

consells pràctics per desenvolupar el programa

Què puc dir als pacients que prenen alcohol per sobre dels límits que es consideren tolerables?

“Encara que vostè no consideri que pren massa alcohol el qüestionari que ha emplenat indica que la quantitat d'alcohol que pren li pot perjudicar la salut. Voldria dedicar-li uns minuts per aconsellar-lo sobre com pot reduir/deixar la beguda.”

Què puc dir als pacients que depenen físicament de l'alcohol?

“Li recomano molt seriosament que deixi l'alcohol del tot, ja que observo que hi ha, en el seu organisme, signes de dependència física amb aquest hàbit, tals com tremolor al matí, que estan relacionats amb el consum d'alcohol. Si continua bevent la dependència serà més gran i llavors serà molt difícil deixar-ho. Hi ha el perill que tingui problemes de salut seriosos, si no és que ja els té, per tant, voldria dedicar-li uns minuts per assessorar-lo sobre com deixar la beguda i també recomanar-li un especialista en temes d'alcohol que el pugui aconsellar. I això hauríem d'enfocar-ho avui mateix.”

Què puc dir als pacients que tenen problemes de salut relacionats amb l'alcohol o que poden empitjorar pel seu consum?

“Li recomano molt seriosament que deixi de beure del tot. Si continua bevent perjudicarà encara més la seva salut. Amb el temps es trobarà molt malament i, encara que no el vull espantar, això li podria suposar una amenaça per a la seva vida.”

Què puc dir quan dono l'opuscle als pacients?

“No tothom pensa que canviar hàbits com fumar, menjar o beure, sigui fàcil. L'opuscle que li dono explica detalladament el que li he dit i li dóna més informació.”

programa [beveu menys]

programa [beveu menys]

**Pautes per als
professionals d'atenció
primària de salut**



O.M.S

El programa [beveu menys] per ajudar els bevedors de risc a disminuir el consum de begudes alcohòliques ha estat considerat efectiu per l'Organització Mundial de la Salut.

El programa és senzill i breu i ha estat desenvolupat perquè pugui ser aplicat en el marc de l'Assistència Primària. Amb la utilització d'aquest programa adquirireu una major habilitat per assessorar els vostres pacients. La informació següent presenta les pautes essencials per aconseguir el màxim d'èxit amb el programa.

guia per dur a terme el programa [pas a pas]

- [1] Feu el cribratge sistematitzat del consum d'alcohol dels vostres pacients, segons el nivell d'implementació que hagueu decidit i utilitzant el qüestionari AUDIT o l'ISCA.
- [2] Si trobeu que un dels vostres pacients està considerat com "de risc" o presenta un consum depedent:
 - . Consulteu la "Guia d'intervenció en probleme derivats del consum d'alcohol a l'APS", que us ajudarà a decidir el tipus d'intervenció més adient.
 - . Assessorau el pacient seguint les indicacions d'aquesta guia. També us podeu recolzar en la "Guia de monitorització de consums"
 - . Doneu-li l'opuscle "Veus el que beus?" o "Salut sense alcohol", segons convingui.
 - . Recordeu de registrar la intervenció realitzada en la Història Clínica.
- [3] Intenteu fer un seguiment periòdic del comportament que el vostre pacient té amb la beguda. Negocieu-ho amb ell.

Alguns pacients identificats com "de risc" mitjançant el qüestionari seran casos dubtosos. Per a aquests pacients el vostre judici clínic us ajudarà a determinar el nivell d'assessorament que necessiten.

qüestions bàsiques sobre el programa [beveu menys]

Què implica el programa?

- . Utilitzar un sistema de cribratge senzill (ISCA o AUDIT) del consum excessiu d'alcohol.
- . Assessorar els pacients "de risc" usant la "Guia d'intervenció" i les guies complementàries.
- . Distribuir l'opuscle "Veus el que beus?" o el "Salut sense alcohol" entre els pacients "de risc" o "dependents" respectivament.
- . Procurar fer un seguiment a mitjà termini en els casos que ho creieu convenient.

Quins són els papers de metges i infermers en aquest programa?

El programa s'ha pensat perquè es realitzi en equip. La pràctica totalitat d'accions de cribratge i consell poden ser realitzades tant pels metges com des d'infermeria, en funció de l'organització interna de cada equip. És aconsellable que l'abordatge inicial dels bevedors depenents sigui realitzat pel metge.

A quins pacients?

El Pla de Salut recomana el cribratge sistemàtic, cada 2 anys, de la població major de 16 anys. El cribratge és especialment important entre els col·lectius més vulnerables i en els que presenten consums alcohòlics més elevats (jovent, gestants, homes adults d'edat mitjana, etc.)

Com he de presentar el programa als pacients?

És probable que el pacient vingui a la consulta per a un problema que no estigui relacionat amb l'alcohol. Li podeu dir que esteu proporcionant als pacients informació sobre estils de vida, com un servei addicional, i que voldríeu revisar els seus hàbits amb l'alcohol, un cop tractat el problema que els ha portat a la consulta.

Què he de fer amb els opuscles?

Tot i que els opuscles es poden deixar a la sala d'espera, s'ha demostrat que la seva efectivitat augmenta si es donen directament en mà al pacient després d'assessorar-lo breument.

A qui m'he d'adreçar per aconseguir més informació sobre com tractar els pacients amb problemes relacionats amb l'alcohol?

Centre d'Atenció i Seguiment (CAS) més proper

Òrgan Tècnic de Drogodependències
Departament de Salut

Telèfon 93 227 29 00

Unitat d'Alcoholologia de la Generalitat
Hospital Clínic de Barcelona

Telèfon 93 227 99 23