Presentació del video Mou-te i endavant, en una sala d'actes de l'Hospital de Palamós plena de gom a gom.

Baix Empordà | 01-02-2013 | 19:39

Més de cent persones han assistit en la tarda de divendres 1 de febrer a la presentació oficial del video d'exercicis de manteniment per a després de la cirurgia de càncer de mama que ha estat ideat i promogut per Cristina Romagosa i editat per l'Hospital de Palamós.

L'acte ha comptat amb la presència de responsables de l'Institut Català de les dones, i de l'Oncolliga, entre d'altres.

"Mou-te i endavant" és un video amb una taula d'exercicis de manteniment per a les dones que han estat intervingudes de càncer de mama.

La iniciativa sorgeix de Cristina Romagosa, infermera de la consulta de mama de l'Hospital de Palamós, qui ha aconseguit engrescar en el projecte a tot un seguit de suports i col.laboracions, de l'àmbit institucional i també comercial que han posat el seu granet de sorra perquè aquest projecte fos una realitat.

Els exercicis de manteniment que mostra el video estan realitzats per les pròpies pacients de l'Hospital de Palamós que han estat sotmeses a aquesta intervenció, i les taules d'exercicis han estat dissenyades pel Servei de Rehabilitació del propi hospital.

Breu història del projecte

Als voltants de 2001, la pròpia Cristina va presentar un projecte al seu cap de servei d'una consulta de cures d'infermeria amb la intenció que les pacients intervingudes de patologia mamària, ja fos benigna o maligna es poguessin donar d'alta el més aviat possible i així fer-ne un seguiment a consultes externes de les cures i els drenatges. Pensem que en aquesta època, totes les pacients ingressaven el dia abans de la intervenció i es quedaven fins que els drenatges es podien retirar, i això suposava estades de 2-3 dies per una tumorectomia i fins a 7 per a una mastectomia.

El dia 1 d'octubre de 2001 es va donar d'alta la primera pacient al dia següent de la intervenció i es va seguir a una consulta d'infermeria que es va denominar GIMAMA on feia les cures de la ferida i el control del drenatge.

Amb el temps, la consulta ha agafat cos fins al punt que tota intervenció que no sigui una mastectomia entra en el circuit de CMA i és donada d'alta la mateixa tarda amb drenatges o sense ells i controlada a la consulta. També, les mastectomies i les disseccions axil.lars es donen d'alta en 24 hores i es controlen ambulatòriament. Més endavant, hem assolit més reptes: visita preoperatòria on fer educació sanitària i explicar tot el procés, acompanyament en altres visites amb l'oncòleg, amb el cirurgià plàstic o el psicòleg.

I així arribem a març de 2012, després d'escoltar les necessitats d'algunes de les pacients a la consulta d'infermeria pel que fa als exercicis que realitzaven a casa. I es va idear un video que no només mostrés els exercicis sino que es va fer un plantejament per a que les pacients realitzin els exercicis amb certa freqüència, sense desplaçaments, que sàpiguen si els fan bé, que els recordin tots i que també els serveixi de guia, model i motivació per tal d'augmentar el seu grau d'autonomia.

El video s'ha realitzat utilitzant el paisatge que ens brinda la vila de Palamós, en el marc d'un entorn natural incomparable.

L'acte

Ha donat la benviguda institucional i ha explicat els origens del projecte el Dr. Marqueta, director de la Unitat d'infància i dona de Serveis de Salut Integrats, qui ha donat pas a Cristina Romagosa per explicar el contingut del video i presentar-lo.

Tot seguit, s'ha projectat el video "Mou-te i endavant", que ha causat una molt bona sensació, per a després passar als agraïments que s'han fet persona a persona, a totes les dones, pacients, que han participat en la gravació de les taules d'exercicis, a les quals, a més, se'ls ha lliurat una bossa amb obsequis dels diferents col.laboradors i un exemplar del video.

Ha clos l'acte la Presidenta del Patronat de l'Hospital de Palamós i Alcaldessa de Palamós, M. Teresa Ferrés.

A continuació s'ha servit un cafè que ha estat amenitzat per un passi de fotografies del making-off de la gravació.

Col.laboracions i suports

Des del servei de Rehabilitació de l'Hospital de Palamós, les fisioterapeutes han elaborat un pla de 24 exercicis per a la seva realització a domicili.

El projecte ha estat possible gràcies al suport institucional de l'Institut Català de les Dones, la Fundació Oncolliga Girona, i l'espai Dona de Palamós, i s'ha comptat amb la col.laboració de: Allergan, perruqueria Nuduka, botigues Nana, Ortopèdia Sancho, Ortopèdia Grau Soler, Cebado i Gimnàs Elsa Castelló.