

**RO 19.04 "Intervenții la mai multe niveluri pentru prevenția bolilor netransmisibile (BNT) asociate stilului de viață în România
proiect finanțat prin Granturile Norvegiene 2009-2014,
în cadrul Programului RO 19 "Inițiative în sănătatea publică"**

Web: <https://insp.gov.ro/sites/1/>

NEWSLETTER

NUMĂRUL III

NOIEMBRIE 2015

Teme speciale de interes:

- Ghiduri de prevenție clinică a BNT bazate pe dovezi;
- Managementul activităților preventive în cabinetul medicului de familie;
- Intervenții pentru alimentație sănătoasă și activitate fizică în școli și grădinițe.

PREVENȚIA ȘI PRACTICA CLINICĂ BAZATE PE DOVEZI

Elaborarea și promovarea ghidurilor de practică clinică bazate pe dovezi pentru asistența medicală primară, în vederea creșterii capacității tehnice a personalului medical (medici de familie, asistente de medicină de familie în colaborare cu asistentele comunitare) pentru a oferi servicii preventive mai eficiente, atât pentru cei asigurați cât și neasigurați reprezintă condiția esențială a unei prevenții eficiente.

Recomandările actualizate la timp din ghidurile bazate pe dovezi privind practica clinică în domeniul asistenței medicale primare și instrumentele de evaluare a riscurilor de sănătate ajută la identificarea cât mai rapidă a indivizilor cu profiluri de risc ridicat pentru bolile netransmisibile (BNT) și la diagnosticarea acestor afecțiuni în stadii clinice timpurii, permițând astfel un management mai eficient și eficace al pacientului și al gestionării îmbolnăvirilor, precum și o reducere a poverii bolilor la nivel individual, comunitar și la nivelul asistenței medicale.



În acest număr:

Prevenția și practica clinică bazate pe dovezi	1
Progrese în elaborarea și dezvoltarea ghidurilor de prevenție clinică și a instrumentelor operaționale pentru identificarea riscurilor individuale de BNT	2
Un sistem informatic integrat pentru managementul activităților preventive în cabinetul medicului de familie	3
Ghid de intervenție pentru alimentație sănătoasă și activitate	4



Un sistem informatic integrat pentru managementul activităților preventive în cabinetul medicului de familie

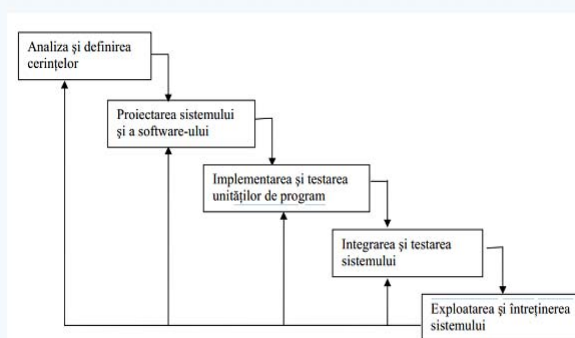
OBIECTIV

Realizarea unui model logic care să fie inclus în sistemele informatice existente în România, care să permită derularea în condiții normale a activităților preventive la nivelul cabinetelor de medicina familieii.

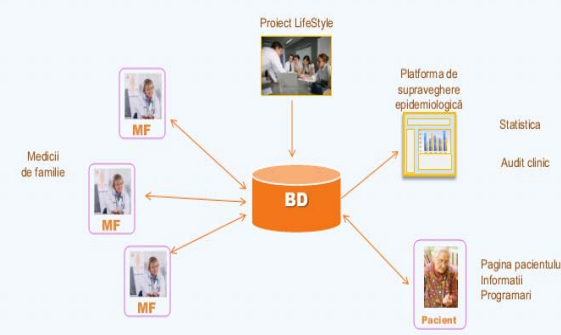
FUNCȚII ALE SISTEMULUI INFORMATIC

- Să fie integrat în programul de cabinet utilizat în mod curent de către medicii de familie;
- Să includă toate componentele necesare activităților preventive – conform specificațiilor dezvoltate, la rândul lor, pe baza recomandărilor din ghidul de prevenție;
- Să colecteze informațiile înregistrate de medicii de familie într-o bază de date cu posibilitatea de analiză statistică

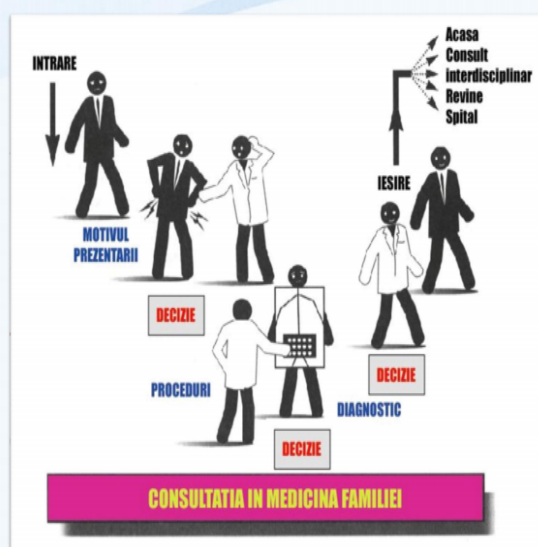
Etapele de dezvoltare ale sistemului informatic



Schema logică



Etapele consultației în cabinetul de medicina familieii



PRODUSELE PROIECTULUI

- Soluția informatică pentru pilotarea Ghidului de prevenție: programul de cabinet al operatorului economic, adaptat conform cerințelor proiectului.
- Platforma de supraveghere epidemiologică – soluție independentă.
- Aplicația software "Prevent".
- Model logic + specificațiile pentru prevenție.

Ghid de intervenție pentru alimentație sănătoasă și activitate fizică în grădinițe și școli



Institutul Național de Sănătate Publică

Str. Dr. Leonte 1-3, Cod postal 050463, București, România
Telefon: (401) 021 318 36 20, Fax: (401) 021 312 34 26
E-mail: directie.general@insp.gov.ro
www.insp.gov.ro

Educația privind stilul de viață sănătos în perioada copilăriei creează premisele câștigării unor deprinderi sanogene care vor fi practicate pe toată durata vieții persoanei, favorizând menținerea unei bune stări de sănătate pentru o perioadă cât mai lungă de timp.

Copiii care învață de mici să consume zilnic micul dejun, să mănânce fructe și legume, să facă mișcare, să își prețuiască starea de sănătate, vor practica aceste deprinderi și în viața de adult și își vor educa, la rândul lor copiii pe baza acestor principii. În acest fel, investiția în educația pentru sănătate a copiilor are efecte peste generații, contribuind la dezvoltarea durabilă a națiunii. Repere importante pentru educația copilului le reprezintă grădinița și școala, prin toți cei care au activități în aceste instituții și responsabilități pentru buna lor derulare. Dincolo de rolul esențial în oferirea de cunoaștere, aceste activități pot contribui cu succes și la întregirea educației copilului.

Ghidul elaborat oferă modele și instrumente pentru realizarea de activități în sprijinul alimentației sănătoase și al activității fizice în grădinițe și școli.

Ghidul este destinat tuturor cadrelor didactice care își asumă rolul esențial de a contribui la educația pentru sănătate a copiilor dar și altor profesioniști precum asistenților medicali și medicilor școlari care desfășoară activități ce pot contribui la o mai bună educație pentru sănătate în școli și grădinițe.



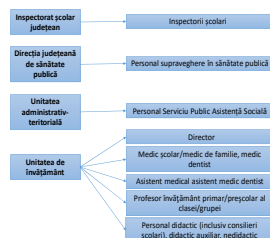
Recomandări ale OMS pentru prevenirea obezității la copii

- creșterea consumului de fructe, legume și cereale integrale;
- limitarea consumului de grăsimi, favorizarea consumului de grăsimi nesaturate;
- limitarea consumului de glucide;
- consumul de apă, în cantitate de 50-60 ml/kgcorp (cu un total de 1-2 litri/zi), în funcție de greutatea corporală a copilului;
- stimularea activității fizice cu durata de minimum 60 minute/zi.

Recomandări privind activitatea fizică la copii

Activitatea fizică este plăcută și benefică atunci când:

- se desfășoară zilnic;
- durează minim 60 minute/zi, săptămânal;
- este diversă și distractivă;
- are intensitate moderată;
- se desfășoară acasă, la școală, în timpul liber, în vacanțe;
- se efectuează cu familia, colegi, prieteni sau individual;
- se desfășoară în sală sau în aer liber;
- se desfășoară sub formă de joc, joc sportiv, diverse sporturi;
- devine un obicei pentru toată viața.



Conținutul acestui newsletter nu reprezintă în mod necesar poziția oficială a Granturilor Norvegiene 2009-2014. În treaga răspundere asupra corectitudinii și coerenței informațiilor prezentate revine inițiatorilor newsletterului. Pentru informații oficiale despre granturile SEE și norvegiene accesați www.eeagrants.org, www.norwaygrants.ro, www.ms.ro.