



Cuatro estudiantes cogen brochetas de frutas que ayer se cambiaban por cigarros en la Universidad de Alicante. :: ERNESTO SÁNCHEZ

Nueve citas para dejar de fumar

Enfermeros presentan en la UA una aplicación informática gratuita de ayuda

La Universidad cambia más de 50 kilos de fruta por cigarros entre estudiantes y profesores para conseguir un campus libre de humo

:: E. BROTONS

ALICANTE. La Asociación de Enfermería Comunitaria, que colabora con la Universidad de Alicante (UA), presentó ayer una novedosa aplicación informática cuyo objetivo es ayudar a los fumadores a dejar el tabaco. A diferencia de las páginas web que se pueden encontrar por internet, este programa gratuito no se basa solo en dar consejos o información. Es, en cierta medida, interactivo, genera un historial del paciente, haciendo un seguimiento una vez que el usuario ha abandonado el tabaco. Además, permite contactar de forma inmediata con

profesionales para resolver cualquier duda.

La aplicación, que se puede descargar en el móvil, se presentó ayer en la Universidad de Alicante (UA) con motivo del Día Mundial Contra el Tabaco, que se celebrará el 31 de mayo pero que se ha adelantado en la UA para convertirse en un campus libre de humo, cambiando cigarros por brochetas de fruta fresca entre alumnos y profesores.

En colaboración con la Asociación Española contra el Cáncer de Alicante, se repartieron más de 50 kilos de fruta, en una jornada que buscaba fomentar la concienciación y donde también se hicieron pruebas de capacidad pulmonar y se impartieron talleres al aire libre de aeróbic.

Según el presidente de la Asociación de Enfermería Comunitaria, José Ramón Martínez, esta nueva aplicación informática empezó a diseñarse hace un año y ya está disponible, con acceso a toda la sociedad.

Martínez, que también es director del Secretariado de Sostenibilidad y Salud Laboral de la UA y coordinador del proyecto de Universidad Saludable, dejó claro que con este sistema no se pretende sustituir a los profesionales. Se trata de una herramienta de ayuda para aquellos fumadores que les cuesta dar el paso de acudir a una consulta, con la ventaja de que la terapia puede seguirse desde cualquier lugar.

Superación de sesiones

El sistema, denominado 'Quiero dejar de fumar' y que se puede acceder a través de la página web de la asociación (enfermeriacomunitaria.org), consta de nueve citas o sesiones que se deben seguir en tiempo y forma, y el usuario va pasando estas pantallas conforme cumple objetivos y las tareas encomendadas. En cada cita que se supera se reciben mensajes positivos, con las ventajas físicas que ya está obteniendo, al tiempo que se dan consejos para contrarrestar el síndrome de abstinencia o evitar recaídas. Para acceder solo basta con cumplimentar un correo electrónico y se obtiene la clave o contraseña.

Antes de iniciar la terapia se hace el perfil. Se indaga en el grado de adicción y cuántos cigarros se consumen al día. El paciente, por su parte, debe asumir un contrato personal. Se trata de un acto simbólico para comprometerse y expresar que la voluntad de dejar de fumar es real. Para el presidente, el «incorporar en la mente este compromiso ayuda a interiorizar» el proceso que se va a iniciar. Y es que, según puntualiza, «esta herramienta no es una varita mágica, es una ayuda».

Con una duración para deshabituarse que puede oscilar entre los tres y seis meses, en función del contacto que se establezca, se hace un seguimiento hasta el año y el paciente tendrá acceso a su historial.

Otros de los programas son de educación y salud, Medio Ambiente o el dirigido a los mayores. El pasado año participaron 3.322 personas en los talleres para el fomento de la autonomía y envejecimiento saludable, organizados en los 15 centros para mayores con los que se tiene un convenio de colaboración en la provincia, según informaron ayer desde la Obra Social.

La Obra Social La Caixa ayuda a más de 135.000 alicantinos

:: R. A.

ALICANTE. La Obra Social La Caixa presentó ayer los programas para este año en la provincia de Alicante y la entidad mantendrá el presupuesto en 500 millones de euros y reforzará su actividad en el territorio. Una partida que en 2014 bene-

fició a más de 135.000 alicantinos a través de los diferentes programas que se desarrollaron.

Uno de ellos es el de empleo, vivienda y pobreza infantil. Con el programa Incorpora se impulsa la integración laboral de colectivos en riesgo de exclusión social en empre-

sas consideradas socialmente responsables. Además, con Rein corpora se ayuda a personas que han sido privadas de libertad a integrarse gracias al acceso a un empleo. En Alicante, la Obra Social ofreció el año pasado 258 oportunidades laborales, gracias a la participación de 61 empresas y a la colaboración de cinco entidades en red.

Del mismo modo, se pusieron 322 viviendas a disposición de alicantinos con dificultades y se destinaron más de 3,3 millones de euros en la

Comunitat para mejorar los procesos de integración y éxito escolar de los menores más desfavorecidos.

Comunitat para mejorar los procesos de integración y éxito escolar de los menores más desfavorecidos.

EN BREVE

Congreso nacional de nutrición parenteral

ALICANTE

:: R. A. La directora general de Salud Pública de la Conselleria de Sanidad, Lourdes Monge, asiste esta tarde a la apertura del XXX Congreso Nacional de la Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral (SENPE), que se celebra hasta el sábado en la ciudad de Alicante. Mas de 500 profesionales y 100 ponentes, que provienen de diferentes hospitales de todo el país, presentarán sus trabajos en las conferencias, mesas redondas, en encuentros de expertos y comunicaciones.

Desconocen los fármacos de marca

ESTUDIO

:: R. A. La principal conclusión del estudio 'Percepción de los medicamentos de marca frente a los genéricos', realizado por Kantarhealth, por encargo de la compañía Pfizer, muestra que el 67% de los ciudadanos de la Comunitat no conoce que el precio entre ambos es el mismo en el sistema público de financiación y por lo tanto representan el mismo coste para la administración. Al preguntar por las ventajas de los genéricos frente a los innovadores, el 81% cree que los genéricos suponen un gran ahorro.

Centenario del primer plan de estudios

ENFERMERÍA

:: R. A. El Colegio de Enfermería de Alicante se va a sumar a la celebración del centenario del primer plan de estudios de la profesión. Las Siervas de María, ministras de los enfermos, fueron las primeras que lo solicitaron. Por este motivo, el colegio celebrará el próximo día 13 de mayo un acto conmemorativo que contará con Carlos Álvarez Nebreda, que hablará sobre la evolución histórica de la profesión de enfermera, y con José Ramón Martínez, que centrará su intervención en el futuro académico y profesional.

Jornada para no acudir al colegio por la tarde

PLATAFORMA

:: R. A. La Asociación Plataforma a favor de la Jornada Continua ha convocado a las comunidades educativas a participar hoy o mañana en un acto de aplicación de jornada experimental. Una medida de presión ante la Conselleria de Educación que consiste en no llevar a los niños al colegio por la tarde o recogerlos tras el comedor, tal y como hicieron la pasada semana en algunos centros de la provincia. Desde la plataforma quieren que la administración dé luz verde a los proyectos que se han presentado.