



(57) TECNICAS DE RELAJACION EN ATENCION PRIMARIA

Dirección de contacto: Consolación Martín Martínez. Centro de Salud Monóvar. C/ Monóvar, 11. 28033 Madrid.
Tel.: 91 383 89 89. *Fax:* 91 767 20 79

Resumen

Se estima que un 25% de las consultas en Atención Primaria se deben a trastornos de ansiedad, siendo el 75% tratados por el médico general y derivándose tan sólo un 25% al especialista. La eficacia de las técnicas de relajación para el tratamiento de los trastornos con una base de ansiedad ha sido reiteradamente demostrada (Jacobson, 1938; Schultz, 1857; Lazarus, 1971; Barcoveck, 1978), por lo cual se decidió aplicarlo en nuestro centro, previo entrenamiento en técnicas de relajación en el Centro de Salud Mental del Area. El objetivo general de la actividad es disminuir los niveles de ansiedad de la población y, por tanto, el nivel de frecuentación asistencial como efecto del tratamiento aplicado. Para ello, se forman grupos de 10 pacientes, que son derivados de las consultas de medicina, enfermería y de trabajo social, con los cuales se realizan 9 sesiones de 1 hora de duración cada una en el centro de salud. En la primera sesión de les administra a los pacientes el «Cuestionario de Ansiedad STAI», se les ofrece información sobre técnicas de relajación y se les pide que adquieran el compromiso de asistencia y participación en la actividad. Se termina esta primera sesión con 15 minutos de práctica y comentarios sobre la experiencia. En las sesiones siguientes, se comentan durante los primeros 5 minutos las prácticas realizadas en casa, se practica la técnica durante 45 minutos y se reserva el cuarto de hora final para los comentarios de los participantes. El material empleado es el siguiente: espacio con capacidad para 12 colchonetas, colchonetas, fotocopias y hojas de registro de las actividades realizadas en casa. Se organizan 4 grupos al año y un grupo de profesionales interdisciplinar se encarga de coordinar y evaluar la actividad. Por último, hay que señalar que se ha efectuado un estudio de los 5 años de experiencia, cuyos resultados muestran diferencias significativas (t de student para grupos relacionados) en todas las medidas realizadas antes y después de la intervención. En relación al nivel de frecuentación (este dato se recoge en las historias clínicas), los pacientes redujeron ostensiblemente sus visitas al centro durante el seguimiento efectuado en los 6 meses posteriores al tratamiento. Igualmente, los niveles de ansiedad de los pacientes disminuyeron significativamente al compararse las medidas realizadas en el STAI antes-después y en las dos puntuaciones realizadas: estado y rasgo.

Palabras clave: Técnicas de relajación, trabajo con grupos, investigación

(58) CONTROL DE ESTRES: RELAJACION

Dirección de contacto: M.ª Felisa García Blanco. Centro de Salud Francia II. C/ Antonio López, 57, esc. izqda, 3.ªA. 28019 Madrid.
Tel.: 91 569 30 51

Resumen

El proyecto se pone en marcha en mayo de 2000 y responde a la detección por parte de los profesionales de un déficit de autocuidados para el mantenimiento de la salud. Este hecho está relacionado con un mal manejo de agentes estresores, lo cual origina dependencia de la población de los profesionales sanitarios y una alta frecuentación al centro de salud. Con su desarrollo se pretende: 1) proporcionar a la población el aprendizaje de estrategias que faciliten el autocuidado y su responsabilidad sobre su salud obteniendo así una mejor calidad de vida y 2) promover los autocuidados mediante la práctica de las técnicas propuestas para conseguir una disminución en la dependencia hacia los profesionales sanitarios. La captación se lleva a cabo a través de carteles en el centro de salud, derivación de las consultas médica, de enfermería, trabajo social y fisioterapia, así como a través de la radio y la asociación de vecinos. Para ello se forman grupos abiertos, cuyo número de participantes puede oscilar entre 5 y 20, con el cual se realizan 7 sesiones de relajación precedidas de una charla-coloquio sobre autocontrol. Se ha establecido un mecanismo para facilitar la asistencia a las 7 sesiones, por el cual los participantes pueden completar el ciclo cuando lo deseen, ya que se realiza completo de forma interrumpida. Cuando una persona ha asistido a todas las sesiones se le administra un cuestionario con fines evaluativos.

Palabras clave: Trabajo con grupos, educación para la salud, técnicas de relajación



(59) TALLER DE EPOC

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

El objetivo general de esta actividad es que las personas que padecen una enfermedad pulmonar obstructiva (EPOC) adquieran conocimientos sobre la misma. Para ello, en el marco de un proceso de educación sanitaria planificado, se lleva a cabo un taller en el que se establece un programa de autocontrol y se realiza fisioterapia respiratoria. Los objetivos son instruir al paciente diagnosticado de EPOC para la correcta utilización de los procedimientos terapéuticos y responsabilizarle en el manejo de la enfermedad, así como modificar sus hábitos de vida para una mejor adaptación al tratamiento. El programa educativo se adapta a las características de cada paciente y la metodología utilizada incluye utilización de medios audiovisuales, discusión en grupo, consejo individual, demostraciones y prácticas supervisadas. El contenido de las sesiones en grupo es el siguiente: 1) concepto, etiología, fisiopatología y síntomas de la enfermedad; 2) descripción, mecanismos de acción y técnicas de administración de medicamentos; 3) uso, limpieza y conservación de los equipos de terapia respiratoria; 4) técnicas de terapia física pulmonar; 5) ejercicio físico; 6) irritantes de los pulmones y vías aéreas, y 7) reconocimiento de las exacerbaciones. La evaluación se realiza mediante un cuestionario en el que se miden los conocimientos adquiridos con respecto a los factores de riesgo y sobre la enfermedad en general. En lo que respecta a la modificación de conductas, se tienen en cuenta los siguientes factores: supresión del hábito tabáquico, medicación, ejercicio físico y entrenamiento respiratorio.

Palabras clave: Educación para la salud, trabajo con grupos, enfermedades concretas

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

Dirección de contacto: Carmen Martín Madrazo. Centro de Salud Monóvar. C/ Monóvar, 11. 28033 Madrid.
Tel.: 91 383 89 89. *Fax:* 91 767 20 79

Resumen

Con el desarrollo de esta actividad se pretende favorecer, mediante la técnica de grupo operativo, el aprendizaje de conocimientos, actitudes y habilidades de los pacientes diabéticos y sus familiares. La estructura de cada curso es de 8 sesiones de 90 minutos (20 de exposición teórica y 70 de trabajo grupal) con una frecuencia semanal o quincenal. Los grupos son heterogéneos en cuanto a género, tipo de tratamiento y nivel cultural y son moderados por dos enfermeras, siendo una de ellas la moderadora y otra la observadora. La captación de los pacientes se realiza en la consulta de enfermería y de medicina y el perfil de inclusión es haber estado al menos 6 meses incluido en el programa. Antes de comenzar el grupo y al finalizarlo, los pacientes realizan un pretest y un postest sobre conocimientos de la enfermedad. También realizan un cuestionario sobre calidad de vida (D.Q.O.L., validado por Millán y col.) que mide satisfacción, impacto, preocupación social y preocupación relativa a la diabetes. En la evaluación realizada se observa un aumento de conocimientos en las áreas de alimentación, cuidados generales, complicaciones y tratamiento. Se aproximan a una idea más global y se fomenta el autocuidado y la autorresponsabilidad. Los conflictos personales en relación con la enfermedad se visualizan mejor en grupo que en la consulta individual, dado que el grupo aporta ayuda y estímulo para fomentar un cambio de actitudes y una valoración más realista de sus posibilidades. Por otra parte, la implicación familiar en el grupo motiva a los pacientes a conseguir los objetivos y a no sentirse tan solos ante la enfermedad. Todos aprenden a estar en grupo, a socializar sus experiencias y sus problemas. El grupo de trabajo que lleva a cabo la actividad señala que el hecho de trabajar con grupos operativos favorece la modificación del rol clásico del profesional, en el sentido de que se adoptan posturas «más simétricas» y de que se conocen otras facetas y vivencias de la enfermedad que refuerzan la consulta individual. Se destaca el hecho de que con la aplicación de esta técnica se genera un marco que permite un tiempo y un espacio para que aparezca «la otra cara de la diabetes».

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



(61) TALLER DEL PIE DIABETICO

Dirección de contacto: Eva García Carrascosa. Centro de Salud de Manises. Dr. Peset, s/n. 46940 Manises (Valencia).
Tel.: 96 152 18 65. *Fax:* 96 152 28 62.

Resumen

La mayoría de las amputaciones no traumáticas ocurren en personas diabéticas por lo que, dado el gran número de pacientes con esta patología, se considera conveniente realizar un taller con el objetivo principal de que adquieran las habilidades y los conocimientos adecuados para el cuidado de los pies, haciéndoles parte activa y responsable en el mantenimiento de su salud. La población a la que se dirige son pacientes crónicos con diabetes mellitus, con evolución de más de 10 años, mayores de 45 años y residentes en Manises. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) la detección precoz de problemas; 2) analizar los factores de riesgo que conlleva la enfermedad para los pies; 3) reforzar los recursos individuales para el autocuidado, y 4) conocer las medidas básicas de cuidado de los pies. El taller se realiza en el centro de salud, en grupos de 12 personas. A lo largo del desarrollo del taller (cuyas sesiones duran entre una hora y hora y media) en el que se combinan exposiciones teóricas con apoyo de medios audiovisuales y demostraciones prácticas, se analizan en profundidad los siguientes temas: importancia del uso de un calzado adecuado, el cuidado de las uñas, lavado y secado correcto de los pies.

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

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES

(62) MATERNIDAD Y SEGURIDAD SOCIAL

Dirección de contacto: Alejandra Pita Calvo. Unidad de Apoyo Centro de Salud de Aranjuez. C/ Abastos, s/n. 28300 Aranjuez (Madrid).
Tel.: 91 891 69 59. *Fax:* 91 892 01 58

Resumen

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

Palabras clave: Embarazo, trabajo con grupos, educación maternal



(63) GRUPO DE APOYO A MUJERES PERIMENOPAUSICAS

Dirección de contacto: Aurora Otero García. Centro de Salud Saja. C/ Hermanos Maristas, s/n. 39500 Cabezón de la Sal (Cantabria).
Tel.: 942 70 00 60. *Fax:* 942 70 10 53

Resumen

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

Palabras clave: Menopausia, educación para la salud, grupos de autoayuda

(64) CLIMATERIO Y MADUREZ. UN ESPACIO DE REFLEXION E INFORMACION PARA MUJERES

Dirección de contacto: Elena Aguiló Pastrana. Centro de Salud Párroco Julio Morate. C/ Párroco Julio Morate, 3. 28045 Madrid.
Tel.: 91 473 39 05. *Fax:* 91 473 39 15

Resumen

Con frecuencia los malestares de la mujer en la etapa de la madurez se atribuyen a la menopausia, identificándose el cese de la fertilidad con toda la etapa vital y considerándose como una época conflictiva, que conlleva malestares físicos, psicológicos, desvalorización social y riesgos para la salud. Así, se difunden mitos, tabúes e informaciones erróneas que dificultan a las mujeres comprender y abordar de manera sana y autónoma esta etapa. Esta experiencia se plantea como una actividad grupal de promoción de la salud destinada a que la mujer pueda cuidarse en la madurez de forma adecuada, autónoma y sin medicalización excesiva. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) integrar la menopausia en el ciclo vital; 2) analizar la problemática de la mujer en la madurez y diferenciar lo que se debe y lo que no se debe a la menopausia; 3) aportar información sobre el proceso biológico y cómo cuidarse en esta etapa, y 4) brindar elementos de análisis que permitan a la mujer plantearse alternativas con mayores cotas de protagonismo personal y social. El trabajo se desarrolla mediante un curso de seis sesiones de dos horas, con una periodicidad semanal, al que las mujeres acceden por información suministrada en las consultas y mediante carteles. Se convoca a las mujeres a una charla informativa sobre las características de la actividad y en la misma se les invita a que se inscriban. En las sesiones se utiliza una metodología específica, denominada «grupo formativo» que integra elementos de la concepción dinámica y de la psicología social en el proceso grupal de reflexión y aprendizaje. Utiliza los «indicadores diagnósticos de población» como herramienta específica en la conceptualización de los malestares del modo de vida. La evaluación se basa fundamentalmente en indicadores de tipo cualitativo (evaluación de la pertinencia, pertinencia, aprendizaje, clima grupal, etc.) que se van recogiendo durante todo el proceso por el equipo coordinador, lo cual permite ir adaptando aspectos dinámicos y temáticos según las características del grupo y su proceso de aprendizaje. En la última sesión se realiza una actividad grupal en la que las participantes evalúan de forma cualitativa el programa y su desarrollo en función de sus expectativas.

Palabras clave: Menopausia, apoyo psicológico, trabajo con grupos



(65) TRABAJO CON GRUPOS DE MUJERES

Dirección de contacto: Carlos Ribot Catalá. Centro de Salud Jaime Vera. Avda. Europa, s/n. 28915 Leganés (Madrid).
Tel.: 91 688 11 22. *Fax:* 91 688 58 29. *E-mail:* cribot@arrakis.es

Resumen

Las mujeres constituyen agentes de salud en los cuidados familiares, al estar encargada socialmente de la salud familiar y del cuidado de los enfermos. La intervención comunitaria con grupos de mujeres se viene realizando en el centro de salud desde 1991. En esa fecha se creó una comisión de participación comunitaria que pretende crear una dinámica dentro del equipo de Atención Primaria donde se potencie la relación con la comunidad. El objetivo de la actividad es doble. Por un lado, mejorar la salud de las mujeres mediante la creación de espacios grupales donde puedan potenciar su autonomía y trabajar su desarrollo personal y, por otro lado, mejorar la comprensión que tienen los profesionales sanitarios de la «problemática de la mujer» en un determinado grupo social (baja autoestima, aislamiento social, alta frecuentación de las consultas) para aumentar sus posibilidades de actuación. La actividad se realiza con asociaciones del barrio, en sus propios locales (asociación de vecinos y asociación Beatriz Cienfuegos). Se diseña un ciclo de 6-9 sesiones grupales con temas elegidos por las mujeres tales como menopausia, relaciones con los hijos, depresión, prevención del cáncer ginecológico o los cuidadores. La metodología es grupal y comunitaria: un profesional sanitario expone un tema durante 15-30 minutos, para introducir la sesión. El resto del tiempo, hasta 75 minutos, se produce un diálogo grupal en el cual las preguntas y las respuestas no las hace el técnico sino las mujeres participantes. Esto permite una dinámica educativa en la cual las participantes aprenden entre ellas y reflexionan sobre sí mismas. El papel del técnico es secundario, su función es favorecer un clima para que las participantes puedan «decir con palabras aquello por lo que sufren». La evaluación se hace en la última sesión grupal, invitando a las participantes a que opinen abiertamente sobre lo que les ha parecido la actividad. Esto se graba en cinta magnetofónica, se mecanografía a papel y se analiza posteriormente. Como conclusión nos parece que la intervención comunitaria enriquece el trabajo en Atención Primaria de Salud, es factible, mejora la salud de los grupos en los que se interviene y aumenta la motivación de los profesionales que participan en dicha intervención.

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

(66) GRUPO DE AYUDA DE MADRES

Dirección de contacto: Paquita Mocholi Muñoz. Centro de Salud Padre Jofré. C/ Nicolás Factor, 1. 46007 Valencia.
Tel.: 96 380 54 09. *Fax:* 96 341 58 64

Resumen

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

Palabras clave: Grupos de autoayuda, acción social en salud, educación para la salud



(67) EDUCACION PARA LA SALUD CON PUERPERAS

Dirección de contacto: Yolanda Bonillo Palomares. Centro de Salud La Paz. Parque Asturias, s/n. 28529 Rivas-Vaciamadrid (Madrid).
Tel.: 91 666 69 76. *Fax:* 91 666 69 44

Resumen

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

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

(68) PROGRAMA DEL CLIMATERIO

Dirección de contacto: Amparo Albiñana Soler. Centro de Salud San Marcelino. C/ San Pío X, 33. 46017 Valencia.
Tel.: 96 378 03 13. *Fax:* 96 358 00 43. *E-mail:* francisca.barques@sanidad.m400.gva.es

Resumen

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

Palabras clave: Menopausia, salud mental, trabajo con grupos



(69) GRUPO OPERATIVO DE EDUCACION MATERNAL

Dirección de contacto: Consuelo Reyes. Centro de Salud del Albaycín. Cementerio de San Nicolás, s/n. 18010 Granada.
Tel.: 958 20 67 98

Resumen

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

Palabras clave: Educación maternal, trabajo con grupos, embarazo

(70) ENCUENTROS SOBRE MENOPAUSIA

Dirección de contacto: Rosa Gómez Honorato. Centro de Salud General Ricardos. C/ General Ricardos, 131. 28019 Madrid.
Tel.: 91 428 39 13. *Fax:* 91 428 39 10. *E-mail:* buzges.cs39@gapm11.insalud.es

Resumen

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

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



(71) EDUCACION PARA LA SALUD CON MUJERES

Dirección de contacto: Yolanda Bonilla Palomares. Centro de Salud La Paz. Parque Asturias, s/n. 28529 Rivas-Vaciamadrid (Madrid).
Tel.: 91 666 69 76. *Fax:* 91 666 69 44

Resumen

Esta actividad tiene como objetivo la adquisición de hábitos saludables que contribuyan a la mejora de la calidad de vida de las mujeres procurando que ellas mismas sean agentes de su propio cambio. El grupo está constituido por mujeres en edades comprendidas entre 30 y 50 años que presentan algunas de las siguientes características: trastornos emocionales leves, baja autoestima, dificultad en las relaciones sociales y aislamiento. Se excluyen mujeres con patologías físicas o psíquicas graves. La metodología es participativa a través de técnicas grupales. Los contenidos que se trabajan en las sesiones son: la comunicación y la escucha, el aprender a cuidarse, el bienestar, tiempo para una misma, la sexualidad desde un punto de vista integral y la autoestima. En cada sesión se incorpora una práctica de relajación. Al final se les pasa un cuestionario con fines evaluativos y se les pregunta a las mujeres cómo se han sentido en el grupo.

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

(72) CUIDAR CON ARTE

Dirección de contacto: Carmen Pilar Nieto Pedraza. Centro de Salud de Biar. Els Passos, 6. 03410 Biar (Alicante).
Tel.: 965 81 11 65. *Fax:* 965 81 11 67. *E-mail:* cnietop03@smail1.ocenf.org

Resumen

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

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



(73) LACTANCIA MATERNA Y CUIDADOS DEL RECIEN NACIDO

Dirección de contacto: Ana Bonaplata Revilla. Centro de Salud Comillas. C/ Eduardo Marquina, 33. 28019 Madrid.
Tel.: 91 569 47 39. *Fax:* 91 565 03 45

Resumen

La actividad se enmarca en el conjunto de actividades de educación para la salud que desarrolla el equipo de salud. Su objetivo principal es abordar desde un punto de vista práctico todos aquellos aspectos referidos a la maternidad que refuerzan el vínculo madre-hijo, fomentando la lactancia materna y los cuidados básicos en todas las etapas de la infancia. Otro de sus objetivos es reducir la ansiedad que puede generar la maternidad. Se llevan a cabo 5 sesiones educativas dirigidas a embarazadas, madres de niños en período de lactancia y de 1.ª infancia. Los contenidos que se desarrollan son los siguientes: 1) fisiología de la lactancia materna; 2) posturas para la lactancia y cuidados del pecho; 3) cuidados básicos del recién nacido, y 4) prevención de accidentes infantiles y de enfermedades exantemáticas en la infancia. La metodología utilizada incluye exposición teórica, coloquio e intercambio de experiencias y aprendizaje de técnicas para el desarrollo de habilidades. Se efectúa un seguimiento de los conocimientos adquiridos por parte de enfermería y pediatría en las revisiones pactadas en el programa del niño sano.

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

(74) PROMOCION DE LA SALUD DE LAS MUJERES. EVALUACION DE UNA EXPERIENCIA

Dirección de contacto: Elvira Ramos García. Facultad de Medicina y varios centros de salud. Facultad de Medicina. Campus de Espinardo. 30100 Murcia.
Tel.: 968 36 71 49. *Fax:* 968 36 39 47. *E-mail:* elramos@um.es

Resumen

Esta intervención se ha llevado a cabo con el objetivo de promover la salud de las mujeres, mediante el modelo de acción-participación que permite aprovechar todas las interacciones que el proceso de aprendizaje conlleva. Para ello se ha captado a las mujeres en 12 centros de la mujer del municipio de Murcia y se les ha administrado un cuestionario semiestructurado con el fin de extraer los problemas de salud que más les preocupan. Posteriormente un grupo de monitores y estudiantes han preparado unidades didácticas en torno a los temas detectados y estos se han desarrollado de forma abierta y participativa. Los profesionales que han participado en esta experiencia son los siguientes: 18 personas (enfermeras y trabajadoras sociales de los centros de salud) actúan como monitores de las sesiones, 58 estudiantes de medicina, enfermería y trabajo social han colaborado y, por último, 9 profesoras y profesores de la Universidad han actuado como observadores/asesores. Por su parte, han participado un total de 276 mujeres, siendo los tres problemas de salud desarrollados los siguientes: menopausia, alimentación y sexualidad. La evaluación mostró que el 90% de las mujeres había incrementado su capacitación acerca del problema tratado. El haber tomado parte activa les había permitido aprender a partir de sus necesidades y de todo el contexto y proceso de la experiencia y no exclusivamente de la unidad didáctica, utilizando los recursos de los profesionales sanitarios y de los centros de Atención Primaria en un sentido eficiente.

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



(75) CUIDAR Y CUIDARSE

Dirección de contacto: Ramona Cubero Ruiz. Centro de Salud Jaime Vera. Avda. Europa, s/n. 28915 Leganés (Madrid).
Tel.: 91 688 11 22. *Fax:* 91 688 58 29. *E-mail:* c.ribot@teleline.es

Resumen

La actividad consiste en la realización de un taller dirigido a familiares de enfermos inmovilizados. Las quejas y angustias que manifiestan la mayoría de los cuidadores han sido el motivo principal que ha provocado esta intervención de tipo grupal. Cuidar conlleva una sobrecarga física y emocional que puede derivar en una situación de crisis psicosocial y, en determinadas ocasiones, ser un desencadenante de alteraciones en la salud. El objetivo general de los talleres es potenciar un estilo de vida favorable para la persona cuidadora que le permita llevar a cabo su tarea sin descuidar su propio cuidado. Se trata de que adquieran los conocimientos necesarios (sobre cuidados, medidas higiénicas, hábitos saludables y recursos sociales), que desarrollen actitudes positivas y habilidades personales y sociales y que aumenten su capacidad de análisis respecto a los estilos de vida personales. Para informar a la población se distribuyen carteles informativos por el centro de salud. La captación se realiza a través de la consulta médica y de enfermería y de la trabajadora social. Se realizan seis sesiones semanales de dos horas de duración, en las que participan una media de 13 mujeres cuidadoras, de edades comprendidas entre los 40 y 60 años. Cada sesión se inicia con una exposición teórica para pasar posteriormente a dinámicas grupales, donde se potencia principalmente la participación a través de técnicas educativas. Se utiliza material audiovisual como apoyo y se distribuye entre las participantes material educativo elaborado por la Comunidad de Madrid. Los recursos humanos con los que se cuenta para realizar esta intervención, que tiene lugar en el aula de reuniones del centro de salud, son 2 enfermeras y la trabajadora social. La evaluación, que se realiza por las participantes de forma oral, ya que la mayoría muestran dificultad para expresarse de forma escrita, muestra un alto grado de satisfacción de participantes y educadoras. El grupo que lleva a cabo esta actividad grupal considera que es pertinente y eficaz ya que favorece la desdramatización de los problemas y aumenta la capacidad para afrontarlos.

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

(76) SALUD MATERNAL

Dirección de contacto: Almudena García Mejías. Centro de Salud San Andrés II. C/ Alberto Palacios, s/n. 28021 Madrid.
Tel.: 91 505 19 78. *Fax:* 91 796 21 59

Resumen

El proyecto parte del hecho de que los profesionales de la salud, y en particular de enfermería, deben facilitar a la madre el aprendizaje de cuidados que eviten los factores de riesgo, favorezcan los estilos de vida saludables para ella misma y para el correcto desarrollo de su embarazo. Asimismo, se entiende que es responsabilidad de los sanitarios ir preparando y educando a la futura madre en los cuidados del recién nacido para evitarle dificultades y angustias cuando se encuentre con el bebé en casa. Así, se pone en marcha un proyecto de colaboración entre el equipo de Atención Primaria y las matronas del distrito, que incluye la participación de una enfermera de pediatría en la educación maternal, más concretamente en el desarrollo de los temas «lactancia natural» y «cuidados del recién nacido». Los objetivos de las sesiones educativas dirigidas a las mujeres embarazadas son los siguientes: 1) que el 50% de las mujeres que asisten a las sesiones mantenga la lactancia natural durante los 3 primeros meses y el 30% durante los 5 primeros; 2) facilitar a toda mujer que quiera lactar el aprendizaje de la técnica; 3) que la madre adquiera las habilidades necesarias para mantener una lactancia natural satisfactoria para ella y su bebé; 4) que la madre adquiera e integre las habilidades necesarias para los cuidados elementales en el desarrollo físico, psíquico y social de su hijo, y 5) que las mujeres adquieran hábitos saludables para mejorar la calidad de vida de ellas y su familia. La actividad se lleva a cabo cada 2 meses en el centro de salud y en su desarrollo se utilizan como materiales pizarra, rotuladores, retroproyector, transparencias, muñeco, bañera y sillón. La evaluación se realizará mediante la revisión periódica de las historias de los niños y niñas cuyas madres acudieron a educación maternal.

Palabras clave: Educación maternal, trabajo con grupos



(77) EDUCACION PARA LA SALUD EN EL CLIMATERIO Y MENOPAUSIA

Dirección de contacto: Rosa M.ª Rodríguez Martín. Centro de Salud San Martín de la Vega. Plaza Constitución, s/n. 28330 S. Martín de la Vega (Madrid).
Tel.: 91 894 53 53. Fax: 91 894 53 95

Resumen

El centro de salud desde el que se desarrolla esta actividad pertenece a una zona rural con las siguientes características: 1) la red de asociaciones y actividades es prácticamente inexistente para las mujeres en edades comprendidas entre 45 y 55 años y 2) aún está muy arraigada la idea de que las mujeres deben ser las cuidadoras principales de la familia, por lo que desarrollar actividades fuera de su ámbito y dirigidas a sí mismas está «mal visto». Por ello, se pone en marcha esta actividad de educación grupal desde el centro de salud dirigida a este grupo de población. La captación se realiza mediante carteles informativos en el propio centro y a través de las consultas de enfermería, confirmando posteriormente por teléfono el horario más conveniente para cada mujer. Se oferta la posibilidad de asistir a las sesiones en horario de mañana o de tarde. Fundamentalmente se pretende un cambio de actitudes mediante el conocimiento de los cambios que se producen en esta etapa vital y que las mujeres aprendan a expresar sus sentimientos y emociones ante estos cambios. En los dos grupos formados hasta ahora (un total de 37 mujeres) se han abordado las siguientes áreas: menopausia, climaterio, sintomatología y tratamientos alternativos, medidas higiénico-dietéticas, alimentación, osteoporosis, ejercicio físico y prevención de riesgos cardiovasculares. En lo referente a la adquisición de habilidades se realizan ejercicios de higiene postural para la prevención de fracturas, prevención de incontinencia a través de ejercicios de Kegel, autoexploración mamaria, y prevención de síntomas psíquicos, como ansiedad e insomnio, mediante ejercicios de relajación. La evaluación se realiza mediante cuestionario que se administra antes y después de las sesiones.

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

(78) GRUPO DE APOYO A MUJERES PERIMENOPAUSICAS

Dirección de contacto: M.ª Teresa Rodrigo Vicente. Centro de Salud Cotoilino. Av. República Argentina, 3. 39700 Castro Urdiales (Cantabria).
Tel.: 942 86 04 85. Fax: 942 86 39 47. E-mail: AFR00000@santandersupernet.com

Resumen

La actividad, dirigida a las mujeres adscritas al centro de salud entre 45 y 60 años, se puso en marcha en 1995, con los siguientes objetivos: 1) fomentar el autocuidado y la autonomía personal; 2) asumir la menopausia como una etapa evolutiva del ciclo vital; 3) adquirir o mantener hábitos de vida saludables, y 4) adquirir conocimientos sobre cambios asociados a esta etapa de la vida. La captación se realiza por los profesionales sanitarios, en consulta a demanda y programada, mediante una hoja específica de derivación a esta actividad. La trabajadora social realiza entrevista individual para la inclusión en el grupo, informando de la actividad. Los grupos son cerrados, homogéneos en edad y sexo. Consta de 8 sesiones de 90 minutos cada una, con frecuencia semanal, con 10-12 mujeres por grupo, conducidos por una enfermera y la trabajadora social, colaborando otros profesionales del equipo en sesiones puntuales de información sanitaria. Se utilizan como técnicas las dinámicas grupales de apoyo, la reflexión, el trabajo en parejas, la tormenta de ideas, videograbaciones, lecturas en voz alta y juegos dinámicos. Los contenidos se estructuran en tres módulos: a) información sanitaria: climaterio, osteoporosis, anticoncepción, cáncer de mama y genital, alimentación y tratamientos específicos; b) ejercicio físico, relajación; c) el ciclo vital familiar: la identidad de género, autoestima, autoconocimiento, relaciones de vínculos familiares y sociales, los cambios personales. La evaluación se realiza mediante indicadores de asistencia, observación, y cuestionario específico. Se realizan dos grupos fijos al año y los resultados obtenidos hasta el momento reflejan que las actitudes de las personas ante los temas van modificándose a medida que avanza la actividad; el tejido social aumenta, valoran su autoestima y espacio personal, manifestando una actitud más sana ante la idea de vivir esta etapa. Los grupos de mujeres son muy terapéuticos para el vaciado y comprensión de lo que viven, favoreciendo el apoyo emocional y psicológico entre ellas.

Palabras clave: Grupos de ayuda, educación para la salud, menopausia



(79) GRUPO DE APOYO A CUIDADORES

Dirección de contacto: Paloma Gómez Sal. Centro de Salud María de Guzmán I. C/ Juan de Borgoña, s/n. 28805 Alcalá de Henares (Madrid).
Tel.: 91 882 91 70. *Fax:* 91 882 98 32. *E-mail:* rgorria@bbvnet.com

Resumen

Con esta actividad, que se viene realizando desde 1997, se pretende favorecer en las personas cuidadoras el desarrollo de un estilo de vida en el que se puedan combinar el cuidado al familiar dependiente con el propio autocuidado y proporcionar un espacio de encuentro para la resolución positiva de sus dificultades cotidianas, basándose en experiencias propias y del grupo. Para ello la actividad se realiza en dos fases: 1) un grupo de educación para la salud, al que se incorporan nuevos cuidadores captados desde el centro de salud, con el que se realizan 10 sesiones de hora y media cada una. En las dos primeras sesiones se valoran las necesidades del grupo en las áreas bio-psico-sociales en la vida cotidiana y se ayuda a identificar en los participantes en qué medida están desarrollando el síndrome del cuidador. En las restantes sesiones se desarrollan diferentes contenidos temáticos en función de las necesidades detectadas centrados en la sensibilización, motivación, búsqueda de alternativas y en el fomento del autocuidado; 2) una vez finalizado el grupo de educación para la salud, los participantes que lo desean se incorporan al grupo de autoayuda existente en el propio centro, surgido de experiencias de trabajo grupal anteriores. Este grupo se viene reuniendo semanalmente durante los últimos 4 años y en la actualidad está en proceso de elaboración de los estatutos para su formalización como asociación, bajo el nombre de ACUDE (Asociación de Cuidadores de Enfermos y Familiares Dependientes).

Palabras clave: Calidad de vida, Grupos de autoayuda, Cuidadores

(80) GRUPO DE APOYO: HABILIDADES SOCIALES Y RELAJACION

Dirección de contacto: M.ª Teresa Rodrigo Vicente. Centro de Salud Cotoilino. Av. República Argentina, 3. 39700 Castro Urdiales (Cantabria).
Tel.: 942 86 04 85. *Fax:* 942 86 39 47

Resumen

En las consultas de Atención Primaria hay un alto porcentaje de trastornos psicósomáticos. La actividad grupal de apoyo en relajación, combinada con habilidades sociales constituye una herramienta útil para su abordaje. Desde el año 1992 se realiza una actividad programada dirigida a la población con ansiedad y síntomas asociados como trastornos del sueño, digestivos-funcionales, palpitations o dolores musculares sin organicidad, cefaleas tensionales y autoestima baja. Los objetivos planteados con el programa son los siguientes: 1) proporcionar a las personas que forman el grupo herramientas útiles para hacer frente a situaciones de la vida diaria que le resulten incapacitantes; 2) disminuir el consumo de psicofármacos (ansiolíticos); 3) aumentar su autoestima y vínculos sociales, y 4) capacitar para descubrir recursos personales para situaciones cotidianas. La captación y posterior derivación a la trabajadora social, que valora mediante entrevista individual la inclusión en el grupo, la realizan los profesionales sanitarios del equipo. La actividad, que se realiza en grupo cerrado heterogéneo en edad y sexo, formado por 10 a 12 personas, consta de 8 sesiones de 90 minutos de duración con frecuencia semanal, conducidos por la trabajadora social. Cada sesión se compone de dos módulos, uno de ellos de habilidades sociales en el que se trabajan con técnicas de dinámica grupal de apoyo psicológico los siguientes temas: ansiedad, problemas, conflictos, expresión de emociones, espacios personales, autoestima, comunicarse y otro de técnicas de respiración (abdominal, torácica, profunda, nasal) y de relajación (Jacobson-visualización). La evaluación se realiza mediante cuestionario, con indicadores de asistencia y técnicas de observación. Según los resultados obtenidos hasta el momento se puede afirmar que la experiencia favorece cambios positivos de conductas, incrementa el apoyo social y revierte de forma muy positiva en el autocuidado y en la autoestima, así como en los vínculos afectivos que se establecen.

Palabras clave: Relajación, apoyo psicológico, trabajo con grupos



(81) «AMAMANTA». GRUPO DE APOYO A LA LACTANCIA MATERNA

Dirección de contacto: Roser Roca Velasco. Centro de Salud de Llíria. 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

Ante los abandonos en los primeros meses de lactancia materna, la escasa información de las madres y la necesidad de reforzar socio-afectivamente a este colectivo, se forma «el grupo que amamanta» como un grupo de autoayuda y apoyo a las madres lactantes. Con el mismo se pretende elevar la duración de la lactancia materna entre 4 y 6 meses y prevenir los abandonos. Otros objetivos están en relación con la captación, la difusión de la información sobre el grupo a la población y a los profesionales y el establecimiento de una red de relaciones con otros grupos de autoayuda. En lo que respecta a la difusión del grupo, se ha elaborado un cartel y se ha distribuido por el centro de salud, las instituciones públicas y los establecimientos del pueblo. La captación propiamente dicha se realiza en las sesiones de preparación al parto, en las que se incluye información sobre el grupo y su funcionamiento. Cada madre lactante se convierte en madrina de una futura «madre-ahijada» mediante un rito de paso en el que se genera un vínculo afectivo y de apoyo. El grupo se reúne una vez a la semana, durante una hora y media y en cada sesión se tratan los temas propuestos por el propio grupo, se realizan ejercicios de relajación y estiramientos musculares con las madres y se practica el masaje infantil. A todas las madres se les hace entrega de un dossier sobre educación materno-infantil y lactancia materna. Al abandonar el taller se hace una pequeña fiesta de despedida y se administra un cuestionario de satisfacción.

Palabras clave: Educación maternal, lactancia, grupos de autoayuda

(82) TALLER DE MENOPAUSIA

Dirección de contacto: Ana M.ª García Velasco. Centro de Salud El Espinillo. Avda. Orovilla, s/n. 28041 Madrid.
Tel.: 91 318 03 99. *Fax:* 91 318 04 55

Resumen

El objetivo general de la actividad, que se enmarca en el programa de la mujer, es contribuir a la mejora de la salud de las mujeres climatéricas y aumentar sus conocimientos sobre esta etapa de la vida. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) ofrecer información sobre la menopausia y hábitos saludables en esta etapa; 2) crear un espacio de intercambio de experiencias; 3) clarificar mitos culturales y sociales que existen acerca de la menopausia, y 4) proporcionar conocimientos y contribuir al cambio de actitudes sobre autocuidados. El taller está dirigido a mujeres de edades comprendidas entre 45 y 55 años, cuya captación se realiza a través de las consultas médicas y de enfermería. Se lleva a cabo en la sala de reuniones del centro de salud y es impartido por cinco médicos, seis enfermeras y una trabajadora social. Sus contenidos se desarrollan mediante exposiciones teóricas y dinámicas grupales, con apoyo de materiales didácticos y medios audiovisuales. La evaluación se realiza mediante un cuestionario destinado a valorar conocimientos y habilidades adquiridas y otros de evaluación global del curso. Con respecto a los resultados del taller celebrado en marzo de 2000, al que asistieron un total de 18 mujeres con una edad media de 50 años, cabe señalar que a nivel global el grupo de mujeres mejoró notablemente el nivel de conocimientos al finalizar el taller, sobre todo referido a aspectos como los síntomas de la menopausia, la dieta adecuada, el tratamiento farmacológico y la sexualidad en esta etapa. Asimismo, todas las mujeres resaltaron que la experiencia fue muy positiva y la metodología, el material, el horario y los docentes, adecuados.

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



(83) PROGRAMA DE SALUD PARA LA MUJER MENOPAUSICA O CLIMATERICA

Dirección de contacto: Xaro Garcés Pérez. Centro de Salud Padre Jofré. C/ Beato Nicolás Factor, 1. 46007 Valencia.
Tel.: 96 380 54 09. *Fax:* 96 341 58 04

Resumen

Los objetivos de esta actividad son los siguientes: facilitar que la mujer se vea como un ser en evolución, que pasa sus etapas satisfactoriamente; aprender a vivir de forma natural y positiva con nuestros cuerpos, disfrutando plenamente, e intercambiar en grupo alternativas posibles para mejorar el nivel de salud. Las actividades que se realizan son las siguientes: terapia de grupo sobre la problemática detectada en esta etapa para conocer todos los cambios físicos y emocionales del proceso de envejecimiento natural; lectura de pensamiento positivo; automasaje y masaje compartido para el autoconocimiento y mejora de la salud; ejercicios de respiración con musicoterapia; cinefórum, etc. El funcionamiento del programa ha dado lugar a una Asociación («Nova Dona y Salut»), actualmente con 250 asociadas, que realiza un protocolo adaptado de las anteriores actividades, además de otras actividades lúdicas y festivas. Para su realización se utiliza un local propio, así como el aula y el gimnasio del centro de salud. La asociación dispone asimismo de biblioteca. Existe una programación anual con objetivos, actividades y posterior memoria. Dentro del programa de la mujer se planifican objetivos anuales evaluables, que se insertan en la memoria del centro de salud. La actividad está abierta a otros centros de salud, grupos de mujeres, asociaciones. Se tutela la formación de las monitoras de la asociación por parte de las matronas. Se observan grandes beneficios a nivel físico, psíquico y de relación, lo cual redundará en la mejora de su salud. A petición del Ayuntamiento y de asociaciones de vecinos, esta actividad se ha ampliado a otras zonas y barrios de Valencia. La asociación ha crecido en número, ha adquirido locales propios ha participado en diversas jornadas y congresos. Además, tiene un grupo de teatro («Raíces») y un coro («Andis»), que cuentan con mujeres motivadas y colaboran de manera altruista en colegios e instituciones públicas. Recientemente se ha realizado el I Certamen Fotográfico, además, la asociación ha recibido el premio «Mejor asociación del barrio», concedido por la asociación de vecinos.

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

(84) PROGRAMA DE ATENCION PSICOSOCIAL PARA MUJERES

Dirección de contacto: Antonio M. Gutiérrez Nieto. Red de Atención Primaria de Salud. Distrito Jerez. C/ José Luis Díez, 14, 5.ª planta. 11403 Jerez de la Frontera (Cádiz).
Tel.: 956 33 60 60. *Fax:* 956 33 41 07

Resumen

Esta actividad está dirigida a mujeres adultas, amas de casa y que utilizan con una alta frecuencia los servicios sanitarios, en los que plantean demandas que son expresión de la ansiedad y del descontento causado por el rol de ama de casa. El objetivo general del programa es atender la salud emocional de la mujer mediante un proceso de redefinición en el ámbito de lo relacional que facilite su ajuste social. Para ello se plantea una intervención básicamente grupal, aunque también se realizarán acciones en el plano individual y dirigidas a la familia, en la que se reunirá a grupos de mujeres con una frecuencia semanal. La detección y valoración de las mujeres para su inclusión en los grupos es realizada por los profesionales del equipo de atención primaria y es el médico de cabecera el que efectúa la derivación. La conducción y el manejo de los grupos es realizada por los trabajadores sociales del centro de salud y del equipo de salud mental. En el esquema de trabajo planteado, el papel de los médicos se considera fundamental, ya que es en la consulta donde se puede detectar la problemática de ansiedad que presentan las usuarias, fundamentalmente en relación con las demandas de fármacos que efectúan. El médico oferta a las mujeres que reúnen los criterios antes mencionados su derivación al grupo y facilita su inclusión en el mismo. Para la derivación se utiliza una ficha en la que se recoge la siguiente información: datos de identificación, motivo de consulta, tratamiento farmacológico, conflictos detectados en relación a aspectos como la familia, los hijos o la integración social y, por último, observaciones referidas a la frecuencia de consultas o cualquier otro que el médico considere de interés. La evaluación del programa se realizará en base a los siguientes indicadores: número de derivaciones, frecuencia de consumo de medicamentos, elaboración de proyectos personales por parte de las mujeres y creación de redes de apoyo social. De cara a consolidar la red social de las mujeres, se ha organizado conjuntamente con el Centro de Actividades Culturales un espacio de acogida grupal con el fin de evitar el regreso a las consultas médicas. Durante el curso 99-00, segundo año del Programa, han pasado un total de 80 mujeres por este recurso y se ha implantado en cuatro centros de salud: La Granja, San Telmo, La Barca y Delicias.

Palabras clave: Educación para la salud, calidad de vida, trabajo con grupos



(85) EDUCACION PARA LA SALUD CON MUJERES DE ALFABETIZACION

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

Esta actividad surge a raíz de una demanda de la Asociación de Mujeres para que se aborden un conjunto de temas con las mujeres que acuden a la Escuela de Adultos del barrio, con edades comprendidas entre 55 y 70 años. Los temas tratados, que han sido seleccionados por las propias mujeres, son: alimentación, primeros auxilios, cuidados de la artrosis y «saber envejecer». Para ello se han llevado a cabo 4 sesiones de 2 horas de duración cada una de ellas, con el objetivo general de mejorar la salud y desarrollar capacidades para cuidar y cuidarse. La metodología es participativa y la evaluación se realiza mediante técnicas observacionales y debate al finalizar cada sesión educativa. El grupo ha solicitado para el curso 2001-2002 tratar temas relacionados con la salud durante todo el año, por lo que las dos enfermeras responsables han diseñado un «curso de salud» para impartir a lo largo del mismo.

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

(86) INTERVENCION EDUCATIVA DIRIGIDA A CUIDADORES DE PERSONAS CON ALZHEIMER

Dirección de contacto: Félix Lora Pablos. Centro de Salud El Espinillo. Avda. Orovilla, s/n. 28041 Madrid.
Tel.: 91 318 06 54. *Fax:* 91 318 04 55

Resumen

Con la realización de este taller se pretende profundizar en los conocimientos sobre el alzheimer de los cuidadores, así como mejorar la calidad de los cuidados prestados. Los objetivos específicos son los siguientes: 1) facilitar información general sobre las demencias; 2) profundizar en los hábitos de vida de las personas con alzheimer; 3) fomentar el desarrollo de habilidades por parte de la persona cuidadora para afrontar los cambios en el comportamiento del enfermo, y 4) proporcionar información sobre recursos sociales. Para ello, se lleva a cabo un taller que se imparte en el centro de salud y que se compone de 8 sesiones de 90 minutos de duración. La captación se realiza en las consultas. La metodología empleada incluye exposiciones teóricas, técnicas participativas como la tormenta de ideas, la discusión en grupo, la rejilla de análisis y el rol playing y, por último, se incluye en todas las sesiones el aprendizaje práctico de técnicas de relajación. Los materiales utilizados son los siguientes: *El anciano en casa*, editado por la Comunidad de Madrid, folletos y documentación sobre la enfermedad facilitados por la Fundación Alzheimer, vídeo de la Fundación Caja Madrid sobre el tema y material de semFYC. La evaluación realizada mediante cuestionario de conocimientos y habilidades, muestra que estas personas disponen de poca información y que tienen creencias erróneas sobre el alzheimer. Al finalizar el taller, declaran haber mejorado tanto sus conocimientos como sus habilidades para cuidar. También mejora el nivel de estrés. Otra de las consecuencias positivas de este tipo de talleres es que se relacionan con personas en su misma situación y que se sienten reconocidas en su trabajo.

Palabras clave: Alzheimer, cuidadores, trabajo con grupos



(87) EDUCACION PARA LA SALUD CON MUJERES EN EL CLIMATERIO

Dirección de contacto: M.ª Carmen Rodríguez González. Centro de Salud de Antequera. Paseo M.ª Cristina, s/n. 29200 Antequera (Málaga).
Tel.: 95 284 59 76

Resumen

Con este programa, que está dirigido a mujeres premenopáusicas, se pretende transmitir conocimientos que permitan a las mujeres adquirir destrezas y habilidades adecuadas para vivir esta etapa de una forma saludable y positiva, modificando hábitos perjudiciales para la salud. La metodología utilizada se basa en la utilización de técnicas de dinámica grupal. El programa consta de 12 sesiones que con una duración de dos horas y media se realizan semanalmente. En la primera hora de cada sesión se plantea el contenido del tema a tratar, estimulando la participación de las participantes. Se facilita información que es contrastada con las vivencias y creencias individuales y del grupo, con el fin de buscar soluciones a los problemas planteados. En la segunda hora se realiza ejercicio físico y relajación. Hasta el momento se han llevado a cabo 9 grupos y han participado 135 mujeres con resultados altamente satisfactorios.

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

(88) MUJER Y SALUD

Dirección de contacto: Joaquina Martín Abreu. Centro de Salud Pontones. Ronda de Segovia, 52, 4.ª planta. 28005 Madrid.
Tel.: 91 365 09 48. *Fax:* 91 365 58 21

Resumen

La actividad está dirigida a mujeres con edades comprendidas entre los 35 y los 55 años, que sean usuarias del centro de salud y que presenten alguno de los siguientes indicadores: hiperfrecuentación, abuso de fármacos, estado de ánimo depresivos, que manifiesten quejas inespecíficas y permanentes, cefaleas, insomnio, imagen distorsionada de su esquema corporal, etc. Se les oferta la realización de un taller y se les pide que adquieran el compromiso de asistir como mínimo al 75% de las sesiones. El propósito de la actividad es brindar un espacio grupal de reflexión a la mujer con problemática psicosomática, dándole elementos de análisis y desarrollando su protagonismo en la búsqueda de alternativas. La metodología utilizada es la de «grupo formativo». Los contenidos del taller, que se desarrollan a lo largo de 12 horas, son los siguientes: 1) problemática de la mujer en la esfera personal, familiar y social; 2) mujer y familia: roles; 3) aspectos psicosociales: autoestima, autoimagen, identidad y ciclos vitales; 4) menopausia y sexualidad; 5) maltrato en la mujer: prevención, y 6) la mujer y su entorno social: trabajo, ocio, redes sociales. Al finalizar cada sesión se dedica un tiempo a relajación.

Palabras clave: Trabajo con grupos, calidad de vida, apoyo psicológico



(89) RELAJACION Y MENOPAUSIA

Dirección de contacto: Joaquina Martín Abreu. Centro de Salud Pontones. Ronda de Segovia, 52, 4.ª planta. 28005 Madrid.
Tel.: 91 365 09 48. *Fax:* 91 365 58 21

Resumen

El grupo al que va dirigida la actividad (constituido por mujeres de 45 a 55 años, casadas, con hijos, amas de casa y con estudios primarios) ya había participado con anterioridad en otro grupo sobre «relajación e hipertensión arterial» y había mostrado su interés por abordar el tema de la menopausia específicamente. Así, se diseña un taller de cinco sesiones con el objetivo de favorecer el desarrollo de un estilo de vida basado en el autocuidado y la autoestima. En todas las sesiones se realizó una sesión teórico-práctica de relajación. Los contenidos tratados son los siguientes: concepto de menopausia, alimentación, ejercicio físico e higiene postural, sexualidad, menopausia y climaterio. La metodología utilizada es participativa y favorecedora de la exposición de los problemas, experiencias y búsqueda de soluciones por el propio grupo.

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

(90) LA AUTOESTIMA PARA EL DESARROLLO ARMONICO DE LA SALUD HUMANA

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

Resumen

Esta actividad se genera a partir de la demanda expresada por las componentes de grupos de educación para la salud en otras áreas (realizados previamente en el propio centro de salud) de trabajar específicamente el área de la autoestima, con el fin de obtener y potenciar los recursos personales para hacer frente a los conflictos, enfermedades y desafíos de la vida. Los objetivos específicos de la misma son los siguientes: 1) dar a conocer la importancia de la autoestima para la salud humana; 2) conocer la dimensión de la propia autoestima y aprender a mejorarla; 3) aprender el manejo de los errores, y 4) ofrecer recursos alternativos. 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 el rol-playing, juegos, dramatizaciones y ejercicios. La evaluación se realiza mediante cuestionario. 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: Apoyo psicológico, educación para la salud, trabajo con grupos



(91) LA EDUCACION DE LOS SEXOS PARA LA PROMOCION DE UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA

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

Resumen

La actividad surge a partir de la demanda de mujeres que previamente habían acudido a grupos de educación para la salud en menopausia. Se realiza un taller, que es impartido por dos enfermeras, de cinco sesiones de hora y media cada una de ellas, con los siguientes objetivos: 1) afianzar la identidad de la persona; 2) ayudar a la integración; 3) propiciar situaciones de educación interpersonal desarrollando la dimensión afectiva; 4) potenciar la comunicación y las habilidades sociales, y 5) analizar los sentimientos y canalizar las formas de expresión, así como liberar de culpas y vergüenzas. Los contenidos se estructuran en base a procesos de reflexión grupal en los que se profundiza en el conocimiento de la identidad personal, utilizando en todo momento una metodología basada en la discusión. La estructura de cada sesión es de una exposición teórica seguida de trabajo grupal y se utilizan técnicas como el rol playing, el taller corporal y la animación de grupos. De cara a la evaluación se realiza una tormenta de ideas al comienzo del taller y al finalizar éste se administra un cuestionario y realiza una evaluación de tipo cualitativo.

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

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A PERSONAS MAYORES

(92) PROMOCION DE LA SALUD EN ADULTOS

Dirección de contacto: Pilar Moreno González. Centro de Salud La Alamedilla. Avda. de Comuneros, 25-27. 37003 Salamanca.
Tel.: 923 29 09 10. *E-mail:* pmorenog@meditex.es

Resumen

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

Palabras clave: Educación para la salud, acción intersectorial, actividades lúdicas



(93) FARMACOTERAPIA EN EL ANCIANO

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

El objetivo general del estudio «Farmacoterapia en el anciano: cartillas de largo tratamiento» es conocer la continuidad de los tratamientos en pacientes con edades entre 65 y 82 años de un centro de salud emplazado en el medio urbano. Se analizan las siguientes variables: la influencia de la situación familiar en la continuidad terapéutica prescrita, el número de fármacos/día que consume el paciente por prescripción médica y, por último, la educación sanitaria recibida sobre el consumo de fármacos más adecuados y su vía de administración más conveniente. La evaluación se realiza mediante un cuestionario, adecuado al nivel cultural de los pacientes, en el que se mide el conocimiento de la importancia de los medicamentos en el mantenimiento de la salud. La profesional que desarrolla la actividad señala que el uso correcto y el control de las cartillas de largo tratamiento por parte del Equipo de Atención Primaria, es una tarea fundamental de cara a evitar una mala utilización de los fármacos y los efectos adversos derivados de la polifarmacia. Asimismo, se señala que la formación y la educación al paciente son esenciales para la continuidad de los tratamientos y que esta debe ser continuada, estableciéndose además mecanismos de coordinación con el hospital.

Palabras clave: investigación, educación para la salud, medicamentos

(94) GRUPO DE APOYO A LA TERCERA EDAD

Dirección de contacto: Isabel Toral López. Centro de Salud de Cartuja. Casería del Cerro, s/n. 18011 Granada.
Tel.: 958 15 20 16. *Fax:* 958 15 37 39

Resumen

El objetivo principal de esta actividad es contribuir a la mejora de la calidad de vida de los ancianos que se encuentran en alto riesgo con los recursos propios de la comunidad. Los objetivos específicos son los siguientes: 1) conseguir que el 25% de los ancianos considerados de alto riesgo reciban atención del grupo de apoyo; 2) crear un grupo estable de ancianos; 3) conseguir la participación activa de todos los componentes del grupo de apoyo en todas las fases del proyecto, y 4) potenciar la salud psico-física del anciano voluntario a través de actividades solidarias y creativas con personas de su misma edad. Para ello, se programó una reunión en el Club del Pensionista del barrio de la cual surgió un grupo de 12 personas que se constituyó como grupo estable de voluntarios. Tanto de cara a la elaboración de los criterios de inclusión de ancianos susceptibles de ayuda por el grupo de voluntarios como de las actividades a realizar por éstos, se realizaron una serie de reuniones del grupo que fueron conducidas por una trabajadora social y dos enfermeras del centro de salud. En cuanto a los criterios de inclusión se acordó atender prioritariamente a los ancianos que viven solos sin familia con problemas de soledad aislamiento y dependencia y a los ancianos que viven solos y que tienen familia (intentando implicar a la familia). Entre las actividades que realiza el grupo de voluntarios, hay que mencionar las siguientes: dar compañía en domicilio, acompañar a las actividades organizadas en el Club, servir de enlace con el centro de salud y ayudarlos en pequeñas gestiones o trámites. En cuanto a la organización hay que señalar que se forman parejas de ancianos que, junto a una enfermera y previa planificación conjunta de las actividades a realizar, visitan al anciano susceptible de ayuda para darse a conocer y ofrecer el servicio. El grupo de voluntarios se reúne una vez al mes con el fin de comunicar experiencias, intercambiar opiniones, evaluar los progresos logrados, organizar nuevas actividades y realizar sesiones de formación continuada en las que se tratan temas de interés tales como prevención de accidentes, salud mental, etc.

Palabras clave: Grupos de autoayuda, apoyo psicológico, acción social en salud



(95) DIALOGOS SOBRE LA MEMORIA

Dirección de contacto: Rosa Sánchez González. Centro de Salud «General Ricardos». C/ General Ricardos, 131. 28019 Madrid.
Tel.: 91 428 39 40. *Fax:* 91 428 39 10

Resumen

Esta actividad va dirigida a pacientes que tienen leves fallos de memoria que consideran como algo natural ante los que no se puede hacer nada y que realmente constituyen para estas personas y sus familiares un problema que compromete su calidad de vida. La captación de los pacientes fue realizada en la consulta de enfermería tras administrar el «Test Minimental», de Lobo y col., con el fin de detectar problemas de deterioro cognitivo severos. A los pacientes se les propone participar en un taller que consta de 4 sesiones teórico-prácticas de 120 minutos de duración cada una de ellas. Las sesiones son impartidas por alumnos del tercer curso de enfermería y por profesionales del centro de salud y en ellas se utilizan los siguientes materiales: diapositivas, carpetas con folletos y bolígrafo, cámara de fotos, casetes, pizarra y sala amplia y tranquila. En lo referente a los contenidos, estos giran en torno a los fundamentos de la memoria y las posibilidades de mejorarla. Con respecto a la parte práctica incluye el aprendizaje, por una parte, de algunas estrategias y técnicas para mejorar la memoria y por otra de técnicas de relajación para calmar la ansiedad que generalmente se asocia a este problema. Al finalizar el taller se hace entrega de un diploma acreditativo a los participantes. La evaluación se realiza mediante cuestionario administrado antes y después del taller, mostrando un aumento significativo de los conocimientos adquiridos así como una alta valoración de los ejercicios prácticos. Con posterioridad a la realización del taller se realiza un seguimiento individual de los pacientes en cuanto a los hábitos adquiridos en la realización de ejercicios de memoria y relajación. Ante la buena acogida y demanda de los pacientes se ha realizado, durante 2001, otro taller con nuevos participantes siguiendo el mismo método y modificando algunas de las tareas en función de las características del grupo. Se volverá a realizar otro taller y está previsto llevar a cabo sesiones mensuales de «consolidación» del equipo de trabajo que, manifiesta sentirse altamente gratificado por el éxito de la actividad.

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

(96) ANCIANOS APOYANDO A ANCIANOS. EVALUACION DE UNA EXPERIENCIA

Dirección de contacto: Isabel Toral López. Centro de Salud de Cartuja. Casería del Cerro, s/n. 18011 Granada.
Tel.: 958 15 20 16. *Fax:* 958 15 37 39

Resumen

En el marco de la realización de un proyecto de investigación financiado por el Fondo de Investigaciones Sanitarias, se ha evaluado una experiencia en la que ancianos voluntarios prestan ayuda y apoyo a otros más necesitados. La realización del proyecto responde a la necesidad de evaluar aspectos relacionados con la dinámica de este tipo de grupos que permitan obtener información útil de cara a la utilización fundamentada de este recurso comunitario. La hipótesis de trabajo es que «la acción coordinada de ancianos dispuestos a prestar apoyo a ancianos discapacitados, en desventaja familiar y social, produce beneficios no sólo en los ancianos asistidos, sino también en los voluntarios». La metodología utilizada incluye la técnica de entrevista individual y diversas escalas y cuestionarios para estudiar las siguientes dimensiones: el apoyo familiar, el apoyo social, la motivación psicosocial, el índice de satisfacción de vida, el perfil psicopatológico y las ventajas y desventajas de ser voluntario/a. Con respecto a las personas asistidas se han estudiado sus características demográficas, el apoyo social y familiar, la autonomía para el autocuidado, el índice de satisfacción con el voluntario/a y el acceso a recursos comunitarios. Las principales conclusiones del estudio son las siguientes: 1) la experiencia es positiva, fundamentalmente por ser un recurso humano de gran riqueza y de la propia comunidad; 2) las personas asistidas reciben un beneficio objetivo; 3) los voluntarios se ayudan ayudando: por la propia satisfacción de ayudar y por el apoyo social que reciben del grupo; 4) los profesionales deben incluir en su valoración de la autonomía dimensiones como el apoyo social y familiar; 5) es necesario coordinar los recursos comunitarios sociales y sanitarios; 6) hay que tener máxima cautela para no lesionar o sustituir redes de apoyo naturales de ancianos discapacitados, y 7) en el trabajo con voluntariado es fundamental tener en cuenta la dimensión motivacional y saber adaptar los objetivos a las características y expectativas que tenga el grupo.

Palabras clave: Investigación, grupos de autoayuda, voluntariado



(97) DIAGNOSTICO PRECOZ DE CANCER ORAL

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

Resumen

El programa, mediante el cual se presta atención odontoestomatológica a personas mayores de 64 años, tiene como fin el diagnóstico precoz y la prevención del cáncer oral. Para su desarrollo, se informa al personal sanitario de los centros de salud de su puesta en marcha y se acuerda que todos los pacientes que acuden a consulta de medicina general y a consultas de seguimiento de enfermedades crónicas, y que muestren lesiones en tejidos blandos de la cavidad oral, deben ser revisados por su odontoestomatólogo. Este es el encargado de realizar el seguimiento de dichos pacientes desde su diagnóstico hasta su tratamiento y curación. Se establece un horario de consulta abierta para atender a dicha población, lo cual se hace en un gabinete dental equipado con todos los materiales necesarios para un correcto diagnóstico de la lesión, incluida la toma de biopsias. El protocolo de actuación utilizado queda registrado en una historia clínica específica. Por otra parte, la comunicación con especialistas en cirugía maxilofacial a nivel hospitalario es permanente. A los pacientes se les recomiendan medidas higiénicas, alimentarias, buenos hábitos de vida y autoexploración. A este respecto, el equipo que desarrolla la actividad, señala que el papel de la educación para la salud es fundamental, ya que las medidas preventivas son el mejor medio para no desarrollar estas lesiones. La aceptación del programa es total por parte de la población incluida en el mismo que tiene un alto nivel de sensibilización con respecto al tema. Durante el primer año de desarrollo se han captado un total de 112 pacientes, de los cuales se han efectuado 19 biopsias. La demanda por parte de las personas mayores ha aumentado sensiblemente desde que se puso en marcha el programa.

Palabras clave: Intervención, salud bucodental, cáncer

(98) ACTIVACION CEREBRAL Y ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA

Dirección de contacto: Adela 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

La actividad, que va dirigida a población demandante del centro de salud con problemas de memoria, tiene como fin mejorar su calidad de vida, siendo sus objetivos los siguientes: 1) mantener la capacidad funcional y conseguir la autonomía e independencia de las personas mayores con trastornos de memoria; 2) evaluar la pérdida de memoria asociada a la edad, y 3) realizar un programa de entrenamiento para compensar y disminuir el déficit amnésico. Para ello se forman grupos con máximo de 14 personas y se realiza un taller que se desarrolla en seis sesiones de hora y media de duración cada una de ellas. En las sesiones se trabajan 3 áreas: a) área cognoscitiva: qué es y cómo funciona la memoria, se trata de estimular los procesos cognoscitivos básicos, tales como la memoria, el lenguaje, así como de cambiar actitudes negativas con respecto a la pérdida de memoria; b) área afectiva: con el objetivo de favorecer la autoestima, la comunicación y la relación entre los miembros del grupo, así como su participación en otras actividades, y c) área de habilidades: mediante la aplicación de técnicas y estrategias adecuadas para resolver los fallos de memoria; se estimula el aprendizaje y entrenamiento de ejercicios de relajación que ayuden a disminuir las tensiones y a conseguir una mayor concentración. La metodología es participativa y en cada sesión se aborda un proceso cognitivo básico y se aplica una estrategia de memoria aplicada a un olvido de la vida diaria. En lo que respecta a la evaluación se utiliza un cuestionario de «quejas amnésicas» al comienzo del taller y al finalizar cada jornada se invita a los participantes a comentar la misma. Además, se reevalúa cada tres meses y se observan los rendimientos, dificultades y avances de forma individualizada en el transcurso del programa.

Palabras clave: Calidad de vida, trabajo con grupos, memoria



(99) CLUB 60

Dirección de contacto: Fernanda Blanco. Cefrán Avellaneda. Alem, 342. Quilmes. 1878 Buenos Aires (Argentina) *.
Tel.: (0054 11-4-254 69 22. *Fax:* (0054) 11-4-254 69 22. *E-mail:* fernwhite@hotmail.com

Resumen

El aislamiento, el aburrimiento, el desconocimiento, la soledad y el sedentarismo pueden tener efectos devastadores sobre la salud. El objetivo de esta actividad es brindar un espacio de entretenimiento, distracción y atención a un grupo de población, las personas mayores, que puede llegar a tener dificultades o falta de espacio para interrelacionarse. Las actividades propuestas incluyen ejercicios de recreación física, charlas de educación para la salud, programas preventivos de vacunación, realización de controles de salud, taller literario, taller de pintura, tango y actividades sociales. En un primer momento se comenzó realizando caminatas y actividad física, teniendo como criterio de inclusión al grupo ser mayor de 60 años y haber realizado un control de salud en el último año. La frecuencia de las reuniones, que se realizan en el centro de Atención Primaria, es semanal y el grupo no excede las 20 personas.

Palabras clave: Actividades lúdicas, educación para la salud, apoyo psicológico

(100) HABLEMOS USANDO LA MEMORIA

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

Este proyecto educativo consta de 8 sesiones de 90 minutos de duración cada una y va dirigida a personas mayores de 65 años con pequeños fallos de memoria no constituyentes de enfermedad. La captación se lleva a cabo en las consultas médica y de enfermería mediante realización del «Test Mini-Mental» con el fin de detectar si existen problemas de deterioro cognitivo graves. El taller va encaminado a ofrecer las herramientas necesarias para hacer uso de la memoria mediante el aprendizaje de técnicas como la visualización o la relajación. Así, se realizan ejercicios prácticos para aumentar la concentración y se analizan procesos relacionados con la memoria como la atención, la percepción y el lenguaje. Igualmente, se transmiten los contenidos básicos con respecto a qué es la memoria y sus diferentes tipos. Cada sesión consta de una exposición teórica breve, de una recapitulación del día anterior y de trabajo práctico con los participantes. Además, se hace una revisión de los ejercicios pautados para casa. La evaluación se realiza en base a estas revisiones y a la administración de un cuestionario de satisfacción.

Palabras clave: Calidad de vida, trabajo con grupos, memoria



(101) PROGRAMA PARA LA REHABILITACION DE ANCIANOS DISCAPACITADOS

Dirección de contacto: Javier González Medel. Centro de Salud Potes. C/ Potes, s/n. 28021 Madrid.
Tel.: 91 795 47 96. *Fax:* 91 505 18 55. *E-mail:* jgonzalem@nexo.es

Resumen

Desde hace dos años, se vienen realizando desde el centro de salud un conjunto de actividades grupales dirigidas a población en general y específicamente a ancianos discapacitados y a sus cuidadores. Las actividades que se llevan a cabo son las siguientes: 1) sesiones grupales, una vez por semana, con terapia grupal y aprendizaje de técnicas de relajación; 2) un curso dirigido a cuidadores, en colaboración con una residencia de ancianos, con el fin de mejorar habilidades en el manejo del cuidado; 3) charlas de difusión; 4) cursos de natación en la piscina municipal, y 5) colaboración con la Junta Municipal en el programa para eliminar barreras arquitectónicas. Todas las actividades se realizan en colaboración con un profesional (psiquiatra) del Ayuntamiento. Durante el año 1999 se han reforzado los encuentros con las autoridades municipales para lograr un espacio al aire libre que permite realizar un programa de mantenimiento físico adaptado. Asimismo, el equipo ha trabajado en la elaboración de un proyecto de piscina climatizada adaptada para ancianos y discapacitados.

Palabras clave: Discapacidad, cuidadores, trabajo con grupos

(102) TALLER DEL SUEÑO

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 se pone en marcha al constatar desde las consultas médica y de enfermería un aumento del número de personas que se quejan de problemas de insomnio. Con la realización del taller se pretende disminuir en esta población la sensación subjetiva del mal dormir, siendo sus objetivos en salud la disminución del consumo de fármacos inductores del sueño y el aumento de la sensación de bienestar. Los objetivos educativos son los siguientes: capacitar para la utilización de técnicas que disminuyen el estrés, aumentar la calidad del sueño y modificar hábitos perjudiciales para la salud. El taller, que consta de 4 sesiones de 90 minutos de duración y se realiza en el centro de salud, tiene como contenidos: el sueño y sus etapas, sueño en las diferentes etapas vitales, el insomnio, hábitos relacionados con alteraciones del patrón del sueño. La metodología utilizada incluye la exposición teórica de estos contenidos y el aprendizaje de técnicas que aportan herramientas para distanciar estresores y aumentar la relajación tanto muscular como psicológica. Asimismo, se utilizan técnicas de desarrollo de habilidades personales y sociales. La evaluación se realiza mediante un cuestionario de adquisición de conocimientos, una encuesta de satisfacción y la utilización de técnicas de observación.

Palabras clave: Calidad de vida, trabajo con grupos, sueño



(103) PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DOMICILIARIOS EN ADULTOS MAYORES

Dirección de contacto: Ana Ramírez Llaras. ABS Dr. Lluís Sayé. Torres i Amat, 8. 08001 Barcelona.
Tel.: 93 301 25 32. *Fax:* 93 317 12 17. *E-mail:* urgell_bcn@yahoo.es

Resumen

Los objetivos de este estudio, denominado «Estudio de los factores de riesgo de los domicilios de personas mayores de 65 años del barrio de Ciutat Vella de Barcelona» y financiado por el Fondo de Investigaciones Sanitarias, son identificar las causas más frecuentes de accidentes en el hogar e implicar a los profesionales de atención domiciliaria en la prevención de los mismos. El proyecto tiene tres etapas diferenciadas. En una primera, se administró una encuesta de 138 ítems, en la que se recogían los factores de riesgo identificados en estudios previos, referidos a hábitos negligentes y a factores de riesgo ambientales como estructura de la vivienda, equipamientos, etc. Los resultados obtenidos muestran que la mayor presencia de factores de riesgo, tanto ambientales como conductuales, está relacionada con niveles socio-económicos bajos. En una segunda etapa, se llevó a cabo una campaña informativa sobre esta problemática dirigida tanto a la población objeto de intervención como a las asociaciones del barrio, profesionales sanitarios y autoridades locales. Entre las actividades realizadas hay que destacar una campaña educativa en la radio del barrio y en prensa durante 3 años, educación sanitaria a los mayores de los profesionales de atención domiciliaria y distribución de un millón de trípticos sobre prevención de accidentes, entre otras. En este mismo período de tiempo se realizaron en el barrio planes de rehabilitación de viviendas y campañas de prevención de las compañías de luz y gas. Por último, en una tercera etapa, se volvió a administrar el mismo cuestionario, observándose cambios significativos en los factores estudiados. Actualmente, se está incidiendo sobre todo en el registro en las historias clínicas de la atención a lesiones accidentales y sus causas. Del estudio de esta información se deducirán actuaciones por parte del centro.

Palabras clave: Accidentes, investigación, prevención

(104) PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN EL HOGAR EN LA EDAD GERIÁTRICA

Dirección de contacto: Concepción Párraga San Segundo. Centro de Salud Eloy Gonzalo. Avda. Pablo Neruda, 71, 12.º A. 28018 Madrid.
Tel.: 91 593 23 00

Resumen

La actividad está dirigida a los mayores y tiene como objetivo disminuir la morbi-mortalidad en el hogar asociada a las siguientes causas: accidentes, caídas, quemaduras, intoxicaciones y envenenamientos, ahogamientos y toxiinfecciones alimentarias. Para ello se realizan talleres, con una periodicidad trimestral, en el Centro de Día de la Tercera Edad. Los contenidos de dichos talleres giran en torno a los mecanismos más frecuentes de accidentes en el hogar y la forma de prevenirlos, así como al análisis de cuáles son los agentes intrínsecos a la edad geriátrica y al medio ambiente que nos rodea. Las técnicas utilizadas son la encuesta previa situacional, las charlas educativas y los coloquios. En cuanto a los medios y recursos, los talleres son impartidos por cuatro enfermeras del centro de salud y se utiliza retroproyector y papel impreso. Se realiza evaluación de la adquisición de conocimientos y de satisfacción de los participantes en el taller.

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



(105) GRUPO DE APOYO SOCIAL. UNA ALTERNATIVA ANTE LA SOLEDAD

Dirección de contacto: Pilar Moreno González. Centro de Salud La Alamedilla. Avda. Comuneros, 25. 37003 Salamanca.
Tel.: 923 18 05 93. *Fax:* 923 12 36 44. *E-mail:* pmoreno@meditex.es

Resumen

El objetivo fundamental de este proyecto es el de favorecer las relaciones interpersonales para mejorar la autopercepción y satisfacción de las personas a las que se va a prestar ayuda. Partimos del conocimiento de la realidad de nuestra zona, donde el índice de envejecimiento es muy alto, condicionando la existencia de muchas patologías crónicas e invalidantes. Ello, unido al desarrollo urbanístico agresivo y a una pérdida de las redes de apoyo tradicionales, condiciona el aislamiento de estas personas con déficit, y les dificulta el acceso a la calle y, por tanto, el establecimiento de contactos con otras personas. Para abordar esta problemática se ha constituido un grupo de apoyo social, formado por voluntarios y se han realizado actividades dirigidas a su formación. Por otra parte, se han identificado personas y familias necesitadas de ayuda y posteriormente se ha puesto en contacto a las dos partes. En la actualidad, los voluntarios se acercan ellos solos a los domicilios, para realizar actividades de acompañamiento, conversación, cuidado mientras el cuidador principal realiza otras actividades. Todas las familias a las que se les presta ayuda tienen una ficha con los problemas, los objetivos a conseguir y la evolución de la intervención, con las incidencias que surjan. Las trabajadoras sociales realizan una reunión de puesta en común de todo el grupo de voluntario y de todo el equipo de apoyo del mismo: médico, enfermera, trabajadoras sociales y animadora socio-comunitaria. A lo largo de dos años de desarrollo del programa se ha consolidado un grupo de 17 voluntarios y actualmente se presta ayuda a 12 familias. Podemos concluir tras nuestra experiencia que las relaciones interpersonales potencian la creación de lazos emocionales, familiares y grupales, que estas actividades elevan el sentimiento de autorresponsabilidad del receptor de ayuda y la autoestima de los voluntarios. Este proyecto, bajo el nombre de «Creación de un grupo de apoyo social. Optimización de redes y recursos comunitarios», recibió el 2.º accésit en la I Edición de los Premios semFYC para Proyectos de Actividades Comunitarias.

Palabras clave: Voluntariado, cuidadores, acción social en salud

(106) INVESTIGACION-ACCION-PARTICIPACION SOBRE LA ATENCION SOCIOSANITARIA DEL MAYOR DE 75 AÑOS

Dirección de contacto: Juan Luis Ruiz-Giménez Aguilar. Centro de Salud Vicente Soldevilla. Sierra de Alquife, 8. 28018 Madrid.
Tel.: 91 478 00 04. *Fax:* 91 477 50 99

Resumen

El peso creciente de la población mayor de 65 años plantea la necesidad de profundizar en las características de la población atendida por el centro de salud en el Programa de Atención a Mayores. Para ello se plantea la realización de un trabajo de investigación-acción-participación de manera conjunta entre el centro de salud y los movimientos sociales con representación en el consejo de salud con los siguientes objetivos: 1) conocer el estado de salud de la población mayor de 75 años; 2) conocer el sistema de cuidados informales y analizar el perfil de los cuidadores de esta población para detectar necesidades; 3) conocer los recursos de Atención Primaria utilizados; 4) evaluar el Programa de Atención a Mayores del Centro, y 5) proponer medidas de intervención o mejoras en las existentes. La metodología utilizada consiste en la realización de un estudio transversal, descriptivo, observacional, en una muestra aleatoria de la población mayor de 75 años adscrita al centro y de sus cuidadores unido a un análisis cualitativo con participación comunitaria sobre las necesidades y la percepción de la atención recibida. Para el estudio de la situación y necesidades de la población se utiliza un cuestionario que recoge la información incluida en las historias de una muestra representativa de la población sometida a estudio. Para analizar las características de los cuidadores se procede a una entrevista con cuestionario validado y para el estudio de necesidades y grado de satisfacción con la atención recibida se realizan grupos de discusión de cuidadores y entrevistas a personas de los movimientos sociales conocedoras de esta población. Las conclusiones más importantes son: 1) la población mayor de 75 años muestra un estado de salud deteriorado, con una media alta de patologías y niveles altos de dependencia; 2) es una población de nivel socioeconómico y de instrucción bajos; 3) la atención sanitaria pública y en especial la Atención Primaria constituye un recurso importante y accesible a esta población; 4) el programa de atención al mayor del centro no cubre a la totalidad de esta población; 5) la atención familiar supone un gran peso, excepto en el caso de las mujeres viudas, siendo relevante una tendencia a la soledad; 6) el sistema de asistencia social es muy deficitario, y 7) condicionamiento de las barreras arquitectónicas y deficiencias en la vivienda. Por todo ello se concluye que es fundamental la promoción de planes de intervención intersectorial dirigidos a este grupo de población.

Palabras clave: Investigación, acción intersectorial, calidad asistencial

Esta actividad ha quedado «provisionalmente» adscrita a la RAC, pendiente de una revisión de los criterios de admisión por el Comité Permanente del Programa, ya que en la actualidad la Red es sólo de ámbito estatal.



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A POBLACION ESPECIFICA

(107) TALLERES DE EDUCACION AFECTIVO-SEXUAL PARA JOVENES CON DISCAPACIDAD PSIQUICA

Dirección de contacto: Mila Fernández. Centro de Salud San Marcelino. C/ Juan de Garay, 21. 46017 Valencia.
Tel.: 96 377 30 10. *Fax:* 96 358 14 49. *E-mail:* ceciscar@correo.cop.es

Resumen

Los objetivos de esta actividad, dirigida a jóvenes con discapacidad psíquica, son los siguientes: 1) que adquieran información, aclaren dudas y temores con respecto a la sexualidad; 2) que aprendan a relacionarse y a comunicarse entre el grupo de iguales, familia y educadores; 3) que aprendan a relacionar sexualidad con placer, comunicación, afecto y respeto; 4) que aprendan a detectar conductas que puedan implicar riesgo y desarrollen autocontrol; 5) que aprendan a reconocer y evitar abusos sexuales; 6) que sepan qué es la autoestima y aprendan a fomentarla y mantenerla; 7) que aprendan a aceptar la responsabilidad de sus propios actos, y 8) que aprendan a vivir la sexualidad como algo propio, libre de culpas y vergüenzas. El programa educativo se desarrolla con una frecuencia semanal y una duración de dos horas por sesión y se imparte durante dos cursos consecutivos. Se demanda la colaboración de docentes y familias.

Palabras clave: Sexualidad, calidad de vida, discapacidad

(108) TRABAJO COMUNITARIO CON EDUCADORAS DE FAMILIA EN ZONAS DE EXCLUSION SOCIAL

Dirección de contacto: Fermina Puerta Rodríguez. Centro de Salud Cartuja-Almanjáyar. Casería del Cerro, s/n. 18013 Granada.
Tel.: 958 15 43 05. *Fax:* 958 15 37 39

Resumen

Los centros de salud Cartuja-Almanjáyar se encuentran ubicados en zonas de exclusión social por lo cual el trabajo con familias que viven en situaciones de marginación es prioritario. Por otra parte, estas familias generalmente no participan en los programas del centro y adolecen de los recursos personales y sociales para salir de su situación de marginalidad. Esta actividad se plantea con el objetivo de modificar hábitos en familias de exclusión social a través de la intervención directa en su medio. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) identificar los factores de riesgo que inciden en cada una de las familias; 2) mejorar las condiciones de salud, elevando la cobertura del programa materno; 3) mejorar la higiene en los niveles personales y de habitabilidad de la vivienda; 4) mejorar los hábitos de alimentación, y 5) conseguir la plena escolarización de los menores y disminuir la tasa de absentismo. Para su consecución se lleva a cabo la captación y formación continua de mujeres de la comunidad que, en la actualidad trabajan como educadoras de familia con familias de alto riesgo. La educadora, una vez «introducida» en la dinámica familiar, detecta sus necesidades y junto a la coordinadora del programa y la familia elabora un plan de intervención que es revisado semanalmente. Se prioriza el trabajo educativo en el domicilio, con el fin de propiciar la adquisición de hábitos saludables, haciendo especial hincapié en los menores, mediante su integración en la vida normalizada. La educadora realiza a su vez un seguimiento del absentismo escolar. Por último, se potencia el proceso de socialización mediante el contacto con servicios y recursos de la zona, ya que la envergadura de las problemáticas abordadas requieren de la utilización de todos los recursos disponibles. El equipo que desarrolla la actividad destaca que es importante tener en cuenta que los procesos de cambio de estas características muestran resultados a medio y largo plazo y que para que resulten exitosos deben reunir una serie de características tales como: que hay que actuar desde y con la comunidad, que hay que localizar a la población en riesgo y responder a sus propias necesidades, que es imprescindible la coordinación interinstitucional y, por último, que debe haber una continuidad en el trabajo y efectuar un seguimiento de la familia a largo plazo.

Palabras clave: Agentes de salud, enfoque familiar, estrategia de riesgo



(109) ATENCION ODONTOESTOMATOLOGICA EN PACIENTES ESPECIALES

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

Resumen

En el Distrito Sanitario de Atención Primaria Jerez-Sanlúcar se lleva a cabo un programa de rehabilitación oral, con uso de sedación y anestesia general, a pacientes disminuidos psíquicos y físicos que no pueden ser atendidos por diversos motivos en centros especializados. La unidad se compone de dos estomatólogos, un anestesista, dos enfermeros y personal auxiliar, y en ella se realizan obturaciones, profilaxis, endodoncias, etc. En sus tres años de funcionamiento se han tratado un total de 119 pacientes con las siguientes patologías de base: parálisis cerebral, autismo, síndrome de Down, encefalopatías y alzheimer. El equipo de trabajo que desarrolla la actividad señala que su mejor motivación es la satisfacción propia y la expresada por los pacientes y sus familiares con el servicio. Asimismo, consideran prioritaria la información, divulgación y creación de centros como éste y señalan que el trabajo en equipo y la interrelación hospital-centro de salud es fundamental.

Palabras clave: Intervención, salud bucodental

(110) EDUCACION PARA LA SALUD CON GRUPOS IMI

Dirección de contacto: M.ª Luisa Benito Herranz. Distrito Puente Vallecas. Avda. Albufera, 285. 28038 Madrid.
Tel.: 91 390 99 62. *Fax:* 91 777 83 45. *E-mail:* mbenito@gapm01.insalud.es

Resumen

La actividad se lleva a cabo desde 1995 y va dirigida a población gitana del distrito de Puente de Vallecas incluida en el programa (IMI) Ingreso Madrileño de Integración. Sus objetivos son mejorar y desarrollar habilidades personales para el cuidado de sus hijos y el suyo propio así como su capacidad de utilización de los servicios sanitarios. Para ello se llevan cabo talleres referidos a los siguientes temas: prevención y actuación ante accidentes, estilos de vida y factores de riesgo, alimentación, prevención de enfermedades de transmisión sexual, salud reproductiva, métodos anticonceptivos, sexualidad, salud bucodental, calidad y hábitos tóxicos, salud mental con abordaje de la depresión y ansiedad. En estos talleres, que oscilan entre 5 y 15 horas en sesiones semanales o quincenales de 90 minutos, se utiliza una metodología participativa siguiendo el modelo de aprendizaje significativo. Se llevan a cabo en locales de Servicios Sociales y en un colegio con el apoyo de una educadora y dos profesionales sanitarios del centro de salud son los docentes de cada sesión. Cada taller se adapta a las expectativas y posibilidades de cada grupo. Los grupos están formados por mujeres, excepto un único grupo que es de varones. Hasta el momento se ha trabajado con 35 grupos alcanzando una cobertura de unas 300 personas, habiendo alumnos que han participado en años consecutivos. La evaluación se efectúa durante el proceso de aprendizaje mediante cuestionarios, análisis grupal y observación. El equipo que lleva a cabo la actividad destaca las siguientes conclusiones: 1) valoración positiva de la coordinación entre profesionales ya que contribuye a unificar las intervenciones y los recursos disponibles; 2) nivel de satisfacción elevado de los participantes en lo relacionado a los temas que se tratan en los talleres; 3) la forma de abordaje de contenidos como la planificación familiar y la sexualidad no se ha adaptado suficientemente a las características culturales de las participantes, y 4) el elevado nivel de satisfacción de los profesionales que han expuesto los diferentes temas y su buen hacer.

Palabras clave: Acción intersectorial, trabajo con grupos, estrategia de riesgo



(111) TALLER DE SEXUALIDAD PARA DISCAPACITADOS PSIQUICOS

Dirección de contacto: Olga Álvarez Montes. 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 sexualidad forma parte del desarrollo integral de la persona, independientemente de su capacidad intelectual o su desarrollo cognitivo. Esta actividad se pone en marcha como respuesta a la demanda expresada por parte de los profesionales de un colegio de educación especial y su objetivo fundamental es contribuir a mejorar la salud sexual de adolescentes entre 16 y 20 años con discapacidades psíquicas moderadas. Para ello, se envía una carta a los padres de los alumnos y alumnas en la que se les informa de la realización del taller y una enfermera, una psicóloga y el profesorado del centro, son los encargados de seleccionar a los participantes. El taller se desarrolla en 5 sesiones en un aula del colegio, con una periodicidad semanal y en él se tratan los siguientes contenidos: anatomía y fisiología básicas, embarazo, anticoncepción y enfermedades de transmisión sexual, uso correcto del preservativo, higiene íntima. Igualmente, se tratan temas como la intimidad, las diferencias entre los ámbitos público y privado o el respeto a todas las opciones sexuales, mediante técnicas de representación. La exposición de los contenidos se adapta al nivel intelectual de los participantes y se propicia un clima de naturalidad y distensión. La evaluación se realiza mediante la entrega de ejercicios tras cada sesión para reforzar en la siguiente los conceptos con más dudas y mediante un cuestionario al finalizar el taller. Los responsables de la actividad señalan que esta fue muy gratificante y que supuso un reto para todo el equipo.

Palabras clave: Calidad de vida, trabajo con grupos, sexualidad

(112) MEJORANDO NUESTRA SALUD Y LA DE NUESTROS CLIENTES

Dirección de contacto: Almudena García Mejías. Centro de Salud San Andrés II. C/ Alberto Palacios, s/n. 28021 Madrid.
Tel.: 91 505 19 78. *Fax:* 91 796 21 59

Resumen

Esta actividad se lleva a cabo desde 1999 con la elaboración de un proyecto educativo y la toma de contacto con una asociación comunitaria («Semilla»). El objetivo general de la misma es que el grupo de jóvenes integre en su plan de estudios la educación para la salud con el fin de aumentar su calidad de vida y mejorar sus hábitos. La actividad educativa está dirigida a dos grupos de 10 jóvenes cada uno, de edades comprendidas entre 14 y 18 años que están realizando el curso de hostelería y que presentan factores de riesgo social y fracaso escolar. Los objetivos específicos son los siguientes: 1) que aprendan la importancia de una correcta manipulación de los alimentos y los riesgos para la salud que conlleva la misma; 2) que aprendan los grupos de alimentos y que sepan diferenciar los alimentos de mayor poder calórico; 3) que elaboren un menú según una dieta equilibrada; 4) aumentar el conocimiento sobre las condiciones ambientales a las que deben estar los alimentos. Para ello se llevan a cabo en la sede de la asociación 4 sesiones de dos horas de duración cada una de ellas. En las mismas se combinan las exposiciones teóricas, los ejercicios prácticos y el uso de técnicas participativas como la discusión, juegos y coloquios.

Palabras clave: Asociaciones, educación para la salud, estrategia de riesgo



(113) EL AGENTE BASICO DE SALUD

Dirección de contacto: Fermina Puerta Rodríguez. Centro de Salud Cartuja-Almanjáyar. Casería del Cerro, s/n. 18013 Granada.
Tel.: 958 15 43 05. *Fax:* 958 15 37 39

Resumen

El barrio donde está ubicado el centro de salud presenta altos porcentajes de población que vive en condiciones de marginación, por lo cual se considera prioritario, desde la Atención Primaria de salud, abordar los factores sociales y trabajar de manera coordinada con las instituciones y recursos de la zona. Esta actividad se lleva a cabo en el marco del «Plan Integral Parcelas» que se ha puesto en marcha con el fin de aunar esfuerzos en la lucha contra la marginación y en el que colaboran distintas administraciones. El «agente básico de salud» es un profesional que sirve de enlace entre los programas de salud y la población, trabajando conjuntamente con el equipo de Atención Primaria, fortaleciendo la participación en los programas del centro y dando respuesta a las necesidades sanitarias de la población. Este profesional pertenece a la comunidad y participa de su cultura. El objetivo general de la experiencia es transmitir conductas y hábitos de autocuidados a la población con riesgo para su salud o la de su entorno, trabajando desde su propio medio y adaptado a sus necesidades y costumbres. Los objetivos específicos son los siguientes: 1) reforzar el programa materno-infantil; 2) fortalecer el programa de inmunizaciones; 3) apoyar el programa de educadoras de familia; 4) prevenir y actuar en materia de drogodependencias; 5) reducir el riesgo de embarazo en adolescentes, y 6) prevenir y actuar ante enfermedades infecto contagiosas. Entre otras acciones se lleva a cabo el seguimiento de las familias en riesgo sociosanitario con respecto a su participación en los programas del centro, se colabora con el comité antisida en el intercambio de jeringuillas y reparto de preservativos en la calle y se realizan talleres con población adolescente. El conjunto de intervenciones que contempla el proyecto es continuo.

Palabras clave: Acción intersectorial, agentes de salud, estrategia de riesgo

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A PROFESIONALES

(114) ¿ES LA PROMOCION DE SALUD DE LAS MUJERES UNA ACTIVIDAD DE GENERO?

Dirección de contacto: Elvira Ramos García. Facultad de Medicina y varios centros de salud. Facultad de Medicina. Campus de Espinardo. 30100 Murcia.
Tel.: 968 36 71 49. *Fax:* 968 36 39 47. *E-mail:* elramos@um.es

Resumen

En la tarea de promover la salud de las mujeres mediante el modelo de intervención-acción-participación, realizada en 12 centros de la mujer del municipio de Murcia, se observa una mayoría de mujeres. En la experiencia, que fue llevada a cabo entre 9 profesoras y profesores de la universidad y monitorizada por 18 profesionales sanitarios de los centros de salud, con la colaboración de 58 estudiantes de medicina, enfermería y trabajo social presentaba la siguiente composición por género de los investigadores, monitores y estudiantes: de las profesionales sanitarias que actuaban como monitoras de las sesiones un 61,1% eran mujeres; un 89,7% de los estudiantes eran mujeres también, un 77,7% del profesorado estaba constituido por mujeres, en cuanto a enfermería participaron el 87,75% y, por último, 1 doctora en medicina (50%). Se constata, pues, la inclinación de las mujeres de diversas profesiones sanitarias por realizar la promoción de la salud entre las mujeres, igual que ocurre en la asignación de tareas a los distintos profesionales en los programas de Atención Primaria de salud, en los que habitualmente se hace recaer en enfermería la realización de actividades de educación sanitaria. Estas investigadoras se encuentran más proclives a rechazar la separación entre objeto y sujeto de la investigación, quizás por admitir mejor que los varones que las experiencias personales ayudan también a hacer ciencia. Otro elemento explicativo puede ser el hecho de que las mujeres nos encontramos en un proceso más consciente de la necesidad de un cambio social profundo para que la sociedad sea más justa e igualitaria.

Palabras clave: Investigación, promoción de salud, género



(115) EDUCACION PARA LA SALUD EN LA ESCUELA INFANTIL

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

Resumen

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

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

(116) CURSO DE FORMACIÓN PARA EDUCADORES SOCIALES

Dirección de contacto: Celia Císcar Vives. Centro de Salud San Marcelino. C/ Juan de Garay, 21. 46017 Valencia.
Tel.: 96 377 30 10. *Fax:* 96 358 14 49. *E-mail:* ceciscar@correo.cop.es

Resumen

El curso está dirigido a profesionales de atención primaria que trabajan en educación para la salud y se desarrolla en 8 sesiones de 2 horas de duración con frecuencia quincenal. Con el curso se pretende que el educador/a tome conciencia, en primer lugar, de sus creencias, valores y actitudes con respecto a la sexualidad y efectúe los cambios necesarios para desarrollar su función educadora con una actitud crítica y abierta. Simultáneamente, adquiere los conocimientos prácticos necesarios para ser educador/a sexual. Las sesiones son teórico-prácticas, e incluyen siempre actividades en grupo, puesta en común y conclusiones. La evaluación se realiza mediante cuestionario al inicio y al final del curso y mediante hojas de evaluación después de cada sesión. Al finalizar el curso se llegó al acuerdo de la creación de grupos para trabajar los temas de programación y puesta en marcha del programa.

Palabras clave: Sexualidad, trabajo con grupos



(117) PROYECTO EDUCATIVO EN EL AMBITO ESCOLAR

Dirección de contacto: Ana M.ª García Velasco. Centro de Salud El Espinillo. Avda. Orovilla, s/n. 28041 (Madrid).
Tel.: 91 318 03 99. *Fax:* 91 318 04 55

Resumen

Enmarcado en el Proyecto Educativo del centro de salud con los centros educativos de la zona básica, se realiza durante el curso escolar un programa de educación para la salud dirigido a profesores del Colegio Público Espinillo. Los temas desarrollados son consensuados con la Junta Directiva y profesores del colegio y se parte de las necesidades de formación manifestadas por el profesorado priorizando temas dentro del calendario educativo a desarrollar. El objetivo general de la actividad es elevar el nivel de conocimientos y habilidades en educación sanitaria del profesorado y de las asociaciones de padres de los colegios de la zona, con el fin de mejorar el nivel de salud de la población escolar. Los objetivos específicos son los siguientes: 1) conocer las vías de contagio y las medidas de prevención de las enfermedades transmisibles; 2) desarrollar actitudes positivas frente a portadores crónicos; 3) desmitificar temores referidos a enfermedades como la tuberculosis y el sida; 4) adquirir conocimientos básicos sobre asma, diabetes y epilepsia, favoreciendo la adquisición de habilidades en el manejo de crisis asmática, hipoglucemia y crisis convulsiva; 5) dar a conocer el calendario vacunal y la importancia de una correcta vacunación; 6) identificar accidentes más frecuentes en la edad escolar y las medidas de prevención, así como adquirir habilidades en primeros auxilios, y 7) fomentar hábitos saludables en profesores y padres frente al consumo de sustancias tóxicas y favorecer conductas ejemplarizantes. El contenido de las sesiones es el siguiente: infección VIH/SIDA y hepatitis víricas, tuberculosis, manejo de crisis de enfermedades crónicas, calendario vacunal, prevención de accidentes infantiles y hábitos tóxicos. Durante el pasado curso escolar se realizaron sesiones sobre dos temas, sida y tuberculosis, a las que asistieron un total de 25 profesores, con una edad media de 28 años. La participación y el interés por parte de los profesores ha sido muy elevada.

Palabras clave: Trabajo con grupos, acción intersectorial, educación para la salud

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACION

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

Dirección de contacto: José Javier Blanquer Gregori. Consejo Sociosanitario. Centro de Salud Cocentaina. Avda. Reial Blanc, s/n. 03820 Cocentaina (Alicante).
Tel.: 96 559 16 11. *Fax:* 96 559 32 15

Resumen

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

Palabras clave: Asociaciones, fiestas de la salud, consejo de salud



(119) EDUCACION PARA LA SALUD GRUPAL EN DESHABITUACION TABAQUICA

Dirección de contacto: Isabel Vizcaino Nohales. Centro de Salud Alicante. C/ Alicante, s/n. 28945 Madrid.
Tel.: 91 606 12 12

Resumen

El consumo de tabaco es la principal causa de morbilidad y mortalidad prematura prevenible. La puesta en marcha de esta actividad responde a la evidente necesidad de brindar ayuda desde el nivel de Atención Primaria a las personas que quieren dejar de fumar. El objetivo general es, por tanto, conseguir el abandono del hábito tabáquico con mantenimiento de una actitud positiva frente a posibles recaídas. De forma específica, se pretende que el fumador conozca las ventajas de dejar de fumar, identifique los problemas para dejar de fumar y busque alternativas; sea capaz de afrontar el síndrome de abstinencia y conozca técnicas de relajación. La actividad va dirigida a mayores de 15 años que hayan manifestado su deseo de dejar de fumar en la consulta, con los que se forman grupos de 10 a 15 personas. Se realizan 6 sesiones grupales de 90 minutos de duración, en el centro de salud, con una periodicidad semanal y con una metodología que incluye técnicas de exposición, investigación en el aula, análisis y desarrollo de habilidades. Se realiza evaluación de estructura, proceso y resultados.

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

(120) FORO DE MINORIAS DE VILLAVERDE

Dirección de contacto: Javier González Medel. Centro de Salud Potes. C/ Potes, s/n. 28021 Madrid.
Tel.: 91 795 47 96. *Fax:* 91 505 18 55. *E-mail:* igonzalem@nexo.es

Resumen

El Foro ha sido organizado por la Asociación para Programas de Rehabilitación de Enfermos, Discapacitados y Ancianos (PREDA) de la que forman parte un grupo de profesionales sanitarios del Distrito de Villaverde (Madrid) con el apoyo de la Junta Municipal de la zona que ha cedido locales y materiales para la realización de las Jornadas. Sus objetivos son aumentar el conocimiento mutuo entre los distintos colectivos del barrio, así como servir de plataforma para la difusión de sus problemáticas sociosanitarias y culturales ante las instituciones y medios de comunicación. Las Jornadas se han estructurado como charlas y mesas redondas a las que se ha invitado a profesionales y miembros de asociaciones e instituciones relacionados con el tema a tratar, así como a todo el barrio y en especial a los colectivos directamente implicados con el tema tratado en cada jornada concreta. Para ello, se editan folletos informativos y se contacta con centros de salud, escuelas, institutos, asociaciones, etc. Los temas abordados en las jornadas monográficas que se han realizado hasta el momento son los siguientes: «violencia doméstica», «mujeres en riesgo sanitario»; «nunca es tarde para aprender» (dirigido a analfabetos adultos y ancianos con trastornos de memoria); «mal uso de medicamentos, drogas, alcohol y tabaco»; «los que no salen de casa: impedidos, agorafóbicos y terminales»; «apoyo a niños especiales en atención temprana, la escuela y el taller»; «violencia juvenil»; «gordos y flacas»; «etnias y culturas» y, por último «superando barreras urbanísticas, laborales y deportivas». El Foro funciona ininterrumpidamente.

Palabras clave: Acción social en salud, jornadas de salud, estrategia de riesgo



(121) SANT JUST ¿ENCARA FUMES? (SANT JUST ¿TODAVIA FUMAS?)

Dirección de contacto: Silvia Granollers Mercader. Centro de Atención Primaria Sant Just. Comte de Urgell, 264, 4.º 3.ª. 08036 Barcelona.
Tel.: 93 321 35 35. *Fax:* 93 419 94 75

Resumen

El proyecto, que tiene como objetivo general disminuir la morbimortalidad atribuible al tabaquismo en la población de Sant Just Desvern, se desarrolla en dos etapas. En una primera (1999-2000) el objetivo ha sido crear un clima favorable y positivo hacia el no fumar y en la segunda (2000-20001) se están generando procesos de intervención sobre los adolescentes, población general y profesionales sanitarios y educativos. En la primera fase se han realizado las siguientes actividades: contactos del grupo impulsor con la comunidad, elaboración del logo, lema y canción de la campaña, presentación oficial del proyecto a los líderes formales, encuesta telefónica, elaboración de materiales (adhesivos, cuña radiofónica, pin, etc.), presentación de la campaña a la comunidad el Día Mundial sin Tabaco y desarrollo de la campaña propiamente dicha. La campaña consiste fundamentalmente en la presencia constante del lema y de la canción en los medios de comunicación local, en la presencia del grupo organizador en distintos eventos de la comunidad, en la organización de la «semana sin humo» y en el tratamiento del tema en el centro de salud y en empresas locales. En la segunda etapa de este proyecto se está llevando a cabo un programa de intervención con adolescentes y otro dirigido a la comunidad. Por último, en los meses de octubre-noviembre de 2001 se procederá a la realización de la evaluación mediante una encuesta telefónica. Para ello se utilizarán indicadores de tipo cuantitativo en base a la información del propio centro de salud (historias clínicas), en el cual se oferta la posibilidad de tratamiento para las personas fumadoras, a la información obtenida a lo largo del proceso de intervención y a la procedente de la encuesta telefónica.

Palabras clave: Acción intersectorial, tabaco, intervención

(122) PROYECTO DE DESARROLLO COMUNITARIO

Dirección de contacto: Anna Casas Molares. Centro de Salud Casco Vello II. Plan Comunitario. C/ Misericordia, 2. 36202 Vigo (Pontevedra).
Tel.: 986 22 46 39. *Fax:* 986 22 46 39

Resumen

El Plan Comunitario se enmarca en el «Proyecto de Desarrollo Comunitario integral del Casco Viejo» y pretende ser un órgano coordinador de las distintas actividades puestas en marcha por los colectivos e instituciones de la zona. Entre los colectivos con representación en el Plan se encuentran los siguientes: asociación cultural y vecinal, colegios, asociaciones de padres y de vecinos, agrupación deportiva, cáritas, centro de salud, unidad de asistencia social, parroquias, grupo scouts y asociación de comerciantes. Los objetivos que se pretenden con el Plan son: 1) mejorar las condiciones de vida de la población (vivienda y salud); 2) mejorar las condiciones medioambientales de la zona; 3) elevar el nivel educativo de la población; 4) disminuir el índice de desempleo; 5) optimizar los recursos del barrio, y 6) potenciar las tradiciones y la cultura de la zona. Se llevan a cabo 5 programas de intervención, de salud, de vivienda, de educación, de empleo y de cultura, y en lo que respecta al «Programa de Salud» se trata el tema de la prevención de drogodependencias mediante campañas y programas sectoriales dirigidos a la familia, la escuela y la comunidad. Asimismo, mediante programas laborales y culturales, se aborda la rehabilitación y reinserción de drogodependientes. En el mismo marco, se lleva a cabo un programa de prevención e información sobre sida y se participa en actuaciones de regulación de la contaminación acústica.

Palabras clave: Promoción de salud, planes, acción intersectorial



(123) «LO QUE SIEMPRE QUISO SABER SOBRE DIABETES...». IMPORTANCIA DE UNA COMUNIDAD VIRTUAL

Dirección de contacto: Isabel Fernández Fernández. Grupo de Diabetes de la SAMFyC. Centro de Salud de Camas. C/ Santa M.ª de Gracia, 54. 41900 Camas (Sevilla).

Tel.: 95 501 94 50. *Fax:* 95 501 94 39. *E-mail:* isfernan@cica.es

Resumen

Internet se presenta como un amplio recurso que ofrece importantes posibilidades en la promoción y educación para la salud. Es importante la contribución de las sociedades científicas en el desarrollo de guías interactivas utilizando este medio para asegurar y controlar la calidad de la información médica y para adaptarse a las necesidades de los afectados. El objetivo de este proyecto es analizar las características de las cuestiones planteadas por los usuarios a un grupo de trabajo de Atención Primaria en relación con la diabetes a través de Internet. El estudio descriptivo se ha realizado entre noviembre de 1996 y junio de 1999 y ha consistido en el análisis de las preguntas dirigidas a una web creada a tal efecto. Como indicadores se han utilizado las características de los usuarios (profesional, paciente o familiar), los temas planteados y el país de origen de las preguntas. Los resultados obtenidos son los siguientes: se han planteado un total de 475 cuestiones en los 414 mensajes recibidos, de los cuales 162 corresponden a personas afectadas por diabetes, 76 a familiares, 148 de profesionales relacionados con la salud y 28 no clasificables. Los temas planteados por los afectados y familiares (300 cuestiones) son por orden de frecuencia: tratamiento, fundamentalmente sobre dieta, novedades terapéuticas, e insulina, aspectos generales de la diabetes, complicaciones de la diabetes, control glucémico y herramientas, situaciones especiales y cuestiones varias. Los temas planteados por los profesionales (175 cuestiones) son: tratamiento, fundamentalmente educación para la salud y dieta, situaciones especiales complicaciones, aspectos generales y control glucémico. Todas estas preguntas fueron respondidas en su momento y expuestas en la sección preguntas y respuestas de la web <http://www.cica.es/aliens/samfyc/pregun.htm>. Se ha elaborado una guía para personas con diabetes que dé respuesta a estas preguntas más frecuentes. Asimismo se está recogiendo la información de otros foros de debate en castellano, que permita abordar de forma más completa todas las dudas, opiniones e inquietudes de los afectados.

Palabras clave: Diabetes, medios de comunicación social, investigación

(124) INTERVENCION COMUNITARIA EN OBESIDAD INFANTIL

Dirección de contacto: M.ª Isabel Barrigüete Andreu. Consultorio Local de las Navas de la Concepción. C/ Andalucía, 1. 41460 Las Navas de la Concepción (Sevilla).

Tel.: 95 588 51 18. *Fax:* 95 588 51 18. *E-mail:* aemege@teleline.es

Resumen

El proyecto se plantea los siguientes objetivos: conocer los niños afectados de obesidad primaria y las patologías secundarias, disminuir dicho grado de obesidad y promover estilos de vida saludables en estos niños y sus familias, especialmente en lo que se refiere a alimentación y ejercicio físico. La intervención abarca tres áreas: ámbito escolar, familias afectadas y, por último, instituciones y organizaciones comunitarias. En lo referente a escuela se llevan a cabo acciones dirigidas a los escolares de 3 a 16 años (el total de niños escolarizados) que son programadas conjuntamente por el claustro de profesores y los profesionales sanitarios de la localidad. Dichas actividades tienen el doble objetivo de implicar a los docentes en el abordaje de la educación para la salud en el aula y de favorecer en los niños la adopción de hábitos saludables. Con respecto a las familias se lleva a cabo la formación de grupos con los padres de los niños afectados por obesidad. Cada uno de los grupos recibe 5 sesiones de educación de 90 minutos de duración. El objetivo fundamental es sensibilizar sobre el hecho de que la obesidad es un problema de salud (se trata de un medio rural en el que «estar gordo es estar sano») sobre el que ellos como padres pueden intervenir. Por otra parte, se les provee de conocimientos y habilidades para conseguir hábitos alimentarios saludables para toda la familia. Por último, se lleva a cabo una estrategia con las instituciones y asociaciones de la localidad con el fin de planificar actividades lúdicas extraescolares, que aumenten y diversifiquen la oferta de actividades relacionadas con el ejercicio físico en el pueblo.

Palabras clave: Nutrición saludable, educación para la salud, acción intersectorial



(125) CONSEJO DE SALUD DEL BARRIO CARABANCHEL ALTO

Dirección de contacto: Marta Lozano. Plan Comunitario/CS Guayaba. C/ Piqueñas, 3 (bajo) . 28044 Madrid.
Tel.: 91 508 03 90. *Fax:* 91 508 03 89. *E-mail:* marta.lozano@retemail.es

Resumen

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

Palabras clave: Consejo de salud, promoción de salud, acción intersectorial

(126) DESARROLLO COMUNITARIO

Dirección de contacto: Marta Lozano Sabroso. Centro de Salud Guayaba. C. Salud, C/ Piqueñas, 3 (bajo) . 28044 Madrid.
Tel.: 91 508 03 90. *Fax:* 91 508 03 89. *E-mail:* marta.lozano@retemail.es

Resumen

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

Palabras clave: Consejo de salud, acción social en salud, asociaciones



(127) UN PROYECTO INTEGRAL DE SALUD COMUNITARIA

Dirección de contacto: Alfredo Martín Serna. Centro de Salud de Miranda del Castañar. C/ Vasco de Gama, 5-7, 2.ºC. 37004 Salamanca.
Tel.: 923 22 79 02. *Fax:* 923 43 23 13

Resumen

El objetivo de esta actividad es mejorar la calidad de vida y la salud de la población, utilizando los recursos de la comunidad y contemplando sus características propias. El programa se desarrolla en una zona rural de montaña del Sur de Salamanca, con núcleos pequeños, dispersos y mal comunicados, con una población muy envejecida que ha sufrido un descenso del 40% en los últimos 15 años. La economía es fundamentalmente agrícola, destacando el viñedo y la cereza. Los principales problemas detectados y priorizados para intervenir son los siguientes: hábitos alimentarios incorrectos, elevada tasa de alcoholismo, utilización inadecuada del servicio de urgencias, déficit de habilidades sociales y comunicacionales, una elevada tasa de siniestralidad laboral y déficit de ejercicio físico. Para el abordaje de estos problemas el equipo que lleva a cabo la actividad se planteó la necesidad de incorporar las costumbres y tradiciones de las personas, aprovechando los impulsos de la misma comunidad, para educar en hábitos saludables. Dependiendo de la población a la que va dirigida se articulan actividades diversas en los diferentes ambientes en la que ésta se mueve. Así, por ejemplo, para el abordaje de los hábitos alimentarios se llevan a cabo las siguientes: 1) En el colegio: invitación a un desayuno a los padres en el colegio, realización de un puzzle con la pirámide de los alimentos, compra de los alimentos para el desayuno y determinación de glucemias capilares a los colegiales antes y después de esta actividad; 2) Catering para la tercera edad (en proyecto), en colaboración con ayuntamientos, Hogares de Mayores y Diputación; 3) Escuela taller: sesiones sobre alimentación dirigidas a jóvenes entre 16 y 25 años; 4) realización de un curso de cocina para «amos de casa», con el lema «come bien aunque vivas solo, de momento», con los siguientes objetivos: mejorar la autoestima de este colectivo, manejar correctamente los alimentos según su estado y propiedades (congelados, salazón, conserva, semi-conserva...), asumir la importancia del binomio alimentación-salud referida al riesgo cardiovascular y conocer las posibilidades gastronómicas de la zona (verdura, caza, setas...). Se lleva a cabo una semana práctica de técnicas de cocina en un restaurante de la zona, y, por último, 5) «Campeonato del mundo de cortadores de embutido, premio a la rodaja más fina». Con el objetivo de disminuir la ingesta de grasas animales y partiendo del reconocimiento de que este es un producto consustancial en la alimentación de la comunidad. En relación con la elevada tasa de alcoholismo, se llevan a cabo actividades con población adulta y anciana y con jóvenes bebedores de fin de semana. Con respecto a los primeros se organiza todos los años una cata-concurso de vinos que permite, entre otras cosas, realizar un despistaje de las personas con trastornos depresivos y fobias sociales que ingieren vino como tratamiento de su dolencia. Con los jóvenes se trabaja a través de la Escuela taller.

Palabras clave: Acción intersectorial, promoción de salud, alimentación

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

Dirección de contacto: Ramona Tigell Girones. ABS Bonavista – La Canonja. C/ Siete, 36-38. 43100 Bonavista (Tarragona).
Tel.: 977 55 10 96. *Fax:* 977 54 17 21

Resumen

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

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



(129) PROGRAMAS DE PARTICIPACION COMUNITARIA

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

Resumen

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

Palabras clave: Consejo de salud, encuesta, calidad asistencial

(130) PLAN COMUNITARIO DISTRITO QUINTO

Dirección de contacto: Pedro Rial del Río. Plan Comunitario Distrito Quinto/C.S. de Labañou. Centro Salud Perpendicular a C/ Colombia, s/n. 15011 A Coruña.
Tel.: 981 27 70 92

Resumen

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

Palabras clave: Planes, acción intersectorial, asociaciones



(131) PROGRAMA DE TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL EN UN CENTRO DE SALUD

Dirección de contacto: Antonio A. Alfaya Ocampo. Centro de Salud de Lalín. C/ C., 25. 36500 Lalín (Pontevedra).
Tel.: 986 78 00 85. *Fax:* 986 78 12 76. *E-mail:* aalfoca@inicia.es

Resumen

Las bases científicas y técnicas de la terapia cognitivo-conductual (TCC) se establecen con estatus propio a partir de los años sesenta, en los campos de la Psiquiatría, la Psicología y la Neurología. A las indicaciones clásicas de los trastornos depresivos y de ansiedad se añaden el trastorno desadaptativo, el maltrato doméstico, las demencias, las alteraciones depresivas en el curso de enfermedades neurológicas y la conducta antisocial, problemas todos ellos de gran trascendencia en la comunidad. El objetivo del programa es poner en marcha en el centro de salud las técnicas de la TCC, que se utilizan de forma individual o grupal, y aplicarlas a los pacientes en los que estén indicadas, solas o junto con otras como la psicofarmacología. En la consulta, desempeñada por un médico de familia del centro que es a su vez especialista en TCC, con una dedicación semanal de diez horas, se utilizan las técnicas estándar de la TCC y pruebas neuropsicológicas accesorias. Entre los años 96 y 99 se ha atendido a un total de 104 pacientes, siendo los principales cuadros observados los siguientes: trastornos de ansiedad, depresiones, problemas de relación, trastornos del sueño, trastornos adaptativos, demencias, enuresis y trastornos del comportamiento infantil. La evaluación se realiza midiendo el grado de satisfacción del paciente con las condiciones y los resultados de la terapia según cuestionario estándar y mediante la evaluación clínica individualizada según la metodología de la TCC. El responsable del programa señala que la experiencia acumulada revela que la aplicación de estas técnicas es de gran utilidad en Atención Primaria, ocupando un espacio con gran demanda social. Durante el período 2000-01 se atienden 34 nuevos casos y se hace especial hincapié en los pacientes con problema de retraso mental ligero y trastornos de la personalidad.

Palabras clave: Apoyo psicológico, trabajo con grupos, intervención

(132) YO TE INFORMO, TU DECIDES

Dirección de contacto: María Emilia Bergasa Lázaro. Centro de Salud Santa Lucía. C/ Santa Lucía, 6. 50003 Zaragoza.
Tel.: 976 28 08 21. *Fax:* 976 43 76 98. *E-mail:* pserranoa@meditex.es

Resumen

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

Palabras clave: Acción intersectorial, educación para la salud, estrategia de riesgo



(133) PROMOVER LA SALUD EN LA RADIO

Dirección de contacto: Javier Duque Lucas. Distrito Sanitario de Atención Primaria de Antequera. C/ Infante D. Fernando, 45-21A. 29200 Antequera (Málaga).

Tel.: 95 284 07 85. *Fax:* 95 284 08 30

Resumen

En el año 1997, profesionales del Distrito Sanitario de Atención Primaria de Antequera (Málaga) iniciaron acciones de coordinación con los medios de comunicación locales con el objetivo de promover la salud a través de los mismos. Se contactó tanto con la televisión local como con emisoras de radio. En televisión se ha realizado el programa «Educación para la salud: preguntas y respuestas». En lo que respecta a la radio, en la emisora Onda Cero, se inició en abril de 1999 el programa denominado «Ondas de salud», que es organizado y dirigido por profesionales del distrito sanitario (dos trabajadoras sociales, una enfermera y tres médicos). El objetivo fundamental de la realización de este programa es ofrecer información, apoyo y alternativas a la población para que puedan realizar elecciones saludables. Los programas, de 30 minutos de duración, son grabados y emitidos semanalmente. Los contenidos son diversos y en la primera fase se emitieron 20 primeros programas y participaron 46 invitados. Fue financiado por el «Programa de prevención de la Brucelosis» de la Dirección General de Salud Pública de la Junta de Andalucía. Los resultados, referidos a las primeras evaluaciones que se han realizado mediante cuestionarios administrados a personas clave, reflejan que el programa de radio es positivo, sirve para informar sobre salud y que los contenidos son de interés. Los niveles de audiencia del programa, según un estudio facilitado por la propia emisora, fueron del 22%. Una segunda fase, con novedades importantes, se inicia en abril de 2000 (29 programas): la mayoría de los programas se emiten en directo (desde colegios, ayuntamiento, etc.) y, con el objeto de llegar a todos los grupos de población, se han introducido apartados de música, historia y poesía; además, los invitados son de la zona y por tanto cercanos a la audiencia. Esta fase ha sido financiada por diversos organismos públicos y privados. Por último, una tercera fase se ha iniciado en 2001, con nuevos contenidos y desde mayo se emite por Canal Sur Radio, emisora de ámbito regional.

Palabras clave: Medios de comunicación social, promoción de salud, acción intersectorial

(134) EDUCACION DE HIGIENE POSTURAL Y RECOMENDACION DE EJERCICIO FISICO

Dirección de contacto: M.ª Teresa Torras Bernádez. CAP Sagrada Familia. Pasaje Pau Casals, 7. 08240 Manresa (Barcelona).

Tel.: 93 877 27 02

Resumen

Según datos del Departamento de Sanidad de la Generalitat, en torno al 80% de la población adulta presenta inactividad física y un 40% de escolares dolores de espalda. Tras la recogida de información sobre higiene postural y fisioterapia en los servicios de rehabilitación públicos se elabora este programa de intervención que es consensuado con el Equipo de Salud del Área Básica y se efectúa conjuntamente con el Servicio Escolar del Ayuntamiento. Su objetivo es dar información sobre higiene postural y recomendaciones de ejercicio físico orientados a la comunidad. Las actividades que contempla el programa son las siguientes: 1) publicación de pósters con recomendaciones sobre higiene postural y ejercicio físico y posterior reparto de los mismos por el centro de salud, varias escuelas públicas, la escuela de adultos y el centro cívico de la zona; 2) sesiones sobre higiene postural y ejercicio orientadas a los escolares de primer grado de tres escuelas piloto, la escuela de adultos, el centro cívico, el centro social de atención a la mujer y una residencia de ancianos. Durante 1999 se han impartido sesiones a la población escolar bajo la orientación de la dirección de las escuelas y de los profesores de gimnasia que han sido muy bien acogidas y han tenido una alta participación. Lo mismo ha sucedido con las sesiones en la escuela de adultos y en la residencia, mientras que en el centro cívico y en el servicio de atención a la mujer no se han efectuado por el equipo de salud debido a que han sido organizadas por ellos mismos. Hay que señalar que los directores de los centros escolares han solicitado documentación escrita para repartirla a padres y alumnos y que desde la escuela de adultos se ha solicitado, a raíz de esta actuación, que se impartan sesiones sobre actuaciones preventivas relacionadas con la salud.

Palabras clave: Ejercicio físico, acción intersectorial, educación para la salud



(135) PROMOCION DE SALUD. UNA EXPERIENCIA INTERDISCIPLINAR

Dirección de contacto: Concepción Martín Lerma. Centro de Salud de Torrente. C/ Pintor Ribera, 28. 46900 Torrente (Valencia).
Tel.: 96 156 12 01. *Fax:* 96 156 50 48

Resumen

En 1989, tras adherirse el municipio al Proyecto Ciudades Sanas, se iniciaron desde el ayuntamiento contactos con profesionales de sanidad, docencia y trabajo social de la localidad con el fin de crear un grupo de trabajo que promoviera actividades de promoción de la salud. Para ello, se creó la Comisión Asesora de Salud Municipal (CAS) que viene funcionando hasta la actualidad. Se detectaron y priorizaron necesidades y se elaboró un ambicioso programa comunitario usando como principal herramienta la educación para la salud abarcando 3 grupos diana: población escolar, población general y tercera edad. En la actualidad, los mayores esfuerzos se centran en la población escolar, a través de los planes de salud de cada uno de los 14 colegios integrados en el programa. El ayuntamiento realiza funciones de secretariado de la CAS y financia cursos de formación al profesorado en materias de salud. Además, convoca anualmente una Jornadas de educación para la salud como punto de encuentro de todas las escuelas y concede ayudas económicas a los colegios para el desarrollo de proyectos en el marco de su plan de centro. En el momento presente las actividades de la CAS están sufriendo una ralentización debido a varios factores. En primer lugar, las características de la zona básica han sufrido un incremento poblacional del 30% en los últimos 4 años, sin el correspondiente aumento de recursos humanos. A esto hay que sumarle el hecho de que existe un interés mínimo hacia la promoción de la salud por parte de los gestores de Atención Primaria. El tiempo laboral es absorbido por actividades asistenciales y se percibe un ambiente desmotivador para muchos miembros del equipo. No obstante, los profesionales sanitarios expresan su deseo de que estas circunstancias se modifiquen y retomar así el desarrollo del Plan Comunitario elaborado.

Palabras clave: Acción intersectorial, consejo de salud, promoción de salud

(136) VIVIR EN SALUD A TRAVES DE LO COTIDIANO

Dirección de contacto: Magdala Manero Moncunill. Consultorio de Marines. C/ Cristo de la Merced, s/n. 46169 Marines (Valencia).
Tel.: 96 164 81 15

Resumen

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

Palabras clave: Calidad de vida, educación para la salud, trabajo con grupos



(137) CELEBRACION DEL DIA MUNDIAL DE LA DIABETES

Dirección de contacto: Manuel Ceballos Pozo. Consultorio Local de las Navas de la Concepción. C/ Andalucía, 1. 41460 Las Navas de la Concepción (Sevilla).
Tel.: 95 588 51 18. Fax: 95 588 51 18. E-mail: zevalian@alehop.com

Resumen

Con motivo de la celebración del Día Mundial de la Diabetes se realizan diversas acciones con los siguientes objetivos: dar a conocer la existencia de la enfermedad, la forma de prevenir o retrasar su aparición, las complicaciones más frecuentes, las soluciones terapéuticas, así como aspectos de tipo jurídico o sociales de interés para los afectados. Las acciones consisten en la emisión de comunicados y/o intervenciones en los diferentes medios de comunicación públicos de la localidad y de la comarca (radio, televisión, revistas y periódicos locales). Asimismo, se dan conferencias y charlas coloquio por parte de especialistas en diferentes áreas relacionadas con la enfermedad, celebradas a lo largo del fin de semana más próximo al 14 de noviembre. En la organización y el desarrollo de las actividades participan la Asociación de Diabéticos de la Sierra Norte (ADISNOR), el Ayuntamiento de las Navas de la Concepción, personal sanitario del Distrito Sanitario Sierra Norte, profesionales sanitarios de otras instituciones como la Diputación Provincial y los hospitales y, por último, personas con libre ejercicio profesional (podólogos, odontólogos, etc.). El material utilizado para el desarrollo de la actividad es diverso e incluye folletos, cartelera, materiales audiovisuales, salones adecuados, etc. El equipo que desarrolla la actividad destaca que esta se va consolidando año tras año y que tanto su aceptación entre el público como el número de acciones emprendidas va en aumento.

Palabras clave: Diabetes, acción intersectorial, medios de comunicación social

(138) PROGRAMA DE EDUCACION PARA LA SALUD Y PARTICIPACION COMUNITARIA

Dirección de contacto: Margarita González Fernández. Centro de Salud de Baltanas. C/ La Carolina, 1, 3.º. 34240 Palencia.
Tel.: 979 79 03 69

Resumen

El programa está en marcha desde 1992, año en el que se forma una comisión compuesta por los siguientes colectivos: miembros del equipo de Atención Primaria y de los servicios sociales, representantes de las asociaciones de padres y de amas de casa, colegios y ayuntamientos de la zona, líderes comunitarios y un técnico de salud pública. El grupo, que se denomina «Grupo de Educación para la Salud», elabora el Programa de Educación para la Salud Comunitaria que tiene como objetivo general implicar a la comunidad en la mejora de su salud y alcanzar mayores cotas de bienestar. En el marco del programa se desarrollan dos proyectos: 1) Proyecto de Medio Ambiente, que tiene entre sus objetivos disminuir el número de vertederos incontrolados, fomentar el uso correcto de herbicidas y crear fosas de enterramiento de animales y 2) Proyecto de Alcoholismo y Ocupación del Ocio, en el que se abordan alternativas saludables de ocupación del tiempo libre. Se llevan a cabo actividades de sensibilización a la población general tales como elaboración de, videos, carteles, trípticos y pegatinas, Jornadas de salud, concursos fotográficos. Asimismo, se realizan actividades facilitadoras de modificación de conductas como colocación de contenedores para la recogida selectiva de residuos y seminarios con grupos de jóvenes. En lo que respecta a la organización y gestión del programa, es el grupo el que prioriza los problemas a abordar y planifica las actividades a realizar. La financiación corre a cargo de los ayuntamientos de la zona, de la Diputación Provincial y de las Consejerías de Medio Ambiente y de Bienestar Social. En la evaluación realizada por la comisión se destaca el elevado grado de participación alcanzado y la continuidad del grupo, que tras 6 años de trabajo, se ha consolidado y reúne a 25 personas que representan a los 10 pueblos de la Zona Básica de Salud. También se valora de manera positiva la implicación de las asociaciones comunitarias, de las instituciones y la repercusión en la población general que han tenido las diversas campañas realizadas.

Palabras clave: Acción intersectorial, medio ambiente, asociaciones



(139) CONSEJO DE SALUD DE PUENTE VALLECAS

Dirección de contacto: Juan Luis Ruiz-Giménez Aguilar. Centro de Salud Vicente Soldevilla. Sierra de Alquife, 8. 28018 Madrid.
Tel.: 91 478 00 04. *Fax:* 91 477 50 99

Resumen

Desde principios de los 90 se pone en funcionamiento el Consejo de Salud de cuatro zonas básicas del Distrito de Puente de Vallecas que comprende a una población aproximada de 70.000 habitantes. Los objetivos básicos son promover la inserción de los equipos de Atención Primaria en su entorno, facilitar la comunicación bidireccional entre las instituciones y los movimientos sociales, promover la creación de redes sociales y ser un instrumento para la participación comunitaria y la promoción de salud. Forman parte del mismo representantes del Área y de las zonas básicas, de los servicios sociales y sanitarios del nivel municipal y de 15 organizaciones sociales. El Consejo, que cuenta con un moderador rotatorio, se reúne con una periodicidad mensual en los locales de los centros de salud con un orden del día preestablecido, elaboración de actas y revisión de cumplimiento de los acuerdos tomados. Algunos de los temas abordados se enumeran a continuación: funcionamiento de los centros, memoria de los equipos, evaluación de la cartera de servicios, análisis de reclamaciones y sugerencias, programación sobre recursos, programas de salud, políticas de salud, medio ambiente y salud, demandas y propuestas de los movimientos sociales. Entre los resultados obtenidos hay que destacar los siguientes: se ha facilitado la inserción de los equipos de Atención Primaria en su entorno, se han introducido líneas de promoción de salud como mejoras medioambientales, vivienda, educación para la salud, se ha mejorado la accesibilidad a los servicios a la calidad de las prestaciones, se ha promovido el conocimiento mutuo entre las instituciones y los movimientos sociales y, además, se han moviliado recursos comunitarios que han generado mejoras en la dotación de recursos sociosanitarios para el barrio.

Palabras clave: Consejo de salud, acción intersectorial, asociaciones

(140) ESTUDIO DE NECESIDADES DE SALUD PARTICIPATIVO

Dirección de contacto: Consuelo Reyes Ruiz. Centro de Salud del Albayzín. C/ Cementerio de San Nicolás, s/n. 18010 Granada.
Tel.: 958 20 67 98. *Fax:* 958 20 67 96

Resumen

La actividad comienza con la creación de un equipo de trabajo amplio, comunitario y siempre abierto al ingreso de posibles nuevos miembros para la investigación-acción-participativa, cuyos objetivos fundamentales son interesar y motivar a la comunidad en la solución de sus problemas colectivos y así promover la salud y el desarrollo social de dicha comunidad. Para ello se realiza una reunión mensual de todo el equipo, desde donde se organizan las acciones comunitarias que hay que emprender, se gestionan las acciones concretas por comisiones de trabajo y se van evaluando los resultados obtenidos por cada comisión. Se hace un registro sistemático de cada reunión de trabajo y de todas las acciones emprendidas por las distintas comisiones de trabajo. Tanto los objetivos específicos de cada fase de trabajo como los métodos empleados para lograrlo, se redefinen sistemáticamente en las reuniones mensuales. Los materiales que se utilizan para el desarrollo de la actividad son locales comunitarios para celebrar las reuniones, folletos, carteles, fotocopias, grabadora y cintas magnetofónicas para grabar algunas sesiones grupales ya celebradas.

Palabras clave: Diagnóstico de salud, acción intersectorial, asociaciones



(141) PROMOCION DE SALUD Y EDUCACION SANITARIA

Dirección de contacto: Elvira Ramos García. Centros de Salud de Santomera y La Ñora. Facultad de Medicina. Campus de Espinardo. 30100 Murcia.
Tel.: 968 36 39 48. *Fax:* 968 36 38 47. *E-mail:* elramos@um.es

Resumen

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

Palabras clave: Investigación, consejo de salud, diagnóstico de salud

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

Dirección de contacto: M.ª Teresa Torres Bernáldez. CAP Sagrada Familia. C/ Fonería, 2. 08240 Manresa.
Tel.: 93 877 27 01. *Fax:* 93 874 78 13

Resumen

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

Palabras clave: Diagnóstico de salud, salud mental



(143) PROYECTO DE INTERVENCIÓN COMUNITARIA PARA LA PREVENCIÓN DE LOS CONSUMOS Y ABUSOS DE ALCOHOL Y TABACO

Dirección de contacto: M.ª Elena Díaz Palacios. Centro de Salud de Contrueces. Río Cares, s/n. 33210 Gijón.
Tel.: 985 14 86 19. *Fax:* 985 38 77 95. *E-mail:* ivazquez@gapgj05.insalud.es

Resumen

Este proyecto, que lleva dos años desarrollándose conjuntamente por el centro de salud y el ayuntamiento, tiene como objetivos disminuir la prevalencia del consumo de alcohol y tabaco entre la población de la zona básica de salud y retrasar la edad de inicio de consumo de estas sustancias. Las acciones desarrolladas hasta ahora son las siguientes: 1) encuesta previa a la población y encuesta al año y medio del inicio del programa (julio 2001) para valorar los cambios; 2) elaboración y reparto gratuito entre la población de folletos con diferentes mensajes y de un calendario; 3) presentación a los medios de comunicación de cada una de las acciones; 4) oferta de cursos para dejar de fumar; 5) acciones en la calle con motivo del Día mundial sin tabaco; 6) charlas en el centro municipal y centro de jubilados, y 7) desarrollo de actividades preventivas en los colegios (elaboración de carteles y programa «En la huerta con mis amigos») y envío de cartas a los padres. En el centro de salud se realiza una entrega de folletos a los padres en las consultas de pediatría, se ha implantado un protocolo de intervención en todas las consultas (evaluación inicial, consejo y tratamiento) y se reparten folletos sobre los abusos del alcohol y cómo disminuirlos. La encuesta de evaluación refleja que el 19,4% de la población adulta ha recibido un folleto o calendario y que el 9,4% recuerda algún mensaje específico. Un 54% de la población fue preguntado por su médico o enfermera si consumía alcohol o tabaco y el 31% fueron aconsejados al respecto de una disminución en dicho consumo. Finalmente, el 29,5% de los encuestados fuma a diario (año y medio antes lo hacía el 35,8%) y consume alcohol un 20,1% frente al 27,4% anterior.

Palabras clave: Acción intersectorial, medios de comunicación, tabaco

(144) AUTOCUIDADOS. EDUCACIÓN SOBRE EL USO CORRECTO DEL MEDICAMENTO

Dirección de contacto: 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

Este programa de tipo educativo, llevado a cabo por profesionales médicos, de enfermería y auxiliares de enfermería, va dirigido a todos los usuarios del centro de salud. Consiste en la priorización y selección, a través de las consultas médicas, de todos aquellos problemas menores de salud que inciden en el aumento de la frecuentación a la consulta médica a demanda, así como en el uso incorrecto de los medicamentos que realizan los usuarios para resolver estos «problemas menores». Los objetivos básicos del proyecto son, por un lado, ofrecer orientaciones generales sobre autocuidados y por otro fomentar el uso correcto de medicamentos en aspectos tales como dosis correctas, administración de los mismos, duración, etc. Las actividades consisten en la selección y captación de personas susceptibles de formar parte del programa a través de la consulta médica a demanda y en la posterior formación de grupos con los que se realizan reuniones semanales. El material gráfico utilizado en las charlas es elaborado por el equipo de trabajo y de cara a la evaluación se utilizan dos cuestionarios, uno de ellos dirigido a medir el grado de satisfacción de los participantes y el otro para medir los cambios de hábitos producidos tras la intervención.

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



(145) FIESTA DE LA SALUD

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

Resumen

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

Palabras clave: Fiestas de la salud, alcohol, acción intersectorial

(146) JORNADAS DE SALUD DE CONTRUECES

Dirección de contacto: María Elena Díaz Palacios. Centro de Salud de Contrueces. C/ Río Cares, s/n. 33210 Gijón.
Tel.: 98 514 86 19. *Fax:* 98 538 77 95. *E-mail:* ivazquez@gaoj05.insalud.es

Resumen

La actividad, que surge a propuesta del Consejo de Salud, es desarrollada por un conjunto de grupos e instituciones del barrio, en el que se incluyen profesores de los colegios públicos, asociaciones de madres y padres, de vecinos y de mujeres, parroquia del barrio, grupo «scouts», hogar del pensionista, centro de la cultura, así como profesionales socio-sanitarios. Algunas de las actividades, que se vienen realizando desde 1994 son, entre otras, las siguientes: diseño «Mascota Zanahoria», talleres de cocina sana y manipulación de alimentos, teatro de salud, guiñol y juegos, realización de carteles, «bar de salud», marcha por el barrio, demostración de limpieza de contenedores y calle, conferencias, conciertos, poesías, curso para «ayudar a dejar de fumar», etc. Los objetivos de las Jornadas son transmitir conceptos integrales de salud, dar a conocer la importancia de la responsabilidad individual en los hábitos sanos, implicar a la comunidad en el reconocimiento y abordaje de la salud, profundizar en el proceso iniciado de participación y crear cauces para la cooperación entre sectores. Tanto la elección de los temas a trabajar, como la planificación y la coordinación, son aspectos que se tratan en las reuniones del Consejo, donde se plantean las propuestas, se definen los contenidos, el cronograma y el reparto de tareas. Durante el curso 2000/01 se trabajó el tema alimentación y hábitos saludables. Las acciones desarrolladas fueron las siguientes: 1) a población general se impartieron tres charlas sobre salud y dieta, ejercicio saludable y control sanitario de los alimentos; 2) a población escolar: trabajo en el aula y desayuno saludable, y 3) el 31 de mayo se realizaron actividades de calle con la presencia de autoridades dirigidas a población infantil y pensionistas.

Palabras clave: Consejo de salud, jornadas de salud, acción intersectorial



(147) CONSEJO DE SALUD DE CONTRUECES

Dirección de contacto: María Elena Díaz Palacios. Centro de Salud de Contrueces. C/ Río Cares, s/n. 33210 Gijón.
Tel.: 98 514 86 19. *Fax:* 98 538 77 95. *E-mail:* ivazquez@gaoj05.insalud.es

Resumen

El Consejo de Salud, que tiene carácter consultivo y asesor, se constituye como el marco de actuación idóneo para desarrollar la participación comunitaria. Lo forman las siguientes personas: coordinadores médico y de enfermería y trabajadora social del centro de salud, representantes de profesorado de los colegios públicos y de la asociación de madres y padres, asociaciones de vecinos, parroquias del barrio y grupo «scouts», hogares del pensionista y Centro de la Cultura. Los objetivos son los siguientes: informar sobre problemas de salud y analizarlos; asesorar sobre priorización de actividades de promoción, prevención y programas; informar y difundir actividades de promoción; participar en la búsqueda de recursos; analizar periódicamente el funcionamiento del centro de salud, así como hacer denuncias de irregularidades detectadas. Funciona desde 1987 sin interrupción y no ha experimentado merma en las instituciones participantes. De la misma manera, los profesionales del equipo de Atención Primaria que lo integran permanecen desde el inicio del proceso. Sistemáticamente se realiza una reunión trimestral y cuando las circunstancias así lo demandan se realizan convocatorias extraordinarias. La convocatoria se realiza desde el centro de salud, donde tienen lugar las reuniones. Han sido cuestiones abordadas las siguientes: actividades y programas, cartera de servicios, cambios de organización y de profesionales de Atención Primaria, abordaje de problemas de salud colectivos, resultados del programa de vacunación, programa hepatitis B, trabajos de investigación, cambios en los medicamentos, funcionamiento del Consejo, problemas de los colegios, acciones reivindicativas, resultados de encuestas hechas a usuarios y, por último, planificación de las Jornadas de Salud. Durante 2001 el Consejo continúa sus actividades y se reúne una vez al trimestre y de forma extraordinaria cuando es necesario. Mantiene los objetivos desde su constitución en 1987 y es considerado por las organizaciones que lo componen como un instrumento válido para la participación comunitaria en el sistema sanitario público.

Palabras clave: Consejo de salud, acción intersectorial, promoción de salud

(148) NUEVO ENFOQUE DE LA SALUD MENTAL DESDE LA ATENCION PRIMARIA

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. *E-mail:* bonavista@ptarragona.scs.es

Resumen

Tanto la información de tipo epidemiológico en cuanto a prevalencia de patología mental, como la proveniente de un estudio realizado en el centro de salud sobre motivos de consulta (1 de cada 4 visitas se debe a problemas de salud mental), evidencian la necesidad de poner en marcha un plan de trabajo que favorezca un nuevo enfoque en la intervención sobre problemas de salud mental. Los objetivos de este plan son los siguientes: 1) posibilitar un amplio debate entre profesionales y población sobre el tema; 2) protocolizar la intervención en salud mental; 3) obtener recursos económicos para la realización de un estudio sobre la eficacia de la intervención en salud mental desde Atención Primaria; 4) mejorar la detección precoz de factores de riesgo psicopatológicos en la población infanto-juvenil, y 5) seguir impulsando actividades en los centros escolares. Las intervenciones y los principales resultados obtenidos hasta el momento, son los siguientes: creación de una plataforma cívica de salud mental en la zona (integrada por profesionales de distintos ámbitos y asociaciones) con un total de 13 reuniones en 9 meses; elaboración de un protocolo consensuado para la atención a la salud mental; participación en foros científicos; informatización de los datos recogidos por los docentes sobre factores de riesgo en toda la población escolarizada entre 3 y 16 años durante el curso 00/01 y presentación de un proyecto de investigación sobre el abordaje desde el nivel primario del tema.

Palabras clave: Salud mental, acción intersectorial, investigación



(149) PROGRAMA COMUNITARIO DE EDUCACION PARA LA SALUD

Dirección de contacto: Ramona Tigell Gironés. ABS Bonavista – La Canonja. C/ Siete, 36-38. 43100 Bonavista (Tarragona).
Tel.: 977 55 10 96. *Fax:* 977 54 17 21. *E-mail:* bonavista@ptarragona.scs.es

Resumen

El programa está estructurado en dos fases, en una primera se ha llevado a cabo un amplio estudio en el que se han utilizado indicadores de tipo socioeconómico, demográfico, etc., con el fin de caracterizar a la población de referencia del Area Básica (en torno a 14.000 habitantes), se ha estudiado la estructura comunitaria mediante la identificación de la red asociativa y de los modelos relacionales intergrupales y se han explorado aspectos tales como la identidad cultural, el sentimiento de pertenencia a la comunidad, etc. En una segunda fase, tras un proceso de priorización, se ha diseñado la intervención. Algunos de los resultados obtenidos en la primera fase muestran como elementos «clave» para la intervención (por ejemplo, el hecho de que se dé una alta sensibilización por parte de los escolares con respecto a la problemática del consumo de drogas en su entorno social, sumado a la propia percepción de los profesionales sanitarios, relativa al hecho de que el consumo de alcohol es elevado entre la población atendida en el centro). De esta manera, el Comité de Salud del barrio priorizó la intervención sobre el consumo y venta de drogas (tanto legales como ilegales), sobre salud mental y sobre sexualidad. Se han elaborado tres proyectos principales: Plan de prevención de las drogodependencias en la escuela, Plan de divulgación sobre nociones básicas de salud integral y Plan de dinamización de la comunidad en torno a la salud. Otros proyectos llevados a cabo son los siguientes: «Jornadas de puertas abiertas», «Salud y ocio», «Salud y voluntariado» y «Salud y grupos de riesgo sociosanitario». Las actividades realizadas en el marco de cada proyecto se recogen en forma de guía de servicios, en la cual cada actividad se clasifica en función del problema abordado y de la población diana a la que se dirige. Todos los proyectos se evalúan. En la actualidad, después de dos años de fuerte incidencia sobre drogodependencias, no existe tanta presión con este tema dado que ha sido derribado un barrio cercano que era muy marginal. Se ha priorizado el tema de salud mental y se han puesto en marcha dos nuevos proyectos: «Abordaje de la salud mental desde Atención Primaria» y «Atención específica de la salud del adolescente».

Palabras clave: Diagnóstico de salud, acción intersectorial, educación para la salud