

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.

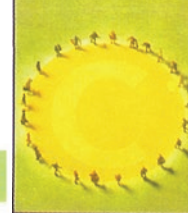
A continuación se ofrece información básica referida a cada una de las actividades que ya forman parte de la Red. Así, aparece un resumen de la misma y la dirección para contactar con el grupo de trabajo que la lleva a cabo. Igualmente, al principio de la sección se ofrece el índice según palabras clave.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



índice contactos

INDICE SEGUN PALABRAS CLAVE

- Accidentes 53, 77, 79
- Acción intersectorial. 5, 7, 9, 11, 54, 61, 62, 64, 65, 67, 68, 69, 71, 72, 75, 77, 79
- Acción social en salud. 18, 47, 58, 60
- Actividades lúdicas 10, 54, 69
- Agentes de salud 27, 45
- Alcohol 72
- Apoyo psicológico 13, 19, 52, 58
- Asma 35
- Asociaciones 60, 70, 71, 76
- Autocuidados. 35
- Calidad asistencial 23, 25, 63
- Calidad de vida 10, 11, 59, 66
- Charlas 2, 24
- Consejo de salud 60, 62, 63, 64, 65, 74, 75, 76
- Cuidadores. 13, 18, 19, 20, 54
- Diabetes 14, 16, 21, 22, 30, 31, 33, 70
- Diagnóstico de salud. 68, 73, 74
- Discapacidad 54
- Drogodependencias. 1, 6, 25, 26, 29
- Educación maternal 36, 37, 39, 48
- Educación para la salud 2, 4, 5, 8, 9, 12, 14, 15, 16, 20, 21, 22, 24, 28, 30, 31, 33, 34, 35, 38, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 50, 51, 52, 54, 57, 59, 61, 66, 67, 68, 69, 77, 79
- Embarazo. 36, 37, 39, 48
- Encuesta 63
- Enfermedades concretas 57
- Enfermedades de transmisión sexual 8
- Enfoque familiar 27
- Estrategia de riesgo. 11, 61
- Evaluación 1
- Fiestas de la salud. 70, 72, 76
- Grupos de autoayuda. 18, 20, 34, 42, 47, 52, 56, 58
- Hipertensión. 15
- Intervención 26, 29
- Investigación 1, 32, 53, 56, 74
- Jornadas de salud. 4, 65
- Medios audiovisuales 3, 51
- Medios de comunicación social. 6, 51
- Menopausia 40, 41, 42, 43, 46, 49
- Nutrición saludable. 4
- Planes 71
- Política de puertas abiertas 2
- Prevención 53
- Programas de crónicos 28
- Promoción de salud 62, 64, 75
- Prostitución 26
- Puerperio 38, 44
- Salud bucodental. 3, 5
- Salud laboral 78
- Salud mental 17, 41, 50, 73
- Sexualidad 7, 8, 9
- Sida 12, 25
- Técnicas de relajación 17, 32, 78
- Trabajo con grupos 3, 6, 7, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 21, 22, 23, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 43, 44, 46, 48, 49, 50, 54, 57, 59, 66, 67, 78
- Voluntariado. 23, 56



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A LA POBLACION INFANTIL Y ESCOLAR

(1) EVALUACION DE UN PLAN DE PREVENCIÓN DE DROGODEPENDENCIAS EN LA ESCUELA

ENTIDAD:

ABS Bonavista - La Canonja

PERSONA DE CONTACTO:

Ramona Tigell Girones

DIRECCION: C/ Siete, 36-38

C.P.: 43100 Bonavista (Tarragona)

TELEFONO: 977 55 10 96

FAX: 977 54 17 21

RESUMEN

Este proyecto, que forma parte del Plan Comunitario de salud, tiene carácter educativo y va dirigido a los escolares de la zona básica con el objetivo de prevenir las drogodependencias. Se han realizado actividades dirigidas tanto a los alumnos y alumnas como a los profesores y a los padres, entre las que cabe mencionar un curso de formación para profesores, un seminario dirigido a los padres. La evaluación del proyecto abarca las siguientes áreas (operativizadas cada una de ellas en un conjunto de indicadores): grado de cobertura de las actividades realizadas, grado de cobertura de la población diana, grado de implicación del personal docente, grado de seguimiento del proyecto, grado de implicación de los padres, grado de adecuación de las actividades a los objetivos propuestos y grado de incidencia de los mensajes transmitidos durante todo el proceso. Para evaluar la eficacia de la intervención de tipo educativo que se está llevando a cabo, se ha diseñado un estudio que consiste en la administración de un cuestionario a los alumnos de la escuela objeto de la intervención ("escuela-programa") y a los alumnos de una "escuela-control", elegida en base a la similitud en las características del barrio y de la población escolar. El instrumento utilizado es la "encuesta PASE", elaborada y validada por el ayuntamiento de Barcelona, que consta de 84 preguntas agrupadas según las variables siguientes: actitudes con respecto al consumo de tabaco, alcohol y otras drogas; consumo de drogas (pasado, presente, futuro y edad de inicio); percepción sobre el consumo en el entorno más cercano (padre, madre, hermanos, maestros, etc.). En la actualidad se está analizando la información y planificando una nueva administración de la encuesta. Hay que señalar que el trabajo de supervisión de la metodología así como el procesamiento de la información es asumido por un técnico de salud del Servei Català de la Salut de la región de Tarragona.

PALABRAS CLAVE:

Investigación, drogodependencias, evaluación

(2) SERVICIOS SANITARIOS Y ESCUELA: VISION DE LOS ESCOLARES

ENTIDAD:

Centro de Salud Campo Real

PERSONA DE CONTACTO:

José Hernández García-Alcalá

DIRECCION: C/ Escuelas, 1

C.P.: 28510 Campo Real (Madrid)

TELEFONO: 91 873 31 24

FAX: 91 873 37 29

RESUMEN

El objetivo general de este proyecto es incluir, de manera sistemática y estable, en el currículum de los escolares del Colegio Público "Duque de Alba" la formación sobre los servicios sanitarios públicos. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) conocer los servicios sanitarios de la zona básica y de la localidad; 2) conocer a los profesionales sanitarios y no sanitarios que trabajan en el consultorio local; 3) conocer en qué consiste el trabajo de cada profesional y 4) expresar su vivencia y su visión de los servicios sanitarios y de sus profesionales. Para ello, cada grupo de escolares, acompañado de dos profesores, realiza una visita al consultorio recorriendo cada una de las dependencias del mismo y hablando con los profesionales. Dependiendo de la edad cada grupo realiza, con posterioridad a la visita, una serie de actividades en el aula. Así, por ejemplo, a los alumnos y alumnas de preescolar se les ofrecen una serie de dibujos y pinturas para que hagan un dibujo, a los escolares de 5.º se les pide que hagan una redacción referida a la visita y los alumnos de secundaria llevan a cabo un trabajo en clase sobre el sistema sanitario público y las profesiones sanitarias. Hay que señalar que todo el proceso es planificado y ejecutado conjuntamente por los profesionales del consultorio (sanitarios y no sanitarios) y los profesionales docentes. Se utilizan materiales tales como dibujos, pinturas, pizarra, carpetas con el logotipo Insalud, folios, etc. La evaluación realizada refleja que los escolares no siempre tienen una imagen de los servicios sanitarios y de los profesionales coincidente con la imagen y concepto que los profesionales tienen de sí mismos.

PALABRAS CLAVE:

Educación para la salud, política de puertas abiertas, charlas



(3) SALUD BUCODENTAL

ENTIDAD:

Distrito de Atención Primaria "Sierra Cádiz"

PERSONA DE CONTACTO:

Mauricio Lozano Navarrete

DIRECCION: Avda. de la Feria, 58

C.P.: 11650 Villamartín (Cádiz)

TELEFONO: 956 73 09 61

FAX: 956 73 05 26

E-MAIL: dsierra@autovia.com

RESUMEN

En el Distrito Sanitario se elaboró la guía de utilización didáctica del vídeo "dientín", la cual se presenta a través de un seminario o sesión de trabajo a grupos de profesores y/o padres. En su día, el guión de este vídeo lo concebimos con el propósito de acercar al niño a la comprensión y valoración positiva de la salud bucodental, debido a que los estudios epidemiológicos y el trabajo diario nos confirmaba el poco interés, la débil información y la carencia de sensibilización por el cuidado de la boca que se tiene y, mucho menos, por el cuidado de la dentición temporal. Como complemento al vídeo, elaboramos una "guía de utilización didáctica del vídeo dientín" que presentamos en los colegios, a grupos reducidos de profesores y/o padres. A través de este seminario, y con la guía, se pretende resaltar los objetivos principales del vídeo, sus contenidos fundamentales, una metodología de trabajo, se sugieren actividades paralelas y complementarias al visionado del vídeo, y en definitiva, se ofrece su utilización tal y como la pensamos: usar a "dientín" de forma creativa y dinámica, con un espíritu generador de aprendizaje y no como un recurso pasivo, alienante o reforzador de la hipnosis, como ocurre con otros medios audiovisuales.

PALABRAS CLAVE: Medios audiovisuales, salud bucodental, trabajo con grupos

(4) PROMOCION DE SALUD ALIMENTARIA EN LA ESCUELA

ENTIDAD:

Centro de Salud San Andrés-Torcal

PERSONA DE CONTACTO:

Inmaculada Rubio Manso

DIRECCION: Centro de Salud. Bda. El Torcal/José Palanca, s/n

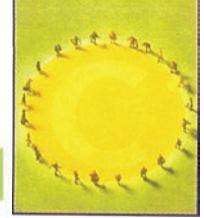
C.P.: 29003 Málaga

TELEFONO: 95 233 08 00

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



(5) 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 20 67 98

FAX: 958 20 67 98

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, vídeos, 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 vídeos. 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, acción intersectorial, educación para la salud

(6) TALLER DE RADIO (PREVENCION 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 20 67 98

FAX: 958 20 67 98

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, drogodependencias, medios de comunicación social



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A ADOLESCENTES Y JOVENES

(7) TALLERES DE SEXUALIDAD-TARDE JOVEN

ENTIDAD:

Centro de Salud San Andrés-Torcal

PERSONA DE CONTACTO:

Milagros Tirado Reyes

DIRECCION: Centro de Salud. Bda. El Torcal/José Palanca, s/n

C.P.: 29003 Málaga

TELEFONO: 95 233 08 00

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 8.º 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 esta 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, acción intersectorial, trabajo con grupos

(8) SEXI-BUS

ENTIDAD:

Centro de Salud de Nerja

PERSONA DE CONTACTO:

Rosario Moreno Alonso

DIRECCION: C/ Carlos Millán, s/n

C.P.: 29780 Nerja (Málaga)

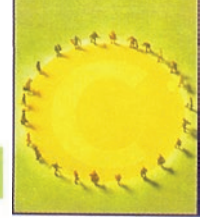
TELEFONO: 95 252 24 16

FAX: 95 254 51 50

RESUMEN

Ante la puesta en marcha de tres Puntos de Orientación Sexual para Jóvenes en las localidades malagueñas de Nerja, Torrox y Torre del Mar, nos planteamos aumentar la captación de este colectivo llevando la información a sus zonas de marcha. Una vez reunido el equipo de trabajo y tras establecer unos mínimos criterios de actuación, la estrategia fue la siguiente: 1) Identificación de las zonas de marcha de Nerja y Torre del Mar. 2) Perfil de los jóvenes que acuden a estos lugares. 3) Horarios y días más idóneos. 4) Solicitud de permisos a los Ayuntamientos y elección del lugar estratégico de aparcamiento del minibús. 5) Preparación del material (folletos, carteles, métodos anticonceptivos para demostración y preservativos para regalar). Se trabaja fuera del autobús, captando y dentro informando y enseñando los distintos métodos anticonceptivos para prevención de enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados. Los horarios de permanencia del minibús oscilan entre las 23 horas y las 3 de la madrugada y, hasta el momento, han participado un total de 455 jóvenes dentro del autobús. El equipo que desarrolla la actividad señala que desde que se vienen realizando estas experiencias, los puntos de orientación para jóvenes son más conocidos. Asimismo, valora que el resultado ha sido muy positivo, en el sentido de que con experiencias de este tipo los programas de Educación Sexual para jóvenes se hacen más cercanos y más accesibles a sus destinatarios.

PALABRAS CLAVE: Sexualidad, enfermedades de transmisión sexual, educación para la salud



(9) EDUCACION SEXUAL Y AFECTIVA PARA JOVENES

ENTIDAD:

Centro de Salud de La Carolina

PERSONA DE CONTACTO:

Valentín Ruiz Nieto

DIRECCION: Centro de Salud. C/ Doctor Fleming, 4

C.P.: 23200 La Carolina (Jaén)

TELEFONO: 953 66 10 76

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 este 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 currículum de los jóvenes, ya que estos, 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, acción intersectorial, educación para la salud

(10) TAI CHI PARA ADOLESCENTES

ENTIDAD:

Distrito de Atención Primaria Alcalá-Dos Hermanas

PERSONA DE CONTACTO:

Manuel Cenizo Rodríguez

DIRECCION: C/ Santander, s/n

C.P.: 41500 Alcalá de Guadaíra (Sevilla)

TELEFONO: 95 561 41 93

FAX: 95 561 33 79

RESUMEN

El Tai Chi, como arte de movimientos, busca sincronizar el movimiento del cosmos con el del cuerpo. Con movimientos de lleno y vacío, hacia adelante y hacia atrás, arriba y abajo, la respiración va entrando y saliendo de nosotros facilitando la concentración y la quietud. El Tai Chi como gimnasia terapéutica realizada periódicamente es uno de los pocos ejercicios que después de un tiempo, cataliza, refuerza, dirige, coordina, o sea vuelve a encauzar las energías con lo cual tiene un influjo directo sobre nuestra mente porque rectifica las sensaciones anómalas. Mejora el sistema cardiovascular y tiene beneficios para el sistema nervioso, circulatorio, respiratorio y muscular. El Tai Chi es una terapia que la pueden practicar mayores y jóvenes, no importando ni la edad ni el sexo. En jóvenes además de tener un carácter preventivo ayuda a concienciar la imagen corporal (tan necesaria para el estudio), ayuda a controlar la respiración (tan necesaria para el autocontrol) y potencia la capacidad de conocimiento interior (tan importante para crecer como personas). Utilizando esta técnica, se llevan a cabo sesiones con los alumnos de 2.º de Enseñanza Secundaria Obligatoria. Las sesiones, que se llevan a cabo durante dos días a la semana y tienen una duración de una hora cada una de ellas, están plenamente incorporadas al horario lectivo como un medio de sensibilización corporal y mental. En la evaluación se destaca el hecho de que el esquema corporal va cambiando y se van rompiendo rigideces. Por otra parte los docentes están constatando el hecho de que tiene repercusiones positivas en cuanto a que los chavales se sienten más equilibrados desde el punto de vista espiritual en el transcurso de la jornada escolar.

PALABRAS CLAVE: Trabajo con grupos, calidad de vida, actividades lúdicas



(11) INTERVENCIÓN CON JOVENES EN RIESGO SOCIAL

ENTIDAD:

Plan Comunitario Distrito Quinto/Centro de Salud de Labañou

PERSONA DE CONTACTO:

Emilio Lesta Casal

DIRECCION: Perpendicular a C/ Colombia, s/n

C.P.: 15011 A-Coruña

TELEFONO: 981 27 70 92

RESUMEN

Con este proyecto se pretende intervenir a través de un seguimiento personalizado sobre un grupo de aproximadamente 90 adolescentes y jóvenes (14-18 años) en los que se haya detectado algún indicativo de riesgo social, tales como fracaso escolar, toxicomanías, predelinuencia, toxicomanías, etc. Los objetivos específicos son los siguientes: 1) ocupar constructivamente el ocio y tiempo libre; 2) disminuir en un 60% el consumo de drogas; 3) aumentar el nivel de conocimientos del grupo sobre estilos de vida saludables en relación con la sexualidad y las enfermedades de transmisión sexual y 4) formar al 100% de los chicos y chicas en técnicas de búsqueda de empleo y sobre el autoempleo. Las actividades se estructuran en torno a tres áreas, ocupación del ocio y tiempo libre, educación para la salud e información y orientación sobre el mundo laboral y consisten en la realización de múltiples talleres, concursos, actividades de tipo lúdico, etc. Para su realización se cuenta con las aulas del Centro Municipal de Servicios Sociales de Labañou, dotado con todo tipo de materiales para el desarrollo de este tipo de actividades. Son varias las organizaciones e instituciones implicadas en el diseño, ejecución y evaluación del proyecto que cuenta con un equipo de gestión formado por 13 personas. Entre ellas, las siguientes: el tejido asociativo del distrito (que forma la Junta Directiva de la Asociación Comunitaria), el centro de salud (asesoramiento técnico, elaboración y seguimiento), los centros educativos (derivación de jóvenes, coordinación), el centro de servicios sociales (seguimiento de menores, financiación y cesión de locales), la Cruz Roja (actividades de educación para la salud) y el centro de drogodependencias (derivación). Para la evaluación se utiliza un sistema de fichas personales que hace posible efectuar un análisis de la realidad social inicial de los jóvenes. Asimismo, mediante técnicas de observación participante se realiza el seguimiento sistemático de los cambios producidos y mediante un cuestionario de análisis de las situaciones grupales se evalúa el impacto de la intervención. Este proyecto obtuvo el primer accésit de los I Premios de Actividades Comunitarias de la semFYC.

PALABRAS CLAVE: Acción intersectorial, estrategia de riesgo, calidad de vida

(12) 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

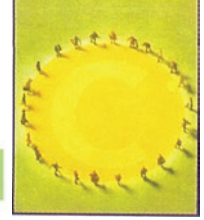
TELEFONO: 91) 7972884

FAX: 91) 7982889

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



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A PERSONAS ADULTAS

(13) GRUPO DE APOYO A CUIDADORES DE PERSONAS INMOVILIZADAS

ENTIDAD:

Centros de Salud Torrelavega Norte

PERSONA DE CONTACTO:

Ana María González Lázaro

DIRECCION:

La Llama, s/n

C.P.: 39300 Torrelavega (Cantabria)

TELEFONO: 942 88 11 59

FAX: 942 80 22 63

RESUMEN

Ser responsable de cuidar a un familiar puede afectar a distintos aspectos de la vida de la persona que asume esa responsabilidad. A juicio de los profesionales que llevan a cabo esta actividad, los actuales programas de salud que se llevan a cabo desde el nivel de atención primaria, atienden las necesidades relacionadas con los aspectos físicos del cuidado, mientras que las reacciones emocionales asociadas suelen ser aspectos menos atendidos. Con este programa se pretende mejorar la calidad de vida de la persona cuidadora, siendo sus objetivos los siguientes: 1) capacitar en el manejo de los problemas del cuidador; 2) adquirir conocimientos para su propio cuidado; 3) informar sobre los recursos socio-sanitarios a su disposición; 4) crear un espacio de encuentro en el que se pueda recibir apoyo, aclarar dudas y compartir vivencias, y 5) potenciar la creación de grupos de autoayuda. La captación de las mujeres se realiza por parte de los miembros del equipo básico a través del programa de visita domiciliaria. Para la inclusión en el grupo, se lleva a cabo una entrevista individual con los fines de valorar la actitud de cara a la participación e informar de los objetivos y la metodología de trabajo, así como de administrar un cuestionario pre-intervención grupal. Los grupos que se constituyen están compuestos por 8-10 cuidadores, heterogéneos en cuanto a edad y género, que se reúnen a lo largo de 8 sesiones de dos horas de duración cada una de ellas y que son conducidos por profesionales de trabajo social y enfermería. Se utilizan técnicas dinámicas tales como tormenta de ideas, fotopalabra, casos prácticos, etc., así como técnicas de psicoterapia de apoyo (reaseguramiento, consejo en crisis, etc.). La evaluación se hace mediante indicadores de cobertura y asistencia, la administración de un cuestionario post intervención grupal, técnicas de observación del grupo y análisis grupal de los objetivos alcanzados. También se utilizan escalas ya validadas de medición de ansiedad y de medición de sobrecarga de cuidados. Los profesionales que llevan a cabo el programa indican la importancia de tener en cuenta una serie de requisitos previos a su puesta en marcha, a saber: es imprescindible que los profesionales tengan una formación en dinámica grupal y psicoterapia grupal de apoyo; sería conveniente poner en marcha una estrategia de implantación progresiva en todos los centros de salud, comenzando por aquellos en los que los profesionales tengan experiencia en trabajo con grupos y, por último, habría que facilitar a los profesionales participar como observadores en grupos que ya estén en funcionamiento en otros centros.

PALABRAS CLAVE: Cuidadores, trabajo con grupos, apoyo psicológico

(14) AUMENTO DE CONOCIMIENTOS Y CUIDADOS 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: 91 797 28 84

FAX: 91 798 28 89

RESUMEN

El objetivo general de esta actividad es aumentar los conocimientos sobre la diabetes, mejorar los cuidados y conseguir una mayor calidad de vida. Para ello, se llevan a cabo talleres con grupos de pacientes, 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 su mecanismo 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 por parte 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% saben 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



(15) TALLER DE EDUCACION PARA HIPERTENSOS

ENTIDAD:

CAP Manso

PERSONA DE CONTACTO:

Elvira Perpinyá Brull

DIRECCION: C/ Manso, 19

C.P.: 08015 Barcelona

TELEFONO: 93 325 28 00. Ext. 274

FAX: 93 426 32 00

RESUMEN

El centro de salud elabora este Programa de Educación Sanitaria para hipertensos con el objetivo de transmitir a los pacientes los conocimientos básicos sobre su enfermedad y sus consecuencias con el fin de que aprendan a vivir con ella y controlarla. Igualmente se pretende que consigan un mayor autocuidado y mejoren así su calidad de vida. Para ello se realiza un taller, que consta de cuatro sesiones de 75 minutos cada una, compuesto de cuatro unidades: fisiopatología de la hipertensión, alimentación, actividad física y tratamiento farmacológico. La metodología es participativa, usando técnicas de dinámica de grupo. Las sesiones están estructuradas de la siguiente manera: 1) exposición teórica interactiva; 2) prácticas en pequeños grupos con material didáctico; 3) evaluación de la unidad, comentarios y dudas, y 4) técnicas de relajación mediante ejercicios respiratorios. El taller es impartido por una enfermera en el aula del centro. Los grupos están constituidos por 8-10 personas, según edad y nivel cultural, seleccionados por su médico o enfermera teniendo en cuenta el interés que el paciente muestra en aumentar conocimientos sobre su enfermedad y la predisposición para mejorar su calidad de vida. Se utilizan materiales tales como transparencias, fichas de alimentos, menús, etc. La evaluación, tanto de cada sesión como del taller de manera global, se realiza mediante cuestionario. Hay que destacar los siguientes resultados: un 25% de los pacientes no sabían que la hipertensión afectaba al corazón; un 33% creía que una vez estabilizada la presión podían dejar el medicamento y un 13% no sabían lo que tenían que hacer. En el test del último día, todas las respuestas fueron correctas en un 100%. El índice de participación ha sido muy elevado, manifestando gran interés por recuperar la sesión si no asistieron. Los participantes han expresado que los conocimientos adquiridos les motiva al autocuidado y que el intercambio de experiencias en el grupo les ayuda a moderar su angustia, mejorando así su calidad de vida. Actualmente se está evaluando el efecto de la intervención sobre la frecuentación y el control de la hipertensión de los pacientes que han asistido al taller.

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

(16) TALLER PARA DIABETICOS TIPO II

ENTIDAD:

Centro de Salud "El Espinillo"

PERSONA DE CONTACTO:

Ana M.^a García Velasco

DIRECCION: Centro de Salud. Avda. Orovilla, s/n

C.P.: 28041 Madrid

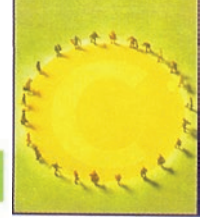
TELEFONO: 91 318 06 54

FAX: 91 318 04 55

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: Diabetes, trabajo con grupos, educación para la salud



(17) RELAJACION EDUCACION GRUPAL

ENTIDAD:

Centro de Salud "Cáceres"

PERSONA DE CONTACTO:

Amparo Casado Lollano

DIRECCION: Centro de Salud. C/ Cáceres, 4

C.P.: 28045 Madrid

TELEFONO: 91 530 91 12

FAX: 91 528 68 46

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

(18) GRUPO DE FAMILIARES DE ENFERMOS CON DEMENCIA

ENTIDAD:

CAP Just Oliveras

PERSONA DE CONTACTO:

Rosa M.ª Carrasco Coria

DIRECCION: C/ Lleida, 50, 2.ª planta

C.P.: 08901 Barcelona

TELEFONO: 93 337 50 54

FAX: 93 261 00 65

RESUMEN

Desde las diferentes consultas de los profesionales del Equipo de Atención Primaria se detectó una alta frecuentación a las mismas por parte de los familiares de enfermos con demencia. Para abordar esta situación y mejorar la atención que reciben estos ciudadanos, se organizó en el centro de salud un grupo de familiares de enfermos con demencia, con los siguientes objetivos: ofrecer un espacio de apoyo a los familiares de enfermos con demencia, mejorar la calidad de la atención a los enfermos a través de la orientación y el soporte a los cuidadores y, por último, potenciar la ayuda mutua como recurso para los familiares. En la experiencia, que se inició en mayo de 1995, han participado hasta el momento 28 familiares repartidos en dos grupos. Cada grupo ha participado en diez sesiones de hora y cuarto cada una, de las cuales 30 minutos se dedican a exposición de experiencias teóricas y 45 al intercambio de experiencias por parte de los participantes. En el desarrollo de las sesiones han colaborado miembros de la Asociación de Familiares de Alzheimer de Catalunya (AFAC), de "Alzheimer Centro Educativo", de la Unidad de Demencias del Hospital "Sagrat Cor" de Martorell y tres profesionales del Equipo de Atención Primaria (médica, enfermera y trabajadora social). Se ha evaluado la satisfacción de los participantes mediante una escala, siendo los siguientes aspectos los mejor valorados: conocimientos aportados, aplicación práctica de los conocimientos adquiridos, apoyo recibido del grupo, integración en el grupo y satisfacción con los profesionales que han participado. También se ha valorado positivamente la utilización de recursos alternativos al internamiento de los enfermos a partir de las orientaciones facilitadas en el grupo, tales como el "centro de día", ayuda a domicilio, voluntariado e ingresos temporales para descanso familiar. En la actualidad, los familiares se están constituyendo como grupo autónomo vinculado a la AFAC y serán ellos, con el apoyo de los profesionales del centro de salud, los que le den continuidad a la experiencia. Hay que señalar que esta experiencia se ha ampliado a otras Áreas Básicas del municipio y de otros próximos.

PALABRAS CLAVE: Cuidadores, grupos de autoayuda, acción social en salud



(19) CURSO DE RELAJACION

ENTIDAD:

Centro de Salud de Archidona

PERSONA DE CONTACTO:

Teresa Parejo Serrano

DIRECCION: Camino del Santuario, s/n

C.P.: 29300 Archidona (Málaga)

TELEFONO: 95 271 52 50

RESUMEN

La actividad va dirigida tanto a las personas que tienen a su cargo a un familiar discapacitado como a las madres de niñas y niños pequeñas y responde a una estrategia que podríamos denominar "cuidar al cuidador". Sus objetivos principales son los siguientes: 1) facilitar el aprendizaje de técnicas que faciliten el descanso reparador; 2) hacer posible el aprendizaje de nuevas formas de reacción ante el estrés-distrés y 3) potenciar la autoestima de las personas que participan en la actividad. Para ello, se forman grupos de 10-12 personas con las que se realizan 8 sesiones teórico-prácticas. Las sesiones son conducidas por dos profesionales del centro de salud (trabajadora social y enfermera) que se van rotando para ejercer de animadora y observadora. Dichas profesionales se formaron previamente con el Equipo de salud mental del Distrito y utilizan técnicas grupales encaminadas a reducir la ansiedad y a potenciar la autoestima. La captación de los participantes se realiza a través de los miembros del equipo básico, del equipo de salud mental y a petición propia. Esta última modalidad va en aumento, debido fundamentalmente a dos razones: a la difusión que se está dando en las asociaciones existentes en el pueblo y a que funciona eficazmente "el tú a tú". En las sesiones se practican técnicas de relajación y se les enseña a identificar las causas y las consecuencias del estrés. Para la evaluación se usa un cuestionario (pre y post). La actividad cuenta en todo momento con el asesoramiento de los profesionales del equipo de salud mental.

PALABRAS CLAVE: Cuidadores, apoyo psicológico, trabajo con grupos

(20) PROYECTO DE DINAMIZACION DE LOS/AS CUIDADORES/AS

ENTIDAD:

Centro de Salud San José

PERSONA DE CONTACTO:

Antonina Rodríguez Bayón

DIRECCION: Plaza Olímpica, s/n

C.P.: 23700 Linares (Jaén)

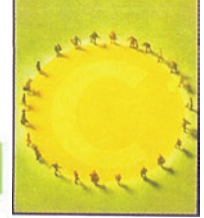
TELEFONO: 953 74 30 56

E-MAIL: comysal@leader.es

RESUMEN

El proyecto surge tras evaluar las necesidades de los cuidadores de pacientes incapacitados detectadas por parte de los profesionales del centro de salud. Estas personas han sufrido una reducción considerable de su tiempo libre, al mismo tiempo que han tenido que adaptar su forma de vida a las necesidades de los enfermos y enfermas que cuidan. Por otra parte, los profesionales consideran que este es un colectivo desatendido, por lo cual se pretende dinamizarlo, en el sentido de facilitar las relaciones interpersonales y el intercambio de experiencias y de fomentar la toma de conciencia de sus necesidades, entre ellas la necesidad de organizarse para reivindicar recursos que les conduzcan a normalizar su vida cotidiana. El proyecto está dirigido a todos los cuidadores y cuidadoras de la zona básica y es llevado a cabo por un equipo multidisciplinar. El objetivo general es prestar apoyo socio-sanitario a los cuidadores de enfermos incapacitados, así como mejorar su estado de salud bio-psico-social. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) detectar las necesidades socio-sanitarias de los cuidadores; 2) realizar sesiones de educación para la salud tratando temas tales como la correcta realización de los cuidados o las repercusiones personales y familiares del hecho de convivir con una persona incapacitada; 3) realizar la detección de patologías en los cuidadores, así como promover su autonomía y aumentar su autoestima; 4) promocionar la formación de grupos de autoayuda facilitando la creación de espacios grupales para la puesta en común de experiencias y 5) facilitar el acceso a los recursos sociales existentes. Entre las actividades que se realizan, además de las reuniones de programación y evaluación, se encuentra la identificación de cuidadores principales a través del registro de visitas domiciliarias, la realización de reuniones así como de talleres de educación para la salud con los mismos, la planificación de visitas domiciliarias de seguimiento y la puesta en contacto con grupos de autoayuda ya existentes o la potenciación de la formación de grupos nuevos. Para la evaluación de la actividad se utilizará una encuesta de conocimientos, se valorarán las modificaciones habidas en las pautas de automedicación, así como la mejora de la relación de estos usuarios y usuarias con los profesionales del centro.

PALABRAS CLAVE: Cuidadores, educación para la salud, grupos de autoayuda



(21) EFICACIA DE LA EDUCACION A GRUPOS DE DIABETICOS TIPO 2. ENCUENTROS 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 29 03 34

FAX: 976 29 68 76

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 por 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 el 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

(22) 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: 91 666 69 76

FAX: 91 666 69 44

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



(23) INTERPRETES VOLUNTARIOS

ENTIDAD:

Centro de Salud de Nerja

PERSONA DE CONTACTO:

Emilia Fernández Fernández

DIRECCION: C/ Carlos Millán, s/n

C.P.: 29780 Nerja (Málaga)

TELEFONO: 95 252 24 16

FAX: 95 254 51 50

RESUMEN

La actividad consiste en la formación de un grupo de voluntarios/as para servir de intérpretes a personas que acuden al Centro de Salud de Nerja (Málaga) que no conocen el idioma castellano. Nerja es uno de los municipios de la Costa Oriental de Málaga que cuenta con un mayor número de residentes extranjeros/as y, además, durante algunos meses al año se convierte en el lugar elegido para pasar sus vacaciones por parte de personas procedentes de diversos países europeos. Esto conlleva un aumento del número de visitantes que realizan estancias cortas como turistas. Los objetivos de la actividad son los siguientes: 1) Complementar el Servicio de Información del Centro de Salud; 2) Facilitar la comunicación entre el personal y los usuarios/as y 3) Evitar problemas derivados de la falta de información de los extranjeros. Las actividades que se llevan a cabo se enumeran a continuación: a) Organización previa de un grupo de voluntarios/as para la confección y realización de las distintas fases del proyecto; b) Recepción y entrevista de los voluntarios/as; c) Comunicación a la dirección y al Equipo Básico de Atención Primaria del proyecto; d) Establecimiento del Sistema de Registro; e) Adecuación de un lugar para recibir a los usuarios/as. El horario de atención de los usuarios/as es de lunes a viernes de 10 a 12 horas. Hay que señalar que se realizan sesiones de organización y formación con todos los voluntarios/as mensualmente. Para la evaluación de la actividad, que se realiza de manera continuada (trimestral), se usan como indicadores el número de extranjeros que consultan según idiomas y el número de profesionales que demandan el servicio de los voluntarios/as. Por último, hay que señalar que las personas responsables del Servicio son la trabajadora social del Centro y una coordinadora de los voluntarios/as.

PALABRAS CLAVE: Voluntariado, calidad asistencial, trabajo con grupos

(24) 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: Centro de Salud. C/ Abastos, s/n

C.P.: 28300 Aranjuez (Madrid)

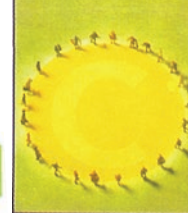
TELEFONO: 91 891 69 59

FAX: 91 892 01 58

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



**(25) CASA DE ACOGIDA
"M. RUIZ DE TEMIÑO"**

ENTIDAD:

ACLAD/Consultorio "Sargento Provisional"

PERSONA DE CONTACTO:

Claudio Navarro Cañadas

DIRECCION: C/ Puente la Reina, 10

C.P.: 47011 Valladolid

TELEFONO: 983 30 64 66

FAX: 983 30 65 99

RESUMEN

El servicio está dirigido a enfermos con Sida avanzado que no disponen de recursos sociofamiliares. El objetivo es dar atención integral a los enfermos, incidiendo fundamentalmente en los aspectos sociales, sanitarios y afectivos y procurando la reinserción a las redes normalizadas. Se dispone de una casa con amplio espacio verde, donde residen un máximo de 13 enfermos y enfermas. La casa dispone de los recursos necesarios para la atención sociosanitaria, con habitaciones individuales y dobles. A nivel profesional está atendida por una trabajadora social, un médico, una enfermera, una psicóloga, varios cuidadores y un grupo de personas voluntarias. La atención médica se realiza en colaboración con el consultorio y el hospital de referencia. Se realizan, además de las actividades residenciales, intervenciones orientadas a la mejora de la salud, a la reinserción laboral, al tratamiento de las drogodependencias y a los cuidados paliativos en los enfermos terminales. El proyecto está gestionado por la Asociación en colaboración con otras organizaciones no gubernamentales ("Hijas de la Caridad" y Fundación "Jorge Guillén") y los voluntarios reciben formación apoyados por el Comité Ciudadano Antisida. Un equipo gestor se reúne semanalmente para valorar y evaluar los objetivos terapéuticos.

PALABRAS CLAVE: Sida, drogodependencias, calidad de vida

**(26) PROGRAMA DE REDUCCION
DE RIESGOS**

ENTIDAD:

ACLAD/Consultorio "Sargento Provisional"

PERSONA DE CONTACTO:

Claudio Navarro Cañadas

DIRECCION: C/ Puente la Reina, 10

C.P.: 47011 Valladolid

TELEFONO: 983 30 64 66

FAX: 983 30 65 99

RESUMEN

Este programa se dirige a toxicómanos activos en una situación de especial deterioro sanitario no motivados para tratamientos libres de drogas y que no acceden a la red general de salud. El objetivo es realizar actividades de educación para la salud, atención sanitaria puntual, así como atención de tipo social y derivar a otros recursos. Las acciones concretas que se llevan a cabo son las siguientes: 1) Servicio de acogida, en el que se atienden diariamente a todos aquellos toxicómanos que lo solicitan y se orienta según cada caso. 2) Programa de intercambio de jeringuillas: ésta es una actividad de dispensación de jeringuillas y preservativos a las personas adictas por vía intravenosa y de recogida de las jeringuillas utilizadas en las zonas de venta y consumo, asimismo, atendiendo a las solicitudes de los drogodependientes, se deriva a otros programas de reducción de daños o libres de drogas. 3) Programa de apoyo y atención a mujeres drogodependientes y que ejercen la prostitución: detección y tratamiento de enfermedades de transmisión sexual, vacunación antihepatitis B y antitetánica, cuidados médicos básicos, etc. Se facilita la derivación a centros de salud, hospitales o a otros centros de tratamiento de drogodependencias. 4) Programa de atención sanitaria a drogodependientes, en colaboración con el Insalud se administran los tratamientos necesarios, así como las actividades preventivas oportunas. En todos estos programas se cuidan de manera especial los aspectos sociales (tramitación de documentos, de pensiones, etc.) y los higiénicos (ducha y ropero). Se cuenta con locales en dos puntos de la ciudad, uno de ellos situado cerca de la zona de venta y consumo de drogas, asimismo se dispone de despachos, sala de curas, área de descanso, duchas, aulas, etc. Los profesionales que participan en los programas son trabajadores sociales, abogados, psicólogos, monitores médicos y voluntarios. Todos los programas se evalúan.

PALABRAS CLAVE: Drogodependencias, prostitución, intervención



(27) ESCUELA PARA PADRES Y MADRES

ENTIDAD:

Centro de Salud de Altamira

PERSONA DE CONTACTO:

Esther Zúñiga

DIRECCION: C/ Altamira, 19-A

C.P.: 48002 Bilbao

TELEFONO: 94 427 44 11

FAX: 94 427 04 89

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

(28) EDUCACION CAPACITADORA CON PACIENTES DE UN CENTRO DE SALUD

ENTIDAD:

Centro de Salud "La Estación"

PERSONA DE CONTACTO:

Benjamín Pérez Franco

DIRECCION: Centro de Salud "La Estación". Paseo del Muelle, s/n

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

TELEFONO: 925 82 03 12

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



(29) PROGRAMA DE ATENCION AL DROGODEPENDIENTE

ENTIDAD:

ACLAD/Consultorio "Sargento Provisional"

PERSONA DE CONTACTO:

Claudio Navarro Cañadas

DIRECCION: C/ Puente la Reina, 10

C.P.: 47011 Valladolid

TELEFONO: 983 30 64 66

FAX: 983 30 65 99

RESUMEN

La "Asociación Castellano-Leonesa de Ayuda al Drogadicto" (ACLAD) lleva a cabo este Programa que tiene como objetivo conseguir una reinserción efectiva del paciente y que incluye las siguientes actividades y/o servicios: 1) Centro de atención a drogodependientes: es un dispositivo de atención ambulatoria, atendido por una trabajadora social, una psicóloga y un médico, que realiza tratamientos de desintoxicación física, procesos de deshabituación y de reinserción del drogodependiente, todo ello en colaboración con el centro de salud de cada usuario. 2) Centro de día: se trata de un centro especializado donde se realiza un tratamiento intensivo al paciente y a sus familiares. El usuario está todo el día en el centro excepto en las comidas y para dormir. Se realizan actividades deportivas, de tiempo libre, ocupacionales, de prevención de recaídas y de educación para la salud, manteniéndose apoyo psicológico, médico, sociolaboral y jurídico. 3) Programas de reinserción social. 4) Programa de familias: grupos terapéuticos y escuela de padres a familiares. 5) Asesoría jurídica. 6) Asesoramiento en juzgados, con el fin de informar sobre recursos rehabilitadores 6) Programa de prisiones, con el objetivo de motivar la salida a recursos terapéuticos. Se llevan a cabo otras actividades tales como apoyo psicosocial a infectados por VIH, apoyo y acompañamiento en hospitales y domicilio y de sensibilización a la población. Las áreas de intervención se dirigen principalmente a tres grupos de población: enfermos de Sida, toxicómanos activos y toxicómanos en rehabilitación.

PALABRAS CLAVE: Drogodependencias, intervención

(30) EDUCACION GRUPAL DIABETES

ENTIDAD:

Centro de Salud "Cáceres"

PERSONA DE CONTACTO:

Gemma Alcalde

DIRECCION: Centro de Salud. C/ Cáceres, 4

C.P.: 28045 Madrid

TELEFONO: 91 530 91 12

FAX: 91 528 68 46

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 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: Diabetes, educación para la salud, trabajo con grupos



(31) EL GRUPO OPERATIVO COMO METODO DE APRENDIZAJE EN PACIENTES DIABETICOS TIPO II

ENTIDAD:

Centro de Salud Monovar

PERSONA DE CONTACTO:

Carmen Martín Madrazo

DIRECCION: C/ Monovar, 11

C.P.: 28033 Madrid

TELEFONO: 91 383 89 89

FAX: 91 767 20 79

RESUMEN

Con el desarrollo de esta actividad se pretende favorecer, mediante la técnica de grupo operativo, el aprendizaje de conocimientos, actitudes y habilidades de los pacientes diabéticos y sus familiares. La estructura de cada curso es de ocho sesiones de noventa minutos (20 de exposición teórica y 70 de trabajo grupal) con una frecuencia semanal o quincenal. Los grupos son heterogéneos en cuanto a género, tipo de tratamiento y nivel cultural y son moderados por dos enfermeras, siendo una de ellas la moderadora y otra la observadora. La captación de los pacientes se realiza en la consulta de enfermería y de medicina y el perfil de inclusión es haber estado al menos seis meses incluido en el programa. Antes de comenzar el grupo y al finalizarlo los pacientes realizan un pretest y un postest sobre conocimientos de la enfermedad. En la evaluación realizada se observa un aumento de conocimientos en las áreas de alimentación, cuidados generales, complicaciones y tratamiento. Se aproximan a una idea más global y se fomenta el autocuidado y la autorresponsabilidad. Los conflictos personales en relación con la enfermedad se visualizan mejor en grupo que en la consulta individual, dado que el grupo aporta ayuda y estímulo para fomentar un cambio de actitudes y una valoración más realista de sus posibilidades. Por otra parte, la implicación familiar en el grupo motiva a los pacientes a conseguir los objetivos y a no sentirse tan solos ante la enfermedad. Todos aprenden a estar en grupo, a socializar sus experiencias y sus problemas. El grupo de trabajo que lleva a cabo la actividad señala que el hecho de trabajar con grupos operativos favorece la modificación del rol clásico del profesional, en el sentido de que se adoptan posturas "más simétricas" y de que se conocen otras facetas y vivencias de la enfermedad que refuerzan la consulta individual. Se destaca el hecho de que con la aplicación de esta técnica se genera un marco que permite un tiempo y un espacio para que aparezca "la otra cara de la diabetes".

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

(32) TECNICAS DE RELAJACION EN ATENCION PRIMARIA

ENTIDAD:

Centro de Salud Monovar

PERSONA DE CONTACTO:

Pilar del Dedo Torre

DIRECCION: C/ Monovar, 11

C.P.: 28033 Madrid

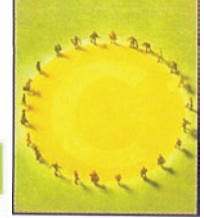
TELEFONO: 91 383 89 89

FAX: 91 767 20 79

RESUMEN

Se estima que un 25% de las consultas en atención primaria se deben a trastornos de ansiedad, siendo el 75% tratados por el médico general y derivándose tan sólo un 25% al especialista. La eficacia de las técnicas de relajación para el tratamiento de los trastornos con una base de ansiedad ha sido reiterada demostrada (Jacobson, 1938; Schultz, 1957; Lazarus, 1971; Barcoveck, 1978), por lo cual se decidió aplicarlo en nuestro centro, previo entrenamiento en técnicas de relajación en el Centro de Salud Mental del Area. El objetivo general de la actividad es disminuir los niveles de ansiedad de la población y, por tanto, el nivel de frecuentación asistencial como efecto del tratamiento aplicado. Para ello, se forman grupos de diez pacientes, que son derivados de las consultas de medicina, enfermería y de trabajo social, con los cuales se realizan nueve sesiones de una hora de duración cada una en el centro de salud. En la primera sesión de les administra a los pacientes el "Cuestionario de Ansiedad STAI", se les ofrece información sobre técnicas de relajación y se les pide que adquieran el compromiso de asistencia y participación en la actividad. Se termina esta primera sesión con 15 minutos de práctica y comentarios sobre la experiencia. En las sesiones siguientes, se comentan durante los primeros 5 minutos las prácticas realizadas en casa, se practica la técnica durante 45 minutos y se reserva el cuarto de hora final para los comentarios de los participantes. El material empleado es el siguiente: espacio con capacidad para 12 colchonetas, colchonetas, fotocopias y hojas de registro de las actividades realizadas en casa. Se organizan 4 grupos al año y un grupo de profesionales interdisciplinar se encarga de coordinar y evaluar la actividad. Por último, hay que señalar que se ha efectuado un estudio de los cinco años de experiencia, cuyos resultados muestran diferencias significativas (t de student para grupos relacionados) en todas las medidas realizadas antes y después de la intervención. En relación al nivel de frecuentación (este dato se recoge en las historias clínicas), los pacientes redujeron ostensiblemente sus visitas al centro durante el seguimiento efectuado en los 6 meses posteriores al tratamiento. Igualmente, los niveles de ansiedad de los pacientes disminuyeron significativamente al compararse las medidas realizadas en el STAI antes-después y en las dos puntuaciones realizadas: estado y rango.

PALABRAS CLAVE: Técnicas de relajación, trabajo con grupos, investigación



(33) CAMBIOS DE ACTITUDES EN PACIENTES DIABÉTICOS TRAS UNA INTERVENCIÓN GRUPAL

ENTIDAD:

Centro de Salud Monovar

PERSONA DE CONTACTO:

Margarita de Blas García

DIRECCIÓN: C/ Monovar, 11

C.P.: 28033 Madrid

TELÉFONO: 91 383 89 89

FAX: 91 767 20 79

RESUMEN

El objetivo educativo de la metodología grupal no es sólo proporcionar información, sino que además es necesario que se produzca un cambio de actitud y un cambio de comportamiento. En el caso del paciente diabético este aprendizaje está relacionado con los conceptos de autocuidado y de autorresponsabilidad. El objetivo de esta actividad es, por tanto, facilitar mediante la metodología grupal un cambio de actitudes y comportamientos favoreciendo una mejora en la calidad de vida de los pacientes diabéticos. Para ello se forman grupos de pacientes diagnosticados de diabetes mellitus tipo II y sus familiares, que son coordinados por dos enfermeras (coordinadora y observadora). Para cada grupo se establecen ocho sesiones de 90 minutos de duración cada una de ellas, de los cuales se dedican 20 minutos a exposición teórica y 70 al trabajo grupal. Como instrumento de análisis de conocimientos se utiliza un pretest y un postest realizado por la universidad de Sidney y validado en España y como instrumento de análisis de los comportamientos y actitudes se realiza una valoración exhaustiva de los registros obtenidos por la observadora durante el desarrollo de las sesiones grupales. En este momento se está sustituyendo el test de conocimientos por un cuestionario de calidad de vida, ya validado en nuestro país. El equipo que lleva a cabo la actividad señala que los resultados obtenidos hasta el momento son muy satisfactorios.

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

(34) MICROAULA DE SALUD EN UN CONTEXTO MÉDICO-ENFERMERA

ENTIDAD:

Centro de Salud de Liria

PERSONA DE CONTACTO:

Roser Roca Velasco

DIRECCIÓN: C.U. "El Periquillo, B 123" Bétera

C.P.: 46117 Valencia

TELÉFONO: 96 212 24 33

FAX: 96 279 26 15

RESUMEN

Desde la consulta de enfermería se observa que el discurso de los pacientes crónicos que acuden con periodicidad a su control es repetitivo, doliente y refleja tanto carencias importantes de información en salud como una baja motivación para poner en práctica los consejos terapéuticos que la enfermera ofrece. Por ello, se plantea como alternativa la creación de un espacio "microaula de salud" con los siguientes objetivos: 1) Dotar a los pacientes de recursos frente a procesos tales como envejecer y enfermar; 2) Que los pacientes sean capaces de cambiar hábitos nocivos por otros saludables; 3) Capacitar a los pacientes para que se responsabilicen de su propia salud; 4) Generar la creación de grupos de autoayuda; 5) Aumentar el nivel de satisfacción y bienestar; 6) Descender las cifras de sus constantes de riesgo y 7) disminuir la frecuencia de uso de las consultas. Las actividades van dirigidas a ancianos y adultos y la captación se realiza desde las consultas médica y de enfermería. Se llevan a cabo sesiones grupales (8-12 participantes), de una duración de 90 minutos cada una, con una frecuencia quincenal, que son conducidas por una enfermera, con el apoyo del médico de familia y de la coordinadora de enfermería del centro. En dichas sesiones hay un componente teórico (higiene corporal, alimentación, ejercicio, relaciones, etc.) y una serie de actividades prácticas tales como aprendizaje de técnicas de relajación, juegos grupales para favorecer el desbloqueo sensorial y reeducar la memoria, así como toma de conciencia corporal mediante estiramientos músculo-articulares y respiraciones. La evaluación se realiza mediante la valoración de las constantes, con la administración de un cuestionario y midiendo el nivel de frecuencia de uso de las consultas médica y de enfermería.

PALABRAS CLAVE: Educación para la salud, trabajo con grupos, grupos de autoayuda



(35) AUTOCUIDADOS PARA EL ASMA

ENTIDAD:

Centro de Salud de Aranjuez

PERSONA DE CONTACTO:

M.^a del Pilar Zamorra San Joaquín

DIRECCION: Centro de Salud. C/ Abastos, s/n

C.P.: 28300 Aranjuez (Madrid)

TELEFONO: 91 891 69 59

FAX: 91 892 01 58

RESUMEN

Los objetivos de esta actividad son los siguientes: 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 quitar temores. Acuden a la consulta con mejor control de 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

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES

(36) PSICOPROFILAXIS OBSTETRICA

ENTIDAD:

Centro de Salud de Aranjuez

PERSONA DE CONTACTO:

Pilar Huerta Ballesteros

DIRECCION: Centro de Salud. C/ Abastos, s/n

C.P.: 28300 Aranjuez (Madrid)

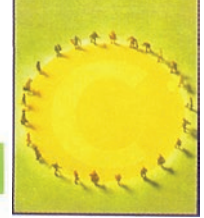
TELEFONO: 91 891 69 59

FAX: 91 892 01 58

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



(37) 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: 91 666 69 76

FAX: 91 666 69 44

RESUMEN

Los objetivos de esta actividad son los siguientes: 1) Promocionar 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

(38) EDUCACION PARA LA SALUD CON PUERPERAS

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: 91 666 69 76

FAX: 91 666 69 44

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, puerperio, educación para la salud



(39) MATERNIDAD Y SEGURIDAD SOCIAL

ENTIDAD:

Unidad de Apoyo Centro de Salud de Aranjuez

PERSONA DE CONTACTO:

Alejandra Pita Calvo

DIRECCION: Centro de Salud. C/ Abastos, s/n

C.P.: 28300 Aranjuez (Madrid)

TELEFONO: 91 891 69 59

FAX: 91 892 01 58

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 período 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 despierta un gran interés.

PALABRAS CLAVE: Embarazo, trabajo con grupos, educación maternal

(40) ASOCIACION "NOVA DONA I SALUT"

ENTIDAD:

Centro de Salud Padre Jofré

PERSONA DE CONTACTO:

Xaro Garcés Pérez

DIRECCION: C/ Nicolás Factor, 1

C.P.: 46007 Valencia

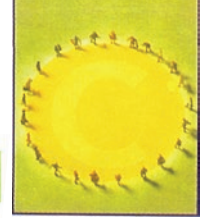
TELEFONO: 96 380 54 09

FAX: 96 341 58 04

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



(41) PROGRAMA DEL CLIMATERIO

ENTIDAD:

Centro de Salud "San Marcelino"

PERSONA DE CONTACTO:

Amparo Albiñana Soler

DIRECCION: Centro de Salud "San Marcelino"

C/ San Pío X, 33

C.P.: 46017 Valencia

TELEFONO: 96 378 03 13

FAX: 96 358 00 43

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 riesgos 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 a 1.005 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 relacionado 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

(42) GRUPO DE APOYO A MUJERES PERIMENOPAUSICAS

ENTIDAD:

Centro de Salud Saja

PERSONA DE CONTACTO:

Marina Amparan Ruiz

DIRECCION: C/ Hermanos Maristas, s/n

C.P.: 39500 Cabezón de la Sal (Cantabria)

TELEFONO: 942 70 00 60

FAX: 942 70 10 53

RESUMEN

La finalidad de esta actividad, que se viene llevando a cabo desde 1994, es que las mujeres de edades comprendidas entre los 45 y los 55 años vivan de la forma más natural y positiva posible los cambios tanto físicos como emocionales o relacionales que se producen en esta etapa de la vida. Los objetivos específicos son los siguientes: 1) Facilitar el intercambio de experiencias, emociones y sensaciones entre ellas mismas; 2) Fomentar el autocuidado; 3) Revalorizar su imagen y su sexualidad; 4) Potenciar su autonomía personal y ampliar su espacio social mediante la participación en grupos de autoayuda y 5) estimular la práctica del ejercicio físico y el conocimiento del propio cuerpo. La captación de las mujeres se realiza a través de las consultas y a demanda propia. Debido a la difusión que hacen las propias mujeres, este tipo de demanda ha ido en aumento. Para la inclusión en el grupo se realiza una entrevista individual previa, con la finalidad de explicarles los objetivos y el método de trabajo, así como para recoger información de cara a evaluar posteriormente el impacto de la intervención. Una vez constituido el grupo (entre 10 y 12 mujeres) se realizan 8 sesiones de trabajo, de 90 minutos cada una. En cada una de las sesiones se combina el trabajo de aspectos psicológicos y socioculturales (creencias y mitos sobre la sexualidad de los mayores, autoestima, comunicación, etc.) la información sobre temas sanitarios y el "trabajo corporal", que incluye ejercicios físicos para fortalecer los diferentes grupos musculares y movilizar las articulaciones y entrenamiento en técnicas de relajación para que puedan utilizarlas en su vida cotidiana. En cuanto a la metodología de estas sesiones hay que señalar que es participativa y que se utilizan técnicas de psicoterapia grupal. La última sesión se dedica a la evaluación mediante cuestionario de los siguientes aspectos: conocimientos adquiridos, cambio de actitudes y hábitos, utilidad de los contenidos, pertinencia del método y competencia del personal. También se realiza una evaluación de tipo cualitativo. Igualmente, en esta última sesión, se decide la continuidad del grupo (que es uno de los objetivos de la acción) de forma autónoma. El grupo de trabajo que lleva a cabo la actividad destaca que la experiencia ha resultado tan positiva a lo largo de sus cuatro años de funcionamiento que desde la Dirección del Área se ha priorizado la puesta en marcha del Servicio en el resto de los centros de salud de la misma.

PALABRAS CLAVE: Menopausia, educación para la salud, grupos de autoayuda



(43) TALLER DE AUTOCUIDADOS EN LA MENOPAUSIA

ENTIDAD:

Centro de Salud de Benamargosa

PERSONA DE CONTACTO:

María Elvira Díaz Caro

DIRECCION: C/ Filipinas, 15, 2.º B

C.P.: 29010 Málaga

TELEFONO: 95 230 24 96

RESUMEN

La actividad se pone en marcha debido, por un lado, a la alta frecuentación de tipo asistencial de las mujeres en edad menopáusica y postmenopáusica y, por otro, al interés de los profesionales del centro por iniciar una nueva línea de trabajo que aborde la problemática asociada a este grupo de edad. Con la experiencia se pretende que las mujeres normalicen el proceso de la menopausia y cambien su actitud con respecto a la misma, en el sentido de que lo conceptualicen como un cambio más del que se pueden favorecer. Para ello, se ha elaborado, a partir de las historias clínicas, un censo de las mujeres de edades comprendidas entre 45 y 55 años a las que se les escribe una carta convocándolas a una entrevista personal, en la que se valora su inclusión en el grupo, así como los conocimientos previos con el fin de evaluar el impacto de la actividad. Una vez formado el grupo (entre 10 y 15 mujeres) se imparte un taller (10 sesiones) que tiene los siguientes objetivos: 1) Definir los conceptos de menopausia y climaterio; 2) Describir los genitales femeninos y masculinos, así como el ciclo hormonal; 3) Reconocer los cambios o manifestaciones de ese período de vida y 4) Aprender técnicas de autocuidado. Para la consecución de este último objetivo las mujeres aprenden a diseñar una dieta sana, a conocer y practicar ejercicios de fortalecimiento, así como distintas técnicas de relajación. En todas las sesiones se combinan las exposiciones teóricas con la realización de prácticas. El taller se lleva a cabo en el aula de educación sanitaria del centro de salud y se utilizan materiales tales como colchonetas, vídeo, pelotas, transparencias, pizarra, etc. La evaluación se realiza mediante un cuestionario, valorándose tanto la adquisición de conocimientos como el aprendizaje de habilidades. El equipo que lleva a cabo la actividad (compuesto por una médica de familia, una trabajadora social y una matrona) hace una valoración positiva de la misma, ya que las mujeres están acudiendo y participando en alto grado y el resto de los profesionales del equipo se sienten implicados en el proyecto.

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

(44) CUIDAR CON ARTE

ENTIDAD:

Centro de Salud de Bihar

PERSONA DE CONTACTO:

Carmen Pilar Nieto Pedraza

DIRECCION: Els Passos, 6

C.P.: 03410 Biar (Alicante)

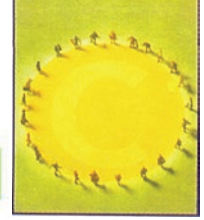
TELEFONO: 965 81 11 65

FAX: 965 81 11 67

RESUMEN

A través del Programa del Niño Sano, se detecta que las madres de niños y niñas pequeños presentan indicios de déficit de seguridad tanto en el área de los conocimientos como en la administración de los cuidados a los hijos, así como indicios de inestabilidad emocional y de baja autoestima relacionados con la falta de seguridad en la administración de dichos cuidados. Para responder a esta problemática se pone en marcha este proyecto de intervención, denominado "cuidar con arte", que se conceptualiza como un grupo de autoayuda de madres (entendiendo por madre al cuidador o cuidadora fundamental de los hijos pequeños). Los objetivos de estos grupos son los siguientes: reforzar los conocimientos teóricos y prácticos relacionados con los cuidados del bebé, conocer la percepción de la calidad que tiene la familia de los servicios sanitarios en lo que respecta a la atención materno-infantil y, por último, potenciar la formación de grupos de autoayuda de madres en todas las etapas de crianza. La actividad ha comenzado con el grupo etéreo de niños en el primer y segundo año de vida y se irá extendiendo a otros grupos. Por tanto, en esta primera etapa se dirige a las mujeres embarazadas y a las madres con hijos hasta un año. La metodología utilizada es de tipo grupal, así se realizan talleres, que son conducidos por una enfermera educadora, en los que se refuerza la seguridad en el autocuidado. Los talleres, cuyo objetivo último es la formación del grupo de autoayuda, son participativos y para el diseño de sus contenidos se tienen en cuenta fundamentalmente, las necesidades expresadas por las propias participantes.

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



(45) EDUCACION BASICA PARA UNA SALUD INTEGRAL

ENTIDAD:

Centro de Salud "Cerro del Aguila"

PERSONA DE CONTACTO:

Pilar Romero García

DIRECCION: Centro de Salud "Cerro del Aguila".

Prolongación Avda. Héroes de Toledo, s/n

C.P.: 41006 Sevilla

TELEFONO: 95 463 53 61

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 en 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

(46) EDUCACION GRUPAL MENOPAUSIA

ENTIDAD:

Centro de Salud "Cáceres"

PERSONA DE CONTACTO:

Ana Gómez-Mora

DIRECCION: Centro de Salud. C/ Cáceres, 4

C.P.: 28045 Madrid

TELEFONO: 91 530 91 12

FAX: 91 528 68 46

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 período 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



(47) GRUPO DE AYUDA DE MADRES

ENTIDAD:

Centro de Salud Padre Jofré

PERSONA DE CONTACTO:

Paquita Mocholi Muñoz

DIRECCION: C/ Nicolás Factor, 1

C.P.: 46007 Valencia

TELEFONO: 96 380 54 09

FAX: 96 341 58 64

RESUMEN

En el medio urbano es frecuente que las mujeres que son madres de niños pequeños se encuentren en una situación de "aislamiento domiciliario". Por otra parte, cada vez hay más mujeres extranjeras, madres solteras, o mujeres que proceden de otras ciudades o barrios, que carecen de apoyo, con lo cual viven su maternidad con sentimientos de soledad e inseguridad. Con esta actividad se pretende relacionar a unas mujeres con otras con el fin de que puedan intercambiar sus experiencias y darse apoyo mutuo. Los objetivos son, por tanto, los siguientes: facilitar y reforzar la interrelación entre madres, potenciar su formación en los cuidados del bebé y, por último, dar a conocer los aspectos positivos de la vivencia de ser madre, dentro de la familia y de cara a la sociedad. La captación de las mujeres se realiza por parte de las matronas cuando acuden a las clases de preparación al parto. La actividad consiste en impulsar las aulas externas de madres, para lo cual se mantienen reuniones periódicas con las mujeres, fuera del centro de salud, así como dos reuniones mensuales en el gimnasio del Centro. En estas reuniones se programan las actividades a realizar en el trimestre y que van dirigidas tanto a la propia madre (dinámica de grupo sobre el desarrollo del bebé, planificación personal y autocuidados, gimnasia y relajación, etc.) como a los hijos e hijas (masaje de estimulación, expresión corporal, vacunas, desarrollo psicológico, etc.). Otras actividades son las siguientes: fiesta infantil, juegos divertidos, taller de música con canciones infantiles y cuentos, taller de ritmo con expresión corporal, trabajos del hogar con niños, etc. En estos momentos se está en proceso de constituirse como Asociación, entre tanto es el propio centro de salud el que cede los locales para la realización de las actividades, mientras que el sostenimiento económico del grupo se lleva a cabo a través de trabajo de tipo altruista y de una pequeña aportación por parte de las propias madres. El equipo de trabajo señala con respecto a esta experiencia que al producirse un intercambio permanente entre las mujeres, sus hijos y las matronas, se produce un enriquecimiento del trabajo cotidiano y un aumento de la creatividad y de la oferta en las actividades ofrecidas a la comunidad en general. Además se está desarrollando sobre la base de este tipo de experiencias un tejido asociativo participativo en el barrio.

PALABRAS CLAVE: Grupos de autoayuda, acción social en salud, educación para la salud

(48) GRUPO OPERATIVO DE EDUCACION MATERNAL

ENTIDAD:

Centro de Salud del Albaycín

PERSONA DE CONTACTO:

Consuelo Reyes

DIRECCION: Cementerio de San Nicolás, s/n

C.P.: 18010 Granada

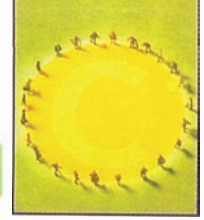
TELEFONO: 958 20 67 98

FAX: 958 20 67 98

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 y 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



(49) ENCUNTROS SOBRE MENOPAUSIA

ENTIDAD:

Centro de Salud "Abrantes"

PERSONA DE CONTACTO:

Rosa Gómez Honorato

DIRECCION: Avda. Abrantes, 55

C.P.: 28025 Madrid

TELEFONO: 91 565 08 65

FAX: 91 469 35 30

RESUMEN

El propósito general de esta actividad es mejorar la calidad de vida de las mujeres climatéricas que acuden al centro de salud y sus objetivos específicos son los siguientes: 1) Incrementar los conocimientos sobre fisiología y los cambios asociados a este proceso, facilitando la identificación de los temores y sentimientos que acompañan a las mujeres en el mismo; 2) Adquirir habilidades higiénico-dietéticas saludables referidas a alimentación, ejercicio físico y hábitos posturales correctos y 3) estimular el desarrollo de nuevas formas de vida que permitan a la mujer desechar la etiqueta patológica que se suele asociar a esta etapa. Para ello, se llevan a cabo 5 sesiones teórico-prácticas en la biblioteca del centro de salud, con mujeres de edades comprendidas entre los 47 y los 60 años. La captación de las participantes se realiza a través de la consulta de enfermería, en la que también se efectúa el seguimiento de las mujeres que participan en el curso, en lo referente a la "adherencia" al aprendizaje y a la puesta en práctica de las habilidades aprendidas. Las sesiones son diseñadas y conducidas por un equipo multidisciplinar, compuesto por cinco enfermeras, una trabajadora social y un médico y en las mismas se utilizan materiales como videos, folletos, transparencias, cámara de fotos, etc. Se dispone de una sala grande para practicar los ejercicios físicos y se ofrece orientación práctica sobre hábitos alimentarios mediante la "consumición" de sencillos refrigerios, momentos estos que sirven para el acercamiento entre los profesionales y las mujeres. La evaluación del taller se realiza mediante un cuestionario (pre y post). El equipo de trabajo destaca la alta participación, disponibilidad y cooperación de las mujeres, que ha permitido a los miembros del Equipo de Atención Primaria, no sólo transmitir conocimientos teóricos y prácticos, sino también descubrir y compartir sentimientos y experiencias al asistir a la toma de control de ellas mismas en un momento "delicado" de sus vidas. Este, señalan los profesionales, es su principal objetivo con el desarrollo de la actividad.

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

(50) 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: 91 666 69 76

FAX: 91 666 69 44

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



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A PERSONAS MAYORES

(51) EDUCACION PARA LA SALUD EN ANCIANOS

ENTIDAD:

Unidad Docente de MFyC

PERSONA DE CONTACTO:

M.^a Teresa Marco García

DIRECCION: Escuela de Enfermería.

Ctra. del Rosario, s/n

C.P.: 38001 Santa Cruz de Tenerife

TELEFONO: 922 60 21 42

FAX: 922 60 23 41

RESUMEN

El objetivo principal de esta actividad es transmitir consejos prácticos, sencillos y comprensibles sobre temas cotidianos a los ancianos, a los cuidadores y a los animadores que están en proceso de formación. Para ello se ha diseñado un programa (organizado por el Cabildo de Tenerife) que incluye diversas acciones. Así, se preparan charlas de 45 minutos de duración sobre aspectos tales como los siguientes: automedicación y sus riesgos, prevención de las caídas, nutrición, ejercicio físico, higiene y así hasta 22 temas de interés para los ancianos. Asimismo, se realizará material audiovisual (vídeos y diapositivas) con los conceptos básicos, haciendo predominar sobre todo aspectos prácticos y adecuando los consejos a la población a la que van dirigidos. Además, se hará de cada tema un breve resumen para publicar en una revista que se distribuye a todos los centros y asociaciones de la tercera edad de Tenerife. La planificación de las actividades se realiza en el mes de diciembre para todo el año siguiente.

PALABRAS CLAVE: Medios de comunicación social, educación para la salud, medios audiovisuales

(52) 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)

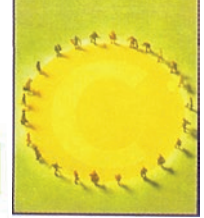
TELEFONO: 96 363 84 79

FAX: 96 390 30 24

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, apoyo psicológico



(53) PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DOMICILIARIOS EN ADULTOS MAYORES

ENTIDAD:

ABS "Dr. Lluís Sayé"

PERSONA DE CONTACTO:

Ana Ramírez Llaras

DIRECCION: Torres i Amat, 8

C.P.: 08001 Barcelona

TELEFONO: 93 301 24 24

FAX: 93 318 61 86

RESUMEN

El trabajo, denominado "Estudio y prevención de los accidentes domiciliarios en las personas mayores de 65 años", fue becado en el año 1995 por el Fondo de Investigación Sanitaria (FIS) y se viene desarrollando desde 1996, estando prevista su finalización en 1999. Los objetivos del proyecto son los siguientes: identificar las causas más frecuentes de accidentes en el hogar, implicar a los profesionales de atención primaria en la prevención de las lesiones domiciliarias, así como efectuar un registro de los accidentes ocurridos. El estudio consta de las siguientes etapas: 1.ª) Estudio de los factores de riesgo domiciliarios en las personas mayores de 65 años del Barrio de Ciutat Vella de Barcelona (la muestra representativa de este grupo de edad fue de 330 domicilios, donde se recogieron 138 ítems). 2.ª) Campaña de Prevención dirigida a los siguientes colectivos: "Personal de Atención Domiciliaria" (personal sanitario, voluntarios, objetos, trabajadores familiares, cuidadores informales, etc.), instituciones y población diana. 3.ª) Evaluación de la efectividad de la campaña preventiva. El proyecto se ha publicado en diversos medios, siendo sus referencias las siguientes: "Prevención de accidentes en el Hogar y atención domiciliaria" en Revista *ROL*. n.º 234, marzo, 1998. "Factor de risc d'accidents als domicilis" en Revista *SCMFIC* n.º 67, septiembre, 1997. "Riscos a llar" (factores de riesgo en el hogar), manual-guía publicado por el Instituto Catalán de la Salud, septiembre, 1997.

PALABRAS CLAVE: Accidentes, investigación, prevención

(54) PROGRAMA PARA LA REHABILITACION DE ANCIANOS DISCAPACITADOS

ENTIDAD:

Centro de Salud "Potes"

PERSONA DE CONTACTO:

Javier González Medal

DIRECCION: Centro de Salud. C/ Potes, s/n

C.P.: 28021 Madrid

TELEFONO: 91 795 47 96

FAX: 91 505 18 55

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



(55) PROMOCION DE SALUD EN MAYORES

ENTIDAD:

Centro de Salud "La Alamedilla"

PERSONA DE CONTACTO:

Pilar Moreno González

DIRECCION: Avda. de Comuneros, 25-27

C.P.: 37003 Salamanca

TELEFONO: 923 29 09 10

E-MAIL: pmorenog@meditex.es

RESUMEN

El objetivo general del proyecto es facilitar el aprendizaje de conductas y aptitudes que permitan al individuo la adquisición de recursos para la elección y el mantenimiento de un estilo de vida saludable así como la implicación cada vez mayor en la comunidad favoreciendo la participación de los mismos en actividades organizadas por otras generaciones. Los objetivos específicos, dentro del área de intervención individual, consisten en dotar a los mayores de una serie de conocimientos sobre los cambios del envejecer, fomentar una imagen realista de esta situación, alejada de los estereotipos sociales, promocionar hábitos saludables, proporcionar estrategias para que la persona mayor pueda prevenir y compensar las dificultades que se le presentan con la edad, desarrollar sesiones técnico-corporales para mejorar el bienestar físico-psíquico de los participantes. En el área de intervención social se pretende la creación de un grupo que favorezca las relaciones entre los miembros del mismo y disminuya el aislamiento; facilitarles el conocimiento de los recursos que posee la comunidad y promover la participación de estas personas en estas actividades, aumentar su autoestima a través de su participación en actividades intergeneracionales creándose inicialmente un grupo de voluntarios para participar en las actividades infanto-juveniles que en la actualidad se están desarrollando en el barrio y que podrían consistir en la recopilación de cuentos y juegos autóctonos y exposición a los niños, participación en las tareas de apoyo escolar, etc. El proyecto se dirige a adultos mayores de 65-70 años. La captación se ha realizado desde las consultas médicas, de enfermería, de la trabajadora social y en los Centros de Acción Social del Ayuntamiento. Ha contado con la colaboración de 4 educadoras sociales que han sido las encargadas de realizar las intervenciones, con el apoyo del equipo del centro y del centro de acción social del Ayuntamiento. Se han utilizado el salón de actos del Centro Cultural de la zona y el aula docente del Centro de Salud. Las actividades realizadas hasta el momento han sido las siguientes: se han impartido charlas sobre aspectos tales como el envejecimiento normal, hábitos saludables o recursos sociales y se han realizado sesiones de estrategias para la consecución de los fines planteados: juegos, dramatizaciones, reflexiones individuales y grupales, gimnasia de mantenimiento, expresión corporal, ejercicios de relajación, paseo, fiestas, etc. En la actualidad se ha conseguido concluir las sesiones. Se han formado grupos de amistad que se mantienen, la mayoría de los mayores se han integrado en el Aula Cultural que se viene desarrollando en nuestra zona desde hace años, y este verano se pretende realizar el taller intergeneracional, con la participación de los mayores en el Campamento Urbano que se desarrolla en el barrio por diferentes asociaciones, y que va dirigido a chavales de 6 a 16 años. Este proyecto recibió el primer accésit de los II Premios para Actividades Comunitarias de la semFYC.

PALABRAS CLAVE: Educación para la salud, acción intersectorial, actividades lúdicas

(56) ANCIANOS APOYANDO A ANCIANOS EVALUACION DE UNA EXPERIENCIA

ENTIDAD:

Centro de Salud de Cartuja

PERSONA DE CONTACTO:

Isabel Toral López

DIRECCION: Casería del Cerro, s/n

C.P.: 18011 Granada

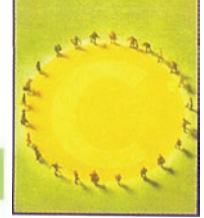
TELEFONO: 958 15 20 16

FAX: 958 15 37 39

RESUMEN

El aumento de las expectativas de vida y el proceso de urbanización constituyen fenómenos que agravan la situación de un elevado número de ancianos discapacitados con insuficiente apoyo familiar y social. Por otra parte, personas mayores que gozan de buena salud se sienten infravaloradas o "inútiles". En el marco teórico de los grupos de ayuda mutua se está llevando a cabo en el centro de salud de Cartuja (Granada), una experiencia en la que ancianos voluntarios prestan ayuda y apoyo a otros más necesitados. La realización de este proyecto de investigación responde a la necesidad de evaluar aspectos relacionados con la dinámica de este tipo de grupos que permitan obtener información útil de cara a la utilización fundamentada de este recurso comunitario. Con el estudio se pretende, por tanto, evaluar los diferentes componentes psicológicos, tales como motivación, expectativas y actitudes, que influyen sobre el voluntariado y las ventajas que sobre los asistidos puede estar aportando esta experiencia. Los objetivos específicos del estudio son los siguientes: 1) Identificar las variables que intervienen en la pertenencia al grupo de apoyo; 2) Explorar el grado de motivación de los voluntarios y los elementos que influyen en la misma; 3) Analizar las expectativas de los voluntarios respecto a las actividades que realizan; 4) Evaluar el grado de satisfacción; 5) Conocer los beneficios y/o posibles perjuicios sentidos por los voluntarios en relación con su pertenencia al grupo de apoyo; 6) Explorar las actitudes de los voluntarios respecto a los ancianos asistidos; 7) Conocer el perfil de los ancianos asistidos y 8) valorar la satisfacción de los ancianos asistidos y los elementos que intervienen en ella. Para ello, se ha diseñado un estudio cuasi experimental 2 x 2, que contempla las situaciones siguientes: voluntario/asistido y voluntario actual/veterano. En el desarrollo del trabajo de investigación, que se encuentra actualmente en fase de realización y que está financiado por el Fondo de Investigaciones Sanitarias, se usan tanto instrumentos de medida de tipo cuantitativo (diversas escalas) como técnicas cualitativas de investigación.

PALABRAS CLAVE: Investigación, grupos de autoayuda, voluntariado



(57) TALLER DE EPOC

ENTIDAD:

Centro de Salud "El Espinillo"

PERSONA DE CONTACTO:

Ana María García Velasco

DIRECCION: Avda. Orovilla, s/n

C.P.: 28041 Madrid

TELEFONO: 91 318 03 99

FAX: 91 318 04 55

RESUMEN

El objetivo general de esta actividad es que las personas que padecen una enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) adquieran conocimientos, habilidades y actitudes para un óptimo manejo de la misma. Los objetivos específicos son los siguientes: 1) Facilitar información sobre anatomía del aparato respiratorio y la etio-fisiopatología del EPOC; 2) Conocer los factores de riesgo y sus agravantes; 3) Ofrecer información sobre prestaciones y recursos; 4) Potenciar habilidades y mejorar la actitud con respecto al uso correcto de inhaladores y 5) Desarrollar habilidades en cuanto a la realización de la fisioterapia respiratoria. Para ello, se realiza un taller en la sala de reuniones del centro de salud dirigido a personas mayores de 60 años, que son captadas a través de las consultas médica o de enfermería. El taller se desarrolla en cuatro sesiones de hora y media cada una de ellas y en el mismo se utilizan técnicas de dinámica de grupos, tales como debates, tormenta de ideas y recuerdo del contenido de sesiones anteriores. Las sesiones se apoyan con material didáctico como videos, transparencias, folletos y fotocopias. La evaluación se realiza mediante un cuestionario, en el que se miden los conocimientos adquiridos con respecto a los factores de riesgo, la fisiopatología del aparato respiratorio, el tratamiento y aspectos tales como la alimentación, la higiene y la sexualidad. El equipo que desarrolla la actividad señala que, a nivel global, se observa un incremento del nivel de conocimientos así como que la valoración del curso realizada por los participantes es positiva en lo que respecta a la metodología y los medios empleados.

PALABRAS CLAVE: Educación para la salud, trabajo con grupos, enfermedades concretas

(58) GRUPO DE APOYO A LA TERCERA EDAD

ENTIDAD:

Centro de Salud de Cartuja

PERSONA DE CONTACTO:

Isabel Toral López

DIRECCION: Casería del Cerro, s/n

C.P.: 18011 Granada

TELEFONO: 958 15 20 16

FAX: 958 15 37 39

RESUMEN

El objetivo principal de esta actividad es contribuir a la mejora de la calidad de vida de los ancianos que se encuentran en alto riesgo con los recursos propios de la comunidad. Los objetivos específicos son los siguientes: 1) Conseguir que el 25% de los ancianos considerados de alto riesgo reciban atención del grupo de apoyo; 2) Crear un grupo estable de ancianos; 3) Conseguir la participación activa de todos los componentes del grupo de apoyo en todas las fases del proyecto y 4) Potenciar la salud psico-física del anciano voluntario a través de actividades solidarias y creativas con personas de su misma edad. Para ello, se programó una reunión en el Club del Pensionista del barrio de la cual surgió un grupo de doce personas que se constituyó como grupo estable de voluntarios. Tanto de cara a la elaboración de los criterios de inclusión de ancianos susceptibles de ayuda por el grupo de voluntarios como de las actividades a realizar por éstos, se realizaron una serie de reuniones del grupo que fueron conducidas por una trabajadora social y dos enfermeras del centro de salud. En cuanto a los criterios de inclusión se acordó atender prioritariamente a los ancianos que viven solos sin familia, con problemas de soledad aislamiento y dependencia y a los ancianos que viven solos y que tienen familia (intentando implicar a la familia). Entre las actividades que realiza el grupo de voluntarios, hay que mencionar las siguientes: dar compañía en domicilio, acompañar a las actividades organizadas en el Club, servir de enlace con el centro de salud y ayudarlos en pequeñas gestiones o trámites. En cuanto a la organización hay que señalar que se forman parejas de ancianos que, junto a una enfermera y previa planificación conjunta de las actividades a realizar, visitan al anciano susceptible de ayuda para darse a conocer y ofrecer el servicio. El grupo de voluntarios se reúne una vez al mes con el fin de comunicar experiencias, intercambiar opiniones, evaluar los progresos logrados, organizar nuevas actividades y realizar sesiones de formación continuada en las que se tratan temas de interés tales como prevención de accidentes, salud mental, etc.

PALABRAS CLAVE: Grupos de autoayuda, apoyo psicológico, acción social en salud



(59) TALLER PARA MAYORES

ENTIDAD:

Centro de Salud El Espinillo

PERSONA DE CONTACTO:

Ana M.^a García Velasco

DIRECCION: Avda. Orovilla, s/n

C.P.: 28041 Madrid

TELEFONO: 91 318 03 99

FAX: 91 318 04 55

RESUMEN

El objetivo general de la actividad es que las personas mayores de la Zona Básica de Salud adquieran conocimientos que mejoren su nivel de salud. Para ello se lleva a cabo un taller con los siguientes objetivos específicos: 1) Que obtengan información adecuada sobre los cambios que conlleva el envejecimiento; 2) Que adquieran hábitos saludables; 3) Que aumenten su nivel de independencia y 4) Que puedan disfrutar de una vida activa durante más tiempo. El taller se dirige a personas mayores de 70 años residentes en la zona básica y se realiza en la sala de reuniones del centro de salud. Los contenidos del mismo son los siguientes: aspectos psicosociales de la vejez, información sobre prestaciones tales como centros de ocio y tiempo libre, alimentación y nutrición, higiene física, mental y social, ejercicio físico, hábitos tóxicos, utilización de medicamentos, vacunas y prevención de accidentes. En cada sesión se dedican 20 minutos a la exposición teórica seguidos de un debate y se hace entrega de folletos y libros sobre los temas abordados. Asimismo, se utilizan técnicas participativas, tales como debate, tormenta de ideas o recuerdo de contenidos de sesiones anteriores, apoyadas con medios audiovisuales y material impreso. La evaluación se realiza mediante cuestionario.

PALABRAS CLAVE: Educación para la salud, trabajo con grupos, calidad de vida

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACION

(60) DESARROLLO COMUNITARIO

ENTIDAD:

Plan Comunitario Carabanchel Alto/Centro de Salud "Guayaba"

PERSONA DE CONTACTO:

Marta Lozano Sabroso

DIRECCION: C/ Piqueñas, 3 (bajo)

C.P.: 28044 Madrid

TELEFONO: 91 508 03 90

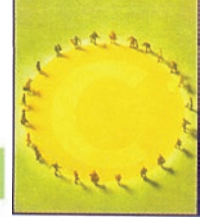
FAX: 91 508 03 89

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



(61) YO TE INFORMO, TU DECIDES

ENTIDAD:

Centro de Salud "Santa Lucía"

PERSONA DE CONTACTO:

María Emila Bergasa Lázaro

DIRECCION: C/ Santa Lucía, 6

C.P.: 50003 Zaragoza

TELEFONO: 976 28 08 21

FAX: 976 43 76 98

E-MAIL: pserranoa@meditex.es

RESUMEN

El centro de salud que lleva a cabo esta actividad se encuentra ubicado en un barrio antiguo de la ciudad que concentra mayoritariamente a sectores marginales de la población, con numerosos inmigrantes, viviendas de alquiler mal acondicionadas y deficientes condiciones higiénicas y de salubridad. Con el objetivo de buscar una mayor integración del centro de salud con la comunidad, a fin de tratar de mejorar las condiciones de salud y, en particular, de intervenir sobre el problema de la drogadicción, se ha creado un equipo multidisciplinar compuesto por profesionales sanitarios (del nivel primario y especializado), los servicios sociales, los centros educativos, el Consejo de Salud y la Coordinadora de desarrollo comunitario del Casco Viejo. Asimismo, se cuenta con la asesoría de profesionales del Servicio Aragonés de Recursos de Educación para la Salud. En primer lugar, se ha realizado un estudio para conocer el estado de salud, marginación y condiciones socioculturales de la población, tras el cual se ha elaborado este proyecto en el que se trata de implicar a la población objeto de intervención en llevar a cabo planes de acción para la educación para la salud y la mejora de las condiciones de vida. Las actividades que se llevan a cabo abarcan los siguientes temas: higiene, organización de la vivienda y del tiempo libre, alimentación, enfermedades de transmisión sexual, planificación familiar y drogodependencias. Hay que señalar que el tipo de actividades realizadas son diferentes según el ámbito de intervención, así en los colegios se realizan actividades multidisciplinarias y transversales mientras que con las familias se trabaja en talleres, mediante actividades de tipo lúdico. Como parte de la estrategia de intervención se lleva a cabo un plan de prevención de drogodependencias.

PALABRAS CLAVE: Acción intersectorial, educación para la salud, estrategia de riesgo

(62) PROMOCION DE SALUD. UNA EXPERIENCIA INTERDISCIPLINAR

ENTIDAD:

Centro de Salud de Torrente

PERSONA DE CONTACTO:

Concepción Martín Lerma

DIRECCION: C/ Pintor Ribera, 28

C.P.: 46900 Torrente (Valencia)

TELEFONO: 96 156 12 01

FAX: 96 156 50 48

RESUMEN

Hace aproximadamente 10 años se creó el Equipo de Atención Primaria de Torrente, coincidiendo en el tiempo con la adhesión del ayuntamiento de la localidad al Proyecto Ciudades Sanas. Entre los miembros del equipo y la concejalía de sanidad se gestó la creación de un grupo de trabajo multidisciplinar que, en primer lugar, realizó un análisis de las necesidades de salud de la población, que mostró la pertinencia de poner en marcha actividades de promoción de salud de manera coordinada. Para ello, se creó la Comisión Asesora de Salud Municipal (CAS) que quedó compuesta de la siguiente manera: miembros del centro de salud, gabinete psicopedagógico municipal, servicio de planificación familiar, centro de enseñanza del profesorado y los servicios sociales y de consumo del ayuntamiento. La coordinación y el soporte administrativo se llevan a cabo desde el ayuntamiento. Las actividades de promoción de salud se dirigen a tres grupos diana, a saber, la población escolar, tercera edad y población general. En cuanto a la población escolar se han realizado cursos de formación al profesorado, se ha implantado un plan de salud en cada centro escolar y se convocan anualmente una Jornadas de educación para la salud como punto de encuentro de todas las escuelas. Con las personas mayores, en colaboración con los servicios sociales de la Consellería, se realizan talleres de educación para la salud sobre los temas de alimentación, automedicación, seguridad, voluntariado y relaciones intergeneracionales. Asimismo, se dan charlas informativas sobre los temas que va demandando el colectivo. En lo que respecta a las actividades dirigidas a la población general, hay que mencionar las siguientes: utilización correcta de servicios a las amas de casa, talleres sobre Sida, utilización de servicios sanitarios en la Escuela de Adultos, inicio de las relaciones con las asociaciones de vecinos y, por último, organización y participación en las ferias de la salud. En la actualidad, la Comisión se reúne con una periodicidad mensual, con el fin de evaluar y planificar las actividades. El equipo que desarrolla la actividad señala que, aún con las dificultades que plantea un trabajo de tipo intersectorial como éste, la evaluación tanto del proceso como de las actividades realizadas es muy positiva, destacando el hecho de que la Comisión se mantiene en activo desde hace diez años.

PALABRAS CLAVE: Acción intersectorial, consejo de salud, promoción de salud



(63) PROGRAMAS DE PARTICIPACION COMUNITARIA

ENTIDAD:

Centro de Salud Santoña

PERSONA DE CONTACTO:

Cándido Gómez Arruza

DIRECCION: C/ Eguilior, 1

C.P.: 39740 Santoña

TELEFONO: 942 66 17 25

FAX: 942 66 03 98

RESUMEN

El Centro de Salud de Santoña presta servicio a las necesidades de los ciudadanos con diez programas diferentes, en los que se pretende abordar la salud con una perspectiva no sólo física sino teniendo en cuenta todos aquellos aspectos sociales que influyen en el proceso salud-enfermedad. Con este fin, el trabajador social del centro coordina todas las actividades de participación, que tienen como objetivo que la población tome parte activa en todos los programas desarrollados, sobre todo en los aspectos preventivos de los mismos. Entre las actividades desarrolladas se encuentra un programa de mejora de la calidad asistencial, que lleva funcionando dos años. Como parte del mismo, se ha llevado a cabo una encuesta entre los usuarios del centro para conocer la opinión que tienen de los servicios prestados. Hay que señalar que los resultados de la encuesta muestran que los ciudadanos tienen un elevado grado de satisfacción con respecto a los mismos. Por otra parte, se realizan actividades con grupos de apoyo, con el fin de lograr la ayuda mutua entre personas que presentan problemas de salud similares. Por último y como un elemento indispensable en la participación comunitaria se ha creado un Comité de Participación Ciudadana, entre cuyas funciones está la de generar la realización de actividades de tipo preventivo con imaginación y capacidad de convocatoria, así como coordinar las acciones en salud de las instituciones y de los grupos sociales ya organizados. Forman parte del mismo el propio centro de salud, los centros educativos, el ayuntamiento, sindicatos, la cofradía de pescadores, la "Asociación de ocio y tiempo libre", representantes de las industrias conserveras de la localidad y voluntariado social procedente de la Escuela de Adultos.

PALABRAS CLAVE: Consejo de salud, encuesta, calidad asistencial

(64) 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

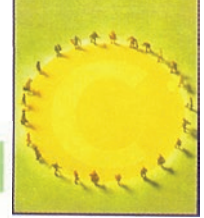
TELEFONO: 98 514 86 19

FAX: 98 538 77 95

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 de 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. Han sido cuestiones abordadas 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, acción intersectorial, promoción de salud



(65) JORNADAS DE SALUD DE CONTRUECES

ENTIDAD:

Centro de Salud de Contrueces

PERSONA DE CONTACTO:

María Elena Díaz Palacios

DIRECCION: Centro de Salud. C/ Río Cares, s/n

C.P.: 33210 Gijón

TELEFONO: 98 514 86 19

FAX: 98 538 77 95

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, jornadas de salud, acción intersectorial

(66) VIVIR EN SALUD A TRAVES DE LO COTIDIANO

ENTIDAD:

Consultorio de Marines

PERSONA DE CONTACTO:

Magdala Manero Moncunill

DIRECCION: C/ Cristo de la Merced, s/n

C.P.: 46169 Marines (Valencia)

TELEFONO: 96 164 81 15

RESUMEN

Desde el Consultorio de Marines se atiende a una población de 1.500 habitantes, con un alto índice de gente joven, por parte de un médico y una enfermera. Para el desarrollo del programa se capta la población desde las consultas médica y de enfermería y se cuenta con la colaboración activa de las siguientes instituciones y colectivos: concejalías de sanidad y servicios sociales del ayuntamiento, profesorado de los colegios, escuela de adultos y asociación de amas de casa. El propósito fundamental del programa es incrementar el bienestar y la calidad de vida de la población, potenciando el desarrollo de sus propias capacidades y reforzándoles a adoptar hábitos saludables. Asimismo, se pretende optimizar el uso de los recursos existentes. Todo ello con el fin de que la comunidad adquiera el protagonismo que le corresponde con respecto a su salud tanto física, como psicológica y social. Para ello se llevan a cabo las siguientes actividades: 1) Talleres, en lo que se abordan temas tales como alimentación, promoción de salud y prevención, autocuidados y crecimiento personal, autocuidados, comunicación, tolerancia, autoestima y el binomio amor-sexualidad; 2) Encuentros, con los fines de compartir y rescatar, a través del contacto con el entorno, elementos del paisaje, geográficos, culturales, tradiciones gastronómicas, etc., así como de incorporar formas atractivas de realizar ejercicio físico (paseos, danza, bicicleta, piscina...). La metodología utilizada es participativa, siendo la función de la enfermera coordinar y facilitar a nivel instrumental y conceptual los apoyos necesarios. Para la evaluación de las actividades se utiliza un cuestionario (pre y post) así como las opiniones expresadas por los propios participantes en el transcurso de las mismas. En la actualidad se está elaborando unas hojas informativas que tendrán una periodicidad mensual para difundir el programa y los resultados de las actividades. El equipo destaca que la población demanda el mantenimiento del programa y la generación de actividades nuevas.

PALABRAS CLAVE: Calidad de vida, educación para la salud, trabajo con grupos



(67) PLAN DE DIVULGACION DE NOCIONES BASICAS DE SALUD INTEGRAL

ENTIDAD:

ABS Bonavista-La Canonja

PERSONA DE CONTACTO:

Ramona Tigell Girones

DIRECCION: C/ Siete, 36-38

C.P.: 43100 Bonavista (Tarragona)

TELEFONO: 977 55 10 96

FAX: 977 54 17 21

RESUMEN

El Equipo de Atención Primaria se planteó realizar un conjunto de intervenciones en el ámbito educativo dirigidas a la comunidad, con el objetivo fundamental de generar una dinámica de tipo participativo en lo referente al grado de implicación de la población con su propia salud. Para ello, se ha creado una amplia red de colaboración con entidades y profesionales, abarcando diferentes grupos poblacionales (infancia, adolescencia, adultos, tercera edad y grupos de alto riesgo sociosanitario). De forma global, se han realizado aproximadamente 393 acciones de diverso tipo, con una cobertura de 4.593 personas residentes en la zona básica. Entre las actividades realizadas podemos mencionar las siguientes: Jornada de puertas abiertas, formación de voluntariado, actividades en los colegios de la zona, trabajo con asociaciones, etc. Debido a la priorización realizada, se ha hecho especial hincapié en las actividades relacionadas con la salud mental y con la sexualidad y en los grupos de población infantil y adolescente. De cara a la evaluación, se recoge información del desarrollo de cada una de las actividades realizadas en forma de ficha, donde se hace constar la metodología utilizada y los resultados obtenidos mediante indicadores de proceso, de estructura y de resultados.

PALABRAS CLAVE: Educación para la salud, acción intersectorial, trabajo con grupos

(68) PROGRAMA COMUNITARIO DE EDUCACION PARA LA SALUD

ENTIDAD:

ABS Bonavista-La Canonja

PERSONA DE CONTACTO:

Ramona Tigell Girones

DIRECCION: C/ Siete, 36-38

C.P.: 43100 Bonavista (Tarragona)

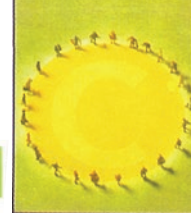
TELEFONO: 977 55 10 96

FAX: 977 54 17 21

RESUMEN

El programa está estructurado en dos fases, en una primera se ha llevado a cabo un amplio estudio en el que se han utilizado indicadores de tipo socioeconómico, demográfico, etc., con el fin de caracterizar a la población de referencia del Área Básica (en torno a 14.000 habitantes), se ha estudiado la estructura comunitaria mediante la identificación de la red asociativa y de los modelos relacionales intergrupales y se han explorado aspectos tales como la identidad cultural, el sentimiento de pertenencia a la comunidad, etc. En una segunda fase, tras un proceso de priorización, se ha diseñado la intervención. Algunos de los resultados obtenidos en la primera fase muestran como elementos "clave" para la intervención (por ejemplo, el hecho de que se dé una alta sensibilización por parte de los escolares con respecto a la problemática del consumo de drogas en su entorno social, sumado a la propia percepción de los profesionales sanitarios, relativa al hecho de que el consumo de alcohol es elevado entre la población atendida en el centro). De esta manera, el Comité de Salud del barrio priorizó la intervención sobre el consumo y venta de drogas (tanto legales como ilegales), sobre salud mental y sobre sexualidad. Se han elaborado tres proyectos principales: Plan de prevención de las drogodependencias en la escuela, Plan de divulgación sobre nociones básicas de salud integral y Plan de dinamización de la comunidad en torno a la salud. Otros proyectos llevados a cabo son los siguientes: "Jornadas de puertas abiertas", "Salud y ocio", "Salud y voluntariado" y "Salud y grupos de riesgo sociosanitario". Las actividades realizadas en el marco de cada proyecto se recogen en forma de guía de servicios, en la cual cada actividad se clasifica en función del problema abordado y de la población diana a la que se dirige. Todos los proyectos se evalúan.

PALABRAS CLAVE: Diagnóstico de salud, acción intersectorial, educación para la salud



(69) CASETA DE LA SALUD

ENTIDAD:

Consultorio de Cantillana

PERSONA DE CONTACTO:

Rafael Ortiz Ríos

DIRECCION: San Francisco, 23

C.P.: 41320 Cantillana (Sevilla)

TELEFONO: 95 573 04 08

FAX: 95 573 04 08

RESUMEN

La actividad, que se viene llevando a cabo desde hace cuatro años, surgió de la colaboración del Consultorio de Cantillana con el Ayuntamiento de la localidad en la Feria del Libro que se celebra anualmente. La actividad consiste en la instalación de una caseta-stand donde se reparte material divulgativo de educación para la salud dependiendo de la edad o de los temas de interés demandado por los visitantes. Los alumnos de los colegios visitan la Caseta de forma programada y con ellos se realizan una serie de actividades lúdicas tales como concursos, "el juego de las vacunas", preguntas-respuestas, gimcanas, etc., y se da como premios camisetas de temas de salud, kit de higiene dental o pins. A todos los niños y niñas se les da material divulgativo dependiendo de la edad y consensuado previamente con el profesorado para que lo trabajen en clase. Así, en el ciclo inicial se ofrece el desayuno escolar, el juego de la vacuna y cómo prevenir accidentes en el hogar; en el ciclo medio, "juega limpio con tu salud" y cómo debemos cuidar la espalda. A los mayores y a la población en general se les da material divulgativo dependiendo de la edad, la profesión, el sexo, si tiene estudios o no, si detectamos algún problema de salud, el interés en algún tema en concreto, si tiene prácticas de riesgo, etc. A los agricultores se les reparten folletos ("fauna y salud"), a las mujeres adultas se les suministra un folleto de autoexploración de mama y a los fumadores se les da consejo para dejar de fumar. Asimismo, todos los años repartimos un folleto standard sobre un tema concreto de salud que nos sirve para contar las visitas de adultos ya que la de los niños las tenemos concertadas previamente en cantidad y en grupos. Este último año visitaron la caseta de la salud 623 niños menores de 12 años, 557 de entre 12 y 18 años, y 429 mayores de 18 años. La Caseta es facilitada por el Ayuntamiento y en cuanto al material divulgativo (libros, folletos, pegatinas, carteles, camisetas, etc.) se utilizan los editados por la Consejería de Salud, el Servicio Andaluz de Salud, el Distrito Sanitario Rinconada, el Comisionado para la Droga y otros realizados "ad hoc" en el propio consultorio.

PALABRAS CLAVE: Educación para la salud, acción intersectorial, actividades lúdicas

(70) FERIA DE LA SALUD

ENTIDAD:

Centro de Salud San Andrés-Torcal

PERSONA DE CONTACTO:

Eva González González

DIRECCION: Centro de Salud. Bda. El Torcal/José Palanca, s/n

C.P.: 29003 Málaga

TELEFONO: 95 233 08 00

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 sólo 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 esta 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 concluyen 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



(71) PLAN COMUNITARIO DISTRITO QUINTO

ENTIDAD:

Plan Comunitario Distrito Quinto/Centro de Salud de Labañou

PERSONA DE CONTACTO:

Emilio Lesta Casal

DIRECCION: Perpendicular a C/ Colombia, s/n

C.P.: 15011 A Coruña

TELEFONO: 981 27 70 92

RESUMEN

El "Plan Comunitario do Distrito Quinto" tiene como fines fomentar la participación ciudadana y desarrollar programas encaminados a la promoción de la salud, a la prevención de hábitos nocivos y, en general, a la mejora de la calidad de vida de los ciudadanos y ciudadanas del Distrito. Sus objetivos se concretan mediante el establecimiento de un marco favorecedor para la coordinación entre las distintas administraciones públicas y los profesionales que trabajan en dichos servicios, con el fin de rentabilizar recursos mediante el abordaje conjunto de los problemas de la población. Entre los proyectos que se llevan a cabo hay que mencionar los siguientes: "Proyecto de prevención en el ámbito educativo" consistente en una propuesta de actividades de educación para la salud dirigidas a los escolares de los ciclos educativos de educación infantil y primaria; "Proyecto de prevención en el ámbito familiar "Escuela de padres y madres; "Proyecto de prevención con grupos de riesgo". Asimismo, se lleva a cabo, un "Proyecto de fomento de la participación ciudadana", que consta entre otras de las siguientes actividades: elaboración de la monografía comunitaria, apoyo e impulso del tejido asociativo, promoción de nuevos grupos sociales, tertulias ciudadanas, revista comunitaria "Disquedin", radio comunitaria, formación ocupacional y desarrollo de un convenio de colaboración con el ayuntamiento. Para el desarrollo de sus actividades, el Plan cuenta con locales (oficina y aula) en el centro de servicios sociales, así como con las infraestructuras de los centros escolares, del centro de salud, de diversos servicios municipales y de las asociaciones del barrio. Las organizaciones e instituciones que conforman el Plan son las siguientes: el tejido asociativo del distrito (que forma la Junta Directiva de la Asociación Comunitaria), el centro de salud, los centros educativos, el centro de servicios sociales, la Cruz Roja y el centro de drogodependencias. Además de la evaluación propia de cada uno de los proyectos desarrollados, los objetivos marcados en el Plan Comunitario son objeto de seguimiento y supervisión por parte de la Junta Directiva.

PALABRAS CLAVE: Planes, acción intersectorial, asociaciones

(72) FIESTA DE LA SALUD

ENTIDAD:

Centro de Salud Santoña

PERSONA DE CONTACTO:

Cándido Gómez Arruza

DIRECCION: C/ Eguilior, 1

C.P.: 39740 Santoña

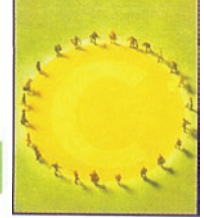
TELEFONO: 942 66 17 25

FAX: 942 66 03 98

RESUMEN

Desde el centro de salud se lleva a cabo un programa de educación para la salud sobre alcohol, tema este priorizado por el equipo dado el arraigo en la cultura local del abuso de alcohol, potenciado por el elevado número de bares y la existencia entre la población pescadora de la "cultura del chiquiteo", que se extiende a otros grupos de población y a gente joven. Para el desarrollo del programa se cuenta con la colaboración de otras instituciones tales como el hospital de referencia, el ayuntamiento de la localidad y la diputación. La celebración de una "fiesta de la salud" surge como parte de este programa de educación para la salud sobre alcohol y consiste en emplazar en una de las plazas más céntricas de la ciudad, durante un período vacacional, 7 stands donde se ofrecen zumos naturales como alternativas al consumo de alcohol y se da información sobre los peligros del consumo excesivo del mismo. La idea, que se originó entre los líderes de la comunidad, fue puesta en marcha por los estudiantes de educación secundaria, los servicios sociales y los profesionales del centro de salud. Los participantes fueron los siguientes: 20 estudiantes del Instituto de Educación Secundaria preocupados por los efectos nocivos del alcohol y tabaco; los profesores que anteriormente habían participado en un cursillo intensivo organizado por el Centro de Salud sobre los peligros de estas sustancias; el responsable de educación del Ayuntamiento; 10 jóvenes (que no realizaban ningunos estudios) y 10 profesionales del centro de salud entre ellos, un asistente social, médicos, enfermeras y auxiliares. El equipo de trabajo señala que "la fiesta de la salud" ha tenido una gran aceptación cara al público y su organización fue todo un éxito para sus organizadores.

PALABRAS CLAVE: Fiestas de la salud, alcohol, acción intersectorial



(73) ESTUDIO SOBRE LOS PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN LA COMUNIDAD

ENTIDAD:

CAP Sagrada Familia

PERSONA DE CONTACTO:

M.ª Teresa Torres Bernáldez

DIRECCION: C/ Fonería, 2

C.P.: 08240 Manresa

TELEFONO: 93 877 27 01

FAX: 93 874 78 13

RESUMEN

Con esta actividad se pretende conocer los problemas de salud mental de la población asignada a una unidad asistencial del equipo de atención primaria, así como realizar un estudio de la distribución por sexos y grupos de edad de los diferentes trastornos de salud mental según la clasificación del DSM-IV y evaluar las posibles medidas de abordaje preventivo y/o terapéutico de los problemas de salud mental de la comunidad. Para ello y en el marco de la realización del diagnóstico de salud comunitaria de la población general que reside en el ámbito del Equipo de Atención Primaria, se han llevado a cabo entrevistas personales administrando una encuesta estructurada que incluye las variables que pueden influir en el desarrollo de un trastorno de salud mental. Previamente se había entrenado a los profesionales del grupo en las técnicas apropiadas, bajo la supervisión de un miembro del Grupo de Atención Primaria orientada a la comunidad (APOC). Igualmente se llevan a cabo reuniones periódicas del equipo con el responsable del Dispensario Mental del Hospital de Referencia para estudio y discusión de los problemas, que surgen al respecto y se realizan estudios sobre prevalencia, distribución y otras variables implicadas, en el grupo de población asignado a uno de los profesionales del equipo que se está realizando un máster sobre el tema. Los materiales utilizados son los siguientes: encuesta estructurada administrada a una muestra significativa de la población general, el test de Gooldberg administrado a una muestra significativa de la población general y el registro de historias clínicas del centro. Por otra parte, una comisión de APOC trata todas las incidencias del diagnóstico de salud comunitaria y se cuenta con la supervisión especializada del Director del Dispensario de Salud Mental del Hospital General de referencia y con la asesoría de un psiquiatra y psicólogo externos. Hay que señalar que todo el equipo participa en las tareas de diagnóstico de salud comunitaria y en todas las actividades generales que afectan a la población general y en concreto a la población asignada.

PALABRAS CLAVE: Diagnóstico de salud, salud mental

(74) PROMOCION DE SALUD Y EDUCACION SANITARIA

ENTIDAD:

Facultad de Medicina y Centro de Salud de Santomera y La Ñora

PERSONA DE CONTACTO:

Élvira Ramos García

DIRECCION: Facultad de Medicina

C.P.: 30100 Campus de Espinardo (Murcia)

TELEFONO: 968 36 39 48

FAX: 968 36 38 47

E-MAIL: elramos@fcu.um.es

RESUMEN

La elaboración de diagnósticos de salud participativos facilita las acciones posteriores tendentes a la resolución de los problemas detectados, con una metodología capaz de superar la actual relación entre los profesionales sanitarios y los usuarios de los servicios. Por otra parte, la existencia de espacios como los Consejos de Salud pueden servir como base para la realización de este tipo de actividades. En los centros de salud de Santomera y La Ñora (Murcia), que cuentan con consejos, se ha llevado a cabo un estudio con carácter participativo con las siguientes etapas: 1) Recogida de información y posterior interpretación acerca de los principales problemas de salud; La recogida se efectuó a lo largo de 4 meses y de manera paralela por parte del equipo de atención primaria y de los componentes del consejo de salud; 2) Contrastación de las conclusiones de ambos colectivos y priorización de los tres problemas principales objeto de intervención y 3) inicio de acciones participativas y colectivas para el abordaje de los problemas priorizados. El proceso ha supuesto la elaboración de una serie de soportes documentales propios, procedentes de la realización de entrevistas a 400 pacientes y de la administración de una encuesta a 400 ciudadanos, fundamentalmente a través de los centros de la mujer. El análisis en grupo de la información obtenida, junto a la obtención de perfiles de morbimortalidad y a la confrontación de los resultados y las propuestas por parte de los profesionales sanitarios y de la población, se espera que sean la base para orientar la planificación del trabajo de los centros de salud.

PALABRAS CLAVE: Investigación, consejo de salud, diagnóstico de salud



(75) CONSEJO DE SALUD DEL BARRIO CARABANCHEL ALTO

ENTIDAD:

Plan Comunitario/Centro de salud "Guayaba"

PERSONA DE CONTACTO:

Marta Lozano

DIRECCION: C/ Piqueñas, 3

C.P.: 28044 Madrid

TELEFONO: 91 508 03 90

FAX: 91 508 03 89

RESUMEN

El Consejo de Salud tiene como objetivo general promover la salud e incrementar la calidad de vida y el bienestar social, potenciando la capacidad de las personas y grupos para el abordaje de sus propios problemas, demandas o necesidades. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) Facilitar los contactos y el intercambio de información entre grupos que desarrollan programas de salud y cuantas personas, grupos y entidades estén interesados; 2) Estimular la puesta en marcha de acciones que mejoren la salud colectiva; 3) Generar metodologías y materiales útiles para el trabajo con la población; 4) Fomentar la participación de los ciudadanos, organizaciones comunitarias e instituciones locales; 5) Difundir informaciones de interés en publicaciones y otros medios y 6) efectuar un seguimiento de los servicios y programas sanitarios que se llevan a cabo en el barrio a fin de hacer aportaciones para su mejor funcionamiento. La presentación al barrio del Consejo de Salud se realizó a finales de 1997 en el Centro Cultural "García Lorca". Entre las actividades que se llevan a cabo hay que mencionar el diseño, realización y reparto del folleto informativo del consejo, un primer encuentro con la población a través de una serie de debates que giran en torno al tema "hábitos para una vida saludable, así como una fiesta lúdico-recreativa en un parque público, en la cual se repartió el folleto y se realizaron diversas actividades. Se han realizado también talleres de nutrición con el objetivo fundamental de formar agentes de salud en este tema. El consejo, que está formado por... se reúne 1 día al mes y se organiza en las siguientes comisiones: Comisión de información, entre cuyas funciones está visitar a las asociaciones del barrio para dar a conocer el Consejo e invitarles a formar parte del mismo, así como recoger información sobre las actividades que realicen; otras funciones son organizar un punto informativo comunitario ubicado en la sede del Plan Comunitario Carabanchel Alto y difundir la hoja informativa en todos los "lugares de encuentro". La Comisión de documentación interna realiza el trabajo administrativo y de gestión y, por último la Comisión de formación en hábitos de salud lleva a cabo los proyectos diseñados.

PALABRAS CLAVE: Consejo de salud, promoción de salud, acción intersectorial

(76) PROMOCION DE ACTIVIDADES DE VIDA SANA DESDE LA COMUNIDAD

ENTIDAD:

Centro de Salud de Cocentaina

PERSONA DE CONTACTO:

José Javier Blanquer Gregori

DIRECCION: Centro de Salud. Avda. Reial Blanc, s/n

C.P.: 03820 Cocentaina (Alicante)

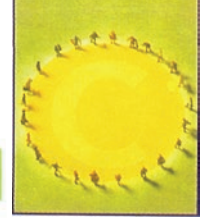
TELEFONO: 96 559 16 11

FAX: 96 559 32 15

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 sociosanitarios-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 amas 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 Sociosanitario 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



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A PROFESIONALES

(77) EDUCACION PARA LA SALUD EN LA ESCUELA INFANTIL

ENTIDAD:

Centro de Salud Monovar

PERSONA DE CONTACTO:

Margarita de Blas García

DIRECCION: C/ Monovar, 11

C.P.: 28033 Madrid

TELEFONO: 91 383 89 89

FAX: 91 767 20 79

RESUMEN

Aprovechando diversos contactos mantenidos con la escuela infantil se convoca una reunión con los educadores y la directora de la misma con el objetivo de incitarlos a que, mediante una tormenta de ideas, expongan los temas que les preocupan y de los que les gustaría recibir educación sanitaria. Mediante una técnica de consenso se acuerda tratar el tema de primeros auxilios y prevención de accidentes en la infancia. Como objetivo general se propone, por tanto, que las educadoras adquieran conocimientos sobre prevención de accidentes infantiles y pautas de actuación en primeros auxilios. Los profesionales docentes son dos enfermeras, contando con la colaboración del pediatra en la elaboración de las sesiones. Los temas a tratar se acuerdan entre las educadoras y las docentes siguiendo criterios de frecuencia y gravedad y son los siguientes: Atragantamientos y cuerpos extraños, convulsiones, estados febriles, golpes y caídas, heridas y hemorragias, quemaduras, intoxicaciones, picaduras, mordeduras y, por último, reanimación cardiopulmonar (teoría y práctica). Cada sesión de trabajo consta de una hora de duración, de frecuencia semanal, con una distribución de diez minutos para desarrollar la "técnica de la rejilla" y cincuenta minutos para exposición, dudas y preguntas, estableciéndose un pequeño coloquio con el fin de hacer cada sesión lo más participativa posible. La evaluación se realiza mediante un test de conocimientos y a través de un cuestionario de satisfacción.

PALABRAS CLAVE: Accidentes, acción intersectorial, educación para la salud

(78) TALLERES SOBRE GESTION DEL ESTRES LABORAL

ENTIDAD:

Distrito de Atención Primaria Alcalá-Dos Hermanas

PERSONA DE CONTACTO:

Manuel Cenizo Rodríguez

DIRECCION: C/ Santander, s/n

C.P.: 41500 Alcalá de Guadaíra (Sevilla)

TELEFONO: 95 561 41 93

FAX: 95 561 33 79

RESUMEN

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) en su informe de 1993 reconoce el estrés en sanitarios y docentes como "un riesgo ocupacional significativo de la profesión". Con la realización de estos talleres pretendemos identificar fuentes generadoras de estrés en el ejercicio del rol profesional y desarrollar la capacidad para encontrar expresiones paliativas del estrés al obtener una mejor sensibilidad, flexibilidad y espontaneidad corporal, utilizando técnicas corporales diversas que den respuesta a las disfunciones corporales generadas por el estrés y la relajación consciente como elemento de equilibrio entre actividad y reposo y medio para combatir las tensiones provocadas por la función asistencial y docente. Los talleres están dirigidos a los profesionales sanitarios y docentes. La duración de cada taller es de 21 horas distribuidas en 7 sesiones de 3 horas y, en el caso de los docentes, se pretende que este aprendizaje se incorpore al trabajo habitual de los mismos, mediante la generalización de la experiencia y su puesta en práctica en el aula. La metodología se basa en un trabajo pedagógico-vivencial que emplea ejercicios expresivos y posturales para aprender a descargar el exceso de tensiones acumuladas y cargar aquellas zonas desvitalizadas con la utilización de la respiración, el movimiento y la relajación de forma individual, en parejas y en grupo.

PALABRAS CLAVE: Técnicas de relajación, trabajo con grupos, salud laboral



(79) PREVENCIÓN DE ACCIDENTES INFANTILES EN EL CENTRO ESCOLAR

ENTIDAD:

Centro de Salud Aranjuez I

PERSONA DE CONTACTO:

M.^a Pilar Zamorra San Joaquín

DIRECCION: C/ Abastos, s/n

C.P.: 28300 Madrid

TELEFONO: 91 891 69 59

FAX: 91 892 01 58

RESUMEN

La realización de esta experiencia se enmarca en una dinámica de trabajo coordinado, a través de la Mesa Escolar del Distrito, entre el Centro de Salud y el Centro de Profesores y Recursos. Son, por tanto, los propios profesores los que demandan recibir formación sobre determinados temas de educación para la salud, sobre la base de sus necesidades. Los objetivos específicos de esta actividad son que los profesores del Colegio Público "San José de Calasanz" sepan identificar los factores de riesgo de accidentes en su medio así como los recursos a su alcance para prevenirlos y qué hacer si éstos se producen. Igualmente, se pretende que los profesionales docentes obtengan los conocimientos necesarios para educar a sus alumnos en la prevención de accidentes. Se realizan cuatro sesiones de trabajo de 90 minutos de duración cada una de ellas y en las que se emplean técnicas tales como "la tormenta de ideas", exposiciones teóricas seguidas de un coloquio y demostraciones prácticas de casos. El grupo de trabajo está formado por un pediatra, tres enfermeras y una trabajadora social. La evaluación se realiza mediante un cuestionario de conocimientos y otro de satisfacción sobre la estructura del curso y la utilidad del mismo para el trabajo diario. Hay que señalar que tanto en lo que respecta a los conocimientos adquiridos como a la satisfacción, dicha evaluación ha resultado positiva. El grupo de trabajo destaca el hecho de que esta actividad y otras similares están sentando las bases para una coordinación estable en el tiempo con los profesionales docentes del Distrito y, por tanto, para la intervención sanitaria en el marco escolar.

PALABRAS CLAVE: Accidentes, acción intersectorial, educación para la salud