

ROLUL ECHIBEI MEDICALE ÎN COMUNICARE ȘI RECUPERAREA HOLISTICĂ A PACIENȚILOR CU HIPERTENSIUNE ARTERIALĂ

Andrei Caius NEAMȚU^{1,2}, Elena AMARICĂP,
Ramona Amina POPOVICI^{3*}, Laria Maria
TRUȘCULESCU³, Stela IURCIUC⁴, Roxana
FOLESCU⁵, Adrian Cosmin ILIE⁶, Daniela
Georgeta POPOVICI⁷, Dana Emanuela PITIC³

Colaborarea interdisciplinară este cheia pentru o abordare holistică a tratamentului și recuperării pacienților hipertensivi. Fiecare specialist aduce o contribuție valoroasă, de la evaluarea și monitorizarea stării de sănătate, până la educarea și suportul emoțional al pacienților. Medicul de medicină fizică și reabilitare, terapeutul ocupațional, instructorul de educație fizică, asistenta medicală, psihologul și medicul cardiolog colaborează pentru a oferi un tratament cuprinzător și personalizat. Comunicarea eficientă între pacienți și echipa medicală, dezvoltarea încrederii, respectului reciproc și empatiei sunt esențiale pentru succesul acestui proces, asigurând o monitorizare atentă și ajustarea constantă a planului de tratament în funcție de evoluția fiecărui pacient.

¹ Student doctorand, Universitatea de Medicină și Farmacie "Victor Babeș" Timișoara, România;

² Departamentul XVI, Balneologie, Recuperare Medicală și Reumatologie, Disciplina de Recuperare Medicală, Universitatea de Medicină și Farmacie "Victor Babeș" Timișoara, România;

³ Departamentul I Disciplina de Management și Comunicare în Medicina Dentară Facultatea de Medicină Dentară, Universitatea de Medicină și Farmacie "Victor Babeș" Timișoara, România;

⁴ Departamentul VI Cardiologie, Clinica Universitară de Medicină Internă de Ambulator, Prevenție și Recuperare Cardiovasculară, Universitatea de Medicină și Farmacie "Victor Babeș" Timișoara, România;

⁵ Departamentul XVI, Balneologie, Recuperare Medicală și Reumatologie, Disciplina de Medicina Familiei, Universitatea de Medicină și Farmacie "Victor Babeș" Timișoara, România;

⁶ Departamentul III Științe Funcționale, Catedra Universitară Sănătate Publică și Management Sanitar, Universitatea de Medicină și Farmacie "Victor Babeș" Timișoara, România;

⁷ Institutul Național de Management al Serviciilor de Sănătate, București, România

* Corespondență: ramona.popovici@umft.ro

Cuvinte cheie – echipa medicală, comunicare echipă-pacient, tratament holistic, instructor de educație fizică, medic.

INTRODUCERE

Comunicarea dintre echipa medicală și pacient este deosebit de importantă, cu atât mai mult cu cât pacientul este o persoană vulnerabilă fizic și emoțional, pe de o parte, dar și din ce în ce mai bine informată, pe de altă parte. El nu mai este doar un spectator al actului medical, este o parte activă a procesului de tratament și vindecare [1]. Printr-o comunicare eficientă și empatică, cu transmiterea unui sentiment de siguranță, se va stabili o bună relație între personalul medical și pacient, esențială pentru obținerea complianței acestuia [2].

Managementul relației cu pacienții se referă la abordarea strategică și operațională utilizată de către furnizorii de servicii medicale pentru a gestiona și dezvolta relația cu pacienții lor. Acesta implică o serie de activități și procese care vizează îmbunătățirea comunicării, creșterea satisfacției pacienților și asigurarea unei îngrijiri eficiente și personalizate [3].

În România, potrivit studiului SEPHAR III derulat în anul 2016, prevalența HTA este de 45,1% în rândul populației adulte [4], fiind mai mare la bărbați (50% sau chiar peste) comparativ cu femeile și fiind mai mare în mediul

rural comparativ cu mediul urban [5]. Raportat la populația României, înseamnă că în 2016 un estimat de circa 7,4 milioane de persoane aveau hipertensiune arterială [6]. Având în vedere această prevalență mare în România, este deosebit de importantă existența unei echipe interdisciplinare formată din medicul de medicină fizică și reabilitare, terapeutul ocupațional, instructorul de educație fizică, asistenta medicală, psihologul și medicul cardiolog care printr-o abordare integrată multidisciplinară asigură monitorizarea și tratamentul pacienților hipertensivi. Comunicarea eficientă între pacienți și echipa medicală este vitală pentru succesul acestui proces, asigurând o monitorizare atentă și ajustarea constantă a planului de tratament în funcție de evoluția fiecărui pacient. Cu siguranță, pacienții hipertensivi au nevoie și de un program de recuperare personalizat în care este foarte important rolul instructorului de educație fizică și al kinetoterapeutului. Beneficiile programelor individualizate de kinetoterapie sunt multiple, incluzând îmbunătățirea stării fizice și mentale, reducerea tensiunii arteriale și prevenirea complicațiilor, cu atingerea unei stări optime de sănătate și menținerea unei vieți active. De asemenea, educația pacienților și implicarea acestora în propriul proces de recuperare sunt esențiale pentru succesul pe termen lung.

Recuperarea fizică a pacienților hipertensivi implică o echipă multidisciplinară de specialiști, fiecare jucând un rol vital în procesul de reabilitare. Componenta acestei echipe include: medicul de medicina fizica și reabilitare, terapeutul ocupațional, instructorul de educație fizică – profesor de sport, asistentul/asistenta medicală, psihologul și medicul cardiolog.

Medicul de medicină fizică și reabilitare joacă un rol central în gestionarea procesului de recuperare al pacienților hipertensivi. Acesta este responsabil pentru evaluarea inițială a stării pacientului, identificarea nevoilor specifice, dezvoltarea unui plan de tratament personalizat și stabilirea unui program de recuperare eficient. În cadrul echipei medicale, medicul de medicină fizică și reabilitare colaborează strâns cu ceilalți specialiști, asigurându-se că tratamentele și terapiile sunt bine integrate. Această colaborare interdisciplinară este esențială pentru a oferi pacienților o abordare holistică și coordonată a recuperării lor. Medicul recomandă exerciții specifice care să fie

implementate de instructorii de educație fizică sau se poate coordona cu psihologul pentru a adresa aspectele emoționale ale recuperării. Medicul de medicină fizică și reabilitare trebuie să fie, de asemenea, un bun comunicator și să manifeste empatie față de pacienți. Înțelegerea și abordarea preocupărilor pacienților, precum și oferirea de suport emoțional, pot contribui semnificativ la succesul tratamentului. Pacienții care se simt sprijiniți și înțeleși sunt mai predispuși să urmeze recomandările medicale și să colaboreze activ în procesul de recuperare.

Terapeutul ocupațional joacă un rol esențial în recuperarea pacienților hipertensivi, deși în România această profesie nu este încă foarte răspândită. Acest specialist se concentrează pe ajutarea pacienților să își recâștige și să își îmbunătățească abilitățile necesare pentru a desfășura activitățile zilnice. Prin evaluarea detaliată a nevoilor și capacităților individuale ale pacientului, terapeutul ocupațional poate dezvolta planuri personalizate care să faciliteze independența și să îmbunătățească calitatea vieții. Terapeutul ocupațional colaborează strâns cu ceilalți membri ai echipei medicale pentru a asigura o abordare integrată a tratamentului. De exemplu, acesta poate lucra alături de instructorul de educație fizică pentru a dezvolta exerciții adaptate care să îmbunătățească mobilitatea și forța pacientului. De asemenea, colaborarea cu psihologul este esențială pentru a aborda aspectele emoționale și psihologice ale recuperării, asigurându-se că pacienții primesc suportul necesar pentru a-și menține motivația și angajamentul în procesul de reabilitare. Un aspect important al muncii terapeutului ocupațional este educația pacientului și a familiei acestuia. Terapeutul oferă informații și instruire cu privire la metodele de prevenire a recidivelor, importanța menținerii unui stil de viață activ și sănătos, și modul de utilizare a echipamentelor asistive.

Instructorul de educație fizică, cunoscut și sub numele de profesor de sport, joacă un rol vital în recuperarea pacienților hipertensivi prin dezvoltarea și implementarea unor programe de exerciții fizice adaptate nevoilor specifice ale acestora. Acesta evaluează capacitățile fizice ale pacienților și creează planuri de exerciții care să contribuie la reducerea tensiunii arteriale și la îmbunătățirea stării generale de sănătate. Un program de exerciții bine structurat poate ajuta la reducerea riscului de complicații cardiovasculare și la îmbunătățirea calității vieții pacienților.

Un aspect esențial al rolului instructorului de educație fizică este instruirea pacienților în tehnici corecte de exercițiu pentru a preveni accidentările și pentru a maximiza beneficiile activității fizice. Exercițiile trebuie să fie adaptate nivelului de fitness al fiecărui pacient, ținând cont de orice limitări fizice sau afecțiuni asociate. Instructorul trebuie să monitorizeze atent progresul pacienților și să ajusteze programul de exerciții pe măsură ce aceștia își îmbunătățesc capacitatea fizică. Instructorul de educație fizică colaborează strâns cu ceilalți membri ai echipei medicale pentru a asigura o abordare holistică și integrată a tratamentului. De exemplu, poate colabora cu medicul de medicină fizică și reabilitare pentru a ajusta exercițiile în funcție de evoluția stării de sănătate a pacientului sau poate lucra împreună cu terapeutul ocupațional pentru a dezvolta activități care să îmbunătățească atât condiția fizică, cât și funcționalitatea în activitățile zilnice.

Asistentul sau asistenta medicală joacă un rol foarte important în procesul de recuperare al pacienților

hipertensivi, fiind unul dintre membrii echipei medicale care interacționează cel mai frecvent și direct cu pacienții. Acest rol implică o varietate de responsabilități care sunt esențiale pentru asigurarea continuității și calității îngrijirii medicale. Asistentul medical este adesea primul punct de contact pentru pacienți, facilitând comunicarea între aceștia și ceilalți membri ai echipei medicale. Un aspect esențial al activității asistentului medical este monitorizarea constantă a stării de sănătate a pacienților. Aceasta include măsurarea regulată a tensiunii arteriale, monitorizarea simptomelor și evaluarea răspunsului la tratamentele administrate. Prin supravegherea atentă a acestor parametri, asistenta medicală poate detecta din timp orice schimbare în starea pacientului, permițând intervenția rapidă și adecvată din partea echipei medicale. Administrarea medicației este o altă responsabilitate majoră a asistentului medical.

Psihologul are un rol esențial în echipa medicală, contribuind la recuperarea pacienților hipertensivi prin abordarea aspectelor emoționale și psihologice ale bolii. Hipertensiunea arterială nu afectează doar starea fizică a pacientului, ci și starea mentală și emoțională. Stress-ul, anxietatea și depresia sunt comune în rândul pacienților cu afecțiuni cronice, iar intervențiile psihologice pot ajuta la gestionarea acestor probleme, îmbunătățind astfel rezultatele generale ale tratamentului.

Unul dintre principalele obiective ale psihologului este de a oferi suport emoțional pacienților. Acest suport poate include consiliere individuală, terapie de grup și intervenții pentru gestionarea stress-ului. Psihologul ajută pacienții să își înțeleagă emoțiile și să dezvolte strategii eficiente pentru a face față anxietății și stresului legate de afecțiunea lor, cu impact asupra reducerii valorilor tensionale.

Medicul cardiolog joacă un rol central în gestionarea pacienților hipertensivi, având responsabilitatea principală de a monitoriza și trata afecțiunile cardiovasculare. Hipertensiunea arterială este un factor de risc major pentru bolile de inimă, iar cardiologul este esențial în evaluarea stării cardiovasculare a pacienților și în dezvoltarea unui plan de tratament adecvat.

Un aspect crucial al muncii medicului cardiolog este diagnosticarea și tratarea complicațiilor asociate hipertensiunii arteriale, cum ar fi insuficiența cardiacă, infarctul miocardic și accidentul vascular cerebral. Intervențiile timpurii și tratamentele personalizate sunt esențiale pentru prevenirea deteriorării stării de sănătate a pacienților.

Pe lângă aspectele clinice, medicul cardiolog joacă un rol important în educarea pacienților despre importanța modificărilor stilului de viață pentru gestionarea hipertensiunii arteriale. Acest lucru include consiliere privind dieta, exercițiile fizice și renunțarea la fumat. Pacienții hipertensivi beneficiază enorm de pe urma unei abordări holistice care să includă atât tratamente medicamentoase, cât și schimbări în obiceiurile zilnice. Educația pacientului este, astfel, un pilon esențial al muncii cardiologului. Colaborarea interdisciplinară este, de asemenea, un aspect esențial al rolului medicului cardiolog. Acesta trebuie să lucreze îndeaproape cu medicul de medicină fizică și reabilitare, cu terapeutul ocupațional, cu instructorul de educație fizică și cu psihologul pentru a dezvolta un plan de tratament comprehensiv și integrat. Această abordare multidisciplinară asigură că toate aspectele sănătății pacientului sunt abordate și că intervențiile sunt bine coordonate pentru a maximiza rezultatele pozitive.

Pentru a vedea toate aceste aspecte, în anul 2023 a fost desfășurat un studiu în cadrul unei secții de recuperare din mediul urban, pe un număr de 110 pacienți care au acceptat să participe, din totalul celor consultați în cursul anului menționat.

OBIECTIVE SPECIFICE:

- Studiul efectuat a avut următoarele obiective specifice:
- Identificarea principalelor aspecte ale managementului relației cu pacienții în cadrul secției de recuperare medicală.
 - Evaluarea impactului unei gestionări eficiente a relației echipă medicală - pacient asupra satisfacției pacienților și rezultatelor tratamentului.
 - Analizarea strategiilor și instrumentelor utilizate pentru a îmbunătăți managementul relației cu pacienții în secția de recuperare.
 - Propunerea recomandărilor practice pentru îmbunătățirea managementului relației cu pacienții în acest context.

MATERIAL ȘI METODE

Pentru realizarea studiului s-au utilizat două tipuri de instrumente.

Primul instrument utilizat a fost un chestionar cu un set de 7 întrebări adresate pacienților participanți. Chestionarul a inclus întrebări referitoare la caracteristicile demografice, experiența generală în cadrul secției de medicină fizică și reabilitare, evaluarea în general a serviciilor și îngrijirea medicală furnizată, comunicarea cu echipa medicală, stabilirea și menținerea relației terapeutice, personalizarea serviciilor medicale, gestionarea programărilor și a timpului de consultație, utilizarea tehnologiei în gestionarea relației cu pacienții. Evaluarea s-a făcut prin acordarea unui punctaj de la 1 la 5 în funcție de nivelul de satisfacție (1 fiind punctajul minim, iar 5 - punctajul maxim).

Al doilea instrument utilizat a fost cel al observației directe în secția de recuperare, cu urmărirea interacțiunilor echipă medicală-pacient, comunicarea și fluxul de lucru din cadrul secției. Observațiile au fost documentate prin notițe de teren și înregistrări, pentru a oferi o imagine completă și detaliată a practicilor și abordărilor folosite în gestionarea relației cu pacienții. Observațiile au permis captarea interacțiunilor echipă medicală-pacient, modul în care se gestionează programările și cum se utilizează tehnologia în comunicare și organizare, cu oferirea unei perspective concrete asupra modului de desfășurare a acestora în context real.

Pentru obținerea de informații suplimentare și context adițional, au fost analizate documente relevante, precum politici, proceduri, broșuri informative și materiale de instruire utilizate în cabinet. Această analiză documentară a oferit perspective valoroase despre strategiile și abordările utilizate în gestionarea relației cu pacienții, contribuind la o înțelegere mai completă a practicilor din cabinet. Analiza documentelor interne a completat datele obținute prin interviuri și observații, furnizând informații suplimentare despre politicile și procedurile existente pentru gestionarea relației cu pacienții.

Datele colectate din interviuri, observații și analiza documentelor au fost studiate folosind metode calitative, cum ar fi codificarea și categorizarea, cu interpretarea re-

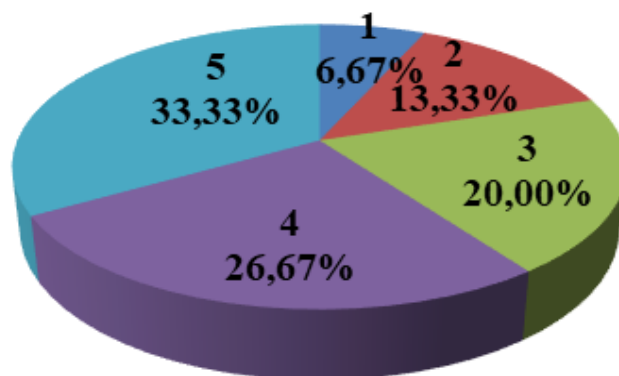
zultatelor și formularea concluziilor relevante.

Limitele cercetării au fost următoarele: mărimea eșantionului și specificitatea contextului în care s-a desfășurat studiul. Chiar și așa, rezultatele au furnizat o bază solidă pentru a înțelege și explora mai departe managementul relației cu pacienții în cadrul secțiilor de recuperare medicală. Este important de menționat că, într-un studiu de caz, dimensiunea eșantionului poate fi restrânsă și se concentrează pe o singură entitate sau situație specifică. Prin urmare, generalizarea rezultatelor poate fi limitată, iar accentul se pune pe o înțelegere profundă a cazului investigat.

REZULTATE

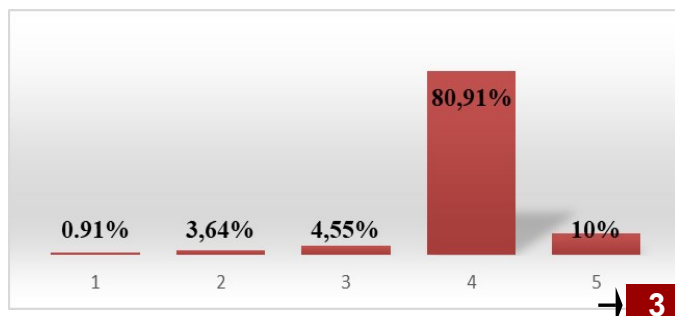
- 39% dintre pacienții cărora li s-a administrat chestionarul au vârsta cuprinsă între 40 și 60 de ani, dintre care 52% femei;
- În ceea ce privește nivelul de școlarizare, 60% au studii liceale, iar 35% au studii superioare;
- Nivelul de evaluare a îngrijirilor medicale în cadrul secției de recuperare medicală a fost cotelat cu scorul 4 de mai mult de jumătate dintre respondenți (54%), iar cu scorul 5 de mai mult de o treime (34%);
- 73% dintre respondenți ar recomanda secția altor persoane;
- În ceea ce privește comunicarea echipă-pacient în cadrul secției, părerile au fost împărțite, 34% au acordat scorul 5, 27% scorul 4, 20% scorul 3, 13% scorul 2 (figura 1);

Figura 1 - Evaluarea comunicării echipă-pacient



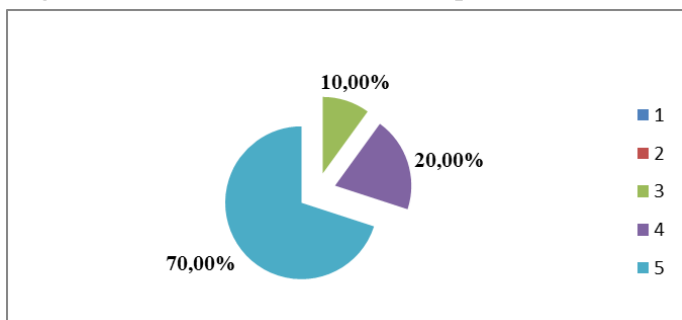
- 84% dintre respondenți consideră că au primit informații și explicații necesare despre starea lor de sănătate și opțiunile de tratament (figura 2);

Figura 2 - Aprecierii primirii informațiilor și explicațiilor referitoare la afecțiunea medicală



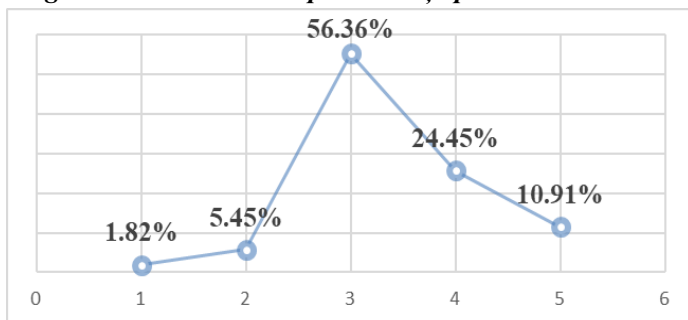
- 70% dintre pacienți au declarat că au încredere deplină în echipa medicală, 20% au încredere mare (figura 3);

Figura 3 - Nivelul de încredere în echipa medicală



- 59% au perceput că au fost tratați cu empatie;
- 92% au declarat că au avut o relație continuă și de durată cu echipa medicală implicată în recuperarea fizică;
- 72% dintre respondenți au declarat că serviciile medicale au fost adaptate la nevoile și preferințele individuale, 40% acordând scorul maxim de 5, iar 32% scorul 4;
- În ceea ce privește implicarea în procesul decizional privind tratamentul și îngrijirea medicală, răspunsurile au fost împărțite, 37% au acordat scorul maxim, 24,5% au acordat scorul 4 și tot 24,5% au acordat scorul 3, iar 14% scorul 2;
- 73% consideră că au primit îndrumări și consiliere pentru gestionarea stării de sănătate în mod personalizat;
- 72% dintre respondenți consideră că gestionarea programărilor și a timpului de consultație a fost bună și foarte bună;
- 56% dintre respondenți apreciază timpul de așteptare ca fiind satisfăcător (figura 4);

Figura 4 - Evaluarea timpului de așteptare



- 68% consideră că le-au fost acordate suficient timp și atenție în timpul consultațiilor medicale;
- 78% au reușit să contacteze secția prin telefon;
- 76% au utilizat sistemul de programare online al secției;
- În ceea ce privește accesul la rezultatele analizelor și la istoricul medical online, aproximativ 45% dintre respondenți au acordat scorurile de 4 și 5;
- impactul tehnologiei asupra relației echipă medicală-pacient a fost perceput de aproximativ 63% dintre respondenți ca fiind bun și foarte bun.

DISCUȚII

- Comunicarea eficientă între personalul medical și pacient: s-a demonstrat că este o comunicare deschisă, ascultarea activă și transmiterea clară a informațiilor sunt fundamentale în relația personal medical-pacient. Pacienții au subliniat importanța unei comunicări clare și accesibile pentru a se implica activ în procesul de îngrijire și pentru a se simți înțeleși și respectați. Ca urmare a analizării răspunsurilor la chestionare, s-a constatat global că un procent majoritar de pacienți sunt satisfăcuți sau foarte satisfăcuți de comunicarea cu echipa medicală precum și de explicațiile primite din partea acesteia.
- Stabilirea și menținerea relației terapeutice: în relația echipă medicală-pacient sunt deosebit de importante dezvoltarea încrederii, respectului reciproc și empatiei. Pacienții au accentuat importanța unei relații echipă medicală-pacient bazată pe încredere și respect, cu empatie și disponibilitate pentru a răspunde la nevoile și preocupările lor. S-a observat că un procent semnificativ dintre respondenți au evaluat pozitiv atât încrederea, cât și gradul de respect și explicațiile primite.
- Personalizarea serviciilor medicale: adaptarea la nevoile și preferințele individuale ale pacienților este recunoscută ca un aspect crucial al gestionării relației cu aceștia. Feedback-ul pacienților a fost pozitiv în ceea ce privește preferințele, tratamentul și îngrijirea medicală.
- Gestionarea eficientă a programărilor și a timpului de consultație: s-a demonstrat necesitatea unei gestionări eficiente a programărilor și a timpului de consultație pentru a minimiza timpul de așteptare și a asigura o experiență mai satisfăcătoare pentru pacienți. În urma analizei chestionarelor, se identifică o necesitate a îmbunătățirii timpilor de așteptare, peste 50% dintre pacienți acordând un calificativ mediu la acest capitol.
- Tehnologia și impactul său asupra relației echipă medicală-pacient: utilizarea tehnologiei în managementul relației cu pacienții a prezentat atât beneficii cât și provocări. Pacienții au salutat utilizarea sistemelor informatice pentru programări online și accesul la informații medicale, dar au subliniat și preocupări legate de dificultățile accesării acestora.

CONCLUZII ȘI RECOMANDĂRI

- Colaborarea interdisciplinară este cheia pentru o abordare holistică a tratamentului și recuperării pacienților hipertensivi. Fiecare specialist aduce o contribuție valoroasă, de la evaluarea și monitorizarea stării de sănătate, până la educarea și suportul emoțional al pacienților. Medicul de medicină fizică și reabilitare, terapeutul ocupațional, instructorul de educație fizică, asistenta medicală, psihologul și medicul cardiolog colaborează pentru a oferi un tratament cuprinzător și personalizat. Comunicarea eficientă între pacienți și echipa medicală este vitală pentru succesul acestui proces, asigurând o monitorizare atentă și ajustarea constantă a planului de tratament în funcție de evoluția fiecărui pacient.

- Comunicarea eficientă în relația pacient-echipă medicală este un element fundamental pentru succesul procesului de recuperare. Prin asigurarea unui dialog deschis și constant, echipa medicală poate adapta tratamentele la nevoile specifice ale pacienților, oferind atât suport fizic, cât și psihologic. Această abordare holistică asigură o recuperare completă și durabilă, îmbunătățind semnificativ calitatea vieții pacienților cu diverse afecțiuni și în special a celor hipertensivi.
- Comunicarea deschisă, ascultarea activă și transmiterea clară a informațiilor cresc încrederea, satisfacția și colaborarea în procesul de îngrijire medicală. Este important să se adapteze nivelul de comunicare la gradul de educație al pacientului.
- Dezvoltarea și menținerea unei relații terapeutice fundamentate pe încredere, respect și empatie sunt cruciale pentru asigurarea unei îngrijiri de calitate. Medicul și echipa medicală trebuie să manifeste empatie și să fie deschiși pentru a răspunde nevoilor și preocupărilor pacienților.
- Personalizarea serviciilor medicale poate îmbunătăți semnificativ experiența pacienților. Adaptarea la nevoile și preferințele individuale ale acestora poate duce la creșterea satisfacției și la rezultate mai bune ale tratamentului.
- Gestionarea eficientă a programărilor și a timpului de consultație poate reduce timpul de așteptare și spori eficiența consultațiilor. Optimizarea procesului de programare și administrarea adecvată a timpului contribuie la creșterea satisfacției pacienților și la utilizarea eficientă a resurselor medicale.
- Utilizarea tehnologiei în gestionarea relației cu pacienții poate aduce beneficii, dar trebuie să fie echilibrată și să țină cont de nevoile pacienților privind confidențialitatea și relația personală cu medicul. De asemenea, trebuie avute în vedere limitările pacienților vârstnici în utilizarea tehnologiei, aceștia având și cea mai mare nevoie de servicii medicale.
- Prin programe de kinetoterapie bine coordonate, suport emoțional și educație continuă, echipa medicală poate ajuta pacienții să își gestioneze eficient afecți-

unea și să își îmbunătățească starea generală de sănătate. Angajamentul și cooperarea între pacienți și profesioniștii din domeniul medical sunt fundamentale pentru atingerea acestor obiective și pentru asigurarea unei vieți sănătoase și echilibrate.

- Beneficiile programelor individualizate de kinetoterapie sunt multiple, incluzând îmbunătățirea stării fizice și mentale, reducerea tensiunii arteriale și prevenirea complicațiilor. Prin exerciții adaptate nevoilor specifice ale fiecărui pacient și prin monitorizarea continuă, aceste programe ajută la atingerea unei stări optime de sănătate și la menținerea unei vieți active. De asemenea, educația pacienților și implicarea acestora în propriul proces de recuperare sunt esențiale pentru succesul pe termen lung.
- Cu alte cuvinte, succesul recuperării pacienților hipertensivi depinde de o abordare holistică, personalizată și inovatoare, în care comunicarea, colaborarea interdisciplinară și utilizarea tehnologiilor avansate joacă roluri esențiale. Angajamentul și cooperarea între pacienți și profesioniștii din domeniul medical sunt fundamentale pentru atingerea acestor obiective și pentru asigurarea unei vieți sănătoase și echilibrate.

Bibliografie

1. Coman, Alina, *Tehnici de comunicare*, București, Editura C.H.Beck, A.F.van der Brug, A.E. de Vrede Filip, 2008.
2. Heisler M., Bouknight R.R., Hayward R.A., Smith D.M., Kerr E.A. (2002). The relative importance of physician communication, participatory decision-making, and patient understanding in diabetes self-management. *Journal of General Internal Medicine*
3. Carine Milcent. *Evolution of the Health System*. Translated by David Buchanan. p. 39-50. <https://doi.org/10.4000/chinaperspectives> 7112
4. <https://www.synevo.ro/hipertensiune-arteriala-hta/>
5. <https://www.pentrucaasaspuneu.ro/prevalenta-hipertensiunii-arteriale/>
6. https://insp.gov.ro/download/cnepss/stare-de-sanatate/boli_netransmisibile/boli_cardiovasculare/Analiza-de-situatie-HTA-2019.pdf