

PROJECTE “Mengem per cuidar-nos”

Introducció

Les persones en tractament substitutiu Renal Crònic, ja sigui en la modalitat de diàlisi peritoneal o hemodiàlisi han d'adaptar la seva alimentació a la nova situació de salut, on el potassi, el fòsfor i el sodi precisen un control estricte i acurat, així com la ingesta de líquids.

Donada la importància de la nutrició i l'alimentació en la nostra cultura, on per tradició els esdeveniments més importants succeeixen entorn als àpats, i veient les dificultats de les famílies per organitzar menús setmanals, saber com cuinar i quins aliments ingerir, va sorgir la idea innovadora d'organitzar una jornada dirigida a persones afectades per la malaltia, famílies i professionals, enfocada en el tema de la nutrició.

La idea innovadora

La idea va consistir en organitzar una jornada viva, buscant un espai dinàmic on fer coincidir les persones en tractament renal crònic, les seves famílies i els professionals implicats. L'objectiu de la jornada consistia en: compartir idees, donar i rebre suport, aclarir dubtes d'una manera enriquidora i fer partícips a tots assistents.

Com hem transformat aquesta idea en acció

En primer lloc els professionals van detectar la necessitat de dur a terme l'educació per a la salut entorn a l'alimentació d'una manera més efectiva. En segon lloc, la presència de demandes verbals dels usuaris i de les seves famílies respecte a la dieta prescrita (“no saber com menjar bé i què menjar”). Per últim, la realització de l'escala de nutrició MISS va evidenciar un grau elevat de desnutrició en les persones ateses (el 88%).

Davant d'aquest fet es va parlar amb la nutricionista de l'hospital i entre tot l'equip de salut es va definir com a objectiu prioritari millorar l'estat nutricional de les persones ateses al servei. Una de les intervencions consensuades per assolir aquest objectiu va ser fer una jornada viva on els usuaris i les seves famílies tinguessin un paper actiu i protagonista; i la interacció amb els professionals fos directa i aclaridora.

Es va organitzar la **1ª Jornada sobre nutrició de Persones en tractament Renal crònic, familiars i professionals: “Mengem per cuidar-nos”**, amb més d'un centenar d'assistents.

La jornada es va estructurar en tres parts. Es va iniciar amb diferents ponències on d'una forma clara i teòrica s'exposava en què consisteix la malaltia renal crònica i els principis bàsics de la dieta renal. Després d'aquesta primera part més tècnica, es va projectar un vídeo realitzat i comentat durant la seva visualització per l'equip de cuina de l'hospital. Aquest vídeo mostrava com elaborar a la cuina plats atractius, com oferir diferents opcions de menjar i combinar aliments. A continuació es va oferir un àpat amb els plats visualitzats al vídeo. El cuiner va assistir durant tota la jornada per aclarir dubtes als assistents.

Finalment es va deixar espai per debat i preguntes

Resultats i conclusions

L'èxit d'aquesta jornada va ser la llavor de la consolidació del projecte actual "Mengem per cuidar-nos" consistent en la realització d'un acte bianual adreçat a usuaris, famílies i professionals per treballar conjuntament aspectes de la nutrició.

La nostra idea va fer front a una de les inquietuds més freqüents en les persones en tractament substitutiu renal crònic i les seves famílies. El resultat va ser molt satisfactori, en l'enquesta de satisfacció realitzada pels assistents al finalitzar la sessió, el 90% dels assistents va qualificar la jornada com a molt satisfactòria, dins d'una escala Liker (amb puntuació de l'1 al 5, on 1 és gens satisfactori, 2 poc satisfactori, 3 satisfactori, 4 molt satisfactori i 5 extremadament satisfet). En aquesta mateixa enquesta, cal destacar la demanda de més jornades similars (92%), d'aquí neix el projecte "Mengem per cuidar-nos".

Laura Román García
Infermera Gestora de l'Àrea d'Atenció Nefrològica
Fundació Sanitària Mollet
Tel: 682 13 26 34
Extensió: 3997