



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

- Acción intersectorial 6, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 92, 106, 110, 113, 115, 117, 121, 122, 124, 125, 127, 128, 130, 132, 133, 134, 135, 137, 138, 139, 140, 143, 145, 146, 147, 148, 149.
- Accidentes 10, 103, 104, 115.
- Acción social en salud 36, 38, 66, 94, 105, 120, 126.
- Actividades lúdicas 10, 92, 99.
- Agentes de salud 52, 108, 113.
- Alcohol 11, 17, 145.
- Alimentación 15, 127.
- Alzheimer 38, 51, 86.
- Apoyo psicológico 42, 64, 80, 88, 90, 94, 99, 131.
- Artrosis 44.
- Asma 50.
- Asociaciones 50, 112, 118, 126, 130, 138, 139, 140.
- Autocuidados 50, 144.
- Calidad asistencial 39, 129.
- Calidad de vida 13, 19, 31, 32, 40, 79, 84, 88, 89, 95, 98, 100, 102, 106, 107, 111, 136.
- Cáncer 97.
- Cardiopatía isquémica 26.
- Consejo de salud 118, 125, 126, 129, 135, 139, 141, 146, 147.
- Cuidadores 32, 42, 51, 65, 75, 79, 86, 101, 105.
- Diabetes 33, 41, 45, 47, 49, 54, 55, 56, 60, 61, 123, 137.
- Diagnóstico de salud 140, 141, 142, 149.
- Discapacidad 101, 107.
- Drogodependencias 3, 5, 29, 30, 31, 35, 40.
- Educación maternal 62, 69, 76, 81.
- Educación para la salud 1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 11, 15, 17, 18, 22, 25, 27, 28, 33, 34, 36, 40, 41, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 51, 53, 54, 55, 56, 58, 59, 60, 61, 63, 65, 66, 67, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 77, 78, 82, 83, 84, 85, 87, 90, 91, 92, 93, 99, 104, 112, 115, 117, 119, 124, 128, 132, 134, 136, 144, 149.
- Ejercicio físico 134.
- Embarazo 62, 69.
- Encuesta 129.
- Enfermedades concretas 59.
- Enfoque familiar 52, 108.
- Estilo de vida 16.
- Estrategia de riesgo 13, 108, 110, 112, 113, 120, 132.
- Evaluación 5.
- Fiestas de la salud 118, 145.
- Género 74, 114.
- Grupos de autoayuda 38, 63, 66, 78, 79, 81, 94, 96.
- Hipertensión 48.
- Intervención 29, 30, 97, 109, 121, 131.
- Investigación 16, 17, 57, 93, 96, 103, 106, 114, 123, 141, 148.
- Jornadas de salud 4, 120, 146.
- Lactancia 73, 81.
- Medicamentos 93.
- Medio ambiente 138.
- Medios audiovisuales 8.
- Medios de comunicación social 3, 123, 133, 137, 143.
- Memoria 95, 98, 100.
- Menopausia 63, 64, 68, 70, 77, 78, 82, 83, 87, 89.
- Nutrición saludable 4, 124.
- Obesidad 28.
- Planes 122, 130.
- Política de puertas abiertas 1, 2.
- Prevención 10, 26, 27, 35, 46, 85, 103.
- Programas de crónicos 53.
- Promoción de salud 23, 24, 114, 122, 125, 127, 133, 135, 147.
- Prostitución 30.
- Puerperio 67, 72.
- Salud bucodental 7, 8, 9, 97, 109.
- Salud mental 37, 43, 68, 71, 142, 148.
- Sexualidad 12, 14, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 91, 107, 111, 116.
- Sida 3.
- Sueño 102.
- Tabaco 11, 18, 119, 121, 143.
- Técnicas de relajación 34, 37, 43, 57, 58, 80.
- Trabajo con grupos 1, 2, 3, 6, 7, 8, 12, 14, 19, 20, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 32, 33, 34, 36, 37, 39, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 64, 65, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 80, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 95, 98, 100, 101, 102, 104, 110, 111, 116, 117, 119, 128, 131, 136, 144.
- Voluntariado 39, 96, 105.



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A LA POBLACION INFANTIL Y ESCOLAR

(1) UNA VISITA DIFERENTE AL CENTRO DE SALUD

Dirección de contacto: José Javier Blanquer Gregori. Centro de Salud de Cocentaina. C/ Reial Blanc, s/n. 03820 Cocentaina (Alicante).
Tel.: 96 559 16 11. *Fax:* 96 559 32 15. *E-mail:* aranhhd@teleline.es

Resumen

El proyecto, que forma parte del Plan Comunitario de Salud, tiene un carácter informativo y va dirigido a los alumnos de 5.º curso de los tres colegios de la zona básica de salud, con la finalidad de que conozcan el centro de salud, dándoles una visión de las funciones y actividades que tienen tanto los profesionales sanitarios como no sanitarios. La actividad se realiza en el centro de salud en horario escolar y en ella participan todos los trabajadores del mismo. Los niños, acompañados por un profesor, se agrupan en 6 equipos de 10 a 15, que junto a celadores y administrativos como monitores, van recorriendo las seis actividades preparadas en consultas y salas de espera. Para cada actividad se dispone de 20 minutos, con una duración total de 150 minutos. Así, cada subgrupo, identificado por colores va rotando por las siguientes actividades: 1) «menudo el médico»: un médico «enano» les enseña la consulta y qué hace en ella; 2) «la momia»: actividades de enfermería y actuación en accidentes domésticos; 3) «todo un paso»: actividades de la matrona, desarrollo fetal y su sonido; 4) «el cepillo de dientes»: actividad de promoción de salud orientada a la prevención de caries dental; 5) «ponerse en forma»: actividad del fisioterapeuta, visita al gimnasio, promoción de la higiene postural, y 6) «sobre ruedas»: una visita a la UVI móvil. Todas estas actividades se realizan mediante talleres participativos en los que se usan modelos informáticos y modelos a escala. La evaluación se lleva a cabo mediante paneles confeccionados por los alumnos asistentes, en los que se incluyen fotografías realizadas por los auxiliares de clínica y el trabajador social durante el recorrido.

Palabras clave: Política de puertas abiertas, educación para la salud, trabajo con grupos

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

Dirección de contacto: José Hernández García-Alcalá. Centro de Salud Campo Real. C/ Escuelas, 1. 28510 Campo Real (Madrid).
Tel.: 91 886 73 06. *Fax:* 91 873 37 29

Resumen

El objetivo general de este proyecto es incluir en el currículum de los escolares, de manera sistemática y estable, 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 pre-escolar 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. Esta actividad se va a ampliar próximamente a los 7 consultorios de la zona.

Palabras clave: Educación para la salud, política de puertas abiertas, trabajo con grupos



(3) TALLER DE RADIO (PREVENCIÓN DE DROGA)

Dirección de contacto: M.^a Angustias García García. Centro de Salud del Albaycín. Cementerio de San Nicolás, s/n. 18010 Granada.
Tel.: 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

(4) PROMOCIÓN DE SALUD ALIMENTARIA EN LA ESCUELA

Dirección de contacto: M.^a José Ramírez. Centro de Salud San Andrés-Torcal. Bda. El Torcal/José Palanca, s/n. 29003 Málaga.
Tel.: 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 el 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.

Palabras clave: Jornadas de salud, nutrición saludable, educación para la salud



(5) EVALUACION DE UN PLAN DE PREVENCION DE DROGODEPENDENCIAS EN LA ESCUELA

Dirección de contacto: Ramona Tigell Girones. ABS Bonavista – La Canonja. C/ Siete, s/n. 43100 Bonavista (Tarragona).
Tel.: 977 55 10 96. *Fax:* 977 54 17 21

Resumen

Esta actividad de carácter educativo y dirigida a los escolares de la zona básica con el objetivo de prevenir las drogodependencias se ha llevado a cabo durante tres cursos. 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 y un seminario dirigido a los padres. Después de estos tres años iniciales se siguieron realizando algunas de las 64 actividades propuestas y, en la actualidad, ya no se aplica. La evaluación del proyecto sólo se ha llevado a cabo parcialmente, dado que la realización de la segunda encuesta se dificultó al coincidir con la aplicación de la reforma educativa. Los escolares, que iniciaron sus estudios según el plan anterior (EGB), se distribuyeron tras esta aplicación en dos centros educativos distintos, lo cual hizo imposible concluir esta fase de evaluación. En la actualidad se mantiene la dinámica de trabajo con la escuela y, en el curso 2000-2001, el claustro de profesores ha priorizado como problema de intervención la salud mental y se aplicará el programa de competencias sociales «DECIDE».

Palabras clave: Educación para la salud, drogodependencias, evaluación

(6) PROYECTO EDUCATIVO EN UN CENTRO ESCOLAR

Dirección de contacto: Ana M.ª García Velasco. Centro de Salud Espinillo. C/ Orovilla, s/n. 28041 Madrid.
Tel.: 91 318 06 54. *Fax:* 91 318 04 55

Resumen

El proyecto se pone en marcha en el marco de la reforma educativa, en la cual se incorpora la educación para la salud como asignatura transversal, y se ha elaborado conjuntamente con el profesorado del Colegio Público «Antonio Nebrija». Los temas priorizados para su abordaje son alimentación, higiene, accidentes en la infancia, vacunas, hábitos tóxicos y sexualidad. Durante el curso escolar 98-99 se han realizado actividades en torno a los temas de alimentación e higiene dirigidas a los alumnos de 5.º y 6.º de enseñanza primaria con los siguientes objetivos: 1) facilitar conocimientos sobre una alimentación adecuada; 2) proporcionar información sobre la composición de los distintos alimentos; 3) fomentar hábitos de higiene corporal adecuados; 4) potenciar la importancia de un descanso adecuado, y 5) fomentar una higiene postural correcta. En las sesiones educativas se realizan exposiciones teóricas seguidas de debate, mediante técnicas participativas, tales como la tormenta de ideas, el intercambio de experiencias y ejercicios prácticos.

Palabras clave: Educación para la salud, acción intersectorial, trabajo con grupos



(7) PROGRAMA DE SALUD BUCODENTAL ESCOLAR EN MENORES DE 14 AÑOS

Dirección de contacto: Fco. Javier Pascual Codeso. Centro de Salud de Chipiona. Los Cedros, portal 1.º, 5.º B. 11405 Jerez de la Frontera (Cádiz).
Tel.: 956 18 60 42

Resumen

Uno de los objetivos prioritarios en materia de salud bucodental de la Consejería de Salud de Andalucía es la revisión y tratamiento preventivo de los escolares. Así, en todos los centros de salud del Distrito Sanitario de Jerez (Cádiz) se viene realizando desde hace varios años la revisión de los escolares de 2.º de Enseñanza Primaria Obligatoria, realizándose una historia clínica detallada de su estado dental y procediendo a la puesta de flúor tópico en cubetas y realización de selladores de fosas y fisuras. La primera toma de contacto con los escolares se realiza en el propio centro escolar, donde la captación de los pacientes es mayoritaria. Una vez realizada la historia se citan periódicamente en el centro de salud para los tratamientos conservadores y preventivos propuestos. Se recomiendan revisiones cada seis meses, así como medidas higiénicas y alimentarias saludables. El número de escolares revisados hasta el momento es de 3.150, siendo su índice CAO (número de piezas dentales careadas, ausentes y obturadas) de 2,99, lo que sugiere la necesidad de continuar con el programa y plantearse nuevas estrategias de abordaje del problema. El equipo que desarrolla la actividad considera que la educación para la salud es fundamental en esta población en riesgo y que ésta debe incluir actividades con los padres y con los profesores, así como talleres de higiene y cepillado dental.

Palabras clave: Salud bucodental, educación para la salud, trabajo con grupos

(8) SALUD BUCODENTAL

Dirección de contacto: Mauricio Lozano Navarrete. Distrito de Atención Primaria «Sierra Cádiz». Avda. de la Feria, 58. 11650 Villamartín (Cádiz).
Tel.: 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



(9) TALLER DE HIGIENE BUCODENTAL

Dirección de contacto: Marina Pallardo Royo. Centro de Salud de Manises. Pesset Alexandre, 4. 46940 Manises (Valencia).
Tel.: 96 152 39 05. *Fax:* 96 152 28 62

Resumen

La realización de estos talleres se enmarca en el Programa de Salud Bucodental, que se lleva a cabo en los colegios de la localidad desde hace seis años. Se efectúan revisiones a los escolares de 1.º y 5.º de enseñanza primaria y se remite a los mismos al odontopediatra y/o higienista del área para su seguimiento. Los talleres se realizan en los nueve colegios de Manises y con ellos se pretende disminuir la incidencia de caries en la población escolar potenciando hábitos saludables de higiene bucodental y de alimentación. El personal de enfermería que lleva a cabo la actividad contacta con la dirección de los centros escolares y con los profesores implicados y se programa la actuación conjuntamente. Generalmente, se da una charla a los padres de los niños revisados y que han participado en el taller. Por su parte, los profesores realizan enjuagues de flúor semanalmente con el alumnado en el aula. Para las exposiciones se utiliza el siguiente material: bocas articuladas, cepillos dentales, espejos, fichas de trabajo según niveles, diapositivas, videos, cuentos, etc. La evaluación se realiza mediante un cuestionario de hábitos y conocimientos.

Palabras clave: Salud bucodental, educación para la salud

(10) EDUCACION GRUPAL EN LA ESCUELA SOBRE PREVENCION DE ACCIDENTES

Dirección de contacto: Victoria Azpeitia Ortiz de Arri. Centro de Salud Cáceres. C/ Cáceres, 4. 28045 Madrid.
Tel.: 91 530 91 12

Resumen

Los objetivos de esta actividad son, por un lado, prevenir accidentes infantiles y, por otro, conocer la percepción de riesgo en esta población. La población diana la constituyen niños y niñas de 6 años del colegio «Nuestra Señora de las Delicias». Se realiza una sesión de una hora de duración en cada grupo, en la que se usa como metodología el juego, por considerar que ésta es la actividad más adecuada para este grupo de edad. Para ello, se realizan dos actividades: animación teatral y coloquio. Las sesiones son llevadas a cabo por enfermeras, una pediatra, un trabajador social y una administrativa del equipo. La evaluación se realiza mediante un pretest y un postest (antes y después del teatro) en base a láminas de dibujo.

Palabras clave: Accidentes, prevención, actividades lúdicas



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A ADOLESCENTES Y JOVENES

(11) HABITO DE ALCOHOL Y TABACO EN EL ADOLESCENTE

Dirección de contacto: M.ª Dolores Alvarez Flórez. Centro de Salud La Alamedilla. C/ Gonzalo de Vivero, 1, esc. 1, 3.º A. 37003 Salamanca.
Tel.: 606 64 27 19

Resumen

Las consecuencias derivadas del consumo de alcohol por parte de los jóvenes suelen referirse a alteraciones de las relaciones con la familia, compañeros y profesores, un bajo rendimiento académico, agresiones, etc. Por otra parte, este hábito constituye un importante problema de salud pública. El objetivo general del estudio «Hábito de alcohol y tabaco en el adolescente» es conocer la incidencia del consumo de estas sustancias en edades comprendidas entre 14 y 18 años. Para ello, se administra un cuestionario anónimo en el que se obtiene información referida a las siguientes variables: 1) características sociodemográficas (edad, género...); 2) frecuencia y distribución del consumo; 3) presencia de consumo de alcohol en el entorno familiar; 4) conocimiento sobre las consecuencias de esta conducta, y 5) fuentes directas e indirectas de información sobre el tema. Los principales resultados reflejan un elevado número de adolescentes que han tenido experiencias con el alcohol y el tabaco desde edades muy tempranas, así como la elevada incidencia de fumadores y bebedores habituales en fines de semana. Se concluye que son prioritarias las intervenciones educativas en este campo y que éstas deben iniciarse a edades tempranas en las que es posible aún prevenir estas conductas de riesgo.

Palabras clave: Alcohol, tabaco, educación para la salud

(12) JORNADAS SOBRE SEXUALIDAD-AFECTIVIDAD EN LA ESCUELA

Dirección de contacto: Mercedes Bermejo Sanchis. Centro de Salud Rafael Alberti. C/ Castrillo de Aza, 7, 6.º B, izqda.. 28031 Madrid.
Tel.: 91 331 02 20. *Fax:* 91 390 99 36/39

Resumen

La actividad es llevada a cabo conjuntamente por profesionales del Colegio Público «Concha Espina» de Vallecas y del Centro de Salud «Rafael Alberti» y está incluida en el programa de salud escolar que se realiza desde 1992. Tiene como objetivos contribuir a que los alumnos conozcan los métodos anticonceptivos y cómo prevenir las enfermedades de transmisión sexual y los embarazos no deseados, así como aumentar la autoestima, el manejo de la presión del grupo, las relaciones interpersonales y la afectividad; igualmente se pretende que los adolescentes conozcan personalmente a los sanitarios y la forma de acceder al centro de salud y a otros servicios de información. Para ello se llevan a cabo sesiones de educación para la salud que contemplan las siguientes actividades: colocación de una urna en la que los alumnos depositan sus preguntas de forma anónima, visionado del vídeo *Sexualidad y adolescencia*, formación de pequeños grupos y trabajo en base a las preguntas realizadas, conducido por uno o dos profesionales. Se utiliza como material un maletín que contiene todos los métodos anticonceptivos para que aprendan su uso y se realiza una sesión teórica participada sobre sexualidad en las diferentes etapas de la vida. Finalmente, se brinda la dirección y teléfonos del centro de salud y del Centro Joven de anticoncepción y sexualidad de Madrid. Previamente se mantienen reuniones con la Comisión Escolar del Centro y con los tutores y profesores de los cursos. La evaluación de la actividad, que se realiza todos los años, muestra que los adolescentes obtienen información sobre sexualidad de los medios de comunicación, películas, revistas, pornografía y que no saben adónde dirigirse para asesorarse sobre estos temas. Por otra parte, existen temores, dudas y tabúes que hacen prioritaria la intervención de los profesionales sanitarios en este campo.

Palabras clave: Sexualidad, acción intersectorial, trabajo con grupos



(13) INTERVENCIÓN CON JOVENES EN RIESGO SOCIAL

Dirección de contacto: Pedro Rial del Río. Plan Comunitario Distrito Quinto/ CS de Labañou. Centro de Salud. Perpendicular a C/ Colombia, s/n. 15011 A Coruña.
Tel.: 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, predelincuencia, 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

(14) TALLERES DE SEXUALIDAD-TARDE JOVEN

Dirección de contacto: Milagros Tirado Reyes. Centro de Salud San Andrés-Torcal. Bda. El Torcal/ José Palanca, s/n. 29003 Málaga.
Tel.: 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 currículo 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



(15) TALLER DE ALIMENTACION PARA ADOLESCENTES

Dirección de contacto: Roser Roca Velasco. Centro de Salud de Lliria. Com. Vec. «El Periquillo-B 123». 46117 Betera (Valencia).
Tel.: 96 279 01 02. *Fax:* 96 279 11 03. *E-mail:* falomir_tri@gua.es

Resumen

Desde la consulta de enfermería y a través del programa del niño sano se detectan hábitos de consumo excesivo de algunos alimentos (bollería, fiambres) y carencia de otros como lácteos, verduras y frutas. Con el apoyo y seguimiento del Grupo de Nutrición del Area, se elige como población diana a los adolescentes por ser el grupo de mayor riesgo y menor frecuentación del servicio pediátrico. Así, se oferta un taller al instituto de educación secundaria y se acuerda realizarlo con los alumnos y alumnas de 2.º curso en colaboración con la profesora de ciencias y la psicóloga del instituto con los objetivos de ofrecer información básica sobre equilibrio nutricional y de facilitar recursos alimentarios. El taller se desarrolla a lo largo de ocho sesiones que se llevan a cabo en la hora de la clase de ciencias (previamente se administra una encuesta de hábitos alimentarios). La dinámica de trabajo es participativa y práctica, así se forman grupos de 5-6 alumnos/as y se utilizan técnicas como el rol playing sobre situaciones familiares, evidenciándose la existencia de patrones machistas y de excesivo consumismo. En la última sesión se hace un almuerzo festivo con diferentes tipos de panes, aceite de oliva, tomates, queso blanco y jamón serrano, todo ello regado con zumo de naranja. Al finalizar el taller se convocó a los padres a una reunión informativa, a la que asistieron únicamente madres. Se ha acordado entre el instituto y el centro de salud potenciar este taller dentro del área de ciencias y realizarlo también en cursos superiores, en los que la autonomía respecto a los padres es mayor.

Palabras clave: Alimentación, acción intersectorial, educación para la salud

(16) HABITOS DE SALUD EN LA POBLACION JUVENIL

Dirección de contacto: Mercedes Bermejo Sanchís. Centro de Salud Rafael Alberti. C/ Castrillo de Aza, 7, 6.º B. 28031 Madrid.
Tel.: 91 303 99 13. *Fax:* 91 303 99 39. *E-mail:* merbes@eresmas.com

Resumen

La actividad es llevada a cabo conjuntamente por profesionales de los centros de salud «Rafael Alberti» y «Federica Montseny» de Vallecas y seis centros escolares del barrio. Tiene como objetivo conocer la situación de la población juvenil con respecto a factores de riesgo y hábitos de vida que repercuten en la salud con el fin de articular programas de prevención. Para ello se ha elaborado y administrado un cuestionario que recoge aspectos del SIVFRENT (sistema de vigilancia de factores asociados a enfermedades no transmisibles en población juvenil) de la Comunidad de Madrid. El cuestionario, de 50 ítem, ha sido cumplimentado por 798 alumnos y alumnas de 2.º, 3.º y 4.º de ESO, 3.º de BUP y COU que estaban cursando sus estudios durante el curso 99/00. Para su administración, se contó con la colaboración del profesorado y se explicó a los escolares en clase las características del estudio, garantizándoles el anonimato. Los principales indicadores medidos han sido: consumo de tabaco y de alcohol, uso de drogas, uso de preservativo en las relaciones sexuales y, por último, uso de casco y cinturón de seguridad en lo que respecta a accidentes. La información obtenida se ha comparado con los datos de la Comunidad Autónoma de Madrid, siendo los resultados más relevantes los que se ofrecen a continuación. En lo que respecta al consumo de alcohol (alto) el patrón es similar al de la Comunidad, por el contrario, en lo referente a las relaciones sexuales (una alta proporción manifiesta tenerlas con penetración) se han obtenido peores indicadores en relación al uso de preservativo, al igual que con respecto al riesgo de accidentes de tráfico. Por último, el consumo de drogas ilegales (cannabis, cocaína...) es menor en los escolares de Vallecas que en el resto de la Comunidad.

Palabras clave: Acción intersectorial, investigación, estilo de vida



(17) CONSUMO DE ALCOHOL EN LA ESCUELA TALLER DE SANTOÑA

Dirección de contacto: Cándido Gómez Arruza. Centro de Salud de Santoña. C/ Equilior, 1. 39740 Santoña.
Tel.: 942 66 17 25. *Fax:* 942 66 03 98

Resumen

El objetivo de este estudio es analizar los hábitos del consumo de alcohol y las actitudes relacionadas con el mismo con el fin de promover un cambio a través de campañas de concienciación social, prevención en edades tempranas y búsqueda de alternativas a su consumo. Se trata de un estudio descriptivo, transversal, con selección natural de los grupos. Los participantes en el mismo han sido 50 alumnos de la escuela taller de Santoña (Cantabria) divididos en cinco grupos de diez personas cada uno de ellos, con edades comprendidas entre los 17 y los 26 años. A todos ellos se les pidió que rellenaran un cuestionario autoadministrado sobre ejercicio físico y consumo de alcohol (Comin Bertrán E. *et al* «Fiablez de un cuestionario autoadministrado para investigar el nivel de ejercicio y el consumo de tabaco y alcohol entre escolares». *Medicina Clínica* 1998, 108 (88): 293-298). Los principales resultados son los siguientes: la media de edad para el inicio en el consumo de alcohol es de 13 años, el 95,8% de los encuestados han probado el alcohol alguna vez en su vida, de los cuales un 77,1% lo consumen cada día o al menos varias veces a la semana. Un 82,6% consume alcohol todos los fines de semana. Una vez analizados estos resultados, y conceptualizado el consumo de alcohol como un problema de salud pública a abordar, profesionales del centro de salud han iniciado acciones de formación sobre el tema dirigidas a los monitores de la escuela taller. Los monitores realizarán a su vez talleres de formación con los alumnos.

Palabras clave: Alcohol, investigación, educación para la salud

(18) PREVENCIÓN DEL TABAQUISMO EN LA ESCUELA

Dirección de contacto: Mercedes Bermejo Sanchís. Centro de Salud Rafael Alberti. C/ San Claudio, 154. 28038 Madrid.
Tel.: 91 390 99 13. *Fax:* 91 390 99 13

Resumen

La experiencia, que se incluye entre las actividades del programa de salud escolar, se pone en marcha de forma coordinada entre el profesorado, que percibe el tabaquismo como un problema, y los profesionales sanitarios. Sus objetivos son los siguientes: 1) informar sobre el tabaco y sus componentes; 2) analizar las consecuencias para la salud del hábito de fumar, y 3) profundizar en las razones por las cuales el hábito de fumar tiende a consolidarse durante la etapa juvenil. Para ello se realizan una serie de actividades con los escolares en el propio colegio. En primer lugar, se analizan las ventajas y desventajas de fumar mediante la técnica de «rejilla», para pasar a una exposición teórica con invitación al debate de los siguientes temas: qué es el tabaco, sustancias que contiene y enfermedades que provoca, papel de las instituciones y de la sociedad en relación al consumo de tabaco y publicidad. Otra de las actividades realizadas es la denominada «máquina de fumar», donde los alumnos y alumnas pueden visualizar las consecuencias del humo en el organismo y en la que se aprovecha para aclarar dudas, contradicciones, etc. Para finalizar, con motivo del «Día mundial sin tabaco», se realizó un concurso sobre esta temática dotado con tres premios en metálico, al que se podían presentar dibujos, redacciones, etc.

Palabras clave: Tabaco, educación para la salud, acción intersectorial



(19) PROGRAMA DEL ADOLESCENTE

Dirección de contacto: Esther Zúñiga. Centro de Salud de Altamira. C/ Altamira, 19. 48002 Bilbao.
Tel.: 94 427 44 11. *Fax:* 94 427 04 89

Resumen

Este es un programa de intervención comunitaria con adolescentes realizado de forma coordinada por un equipo multidisciplinar de profesionales (médicos, enfermeras y psicólogos) de Osakidetza y del Ayuntamiento de Bilbao. El objetivo general es crear espacios de reflexión con los adolescentes facilitándoles elementos de análisis que les ayuden a entender su proceso, contribuyan a su crecimiento en salud y favorezcan su participación activa. El marco teórico, las bases conceptuales y la metodología empleada se encuadran dentro de la propuesta del Centro «Marie Langer». La intervención se realiza en dos centros públicos de enseñanza secundaria del municipio de Bilbao, trabajándose de manera grupal mediante el modelo de grupo formativo y con actividades de difusión amplia. Cada profesional tiene a su cargo al menos un centro de enseñanza. Todas las actividades se programan, evalúan y revisan en el grupo de trabajo que se reúne con una periodicidad quincenal y cuenta con el asesoramiento y supervisión de los psicólogos del Ayuntamiento.

Palabras clave: Acción intersectorial, trabajo con grupos, calidad de vida

(20) LA EDUCACION SEXUAL: ¿UNA CUESTION EDUCATIVA O SANITARIA?, ¿O AMBAS COSAS?

Dirección de contacto: Consuelo Jiménez Castellblanch. Centro de Salud de La Eliana. C/ Rosales, 21-23. 46183 La Eliana (Valencia)

Resumen

El proyecto lleva dos años en marcha y tiene como finalidad establecer mecanismos de coordinación estables entre los centros educativos y los distintos servicios que ofrecen los centros sanitarios de la zona. Para ello, en primer lugar, se ha formado un grupo constituido por las siguientes profesionales de los servicios de salud: enfermeras, trabajadora social, una médica de planificación y familiar y una sexóloga. El grupo de trabajo mantiene reuniones semanales y, como parte del trabajo programado, se ha planificado una intervención en el instituto de enseñanza secundaria para abordar la educación sexual. Los cursos a los que se dirige la intervención son 1.º y 4.º de ESO (enseñanza secundaria obligatoria) y dos grupos con dificultades especiales, de los programas de garantía social y de diversificación curricular. El grupo de trabajo, tras contactar con los responsables del instituto, efectuó en primer lugar un análisis de las preguntas y dudas más frecuentes con respecto a la sexualidad que se planteaba el alumnado y elaboró un conjunto de materiales didácticos. Se llevan a cabo cinco sesiones sobre los siguientes temas: anatomía masculina y femenina, fisiología, anticoncepción y aborto, enfermedades de transmisión sexual y sida, sexualidad y afectividad humana. Al finalizar el curso se administra un cuestionario.

Palabras clave: Sexualidad, trabajo con grupos, acción intersectorial



(21) SEXUALIDAD Y ADOLESCENTES

Dirección de contacto: David Verdegay Romero. Centro de Salud 15 de Mayo. Paseo 15 de Mayo, 10. 28019 Madrid.
Tel.: 91 569 08 38. *Fax:* 91 565 02 52

Resumen

La actividad va dirigida a alumnos y alumnas del segundo ciclo de enseñanza secundaria de la zona y con ella se pretende aumentar su nivel de conocimientos sobre sexualidad y promover actitudes y valores que hagan disminuir la incidencia de embarazos no deseados y de enfermedades de transmisión sexual mediante el uso correcto del preservativo. La metodología incluye exposiciones teóricas participadas sobre el concepto de sexualidad, las enfermedades de transmisión sexual y los métodos anticonceptivos, así como demostraciones prácticas sobre el uso del preservativo. Se efectúa un reparto de preservativos y de trípticos y se realiza una evaluación de la actividad.

Palabras clave: Sexualidad, educación para la salud, trabajo con grupos

(22) EDUCACION ESCOLAR: PREVENCIÓN DE EMBARAZOS NO DESEADOS Y DE SIDA

Dirección de contacto: Pilar Regalón Martín. Centro de Salud San Martín de la Vega. Plaza Constitución, s/n. 28330 San Martín de la Vega (Madrid).
Tel.: 91 894 53 53. *Fax:* 91 894 53 95

Resumen

Esta actividad educativa se inicia en 1999 como parte del Programa de Salud Escolar y es llevada a cabo por profesionales de enfermería que, a partir de este año, cuentan con el apoyo de una psicóloga. El objetivo general de la misma es la prevención de embarazos no deseados y la prevención del SIDA en adolescentes. Entre sus objetivos específicos cabe destacar los siguientes: 1) que los adolescentes conozcan los cambios físicos y fisiológicos de esta etapa, así como los ciclos reproductivos y los cambios hormonales; 2) que conozcan los métodos anticonceptivos adecuados a cada edad; 3) profundizar en los aspectos psicológicos, efectivos y sociológicos de la sexualidad; 4) favorecer la comunicación en las relaciones afectivo-sexuales, y 5) promover el uso de preservativos como método más adecuado para la prevención de embarazos y de enfermedades de transmisión sexual. La intervención va dirigida a los alumnos de 3.º y 4.º de educación secundaria y consiste en la realización de cinco sesiones de una hora y media de duración cada una de ellas, con apoyo de material audiovisual. Al final de las mismas se hace entrega de folletos y de preservativos proporcionados por la Comunidad Autónoma en el marco de la «campaña de normalización del preservativo». La actividad es valorada muy positivamente tanto por profesores como por adolescentes y la participación en la misma es elevada y dinámica. Los profesionales que la llevan a cabo destacan que es altamente gratificante ya que este grupo de población no es asiduo de las consultas y han encontrado en la educación escolar una buena forma de llegar al mismo. Por último, hay que señalar que han quedado abiertas las vías de colaboración entre la institución educativa y el centro de salud para la realización de otras actividades.

Palabras clave: Sexualidad, educación para la salud, trabajo con grupos



(23) CONSULTA JOVEN

Dirección de contacto: Amalia Morro Grau. ABS Bonavista – La Canonja. C/ Siete, s/n. 43100 Bonavista (Tarragona).
Tel.: 977 55 10 96. *Fax:* 977 54 17 21. *E-mail:* bonavista@ptarragona.scs.es

Resumen

La puesta en marcha de la Consulta Joven, que tiene lugar en octubre de 2000, responde a varias razones. Por una parte, es un hecho que los jóvenes no frecuentan las consultas de atención primaria; además, cuando los profesionales sanitarios llevan a cabo intervenciones en el aula, constatan la necesidad de información y asesoramiento de este grupo de edad. Por último, los docentes realizan demandas continuadas sobre temas sanitarios. La población diana de la consulta la constituyen todos los adolescentes matriculados en los dos institutos de la zona, con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años. Para su puesta en marcha, se realizó en primer lugar un curso de formación sobre aspectos generales de la adolescencia, dirigido a todos los profesionales interesados. Asimismo, se presentó el proyecto a los directores de los institutos y se procedió a la organización de la consulta en el centro docente, previa aprobación por el consejo escolar. Para la evaluación se tendrán en cuenta los siguientes indicadores: grado de participación de los profesionales del centro de salud, número de jóvenes que acuden a la Consulta y demandas que realizan. Hay que destacar que de un total de 23 profesionales del centro de salud, un 73,9% de los mismos participan en la realización de la Consulta Joven. El equipo señala que la puesta en marcha de la actividad ha sido enriquecedora y estimulante.

Palabras clave: Sexualidad, acción intersectorial, promoción de salud

(24) PLAN MUNICIPAL DE EDUCACION Y ATENCION A LA SEXUALIDAD JUVENIL

Dirección de contacto: Pablo Pérez Herrera. Centro de Salud de Los Realejos. C/ San Isidro, s/n. 38410 Los Realejos (Santa Cruz de Tenerife).
Tel.: 922 34 62 40. *Fax:* 922 35 39 01

Resumen

El Plan Municipal de Educación y Atención a la Sexualidad Juvenil de Los Realejos nace en el mes de junio de 1998, después de un proceso de debate y de participación de distintos sectores sociales del municipio y como propuesta de desarrollo de una experiencia de intervención intersectorial. Incluido en este Plan, cuyo programa de trabajo se aprobó en unas Jornadas en las que participaron todos los sectores y colectivos ciudadanos implicados, el centro de salud se plantea dos objetivos: 1) poner en marcha un servicio de atención directa a adolescentes y jóvenes, y 2) participar en actividades de información y de formación en colaboración con otros servicios de la comunidad y con la iniciativa social. Entre las múltiples acciones realizadas hasta el momento desde el centro de salud cabe destacar las siguientes: 1) constitución de un grupo de trabajo con 15 profesionales sanitarios y no sanitarios; 2) realización de un curso de formación sobre sexualidad para el personal del centro; 3) puesta en marcha de una Consulta Joven con atención de dos horas diarias de forma anónima y directa, que ha sido utilizada hasta el momento por 150 jóvenes; 4) participación docente en tres talleres de formación de personas adultas en colaboración con profesionales del sector educativo y otros servicios municipales; 5) curso de mediadores juveniles en educación sexual; 6) actividades de educación para la salud y de captación para la Consulta Joven en los centros de enseñanza secundaria de manera coordinada con el profesorado; 7) visitas de grupos de jóvenes al centro de salud, y 8) trabajo en medios de comunicación: realización de programas estables de televisión y radio y colaboraciones en prensa. La evaluación de todas las acciones se está realizando en este momento por un equipo externo al centro de salud. No obstante, los responsables de la actividad señalan que las valoraciones realizadas por el grupo de trabajo del centro son altamente positivas y que se ha conseguido un alto grado de cumplimiento de los objetivos propuestos.

Palabras clave: Sexualidad, acción intersectorial, promoción de salud



(25) PROGRAMA DE FORMACION EN EDUCACION AFECTIVO-SEXUAL. ETAPA SECUNDARIA

Dirección de contacto: Celia Ciscar Vives. Centro de Salud San Marcelino. C/ Juan de Garay, 21. 46017 Valencia.
Tel.: 96 377 30 10. *Fax:* 96 358 14 49

Resumen

Este programa, en el que participan profesionales del Centro de Orientación familiar y del centro de salud, está dirigido a alumnos de 1.º y 2.º de enseñanza secundaria, ya que en estas edades se dan grandes cambios biofisiológicos, cognitivos, afectivos, de valores y de relaciones sociales y es fundamental profundizar en el propio conocimiento, así como en la reafirmación de la identidad sexual y en el cuestionamiento de la influencia que en este proceso tienen los elementos de género. Los objetivos de la actividad son, por tanto, los siguientes: 1) que los chicos y chicas adquieran una actitud positiva ante la sexualidad entendida como una forma de comunicación humana y fuente de salud, placer y afectividad, y 2) que adquieran y utilicen de manera adecuada conocimientos de tipo biológico con respecto a la sexualidad. El Programa se presenta a los docentes, a los que se les transmite la necesidad de la educación sexual, y a las familias, con quienes está previsto realizar talleres. La intervención educativa sobre el alumnado se evalúa mediante un cuestionario de actitudes, conocimientos y comportamientos con respecto a la sexualidad elaborado por el equipo de trabajo y que se administra antes y después de la intervención. Asimismo, se realiza evaluación de tipo cualitativo. Durante el presente curso se ha trabajado con 2.º de Secundaria en la segunda parte del programa y se ha iniciado la primera parte con el alumnado de 1.º.

Palabras clave: Sexualidad, trabajo con grupos, educación para la salud

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A PERSONAS ADULTAS

(26) EDUCACION PARA LA SALUD EN LA PREVENCION DE LA CARDIOPATIA ISQUEMICA

Dirección de contacto: Teresa Pérez Guzmán. Centro de Salud Sádaba. Paseo Urruti Castejón, s/n. 50670 Sádaba (Zaragoza).
Tel.: 976 66 73 88. *Fax:* 976 66 73 54.. *E-mail:* cindol@teleline.es

Resumen

El programa de educación para la salud está dirigido a pacientes que han sufrido un accidente coronario y a sus familiares directos y tiene como fin disminuir la incidencia y la prevalencia de esta patología. Para ello se forman grupos compuestos de 4 pacientes y sus familiares que cumplan los siguientes criterios: 1) presencia de cardiopatía isquémica sintomática; 2) edades comprendidas entre 45 y 60 años; 3) estudios primarios; 4) factores de riesgo modificables; 5) antecedentes familiares, y 6) que acepten compartir su experiencia. Una vez formado el grupo se procede a realizar una formación individual a cada uno de los pacientes con el fin de que participen como ponentes exponiendo su caso clínico y sirvan como referencia al resto del grupo. Se realizan 4 sesiones grupales con pacientes y sus familiares en las que se abordan las cuestiones generales de la enfermedad y los factores de riesgo (dislipemia, hipertensión arterial y tabaco), ilustradas en todo momento por la experiencia de los pacientes previamente formados para ello. El grupo de trabajo que lleva a cabo la actividad señala como aspectos esenciales a tener en cuenta en la organización de la misma, el establecimiento de una dinámica de grupo apropiada y la formación previa de los pacientes-ponentes. La evaluación se realiza mediante un test de conocimientos y un cuestionario de preguntas abiertas sobre el desarrollo de cada sesión. Asimismo, se realizará una evaluación prospectiva sobre la base de las historias clínicas de los participantes. Hasta el momento se ha desarrollado el programa en cinco localidades y está previsto extenderlo a la totalidad de la zona básica. Otras medidas de prevención que desarrollará el programa son las siguientes: un plan de actuación que incida sobre el hábito tabáquico en escolares y la captación en la consulta de usuarios fumadores o con otros factores de riesgo. En el mes de junio de 2000 se convocó una sesión recordatoria a la que acudieron un 53,3% de las personas convocadas. En ella, se volvió a administrar el test postcurso siendo el nivel de respuestas correctas de un 88,75%. Asimismo, se recuerdan conocimientos básicos sobre cardiopatía y factores de riesgo. Se solicita analítica general a todos los familiares asistentes y se plantea la posibilidad de profundizar en los temas de ejercicio y nutrición con los mismos. Otras actividades realizadas en el último año han sido la administración de una encuesta sobre consumo de tabaco y alcohol en el instituto y la reevaluación en los dos grupos de Sádaba. Esta última con buenos resultados, aunque los familiares piden que se les recuerden los controles.

Palabras clave: Cardiopatía isquémica, prevención, trabajo con grupos



(27) CONTROL DE FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULARES

Dirección de contacto: M.ª Dolores Álvarez Flórez. Centro de Salud La Alamedilla. C/ Gonzalo de Vivero, 1, esc. 1, 3.º A. 37003 Salamanca.
Tel.: 606 64 27 19

Resumen

Esta actividad está dirigida a población de riesgo, fundamentalmente personas fumadoras, obesas y pacientes diabéticos hiperlipémicos y con ella se pretende facilitar, orientar y apoyar en la prevención de la enfermedad cardiovascular. Para ello se llevan a cabo actividades educativas grupales e individuales. En lo que respecta a las sesiones grupales, la captación se lleva a cabo en la consulta de enfermería y se realizan las siguientes: 1) factores de riesgo cardiovascular: donde se adquieren conocimientos sobre la anatomía y fisiología del sistema cardiovascular, se analizan los factores de riesgo y se abordan aspectos relacionados con el estilo de vida, tales como la dieta y el ejercicio; 2) la denominada «hipertensión arterial» que va dirigida a personas hipertensas y a sus familiares y en la que se abordan tanto aspectos teóricos como prácticos, incluyendo las medidas higiénico-dietéticas a adoptar y el tratamiento farmacológico, y 3) taller práctico sobre dieta, dirigido a personas con un bajo nivel de instrucción y/o edad avanzada y en el que se analizan los alimentos que se utilizan en la dieta habitual y cuáles son los que conviene usar teniendo en cuenta su contenido en sodio. En lo referente a las actividades individuales se realiza un control y seguimiento en la consulta de enfermería utilizando «la hoja de riesgo cardiovascular» según protocolo correspondiente y se elabora un plan de cuidados que incluye apoyo psicológico y educación para la salud.

Palabras clave: Educación para la salud, trabajo con grupos, prevención

(28) EDUCACION GRUPAL A PERSONAS OBESAS

Dirección de contacto: Carmen Martín Madrazo. Centro de Salud Monóvar. C/ Monóvar, 11. 28033 Madrid.
Tel.: 91 383 89 89

Resumen

Con esta actividad de educación grupal a personas obesas se pretende aumentar sus conocimientos sobre aspectos físicos como psicológicos de la obesidad, así como fomentar actitudes correctas sobre alimentación. Asimismo, se pretende potenciar la autoestima y aumentar el nivel de responsabilidad en el cuidado de la salud. Para ello, se forman grupos constituidos por 10 a 15 personas (incluidos pacientes y familiares) y se realizan ocho sesiones de dos horas de duración cada una de ellas. Hay una sesión de seguimiento a los dos meses de finalización. El contenido temático se basa en los siguientes aspectos: 1) obesidad, formas de afrontar el problema; 2) identidad corporal y sociedad; 3) dieta saludable; 4) ejercicio y mitos sobre la dieta; 5) aspectos psicológicos: soledad, culpa, ansiedad, etc.; 6) control de la ansiedad, y 7) autoestima (a la que se dedican dos sesiones). La evaluación se realiza mediante un cuestionario de calidad de vida (Índice de Bienestar Psicológico —BIP—) que se administra antes y después del curso y medición de peso cada dos sesiones. También se realiza una evaluación de carácter cualitativo mediante el análisis del discurso grupal de los participantes.

Palabras clave: Obesidad, trabajo con grupos, educación para la salud



(29) PROGRAMA DE ATENCION AL DROGODEPENDIENTE

Dirección de contacto: Claudio Navarro Cañadas. ACLAD/Consultorio «Sargento Provisional». C/ Puente la Reina, 10. 47011 Valladolid.
Tel.: 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, socio-laboral y jurídico. 3) Programas de reinserción social. 4) Programa de familias: grupos terapéuticos y escuela de padres a familiares. 4) Asesoría jurídica. 5) 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) PROGRAMA DE REDUCCION DE RIESGOS

Dirección de contacto: Claudio Navarro Cañadas. ACLAD/Consultorio «Sargento Provisional». C/ Puente la Reina, 10. 47011 Valladolid.
Tel.: 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 atiende 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



(31) CASA DE ACOGIDA «M. RUIZ DE TEMIÑO»

Dirección de contacto: Claudio Navarro Cañadas. ACLAD/Consultorio «Sargento Provisional». C/ Puente la Reina, 10. 47011 Valladolid.
Tel.: 983 30 64 66. *Fax:* 983 30 65 99

Resumen

El servicio está dirigido a enfermos con Sida avanzado que no disponen de recursos socio-familiares. 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 socio sanitaria, 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

(32) INTERVENCIÓN EDUCATIVA DIRIGIDA A CUIDADORES DE PERSONAS MAYORES DEPENDIENTES

Dirección de contacto: Félix Lora Pablos. Centro de Salud Espinillo. C/ Orovilla, s/n. 28041 Madrid.
Tel.: 91 318 06 54. *Fax:* 91 318 04 55. *E-mail:* rmartina@meditex.es

Resumen

La actividad consiste en la realización de un taller dirigido a cuidadores, cuya captación se realiza a través de las consultas médica y de enfermería. El objetivo principal de la misma es mejorar la calidad de los cuidados, así como disminuir la carga que experimentan los cuidadores. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) facilitar información general sobre los hábitos de vida de las personas mayores; 2) fomentar el desarrollo de habilidades para afrontar los cambios en el comportamiento que se producen; 3) estimular el autocuidado del cuidador; 4) favorecer la relación con personas con igual problemática, y 5) proporcionar información sobre recursos sociales. El taller se imparte en el centro de salud y se compone de 10 sesiones de una duración de 90 minutos cada una de ellas. Cada sesión se inicia con un recordatorio del día previo y la realización de tareas pendientes. Se imparte una parte teórica aplicando técnicas participativas (tormenta de ideas, discusión en grupo, rejilla de análisis o role-playing) y se finaliza con técnicas de relajación y tareas a realizar en la semana siguiente. El material utilizado es el siguiente: guía y vídeo *Cuando las personas mayores necesitan ayuda. Guía para cuidadores y familiares*, editado por el IMSERSO (1994) y *El anciano en casa*, material editado por la Comunidad de Madrid. El equipo que lleva a cabo la actividad considera que la experiencia es muy positiva tanto para los docentes como para los participantes, destacándose en la evaluación realizada por estos últimos el hecho de que habían mejorado sus conocimientos sobre la problemática de cuidar a los ancianos, se sentían mejor y, además, dignificados por el hecho de cuidar. La sugerencia generalizada por parte de los cuidadores es que estas sesiones tengan una continuidad mensual.

Palabras clave: Cuidadores, calidad de vida, trabajo con grupos



(33) CAMBIOS DE ACTITUDES EN PACIENTES DIABETICOS TRAS UNA INTERVENCION GRUPAL

Dirección de contacto: Margarita de Blas García. Centro de Salud Alameda de Osuna. C/ Caravela, 11. 28042 Madrid.
Tel.: 91 408 58 52

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. Al test de conocimientos se ha añadido el cuestionario de calidad de vida D.Q.O.L., validado en nuestro país, que consta de cuatro subescalas con 46 ítems. Este cuestionario se pasa al comenzar el curso y tres meses después de la intervención grupal. 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) RELAJACION Y EDUCACION GRUPAL

Dirección de contacto: Adela Garrote Garrote. Centro de Salud Alcalá de Guadaíra. C/ Alcalá de Guadaíra, 4. 28018 Madrid.
Tel.: 91 777 79 16. *Fax:* 91 777 99 86

Resumen

El grupo, compuesto por 14 personas, se puso en marcha dado el elevado número de pacientes que acuden a las consultas médicas y de enfermería con problemas relacionados con el estrés y al alto índice de prescripción de fármacos ansiolíticos. Los objetivos propuestos son los siguientes: 1) la prevención de trastornos que dificultan la vida de relación intra e interpersonal de los pacientes; 2) el reconocimiento de la fuente de estrés, y 3) el aprendizaje de técnicas de relajación y el conocimiento de recursos alternativos, con el fin de aliviar los síntomas. Para ello, se lleva a cabo un taller que, con una periodicidad semanal, se desarrolla en cinco sesiones de hora y media de duración cada una y que es impartido por dos enfermeras. Las sesiones constan de una exposición teórica seguida de trabajo grupal. Con respecto a los contenidos de las mismas, se trabaja el área cognoscitiva, afectiva y de habilidades con el fin de modificar actitudes y hábitos. Las técnicas utilizadas incluyen: discusión, coloquio, respiración, relajación muscular progresiva, conocimiento del propio cuerpo, visualización y pensamientos irracionales. Con respecto a la evaluación, se administra una escala al finalizar el taller. Las responsables de la actividad señalan que la población ha respondido de manera entusiasta y que manifiestan la utilidad que tiene para la vida diaria. Hasta el momento se han realizado 10 grupos en los que han participado 140 personas con los siguientes diagnósticos: ansiedad generalizada, síndrome del nido vacío, crisis de agorafobia, síndrome depresivo, trastorno ansioso depresivo y esquizofrenia. La evaluación muestra, entre otros, los siguientes resultados: disminución en el número de consultas y en el consumo de ansiolíticos, percepción por parte de los pacientes de una mejora en su calidad de vida, motivación para buscar alternativas de ocio y mejora de las relaciones interpersonales.

Palabras clave: Relajación, trabajo con grupos, educación para la salud



(35) IMPLEMENTACION DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS EN POBLACION ADICTA A DROGAS POR VIA PARENTERAL

Dirección de contacto: Alberto Ramos Fuertes. CAP La Mina. C/ Mar, s/n. 08930 Sant Adrià de Besos (Barcelona).
Tel.: 93 381 15 93. *Fax:* 93 381 21 41. *E-mail:* 28834arf@comb.es

Resumen

En el circuito de atención al drogodependiente se encuentra incluido el médico de familia, pero el usuario apenas demanda servicios preventivos una vez que está en tratamiento de metadona, por lo cual se pone en marcha este programa que tiene como objetivo general implementar actividades de tipo preventivo en la población adicta a drogas por vía parenteral. Para ello, seis médicos y una enfermera del equipo de atención primaria se desplazan a la unidad dispensadora de metadona y realizan las siguientes actividades con los usuarios de la misma (en torno a 100 personas): vacunación antitetánica, seguimiento del cumplimiento del tratamiento en casos de VIH positivos, vacunación de hepatitis B, vacunación antigripal y búsqueda activa de los casos susceptibles de recibir quimioprofilaxis antituberculosa. También se contemplan actividades de coordinación con el hospital de referencia. El material utilizado incluye una ficha de cada usuario, dosis de las diferentes vacunas y solución de tuberculina. La ficha recoge la información sobre las actividades preventivas de la historia clínica realizadas en las consultas de medicina general con fines evaluadores. La duración total de la intervención es de un año, repitiéndose cada dos años con el fin de cubrir los nuevos ingresos en el programa y evaluación se realiza midiendo el grado de cobertura para cada una de las actividades.

Palabras clave: Drogodependencias, prevención

(36) EDUCACION PARA LA SALUD EN ESCUELA DE ADULTOS

Dirección de contacto: M.ª José García Berral. Centro de Salud Vicente Soldevilla. Sierra de Alquife, 8. 28018 Madrid.
Tel.: 91 478 00 04. *Fax:* 91 477 50 99

Resumen

En Vallecas existe una rica experiencia en actividades de alfabetización y culturización llevadas a cabo por las organizaciones sociales de base y el movimiento parroquial. Como resultado de las líneas de trabajo comunitario propiciadas tanto por los movimientos sociales como por los profesionales del equipo de atención primaria surge la demanda de incorporar módulos de educación para la salud en las escuelas de adultos. El objetivo es contribuir al desarrollo personal mejorando los conocimientos sobre el proceso salud/enfermedad, sus factores condicionantes, las desigualdades en salud, los modelos de servicios sanitarios, la atención formal e informal y la participación comunitaria en salud. Por otro lado, se facilita la adquisición de habilidades en autocuidado, la responsabilidad y la autonomía en la utilización racional de los servicios sanitarios públicos, en la defensa de la sanidad pública, en el análisis de la desigualdad y en cómo promover la salud y la participación comunitaria. La metodología es participativa siguiendo el modelo de aprendizaje significativo, es decir, partiendo de la realidad y experiencias de los participantes se analizan sus problemas, se profundiza sobre ellos, se buscan soluciones y alternativas y se facilita la potenciación de sus capacidades. Se llevan a cabo mediante la realización de talleres de 15 a 20 horas en sesiones semanales de noventa minutos utilizando métodos didácticos como las rejillas, el análisis de casos, la tormenta de ideas, simulaciones, debates, lecciones participadas y revisión de documentos. Se utilizan materiales audiovisuales, rotafolios, pizarras y textos adaptados. Se utilizan los locales y la estructura organizativa de las escuelas de adultos. En general, dos profesionales sanitarios son los docentes de cada módulo y cada taller se adapta a las expectativas y posibilidades de cada grupo. Los grupos son de 20 a 25 personas. Hasta el momento se han efectuado cinco talleres dirigidos a 120 personas. La evaluación se efectúa durante el proceso de aprendizaje analizando aspectos de estructura, proceso y resultados mediante cuestionarios, análisis grupal y observadores.

Palabras clave: Educación para la salud, acción social en salud, trabajo con grupos



(37) TALLER DE RELAJACION

Dirección de contacto: M.ª del Carmen García Perea. Centro de Salud Eloy Gonzalo. C/ Anunciadora, 6. 28224 Pozuelo de Alarcón (Madrid).
Tel.: 91 715 87 78. *Fax:* 91 715 87 78. *E-mail:* peloss@teleline.es

Resumen

La actividad se pone en marcha dada la gran cantidad de pacientes que acuden a la consulta médica y de enfermería con problemas de salud mental y consiste en la realización de un taller de relajación dirigido a población adulta. Los objetivos de la misma son los siguientes: capacitar a los pacientes para que realicen ejercicios de relajación y autocontrol ante las situaciones estresantes y conflictivas de su vida y mejorar la salud en aspectos tales como reducción de la ansiedad, elevación de la autoestima o mejora de la capacidad de concentración. La captación de pacientes para el taller se realiza a través de las consultas de medicina y de enfermería así como mediante carteles informativos colocados en el centro de salud. Se programan cuatro sesiones mensuales, una por semana, de una duración de una hora y media por sesión. Los grupos son de 15 a 20 personas por taller y se ofrece la posibilidad a las personas que ya lo han realizado de asistir como refuerzo de la práctica adquirida. El taller se realiza siempre en el mismo lugar y con idéntico horario y es impartido por dos profesionales de enfermería. Los recursos materiales utilizados incluyen una pizarra, retroproyector, transparencias, equipo y cintas de audio y documentación escrita. La evaluación se realiza mediante dos tipos de cuestionarios: uno de ellos para analizar la consecución de los objetivos y otro en el que se pide a los participantes que evalúen el desarrollo del taller y ofrezcan sugerencias para su mejora.

Palabras clave: Salud mental, trabajo con grupos, técnicas de relajación

(38) CREACION DE UNA ASOCIACION DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER

Dirección de contacto: Alejandra Pita Calvo. Centro de Salud de Aranjuez. C/ Abastos, s/n. 28300 Aranjuez (Madrid).
Tel.: 91 891 69 59. *Fax:* 91 892 20 91

Resumen

El objetivo primordial de esta actividad es informar, formar y apoyar a los familiares de enfermos de alzheimer de Aranjuez con el fin de mejorar la calidad de vida tanto de estas personas como de las personas afectadas por la enfermedad. Para llevar a cabo la iniciativa de crear una asociación, en primer lugar se procedió a dar publicidad de la misma en diversos medios de comunicación tales como la radio, los periódicos locales y mediante carteles colocados en puntos clave (centro de salud, servicios sociales, hogar del pensionista, servicios de salud mental y dependencias del Ayuntamiento). A la primera reunión del grupo, que tuvo lugar en febrero de 1988, acudieron 30 personas. Después de varias reuniones (dos mensuales), se ha nombrado la Junta directiva y ha quedado constituida legalmente la asociación con el nombre de AFAL Aranjuez. Posteriormente, han continuado las reuniones y se ha dado a conocer la asociación como tal a través de los medios de comunicación local. El día 21 de septiembre, coincidiendo con el Día Mundial del Alzheimer, se colocaron unas mesas en la plaza del Ayuntamiento con folletos informativos y se celebró un acto en el centro cultural «Isabel de Farnesio», que sirvió para la presentación oficial de la asociación, así como para darla a conocer a las personas con familiares afectados. En un corto espacio de tiempo, ocho meses, la asociación es ahora una realidad en la localidad, cuenta con 30 socios, con local para su sede y con un equipo de trabajo para el desarrollo de las actividades compuesto por las siguientes personas: trabajadora social, educadora, asesora jurídica, psicóloga, objetores de conciencia y un grupo de voluntariado que se está formando de cara a la asistencia domiciliaria. La asociación cuenta con el apoyo del Ayuntamiento de Aranjuez y, hay que señalar, que las inquietudes de sus miembros son cada vez mayores.

Palabras clave: Acción social en salud, grupos de autoayuda, alzheimer



(39) INTERPRETES VOLUNTARIOS

Dirección de contacto: Rocío Rubio Rodríguez. Centro de Salud de Nerja. C/ Carlos Millán, s/n. 29780 Nerja (Málaga).
Tel.: 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, y e) adecuación de un lugar para recibir a los usuarios/as. El horario de atención de los usuarios/as es de lunes a viernes durante 4 horas diarias. Hay que señalar que se realizan sesiones de organización y formación con todos los voluntarios/as mensualmente y que las personas responsables del Servicio son la Trabajadora social del Centro y una coordinadora de voluntarios/as. 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. Desde que comenzó el programa (noviembre, 1998) han rotado 23 voluntarios/as y en la actualidad se cuenta con 9. Hasta la fecha se ha atendido a 5.105 usuarios, en su mayoría europeos. Los idiomas que se traducen actualmente son inglés, francés, alemán, flamenco y holandés. Por último, hay que señalar que se ha dotado al servicio de un mobiliario nuevo para mayor comodidad de voluntarios/as y usuarios.

Palabras clave: Voluntariado, calidad asistencial, trabajo con grupos

(40) EDUCACION PARA LA SALUD EN UN PROGRAMA DE REHABILITACION DE DROGODEPENDIENTES

Dirección de contacto: Rafael Cofiño Fernández. Centro de Salud Natahoyo. Fundación CESPA Proyecto Hombre. C/ Diario del Comercio, s/n. 33207 Gijón (Asturias).
Tel.: 985 17 02 44. *Fax:* 985 35 81 54. *E-mail:* rcofiño@medynet.com

Resumen

La Fundación «Centro Español de Solidaridad Principado de Asturias (CESPA) – Proyecto Hombre Asturias (PH)» se enmarca como un programa terapéutico-educativo de deshabituación de drogodependencias. La experiencia de 10 años de trabajo ha facilitado desarrollar otros programas: programa de menores, programa de atención a la comunidad gitana, programa de desintoxicación ambulatoria, aula de formación en drogodependencias y programa de educación para la salud. Desde junio de 1999, desarrolla el Plan Municipal de Drogas del Ayuntamiento de Oviedo. En lo referente al programa de educación para la salud, sus objetivos son los siguientes: 1) informar a los drogodependientes en proceso de rehabilitación y a sus familias de los factores que determinan la salud; 2) fomentar conductas que favorezcan la prevención y la promoción de la salud; 3) facilitar la adquisición de hábitos de autocuidados de las enfermedades más prevalentes en esta población; 4) iniciar en el aprendizaje de hábitos saludables, y 5) fomentar actividades de ocio y tiempo libre. Otro objetivo es incorporar a residentes de medicina de familia del centro de salud del Natahoyo, facilitando su formación en el desarrollo de actividades comunitarias. Se realizan talleres y seminarios dirigidos a pacientes y sus familias que se programan a lo largo de todo el proceso de deshabituación sobre los siguientes temas: hábitos saludables, ansiedad y sueño, automedicación, nutrición, sexualidad, sustancias de abuso, enfermedades asociadas al consumo, autocuidados y uso de los sistemas sanitarios. Los talleres son impartidos por personal del área de salud y por los residentes del centro de salud y en ellos se utiliza un modelo teórico-participativo. Otras actividades que se llevan a cabo comprenden un conjunto de aspectos de ocio, tiempo libre, educación y formación destinados a los pacientes. Se incluyen entre otros un taller de manualidades (barro, talla de madera), teatro, revista, deporte, guitarra, aeróbic, relajación, cine-forum y clases de graduado escolar y de inglés. En la evaluación se tienen en cuenta aspectos como la adecuación de los contenidos y metodología de los talleres y de las actividades de tiempo libre, la metodología utilizada en los talleres y la adquisición de conocimientos en prevención y autocuidados.

Palabras clave: Drogodependencias, educación para la salud, calidad de vida



(41) PROGRAMA DE EDUCACION PARA LA SALUD DIRIGIDO A PACIENTES DIABETICOS

Dirección de contacto: Salvador Domínguez Armada. Centro de Salud Salvador Pau. C/ Aben el Abbar, 12, puerta 10. 46021 Valencia.
Tel.: 96 360 74 53. *Fax:* 96 360 49 14. *E-mail:* armada@mail.ono.es

Resumen

Esta actividad va dirigida a pacientes diabéticos tipo II y con ella se pretende conseguir su adaptación a la enfermedad, así como el control de la misma, mediante el fomento de la autonomía. Para ello, se llevan a cabo talleres con los siguientes objetivos específicos: 1) aumentar los conocimientos sobre la diabetes; 2) capacitar para la detección de situaciones anómalas; 3) capacitar para la realización de autoanálisis de glucemia y en la aplicación reglada de insulina y/o antidiabéticos orales; 4) conseguir que el paciente cambie estilos de vida en relación a la dieta y al ejercicio físico, y 5) capacitarle para la revisión y cuidado de los pies. La metodología utilizada incluye la exposición teórica, el debate en grupo, la escenificación de situaciones cotidianas y la realización de prácticas de autoanálisis, de suministro de insulina y de confección de dietas variadas. Cada taller va dirigido a grupos de 15-20 personas y consta de 5 sesiones, que tienen una duración de 2 a 3 horas. La captación y evaluación de la actividad son llevadas a cabo por el personal sanitario del centro y tres profesionales de enfermería se encargan de la realización de los talleres, mientras que el personal no sanitario tiene funciones informativas y de mantenimiento del local de reunión. En lo que respecta a la evaluación se utilizan varios métodos: evaluación de conocimientos adquiridos en cada sesión mediante un cuestionario, observación por parte de los profesionales, evaluación de los talleres por los pacientes y, por último, evaluación a los seis meses en la consulta de enfermería.

Palabras clave: Diabetes, trabajo con grupos, educación para la salud

(42) GRUPO DE APOYO A CUIDADORES DE PERSONAS INMOVILIZADAS

Dirección de contacto: Ana María González Lázaro. Centros de Salud Torrelavega Norte. Centro Salud La Llama, s/n. 39300 Torrelavega (Cantabria).
Tel.: 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 de grupos que ya están en funcionamiento en otros centros.

Palabras clave: Cuidadores, trabajo con grupos, apoyo psicológico



(43) RELAJACION EDUCACION GRUPAL

Dirección de contacto: Amparo Casado Lollano. Centro de Salud Cáceres. C/ Cáceres, 4. 28045 Madrid.
Tel.: 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 casa.

Palabras clave: Salud mental, trabajo con grupos, técnicas de relajación

(44) APRENDER A CONVIVIR CON LA ARTROSIS

Dirección de contacto: Francisca Jiménez. Centro de Salud Rafael Alberti. C/ San Claudio, 154. 28018 Madrid.
Tel.: 91 390 99 00

Resumen

La realización de estos talleres responde a la existencia de un número cada vez más elevado de usuarios del centro de salud con artrosis. El objetivo es que los pacientes aprendan a controlar este proceso degenerativo y la sintomatología que presenta y se eleve, de esta forma, su calidad de vida. Los participantes, tanto hombres como mujeres, son captados en las consultas de medicina, enfermería y fisioterapia, mediante la realización de un cuestionario de hábitos de vida. El taller consta de seis sesiones teórico-prácticas que tienen los siguientes contenidos: qué es la artrosis, corrección de posturas en la vida diaria, relajación, alimentación, ocio y tiempo libre. Hasta el momento se han realizado 8 talleres con un total de 200 pacientes, con buenos resultados y con una tasa mínima de abandono.

Palabras clave: Educación para la salud, trabajo con grupos, artrosis



(45) AUMENTO DE CONOCIMIENTOS Y CUIDADOS EN LA DIABETES

Dirección de contacto: Almudena García Mejías. Centro de Salud Gómez Acebo-San Andrés. C/ Alberto Palacios, 22. 28029 Madrid.
Tel.: 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 diabéticos.

Palabras clave: Diabetes, educación para la salud, trabajo con grupos

(46) EDUCACION GRUPAL A PADRES/MADRES DE NIÑOS DE 0 A 2 AÑOS

Dirección de contacto: Olga Martínez González. Centro de Salud Moratalaz. Hacienda de Pavones, s/n. 28030 Madrid.
Tel.: 91 772 47 40. Fax: 91 772 77 76

Resumen

La actividad consiste en la realización de un taller de 3 sesiones en el centro de salud que se les oferta a las madres y padres que acuden a la consulta pediátrica. Los objetivos que se pretenden con dicho taller son los siguientes: 1) analizar los roles madre/padre y su influencia sobre la salud; 2) facilitar información sobre el desarrollo psicomotor; 3) mejorar hábitos higiénicos en relación a la alimentación, el sueño, la eliminación y el aseo; 4) prevenir accidentes infantiles y conocer técnicas de primeros auxilios, y 5) mejorar la cobertura de vacunación. La metodología utilizada es participativa, así se incluyen técnicas como el debate, la tormenta de ideas y las demostraciones prácticas para el desarrollo de habilidades. Los materiales empleados son: rotafolios, material audiovisual, documentación de apoyo y material de demostración (muñeco, biberón...). La evaluación se realiza mediante una guía de observación de cada sesión y la administración de un cuestionario de conocimientos, actitudes y habilidades adquiridas. Hasta el momento se han realizado 3 talleres con unos resultados óptimos, aunque existe gran dificultad de captación, aún ofertando servicio de guardería.

Palabras clave: Educación para la salud, trabajo con grupos, prevención



(47) SEMINARIO PARA DIABETICOS TIPO II

Dirección de contacto: Esperanza Vallejo García. ABS María Fortuny. C/ Astorga, s/n. 43205 Reus (Tarragona).
Tel.: 977 77 68 02. *E-mail:* espe@adaptiva.es

Resumen

Esta actividad grupal se pone en marcha dado el alto número de pacientes diabéticos de tipo II que utilizan las consultas de enfermería del centro. Sus profesionales consideran que, además de la información que los pacientes reciben sobre el autocontrol de su enfermedad de forma individual, el refuerzo grupal y el contacto con otras personas que la padecen les puede facilitar la toma de decisiones sobre cambios en los hábitos de vida que el control de la enfermedad requiere. Sus objetivos son los siguientes: 1) adquirir conocimientos generales sobre la diabetes; 2) conocer los conceptos, síntomas, causas y tratamiento de la hiper e hipoglucemia; 3) conocer las bases del tratamiento de la diabetes; 4) aprender las técnicas necesarias para el control de la enfermedad, y 5) conocer las complicaciones crónicas de la diabetes y aprender a prevenirlas. Se organizan grupos a los que se les imparten los siguientes temas: qué es la diabetes, hiperglucemia e hipoglucemia, autocontrol, complicaciones crónicas y cuidado de los pies, dieta y ejercicio. El programa, que es llevado a cabo por una enfermera y una dietista y cuenta con material de apoyo audiovisual, se evalúa mediante un cuestionario de conocimientos.

Palabras clave: Educación para la salud, trabajo con grupos, diabetes

(48) TALLER DE EDUCACION A POBLACION HIPERTENSA

Dirección de contacto: M.ª Concepción Párraga San Segundo. Centro de Salud Eloy Gonzalo. C/ Eloy Gonzalo, 24. 28010 Madrid.
Tel.: 91 593 87 29. *Fax:* 91 593 31 09

Resumen

La actividad va dirigida a la población de la zona básica de salud con diagnóstico previo de hipertensión arterial. Sus objetivos son, por un lado, ofrecer los conocimientos básicos sobre la enfermedad y sus consecuencias orgánicas y, por otro, fomentar el autocuidado en lo referente a hábitos tóxicos, alimentación, consumo de sodio, sedentarismo y estrés. Para ello se llevan a cabo 4 sesiones de una hora de duración cada una y con una periodicidad semanal. Para facilitar la asistencia, el taller se realiza tanto en el centro de salud como en el centro de día de la tercera edad. La metodología utilizada incluye técnicas de investigación en el aula (rejilla, philips 6/6 y role playing), exposición teórica, coloquio y tormenta de ideas. El taller es impartido por dos enfermeras y se utilizan los siguientes materiales: retroproyector, pizarra, medios audiovisuales y alimentos en plástico para realizar ejercicios de dietas cardiosaludables. La evaluación se realiza mediante un cuestionario en el que se mide la adquisición de conocimientos y la satisfacción de los participantes.

Palabras clave: Hipertensión, educación para la salud, trabajo con grupos



(49) EFICACIA DE LA EDUCACION A GRUPOS DE DIABETICOS TIPO 2. ENCUENTROS DE SALUD

Dirección de contacto: M.ª Luisa Lozano del Hoyo. Centro de Salud Las Fuentes Norte. C/ Escultor Félix Burriel, 1, 3.ªA. 50008 Zaragoza.
Tel.: 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 los que se trataron los siguientes temas: dieta, administración del tratamiento insulínico y complicaciones agudas y crónicas. En el grupo control no se realizó intervención grupal alguna. En ambos grupos se utilizó una encuesta de conocimientos y se eligieron como controles analíticos la glucemia basal, la hemoglobina glicosilada y el Índice de masa corporal, recogiendo los datos el día anterior a la primera charla, en el caso del grupo intervención, y a los tres meses después del taller.

Palabras clave: Trabajo con grupos, diabetes, educación para la salud

(50) AUTOCUIDADOS PARA EL ASMA

Dirección de contacto: Pilar Urcelay Martín. Asociación de Asmáticos Madrileños y varios centros de salud.
Tel.: 649 90 64 16

Resumen

El objetivo general de esta actividad es convertir al paciente asmático en agente activo de su enfermedad para que lleve una vida normal y desarrolle plenamente su capacidad personal. Los objetivos específicos 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 sobre relajación y ejercicios respiratorios, el objetivo es que los pacientes asmáticos y sus familiares 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. Acuden a los centros un especialista en neumología y una enfermera, coordinados previamente con los profesionales del centro a través de los técnicos de educación para la salud. Posteriormente, los profesionales realizan por sí solos el seguimiento de estos pacientes y trabajan con nuevos grupos siguiendo una metodología similar. 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 pacientes opinan que los recursos son los adecuados y que lo aprendido es útil y 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. Esta fórmula de colaboración se ha llevado a cabo en 5 centros de salud del Area 11 y tiene prevista su ampliación. Los profesionales de Atención Primaria implicados valoran la actividad como muy positiva en lo referente a sus aspectos organizativos, al refuerzo en la relación terapéutica que supone el apoyo de profesionales especializados y, por último en lo que concierne al aprendizaje de manejo de grupos, extrapolable a otros programas de educación.

Palabras clave: Autocuidados, asma, asociaciones



(51) PROGRAMA DE ATENCION Y CUIDADO AL ENFERMO DE ALZHEIMER

Dirección de contacto: M.ª Dolores Álvarez Flórez. Centro de Salud La Alamedilla. C/ Gonzalo de Vivero, 1, esc.1, 3.ªA. 37003 Salamanca.
Tel.: 606 64 27 19

Resumen

Con este proyecto se pretende determinar cuáles son las principales alteraciones que aparecen en la enfermedad de alzheimer y las actuaciones a realizar. Así, se establece un registro valorando las siguientes dimensiones: memoria, cambios de personalidad, comportamiento social e intercomunicación, patrón del sueño, autocuidados y movilidad. Las actuaciones se llevarán a cabo tanto dirigidas a los enfermos como a sus familiares, dado que la enfermedad ocasiona graves en los cuidadores.

Palabras clave: Educación para la salud, cuidadores, alzheimer

(52) ESCUELA PARA PADRES Y MADRES

Dirección de contacto: Esther Zúñiga. Centro de Salud Altamira. C/ Altamira, 19-A. 48002 Bilbao.
Tel.: 94 427 44 11. *Fax:* 94 427 04 89. *E-mail:* bisaludpublica@jet.es

Resumen

La Escuela para Padres (Programas Comunitarios del Centro «Marie Langer») 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



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

Dirección de contacto: Benjamín Pérez Franco. Centro de Salud La Estación. Paseo del Muelle, s/n. 45600 Talavera de la Reina (Toledo).
Tel.: 925 82 03 11. *E-mail:* bperez3@airtel.net

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. Dos días en semana 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. El proceso se evalúa entre tutor y residente o entre el médico de familia y el paciente y se van introduciendo las mejoras. La experiencia se ha consolidado y se revisa a 250 pacientes de manera continua.

Palabras clave: Trabajo con grupos, educación para la salud, programas de crónicos

(54) TALLER PARA DIABETICOS TIPO II

Dirección de contacto: Ana M.ª García Velasco. Centro de Salud El Espinillo. Avda. Orovilla, s/n. 28041 Madrid.
Tel.: 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. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) adquirir conocimientos y habilidades sobre la diabetes; 2) conocer la importancia de la dieta y el ejercicio; 3) conocer la situación que puede provocar una descompensación y cómo evitarla, y 4) aprender conceptos y técnicas para un buen control de la diabetes. El taller, cuyos participantes se captan desde la consulta de enfermería, tiene una duración de 4 días y tanto en su organización como en la celebración del mismo están implicados 2 médicos generales, enfermeras y la trabajadora social del centro. Al comienzo del taller se hace entrega de una carpeta con material didáctico sobre los temas a impartir. La metodología es participativa y consiste en exposiciones teóricas apoyadas por material educativo, demostraciones prácticas, coloquios y debate. La evaluación se realiza mediante dos cuestionarios, uno de ellos destinado a valorar los conocimientos adquiridos y otro con el que se recoge información sobre los aspectos organizativos del taller. Como conclusiones cabe destacar que el nivel de conocimientos es significativamente mayor al término del taller. La homogeneidad del grupo contribuye al buen desarrollo del mismo, generándose una dinámica fluida y muy operativa. La evaluación realizada por los participantes es positiva en cuanto a la metodología empleada, horarios, material y docentes.

Palabras clave: Diabetes, trabajo con grupos, educación para la salud



(55) EDUCACION PARA LA SALUD A GRUPOS DE DIABETICOS

Dirección de contacto: M.ª Carmen Folguera Álvarez. Centro de Salud La Paz. Parque Asturias, s/n. 28529 Rivas-Vaciamadrid (Madrid).
Tel.: 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 8 a 10 personas como máximo (entre las que se pueden incluir los familiares), a los que se imparten 3 sesiones, con un intervalo de una semana entre sesiones y con una duración aproximada de 1 hora cada una de ellas. Las sesiones, que son impartidas por 2 enfermeras y 1 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

(56) EDUCACION PARA LA SALUD A DIABETICOS TIPO II

Dirección de contacto: Aurelia López González. Centro de Salud General Ricardos. C/ General Ricardos, 131. 28019 Madrid.
Tel.: 91 428 39 40. *Fax:* 91 428 39 10. *E-mail:* buzsan.cs39@gapm11.insalud.es

Resumen

La actividad va dirigida a pacientes diabéticos tipo II, de edades comprendidas entre 45 y 70 años y con ella se pretende aumentar su calidad de vida. Para ello se imparten talleres a pacientes con conocimientos previos de la enfermedad, con los siguientes objetivos: 1) aumentar los conocimientos sobre la enfermedad; 2) potenciar actitudes de confrontación ante la enfermedad para mejorar su control, y 3) disminuir complicaciones cardiovasculares. La captación se realiza en las consultas de enfermería y medicina, así como mediante carteles informativos distribuidos por el centro de salud. Se imparten 4 charlas interactivas de una hora de duración en las que mediante técnicas expositivas y de desarrollo de habilidades, se repasan definiciones y tratamientos farmacológicos, signos y síntomas de hiper-hipoglucemias, elaboración de menús, ejercicio físico, cuidado de los pies y otras situaciones especiales. Los recursos humanos son dos enfermeras y un médico de familia. Los materiales utilizados son: sala de audiovisuales, vídeos, diapositivas, trípticos, diplomas acreditativos y soporte bibliográfico. Se realiza evaluación de estructura, proceso y resultados mediante cuestionarios pre y post y mediante seguimiento posterior en la consulta individual.

Palabras clave: Educación para la salud, trabajo con grupos, diabetes