

Un centre santcugatenc guanya un concurs per millorar l'atenció de l'Institut Català d'Oncologia

Quatre estudiants d'Escoles Universitàries Gimbernat dissenyen una plataforma web i una app mòbil per oferir un millor servei als pacients



Els quatre estudiants guanyadors del certamen | Cedida

Guerau Boixader, Héctor Lòpez, Víctor Nepormonceno i Dani Martínez. Aquests són els quatre estudiants del Cicle Formatiu de Grau Superior en Desenvolupament d'Aplicacions Multiplataforma d'Escoles Universitàries Gimbernat que han guanyat un concurs per haver elaborat un prototip d'app per millorar l'atenció dels pacients i familiars de l'Institut Català d'Oncologia (ICO).

Els joves del centre santcugatenc han analitzat les mancances de les eines actualment disponibles i les han redissenyat amb un clar denominador comú: que fossin senzilles i intuïtives d'utilitzar per a qualsevol usuari. El resultat planteja nous apartats i funcionalitats per excel·lir els espais digitals i recursos online que ofereix l'ICO.

Entre les novetats s'hi troba una secció de videotutorials que expliquen com utilitzar correctament l'app o inclús un espai de televisites per concertar trobades virtuals entre pacients i professionals.

La proposta ha estat mereixedora del primer premi del MetropolisFPLab, un certamen impulsat per l'Àrea Metropolitana de Barcelona i la Fundació BCN Formació Professional. El concurs té com a objectiu valorar el talent dels alumnes d'FP i fomentar la seva inserció en el mercat laboral. Per això, aquest reconeixement es traduirà en una estància becada en el mateix ICO durant la qual

podran posar en pràctica el seu treball.

El Servei Universitari de Recerca i Innovació en Fisioteràpia (SURIF) de les Escoles Universitàries Gimbernat presenta un estudi on recull una sèrie de consells per prevenir riscos i protegir la teva salut mentre teletreballes. Una opció laboral que ha pres molt de pes en els darrers mesos arran de la pandèmia i que ha vingut per quedar-se.

En primer lloc, el centre universitari santcugatenc recorda que mantenir una posició forçada durant moltes hores pot derivar en molèsties o inclús lesions com cervicàlgia o lumbàlgia. Per això, resulta essencial disposar d'un espai de treball habilitat, amb el mobiliari adequat i mantenir una bona posició corporal.

Un aspecte clau és que la cadira on t'asseguis la major part del temps sigui ergonòmica, còmode i regulable per adaptar l'altura i necessitats de cada persona. Tanmateix, també apunten a la importància que tant el teclat com el ratolí siguin còmodes per a una utilització intensiva.

Pel que fa a la posició corporal cal que monitor i mirada estiguin a la mateixa altura o, per defecte, una mica per sota per evitar complicacions cervicals. L'esquena ha d'estar vertical, amb les espatlles relaxades i els braços doblegats a 90 graus sobre l'escriptori. A més, es recomana que els colzes estiguin enganxats al cos i en línia recta amb l'avantbraç i el canell. Pel que fa a la part baixa, els genolls han de descansar doblegades amb uns peus ben recolzats a terra o sobre d'un reposapeus.

Finalment, des de SURIF també assenyalen la importància de fer petits descansos d'un o dos minuts per cada mitja hora de treball. D'aquesta manera, segons afirmen, es redueixen les postures mantingudes i s'eviten moviments repetitius. De la mateixa manera, realitzar estiraments o petits passejos per l'interior del domicili ajuda a recuperar la mobilitat al conjunt del cos.