

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Asst Rhodense: corsi di educazione sui corretti stili di vita per i pazienti cronici

Marco Tajè · Friday, November 15th, 2019



La sedentarietà è un grosso rischio per la salute: porta all'obesità e rende il fisico più vulnerabile a una serie di patologie croniche degenerative.

Per un corretto stile di vita occorre quindi fare attività fisica, camminare in casa quando non si può uscire, mantenersi attivi alzandosi di tanto in tanto evitando di stare seduti troppo a lungo, seguire una dieta corretta e soprattutto bisogna bere molta acqua.

Tutto ciò aiuta a prevenire malattie croniche e migliora l'umore. Sono questi i consigli pratici che medici e infermieri dell'Asst Rhodense danno a tutti i pazienti consapevoli che non sempre saranno seguiti alla lettera. Per questo motivo, grazie alla disponibilità e professionalità dei case manager infermieristici che ogni giorno sono presenti presso il POT di Bollate, l'Azienda ha favorito la realizzazione di incontri dedicati alla informazione ed educazione dei pazienti fragili e cronici e delle loro famiglie, incontri che accolti molto favorevolmente e con partecipazione numerosa.

[pubblicità] “La valutazione multidimensionale effettuata dall'infermiere insieme al medico, durante la stesura del piano di assistenza individuale, PAI, ha infatti evidenziato la necessità di effettuare incontri educativi per favorire l'aderenza alla terapia, migliorare la dieta e lo stile di vita, necessario proprio per le patologie di cui sono affetti. – spiega Laura Zoppini, Direttore delle Professioni Sanitarie e Sociali -Gli incontri a piccoli gruppi sono una modalità, raccomandata anche dalla letteratura, per ingaggiare le persone e renderle consapevoli, oltre che autonome, nella gestione delle proprie patologie”.

Le conoscenze e l'auto efficacia percepita dal malato, circa il suo ruolo attivo nella gestione della salute, è infatti un elemento importante anche nella prevenzione delle complicanze e nel riconoscimento precoce dei sintomi. Due gli incontri per la presa in carico, 37 gli aderenti all'iniziativa. Al termine dei due incontri i pazienti hanno ricevuto un attestato e compilato un questionario di gradimento. Naturalmente, tenuto conto del favorevole e positivo riscontro, questo è solo il primo di molti altri, con la finalità di prendersi cura di chi vive una situazione di difficoltà o fragilità a causa di una malattia.

This entry was posted on Friday, November 15th, 2019 at 2:25 pm and is filed under [Rhodense](#), [Salute](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a

response, or [trackback](#) from your own site.