions: 41

2. 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.
 - document-esquema problemes de salut comunes en el nado
- Nº sessions: 6
- Assistents a les sessions: 35

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
 - Díptic d'exercicis de recuperació post-part.
- N° sessions: 2
- Assistents a les sessions: 16

4. 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"
- N° sessions: 2
- Assistents a les sessions: 15

5. 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.
- N° sessions: 2
- Assistents a les sessions: 3

6. Sessió "Cóm promoure la Salut Mental dels nostres fills"

- Objectius:
 - Explicar les principals malalties mentals que poden aparèixer a la infància
 - Ensenyar a detectar de forma precoç possibles símptomes de malalties mentals a la infància.
 - Material elaborat:
 - presentació visual
- Núm. sessions: 2
- Núm. assistents: 5

c) Activitats dirigides a l'atenció a la comunitat i/o persona adulta

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 que deriven les necessitats formatives detectades a la unitat.

Aquestes entitats son:

- Pis de reinserció social "Itaca" de la Fundació Acollida i Esperança
- Adults en cursos d'inserció laboral de la Fundació Esperança
- Pares d'escolars i adolescents de la Fundació Esperança
- Escola de Salut del Cas Antic
- Grup de mares "Maternity".
- Grup de mares "Gabella"

El número d'assistents es d'entre 10 i 15 persones per grup.

El total d'hores invertides per l'activitat, amb la seva preparació, ha estat de 46 hores (17 hores en inserció social (Itaca), 20 hores en inserció laboral de la Fundació l'Esperança, 4 hores amb mares del grup Maternity y 2 hores con el grup "Gabella", 3 hores amb pares d'escolars i adolescents de la Fundació Esperança i 2 hores a l'escola de salut del Casc antic)

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 6 a 10 famílies, en total uns 15 adults. El total de hores invertides han estat unes 6 hores. Cada sessió seguirà una metodologia teòrica -pràctica, amb preguntes i respostes reflexives i de l'ús de recursos audiovisuals per afavorir la participació.

1. Sessió "Hepatitis C"

- Objectius:
 - Explicar què es la hepatitis C, diagnòstic i pronòstic.
 - Conscienciar de la importància de una detecció precoç.
 - Ensenyar com prevenir-la.
- Materials elaborats:
 - Presentació audiovisual i fullet de la hepatitis C.
 - Jocs dissenyats per l'aprenentatge (Kahoot i role playing)
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 6

2. Sessió "Prevenió del Càncer"

- Objectius:
 - Explicar cadascun dels factors de prevenció del càncer definits por el "codi europeu de prevenció del càncer"
- Material elaborat:
 - presentació audiovisual
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 6

3. Sessió "Prevenió de malalties cardiovasculars"

- Objectius:
 - Conscienciar sobre la importància de la prevenció de malalties cardiovasculars
 - Explicar los factores de risc i la seva prevenció.
- Material elaborat:
 - presentació audiovisual
 - Díptics educatius
- Núm. sessions: 9
- Núm. assistents: 79

3.1. 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.

3.2. 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.

4. Taller "Salut Mental Positiva"

- Objectius:
 - Ensenyar conceptes de salut mental i malalties mentals
 - Conscienciar de la importància d'eliminar tabús sobre les malalties mentals
 - Ensenyar a potenciar les emocions positives
- Ensenyar a redirigir el pensament per aprendre a manejar les emocions.
- Material elaborat:
 - presentació visual
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 3

5. Sessió "Prevenició de l'estrès i l'ansietat"

- Objectius:
 - Aprendre quines son las "senyals d'alarma" del nostre cos davant l'estrès.
 - Ensenyar a detectar els nostres motius d'estrès
- Aprendre tècniques de relaxació i mindfulness
- Material elaborat:
 - presentació visual
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 3

6. Sessió "Manegar la frustració y la culpa"

- Objectius:
 - Aprendre a manejar la frustració.
 - Aprendre a gestionar el sentiment de culpa.
- Ensenyar la importància del perdó per superar la culpa i la frustració.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 5

7. 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: 5

8. Sessió "Alimentació i salut"

- Objectiu:
 - Formar en l'alimentació saludable i les malalties que poden estar associades a una mala alimentació.
- Materials elaborats:
 - Presentació audiovisual i fullet d'alimentació saludable.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 5

9. Sessió sobre "Com millorar la son i el descans"

- Objectiu:
 - Detectar els problemes per poder aconseguir un bon descans.
 - Ensenyar tècniques de relaxació que puguin facilitar el descans.
- Material elaborat:
 - presentació audiovisual
 - fulletó sobre tècniques de relaxació a través de la respiració.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 7

10. Taller "Primers Auxilis: Reanimació Cardiopulmonar y Maniobra de Heimlich"

- Objectius:
 - Ensenyar com actuar davant d'una parada cardiorespiratòria.
 - Ensenyar como fer una reanimació cardiopulmonar.
 - Ensenyar como actuar davant un ennuegament
- Material elaborat:
 - explicació oral i entrenament amb maniquí .
 - cartel elaborat pel taller
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 6

11. Taller "Primers Auxilis: Ferides, cremades i contusions"

- Objectius:
 - Ensenyar com actuar davant les diferents ferides.
 - Ensenyar com actuar davant els diferents tipus de cremades
 - Ensenyar com actuar davant una contusió.
- Material elaborat:
 - Cartel explicatiu de diferents situacions de urgència.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 6

12. Taller "Primers Auxilis: Intoxicacions, convulsions i mossegades"

- Objectius:
 - Ensenyar com actuar davant una intoxicació.
 - Ensenyar como actuar davant una convulsió.
 - Ensenyar como actuar davant una mossegada.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 6

13. Sessió “Cóm actuar davant símptomes d’Infart i Ictus”

- Objectius:
 - Aprendre el número de emergències.
 - Ensenyar com actuar davant de símptomes d’infart.
 - Ensenyar com actuar davant de símptomes d’ictus.
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 5

14. Taller “Salut Bucodental”

- Objectius:
 - Conscienciar de la importància de tenir una bona higiene bucodental.
 - Ensenyar a fer correctament el raspallat de dents.
- Material elaborat:
 - Boca gegant amb raspall
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 3

15. Sessió “Prevenió de problemes osteomusculars”

- Objectius:
 - Ensenyar quins son els problemes osteomusculars de major incidència i prevalença.
 - Ensenyar quin son los factors de risc de patir-ho.
 - Donar a conèixer com prevenir-los.
- Material elaborat:
 - Díptic d’exercicis de estirament i força
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 5

d) Activitats dirigides a l'atenció de la persona gran

1. Sessió "Salut Emocional"

- Objectius:
 - Explicar què són les emocions i quina funció tenen.
 - Ensenyar com manejar la por, l'estrès i la frustració.
 - Explicar en què consisteix i com es pot tenir una salut mental positiva.
- Material elaborat:
 - presentació audiovisual
- Núm. sessions: 1
- Núm. assistents: 17

Per a finalitzar aquesta secció, a la Figura 1 facilitem una visió general del total de participants segons les activitats més prevalents realitzades i la diferència en els quatre últims cursos.

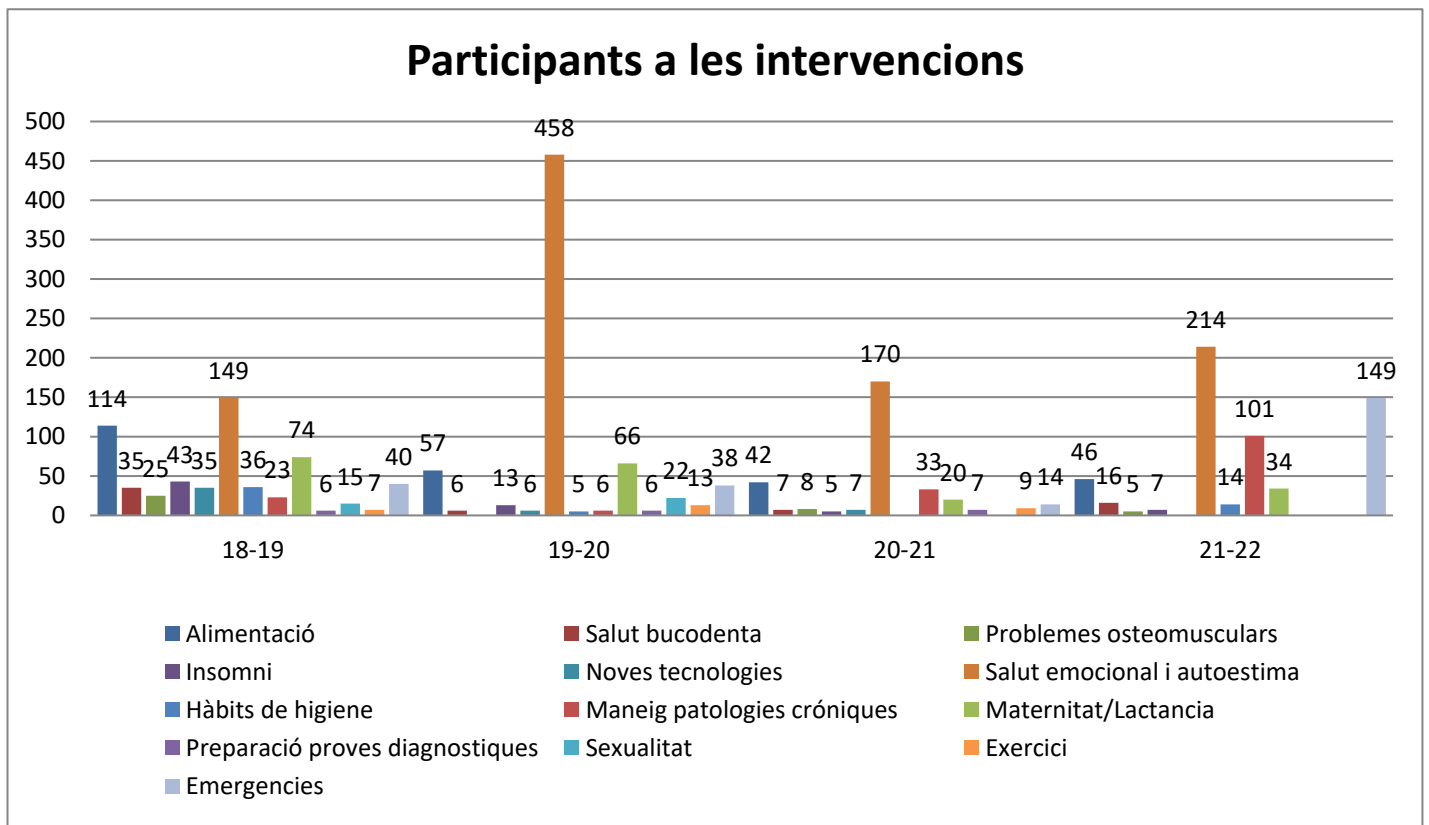


Figura 1. Participants segons les activitats realitzades a la Unitat AIDIR entre els cursos 2018-19/2021-22.

4.2 Intervencions individuals dirigides a l'educació per a la salut:

Durant el curs acadèmic 2021-22, s'han realitzat 36 seguiments individuals en salut, a 5 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'observa que l'activitat a la unitat en quant a nombre d'usuaris totals, ha augmentat en comparació a la resta d'anys pre-pandèmia.

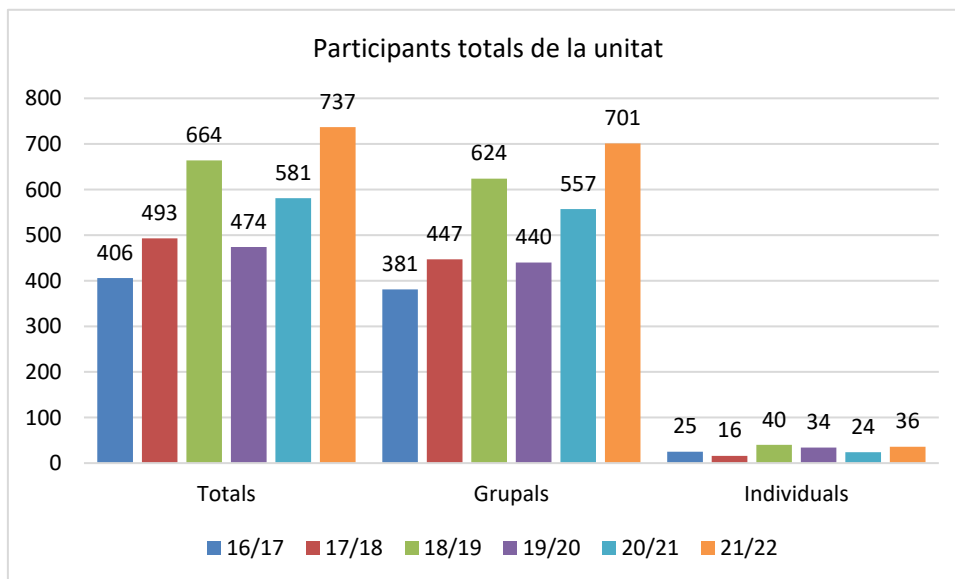


Figura 2. Participants totals de la unitat

5. ATENCIÓ ALS ALUMNES D'INFERMERIA EN PRÀCTIQUES I TESTIMONIS

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 de la infermera d'AIDIR 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). El total d'hores de practiques que realitzant els alumnes son 2800h (5 alumnes de 3er) i 9100h (13 alumnes de 4art), amb un total de 11.900h.

Els objectius són:

1. Desenvolupar competències d'educació sanitària, lideratge i recerca en promoció de la salut i autocura per la població entre els alumnes d'infermeria:

2. Apoderar als estudiants d'infermeria, potenciant el lideratge en la competència d'educació per la salut i fomentar una infermeria amb compromís social.
3. 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.

La metodologia que es segueix amb els alumnes és l'aprenentatge reflexiu treballant el pensament crític, l'elaboració de materials i sessions educatives. La unitat AIDIR, és una unitat d'aprenentatge i servei, que 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.

Durant el curs acadèmic 2021-22 la unitat ha rebut 18 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.

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 docent 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 PowerPoint, Prezi®, comunicacions orals, vídeos educatius, i materials com fulletons, díptics i cartells i jocs dissenyats per l'aprenentatge entre iguals.

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 2021/2022 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:

En estas prácticas he aprendido mucho, sobre todo a valorar a las personas de una manera holística, y no solo por su enfermedad. El trabajo que se realiza en Aidir me ha sorprendido ya que tenía la visión de una enfermera en el hospital curando a personas, pero he podido ver que no solo nos necesitan en los hospitales. El trabajo que realiza la enfermera en AIDIR es muy importante y gratificante ya que ayuda a personas vulnerables y sin recursos para la sociedad.

He aprendido que la promoción de la salud es esencial para todas las personas ya que si no nos cuidamos bien vamos a tener más problemas.

(...) personalmente también me ha servido para aprender muchas cosas que no sabía. AIDIR es una unidad donde aprendemos todos y no solo los usuarios.

M. L. M (Marta Latorre Márquez)

De AIDIR me llevo muchas cosas, momentos, experiencias y enseñanzas. AIDIR me ha enseñado la verdadera importancia de la educación en salud y todas las repercusiones que se dan si no se imparte. Ha sido un período corto, pero por otro lado intenso, han sido unos días de crecimiento y desarrollo personal increíbles y creo que esto es algo que podré posteriormente aplicar a mi práctica enfermera en otros ámbitos como puede ser el hospitalario. Creo que todos los alumnos deberían pasar por AIDIR ya que no solamente consigues aumentar tus conocimientos de prevención y promoción de la salud, si no que también es una experiencia gratificante de constantemente estar en contacto con personas que en cierto modo dependen de ti, es un crecimiento profesional y personal increíble, en este sentido gracias AIDIR por darme esta oportunidad.

J. V. (Judith Valera)

AIDIR me ha enseñado la importancia que tiene la prevención y promoción de la salud, siento que he crecido tanto profesionalmente como personalmente, han sido unos días de crecimiento y desarrollo personal que realmente marcarán un antes y un después en mí.

J. C. (Julia Castelló)

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 e imprès diferents materials educatius.

¿Qué entendemos por salud mental? ¿Y enfermedad mental?

La **salud mental** es un estado de bienestar que permite afrontar situaciones de estrés, trabajar eficazmente y portar a la comunidad.

La **enfermedad mental** es una alteración emocional, cognitiva o del comportamiento que altera la conducta, lenguaje, inteligencia y dificulta la adaptación al entorno.

UIC
barcelona

DRIVING
VALUES
FORWARD.

UIC
barcelona

DRIVING
VALUES
FORWARD.

Consigue una salud mental positiva

Departamento de Enfermería
Unidad de Atención de Enfermería,
Docencia e Investigación

Universitat Internacional de Catalunya
Campus Sant Cugat
Jordi Torralba, s/n
08195-Sant Cugat del Valès
T. +34 935 042 000
uic.es

Universitat Internacional de Catalunya
AIDIR.
Ciutat Vella
uic.es/aidir

7. Impacte i activitats d'investigació

1er Objectiu: Autocura de la població

Aquest objectiu comprèn la gran majoria de l'activitat de la unitat i es diferencia en 3 grups d'edat per tal d'enfocar la formació en funció del perfil de l'usuari.

Àmbits:

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

A la figura 3 es pot comprovar que aquest any s'han igualat, e inclús superat, les xifres de 91 sessions i de 701 participants de la època prepandèmia. Amb la recuperació postcovid, on des de febrer ha començat una obertura de les restriccions, i per tant amb la sensació de control per part de la població, aquesta ha anat tornant a AIDIR, buscant l'ajuda que aquesta els hi ofereix. A les figures 4 a 15 podem veure les dades per cada un dels àmbits o grups, però en general podem destacar que en tots ells s'ha incrementat el nombre de sessions i participants, a excepció de les activitats al grup 3 de la Persona adulta i gran, que encara que son dades molt altes de participació, demostrant que AIDIR s'ha orientat més a la infància, adolescència i materno infantil. De totes formes, el creixement real de coneixement i la seva percepció ha estat alta en tots els grups i ha augmentat en tots ells.

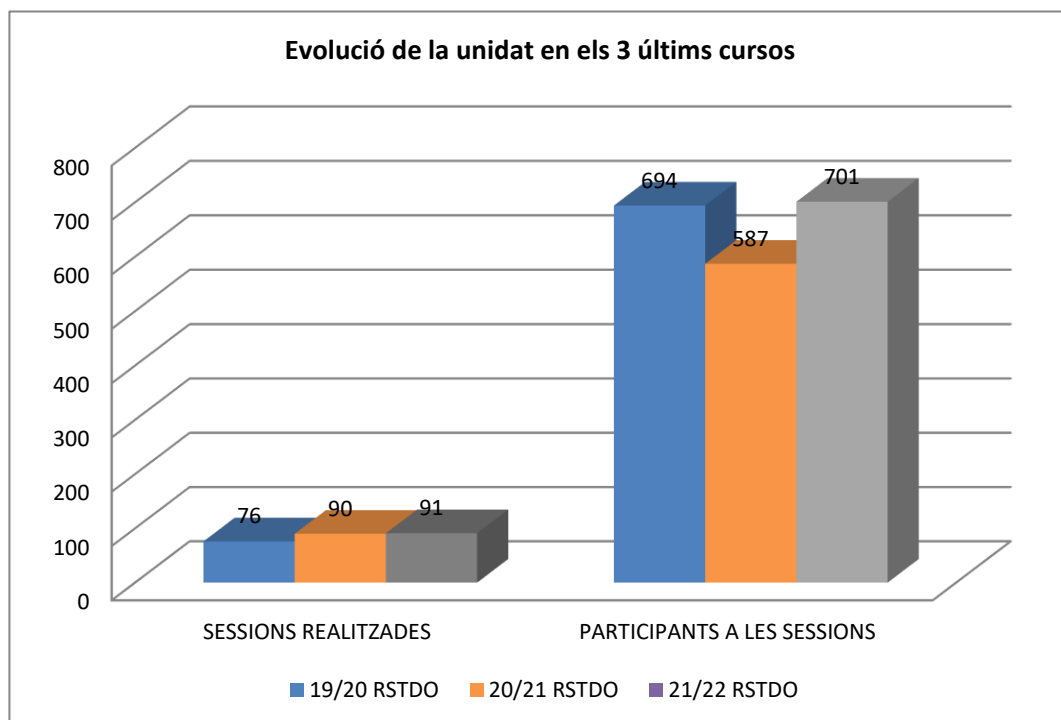


Figura 3. Evolució de la unitat en els 3 últims cursos

A continuació detallem esquematitzat en gràfiques alguns resultats rellevants en els 3 àmbits fent comparativa del tres últims cursos acadèmics

- Vida saludable i emocional en la infància i adolescència (grup 1)

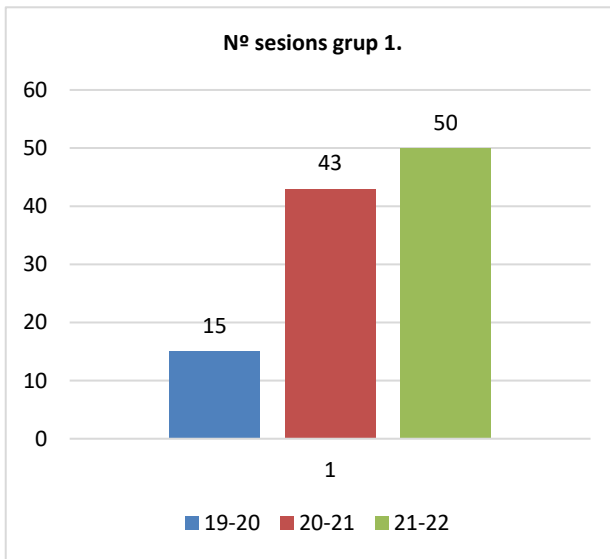


Figura 4. Numero de sessions del grup 1

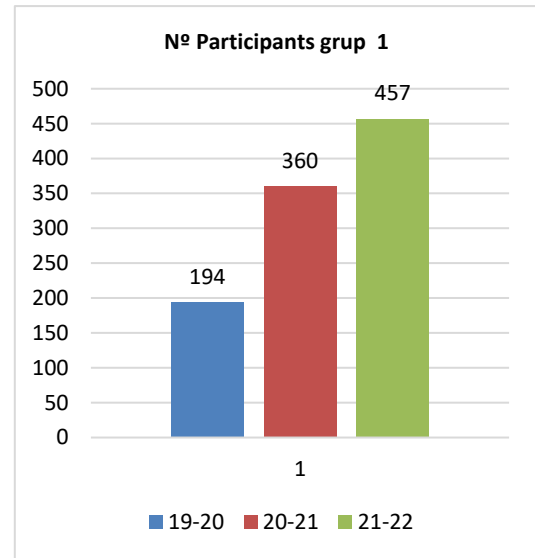


Figura 5. Numero de participants grup 1

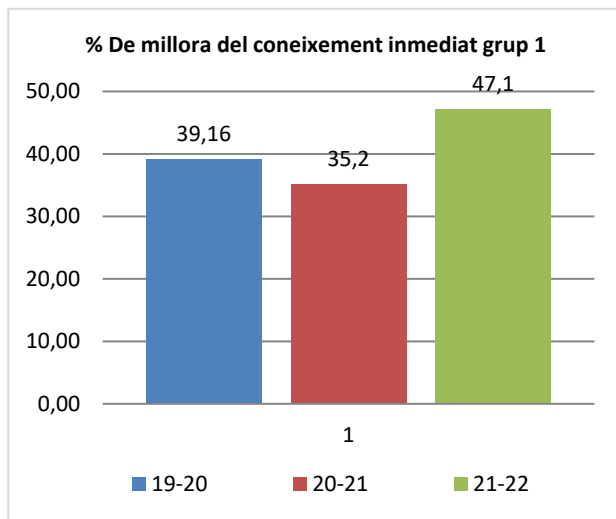


Figura 6. % de millora del coneixement immediat grup 1

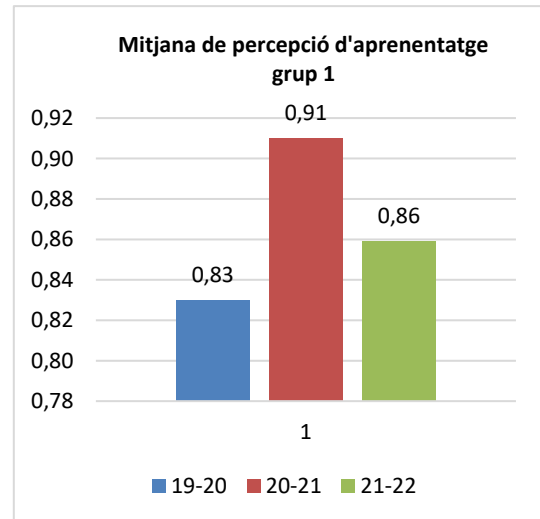


Figura 7. Mitjana de percepció d'aprenentatge grup 1

En aquestes 4 gràfiques (Figura 4-7) podem observar que els resultats d'aquest curs 21-22 en aquest grup d'edat comparats amb els dos anteriors han estat molt positius en quant a numero de sessions i participants a les sessions. Encara que hi ha un petit descens de la percepció d'aprenentatge, considerem que un 0,86 es una dada molt positiva considerant que la puntuació de 1 es la màxima.

○ Salut Materno-infantil (grup 2)

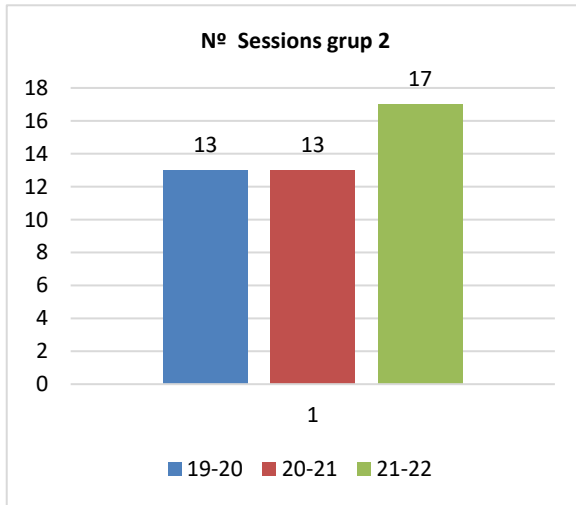


Figura 8. Numero de sessions del grup 2

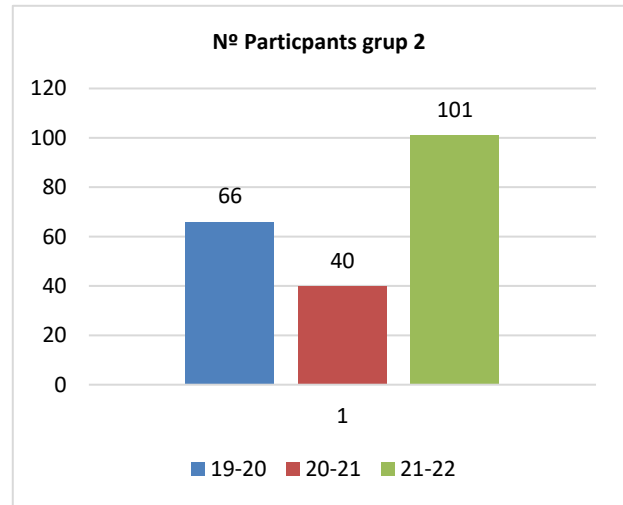


Figura 9. Numero de participants grup 2

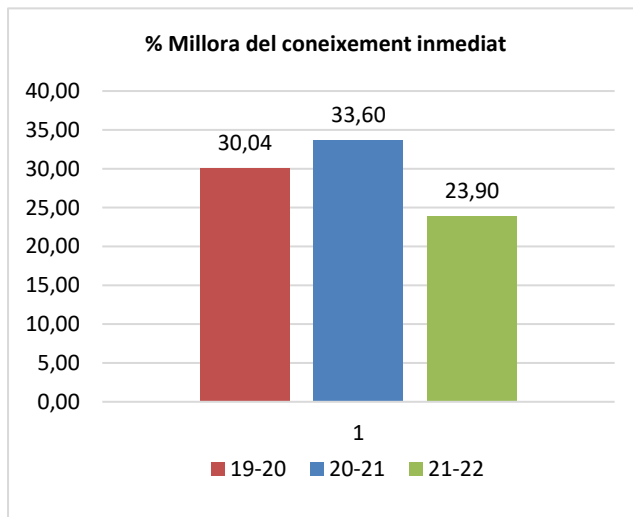


Figura 10. % de millora del coneixement immediat grup 1

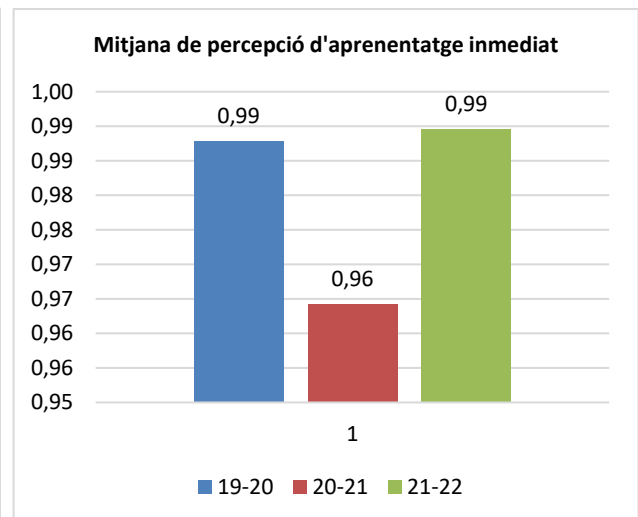


Figura 11. Mitjana de percepció d'aprenentatge grup 1

En aquestes 4 gràfiques (Figura 8-11) s'evidencia que les mares amb nadons han realitzat un nombre de sessions més elevat que al curs 20-21, això ha comportat que el numero de participants que assisteixen a les sessions augmenti considerablement.

En referencia a que el % de millora del coneixement immediat sigui inferior aquest curs, en comparació a les dades del 20-21, podem dir que els coneixements al 20-21 van ser mes baixos a l'inici (1'65% sobre 3) i van augmentar molt fins arribar un 2'69% sobre 3 (millora del 33.6%). En canvi al curs 21-22 la puntuació de coneixement inicial va ser bastant mes alta (1.98% sobre 3) i per tant amb menys possibilitat de millora, tot i així el creixement ha estat inclús una mica por sobre del curs passat (augment fins al 2.7% sobre 3, que comporta una millora d'un 23.90%). Per tant, la puntuació de creixement fins a un 2,7% ens demostra que es un bon resultat.

- Persona adulta i gran (grup 3)

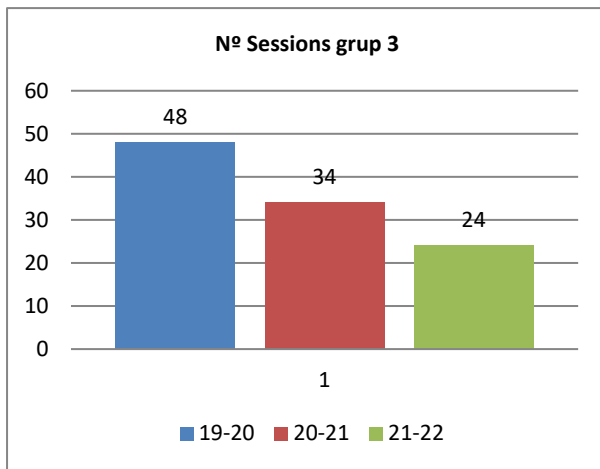


Figura 12. Numero de sessions del grup 2

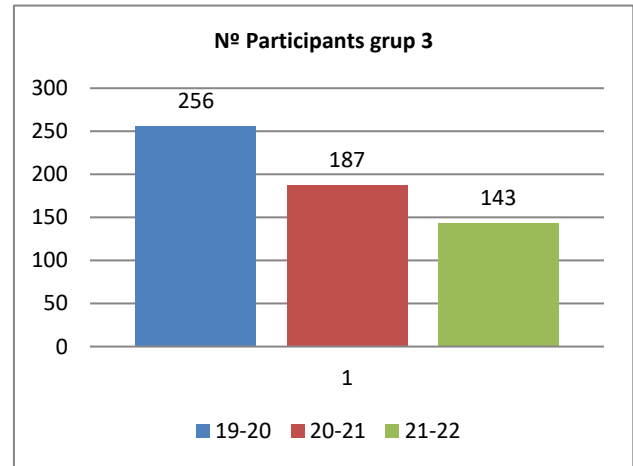


Figura 13. Numero de participants grup 2

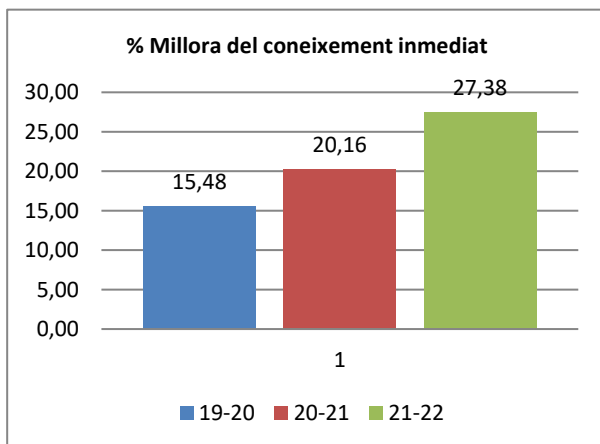


Figura 14. % de millora del coneixement immediat grup 1

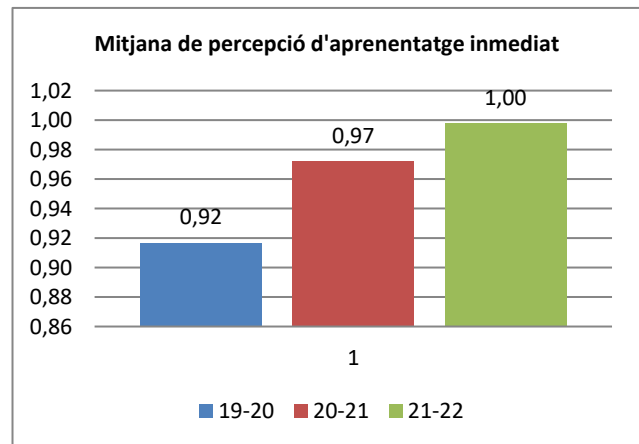


Figura 15. Mitjana de percepció d'aprenentatge grup 1

En aquestes 4 gràfiques (Figura 12-15) s'evidencia que el grup 3 (persona adulta i gran) es el grup amb menys sessions i que encara que el nombre de participants es elevat, s'observa un descens respecte el curs anterior, dada que es indica que AIDIR s'ha orientat més cap el perfil de nens-adolescents i materno infantil, ja que la seva capacitat d'infermeres, alumnes, horaris i local no ens permet assolir mes participants. En qualsevol cas, podem observar que la mitjana de percepció d'aprenentatge immediat obté el màxim valor (1 sobre 1) i que el creixement de coneixements real puja fins el 27.38%, demostrant novament que s'han assolits els objectius formatius.

2on Objectiu: Reinserció social

Àmbit:

- Suport en necessitats socials, de reinserció cívica i laboral

Durant aquest curs 21-22, s'ha iniciat la col·laboració d'AIDIR en els cursos de preparació laboral, per exemple: en neteja i cuina. La nostra col·laboració ha consistit en realitzar una xerrada en educació sanitària per poder millorar els hàbits saludables (alimentació, exercici, tòxics etc.) amb una durada aproximada d'un parell d'hores. Durant aquest curs la col·laboració s'ha realitzat en tres d'aquestes sessions. Esta previst augmentar el numero de sessions de cara al proper curs 22-23

3er Objectiu: Investigació i docència

Àmbit:

- Formació de l'alumne d'infermeria en lideratge en educació per a la salut
- Investigació de l'efectivitat i eficiència de la formació impartida a la població per l'adquisició d'hàbits saludables, prevenció de malalties cardiovasculars i millora de paràmetres de salut en la població adulta de Ciutat Vella

Amb relació a l'estudi de recerca sobre l'increment del lideratge en els estudiants d'infermeria, cal destacar que en acabar aquest curs 2021-22 hem aconseguit un nombre d'estudiants d'infermeria, que sumats als alumnes dels últims 3 cursos escolars, ja ens permet realitzar una explotació de les dades perquè els resultats siguin estadísticament significatius, és a dir, ja hem acabat la recollida de dades d'aquest estudi. En aquest sentit, tal com vàrem explicar a la memòria del 2020-21, els resultats preliminars (sense ser encara estadísticament significatius per no disposar en aquell moment de suficient nombre d'alumnes) eren molt positius, ja que s'intuïa un creixement del 13,79%. Avui, ja amb tots els estudiants necessaris per poder donar resultats estadísticament significatius, podem confirmar que a AIDIR el creixement del lideratge dels estudiants d'infermeria ha estat del 15,08% (p : 0.000), molt superior al 2,88% (p:0.011) de creixement dels estudiants que fan pràctiques als centres d'atenció primària tradicional.

La diferència de creixement, un 11,83% més alt, ho és estadísticament significatiu (p: 0.008). Aquests resultats ens permeten dir que la tipologia d'aprenentatge que donem als alumnes a AIDIR és molt efectiu i que cal recomanar a altres centres que expandeixin aquest model.

Per aquest motiu, estem escrivint un article per fer difusió a revistes científiques, a l'hora que volen presentar els resultats a congressos. És important assenyalar, que a l'hora d'escriure aquesta memòria, encara no hem pogut fer l'anàlisi de tots els resultats, però creiem que abans d'octubre del 2022 podrem disposar de la totalitat d'aquests.

D'altra banda, cal assenyalar que aquest curs 2021 hem començat la investigació de l'efectivitat i eficiència de la formació impartida a la població per l'adquisició d'hàbits saludables, prevenció de malalties cardiovasculars i la millora dels paràmetres de salut en la població adulta de Ciutat Vella. La recerca va començar sobre novembre del 2021, amb una mica de retard, ja que el

comitè d'ètica de recerca no va permetre que les persones que voluntàriament participessin en la investigació, ells mateixos es punxessin el dit per extreure una gota de sang, perquè per fer aquest tipus de recerca cal estar vinculat a un centre sanitari. Per aquest motiu, es va haver de canviar lleugerament la recerca fer controls d'hàbits a través d'enquestes validades i a través de preses de tensió o dades no cruentes. Superada aquesta situació, vam trobar el lloc adequat per fer la formació a les persones voluntàries a l'inici d'una formació per inserció laboral feta per la Fundació Esperança. A través de la becària de recerca, s'ha fet el seguiment posterior i sembla que ara estem en situació de continuar la recerca amb normalitat. En qualsevol cas, aquest estudi s'estendrà almenys 3-4 anys més segons la quantitat de persones que es formin i que aconseguim seguir a través del temps.

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 Université 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. Formacions dels membres de l'equip

La tutora de la unitat la Sra. Lorena Moya ha realitzat els següents cursos:

- "Maduración, identidad y heridas afectivas" organitzat per la Fundació Pineda.
- "Con amor, por favor", curs de afectivitat i sexualitat organitzat per la fundació FASE.

10. Objectius per el curs 2022-2023

A més de continuar realitzant les activitats habituals d'AIDIR, sempre adaptant-les a les necessitats de la població i el contextos particulars, també ens plantejem de forma extraordinària els següents objectius:

1º Augmentar la difusió del treball i ajuda que AIDIR, amb el finançament de la Fundació CMJ Godó, fa a la societat, i en concret al barri de Ciutat Vella de Barcelona:

Realització de la "2º Jornada de la Unidad AIDIR Ciutat Vella" organitzada juntament amb la Fundació de l'Esperança i dirigida a estudiants de 3er curs d'infermeria, professionals de la salut, i d'àmbit docent i social. Després de realitzar durant el curs 2021-22 (al novembre 2021) la 1ª Jornada amb un format semi presencial (online y presencial) per la covid, ara voldríem intentar fer-la presencial amb gravació per qui no podes assistir.

Presentar a les XI Jornadas Nacionales de la Asociación de Enfermería Comunitaria (AEC) dels principals resultats en educació per la salut a la població i lideratge dels estudiants d'infermeria.

Redactar un article amb els principals resultats de la recerca sobre l'increment del lideratge entre els estudiants d'infermeria, i presentar-ho per la seva publicació a una revista científica internacional de primer ordre mundial, on constarà la col·laboració de la Fundació CMJ Godó en el seu finançament.

2º Continuar amb l'estudi d'investigació "Adquisición de hábitos saludables, prevención de enfermedades cardiovasculares y mejora de parámetros de salud en la población adulta de Ciutat Vella" que es va iniciar al Novembre del 2021. Està previst que aquesta recerca continuï al menys fins al curs 2024-25 per aconseguir la població necessària per valorar la eficàcia del programa. A través d'AIDIR donem informació sanitària per millorar els hàbits cardiovasculars durant les sessions de capacitació laboral. Després de rebre la informació, al cap de 6 i 12 mesos es contacta amb la persona que va participar per veure si els seus hàbits han canviat més saludablement.

11. ANEXES (Fotografies de l'activitat)



Taller de primers auxilis



Taller RCP



Sessió de les emocions



Sessió Salut mental