



## PACIENTES CON ENFERMIDADE INFLAMATORIA INTESTINAL APRENDEN TÉCNICAS PARA MELLORAR O AFRONTAMENTO DA SÚA DOENZA

- *Participan nun programa sobre expresión emocional e física que lles axuda afrontar o seu día a día*
- *A iniciativa está promovida pola Unidade de EII do CHUVI e o grupo de Educación, Actividade Física e Saúde do Instituto de Investigación Sanitaria Galicia Sur*
- *O plan desenvólvese en 12 sesións semanais e a asociación de pacientes con esta patoloxía colaborou na súa difusión*
- *O CHUVI ten rexistrados 1.929 doentes na Área Sanitaria de Vigo que están diagnosticados de Enfermidade Inflamatoria Intestinal*

**Vigo, 5 de marzo de 2020.-** Pacientes con Enfermidade Inflamatoria Intestinal (EII) participan nun programa destinado a mellorar a súa calidade de vida mediante o emprego de distintas técnicas que lles axudarán a afrontar o impacto da enfermidade nas súas actividades cotiás.

A iniciativa está promovida pola Unidade de EII do Complexo Hospitalario Universitario de Vigo (CHUVI), integrada no grupo de investigación en Patoloxía Dixestiva do Instituto de Investigación Sanitaria Galicia Sur (IISGS), e o grupo GIES-10 de Educación, Actividade Física e Saúde. Ademais, conta coa colaboración da Asociación de Pacientes con Enfermidade de Crohn e Colite Ulcerosa (ACCU).



O programa, denominado “Intestinarte”, consta de 12 sesións, a celebrar unha cada semana. Á primeira, asistiron 30 pacientes con EII, o que constituíu “un importante éxito”, en palabras dos organizadores, “xa que só contabamos con poder completar un grupo e con esta ampla resposta organizaremos dous”.





“A nosa intención é que este sexa un programa piloto para levar a cabo, máis adiante, outros con contidos máis amplos”, explica o gastroenterólogo e investigador Vicent Hernández, que comparte a dirección con Margarita Pino-Juste da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte da Universidade de Vigo.

### **A arte como terapia**

O obxectivo do programa é ofrecer aos pacientes técnicas de afrontamento de determinados síntomas psicolóxicos habituais nas persoas que sofren Enfermidade Inflamatoria Intestinal, a través de solucións innovadoras e creativas baseadas na arte como terapia.

O que se persegue coas distintas propostas é que os pacientes poidan identificar as distintas emocións, expresar os sentimentos, controlar emocións negativas, evitar o illamento, controlar a dor, afrontar a fatiga e aumentar as relacións sociais mediante actividades de diferentes tipos.

Os pacientes reciben determinadas pautas para aproximarse á consecución dos obxectivos de forma paulatina. Música, expresión corporal, teatro ou expresión plástica son as ferramentas que se poñen ao dispor dos doentes mediante obradoiros específicos para cada unha delas ao longo do programa.

### **A Enfermidade Inflamatoria Intestinal**

A EII inclúe fundamentalmente a Enfermidade de Crohn e a Colite Ulcerosa. Ámbalas dúas son enfermidades inflamatorias crónicas que afectan ao aparello dixestivo con períodos de actividade e períodos de remisión. Ademais dos síntomas dixestivos, poden aparecer tamén manifestacións articulares, na pel e noutros órganos como os ollos e o fígado.

O CHUVI ten rexistrados a 1.929 pacientes diagnosticados de EII e foron atendidos na Área Sanitaria de Vigo nalgún momento. Nos dous últimos anos, 1.410 pacientes foron controlados de forma activa pola Unidade de EII.

O síntoma principal en ambas enfermidades é a diarrea que pode acompañarse de rectorraxia (sangue nas feces), principalmente na Colite Ulcerosa. Noutras ocasións o síntoma é dor abdominal, anemia, perda de peso, febre e atraso do crecemento nos nenos. Ante estes síntomas póñense en marcha o máis rápido posible os estudos que permiten facer o diagnóstico.

A EII é unha enfermidade crónica de orixe descoñecida, que se está mal controlada pode evolucionar a un dano estrutural intestinal e complicacións. A enfermidade presenta períodos de actividade e remisión, e en ocasións precisa ingresos hospitalarios e cirurxías. O obxectivo do tratamento é lograr a remisión (ausencia de síntomas) o máis rápido posible e mantela no tempo, o que se consegue na maior parte dos casos, pero con necesidade de tratamento crónico. Por este motivo é unha enfermidade cun importante impacto psicolóxico e na calidade de vida dos pacientes.



Así, ademais do tratamento farmacolóxico e o seguimento clínico, son moi útiles as actividades que lles permitan desenvolver unha vida o máis normal posible. "Neste aspecto é no que se enmarca o programa que puxemos en marcha", subliña o doutor Hernández.

