

contactos

Con esta sección se pretende facilitar los contactos y el intercambio de información entre grupos que realizan prácticas comunitarias. Para ello, aparecerán en los sucesivos números de esta publicación, las experiencias de trabajo de orientación comunitaria llevadas a cabo por distintos Equipos de Atención Primaria y que forman parte de la Red de Actividades Comunitarias.

La Red de Actividades Comunitarias (RAC) es uno de los instrumentos que, en el marco del Programa de Actividades Comunitarias en Atención Primaria (PACAP), tiene la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria para incorporar al ejercicio profesional habitual prácticas de calidad dirigidas al trabajo con grupos y comunidades.

Pueden integrarse en la Red, mediante la cumplimentación del "Cuestionario de adscripción a la Red de Actividades Comunitarias" que puedes encontrar en la última página de esta revista, todos aquellos grupos de profesionales y/o ciudadanos que pertenezcan o tengan algún tipo de conexión con un centro de salud y que estén llevando a cabo en la actualidad alguna actividad de participación o intervención comunitaria.

La unidad a incorporar a la Red es la actividad de orientación comunitaria realizada. En consecuencia, un mismo grupo de trabajo puede inscribir varias actividades. Para formar parte de la RAC, y por tanto del PACAP, no es necesaria la incorporación global del centro de salud, ni que ésta sea necesariamente realizada a través de los órganos de dirección del centro.

A continuación se ofrece información básica referida a cada una de las actividades que ya forman parte de la Red. Así, aparece un resumen de la misma y la dirección para contactar con el grupo de trabajo que la lleva a cabo. Igualmente, al principio de la sección se ofrecen dos índices de actividades, según palabras clave y según los grupos de población a los que van dirigidas.



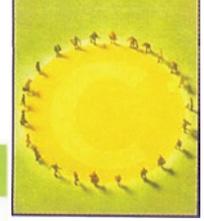
índice contactos

INDICE SEGUN GRUPOS DE POBLACION

- Población total 4, 5, 17, 20, 24
- Ancianos 18, 23
- Adultos (hombres y mujeres) 2, 3, 7, 8, 10, 11, 13, 15, 16, 21, 27, 28, 29, 32, 33
- Mujeres 1, 6, 9, 12, 19, 22
- Jóvenes 14, 30
- Población infantil 25, 26, 31, 3

INDICE SEGUN PALABRAS CLAVE

- Acción social en salud 5, 4
- Agentes de salud 6
- Asma 3
- Autocuidados 3
- Asociaciones 4, 5, 17, 24
- Charlas 29
- Colaboración intersectorial 4, 14, 20, 26, 33
- Consejo de salud 4, 5, 20, 24
- Cuidadores 23
- Diabetes 2, 8, 11, 15, 17, 32
- Discapacidad 23
- Drogas ilegales 31
- Educación maternal 10, 19, 21, 27
- Educación para la salud 1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 18, 22, 25, 26, 29, 30, 32
- Embarazo 10, 19, 21, 27
- Enfoque familiar 16
- Fiestas de la salud 17, 20, 24
- Grupos de autoayuda 18
- Jornadas de salud 25
- Medios de comunicación social 31
- Menopausia 1, 9, 22
- Nutrición saludable 25
- Puerperio 13
- Programas de crónicos 7
- Salud bucodental 26
- Salud mental 12, 22, 28
- Sexualidad 14, 33
- Sida 30
- Técnicas de relajación 28
- Trabajo con grupos 1, 2, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 19, 21, 22, 23, 27, 28, 30, 31, 32, 33



(1) ASOCIACION "NOVA DONA Y SALUT"

ENTIDAD:

Centro de Salud Padre

PERSONA DE CONTACTO:

Xaro Garcés Pérez

DIRECCION: C/ Nicolás Factor, 1

C.P.: 46007 Valencia

TELEFONO: (96) 3805409

FAX: (96) 3415804

RESUMEN

Los objetivos de esta actividad son los siguientes: facilitar que la mujer se vea como un ser en evolución, que pasa sus etapas satisfactoriamente; aprender a vivir de forma natural y positiva con nuestros cuerpos, disfrutando plenamente de la sexualidad, e intercambiar en grupo alternativas posibles para mejorar el nivel de salud. Las actividades que se realizan son las siguientes: terapia de grupo sobre la problemática detectada en esta etapa para conocer todos los cambios físicos y emocionales del proceso de envejecimiento natural; lectura de pensamiento positivo; automasaje y masaje compartido para el autoconocimiento y mejora de la salud; ejercicios de respiración con musicoterapia; cinefórum, etc. El funcionamiento del programa ha dado lugar a una Asociación ("Nova Dona y Salut"), actualmente con 200 asociadas, que realiza un protocolo adaptado de las anteriores actividades, además de otras actividades lúdicas y festivas. Para su realización se utiliza un local prestado por la Iglesia, así como el aula y el gimnasio del centro de salud. La asociación dispone asimismo de biblioteca. Existe una programación anual con objetivos, actividades y posterior memoria. Dentro del programa de la mujer se implementan objetivos anuales evaluables, que se insertan en la memoria del centro de salud. La actividad está abierta a otros centros de salud, grupos de mujeres, asociaciones. Se tutela la formación de las monitoras de la asociación por parte de las matronas. Se observan grandes beneficios a nivel físico, psíquico y de relación, lo cual redundará en la mejora de su salud. Aparte de este Programa, se han ampliado también los protocolos de postparto, con la formación del "Grups d'Ajuda de Mares". Asimismo se ha incluido el masaje y el automasaje en los programas de preparación al parto y en la Estimulación del Bebé.

PALABRAS CLAVE: Menopausia, trabajo con grupos, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Mujeres

(2) "AUMENTO DE CONOCIMIENTOS Y AUTOCUIDADOS EN LA DIABETES"

ENTIDAD:

Centro de Salud Gómez Acebo - San Andrés

PERSONA DE CONTACTO:

Almudena García Media

DIRECCION: C/ Alberto Palacios, 22

C.P.: 28029 Madrid

TELEFONO: (91) 7966710

FAX: (91) 7967058

RESUMEN

El objetivo general de esta actividad es aumentar los conocimientos sobre la diabetes, mejorar los cuidados y conseguir una mayor calidad de vida de los pacientes diabéticos. Para ello, se llevan a cabo talleres grupales, con los siguientes objetivos específicos: 1) conocer la enfermedad y sus complicaciones; 2) conseguir un mejor control de la misma a través de la alimentación y el ejercicio; 3) prevenir las lesiones de los pies mediante cuidados adecuados y una correcta higiene; 4) conocer los diferentes tratamientos farmacológicos y sus mecanismos de acción; 5) descubrir la importancia del autocontrol y 6) aumentar el conocimiento y quitar el miedo a la técnica de administración de la insulina. La metodología utilizada incluye charlas seguidas de coloquios y los siguientes ejercicios prácticos: prácticas con glucómetros, técnica de administración de la insulina y, por último, ejercicios con alimentos y el peso. Además de las actividades grupales, se realiza individualmente un control mensual del cumplimiento de la medicación y un control anual de revisión de la diabetes. La evaluación muestra que el grado de satisfacción de los pacientes es alto y que acogen este tipo de iniciativas de los profesionales sanitarios con entusiasmo. Asimismo, tanto el nivel de asistencia como la participación son elevadas, sobre todo en lo referido a las prácticas. En lo que respecta a las conclusiones de los profesionales que organizan e imparten los talleres destacan entre otras las siguientes: el 90% de los pacientes diabéticos conoce la relación entre diabetes mellitus y herencia; casi el 100% conoce las causas que provocan un aumento del azúcar en sangre, siendo algo menor (entre el 75 y el 90%) el número de pacientes que conoce las causas que lo bajan; en general, saben que la enfermedad puede alterar la sensibilidad y la circulación sanguínea de las extremidades inferiores; el 100% sabe que la enfermedad puede producir complicaciones crónicas; en general, los pacientes saben que la insulina es una sustancia segregada por el organismo y, por último, los pacientes al finalizar el taller muestran que no han modificado su opinión sobre de quién es la responsabilidad del control de su enfermedad, ya que piensan que no les corresponde a ellos. El grupo de trabajo destaca la importancia de la homogeneidad del grupo (en lo referente a las variables tipo de diabetes, edad y nivel cultural) como factor decisivo para aumentar la eficacia de la educación para la salud a grupos de diabéticos.

PALABRAS CLAVE: Diabetes, educación para la salud, trabajo con grupos

GRUPO DE POBLACION: Adultos



(3) "AUTOCUIDADOS PARA EL ASMA"

ENTIDAD:

Centro de Salud de Aranjuez

PERSONA DE CONTACTO:

M.^a del Pilar Zamarra San Joaquín

DIRECCION: C/ Abastos, s/n

C.P.: 28300 Aranjuez (Madrid)

TELEFONO: (91) 8916959

FAX: (91) 8920158

RESUMEN

El objetivo de esta actividad es formar a los padres y a los niños asmáticos y/o a los pacientes asmáticos adultos, con el fin de que realicen autocuidados, conozcan los mecanismos del asma y lleven a cabo un buen control ambiental. Asimismo, se pretende que aprendan habilidades (uso de inhaladores, manejo de "peak flow", respiración abdominal), disminuyan su ansiedad y mejoren su control de la enfermedad asmática. En el caso de las sesiones de refuerzo en Pediatría sobre ejercicios respiratorios, el objetivo es que los pacientes asmáticos y sus padres entiendan la importancia de la respiración abdominal y sepan realizarla correctamente, a diario, para poder utilizarla como herramienta en caso de crisis asmática. Como introducción se realizan dos sesiones, empleando la charla grupal y talleres prácticos. Las sesiones de refuerzo, cada tres meses durante un año, consisten en talleres en los que se repasan los temas más importantes. También se lleva a cabo esta educación para la salud de manera individual en las consultas de enfermería. Las sesiones grupales se realizan en el aula del centro de salud. Se emplean diapositivas, vídeos, guías de autocuidados para el asma, "peak flow", placebos de inhaladores y cámaras, etc. En la evaluación realizada los padres opinan que los recursos son los adecuados y que lo aprendido es útil. Algunos padres apuntan que las sesiones son de interés ya que les ayudan a conocer la enfermedad y a quitar temores. Acuden a la consulta con un mayor control sobre la crisis. En cuanto a los resultados de la encuesta de conocimientos muestran que antes de las sesiones no conocían el "peak-flow" ni la importancia y utilidad de la relajación y de la respiración diafragmática.

PALABRAS CLAVE: Autocuidados, asma, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Adultos, población infantil

(4) "CONSEJO DE SALUD DE CONTRUECES"

ENTIDAD:

Centro de Salud de Contrueces

PERSONA DE CONTACTO:

María Elena Díaz Palacios

DIRECCION: C/ Río Cares, s/n

C.P.: 33210 Gijón

TELEFONO: (98) 5148691

FAX: (98) 5387795

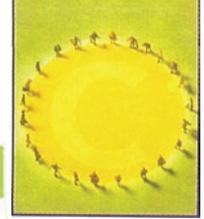
E-MAIL: C.S.Contrueces@meditex.es

RESUMEN

El Consejo de Salud, que tiene carácter consultivo y asesor, se constituye como el marco de actuación idóneo para desarrollar la participación comunitaria. Lo forman las siguientes personas: coordinadores médico y de enfermería y trabajadora social del centro de salud, representantes del profesorado de los colegios públicos y de la asociación de madres y padres, asociaciones de vecinos, parroquias del barrio y grupo "scouts", hogares del pensionista y Centro de la Cultura. Los objetivos son los siguientes: informar sobre problemas de salud y analizarlos; asesorar sobre priorización de actividades de promoción, prevención y programas; informar y difundir actividades de promoción; participar en la búsqueda de recursos; analizar periódicamente el funcionamiento del centro de salud, así como hacer denuncias de irregularidades detectadas. Funciona desde 1987 sin interrupción y no ha experimentado merma en las instituciones participantes. De la misma manera, los profesionales del equipo de atención primaria que lo integran permanecen desde el inicio del proceso. Sistemáticamente se realiza una reunión trimestral y cuando las circunstancias así lo demandan se realizan convocatorias extraordinarias. La convocatoria se realiza desde el centro de salud, donde tienen lugar las reuniones. Entre las cuestiones abordadas, cabe señalar las siguientes: actividades y programas, cartera de servicios, cambios de organización y de profesionales de atención primaria, abordaje de problemas de salud colectivos, resultados del programa de vacunación, programa hepatitis B, trabajos de investigación, cambios en los medicamentos, funcionamiento del Consejo, problemas de los colegios, acciones reivindicativas, resultados de encuestas hechas a usuarios y, por último planificación de las Jornadas de Salud.

PALABRAS CLAVE: Consejo de salud, colaboración intersectorial, acción social en salud

GRUPO DE POBLACION: Población total



(5) "DESARROLLO COMUNITARIO"

ENTIDAD:

Centro de Salud "Guayaba"

PERSONA DE CONTACTO:

Marta Lozano Sabroso

DIRECCION: C/ Piqueñas, 3 (bajo)

28044 Madrid

TELEFONO: (91) 5080390

FAX: (91) 5080389

E-MAIL: plancomcalto@redestb.1

RESUMEN

El Plan Comunitario de Carabanchel Alto que en la actualidad está constituido como una asociación que integra a diferentes colectivos del barrio (asociaciones de vecinos, culturales, de padres y madres, deportivas, etc.) es un proyecto de participación comunitaria que tiene los siguientes objetivos generales: 1) fomentar la participación de los ciudadanos en la tarea común de mejorar la convivencia, las relaciones interpersonales y el respeto a la naturaleza; 2) promocionar y mejorar el tejido social; 3) desarrollar programas para conocer cuáles son las necesidades del barrio y presentar a las instituciones propuestas de actuación; 4) apoyar a las instituciones para conseguir la máxima eficiencia en la utilización de los recursos y 5) solicitar a las instituciones el establecimiento de cauces de comunicación flexibles. Realiza actividades en diversas áreas (de educación, empleo y social) y, en lo que respecta a salud, sus actividades se centran en la puesta en marcha y consolidación del Consejo de Salud del Barrio. Para ello, se están manteniendo reuniones con representantes del Equipo de Atención Primaria. El Consejo de Salud, que se conceptualiza como un instrumento de participación para abordar los problemas de salud del barrio, ya está funcionando y en las reuniones mantenidas hasta ahora se están analizando las necesidades, los recursos existentes y las acciones a desarrollar. Para ello, se está llevando a cabo el estudio de la situación de salud de la zona y se han empezado a trabajar algunos temas concretos, como son la información sobre recursos y la nutrición, dirigida a grupos de mujeres. Para el desarrollo de las actividades, cuenta con un equipo técnico, compuesto por dos trabajadoras sociales, y personal voluntario.

PALABRAS CLAVE: Consejo de salud, acción social en salud, asociaciones

GRUPO DE POBLACION: población total

(6) "EDUCACION BASICA PARA UNA SALUD INTEGRAL"

ENTIDAD:

Centro de Salud "Cerro del Aguila"

PERSONA DE CONTACTO:

Pilar Romero García

DIRECCION: Prolongación Avda. Héroes de Toledo, s/n

C.P.: 41006 Sevilla

TELEFONO: (95) 4635361

RESUMEN

El objetivo general de esta actividad es capacitar a las mujeres para que, modificando determinados conocimientos, actitudes y hábitos no adecuados a una vida sana, sean sujetos activos en la educación para la salud en su entorno. Se capacita a las mujeres en el cuidado de síntomas menores sufridos por ellas mismas y en su entorno y se informa sobre los riesgos de las enfermedades más comunes, tales como hipertensión, hiperlipemia y osteoporosis. Las clases se imparten en la sede de la Asociación "Ocio y Salud" de la ciudad de Sevilla y el calendario es de octubre a junio, todos los lunes de 11 a 12 de la mañana. El programa varía en función de los temas que demandan las propias mujeres y la metodología propuesta es fundamentalmente participativa, a través de dinámica de grupos (realización de trabajos en grupo, coloquios y puestas en común). Se realiza una evaluación trimestral sobre los contenidos y la metodología.

PALABRAS CLAVE: Agentes de salud, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Mujeres



(7) "EDUCACION CAPACITADORA CON PACIENTES DE UN CENTRO DE SALUD"

ENTIDAD:

Centro de Salud "La Estación"

PERSONA DE CONTACTO:

Benjamín Pérez Franco

DIRECCION: Paseo del Muelle, s/n

C.P.: 45600 Talavera de la Reina (Toledo)

TELEFONO: (925) 820312

RESUMEN

Esta actividad se dirige a las personas atendidas por problemas crónicos de salud en el centro y tiene los siguientes objetivos: 1) avanzar desde la mera información a la capacitación como forma de relación médico-paciente en los encuentros programados con pacientes crónicos; 2) optimizar los encuentros programados de control de patologías y expedición de recetas, incluyendo la educación para la salud capacitadora entre los servicios que se les presta en su atención programada usual y 3) evaluar-investigar resultados (de proceso fundamentalmente, pero también de resultados en términos de control de factores de riesgo) y estrategias de factibilidad de este procedimiento. Cada día se ven 5-6 pacientes (con o sin familiares), primero grupalmente y luego individualmente. En la fase individual se resuelven problemas específicos y en la fase grupal se abordan los problemas comunes con una metodología en la que se facilita la comunicación horizontal y se promueve la autoestima y autoconfianza necesarias para avanzar en el camino de la reflexión individual y colectiva y en el camino de la autonomía y la capacitación. Al terminar cada sesión, que ha sido observada de una forma participante y no sistemática, se describe su desarrollo y cada 7 sesiones se hace un análisis de tipo cualitativo de la información aportada por las observaciones.

PALABRAS CLAVE: Trabajo con grupos, educación para la salud, programas de crónicos.

GRUPO DE POBLACION: Adultos

(8) "EDUCACION GRUPAL DIABETES"

ENTIDAD:

Centro de Salud "Cáceres"

PERSONA DE CONTACTO:

Gemma Alcalde

DIRECCION: C/ Cáceres, 4

C.P.: 28045 Madrid

TELEFONO: (91) 5309112

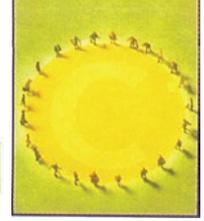
FAX: (91) 5286846

RESUMEN

La actividad de educación grupal va dirigida a usuarios diabéticos tipo II y tiene como objetivos los siguientes: aumentar la calidad de vida de los pacientes diabéticos, ampliar los conocimientos sobre la diabetes, eliminar posibles mitos y errores en relación con la enfermedad y, por último, aumentar el nivel de autocuidados en los pacientes. La estructura de las sesiones, en las que se utilizan técnicas de dinámica de dinámica grupal, consiste en realizar un recordatorio de la sesión anterior, exponer el contenido teórico, realizar las prácticas (si el tema lo requiere) y hacer un coloquio final para aclarar dudas. Los temas que se imparten son: concepto de diabetes, tratamiento, dieta, ejercicio físico, complicaciones de la enfermedad, cuidado de los pies, autocontrol y autoanálisis. Asimismo, se informa sobre grupos de autoayuda y recursos sociales. La evaluación se realiza mediante un pretest y postest para medir conocimientos y mediante la determinación de hemoglobina glicosilada y colesterol total antes y tres meses después de la actividad. En la última sesión se hace una merienda para evaluar los conocimientos adquiridos sobre dieta y se realiza ejercicio físico, con autoanálisis previo a la merienda y posterior al ejercicio.

PALABRAS CLAVE: Trabajo con grupos, diabetes, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Adultos



(9) "EDUCACION GRUPAL MENOPAUSIA"

ENTIDAD

Centro de Salud "Cáceres"

PERSONA DE CONTACTO:

Ana Gómez-Mora

DIRECCION: C/ Cáceres, 4

C.P.: 28045 Madrid

TELEFONO: (91) 5309112

FAX: (91) 5286846

RESUMEN

La actividad va dirigida a mujeres en edad premenopáusica (45-55 años), a las que se capta mediante carteles informativos y a las que se imparte educación grupal, con la doble finalidad de prevenir las complicaciones y enfermedades relacionadas con este periodo de la vida y de que las mujeres integren los conocimientos necesarios que les permitan vivir el climaterio de una forma no patológica. Los objetivos específicos son los siguientes: identificar los cambios propios del climaterio y las razones por las que se producen dichos cambios, adquirir habilidades de manejo de las alteraciones e identificar las actividades preventivas y terapéuticas, así como las necesidades nutricionales y de ejercicio físico adecuadas a esta etapa. El contenido que se imparte es el siguiente: funciones del aparato genital femenino, efecto de las diferentes hormonas y de su falta, concepto de menopausia, necesidades nutricionales y de ejercicio físico, conceptos sobre planificación familiar y cambios en la sexualidad, visita ginecológica y pruebas preventivas, la menopausia en distintas culturas y, por último, la menopausia y sus consecuencias. La evaluación se realiza de forma continua a lo largo de la sesión.

PALABRAS CLAVE: Menopausia, trabajo con grupos, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Mujeres

(10) "EDUCACION MATERNAL"

ENTIDAD:

Centro de Salud "La Paz"

PERSONA DE CONTACTO:

M.ª Jesús López Gil

DIRECCION: Parque Asturias, s/n

C.P.: 28529 Rivas-Vaciamadrid (Madrid)

TELEFONO: (91) 6666976

FAX: (91) 6666944

RESUMEN

Los objetivos de esta actividad son los siguientes: 1) promover hábitos de conducta que aumenten el nivel de salud y bienestar de las mujeres; 2) eliminar las ideas erróneas y distorsionadas sobre el embarazo; 3) promocionar en las parejas actitudes más saludables sobre las relaciones familiares; 4) dar apoyo psicológico a la mujer; 5) lograr una participación activa de la pareja en la gestación, parto y postparto y 6) disminuir las complicaciones obstétricas y de morbilidad materno-fetal mediante la disminución del parto y una mayor colaboración de la mujer con el tocólogo y la matrona. Para ello, se capta precozmente a la embarazada, a la que se le realiza una entrevista individual y se forman grupos a los que se les imparte un curso de doce semanas, con una sesión semanal de dos horas de duración. Posteriormente, se lleva a cabo un seguimiento postparto. En las sesiones, se ofrece información, se realiza entrenamiento en técnicas respiratorias y de relajación y se hacen ejercicios físicos prenatales y postnatales.

PALABRAS CLAVE: Embarazo, educación maternal, trabajo con grupos

GRUPO DE POBLACION: Adultos (mujeres embarazadas y sus parejas)



(11) "EDUCACION PARA LA SALUD A GRUPOS DE DIABETICOS"

ENTIDAD:

Centro de Salud "La Paz"

PERSONA DE CONTACTO:

M.^a Carmen Folguera Alvarez

DIRECCION: Parque Asturias, s/n

C.P.: 28529 Rivas-Vaciamadrid (Madrid)

TELEFONO: (91) 6666976

FAX: (91) 6666944

RESUMEN

El propósito de esta actividad es que las personas con diabetes atendidas en el centro de salud adquieran los conocimientos, actitudes y habilidades necesarias para aumentar su nivel de salud. Para ello, se forman grupos de ocho a diez personas como máximo (entre las que se pueden incluir los familiares), a los que se imparten tres sesiones, con un intervalo de una semana entre sesiones y con una duración aproximada de una hora cada una de ellas. Las sesiones, que son impartidas por dos enfermeras y una trabajadora social, tienen los siguientes contenidos: conocimientos básicos sobre la enfermedad y su tratamiento, incluyendo cómo realizar autocontroles; dieta; factores de riesgo como alcohol y tabaco; complicaciones más frecuentes de la diabetes y prevención de los problemas de los pies. Por último, se abordan, mediante técnicas de dinámica de grupos, los factores psicosociales que influyen en la diabetes, tales como el estrés. Finalmente, se realiza una encuesta anónima sobre los factores educacionales y psicológicos de los pacientes diabéticos.

PALABRAS CLAVE: Diabetes, trabajo con grupos, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Adultos

(12) "EDUCACION PARA LA SALUD CON MUJERES"

ENTIDAD:

Centro de Salud "La Paz"

PERSONA DE CONTACTO:

Yolanda Bonilla Palomares

DIRECCION: Parque Asturias, s/n

C.P.: 28529 Rivas-Vaciamadrid (Madrid)

TELEFONO: (91) 6666976

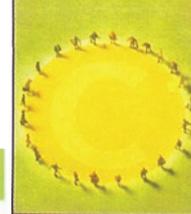
FAX: (91) 6666944

RESUMEN

El Centro de Salud tiene una población asignada de 25.000 habitantes aproximadamente, de los cuales 4.415 son mujeres comprendidas entre los 30 y los 45 años. La realidad cotidiana de las consultas de atención primaria, pone de manifiesto que son las mujeres de este grupo de edad, y sobre todo las amas de casa, las que en mayor número y con más frecuencia demandan asistencia en base a problemas tanto físicos como psicológicos. Esta actividad, que pretende abordar esta problemática, tiene como objetivos conseguir que las mujeres con "síndrome del ama de casa" que acuden al centro de salud expresen su problemática personal y familiar y contribuir a mejorar su salud bio-psico-social. Para ello, se captan las mujeres en las consultas de atención primaria, se derivan a la trabajadora social, que les hace una entrevista individual y se forman grupos de mujeres, sobre los que se lleva a cabo una intervención utilizando técnicas de dinámica de grupos y de pedagogía activa. En las entrevistas se detecta que las mujeres de este grupo de edad presentan una problemática específica, que se traduce en frecuentes somatizaciones, basada en la escasez de relaciones sociales, una baja autoestima y problemas de comunicación interpersonal, así como problemas relacionados con la educación de los hijos. En los grupos se tratan temas referidos a la maternidad, sobre cómo mejorar la autoestima y la comunicación (ayudándolas a descubrir sus capacidades personales y sociales) así como otros más específicos de salud. En cada sesión se incorpora una clase práctica de relajación.

PALABRAS CLAVE: Trabajo con grupos, educación para la salud, salud mental

GRUPO DE POBLACION: Mujeres



(13) "EDUCACION PARA LA SALUD CON PUERPERAS"

ENTIDAD:

Centro de Salud "La Paz"

PERSONA DE CONTACTO:

M.ª Jesús López Gil

DIRECCION: "La Paz". Parque Asturias, s/n

C.P.: 28529 Rivas-Vaciamadrid (Madrid)

TELEFONO: (91) 6666976

FAX: (91) 6666944

RESUMEN

Los objetivos de esta actividad son los siguientes: aumentar el nivel de salud de las mujeres durante el postparto, prevenir la aparición de la depresión postparto, promocionar en las parejas actitudes sanas sobre las relaciones familiares y, por último, aumentar la participación del padre en la crianza de los hijos. Para ello, se entrevista individualmente a las mujeres a partir del quinto día después del parto, y se mantienen reuniones grupales al mes del parto. Los contenidos que se tratan son los siguientes: 1) información sobre los hábitos de conducta más adecuados, así como de los cuidados que debe proporcionarse la mujer en esta etapa; 2) aprendizaje de la gimnasia postparto; 3) entrenamiento en habilidades para mejorar la comunicación con la pareja; 4) entrenamiento en habilidades para la lactancia; 5) entrenamiento en habilidades para los cuidados físicos y psicológicos del bebé y 6) entrenamiento en habilidades y organización para que la mujer obtenga más refuerzos positivos durante esta etapa. Se utiliza tanto material escrito como audiovisual y se trabaja con hojas de registro de tareas y casos prácticos elaborados.

PALABRAS CLAVE: Trabajo con grupos, educación para la salud, puerperio

GRUPO DE POBLACION: Adultos (mujeres embarazadas y sus parejas)

(14) "EDUCACION SEXUAL Y AFECTIVA PARA JOVENES"

ENTIDAD:

Centro de Salud de La Carolina

PERSONA DE CONTACTO:

Valentín Ruiz Nieto

DIRECCION: C/ Doctor Fleming, 4

C.P.: 23200 La Carolina (Jaén)

TELEFONO: (953) 661076

RESUMEN

Tras realizar el Diagnóstico de Salud de la Zona Básica, se determinó la importancia de intervenir sobre los conocimientos y actitudes de los jóvenes en materia de sexualidad. Los objetivos son los siguientes: aumentar el nivel de conocimientos sobre sexualidad en los jóvenes, contribuir a que los jóvenes vean la sexualidad como algo natural, relacionándola con los aspectos culturales, biológicos, psicológicos, afectivos y morales que lleva implícita. Se plantean tres líneas de actuación: 1) Consulta de jóvenes: se oferta una tarde a la semana en la cual el joven puede acudir de forma individual, en pareja o en grupo; 2) Reuniones con profesores de EGB, con el objetivo de introducir la educación sexual en el programa docente del centro educativo y 3) Sesiones de educación para la salud impartidas por los profesionales sanitarios a los alumnos de 8.º, con una metodología de dinámica de grupo y con el programa pactado con la Asociación de Madres y Padres y con la Dirección del Centro. Estas sesiones se evaluaron mediante un cuestionario anónimo, autocumplimentado, pre y post intervención, sobre conocimientos y actitudes, previamente validado en su comprensión lingüística. En cuanto a los resultados, y en lo que respecta a la consulta de jóvenes, hay que señalar que tras 6 años de funcionamiento, la afluencia media es de 96 jóvenes al año, coincidiendo el aumento de la demanda con el curso escolar. En cuanto a las reuniones con los profesores, éstas se suspendieron y se abandonó la línea de actuación, debido a que los docentes consideraban que éste era un tema a tratar por los profesionales sanitarios. Por último, las sesiones de educación para la salud han demostrado su eficacia en cuanto a la mejora de conocimientos por parte de los jóvenes. El temario, los contenidos y el calendario se han ido modificando de acuerdo a las sugerencias de todos los implicados (padres, alumnos y docentes). Como conclusión, el profesional responsable de la actividad señala que los profesionales de enfermería deben realizar esfuerzos para incorporar la educación sexual y afectiva al curriculum de los jóvenes, ya que éstos, como deduce de su experiencia, necesitan hablar de la sexualidad, adquirir conocimientos, aclarar conceptos, resolver dudas y debatir actitudes para que esta faceta del ser humano se desarrolle en plenitud.

PALABRAS CLAVE: Sexualidad, colaboración intersectorial, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Jóvenes



(15) "EFICACIA DE LA EDUCACION A GRUPOS DE DIABETICOS TIPO II. ENCUENTRO DE SALUD"

ENTIDAD:

Centro de Salud "Las Fuentes Norte"

PERSONA DE CONTACTO:

M.^a Luisa Lozano del Hoyo

DIRECCION: C/ Escultor Félix Burriel, 1, 3.º A

C.P.: 50008 Zaragoza

TELEFONO: (976) 290334

FAX: (976) 296876

RESUMEN

En el centro de salud se lleva a cabo un Programa de Educación a grupos de diabéticos, en cuyo marco se realiza un taller de educación grupal durante 2 días consecutivos, con hora y media de duración, en el que se tratan los siguientes temas: dieta, administración del tratamiento insulínico y complicaciones agudas y crónicas. La metodología del taller es participativa, se confeccionan murales y se les proporciona documentación escrita. Con el objetivo de evaluar la eficacia de la intervención grupal se está llevando a cabo un ensayo clínico controlado de muestras apareadas. Los sujetos del estudio son diabéticos tipo II diagnosticados en el centro de salud y controlados en consulta programada. Al grupo de intervención (compuesto 120 pacientes elegidos de forma aleatoria) se le impartió educación sanitaria grupal y se realizó un análisis para datos apareados. En el grupo control (123 pacientes) no se realizó educación grupal y se le practicó un análisis de datos apareados. También se realizó un análisis de datos independientes entre ambos grupos. El seguimiento y control de los pacientes diabéticos ha sido el mismo en los dos grupos, con la excepción de la intervención educativa grupal. En el grupo de intervención, además de los controles realizados en consulta a demanda y/o programada habitual, se realizó un taller de educación sanitaria grupal, en los que se trataron los siguientes temas: dieta, administración del tratamiento insulínico y complicaciones agudas y crónicas. En el grupo control no se realizó intervención grupal alguna. En ambos grupos se utilizó una encuesta de conocimientos y se eligieron como controles analíticos la glucemia basal, la hemoglobina glicosilada y el índice de masa corporal, recogiendo los datos el día anterior a la primera charla, en el caso del grupo intervención, y a los tres meses después del taller.

PALABRAS CLAVE: Trabajo con grupos, diabetes, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Adultos

(16) "ESCUELA PARA PADRES Y MADRES"

ENTIDAD:

Centro de Salud de Altamira

PERSONA DE CONTACTO:

Ana Sáenz

DIRECCION: C/ San Vicente, 4

C.P.: 48001 Bilbao

TELEFONO: (94) 4231616

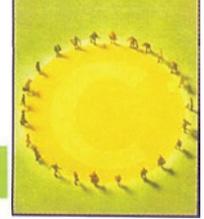
FAX: (94) 4230811

RESUMEN

La Escuela para Padres está planteada como un espacio de reflexión para analizar cuál es el papel de los padres y cómo plantearse la educación de los hijos. El Programa parte del análisis de la función del grupo familiar y analiza las relaciones y los roles que se establecen en su seno (roles masculino y femenino, rol como pareja o como padre/madre, etc.). Se completa con una visión evolutiva del crecimiento infantil. Sus objetivos son los siguientes: posibilitar que la población posea un espacio propio donde reflexionar acerca de la problemática de "ser padres hoy"; contextualizar el grupo familiar como realidad institucional; llevar a la comprensión del grupo familiar como realidad grupal; ofrecer criterios, respecto a los distintos temas del programa educativo, para analizar los cambios y, por último, fomentar el desarrollo del efecto multiplicador y del agente de salud poblacional. Los contenidos, que se reelaboran según las características de cada grupo, abarcan algunos de los aspectos fundamentales que los padres deben conocer para ayudar a sus hijos en el proceso de maduración y desarrollo. Los temas básicos son los siguientes: 1) El grupo familiar: carga sociocultural, su significado y función; 2) Los procesos de comunicación y aprendizaje. Resolución de conflictos; 3) Roles, espacios, límites, ejercicio de la autoridad; 4) Análisis de los roles masculino y femenino y 5) Qué es crecer. Las etapas del desarrollo.

PALABRAS CLAVE: Trabajo con grupos, agentes de salud, enfoque familiar

GRUPO DE POBLACION: Adultos



(17) "FERIA DE LA SALUD"

ENTIDAD:

Centro de Salud San Andrés - Torcal

PERSONA DE CONTACTO:

Eva González González

DIRECCION: C/ José Palanca, s/n

C.P.: 29003 Málaga

TELEFONO: (95) 2330800

E-MAIL: torcal@leader.es

RESUMEN

Para celebrar el sexto aniversario del centro de salud se organiza esta "Feria de la Salud, con los siguientes objetivos: a) promocionar la salud y dar a conocer el funcionamiento del centro, las funciones de los profesionales, así como los programas y servicios que se ofrecen; b) abrir las vías de participación de la comunidad en el funcionamiento del centro de salud y c) desarrollar canales de comunicación, intercambio e información entre el centro de salud y la comunidad. Para ello, se formaron siete grupos de trabajo interdisciplinares (excepto el que organizó la caseta de enfermería que estuvo formado solo por enfermeras) y se montaron siete casetas, cada una de ellas con un programa determinado. Se llevó a cabo una campaña de difusión, con la elaboración de folletos informativos invitando a la población de la Zona Básica de Salud, a instituciones del barrio y representantes ciudadanos. El desarrollo de la actividad, y la alta participación tanto de la población como de los miembros del equipo de atención primaria, hizo que el equipo se sintiera motivado y capaz de poner en marcha otras actividades de promoción de salud. Después de ésta experiencia se pone en marcha al año siguiente la "Feria de la Diabetes", en la que se instalaron dos casetas permanentes a la entrada del centro, una de ellas gestionada por una asociación de diabéticos, y la otra por el personal del centro de salud y se realizaron las siguientes actividades: charla participativa sobre dieta diabética realizada por enfermeros del aula de diabetes del hospital de referencia, taller de cocina con usuarios del centro, concurso de recetas diabéticas en el que podía participar cualquier persona, evaluaciones sobre las distintas opiniones recogidas en la caseta de la feria sobre problemas sentidos por personas relacionadas con esta dolencia. En cuanto a los resultados, hay que destacar que hubo una amplia participación comunitaria en la feria, tanto en el ámbito individual (usuarios, diabéticos y familiares) como grupal (Asociaciones de Vecinos y de diabéticos, vecindario, instituciones diversas, distintos niveles asistenciales, etc.). Se suministró a los interesados abundante información oral e impresa sobre temas diversos. Se crearon foros de intercambio de experiencias, especialmente en la dieta diabética, tanto a nivel teórico como práctico ya que se presentaron más de 15 dietas para diabéticos. Se recogieron 47 encuestas entre diabéticos atendidos en el centro sobre dificultades encontradas en su atención a la diabetes. Los profesionales del centro aportan conclusiones que la "feria de la salud" puede ser un instrumento útil para la educación en la diabetes, al favorecer su socialización, intercambiar experiencias y servir de refuerzo en la modificación de actitudes y de hábitos.

PALABRAS CLAVE: Fiestas de la salud, diabetes, asociaciones

GRUPO DE POBLACION: Población total

(18) "GRUPO DE ENCUENTRO (GRUPO DE AUTOAYUDA)"

ENTIDAD:

Centro de Salud "Burjassot"

PERSONA DE CONTACTO:

Empar Domenech Casans

DIRECCION: C/ Arquitecto Peset, 1-15

C.P.: 46113 Montcada (Valencia)

TELEFONO: (96) 3638479

FAX: (96) 3903024

RESUMEN

Desde la consulta de enfermería de crónicos, se detecta que el problema de soledad que afecta a las personas de edades comprendidas entre los 58 y 68 años induce a que estas personas no estén motivadas ni se impliquen en actividades tendientes a mejorar su propia salud. Para abordar esta problemática se pone en marcha un programa, cuyo objetivo último es la creación de un grupo de autoayuda, y que consiste en la formación de un "grupo de encuentro", constituido por personas con intereses comunes, con el fin de fomentar la comunicación y las relaciones interpersonales entre ellas y afrontar sus problemas de relación social. Los objetivos específicos del "grupo de encuentro" (con el que se llevaron a cabo 12 sesiones de dos horas cada una de ellas) eran los siguientes: potenciar la concienciación de cada persona como protagonista activo de su salud; capacitar a las personas para que sepan identificar las causas que producen su malestar y puedan prevenirlo; elaborar una plan de actividades a partir de su propia reflexión y expresión de necesidades y, por último, conseguir la cohesión del grupo y la solidaridad entre sus integrantes como primer paso para su constitución como grupo de autoayuda totalmente autónomo. La experiencia se puede considerar un éxito ya que en la actualidad se ha consolidado el grupo y la enfermera que lo impulsó ha pasado de tener una función más directiva a tener funciones de asesoramiento y facilitación de recursos, además de ser un referente, habiéndose establecido contactos periódicos trimestrales con la enfermera según la demanda del propio grupo de autoayuda.

PALABRAS CLAVE: Grupos de autoayuda, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Ancianos



(19) "GRUPO OPERATIVO DE EDUCACION MATERNAL"

ENTIDAD:

Centro de Salud del Albaycín

PERSONA DE CONTACTO:

Elia Sevilla García

DIRECCION: Cementerio de San Nicolás, s/n

C.P.: 18010 Granada

TELEFONO: (958) 206796

RESUMEN

La actividad consiste en la utilización de la técnica del "grupo operativo" como alternativa a otros enfoques grupales. El objetivo de los grupos operativos en Educación maternal es que las embarazadas y sus parejas obtengan la información suficiente acerca del proceso del embarazo, parto y puerperio, así como que puedan expresar en torno a dicho proceso cuantas dudas, miedos o angustias puedan tener, para resolverlo en el grupo y facilitar una vivencia positiva de todo este proceso. Para ello se realizan 11 sesiones de 3 horas de duración. Cada sesión se organiza de la siguiente manera: hora y media de yoga y hora y media de trabajo grupal con el tema de cada día. Además, se hace una visita al paritorio del Centro Materno-infantil. Los materiales utilizados son: fotocopias del tema del día para cada mujer, esterilla y manta aislante del suelo para realizar el yoga. La organización, gestión y evaluación de la actividad están a cargo del Equipo Coordinador, compuesto por tres personas; para ello se utiliza un registro, se evalúa en equipo y se somete la actividad a una supervisión constante.

PALABRAS CLAVE: Educación maternal, trabajo con grupos, embarazo

GRUPO DE POBLACION: Mujeres

(20) "JORNADAS DE LA SALUD DE CONTRUECES"

ENTIDAD:

Centro de Salud de Contrueces

PERSONA DE CONTACTO:

María Elena Díaz Palacios

DIRECCION: C/ Río Cares, s/n

C.P.: 33210 Gijón

TELEFONO: (98) 5148691

FAX: (98) 5387795

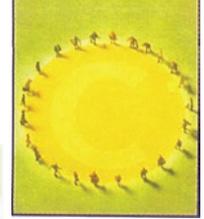
E-MAIL: C.S.Contrueces@meditex.es

RESUMEN

La actividad, que surge a propuesta del Consejo de Salud, es desarrollada por un conjunto de grupos e instituciones del barrio, en el que se incluyen profesores de los colegios públicos, asociaciones de madres y padres, de vecinos y de mujeres, parroquia del barrio, grupo "scouts", hogar del pensionista, centro de la cultura, así como profesionales socio-sanitarios. Algunas de las actividades, que se vienen realizando desde 1994 son, entre otras, las siguientes: diseño "Mascota Zanahoria", talleres de cocina sana y manipulación de alimentos, teatro de salud, guiñol y juegos, realización de carteles, "bar de salud", marcha por el barrio, demostración de limpieza de contenedores y calle, conferencias, conciertos, poesías, curso para "ayudar a dejar de fumar", etc. Los objetivos de las Jornadas son transmitir conceptos integrales de salud, dar a conocer la importancia de la responsabilidad individual en los hábitos sanos, implicar a la comunidad en el reconocimiento y abordaje de la salud, profundizar en el proceso iniciado de participación y crear cauces para la cooperación entre sectores. Tanto la elección de los temas a trabajar, como la planificación y la coordinación, son aspectos que se tratan en las reuniones del Consejo, donde se plantean las propuestas, se definen los contenidos, el cronograma y el reparto de tareas.

PALABRAS CLAVE: Consejo de salud, fiestas de la salud, colaboración intersectorial

GRUPO DE POBLACION: Población total



(21) "MATERNIDAD Y SEGURIDAD SOCIAL"

ENTIDAD:

Unidad de Apoyo Centro de Salud de Aranjuez

PERSONA DE CONTACTO:

Alejandra Pita Calvo

DIRECCION: C/ Abastos, s/n

C.P.: 28300 Aranjuez (Madrid)

TELEFONO: (91) 8916959

FAX: (91) 8920158

RESUMEN

El objetivo de esta actividad es asesorar a grupos de mujeres y hombres que acuden a clases de preparación al parto en las siguientes materias: trabajo y maternidad, nacimiento y Registro Civil, educación y recursos, Seguridad Social y asistencia sanitaria. "La asesoría" se realiza mediante charlas grupales y se utiliza como soporte un retroproyector y transparencias. Tras impartir 14 charlas durante un año se realiza un estudio de la efectividad de las mismas, así como del perfil de los asistentes, mediante una encuesta. El grupo de encuestados lo componen 215 mujeres y 18 hombres. En el grupo de hombres, hay que destacar la existencia de un aumento en la edad de aquellos que son padres por primera vez durante el periodo 96/97 respecto a años anteriores. En cuanto a las mujeres, se ha producido un aumento de las madres que trabajan fuera de casa y ha disminuido el número de mujeres embarazadas menores de 19 años. Los resultados de la encuesta muestran que la actividad despertó un gran interés.

PALABRAS CLAVE: Embarazo, trabajo con grupos, educación maternal

GRUPO DE POBLACION: Adultos (mujeres embarazadas y sus parejas)

(22) "PROGRAMA DEL CLIMATERIO"

ENTIDAD:

Centro de Salud "San Marcelino"

PERSONA DE CONTACTO:

Francisca Soler Alberich

DIRECCION: C/ San Pío X, 33

C.P.: 46017 Valencia

TELEFONO: (96) 3780313

FAX: (96) 3580043

RESUMEN

La actividad se pone en marcha tras detectar en las consultas de atención primaria, una problemática "no expresada" por el grupo de mujeres de edades comprendidas entre los 45 y los 64 años que demandan atención sanitaria sin corresponderse ésta con una patología determinada, sino más bien siendo expresión de una falta de metas e inquietud ante el futuro. Por ello, se plantea la formación de grupos de mujeres con el propósito de ofrecerles instrumentos para mejorar la gestión de su salud y con ello su calidad de vida. Los objetivos generales de la actividad son los siguientes: promocionar la salud de las mujeres entre 45 y 64 años y aquellas que presentan menopausia quirúrgica; eliminar falsas creencias ligadas al climaterio y prevenir riegos y problemas de salud específicos mediante diagnóstico precoz. Los objetivos específicos son: 1) conseguir que el 40% de las mujeres vivan su sexualidad de forma natural, 2) contribuir a la disminución de tratamientos farmacológicos para aliviar molestias osteoarticulares y problemas psicológicos, 3) realizar exámenes de salud al 100% de las mujeres incluidas en el Programa y 4) potenciar la formación de un grupo comunitario. El programa consta básicamente de sesiones en grupo complementadas por actuaciones a nivel individual en la consulta. Tras abrir la historia de salud en atención primaria (HSAP), se les practica una exploración genital y mamaria y se solicita una analítica completa. Asimismo, se les pide que rellenen un cuestionario para evaluar posteriormente los cambios producidos. Se forman grupos de 10 a 15 mujeres y con cada grupo se programan 16 sesiones de 2 horas de duración, con periodicidad semanal. La estructura de las sesiones es la siguiente: al inicio de cada sesión se hace una tabla de gimnasia de 30 minutos en la que se utilizan elementos lúdicos, después se inician las exposiciones teóricas y las actividades de grupo, adaptadas a los contenidos y fomentando la participación. Además, se proponen ejercicios y actividades a realizar individualmente durante la semana. En cada sesión se leen artículos, poemas o relatos relacionados con el tema, con objeto de estimular el hábito de la lectura y aportar otras visiones. Al final de cada sesión, se dedican 15 minutos a poner en práctica distintas técnicas de relajación.

PALABRAS CLAVE: Menopausia, salud mental, trabajo con grupos

GRUPO DE POBLACION: Mujeres



(23) "PROGRAMA PARA LA REHABILITACION DE ANCIANOS DISCAPACITADOS DEL DISTRITO DE VILLAVERDE".

ENTIDAD:

Centro de Salud "Potes"

PERSONA DE CONTACTO:

Javier González Medal

DIRECCION: C/ Potes, s/n

C.P.: 28021 Madrid

TELEFONO: (91) 7954796

FAX: (91) 5051855

RESUMEN

Desde el pasado año, se vienen realizando desde el centro de salud un conjunto de actividades grupales dirigidas a población en general y específicamente a ancianos discapacitados y a sus cuidadores. Las actividades que se llevan a cabo son las siguientes: 1) sesiones grupales, una vez por semana, con terapia grupal y aprendizaje de técnicas de relajación; 2) un curso dirigido a cuidadores, en colaboración con una residencia de ancianos, con el fin de mejorar habilidades en el manejo del cuidado; 3) charlas de difusión; 4) cursos de natación en la piscina municipal y 5) colaboración con la Junta Municipal en el programa para eliminar barreras arquitectónicas. Todas las actividades se realizan en colaboración con un profesional (psiquiatra) del Ayuntamiento.

PALABRAS CLAVE: Discapacidad, cuidadores, trabajo con grupos

GRUPO DE POBLACION: Ancianos

(24) "PROMOCION DE ACTIVIDADES DE VIDA SANA DESDE LA COMUNIDAD"

ENTIDAD:

Centro de Salud de Cocentaina

PERSONA DE CONTACTO:

José Javier Blanquer Gregori

DIRECCION: Avda. Reial Blanc, s/n

C.P.: 03820 Cocentaina (Alicante)

TELEFONO: (96) 5591611

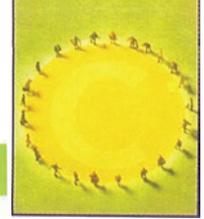
FAX: (96) 5593215

RESUMEN

El objetivo general de esta actividad es potenciar recursos existentes en la comunidad, como la autoayuda, el apoyo social y los grupos comunitarios. En una primera fase, y tras identificar a las asociaciones y grupos y elaborar un logotipo y un eslogan, se presentó el proyecto a los distintos grupos, asociaciones y servicios socio-sanitarios-educativos de Cocentaina (Alicante) y se les instó a que se adhirieran al proyecto. En una segunda fase, se realizaron, entre otras, las siguientes actividades: carteles informativos; "correspondencia del centro de salud"; el programa de radio "El médico en casa", de emisión quincenal, en el que se desarrollan temas monográficos de información y educación sanitaria; un boletín mensual de cuidados en salud que se inserta en una revista local; charlas-coloquio en grupos y asociaciones dirigidas a mas de casa y pensionistas ("Prevención de accidentes doméstico", "Problemas respiratorios en el anciano", "Pérdida de memoria en el anciano"); un taller de formación a cuidadores; charlas informativas y de formación en cuidado infantil, dirigidas a las Asociaciones de Padres de Alumnos sobre "trastornos del sueño", "prevención de accidentes" y "alimentación saludable"; actividades de promoción de salud y prevención de drogodependencias dirigidas a alumnos de enseñanzas medias sobre los siguientes temas: prevención del embarazo en la adolescencia (charla en grupos, taller de "sexo seguro" y consulta individual) prevención de la anorexia nerviosa y prevención de drogodependencias. En una tercera fase se realizará una semana cultural y fiesta de la salud, que incluirá las siguientes actividades: presentación de la memoria de actividades del proyecto comunitario; presentación de los grupos y asociaciones que han participado en el proyecto; presentación del diagnóstico de salud de la zona elaborado por los profesionales del centro de salud y, por último, celebración de la fiesta de la salud, con distintas actividades culturales y deportivas, organizado por los alumnos del Instituto "Padre Arques" y dirigido a la población adolescente de Cocentaina. El proyecto está basado en la existencia de un Consejo Socio-sanitario efectivo y funcional, que coordina todas las actividades y las lleva a cabo con la colaboración de las asociaciones adscritas al mismo. La evaluación se realiza para cada actividad y está previsto realizar un estudio final en función del resultado de la Semana de la Salud y el conocimiento de la población del significado del logotipo identificativo. Para los responsables del proyecto es fundamental garantizar un sistema que permita el feed-back con la comunidad y que éste se actualice anualmente.

PALABRAS CLAVE: Asociaciones, fiestas de la salud, consejo de salud.

GRUPO DE POBLACION: Población total



(25) "PROMOCION DE SALUD ALIMENTARIA EN LA ESCUELA"

ENTIDAD:

Centro de Salud San Andrés -Torcal

PERSONA DE CONTACTO:

Inmaculada Rubio Manso

DIRECCION: C/ José Palanca, s/n

C.P.: 29003 Málaga

TELEFONO: (95) 2330800

E-MAIL: torcal@leader.es

RESUMEN

Este proyecto de intervención se elabora tras pasar una encuesta a los escolares sobre hábitos alimentarios en el desayuno y constatar que el 18,1 % de los encuestados no desayuna en su casa, el 8 % no toma leche, un 24,5 % no toma pan, el 77,9 % no toma fruta, el 85,6 % toman "chucherías" y, por último, que un 35 % toman bollería industrial. Por tanto, se plantea la necesidad de intervenir sobre esta población con el objetivo de que la dieta sea variada en cuanto al consumo diario de los distintos grupos de alimentos y de que disminuya el consumo diario de chucherías y dulces. Por otro lado, se pretende que las madres valoren de forma positiva la cocina mediterránea. Estos objetivos son abordados con un enfoque lúdico-festivo, mediante estrategias de educación que sustituyen las prohibiciones por el cambio de hábitos. Las actividades que se llevan a cabo son las siguientes: 1) creación de "quioscos" en el interior de los colegios para facilitar la adquisición por los escolares de un desayuno apropiado; 2) charla coloquio, a los escolares sobre el desayuno y su importancia; publicación de artículos en la revista del colegio sobre "Alimentación y Nutrición"; 3) cursos de "Alimentación y Nutrición infantil" dirigidos a padres y profesores; 4) "día de la fruta"; 5) talleres de cocina, dirigidos a madres con el doble fin de incorporar a la dieta habitual la cocina mediterránea, recuperando recetas malagueñas, y de constituir una red de "madres monitoras"; 6) "Día del desayuno saludable al aire libre", en el que se pone en práctica lo aprendido en los cursos de alimentación y nutrición; 7) representación de un cuento sobre alimentación (dramatización de una historia en la que se realzan los valores positivos de una alimentación adecuada, estimulando la participación de los niños) y 8) visita al centro de salud de los preescolares, en la que los niños son recibidos por una enfermera y una pediatra, que les muestran el centro y al mismo tiempo les hablan sobre las consultas de pediatría y vacunas, así como sobre alimentación.

PALABRAS CLAVE: Jornadas de salud, nutrición saludable, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Población infantil

(26) "TALLER BUCODENTAL"

ENTIDAD:

Centro de Salud del Albaycín

PERSONA DE CONTACTO:

Sara Pérez Losas

DIRECCION: Cementerio de San Nicolás, s/n

C.P.: 18010 Granada

TELEFONO: (958) 206796

RESUMEN

La actividad, que es llevada a cabo conjuntamente por profesionales del Colegio "Gómez Moreno" y por profesionales del centro de salud, tiene como objetivos contribuir a crear en los alumnos el hábito de limpieza bucodental, facilitar el que unos días a la semana los niños consuman productos salados a cambio de los dulces y contribuir a crear en los niños y niñas hábitos higiénicos saludables. Las actividades que se realizan son las siguientes: enjuagues semanales con flúor; lavado de manos antes del cepillado; actividades de tipo pedagógico tales como realización de una encuesta, ficha de trabajo, poesía, videos, murales, fiesta de la fruta y desayunos ecológicos andaluces; ingesta de fruta o productos salados una vez a la semana y, por último, charlas informativas a los padres. Se utiliza como material didáctico láminas y videos. El equipo de trabajo se reúne con una periodicidad quincenal para realizar el seguimiento y la evaluación de la actividad, así como superar los obstáculos y programar actividades de apoyo.

PALABRAS CLAVE: Salud bucodental, colaboración intersectorial, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Población infantil



(27) "PSICOPROFILAXIS OBSTETRICA"

ENTIDAD:

Centro de Salud de Aranjuez

PERSONA DE CONTACTO:

Pilar Huerta Ballesteros

DIRECCION: C/ Abastos, s/n

C.P.: 28300 Aranjuez (Madrid)

TELEFONO: (91) 8922548

FAX: (91) 8920158

RESUMEN

Los objetivos de la actividad son, entre otros, los siguientes: potenciar la vivencia feliz de la maternidad y el parto, facilitar la presencia y participación activa de la pareja en todo el proceso, eliminar ideas erróneas y promocionar relaciones positivas en la pareja, posibilitar el parto subjetivamente indoloro, prevenir la aparición de la depresión postparto, así como potenciar la lactancia natural precoz. La preparación al parto consta de una sesión semanal teórico-práctica, con una duración aproximada de dos horas y media cada una. Se inicia antes de la 30 semana de gestación y continúa durante 8 semanas consecutivas. En las sesiones se informa sobre las modificaciones físicas y los cambios psicológicos y emocionales durante el embarazo, parto y puerperio, se realizan ejercicios de gimnasia, respiración y relajación y, por último, se tratan todos los temas referidos a los cuidados del recién nacido. La captación se realiza en las consultas de control de embarazo, poniendo especial énfasis en los grupos de población con más necesidad de información (primigenias, adolescentes, mujeres sin pareja). Los grupos los componen entre 10 y 15 mujeres y se ofrece la posibilidad de turnos de mañana en un horario que se ajuste a las madres que tienen niños en edad escolar y turnos de tarde dando la posibilidad de asistir a mujeres trabajadoras con sus parejas. La evaluación se realiza mediante cuestionario.

PALABRAS CLAVE: Embarazo, educación maternal, trabajo con grupos

GRUPO DE POBLACION: Adultos (mujeres embarazadas y sus parejas)

(28) "RELAJACION EDUCACION GRUPAL"

ENTIDAD:

Centro de Salud "Cáceres"

PERSONA DE CONTACTO:

Amparo Casado Lollano

DIRECCION: C/ Cáceres, 4

C.P.: 28045 Madrid

TELEFONO: (91) 5309112

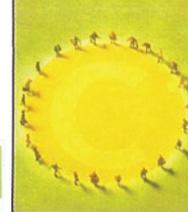
FAX: (91) 5286846

RESUMEN

Una quinta parte de la población adulta sufre síntomas significativos de ansiedad y presenta, a su vez, una alteración en su autoestima. Dado que esta elevada prevalencia se pone de manifiesto en las consultas de atención primaria, los profesionales de enfermería del centro de salud ponen en marcha esta actividad de educación para la salud grupal sobre relajación corporal, como instrumento adecuado para el manejo de la ansiedad y para reducir los niveles de tensión. Los objetivos específicos de la actividad son, por un lado, que los participantes conozcan la técnica y por otro, que conozcan el impacto que la ansiedad tiene en su desarrollo personal y social. La captación para la formación de los grupos se realiza en las consultas y mediante carteles informativos y, con una composición de diez personas por grupo, se llevan a cabo 4 sesiones de una hora de duración, en el aula del centro de salud. Cada sesión se compone de una parte teórica, de aproximadamente 20 minutos y de una parte práctica, en la que (con apoyo de cassettes) se aprende la técnica mediante la práctica de relajación muscular y respiración. Al finalizar cada sesión se realiza un coloquio y se les entrega una copia de las cintas para que lo puedan practicar en su casa.

PALABRAS CLAVE: Salud mental, trabajo con grupos, técnicas de relajación

GRUPO DE POBLACION: Adultos



(29) "SESIONES DIRIGIDAS A ESTUDIANTES DE AUXILIAR DE ENFERMERIA"

ENTIDAD:

Centro de Salud de Aranjuez

PERSONA DE CONTACTO:

M.ª del Pilar Zamorra San Joaquín

DIRECCION: C/ Abastos, s/n

C.P.: 28300 Aranjuez (Madrid)

TELEFONO: (91) 8916959

FAX: (91) 8920158

RESUMEN

El objetivo de esta actividad es informar a los estudiantes del Centro de Educación de Adultos de Aranjuez, sobre los temas de "alimentación en la infancia" y "adolescencia". La actividad, que es un complemento de la formación de los alumnos, consiste en la realización de una charla de una duración aproximada de una hora, seguida de un coloquio. El nivel de participación en el coloquio es elevado y la satisfacción, tanto de los alumnos como de los responsables del centro educativo, es buena. Está prevista la elaboración de un cuestionario para realizar la evaluación de la actividad que, hasta el momento, se realiza de manera informal. Los profesionales que llevan a cabo la actividad consideran que es un punto de partida para poner en marcha otras actividades comunitarias.

PALABRAS CLAVE: Educación para la salud, charlas

GRUPO DE POBLACION: Adultos

(30) "SIDA. CONOCER Y PREVENIR"

ENTIDAD:

Centro de Salud "Gómez Acebo - San Andrés"

PERSONA DE CONTACTO:

Almudena García Media

DIRECCION: C/ Alberto Palacios, 22

C.P.: 28029 Madrid

TELEFONO: (91) 7966710

FAX: (91) 7967058

RESUMEN

Esta actividad, que está enmarcada en el Programa de Salud Escolar y va dirigida a alumnos y alumnas de 1.º y 2.º de ESO, se lleva a cabo tras explorar los conocimientos que tienen los chavales sobre los temas referidos a reproducción, métodos anticonceptivos, drogas y Sida. En el curso 96/97 se han realizado 6 sesiones (78 alumnos), consistentes en una charla participada en torno al tema del Sida, en la que se abordan cuestiones generales sobre la enfermedad, los aspectos más relevantes de su evolución y, fundamentalmente, cómo se previene y cuáles son las actitudes frente a la enfermedad y las personas que la padecen. La evaluación se lleva a cabo mediante un test de conocimientos que los asistentes rellenan antes de empezar el taller y cuando finaliza éste.

PALABRAS CLAVE: Sida, educación para la salud, trabajo con grupos

GRUPO DE POBLACION: Jóvenes



(31) "TALLER DE RADIO (PREVENCIÓN DE DROGA)"

ENTIDAD:

Centro de Salud del Albaycín

PERSONA DE CONTACTO:

M.^a Angustias García García

DIRECCION: Cementerio de San Nicolás, s/n

C.P.: 18010 Granada

TELEFONO: (958) 206798

RESUMEN

Los objetivos de este taller son los siguientes: captar desde un inicio un número suficiente de niños y lograr que los niños con riesgo, debido a su contacto con drogas en el medio familiar, permanezcan en el grupo; así como facilitar la comunicación entre el barrio y estos niños. La captación se realiza en todos los colegios del barrio. El taller consta de una parte teórica, en la que se explica el aparataje y su funcionamiento y de la realización propiamente dicha del programa de radio.

PALABRAS CLAVE: Trabajo con grupos, drogas, medios de comunicación social

GRUPO DE POBLACION: Población infantil

(32) "TALLER PARA DIABÉTICOS TIPO II"

ENTIDAD:

Centro de Salud "El Espinillo"

PERSONA DE CONTACTO:

Ana M.^a García Velasco

DIRECCION: C/ Orovilla, s/n

C.P.: 28041 Madrid

TELEFONO: (91) 3180654

FAX: (91) 3180455

RESUMEN

El objetivo del taller es proporcionar información al diabético sobre su enfermedad para mejorar su calidad de vida. El taller tiene una duración de dos semanas y es impartido por dos médicos generales, 4 DUEs y una trabajadora social. La metodología es participativa y consiste en exposiciones teóricas apoyadas por material educativo, demostraciones prácticas, coloquios y debate. La valoración del taller es positiva, tanto para los educadores como para los asistentes, resaltando estos últimos la idoneidad de la metodología, así como del material empleado.

PALABRAS CLAVE: Trabajo con grupos, diabetes, educación para la salud

GRUPO DE POBLACION: Adultos

(33) "TALLERES DE SEXUALIDAD. TARDE JOVEN"

ENTIDAD:

Centro de Salud San Andrés - Torcal

PERSONA DE CONTACTO:

Milagros Tirado Reyes

DIRECCION: C/ Palanca, s/n

C.P.: 29003 Málaga

TELEFONO: (95) 2330800

E-MAIL: torcal@leader.es

RESUMEN

Este proyecto tiene dos líneas de actuación: por un lado, se realizan talleres de sexualidad en las escuelas y, por otro, se organiza la actividad denominada "Tarde Joven". En cuanto a los talleres de sexualidad, hay que señalar que están integrados en el Programa de Salud Escolar con características especiales de funcionamiento y planificación y nacen con el objetivo de prevenir el embarazo no deseado en adolescentes y las enfermedades de transmisión sexual. Se inician trabajando con grupos voluntarios de alumnos y alumnas de los colegios de la Zona Básica de Salud, con una metodología totalmente participativa y manteniendo unos niveles de comunicación horizontal. En estas sesiones los chavales plantean sus dudas y se respeta un lenguaje coloquial y cercano. Durante dos cursos, los profesionales del centro de salud han desarrollado los talleres de sexualidad en las escuelas, despertando la necesidad de que los profesores fueran integrando los mismos en el currículum escolar. Para ello se organizó en el curso 94-95 un taller dirigido a los profesores de los centros escolares y como resultado elaboraron un proyecto específico para cada centro educativo con el compromiso de su puesta en marcha, quedando nuestra tarea dirigida al apoyo y respaldo de los mismos. Desde los talleres de sexualidad en las escuelas se les ofrece a los chavales el recurso de la tarde joven para las dudas y/o problemas que puedan ir surgiendo. De ésta forma se introduce la información en las escuelas de este servicio específico sin despertar suspicacias ni malentendidos. En lo que respecta a la "Tarde Joven", su propósito es aumentar la accesibilidad de los adolescentes y jóvenes a los métodos anticonceptivos y la información y asesoramiento sobre relaciones sexuales, con el fin último de evitar embarazos no deseados y las enfermedades de transmisión sexual, y el disfrute de una sexualidad sana. Los dos programas (Talleres de sexualidad y "Tarde Joven") están íntimamente relacionados, ya que los talleres favorecen el acercamiento al recurso de la "tarde joven" a los adolescentes escolarizados.

PALABRAS CLAVE: Sexualidad, colaboración intersectorial, trabajo con grupos

GRUPO DE POBLACION: Jóvenes