



RESPONSABILITAT DE SALUT EN LA PANDÈMIA

MARISOL OLIVA I SEGURA,
INFERMERA

Durant els darrers mesos s'ha parlat molt de responsabilitat col·lectiva, del que ens pertoca a tots en el compliment de les mesures de protecció que agents de salut pública del govern ens han anat recomanant, si no imposant. Potser, però, caldria reflexionar sobre la responsabilitat individual, concretament sobre aquella responsabilitat que les persones tenim en la preservació de la nostra salut. Vagi d'entrada el meu absolut respecte envers aquells qui se senten malalts o bé ho estan.

Com és prou sabut, hi ha persones que es posen malaltes aparentment per pur atzar, a causa de circumstàncies o factors que no han buscat i que els afecten d'una manera negativa. Però també ocorre en alguns casos, més dels que seria desitjable, que les persones emmalalteixen per no aplicar estils de vida saludables, tot i conèixer-ne els beneficis. Ja no em refereixo tan sols a hàbits d'exercici físic i d'alimentació equilibrada, sinó també a no fumar ni prendre drogues psicoactives o protegir-se en les relacions sexuals. Salut és també el fet de tenir cura de les pròpies emocions i pensaments, viure en solidaritat amb l'entorn humà més proper, mostrar compromís en les tasques que hom desenvolupa, viure en consonància amb la natura i preservar, cadascú de la millor manera segons la seva personalitat, la higiene mental.

D'aquesta darrera problemàtica no en som tots tan conscients com semblaria. Almenys en la societat occidental. I és aquí on volia anar a raure. Potser coneixeu el que s'anomena «la llei de les cures inverses», que donaria per a un altre article i que ve a reflectir com ens sentim d'impotents a vegades els professionals de la salut quan observem que qui potser necessita atenció no l'obté amb celeritat (per una o altra circumstància) mentre un petit segment de la població rep visites, proves i analítiques no sempre necessàries.

Em centraré en el primer nivell de l'atenció sanitària, els

Centres d'Atenció Primària (CAP). Gràcies als nostres avis i àvies hem aconseguit al nostre país una atenció de salut completa i exemplar... i gratuïta! (bé, finançada amb els nostres impostos però de la qual podem tibar les vegades que calgui sense que això ens valgui més diners). Hem sentit a parlar molt aquests darrers mesos de les dificultats organitzatives dels equips d'atenció primària, ja que, malgrat assumir múltiples tasques noves en relació a la covid19, estan donant igualment seguiment i atenció a totes les altres malalties i alteracions percebudes de salut que ja existien i continuen existint. No s'ha deixat ningú de banda en temes importants. I s'ha fet un seguiment exhaustiu de pacients grans, fràgils i complexos, tant des del punt de vista sanitari com social, i tant en el centre com en els domicilis dels usuaris. I això gràcies a un esforç ingent dels professionals mateixos.

Tots els professionals, en tots els nivells d'atenció, han assumit noves tasques per fer front a les noves circumstàncies derivades de la pandèmia; han flexibilitzat i ampliat les tasques per prestar atenció on ha estat necessari: al CAP, al domicili, a les residències, a les escoles... Estan en constant procés d'adaptació, per les necessitats canviants de la ciutadania i del sistema de salut. Per raons òbvies, però, no es poden obrir les portes dels centres com abans, és a dir, que entri tothom qui vol veure un professional i a l'hora que li vingui

de gust. Se'ls acumularia la gent amb el risc consegüent de contagi. Dissortadament, això moltes persones ho viuen amb tristesa, perquè fins ara ho vivien com a «barra lliure». I és aquí on s'havia fallat en les darreres dècades: una atenció paternalista sense fer incís en la responsabilitat individual.

És usual en els darrers mesos que les infermeres sentim d'alguns usuaris de la sanitat pública —i ho fan amb molt de sentiment i per a ells és realment tristesa allò que senten— expressions com ara aquestes: «Com que ara ja no vinc...»; «fa tants mesos que no us puc veure...»; «em sento desvalgut perquè fa molt temps que el meu metge no em veu»; «he hagut d'anar a urgències de l'hospital per això de fa tres mesos i hi he estat quatre hores esperant»; «les visites per telèfon no són el mateix» (i en això, en alguns casos, hi estaríem d'acord). Greuges diversos que a vegades es transformen de tristesa en ràbia, creant més malaltia i augmentant també la tensió arterial o els problemes estomacals, entre altres. Si preguntes fins a quin punt estan malalts o tenen algun problema a consultar, sovint la resposta és aquesta: «No, però és que ara no puc venir...». Llavors: hi era abans, el problema de salut o era banal i es podria solucionar aplicant el sentit comú? En el context on ens trobem ara, metges i infermeres hem de prioritzar, i per això apel·lo a l'autocura.

Seguint aquest fil argumental, en el fons tot plegat podria

resumir-se d'una manera ben senzilla en *pensar en els altres*. Si hom ho aplica, no llençarà papers i envasos al carrer ni trencarà mobiliari urbà, però tampoc no robarà temps a metges, infermeres i altres professionals de la salut per consells que ja coneix perfectament. Un exemple dels molts possibles, i que sortirien de l'abast d'aquest article: en la població fumadora, ¿cal realment que tres o quatre vegades l'any, quan hom visita l'equip de salut (per una solució a mal d'estómac, problemes cardíacs, tos o altres) s'hagi de recordar que això no passaria si es deixés de fumar?

A manera de conclusió, potser tot rau en la voluntat i en la construcció d'una autoestima sòlida: cal treballar-les, si és que no s'ha fet en els anys d'infantesa i joventut. Perquè són garantia de salut. I perquè són potser les úniques eines que ens facilitaran canvis i poder sortir de la zona de confort que ens fa estar malalts.

En aquests mesos tan convulsos, més que mai, tinguem cura cadascun de la nostra persona, cos i ment: és l'única que viurà amb nosaltres durant la resta de la nostra vida!