dimarts, 10 de maig de 2022

L'actitud positiva i el contacte social, claus per afrontar la pandèmia al Segrià

Segons una enquesta de la UdL a gairebé 1.600 persones, en el marc del projecte IlerCOVID

Un dels tallers celebrats a Corbins / Foto: IlerCOVID

L'actitud positiva i el manteniment del contacte social han estat claus per afrontar la nova realitat derivada de la pandèmia de SARS-CoV-2 a la comarca del Segrià. Així ho assenyalen els resultats d'una enquesta anònima realitzada per investigadores de la Facultat d'Infermeria i Fisioteràpia de la Universitat de Lleida (UdL). El qüestionari, que han respost unes 1.600 persones, un 77,3% dones, s'emmarca en l'estudi *Educació per a la Salut: una eina formativa per la prevenció i el tractament de la COVID-19* del projecte IlerCOVID [https://ilercovid.com/]. Aquest qüestionari, juntament amb dos entrevistes grupals a Benavent de Segrià i Corbins, han servit per detectar les necessitats de salut i programar tallers educatius gratuïts als municipis de la comarca, que es desenvolupen fins el mes de juny.

L'estudi elaborat per les investigadores Teresa Botigué, Judith Roca, Laia Selva i Carla Camí assenyala que el 62,3% de les persones va escollir tenir una actitud positiva per encarar la pandèmia i un 58,9% va optar també pel manteniment del contacte social. Altres opcions triades van ser la conservació dels hàbits de vida saludables (49,7%) i la dosificació de la informació sobre el virus (49,6%). Respecte aquest darrer punt, la principal font de notícies durant la pandèmia va ser la televisió, concretament els telenotícies o documentals, segons un 43% de les respostes. No obstant això, un 72% de les persones enquestades considera que la font més fiable és la dels professionals de la salut.

Quant a la salut mental, les emocions més percebudes durant la pandèmia han estat la incertesa, la tristesa i la por. "Donat que aquestes s'han detectat en les respostes de la meitat dels participants, la gestió de les emocions és un tema que aprofundim en els tallers educatius", explica la professora del departament d'Infermeria i Fisioteràpia de la UdL, Teresa Botigué.

L'activitat gratuïta 'Repensant la COVID-19: un aprenentatge i una vivència col·lectiva', d'una hora i mitja de durada, espera arribar a més de 500 persones. De moment, ja s'ha desenvolupat a 15 municipis: Alcarràs, Alcoletge, Alfarràs, Alfés, Alpicat, Aitona, Artesa de Lleida, Aspa, Benavent de Segrià, Corbins, Maials, Massalcoreig, Puigverd de Lleida, Seròs i Torrebesses.

L'agenda d'activitats s'anuncia setmanalment a les xarxes socials del projecte IlerCOVID. El contingut dels tallers educatius es basa en tres dinàmiques guiades: aprendre els passos del rentat de mans per a eliminar virus i reduir contagis; desxifrar les veritats i els mites sobre aspectes relacionats amb l'alimentació, l'exercici físic o diferents malalties, entre d'altres; i la gestió de les emocions sorgides durant la pandèmia. Amb els qüestionaris recollits abans i després del taller a les persones participants, les investigadores podran avaluar l'impacte de la intervenció i concloure l'estudi.

Text: Comunicació IlerCOVID / Premsa UdL