

APARTAMENTS JARDÍ	Pisos i apartaments, perfectament equipats i moblats llestos per entrar-hi a viure. Des de 250€/mes Saló, cuina, bany complet, terrassa, climatització, Tv TDT satèl·lit, Canal +	Plaça de l'Estació, 2 Tel. 973 60 01 91 25230 MOLLERUSSA www.hoteljardi.com
--------------------------	--	--

AVENÇOS EN LA LLUITA CONTRA EL TABAQUISME

L'hospital Santa Maria ampliarà els missatges per mòbil a tots els pacients que volen deixar el tabac

Durant el primer any del tractament impulsat pel centre hospitalari lleidatà, 3 de cada 4 pacients mantenen la abstinència de fumar gràcies a l'acompanyament per telèfon mòbil

ROGER SEGURA (ACN)
LLEIDA

L'Hospital Santa Maria de Lleida preveu generalitzar l'enviament de missatges de text de suport al mòbil dels pacients que vulguin deixar de fumar. Un any després de la posada en marxa d'aquest tractament pioner, un estudi fet per la Unitat de Tabaquisme a 104 pacients constata que el 74% han mantingut l'abstinència. En total, 219 individus han provat l'efectivitat d'aquest mètode, que també podria utilitzar-se per controlar la diabetis o la hipertensió, processos de desintoxicació d'alcohol o drogues, o el seguiment d'una dieta. L'èxit d'aquest sistema, desenvolupat pel projecte empresarial lleidatà Heso Group, ha despertat l'interès de farmàcies, hospitals i mútues d'arreu del món.

El tractament, d'un any de durada, consisteix en enviar 50 missatges de text a cada pacient. En concret, una trentena són de reforç positiu i traslladen missatges d'ànim al pacient perquè segueixi sense fumar, i una vintena més consisteixen en un qüestionari tipus test, a partir del qual el pacient comunica al seu metge quin és el seu estat d'ànim i com porta el procés de deixar el tabac. Si el metge detecta alguna problemàtica o recaiguda, intervé amb l'enviament de nous missatges o contactant amb el pacient.

El sistema, que té un cost mensual estimat de menys d'un euro per pacient, permet al metge disposar d'un control estadístic i efectiu de tots els resultats, i decidir com ha de seguir el tractament en funció dels progressos aconseguits. També s'estudia aplicar-ho en pacients alcohòlics, en el seguiment de dietes o d'embarassos.

MÈTODE EFECTIU

El responsable de la Unitat de Tabaquisme de l'Hospital



El doctor Francesc Abella, amb els pacients Núria Eres i Manel Macarulla

Els pacients diuen que "et sents molt acompanyat"

La Núria Eres és una lleidatana de 49 anys que porta deu mesos de tractament per deixar de fumar. Explica que va començar en l'hàbit als 17 anys, que fumava "més d'un paquet de tabac diari" i que no estava "gens conscienciada ni preparada" per deixar-ho. Tot i això, gràcies a un tractament amb pegats de nicotina i xiclets, i amb l'acompanyament dels missatges SMS, ha aconseguit mantenir l'abstinència. "El missatge et recorda que tens una persona a la vora, el doctor, i per mi ha estat molt important que sigui una persona a qui no coneixia de res", explica.

El cas d'en Manel Macarulla, un lleidatà de 48 anys, és molt semblant. En el seu cas fumava des dels 14 anys, i

els darrers temps entre deu i vint cigarrets diaris. "Ho havia intentat deixar abans però sempre hi tornava al mes de començar", explica. Ell ja fa dos mesos que ha finalitzat el tractament, que va combinar amb pastilles de nicotina, i reconeix que ara mateix no pensa en el tabac. "Els SMS m'han servit perquè saps que tens algú al darrere que té l'interès que deixis de fumar", afegeix. A més, destaca que el fet de saber que si et sents malament hi haurà una resposta, "et fa tenir més coratge". ■

> La Núria afirma que "el missatge recorda que tens algú a la vora" i el Manel diu que quan et sents malament "et dona coratge"

Santa Maria, Francesc Abella, explica que van detectar que, entre visita i visita, el pacient explicava que el pas del temps suposava "un gran enemic" en la seva lluita contra el tabac, per la qual cosa van decidir ac-

> Després de l'èxit assolit pel sistema s'estudia aplicar-ho a pacients alcohòlics o per seguiment de dietes o embarassos

> Constaten en els últims mesos un increment de persones que busquen ajuda per deixar de fumar

tuar i enviar missatges de text als individus de forma periòdica per "omplir" aquests buits.

Les conclusions demostren que, un any després, el 74% dels pacients que reben SMS mantenen l'abstinència del tabac, segons un estudi fet a 104 usuaris. Per contra, d'entre els que no reben missatges, més de la meitat recauen. "Tots els missatges són positius, es pregunta al pacient com es troba i, si no està bé, preguntem per ell. Aquest és l'èxit del sistema", insisteix Abella. Per aquest motiu, la unitat vol estendre l'ús dels SMS a tots els pacients, "tot i que ara caldrà buscar el finançament", alerta.

MÉS PACIENTS

La Unitat de Tabaquisme del Santa Maria va atendre, durant els sis primers mesos de l'any, unes 300 primeres visites. Per contra, en tot l'any 2010 uns 290 pacients es van adreçar a la unitat per 1r cop, i s'hi van fer més d'un miler de visites de seguiment. Segons Abella, aquesta tendència a l'alça seguirà. ■