

Ens ha deixat "el poeta de Llinars"

Des de la seva joventut en Jaume González Terol (conegut com "el poeta de Llinars") havia format part de grups musicals, sempre acompanyat de la seva inseparable guitarra. Era una persona molt sociable i li encantava els caps de setmana trobar-se amb els amics i fer petites vetllades on l'expressió musical es vivia intensament. Amb la música s'emocionava, explicava històries, coneixia nova gent, animava celebracions i posava petjada als records.

Quan el vam conèixer estava ingressat a la unitat de Cures Pal·liatives i la seva voluntat era fer un recital per a les persones que en aquell moment estaven en el Centre Geriàtric. Anteriorment, havia ofert un concert a la sala Luz de Gas de Barcelona on van assistir-hi moltes persones, entre elles alguns professionals de la F.PHAG a qui el Sr. Jaume va

fer una cançó. Aquesta cançó donava les gràcies a totes aquelles persones que el van acompanyar en el procés que estava vivint.

El dilluns 21 de setembre de 2015 va fer el seu darrer concert, a la sala de la residència. El va dedicar als residents, a la seva família, als seus amics i a tots els professionals de l'Hospital General de Granollers. Tots vam implicar-nos en l'actuació, amb afecte i il·lusió.

Jaume, gràcies per tot el que ens vas regalar durant el temps que vas estar amb nosaltres i durant aquell concert. Recordarem el teu somriure so-

miador, la teva mirada plena d'esperança, la teva tenacitat i voluntat en fer i viure intensament fins al final, el teu entusiasme en tot el que feies i molt especialment, el que vas fer vibrar en el cor de cadascú amb la teva música. Les teves cançons seguiran sonant sempre.

Marta López i Anna M. Marquès



Jaume González va fer el seu darrer concert a la Residència el 21 de setembre passat

seguretat i salut laboral

La salut dels metges residents

Existeixen nombrosos estudis que mostren la presència d'elevades taxes d'alteracions emocionals i dels estils de vida dels professionals de la medicina. Concretament, s'ha identificat la residència com a un període de risc pel patiment psicològic i l'esgotament emocional conseqüència de múltiples factors. Aquest és un període d'estrès elevat, amb càrregues altes de treball, jornades prolongades, les guardies, el contacte amb la mort i la malaltia, i que pot coincidir amb canvis de domicilis i de l'entorn social i familiar més proper, entre altres factors.

Des de l'any 2013, el Col·legi de Metges de Barcelona està duent a terme un estudi longitudinal de la salut dels residents que pretén valorar quina és la prevalença de malestar psicològic i d'hàbits poc saludables en aquests metges i

com varien durant la residència, amb l'objectiu d'estudiar associacions de factors de risc i establir estratègies preventives.

Segons les dades obtingudes dels residents que van superar el primer any, els metges en formació pateixen molt més malestar psíquic, d'un 16% inicialment al 28%, amb un empitjorament de l'autopercepció de salut. Tot i què no existeixen diferències significatives, a l'any es detecta un increment de recaigudes del consum de tabac i un augment del consum d'alcohol, més marcat en homes que en dones. Disposen de menys hores de son, redueixen l'activitat física, i pràcticament es redueix a la meitat el temps d'oci. Clarament a l'any, i relacionat amb l'augment de malestar emocional, entorn a un 10% dels residents refereixen ansietat, amb un increment

significatiu, sobretot entre dones, del consum de psicofàrmacs, especialment de tranquil·litzants, antidepressius i hipnòtics.

Tot i que l'estudi encara no està finalitzat, és necessari començar a establir estratègies preventives i terapèutiques orientades a minimitzar l'impacte negatiu que es detecta en relació a la salut i hàbits dels residents a l'any del seu inici. Cal potenciar activitats de promoció de la salut, com una dieta saludable i activitat física i dissenyar actuacions per a un exercici professional saludable, que implica la gestió de l'estrès i el foment del treball en equip. S'ha de potenciar el paper clau dels tutors, així com la interacció amb els professionals dels serveis de prevenció i afavorir la formació dels residents en aspectes psicosocials i d'habilitats personals.