



contactos

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

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

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

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

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



índice contactos

ÍNDICE SEGÚN PALABRAS CLAVE

- Acción intersectorial ... 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 81, 85, 89, 93, 94, 95, 97, 98, 99, 101, 102, 103, 104, 106, 107, 108, 109, 111, 112.
- Accidentes. 79, 80.
- Acción social en salud. 23, 46, 92, 96.
- Actividades lúdicas. 75.
- Agentes de salud. 31, 43.
- Alimentación. 8, 68, 97.
- Alzheimer. 59.
- Apoyo psicológico. 45, 55, 60, 61, 75, 100, 113.
- Artrosis. 25.
- Asociaciones. 84, 87, 96, 99, 103.
- Autocuidados. 105.
- Calidad asistencial. 81.
- Calidad de vida. 7, 11, 20, 21, 54, 60, 71, 74, 76, 78, 83.
- Cáncer. 73.
- Consejo de salud. 95, 96, 103, 106, 107.
- Cuidadores. 21, 38, 50, 54, 59, 66, 67, 77.
- Diabetes. 24, 26, 28, 30, 32, 34, 35, 42.
- Diagnóstico de salud. 109.
- Discapacidad. 77.
- Drogodependencias. 1, 18, 19, 20.
- Educación maternal. 51, 56.
- Educación para la salud. 1, 2, 3, 4, 5, 8, 10, 13, 17, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 44, 46, 47, 48, 49, 50, 52, 53, 57, 58, 61, 62, 63, 64, 65, 67, 68, 69, 70, 75, 80, 84, 86, 89, 91, 98, 101, 102, 105, 109, 110.
- Educación vial. 112.
- Ejercicio físico. 102.
- Enfermedad pulmonar (EPOC). 41.
- Enfoque familiar. 31.
- Estilo de vida. 9.
- Estrategia de riesgo. 7, 84, 92, 101.
- Evaluación. 1.
- Formación continuada. 90.
- Género. 90.
- Grupos de autoayuda. 46, 54, 56, 66, 72.
- Hipertensión. 29, 40, 44.
- Inmigrantes. 85.
- Intervención. 18, 19, 43, 73, 82, 93, 100.
- Investigación. 9, 72, 79, 81, 108.
- Jornadas de salud. 92, 106.
- Lactancia. 49, 56.
- Medios de comunicación social. 104.
- Memoria. 71, 74, 76.
- Menopausia. 45, 52, 53, 57, 58, 63, 64, 69.
- Obesidad. 17.
- Planes. 94, 99, 111.
- Política de puertas abiertas. 3.
- Prevención. 27, 70, 79.
- Promoción de salud. 14, 15, 43, 87, 94, 95, 97, 107, 111, 112, 113.
- Prostitución. 19.
- Puerperio. 47.
- Salud bucodental. 5, 73, 82.
- Salud mental. 48, 65, 108.
- Sexualidad. 6, 12, 13, 14, 15, 16, 62, 83, 88.
- Sida. 20.
- Sueño. 78.
- Tabaco. 10, 86, 91, 93, 104, 113.
- Técnicas de relajación. 22, 33, 36, 37, 39, 55, 110.
- Trabajo con grupos. 2, 3, 4, 6, 11, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 44, 45, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 55, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 74, 76, 77, 78, 80, 83, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 98, 100, 105, 110.
- Voluntariado. 72.



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A LA POBLACIÓN INFANTIL Y ESCOLAR

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

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

Resumen

Esta actividad de carácter educativo y dirigida a los escolares de la zona básica con el objetivo de prevenir las drogodependencias se ha llevado a cabo durante tres cursos. Se han realizado actividades dirigidas tanto a los alumnos y alumnas como a los profesores y a los padres, entre las que cabe mencionar un curso de formación para profesores y un seminario dirigido a los padres. Después de estos tres años iniciales se siguieron realizando algunas de las 64 actividades propuestas y, en la actualidad, ya no se aplica. La evaluación del proyecto sólo se ha llevado a cabo parcialmente, dado que la realización de la segunda encuesta se dificultó al coincidir con la aplicación de la reforma educativa. Los escolares, que iniciaron sus estudios según el plan anterior (EGB), se distribuyeron tras esta aplicación en dos centros educativos distintos, lo cual hizo imposible concluir esta fase de evaluación. En la actualidad se mantiene la dinámica de trabajo con la escuela y, en el curso 2000/01, el claustro de profesores ha priorizado como problema de intervención la salud mental y se aplicará el programa de competencias sociales «DECIDE».

Palabras clave: Educación para la salud, drogodependencias, evaluación

(2) PROYECTO EDUCATIVO EN UN CENTRO ESCOLAR

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

Resumen

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

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



(3) UNA VISITA DIFERENTE AL CENTRO DE SALUD

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

Resumen

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

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

(4) PROGRAMA DE SALUD BUCODENTAL

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

Resumen

Uno de los objetivos prioritarios en materia de salud bucodental en Andalucía es la revisión y tratamiento de los escolares de 6 a 15 años de edad. En el Decreto 281-2001 viene reflejada la oferta de servicios a dichas cohortes de edad. En el centro de salud San Benito, perteneciente al Distrito Sanitario Jerez-Costa Noroeste, se procede a efectuar una primera toma de contacto con dichos escolares, realizándose una historia clínica bucodental detallada de las patologías encontradas así como de los posibles tratamientos a efectuar. Los pacientes son o bien derivados a otros dentistas o bien tratados en el propio centro, aunque en este se dedican gran parte de los esfuerzos a la realización de tratamientos especiales. Estas prestaciones, si bien se encuentran en sus inicios, cuentan ya con una gran demanda, que se va incrementando día a día, lo cual muestra que el usuario cada vez tiene más información y confianza en los servicios públicos. Hay que señalar que en el área cubierta por este servicio, la población de estas edades es muy amplia por lo que es necesario un fuerte apoyo para poder realizar los tratamientos correctamente. Aún no se ha realizado una valoración de tipo cuantitativo de la actividad, pero la población general muestra un gran interés por la misma, por lo que el equipo que la desarrolla confía en que el programa será un éxito y que se irá afianzando con el tiempo, beneficiando de esta manera a la comunidad.

Palabras clave: Salud bucodental, educación para la salud



(5) PROGRAMA DE SALUD BUCODENTAL

Dirección de contacto: Pilar López Álvarez-Ossorio. Centro de Salud El Llano. C/ Juan Alvargonzález, 95. 33209 Gijón (Asturias).
Tel.: 985 16 03 01. Fax: 985 16 03 01

Resumen

El programa tiene como objetivo disminuir la prevalencia e incidencia de la caries en la población infantil asturiana. Para ello, se llevan a cabo revisiones y tratamientos dentales —sellado de fisuras, obturaciones y fluoraciones— en niños y niñas desde 6 a 12 años en períodos bianuales. El programa se realiza en período escolar, es decir, de octubre a junio. Así, a principio de cada curso escolar se obtienen los listados de alumnos/as de todos los colegios de las zonas básicas de salud. Desde cada centro de salud se realiza la elaboración de cartas que se distribuyen individualmente en los colegios, donde tiene lugar un primer reconocimiento, para después hacer el seguimiento en consulta. El programa cuenta con los siguientes recursos humanos: 6 odontostomatólogos, 4 auxiliares de enfermería y dos higienistas dentales.

Palabras clave: Salud bucodental, educación para la salud

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A ADOLESCENTES Y JÓVENES

(6) JORNADA SOBRE SEXUALIDAD-AFECTIVIDAD EN LA ESCUELA

Dirección de contacto: Mercedes Bermejo Sanchís. Centro de Salud Rafael Alberti. C/ San Claudio, 154. 28038 Madrid.
Tel.: 91 390 99 13. Fax: 91 390 99 36. E-mail: merbes@eresmas.com

Resumen

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

Palabras clave: Sexualidad, acción intersectorial, trabajo con grupos



(7) INTERVENCIÓN CON JÓVENES EN RIESGO SOCIAL

Dirección de contacto: Enrique Castro Sanjurjo. Asociación Comunitaria Distrito Quinto/CS de Labañou. Centro de Salud. Perpendicular a C/ Colombia, s/n. 15011 A. Coruña.
Tel.: 981 27 70 92. E-mail: ascodi@jazzfree.com

Resumen

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

Palabras clave: Acción intersectorial, estrategia de riesgo, calidad de vida

(8) TALLER DE ALIMENTACIÓN PARA ADOLESCENTES

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

Resumen

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

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



(9) HÁBITOS DE SALUD EN LA POBLACIÓN JUVENIL

Dirección de contacto: Mariano Rivera Moreno. Centro de Salud Rafael Alberti. San Claudio, 154. 28018 Madrid.
Tel.: 91 390 99 13. Fax: 91 390 99 39

Resumen

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

Palabras clave: Acción intersectorial, investigación, estilo de vida

(10) PREVENCIÓN DEL TABAQUISMO EN LA ESCUELA

Dirección de contacto: Mercedes Bermejo Sanchis. Centro de Salud Rafael Alberti. C/ San Claudio, 154. 28038 Madrid.
Tel.: 91 390 9913. Fax: 91 390 99 13. E-mail: merbes@eresmas.com

Resumen

La experiencia, que se incluye entre las actividades del programa de salud escolar, se pone en marcha de forma coordinada entre el profesorado, que percibe el tabaquismo como un problema, y los profesionales sanitarios. Sus objetivos son los siguientes: 1) informar sobre el tabaco y sus componentes; 2) analizar las consecuencias para la salud del hábito de fumar, y 3) profundizar en las razones por las cuales el hábito de fumar tiende a consolidarse durante la etapa juvenil. Para ello se realizan una serie de actividades con los escolares en el propio colegio y en el centro de salud. En primer lugar, se analizan las ventajas y desventajas de fumar mediante la técnica de «rejilla». Se comentan las experiencias con el tabaco, los aspectos «positivos» y negativos de fumar, para pasar a una exposición teórica con invitación al debate de los siguientes temas: qué es el tabaco, sustancias que contiene y enfermedades que provoca, papel de las instituciones y de la sociedad en relación al consumo de tabaco, publicidad. Otra de las actividades realizadas es la denominada «máquina de fumar», donde los alumnos y alumnas pueden visualizar las consecuencias del humo en el organismo y en la que se aprovecha para aclarar dudas, reforzar comportamiento saludable, analizar contradicciones, etc. Para finalizar, con motivo del «Día Mundial sin tabaco», se realiza una exposición del concurso planteado en relación al tema al que se presentan redacciones, dibujos y composiciones en cuadro con distintos materiales. Los trabajos se exponen en el centro de salud y se conceden tres premios en metálico del «fondo de maniobras» del centro. Hay que señalar que en el último curso no se pudieron conceder premios por falta de presupuesto.

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



(11) PROGRAMA DEL ADOLESCENTE

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

Resumen

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

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

(12) LA EDUCACIÓN SEXUAL: ¿UNA CUESTIÓN EDUCATIVA O SANITARIA?, ¿O AMBAS COSAS?

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

Resumen

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

Palabras clave: Sexualidad, trabajo con grupos, acción intersectorial



(13) EDUCACIÓN ESCOLAR: PREVENCIÓN DE EMBARAZOS NO DESEADOS Y DE SIDA

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

Resumen

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

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

(14) CONSULTA JOVEN

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

Resumen

La Consulta Joven, que viene funcionando desde octubre de 2000, se puso en marcha por varias razones. Por una parte, es un hecho que los jóvenes no frecuentan las consultas de Atención Primaria; además, cuando los profesionales sanitarios llevan a cabo intervenciones en el aula, constatan la necesidad de información y asesoramiento de este grupo de edad. Por último, los docentes realizan demandas continuadas sobre temas sanitarios. La población diana de la consulta la constituyen todos los adolescentes matriculados en los dos institutos de la zona, con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años. Para su puesta en marcha, se realizó en primer lugar un curso de formación sobre aspectos generales de la adolescencia, dirigido a todos los profesionales interesados. Asimismo, se presentó el proyecto a los directores de los institutos y se procedió a la organización de la consulta en el centro docente, previa aprobación por el consejo escolar. Hay que destacar que de un total de 23 profesionales del centro de salud, un 73,9% de los mismos participan en la realización de la Consulta Joven. A continuación se presentan los resultados obtenidos durante 2 cursos escolares (2000-2002). Las mediciones se realizan mediante una hoja de registro que recoge información sobre las siguientes variables: edad, sexo, consulta grupal o individual, motivo de consulta, relaciones sexuales coitales, uso de métodos anticonceptivos y derivaciones. Se han realizado un total de 81 consultas (78% grupales, 22% individuales), con un total de 210 adolescentes (44% hombres, 56% mujeres) cuya edad más frecuente está comprendida entre los 14 y 15 años. Se recogieron 180 motivos de consulta, de los cuales un 31% hacían referencia a la sexualidad, un 22% a métodos anticonceptivos, un 16% a drogas, un 8% a las relaciones interpersonales, un 7% al riesgo de contagios y, por último, un 16% a otros temas (piercing, problemas sanitarios, miedos, complejos, problemas de conducta...). De todos los consultantes se derivaron un 16%: un 67% a las consultas del centro de salud, el 30% a la Tarde Joven y un 3% a especialistas. El 9% de los adolescentes habían tenido relaciones sexuales coitales y los métodos anticonceptivos más utilizados fueron: 68% preservativo, 22% ACOs, 5% coitus interruptus, y 5% ninguno. Cabe destacar que durante el segundo curso de funcionamiento de la consulta joven ha aumentado el número de demandas respecto al primer año y que, si bien los temas predominantes de consulta son la sexualidad y los métodos anticonceptivos, durante el segundo año se han ampliado los temas de consulta. Los profesionales que desarrollan la actividad valoran que la consulta joven les permite acercarse al adolescente y realizar una buena captación, si bien el número de demandas derivadas al centro de salud les hace plantearse la posibilidad de complementar la consulta en los institutos con consultas específicas en el centro y otro tipo de actividades grupales como talleres.

Palabras clave: Sexualidad, acción intersectorial, promoción de salud



(15) PLAN MUNICIPAL DE EDUCACIÓN Y ATENCIÓN A LA SEXUALIDAD JUVENIL

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

Resumen

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

Palabras clave: Sexualidad, acción intersectorial, promoción de salud

(16) PROGRAMA DE FORMACIÓN EN EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL. ETAPA SECUNDARIA

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

Resumen

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

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



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A PERSONAS ADULTAS

(17) EDUCACIÓN GRUPAL A PERSONAS OBESAS

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

Resumen

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

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

(18) PROGRAMA DE ATENCIÓN AL DROGODEPENDIENTE

Dirección de contacto: Claudio Navarro Cañadas. ACLAD/Centro de Salud Delicias II. C/ Puente la Reina, 10. 47011 Valladolid.
Tel.: 983 30 64 66. Fax: 983 30 65 99. E-mail: aclad.claudio@infomail.es

Resumen

ACLAD - Asociación de Ayuda al Drogodependiente, que lleva a cabo este Programa, tiene como objetivo conseguir una reinserción efectiva del paciente y que incluye las siguientes actividades y/o servicios: 1) Centro de atención a drogodependientes: es un dispositivo de atención ambulatoria, atendido por una trabajadora social, una psicóloga y un médico, que realiza tratamientos de desintoxicación física, procesos de deshabituación y de reinserción del drogodependiente, todo ello en colaboración con el centro de salud de cada usuario. 2) Centro de día: se trata de un centro especializado, donde se realiza un tratamiento intensivo al paciente y a sus familiares. El usuario está todo el día en el centro excepto en las comidas y para dormir. Se realizan actividades deportivas, de tiempo libre, ocupacionales, de prevención de recaídas y de educación para la salud, manteniéndose apoyo psicológico, médico, sociolaboral y jurídico. 3) Programas de reinserción social. 4) Programa de familias: grupos terapéuticos y escuela de padres a familiares. 5) Asesoría jurídica. 6) Asesoramiento en juzgados, con el fin de informar sobre recursos rehabilitadores. 7) Programa de prisiones, con el objetivo de motivar la salida a recursos terapéuticos. Se llevan a cabo otras actividades tales como apoyo psicosocial a infectados por VIH, apoyo y acompañamiento en hospitales y domicilio y de sensibilización a la población. Las áreas de intervención se dirigen principalmente a tres grupos de población: enfermos de Sida, toxicómanos activos y toxicómanos en rehabilitación.

Palabras clave: Drogodependencias, intervención



(19) PROGRAMA DE REDUCCIÓN DE RIESGOS

Dirección de contacto: Claudio Navarro Cañadas. ACLAD/Centro de Salud Delicias II. C/ Puente la Reina, 10. 47011 Valladolid.
Tel.: 983 30 64 66. *Fax:* 983 30 65 99. *E-mail:* aclad.claudio@infomail.es

Resumen

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

Palabras clave: Drogodependencias, prostitución, intervención

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

Dirección de contacto: Claudio Navarro Cañadas. ACLAD/Centro de Salud Delicias II. C/ Puente la Reina, 10. 47011 Valladolid.
Tel.: 983 30 64 66. *Fax:* 983 30 65 99. *E-mail:* aclad.claudio@infomail.es

Resumen

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

Palabras clave: Sida, drogodependencias, calidad de vida



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

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

Resumen

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

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

(22) RELAJACIÓN Y EDUCACIÓN GRUPAL

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

Resumen

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

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



(23) EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN ESCUELA DE ADULTOS

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

Resumen

En Vallecas existe una rica experiencia en actividades de alfabetización y culturización llevadas a cabo por las organizaciones sociales de base y el movimiento parroquial. Como resultado de las líneas de trabajo comunitario propiciadas tanto por los movimientos sociales como por los profesionales del equipo de Atención Primaria surge la demanda de incorporar módulos de educación para la salud en las escuelas de adultos. El objetivo es contribuir al desarrollo personal mejorando los conocimientos sobre el proceso salud/enfermedad, sus factores condicionantes, las desigualdades en salud, los modelos de servicios sanitarios, la atención formal e informal y la participación comunitaria en salud. Por otro lado, se facilita la adquisición de habilidades en autocuidado, la responsabilidad y la autonomía en la utilización racional de los servicios sanitarios públicos, en la defensa de la sanidad pública, en el análisis de la desigualdad y en cómo promover la salud y la participación comunitaria. La metodología es participativa siguiendo el modelo de aprendizaje significativo, es decir, partiendo de la realidad y experiencias de los participantes se analizan sus problemas, se profundiza sobre ellos, se buscan soluciones y alternativas y se facilita la potenciación de sus capacidades. Se llevan a cabo mediante la realización de talleres de 15 a 20 horas en sesiones semanales de noventa minutos utilizando métodos didácticos como las rejillas, el análisis de casos, la tormenta de ideas, simulaciones, debates, lecciones participadas y revisión de documentos. Se utilizan materiales audiovisuales, rotafolios, pizarras y textos adaptados. Se utilizan los locales y la estructura organizativa de las escuelas de adultos. En general, dos profesionales sanitarios son los docentes de cada módulo y cada taller se adapta a las expectativas y posibilidades de cada grupo. Cada año se realizan una media de cuatro talleres de 25 personas cada uno y desde el comienzo de la actividad han participado en la misma más de 500 personas. La evaluación se efectúa durante el proceso de aprendizaje analizando aspectos de estructura, proceso y resultados mediante cuestionarios, análisis grupal y observadores. Los resultados de las evaluaciones muestran un alto grado de satisfacción con los contenidos, el clima y el proceso de aprendizaje.

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

(24) PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD DIRIGIDO A PACIENTES DIABÉTICOS

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

Resumen

La realización de estos talleres pretende conseguir que el paciente diabético asuma el control de su enfermedad para evitar o retrasar las complicaciones y disminuir el riesgo cardiovascular, así como facilitar la adaptación a la enfermedad, fomentando su autonomía y evitando su exclusiva dependencia de los profesionales sanitarios. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) aumentar los conocimientos sobre la diabetes y la hipertensión; 2) capacitar para la detección de situaciones anómalas; 3) capacitar para la realización de autoanálisis de glucemia y en la aplicación reglada de insulina y/o antidiabéticos orales y tratamiento hipertensivo; 4) conseguir que acepten la necesidad de una alimentación adecuada y la realización de ejercicio físico pautado; 5) capacitarle para la revisión y cuidado de los pies, y 6) informar y orientar sobre posibles tratamientos en la disfunción eréctil. Se convocan entre 15 a 20 pacientes que asisten a un total de cinco talleres en los que se promueve la participación activa, se desarrollan exposiciones teóricas, psicodramatización de actitudes frecuentes de los pacientes en la vida cotidiana; también se realizan prácticas de autoanálisis, manejo de plumas, conservación y mapa anatómico para suministro de insulina, así como confección de dietas variadas. En el desarrollo de la actividad, que se realiza en la sala multiusos del centro, participan todos los profesionales del centro de salud. En el último año se han incorporado dos nuevos talleres sobre hipertensión y disfunción eréctil. Éste último se ha introducido dado que éste es un problema que presenta dificultades especiales para su abordaje debido tanto al modelo educativo de los pacientes como al hecho de que los profesionales sanitarios tienen «dificultades comunicativas» para plantearlo. La evaluación de lo aprendido se realiza mediante un cuestionario de conocimientos que se administra antes y después de los talleres. Los pacientes evalúan la metodología, el contenido, la organización y a los profesionales. Los profesionales son asimismo evaluados mediante el método de «observador externo». Por último, a los seis meses se realiza en la consulta de enfermería y de manera individualizada una evaluación del nivel de conocimientos, los hábitos de vida establecidos y la situación metabólica; toda esta información se refleja en la historia clínica.

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



(25) APRENDER A CONVIVIR CON LA ARTROSIS

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

Resumen

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

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

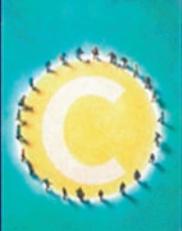
(26) AUMENTO DE CONOCIMIENTOS Y CUIDADOS EN LA DIABETES

Dirección de contacto: Almudena García Mejías. Centro de Salud Gómez Acebo-San Andrés. C/ Alberto Palacios, 22. 28029 Madrid.
Tel.: 91 797 28 84. Fax: 91 798 28 89

Resumen

El objetivo general de esta actividad es aumentar los conocimientos sobre la diabetes, mejorar los cuidados y conseguir una mayor calidad de vida. Para ello, se llevan a cabo talleres con grupos de pacientes, con los siguientes objetivos específicos: 1) conocer la enfermedad y sus complicaciones; 2) conseguir un mejor control de la misma a través de la alimentación y el ejercicio; 3) prevenir las lesiones de los pies mediante cuidados adecuados y una correcta higiene; 4) conocer los diferentes tratamientos farmacológicos y sus mecanismos de acción; 5) descubrir la importancia del autocontrol, y 6) aumentar el conocimiento y quitar el miedo a la técnica de administración de la insulina. La metodología utilizada incluye charlas seguidas de coloquios y los siguientes ejercicios prácticos: prácticas con glucómetros, técnica de administración de la insulina y, por último, ejercicios con alimentos y el peso. Además de las actividades grupales, se realiza individualmente un control mensual del cumplimiento de la medicación y un control anual de revisión de la diabetes. La evaluación muestra que el grado de satisfacción de los pacientes es alto y que acogen este tipo de iniciativas por parte de los profesionales sanitarios con entusiasmo. Asimismo, tanto el nivel de asistencia como la participación son elevadas, sobre todo en lo referido a las prácticas. En lo que respecta a las conclusiones de los profesionales que organizan e imparten los talleres destacan entre otras las siguientes: el 90% de los pacientes diabéticos conoce la relación entre diabetes mellitus y herencia; casi el 100% conoce las causas que provocan un aumento del azúcar en sangre, siendo algo menor (entre el 75 y el 90%) el número de pacientes que conoce las causas que lo bajan; en general, saben que la enfermedad puede alterar la sensibilidad y la circulación sanguínea de las extremidades inferiores; el 100% saben que la enfermedad puede producir complicaciones crónicas; en general, los pacientes saben que la insulina es una sustancia segregada por el organismo y, por último, los pacientes al finalizar el taller muestran que no han modificado su opinión sobre de quién es la responsabilidad del control de su enfermedad, ya que piensan que no les corresponde a ellos. El grupo de trabajo destaca la importancia de la homogeneidad del grupo (en lo referente a las variables tipo de diabetes, edad y nivel cultural) como factor decisivo para aumentar la eficacia de la educación para la salud a diabéticos. Durante el último año se ha observado, mediante la información registrada en la historia clínica, que la hemoglobina mejora en los 5 ó 6 meses posteriores al curso en un 80% de los pacientes.

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



(27) EDUCACIÓN GRUPAL A PADRES/MADRES DE NIÑOS DE 0 A 2 AÑOS

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

Resumen

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

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

(28) SEMINARIO PARA DIABÉTICOS TIPO II

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

Resumen

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

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



(29) TALLER DE EDUCACIÓN A POBLACIÓN HIPERTENSA

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

Resumen

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

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

(30) EFICACIA DE LA EDUCACIÓN A GRUPOS DE DIABÉTICOS TIPO 2. ENCUENTROS DE SALUD

Dirección de contacto: M.ª Luisa Lozano del Hoyo. Centro de Salud Las Fuentes Norte. C/ Escultor Félix Burriel, 1, 3.ªA. 50008 Zaragoza.
Tel.: 976 29 03 34. Fax: 976 29 68 76. E-mail: milozano@telefonica.net

Resumen

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

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



(31) ESCUELA PARA PADRES Y MADRES

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

Resumen

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

Palabras clave: Trabajo con grupos, agentes de salud, enfoque familiar

(32) EDUCACIÓN PARA LA SALUD A DIABÉTICOS TIPO II

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

Resumen

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

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



(33) CONTROL DE ESTRÉS: RELAJACIÓN

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

(34) TALLER DEL PIE DIABÉTICO

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



(35) EDUCACIÓN GRUPAL

Dirección de contacto: Carmen Arnés Pérez. Centro de Salud Getafe. Sector III. C/ Mñor. Óscar Romero, 18, 1.º 5. 28025 Getafe (Madrid).
Tel.: 91 525 82 13. Fax: 91 683 18 46

Resumen

Esta actividad va dirigida a los pacientes diabéticos del centro de salud y tiene como fin aumentar su calidad de vida mediante la normalización del control metabólico y la prevención y actuación en complicaciones agudas. Sus objetivos son los siguientes: 1) aumentar los conocimientos de los pacientes sobre dieta, higiene y las complicaciones de la diabetes; 2) facilitar la adquisición de las destrezas necesarias para controlar mejor la enfermedad; 3) disminuir la ansiedad y aumentar el grado de aceptación de la enfermedad, y 4) enseñar al paciente a manejarse en los problemas de cada día, alcanzando el mayor nivel de autocuidados posible. En una primera etapa de orientación e información se realiza una entrevista individual con el fin de obtener la siguiente información: edad, tiempo de evolución de la enfermedad, tipo de diabetes, complicaciones surgidas, grado de aceptación y responsabilidad por parte del paciente, nivel de motivación, nivel de conocimientos, situación sociocultural y laboral y, por último, grado de aceptación por parte del entorno sociofamiliar. Los talleres se llevan a cabo en un aula con asientos disponibles en forma de círculo y el grupo (al que pueden asistir familiares que colaboren en el cuidado de los pacientes) oscila entre las 10-12 personas. La metodología es de carácter teórico-práctico y se estimula la participación de todos los componentes del grupo, ya que se considera importante que se produzca un intercambio de experiencias personales. Las exposiciones teóricas, adaptadas a las características socioculturales y al lenguaje del grupo, se complementan con la realización de cuatro talleres prácticos sobre dieta, tratamiento, autocontrol/autoanálisis y cuidado del pie diabético. La evaluación se realiza mediante un pretest y postest sobre conocimientos, habilidades y manejo de situaciones especiales. El seguimiento se realiza en consulta de enfermería.

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

(36) LOS GRUPOS DE RELAJACIÓN

Dirección de contacto: M.ª Teresa Lorca Serralta. Centro de Salud Getafe. Sector III. C/ Descubrimiento, 11. 28025 Getafe (Madrid).
Tel.: 91 695 32 26. Fax: 91 683 18 46

Resumen

Un alto porcentaje de las consultas del centro de salud son debidas a trastornos relacionados con la ansiedad siendo frecuente la demanda de ansiolíticos. La presencia de viviendas unifamiliares y el hecho de que existan pocos «lugares de encuentro» provoca situaciones de aislamiento social que están en muchos casos en la base de estos trastornos. Esta actividad se pone en marcha con los siguientes objetivos: 1) aprender a reconocer las fuentes de estrés; 2) favorecer el autocontrol emotivo y somático; 3) mejorar la capacidad de autocuidado; 4) mejorar las relaciones interpersonales, y 5) aprender técnicas de relajación para controlar las manifestaciones motoras, fisiológicas y cognitivas de la ansiedad. Para ello, los pacientes son derivados desde las consultas médica, de enfermería o pediatría y la enfermera/o realiza el diagnóstico para valorar la inclusión del paciente en el grupo de relajación. Con cada grupo se realizan de 6 a 8 sesiones semanales de hora y media de duración con los siguientes contenidos: concepto y desencadenantes del estrés; vivencias de los componentes del grupo y técnicas de relajación (respiraciones, Jacobson, autógena, pasiva, automasaje y visualización). La evaluación se realiza mediante una escala de ansiedad y preguntas abiertas antes y después del curso, así como mediante el análisis de las respuestas a 5 preguntas abiertas en cada sesión. La escala de ansiedad se vuelve a administrar 1 mes después de finalizado el taller. Hasta el momento se ha realizado 15 grupos, con un total de 93 personas. Se ha detectado la dificultad de que los pacientes sigan practicando las técnicas al finalizar el taller y la importancia del apoyo de los profesionales que los atienden habitualmente para que desarrollen la actividad aprendida y la incorporen a su vida cotidiana.

Palabras clave: Técnicas de relajación, educación para la salud, trabajo con grupos



(37) GRUPO DE RELAJACIÓN

Dirección de contacto: Carmen Montés Monfort. Centro de Salud Felipe II. C/ Felipe II, 10. 28936 Móstoles (Madrid).
Tel.: 91 646 43 33

Resumen

La iniciativa de esta actividad grupal surge ante la evidencia del incremento de personas que acuden al centro de salud con patologías psicósomáticas y/o relacionadas con síntomas de ansiedad y estrés. Se considera que el aprendizaje de las técnicas de manejo del control del estrés puede mejorar en gran medida la calidad de vida de la población afectada. La actividad va dirigida a pacientes que acuden en demanda de atención por ansiedad y síntomas asociados (cefaleas tensionales, trastornos del sueño, trastornos digestivos, dolores musculares o palpitaciones sin organicidad) y que no padezcan un trastorno grave de salud mental. La captación se realiza en las consultas de medicina, enfermería y trabajo social y tiene como objetivo reducir el grado de ansiedad mediante la toma de conciencia de la relación entre los problemas psicosociales y la salud, el aprendizaje de técnicas de relajación y la mejora de la autoestima. La actividad se lleva a cabo en grupos pequeños —entre 8 y 12 personas— heterogéneos en edad y género, durante 5 sesiones de 90 minutos de duración y de periodicidad semanal. Se utiliza como guía de apoyo el método de «Entrenamiento en relajación creativa» de Eugenio Herrero Lozano. Se realiza una entrevista de selección previa y al final de las sesiones se para un cuestionario de evaluación y grado de satisfacción.

Palabras clave: Técnicas de relajación, trabajo con grupos, educación para la salud

(38) GRUPO DE CUIDADORES DE ANCIANOS Y/O ENFERMOS CON DEMENCIA O ENFERMEDADES CRÓNICAS EN FASE AVANZADA

Dirección de contacto: Carmen Montés Monfort. Centro de Salud Felipe II. C/ Felipe II, 10. 28936 Móstoles (Madrid).
Tel.: 91 646 43 33

Resumen

La intervención grupal va dirigida a personas cuidadoras de ancianos y/o enfermos con demencias o enfermedades crónicas en fase avanzada y que presentan síntomas de «síndrome del cuidador». Sus objetivos son los siguientes: 1) favorecer un aumento de la calidad de vida; 2) facilitar la comunicación y la expresión de sentimientos; 3) concienciar de la necesidad de su propio autocuidado, y 4) intentar rebajar el grado de ansiedad y estrés habitual de las personas cuidadoras. La captación se realiza a través de las consultas de medicina, enfermería y trabajo social; se realiza una entrevista de selección previa al inicio. El grupo está compuesto de 8 a 10 personas y se lleva a cabo a lo largo de 8-10 sesiones de 90 minutos de duración, un día a la semana. La metodología incluye exposiciones teóricas, dinámicas participativas y aprendizaje y práctica de técnicas de relajación. Al finalizar las sesiones se administra a los participantes un cuestionario de evaluación y del grado de satisfacción.

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



(39) EDUCACIÓN SANITARIA GRUPAL EN TRASTORNOS DE ANSIEDAD

Dirección de contacto: M.ª Dolores Fernández López. Centro de Salud San Fernando. C/ Antonio Machado, s/n. 06006 Badajoz.
Tel.: 924 27 56 63. Fax: 924 27 46 10. E-mail: fernandezlola@mixmail.com

Resumen

Con esta intervención educativa de tipo grupal se pretende que las personas que presentan una manifiesta carga de ansiedad, detectadas en consulta médica o de enfermería, reduzcan los niveles de la misma. Tiene los siguientes objetivos específicos: proporcionar conocimientos sobre qué es la ansiedad y sus efectos negativos para la salud; proporcionar información sobre la relajación y sus efectos positivos y entrenar en habilidades para la práctica de la relajación según el modelo de Herbert Benson. La intervención educativa se desarrolla en cuatro sesiones de periodicidad semanal para grupos de ocho o diez personas. La captación se realiza indistintamente por carta, teléfono o personalmente en las consulta médica y de enfermería. La metodología es fundamentalmente de tipo práctico e incluye técnicas de participación activa como la lluvia de ideas, demostraciones o comprobación de aprendizaje. Se evalúa mediante un cuestionario en el que se recogen tanto la adquisición de conocimientos como el grado de satisfacción de los participantes. Se realiza seguimiento individualizado en la consulta de enfermería.

Palabras clave: Educación para la salud, trabajo con grupos, técnicas de relajación

(40) EDUCACIÓN SANITARIA GRUPAL EN HIPERTENSIÓN ARTERIAL

Dirección de contacto: M.ª Dolores Fernández López. Centro de Salud San Fernando. C/ Antonio Machado, s/n. 06006 Badajoz.
Tel.: 924 27 56 63. Fax: 924 27 46 10. E-mail: fernandezlola@mixmail.com

Resumen

El objetivo general de esta actividad grupal es que las personas con hipertensión arterial adquieran un estilo de vida que les permita prevenir complicaciones cardiovasculares. Sus objetivos específicos son los siguientes: proporcionar información sobre los factores de riesgo de la hipertensión; explorar habilidades alternativas para el abandono de tóxicos y, por último, entrenar en habilidades para modificar hábitos en lo referente a la dieta y el ejercicio físico. La intervención educativa se desarrolla en cuatro sesiones semanales para grupos de ocho o diez personas, con una metodología participativa y que incluye demostraciones prácticas. Los materiales utilizados son los siguientes: pizarra, retroproyector, transparencias, rueda de alimentos, balanza, alimentos y folletos educativos. Se evalúa el aprendizaje de los conocimientos y habilidades trabajadas mediante cuestionarios individuales verbales, escritos o representaciones. Por último, se realiza un seguimiento individualizado en la consulta de enfermería.

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



(41) EDUCACIÓN SANITARIA GRUPAL EN EPOC

Dirección de contacto: M.ª Dolores Fernández López. Centro de Salud San Fernando. C/ Antonio Machado, s/n. 06006 Badajoz.
Tel.: 924 27 56 63. Fax: 924 27 46 10. E-mail: fernandezlola@mixmap.com

Resumen

Esta actividad grupal tiene como objetivo general mejorar la calidad de vida de los enfermos afectados de enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). Entre sus objetivos específicos están los siguientes: 1) proporcionar conocimientos sobre los factores de riesgo de su enfermedad; 2) facilitar la adquisición de habilidades sobre el abandono del hábito tabáquico; 3) practicar la gimnasia respiratoria, y 4) aprender a usar correctamente los inhaladores. La captación tiene lugar de manera personalizada en la consulta médica y de enfermería. La intervención educativa se desarrolla a lo largo de cuatro sesiones semanales para grupos de ocho o diez personas y en ellas se combinan exposiciones teóricas con una metodología participativa que incluye técnicas como la tormenta de ideas o las demostraciones prácticas. Los materiales que se usan son pizarra, retroproyector, transparencias, dibujos, pirámide para aprender el uso de inhaladores y folletos educativos. Se evalúa mediante cuestionario y en consulta de enfermería se realiza el seguimiento de todas las personas que han participado en los grupos.

Palabras clave: Trabajo con grupos, educación para la salud, enfermedades concretas

(42) EDUCACIÓN SANITARIA GRUPAL EN DIABETES MELLITUS

Dirección de contacto: M.ª Dolores Fernández López. Centro de Salud San Fernando. C/ Antonio Machado, s/n. 06006 Badajoz.
Tel.: 924 27 56 63. Fax: 924 27 46 10. E-mail: fernandezlola@mixmap.com

Resumen

Esta actividad consiste en la realización de una intervención educativa grupal y está dirigida a las personas diabéticas con el fin de que estas adquieran un estilo de vida que facilite la prevención de las complicaciones secundarias a su enfermedad. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) proporcionar conocimientos básicos sobre la enfermedad y el tratamiento de las complicaciones agudas; 2) transmitir información sobre cómo mejorar la dieta; 3) entrenar en habilidades para el manejo de la insulina y autoanálisis; 4) conocer las medidas básicas para el cuidado de los pies, y 5) analizar los factores de riesgo de las complicaciones secundarias a la diabetes. La intervención educativa se desarrolla en seis sesiones semanales para grupos de ocho o diez personas y las sesiones se gestionan con metodología de participación activa: lluvias de ideas, contraste de autorregistros, demostraciones, comprobación del aprendizaje, resúmenes y conclusiones. Se utilizan los siguientes materiales: pizarra, retroproyector, transparencias, dibujos, autorregistros de dieta y horarios, rueda de alimentos, balanza, alimentos, dieta por equivalencias y/o por raciones, sistemas de insulina, glucómetros, kit del pie diabético y folletos educativos. La evaluación se efectúa mediante cuestionario y, además, se realiza el seguimiento en consulta de enfermería.

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



(43) ESCUELAS COMUNITARIAS DE PROMOCIÓN DE SALUD

Dirección de contacto: Juan Luis Ruiz-Giménez Aguilar. Centro de Salud Vicente Soldevilla. C/ Sierra de Alquife, 8. 28018 Madrid.
Tel.: 91 478 00 04. Fax: 91 477 50 99. E-mail: jluis@nodo50.org

Resumen

La estrategia de promoción de salud es un modelo necesario y útil para abordar los problemas de salud y de los servicios sanitarios del territorio. El objetivo general de este proyecto es contribuir a la promoción de salud en la población del Área 1 de Madrid a través del fortalecimiento del contexto comunitario en temas de salud. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) contribuir al enriquecimiento de los conocimientos sobre el proceso salud-enfermedad, los modelos de atención a la salud y la participación comunitaria; 2) promover habilidades en la responsabilidad individual y colectiva del cuidado de la salud, utilización de los servicios, sensibilización, organización y participación comunitaria, y 3) promover actitudes participativas, responsables, reflexivas y solidarias. Las actividades que se llevan a cabo incluyen la puesta en marcha de las «Escuelas comunitarias de promoción de salud» en los distritos dentro de las redes sociales existentes, la elaboración de una guía pedagógica para la formación de agentes de salud comunitarios y la realización de talleres de educación para la salud con grupos con la metodología del aprendizaje significativo que propicie el desarrollo personal y social teniendo en cuenta las necesidades de los movimientos sociales y la población. El proyecto se lleva a cabo con recursos comunitarios y sanitarios. Para su ejecución se utilizan la guía pedagógica, materiales didácticos propios y el plan de formación de profesionales. Se desarrolla mediante una amplia dinámica grupal, contando con la participación de alrededor de 80 profesionales de los equipos de Atención Primaria del área y de los movimientos sociales de la red de 11 Consejos de salud. Existe un equipo de coordinación de todo el proyecto y ha recibido el apoyo del equipo directivo del Área 1. Para su evaluación se utilizan indicadores tanto cuantitativos como cualitativos: número de escuelas puestas en funcionamiento; talleres de educación para la salud realizados y grado de satisfacción y adecuación del material y talleres para monitores y agentes comunitarios; formación de los monitores-coordinadores de los talleres y ampliación del contexto comunitario en salud. El resultado esperado debe ser el aumento del contexto comunitario en salud a través de un proceso de educación para la salud realizado mediante talleres grupales en los que se utilice la guía pedagogía elaborada. El proyecto obtuvo el Primer Premio para proyectos de actividades comunitarias de la semFYC de 2000.

Palabras clave: Agentes de salud, promoción de salud, intervención

(44) TALLER DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL PARA PACIENTES Y/O FAMILIARES

Dirección de contacto: M.ª Fernanda Blanco. Centro de Medicina Familiar San Jorge. Videla, 321. Quilmes. Buenos Aires, Argentina (1878).
Tel.: 0054-11 42 54 69 22. Fax: 0054-11 42 54 62 77. E-mail: fernwhite@hotmail.com

Resumen

La hipertensión arterial es un problema de salud prevalente cuyas complicaciones son devastadoras y que suele dificultar el proceso de realización personal y de socialización. Estas dificultades hacen imprescindible diseñar intervenciones educativo-sanitarias encaminadas a lograr la autonomía en el sentido biopsicosocial. El consejo médico, aún siendo un elemento importante de la educación sanitaria, tiene una baja influencia en lo que respecta al cambio de hábitos. Por ello se decidió implementar un programa de educación sanitaria grupal dirigido a pacientes y/o familiares con «ganas de ayudar» a cambiar algunos hábitos. El taller, que se lleva a cabo en el Centro de Medicina Familiar, consta de cuatro encuentros en los que se charla sobre definición de hipertensión arterial y su prevención, las formas de ayudar al otro, aprender a comprar alimentos «permitidos» y cocinar alimentos sabrosos y saludables. Igualmente se ofrece información de tipo teórico sobre la importancia del ejercicio físico y se practican una serie de ejercicios fáciles y accesibles para incorporar a la vida diaria. Con la metodología utilizada se intenta proporcionar una combinación de conocimientos, actitudes y habilidades para que el sujeto pueda definir y alcanzar sus propias metas en materia de salud. El hecho de compartir experiencias con personas que tienen su misma problemática es un elemento clave para facilitar que se produzca un cambio de actitudes y se superen las dificultades que conlleva un cambio en aspectos tan fundamentales como los hábitos alimentarios o de práctica de ejercicio físico. El equipo que desarrolla la actividad apunta el hecho de que existen múltiples formas para la medicina de llevar la salud a la gente y echa de menos que éstas no se enseñen en las facultades y que tenga que ser la propia experiencia la que muestre su valor.

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



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES

(45) CLIMATERIO Y MADUREZ. UN ESPACIO DE REFLEXIÓN E INFORMACIÓN 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

(46) 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. El grupo se ha constituido como asociación y recibe subvenciones de instituciones públicas. El sostenimiento económico del grupo también se lleva a cabo a través de trabajo de tipo altruista y de aportaciones 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



(47) EDUCACIÓN PARA LA SALUD CON PUÉRPERAS

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

El proyecto de educación postparto consta de dos partes integradas, la recuperación física tras el parto y el análisis y profundización de los aspectos negativos y positivos que acompañan al nacimiento y crianza del bebé. El grupo, al que asisten mujeres que hayan tenido recientemente un hijo (0-6 meses), se establece como lugar de encuentro, favoreciendo un clima de intercambio que permite ofrecer asesoramiento prestando especial atención a la realidad social de las mujeres. Los objetivos de la 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. Los contenidos que se tratan son los siguientes: 1) la vuelta a casa tras el parto; 2) la práctica del masaje en el bebé; 3) la relación familiar e integración de la mujer en su medio social; 4) relación de pareja; 5) sexualidad y comunicación, y 6) los nuevos roles y el reparto de tareas. Se utiliza tanto material escrito como audiovisual y se trabaja en casos prácticos y en la exposición de experiencias por parte de las madres.

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

(48) EDUCACIÓN 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



(49) LACTANCIA MATERNA Y CUIDADOS DEL RECIÉN NACIDO

Dirección de contacto: Ana Bonaplata Revilla. Centro de Salud Comillas. C/ Eduardo Marquina, 33. 28019 Madrid.
Tel.: 91 460 51 00. Fax: 91 565 03 45. E-mail: abonaplata@papps.org

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 periodo 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

(50) 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.ribo@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 dos 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



(51) 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 tres primeros meses y el 30% durante los cinco 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 dos 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

(52) EDUCACIÓN 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 grupos formados hasta ahora 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



(53) GRUPO DE APOYO A MUJERES PERIMENOPÁUSICAS

Dirección de contacto: M.ª Teresa Rodrigo Vicente. Centro de Salud Cotolino. Avda. 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 autoayuda, educación para la salud, menopausia

(54) 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 5 años y 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



(55) GRUPO DE APOYO: HABILIDADES SOCIALES Y RELAJACIÓN

Dirección de contacto: M.ª Teresa Rodrigo Vicente. Centro de Salud Cotoilino. Avda. 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, palpitaciones 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

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

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

Resumen

Ante los abandonos en los primeros meses de lactancia materna, la escasa información de las madres y la necesidad de reforzar socioafectivamente 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 de 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



(57) 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. En los resultados obtenidos hasta ahora se observa una mejora notable del 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, las mujeres resaltan que la experiencia es muy positiva y la metodología, el material, el horario y los docentes, adecuados.

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

(58) PROGRAMA DE SALUD PARA LA MUJER MENOPÁUSICA O CLIMATÉRICA

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; cineforum, 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 y 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. La asociación, que ha recibido el premio «Mejor asociación del barrio», concedido por la asociación de vecinos, ha realizado el I Certamen Fotográfico y viene organizando un certamen literario (narrativa y poesía) coincidiendo con el Día de la Mujer en los últimos 6 años. Por último, hay que mencionar el interés del colectivo por la informática, habiéndose dotado de ordenadores a la asociación.

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



(59) INTERVENCIÓN 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

(60) 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 psicósomática, 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



(61) LA AUTOESTIMA PARA EL DESARROLLO ARMÓNICO 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. En los grupos realizados hasta ahora los diagnósticos más frecuentes son los siguientes: 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

(62) LA EDUCACIÓN DE LOS SEXOS PARA LA PROMOCIÓN 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



(63) PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD: «MUJER EN EL CLIMATERIO»

Dirección de contacto: Nieves Valero Caracena. Centro de Salud Cuenca II. C/ Radio Nacional de España, s/n. 16002 Cuenca.
Tel.: 969 22 11 91. Fax: 924 22 11 91

Resumen

Los objetivos de esta actividad son promocionar la salud de las mujeres entre 45 y 59 años —período perimenopáusico— capacitándolas para mejorar su calidad de vida y favorecer el inicio del envejecimiento en las mejores condiciones posibles, todo ello desde un abordaje tanto físico, como psíquico y social. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) identificar los trastornos de la menopausia con la detección y diagnóstico de los problemas de salud y riesgos específicos; 2) mejorar la salud de la mujer climatérica potenciando comportamientos preventivos y de promoción de salud a través de la educación sanitaria individual y grupal; 3) fomentar el autocuidado y la autonomía personal; 4) efectuar el control y seguimiento de las pacientes incluidas en el programa, facilitando la coordinación entre Atención Primaria y especializada, y 5) mejorar la calidad de vida mediante actividades que favorezcan la integración social y familiar. La captación se realiza por derivación directa de los profesionales del centro de salud, a través de carteles informativos y a través del «boca a boca». Una vez constituido el grupo (entre 10 y 15 mujeres) tienen lugar seis sesiones de 90 minutos, realizadas semanalmente en horario y día fijos y que tienen lugar en la sala multiusos del centro de salud. En cada una de las sesiones se combina la exposición teórica de contenidos tales como fisiología, síntomas, tratamientos, alimentación o sexualidad, con el trabajo grupal de aspectos psicológicos y socioculturales (relaciones personales, comunicación, autoestima) y con la práctica de ejercicio físico (fortalecimiento de suelo pélvico y de distintos grupos musculares) y de técnicas de relajación. La última sesión se dedica a la evaluación de la actividad (cuantitativa y cualitativa), así como a ofrecer recomendaciones específicas de tipo sanitario y la información de los recursos sociales de la zona. Asimismo, se les ofrece la posibilidad de dar continuidad al grupo. Desde que se puso en marcha en 2000, se han realizado 4 grupos cuya evaluación ha permitido corregir errores organizativos y, además, fortalecer la idea del grupo de trabajo, constituido por una médica, una enfermera y una trabajadora social, de que es positivo tanto para las mujeres como para las propias profesionales sanitarias.

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

(64) ATENCIÓN A LA MUJER EN EL CLIMATERIO

Dirección de contacto: M.ª Dolores Fernández López. Centro de Salud San Fernando. C/ Antonio Machado, s/n. 06006 Badajoz.
Tel.: 924 27 56 63. Fax: 924 27 46 10. E-mail: fernandezlola@mixmail.com

Resumen

La actividad es una intervención educativa grupal que va dirigida a mujeres entre 50 y 60 años con amenorrea sin síntomas, o sin amenorrea y con síntomas de climaterio. El objetivo general de la misma es que adquieran un estilo de vida favorable a la prevención de las siguientes complicaciones postmenopáusicas: osteoporosis, enfermedades cardiovasculares y cáncer ginecológico. Para ello se llevan a cabo cuatro sesiones semanales, para grupos de diez o doce mujeres, en las que se transmiten una serie de conocimientos y habilidades a las mujeres con el fin de que prevengan estas complicaciones y de que adquieran las destrezas necesarias para aliviar los síntomas climatéricos. La convocatoria se realiza por carta, por teléfono o personalmente a las mujeres pertenecientes al cupo poblacional asignado a la responsable de esta actividad. En lo que se refiere a los medios materiales, se utilizan los siguientes: pizarra, retroproyector, transparencias, dibujos, autorregistros de dieta y de ejercicio y folletos educativos. La metodología utilizada es de participación activa e incluye: lluvias de ideas, demostraciones, contraste de autorregistros, elaboración de resúmenes y conclusiones del grupo. La evaluación, que refleja un alto grado de satisfacción de las mujeres con la actividad, se realiza mediante un cuestionario que mide los conocimientos y habilidades adquiridas. En consulta de enfermería se efectuará un seguimiento individualizado de las mujeres.

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



(65) TALLER DE APOYO PSICOSOCIAL CON MUJERES

Dirección de contacto: Maite Rodrigo Vicente. Centro de Salud Cotolino. Avda. República Argentina, 3. 39700 Castro Urdiales (Cantabria).
Tel.: 942 86 04 85

Resumen

La actividad va dirigida a mujeres entre 35 y 65 años que expresan quejas inespecíficas y muestran signos y síntomas diversos como ansiedad, molestias digestivas, cansancio, tristeza, aislamiento o cefaleas. Estos estados, que no responden a tratamientos y que tienen un origen psicosocial predominante. Estas mujeres son por lo general multifrecuentadoras del centro de salud. El objetivo general es favorecer el desarrollo personal, mejorando la comunicación en las relaciones y promoviendo el autocuidado. Asimismo, se pretende disminuir tanto el consumo de ansiolíticos como la demanda por motivos inespecíficos en este grupo de población. La captación se realiza desde la asociación de mujeres y desde otros «ámbitos comunitarios». La trabajadora social del centro de salud tiene, en primer lugar, una entrevista personal con las mujeres y, a continuación, se ofrece tanto apoyo individual y específico como la posibilidad de participar en una actividad grupal que les permita analizar las causas no-físicas de su malestar. Los grupos son semiabiertos y las sesiones se llevan a cabo dos veces al mes durante dos horas en los locales de la asociación de mujeres. En las sesiones se emplea una metodología teórico-práctica que incluye técnicas como trabajos en grupo, diálogo en parejas, exposiciones teóricas o debates en el grupo grande. Se trabajan los siguientes contenidos: la identidad femenina, la autoestima, las relaciones personales, salud y vida cotidiana y los obstáculos para el cambio. De cara a la evaluación, se administra un cuestionario al inicio y al final de las sesiones.

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

(66) GRUPO DE APOYO A CUIDADORES DE PERSONAS DEPENDIENTES

Dirección de contacto: Maite Rodrigo Vicente. Centro de Salud Cotolino. Avda. República Argentina, 3. 39700 Castro Urdiales (Cantabria).
Tel.: 942 86 04 85

Resumen

La actividad, que se lleva a cabo desde 2000, va dirigida a las personas que cuidan a familiares dependientes que están incluidos en el programa de atención a inmovilizados. Se realizan dos actividades grupales al año con los siguientes objetivos: 1) atender los problemas del cuidador; 2) informar sobre los recursos sociosanitarios existentes; 3) crear un espacio de encuentro para trabajar las emociones y recibir comprensión y apoyo mutuo, y 4) favorecer la puesta en marcha de un grupo de autoayuda. La captación se realiza por los profesionales sanitarios en consulta a demanda o programada y se derivan a la trabajadora social, la cual informa sobre la actividad y valora la inclusión en el grupo según los siguientes criterios: sentimientos de soledad y aislamiento, baja autoestima, escaso refuerzo familiar y social y, por último, presencia de somatizaciones. Los grupos son cerrados y se realizan un total de 10 sesiones de noventa minutos de duración cada una de ellas. La metodología utilizada incluye técnicas de dinámica de grupo y psicoterapia tales como reflexión, trabajo por parejas, tormenta de ideas, foto-palabras, juegos dinámicos o casos prácticos, con el objetivo de favorecer estados emocionales más sanos, estimular la autoestima y aprender a expresar emociones y sentimientos. La evaluación se realiza mediante un cuestionario (pre y post) para medir el estado de ansiedad y de sobrecarga de cuidados. Asimismo, se evalúan las sesiones con indicadores de cobertura y asistencia. Los resultados de la evaluación de los grupos realizados hasta el momento muestran la necesidad de apoyo emocional de las personas que cuidan y ponen de manifiesto su aislamiento social. Desde el primer grupo realizado se creó el Grupo de ayuda mutua, con el objetivo de trabajar el apoyo, la comprensión y poder mejorar las relaciones de ayuda.

Palabras clave: Cuidadores, trabajo con grupos, grupos de autoayuda



(67) GRUPO DE INFORMACIÓN Y APOYO PARA CUIDADORES DE ENFERMOS CON DEMENCIA

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@saptarra.scs.ess

Resumen

Esta actividad se dirige a personas cuidadoras principales de enfermos que padecen una demencia y tiene como objetivo general enseñar a cuidar al enfermo y a cuidarse a sí mismo. Sus objetivos específicos son, por una parte, disminuir la percepción subjetiva de la carga material y afectiva del cuidador y la hiperfrecuentación, mejorando su capacidad resolutive y, por otra, convertir los problemas individuales en colectivos. Para ello se forman grupos cerrados de un máximo de 12 personas, que se captan de manera personalizada tras una entrevista individual con cada cuidador, donde se ofrece la posibilidad de acudir al grupo. Se priorizan aquellos cuidadores que presentan una alta carga material y afectiva y que demandan la necesidad de recibir información sobre demencias. Se forma el grupo y se realizan 10 sesiones, de una hora y media de duración, con una periodicidad quincenal. Las sesiones se estructuran en una primera parte de exposición teórica (30 minutos) y el resto para resolución de dudas e intercambio de experiencias entre los asistentes. En ellas se utilizan como materiales de apoyo calendarios recordatorios para entregar a cuidadores, diapositivas y transparencias. Al final de las 10 sesiones se les ofrece la posibilidad de realizar posteriores sesiones con otros temas no tratados y que pueden inquietarles ahora o en el futuro. Se utilizan los siguientes sistemas de registro: ficha del enfermo, ficha del cuidador, test de Zarit I y APGAR familiar, hojas de registro de asistencia y de grado de participación. La evaluación se realiza mediante la valoración de las hojas de asistencia y de grado de participación y con una entrevista posterior en la que se vuelve a administrar el test de Zarit I y APGAR familiar. Se intenta integrar el trabajo asistencial (en el centro y en el domicilio) con el trabajo realizado en el grupo, tratando individualmente cada caso con el equipo de Atención Primaria.

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

(68) LA MEDICINA DE LA COCINA

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

Resumen

Dado el interés suscitado en la zona de salud por el curso de cocina realizado para amos de casa —«Come bien aunque vivas solo, de momento»— y habiendo motivado a las mujeres previamente tanto a través de la consulta como del grupo de gimnasia de mantenimiento, se plantea la realización de un taller de nutrición y cocina dirigido a mujeres. El taller, con el que se pretende que conozcan la importancia de una correcta alimentación para la prevención de enfermedades cardiovasculares, se desarrolla a lo largo de 5 sesiones. La primera de ellas es de toma de contacto y tiene lugar en la biblioteca con apoyo de transparencias y diapositivas; en ella se analizan la importancia de una correcta alimentación y de la práctica del ejercicio físico como factores determinantes de enfermedades como la hipertensión o la diabetes. En las 4 sesiones restantes se realiza un taller práctico para el desarrollo de habilidades sanitariamente correctas para el manejo de productos de consumo habitual en la zona. Dicho taller se realiza en un local habilitado a tales efectos con cocina, encimera y pila de fregar. El proyecto es financiado por el Ayuntamiento y la Diputación a través del centro de acción social. Hay que señalar que el grupo de mujeres de gimnasia de mantenimiento colabora en la dinamización del proyecto.

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



(69) EDUCACIÓN EN LA MENOPAUSIA

Dirección de contacto: Pilar López Rogel. Centro de Salud San Andrés II. C/ Alberto Palacios, 20. 28021 Madrid.
Tel.: 91 797 28 84

Resumen

La menopausia es un proceso que implica cambios en la mujer y que, generalmente, afecta a su estado emocional. Esta actividad grupal se pone en marcha en 2000 y las profesionales que lo hacen parten de la convicción de que las alteraciones que se derivan de este proceso pueden ser aliviadas con una estrategia adecuada de información y educación al colectivo de mujeres en edades comprendidas entre los 45 y los 50 años. La intervención educativa se realiza con los siguientes objetivos: 1) transmitir conocimientos básicos sobre la biología y los problemas de salud ligados al envejecimiento; 2) desmitificar tabúes con respecto a la menopausia; 3) favorecer actitudes positivas y habilidades personales que permitan adaptarse mejor a esta etapa; 4) despertar en las mujeres el interés por la propia salud, y 5) fomentar la autonomía personal y las relaciones sociales significativas. La captación se realiza en las consultas de medicina y enfermería así como a través de carteles informativos colocados en el centro en los que se invita a las mujeres a participar en las sesiones informativas. Una vez formado el grupo, se imparten cuatro talleres grupales de 90 minutos durante 4 semanas seguidas, con una metodología teórico-práctica que incluye charla-coloquio, tormenta de ideas, demostración con entrenamiento, lectura con discusión, rejilla, técnicas de relajación y ejercicios prácticos. La evaluación se realiza mediante cuestionarios de conocimientos y actitudes al inicio y al final del curso. Asimismo, se realiza observación sistemática de cada sesión y se registra el clima y las reflexiones de las mujeres. Por último, se efectúa un seguimiento posterior del grupo en el transcurso de un nuevo taller de relajación en el que participan las mismas mujeres y en el que a su vez se refuerzan los cambios positivos en conocimientos y actitudes. El curso se viene realizando en los últimos tres años con una participación de 15 a 18 mujeres cada año.

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

(70) EDUCACIÓN PARA LA SALUD CON MUJERES DE ALFABETIZACIÓN

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 dos 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. Tras la solicitud por parte del propio grupo para que se traten temas relacionados con la salud durante todo el año, las dos enfermeras responsables han diseñado un «curso de salud» para impartir a lo largo de un curso escolar.

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



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A PERSONAS MAYORES

(71) DIÁLOGOS 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

(72) ANCIANOS APOYANDO A ANCIANOS EVALUACIÓN 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



(73) SALUD BUCODENTAL EN GERIATRÍA

Dirección de contacto: Fco. Javier Pascual Codeso. Centro de Salud San Benito. Los Cedros, Portal 1.º, 5.ºB. 11405 Jerez de la Frontera (Cádiz).
Tel.: 956 18 60 42. E-mail: 5pascodeso7@hotmail.com

Resumen

En el Distrito Sanitario Jerez-Costa Noroeste de Cádiz se ha creado una unidad clínica de atención a discapacitados y a mayores de 64 años (gerontología), dado que son dos colectivos muy olvidados por la sociedad en general. El porcentaje de personas mayores de 64 años que acuden al Distrito Sanitario por cualquier consulta odontoestomatológica es de un 22%. Es por ello que el equipo de trabajo que desarrolla esta actividad ha priorizado las actuaciones con este colectivo con el objetivo de garantizar su derecho a la salud. 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. Aunque la «estrella» del programa sea el diagnóstico precoz del cáncer oral, la mayoría de los pacientes mayores de 64 años presentan una serie de necesidades en materia odontoestomatológica que es necesario abordar. Las patologías detectadas más frecuentemente en este colectivo son las siguientes: obturaciones en cuellos dentales, periodontopatías, edentulismo parcial o total y lesiones en tejidos blandos, tanto traumáticas como infecciosas. Para el desarrollo del programa se informa al personal sanitario de los centros de salud 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. 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. Hay que señalar que el programa, tras esta experiencia pionera se ha convertido en referencia y se está instaurando en algunas provincias de otras Comunidades Autónomas.

Palabras clave: Intervención, salud bucodental, cáncer

(74) ACTIVACIÓN 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



(75) CLUB 60. UNA NUEVA AVENTURA

Dirección de contacto: Fernanda Blanco. Centro de Medicina Familiar San Jorge. 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

Es sabido que la realización de una actividad física regular brinda numerosos beneficios para la salud de las personas, también es sabido que la actividad comunitaria forma parte del trabajo diario del médico de familia. En esta experiencia se trata de integrar estas dos actividades. Por otra parte, 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. Las reuniones se celebran dos veces por semana en el Centro de Medicina Comunitaria y el grupo no excede las 20 personas. En palabras de sus responsables: «... actualmente nos juntamos todos a realizar las actividades del Club 60 dos veces a la semana, donde compartimos ideas, sugerencias y por qué no decirlo, donde aprendemos y nos divertimos todos juntos, todos los que tenemos algo porque reír y continuar así caminando esta nueva aventura».

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

(76) 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



(77) PROGRAMA PARA LA REHABILITACIÓN 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: jgmedel@semj.es

Resumen

Desde hace unos 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. 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

(78) 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



(79) 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 periodo 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

(80) 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.ªA. 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



(81) INVESTIGACIÓN-ACCIÓN-PARTICIPACIÓN SOBRE LA ATENCIÓN 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. Esta actividad ha finalizado con la elaboración de un informe que ha sido divulgado a los medios de comunicación, así como a todos los movimientos sociales y administraciones sanitarias. Existe abundante información y documentación de la misma que está a disposición de cualquier persona interesada.

Palabras clave: Investigación, acción intersectorial, calidad asistencial

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A POBLACIÓN ESPECÍFICA

(82) ATENCIÓN BUCODENTAL A PERSONAS DISCAPACITADAS

Dirección de contacto: Fco. Javier Pascual Codeso. Centro de Salud San Benito. Los Cedros, Portal 1.º, 5.ºB. 11405 Jerez de la Frontera (Cádiz).
Tel.: 956 18 60 42. E-mail: 5pascodeso7@hotmail.com

Resumen

En el Distrito Sanitario Jerez-Costa Noroeste de Cádiz se viene desarrollando desde hace 4 años un programa integral de rehabilitación odontoestomatológica médico-quirúrgica, a un colectivo de pacientes con necesidades especiales, debido a que son personas con discapacidades tanto psíquicas, físicas y/o sensoriales. A los pacientes se les hospitaliza y se utiliza la técnica de anestesia general para poder realizar los tratamientos odontoestomatológicos requeridos. La terapéutica efectuada desde la cartera de servicio va desde la puesta tópica-sistémica de flúor hasta la realización de cirugía oral y/o maxilofacial requerida, además de los tratamientos conservadores rehabilitadores que se consideran oportunos y que pueden tener éxito a largo plazo. Hay que señalar que el equipo de trabajo que desarrolla esta actividad es pionero en Andalucía en la realización de este programa. Se ha habilitado un quirófano en un hospital público con todas las técnicas y medidas necesarias para el manejo y trato de estos pacientes. También se efectúan cursos de formación de personal especializado y auxiliar para conseguir los mejores resultados. Hasta el momento se ha tratado a 280 pacientes con las siguientes patologías: autismo, parálisis cerebral, síndrome de Down, Alzheimer, etc. Todos los pacientes son revisados cada 6 meses por su odontoestomatólogo de cupo o por nuestro equipo de trabajo en la consulta externa del hospital, siendo hasta el momento los resultados excelentes. El equipo de trabajo señala que no solamente mejora la salud bucodental de las personas sometidas a la intervención, sino que de manera visible se observa la gran satisfacción que produce a sus familiares, que por fin ven resuelto un problema de salud y una reivindicación en muchos casos ya antigua, quedando plenamente justificado el programa.

Palabras clave: Intervención, salud bucodental



(83) TALLER DE SEXUALIDAD PARA DISCAPACITADOS PSÍQUICOS

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 cinco 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 supone un reto para todo el equipo.

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

(84) 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. En la actualidad los responsables de la actividad, tras cierto desánimo detectado en la evaluación en lo referido al método, están haciendo un replanteamiento de la misma para mejorarla. Se introducirán cambios tales como hacer los grupos más pequeños, disminuir las horas de exposición teórica y aumentar el uso de técnicas participativas.

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



(85) INTERVENCIÓN EDUCATIVA CON INMIGRANTES

Dirección de contacto: María Elena Martín Ramos. Centro de Salud Vicente Soldevilla. C/ Sierra de Alquife, 8. 28018 Madrid.
Tel.: 91 478 00 04. Fax: 91 477 50 99. E-mail: jrodriguez@gapm01.insalud.es

Resumen

El objetivo general de esta actividad es favorecer la creación de un espacio de diálogo, encuentro y enriquecimiento cultural en el Distrito de Puente de Vallecas (Madrid) para facilitar el uso de recursos sanitarios a las personas inmigrantes. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) proporcionar información sobre el sistema sanitario español; 2) informar con respecto al uso adecuado de los servicios sanitarios, y 3) dar a conocer los programas de la mujer y del niño sano. Para ello, en primera instancia se convocó a través de la mediadora social del Centro de servicios sociales a todas las mujeres de origen extranjero residentes en el distrito, lo cual dio lugar a la formación de un grupo de 15 mujeres de nacionalidades magrebí, ecuatoriana y colombiana. Se desarrollaron un total de seis sesiones de 2 horas de duración, con servicio de traducción al árabe y con los siguientes contenidos: atención sanitaria en los países de origen y en España, documentación necesaria para acceder al sistema sanitario público y a los distintos profesionales del centro de salud, actitudes y habilidades en relación al cuidado de los niños con especial énfasis en actuaciones preventivas y, por último, actitudes preventivas en la salud de la mujer. La metodología utilizada incluye exposiciones teóricas seguidas de debate, tormenta de ideas y recuerdo de contenidos de sesiones anteriores apoyadas por documentación impresa y material de muestra (envases de anticonceptivos, envases de alimentos infantiles, etc.). La evaluación se realizó de forma continua a lo largo de todas las sesiones; asimismo, se administró una encuesta de satisfacción.

Palabras clave: Inmigrantes, Acción intersectorial, trabajo con grupos

(86) GRUPO DE APOYO PARA FUMADORES DISMINUIDOS PSÍQUICOS

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

Resumen

La actividad va dirigida a trabajadores del centro TOPROMI (Taller ocupacional para la promoción de minusválidos) y se pone en marcha a demanda de un grupo de disminuidos psíquicos que pide ayuda al centro de salud para dejar de fumar. El objetivo es por tanto ofrecer el apoyo y las estrategias necesarias a los fumadores que quieren dejarlo. Como objetivo específico se plantea conseguir que dejen de fumar el máximo número de participantes o bien la reducción tabáquica en un 50% del consumo inicial. Para ello, se hace una presentación grupal de la actividad a las personas que quieren dejar de fumar, junto a sus padres y monitores del taller, para obtener el apoyo de estos últimos. Posteriormente, se realizan entrevistas personales a los fumadores para poder hacer una valoración y planificación individualizada. Se utiliza una hoja de recogida de datos, un cuestionario de dependencia a la nicotina (test de Fagestrom) y un cuestionario de motivación para fumadores (test de Russell). Se llevan a cabo un total de 6 sesiones de una hora de duración cada una de ellas. En las sesiones se trabajan los siguientes contenidos: el proceso de dejar de fumar, beneficios, motivos por los que se fuma y por los cuales se quiere dejar, dificultades para dejarlo, situaciones de peligro y estrategias y, por último, aprendizaje de técnicas de relajación. Los materiales utilizados son transparencias, diapositivas, coxímetro, hojas informativas y carnet de registro del hábito tabáquico. La intervención se evaluará al mes y a los 3, 6 y 12 meses.

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



(87) TALLER SOBRE SALUD Y SERVICIOS SANITARIOS

Dirección de contacto: Juan Luis Ruiz-Giménez Aguilar. Centro de Salud Vicente Soldevilla / Federación de Asociaciones para la Defensa de la Sanidad Pública. C/ Arroyo de la Media Legua, 29, local 49. 28030 Madrid.
Tel.: 91 333 90 87. Fax: 91 437 75 06. E-mail: fadspu@teleline.es

Resumen

Con el desarrollo de esta actividad se pretende contribuir a la capacitación de los líderes de las asociaciones de vecinos en temas de salud, servicios sanitarios y participación comunitaria. Sus objetivos específicos son los siguientes: 1) analizar el proceso salud-enfermedad así como sus determinantes y las desigualdades de salud existentes; 2) conocer los diferentes modelos de atención a la salud y la organización de los servicios sanitarios en Madrid; 3) profundizar en el conocimiento de los procesos de participación e intervención comunitaria en salud; 4) adquirir habilidades para la autorresponsabilidad, dinamización, sensibilización y organización comunitaria en salud, la mejora en la calidad de los servicios sanitarios públicos y la participación en los consejos de salud, y 5) promover actitudes participativas, responsables, reflexivas y solidarias. Los contenidos del taller son los siguientes: a) concepto de salud, enfermedad y sus determinantes; b) características del estado de salud en la población de la Comunidad de Madrid (CAM) y análisis de las desigualdades; c) planes y programas de salud de la CAM; d) modelo de atención a la salud de la CAM; e) evaluación de los servicios de salud, principales problemas y sus factores causales (listas de espera, información incompleta, trato incorrecto, descoordinación entre niveles y servicios...), y f) participación comunitaria en salud, características, legislación, principales instrumentos, derechos y deberes de los ciudadanos y consejos de salud. La metodología utilizada es la del aprendizaje significativo, se parte de la experiencia de los participantes y se propicia un espacio participativo de debate y reflexión colectiva. Se usan las técnicas de rejilla, caso, exposiciones, debate y lectura de textos y se facilitan materiales didácticos. La evaluación se realiza mediante cuestionario, observación y valoración de la asistencia.

Palabras clave: Promoción de salud, asociaciones, trabajo con grupos

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A PROFESIONALES

(88) 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 dos 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



(89) PROYECTO EDUCATIVO EN EL ÁMBITO 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. La participación y el interés por parte de los profesores es muy elevada.

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

(90) CURSO DE AUTOCONOCIMIENTO PARA EL CAMBIO, SALUD Y RELACIONES HUMANAS

Dirección de contacto: Consuelo Ruiz-Jarabo Quemada. Centro de Salud Vicente Soldevilla / Federación de Asociaciones para la Defensa de la Sanidad Pública. C/ Arroyo de la Media Legua, 29, local 49. 28030 Madrid.
Tel.: 91 333 90 87. Fax: 91 437 75 06. E-mail: fadspu@teletel.es

Resumen

Muchas de las mujeres que acuden a las consultas de Atención Primaria presentan síntomas inespecíficos y crónicos: cansancio, dolores generalizados, estados depresivos, ansiedad, etc. Los y las profesionales sanitarios no saben cómo abordar estos problemas y buscan infructuosamente una etiología orgánica, por lo que frecuentemente se producen derivaciones innecesarias, o fomentan la dependencia farmacológica. Dichas personas no suelen responder o sólo lo hacen parcialmente a los tratamientos habituales. En nuestro país, tal y como están planteados tanto el sistema sanitario como la formación, resulta muy difícil atender adecuadamente sintomatologías como las descritas, cuando son manifestaciones de conflictos internos relacionado en muchos casos con el género. Esta actividad educativa grupal va dirigida a los profesionales sanitarios de Atención Primaria (trabajadoras sociales, enfermeras, matronas, médicas/os) con los siguientes objetivos: 1) facilitar un replanteamiento de conceptos teóricos, actitudes y comportamientos a partir del análisis de las vivencias de la población atendida; 2) capacitar para el desarrollo de programas estructurados de «autoconocimiento para el cambio» a llevar a cabo en los centros de salud con usuarios/as, y 3) ampliar conocimientos en una línea de formación continuada. La metodología utilizada en el curso es didáctica-vivencial; se parte de la experiencia vivencial a través de ejercicios sencillos que permiten la autoescucha para posteriormente desarrollar los conceptos teóricos. Además se realizan alternativamente intercambios en pequeños grupos y en el grupo general. La evaluación se realiza mediante cuestionario individual final. Se valorará asimismo la asistencia y la participación.

Palabras clave: Formación continuada, trabajo con grupos, género



ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN

(91) EDUCACIÓN PARA LA SALUD GRUPAL EN DESHABITUACIÓN TABÁQUICA

Dirección de contacto: Isabel Vizcaíno 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

(92) FORO DE MINORÍAS 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: jgmedel@semj.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



(93) SANT JUST ¿ENCARA FUMES? (SANT JUST ¿TODAVÍA FUMAS?)

Dirección de contacto: Silvia Granollers Mercader. Centro de Atención Primaria Sant Just. Industria, s/n. 08960 Sant Just Desvern (Barcelona).
Tel.: 93 473 32 50. Fax: 93 419 94 75. E-mail: sgranollers@inicia.es

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 docentes. 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 tabaquismo en el centro de salud y en empresas locales que lo desean. En la segunda etapa de este proyecto, además de seguir con las actividades comunitarias, se ha incidido especialmente en los adolescentes: taller de tabaquismo, concursos, etc. Actualmente desde el centro de salud se sigue ofreciendo tratamiento del tabaquismo y organizando actividades comunitarias como la «semana sin humo».

Palabras clave: Acción intersectorial, tabaco, intervención

(94) 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



(95) 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

(96) 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



(97) 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.º C. 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 cada uno de estos problemas el equipo que lleva a cabo la actividad se plantea 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 esta se mueve. Así por ejemplo para el abordaje del alcoholismo de la población adulta y anciana se han tenido en cuenta los siguientes factores: 1) la ingesta de elevadas cantidades de vino (de 1 a 3 litros al día) en muchas ocasiones servía para completar las necesidades energéticas del trabajador; 2) el interés económico, cultural y gastronómico que representa el vino en la zona, y 3) la deficiente apreciación de los caracteres que ayudan a categorizar el vino (color, olor, sabor...) dado que habitualmente éste se tomaba en las tabernas en latas de pescado. Así, se puso en marcha la realización de una «Cata-concurso de vinos de la Sierra de Francia», que ya va por su octava edición, con la hipótesis de que un aprendizaje en la cata de vino podría disminuir de manera significativa su ingesta. La jornada de cata se compone de dos actividades: concurso de diferentes vinos de los pueblos de la zona de salud, agrupados por enólogos catadores traídos de la capital o de la estación enológica de Rivera del Duero y un taller para aprender o mejorar los fundamentos de la cata de vino. En el concurso colaboran el ayuntamiento, la cooperativa hortofrutícola y la bodega cooperativa y al final de la jornada se entregan trofeos para tinto y clarete y se cierra con una actuación musical. Otras actividades realizadas en los últimos años son talleres para el buen uso de los productos fito-sanitarios en colaboración con empresas de protección y seguridad en el trabajo y el despistaje de las personas con trastornos depresivos y fobias sociales que utilizan el vino como tratamiento de su dolencia. Para el grupo de jóvenes bebedores de fin de semana se organizan, en colaboración con la escuela taller, sesiones de salud, en las que, entre otras cosas, se aprende a conocer el valor de la publicidad sobre el alcohol y a defenderse de la presión del grupo a través del psicodrama.

Palabras clave: Acción intersectorial, promoción de salud, alimentación

(98) PLAN DE DIVULGACIÓN DE NOCIONES BÁSICAS 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
E-mail: bonavista@saptarra.scs.ess

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



(99) PLAN COMUNITARIO DISTRITO QUINTO

Dirección de contacto: Enrique Castro Sanjurjo. Asociación Comunitaria Distrito Quinto/ CS de Labañou. Centro de Salud. Perpendicular a C/ Colombia, s/n. 15011 A Coruña.
Tel.: 981 27 70 92. E-mail: ascodi@jazzfree.com

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 y refuerzo educativo» consistente en prevenir el abandono escolar entre jóvenes y adolescentes en riesgo social; «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, revista comunitaria «Disquedin», 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 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. Hay que reseñar el desarrollo del convenio con el ayuntamiento y con el «Plan Galicia sobre Drogas».

Palabras clave: Planes, acción intersectorial, asociaciones

(100) 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@tiscali.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 anti-social, problemas todos ellos de gran trascendencia en la comunidad. El objetivo del programa es aplicar en el ámbito de la Atención Primaria 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. Durante el período 2001-2002 se trataron 32 nuevos casos y se realizaron 203 consultas individuales, siendo los principales cuadros observados los siguientes: trastornos de ansiedad, depresiones, trastornos de la personalidad y neuropsicológicos como las demencias y trastornos desadaptativos que surgen en el ámbito laboral. Al respecto del último problema está en proyecto realizar un trabajo recopilatorio de los problemas relativos al ámbito laboral observados en los seis últimos años. Los pacientes son remitidos desde cualquier punto de la zona básica de salud por los médicos/as de medicina general o por los pediatras. 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, aunque sería necesario intervenir con campañas informativas a nivel poblacional y sería de gran utilidad la participación del colectivo de enfermería.

Palabras clave: Apoyo psicológico, trabajo con grupos, intervención



(101) YO TE INFORMO, TÚ 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 drogado dependencias. 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 drogado dependencias.

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

(102) EDUCACIÓN DE HIGIENE POSTURAL Y RECOMENDACIÓN DE EJERCICIO FÍSICO

Dirección de contacto: M.ª Teresa Torras Bernáldez. 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. 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



(103) 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. E-mail: jluis@nodo.org

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 movilizado recursos comunitarios que han generado mejoras en la dotación de recursos sociosanitarios para el barrio.

Palabras clave: Consejo de salud, acción intersectorial, asociaciones

(104) 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.: 98 514 86 19. Fax: 98 538 77 95. E-mail: edpalacios@telecable.es

Resumen

Este proyecto, que lleva tres 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 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. En la actualidad, el proyecto continúa con acciones en la consulta médica y de enfermería y con el programa de intervención grupal «Ayudar a dejar de fumar». Asimismo, desde el centro de salud se colabora en las campañas de la Comunidad Autónoma y del Ayuntamiento.

Palabras clave: Acción intersectorial, medios de comunicación, tabaco



(105) 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

(106) 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: edpalacios@telecable.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, dónde 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. En mayo de 2002 se celebró la IX Jornada de la Salud en la que participaron, como en años anteriores, diversos colectivos, asociaciones, e instituciones sociales y educativas. El lema escogido, y que resume el contenido del trabajo desarrollado, fue «Aliméntate, disfruta, convive». Los alumnos de los dos centros escolares elaboraron un «Decálogo para la buena convivencia» y carteles con este contenido que se expusieron en el centro municipal. Dirigidas a los adultos se celebraron charlas durante todo el mes sobre diversos temas, finalizando el 31 de mayo con actividades de calle, lectura pública del decálogo y comida campestre para todos los vecinos.

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



(107) 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: edpalacios@telecable.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, dónde 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. El Consejo 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

(108) NUEVO ENFOQUE DE LA SALUD MENTAL DESDE LA ATENCIÓN 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@saptarra.scs.ess

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); 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. Durante 2002 se ha realizado el análisis de los datos recogidos por los docentes sobre factores de riesgo en la población escolarizada entre 3 y 16 años durante el curso 00/01. El objetivo de este análisis es la detección de factores de riesgo de conflictos o trastornos mentales para poder intervenir precozmente y evitar trastornos psicosociales más graves en un futuro. Se han utilizado variables socio-demográficas y psicosociales del protocolo de Salud Mental Infantil y Juvenil del Departamento de Sanidad. Los tutores han recogido los factores de riesgo y las señales de alarma psicopatológicas de sus alumnos observados durante el período de seguimiento de un curso escolar. Se han recogido datos de 1.344 niños (80% del total de matriculados), detectándose un 33% de riesgo psicopatológico y un 22% en situación de riesgo grave y muy grave. Se observa asimismo un incremento proporcional del riesgo en función de la edad. El factor de riesgo más frecuente es el temperamento difícil, y como señal de alarma lo son los trastornos afectivos. En vista de los resultados, se intervendrá desde dos vertientes, por un lado mediante planes de intervención individualizados e intersectoriales para abordar las problemáticas específicas y, por otro lado, estudiando la viabilidad de un plan global de intervención en actividades preventivas.

Palabras clave: Salud mental, acción intersectorial, investigación



(109) PROGRAMA COMUNITARIO DE EDUCACIÓN 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@saptarra.scs.ess

Resumen

El programa está estructurado en dos fases, en una primera se ha llevado a cabo un amplio estudio en el que se han utilizado indicadores de tipo socioeconómico, demográfico, etc., con el fin de caracterizar a la población de referencia del Área Básica (en torno a 14.000 habitantes), se ha estudiado la estructura comunitaria mediante la identificación de la red asociativa y de los modelos relacionales intergrupales y se han explorado aspectos tales como la identidad cultural, el sentimiento de pertenencia a la comunidad, etc. En una segunda fase, tras un proceso de priorización, se ha diseñado la intervención. Algunos de los resultados obtenidos en la primera fase muestran como elementos «clave» para la intervención (por ejemplo, el hecho de que se dé una alta sensibilización por parte de los escolares con respecto a la problemática del consumo de drogas en su entorno social, sumado a la propia percepción de los profesionales sanitarios, relativa al hecho de que el consumo de alcohol es elevado entre la población atendida en el centro). De esta manera, el Comité de Salud del barrio priorizó la intervención sobre el consumo y venta de drogas (tanto legales como ilegales), sobre salud mental y sobre sexualidad. Se han elaborado tres proyectos principales: Plan de prevención de las drogodependencias en la escuela, Plan de divulgación sobre nociones básicas de salud integral y Plan de dinamización de la comunidad en torno a la salud. Otros proyectos llevados a cabo son los siguientes: «Jornadas de puertas abiertas», «Salud y ocio», «Salud y voluntariado» y «Salud y grupos de riesgo socio-sanitario». 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. Tras unos años de fuerte incidencia sobre drogodependencias, no existe tanta presión con este tema dado que fue 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

(110) GRUPOS PSICOEDUCATIVOS DE RELAJACIÓN

Dirección de contacto: Milagros Tirado. Centro de Salud San Andrés Torcal. C/ José Palanca, s/n. 29003 Málaga.
Tels.: 95 233 08 00/04

Resumen

El objetivo de esta actividad es ofertar tratamientos con técnicas de relajación a los pacientes que se pueden beneficiar de ellas y que presentan los siguientes trastornos: somatoformes, ansiedad generalizada, distimias o fibromialgia. Para ello, en primer lugar se identifican en consulta tanto médica como de enfermería a los pacientes que presentan estas problemáticas y se les administra un test para la medición del nivel de estrés. Una vez formados los grupos se realizan 5 sesiones fundamentalmente prácticas en las que se efectúa el aprendizaje de técnicas de relajación. La actividad grupal está integrada en las actividades propias del centro, mediante la liberación de un módulo semanal de dos horas para cada enfermera. La actividad se evalúa mediante cuestionario.

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



(111) PLAN COMUNITARIO

Dirección de contacto: M.ª Teresa Lorca Serralta. Centro de Salud Getafe. Sector III. C/ Descubrimiento, 11. 28025 Getafe (Madrid).
Tel.: 91 695 32 26. Fax: 91 683 18 46

Resumen

En marzo de 2000, profesionales de distintos ámbitos —ayuntamiento, Cáritas, parroquia y centro de salud— del barrio Cerro Buenavista de Getafe coincidieron en la necesidad de establecer mecanismos de coordinación permanentes que permitieran abordar de una forma integrada los problemas detectados en el barrio. Se creó una estructura de participación comunitaria formada por el tejido social del barrio y por profesionales de los campos de educación, servicios sociales, juventud y salud junto al responsable del centro cívico. Los objetivos del Plan Comunitario son los siguientes: 1) favorecer la coordinación entre las distintas administraciones públicas establecidas en el barrio y sus profesionales para abordar de forma conjunta los problemas y de esa manera rentabilizar mejor los recursos y dar respuestas más eficaces a las necesidades detectadas; 2) crear una red de información; 3) hacer un análisis conjunto de la realidad del barrio, y 4) fomentar la participación ciudadana en la mejora de la calidad de vida en el barrio. Se llevan a cabo reuniones mensuales, de dos horas de duración, con un orden del día previo y se levanta acta de cada reunión. En estas reuniones se evalúa cada proyecto realizado y se realiza el seguimiento y supervisión de los objetivos. Entre marzo de 2000 y marzo de 2002 se han realizado, entre otras, las siguientes actividades: 1) definición del proyecto «Plan Comunitario»; 2) estudio de los recursos del barrio; 3) análisis conjunto de la realidad de barrio; 4) análisis de la realidad educativa del barrio; 5) desarrollo de los proyectos de ámbito educativo «Alternativas de ocio para 3.º de Educación Secundaria Obligatoria (ESO)» y «Animación a la lectura para 1.º de ESO»; 6) exposición de los programas sociosanitarios que se llevan a cabo en las diferentes instituciones; 7) apertura de la biblioteca pública del barrio, y 8) abordaje del problema de la emisión de radiaciones electromagnéticas por antenas de telefonía móvil. El Plan Comunitario ha sido presentado a las concejalías del área social y de cultura de ayuntamiento. El grupo de trabajo, que se ha consolidado y ha elaborado su 1.ª memoria en junio de 2002, considera que éste es un proyecto consolidado y está dispuesto a seguir trabajando.

Palabras clave: acción intersectorial, planes, promoción de salud

(112) LA SALUD ENTRE MOTOS Y COCHES

Dirección de contacto: Felipe Rejero Cantigoso. Centro de Salud Potes. C/ Bohemios, 13, 10.ºD. 28041 Madrid.
Tel.: 91 317 98 48. Fax: 91 460 98 53

Resumen

Los distritos de Villaverde, Usera y Carabanchel constituyen una zona de Madrid que cuenta con una población que durante los últimos 50 años ha estado relacionada en su mayor parte con las fábricas de automóviles y sus servicios auxiliares. La zona presenta una alta tasa de siniestralidad por tráfico y con esta actividad se pretende extender la educación vial los grupos sociales de mayor riesgo adecuando la metodología a sus características. Desde el «Día sin coches» de 2000 se han establecido sesiones de coordinación territorial con el fin de analizar experiencias educativas y establecer prioridades en materia de educación vial en la zona. Participan entidades como la Dirección General de Tráfico, policía municipal, entidades aseguradoras y colegio de médicos. Asimismo, participan profesionales de la zona, de los sectores de salud (Atención Primaria y especializada) y de educación y asociaciones de enfermos y discapacitados y de vecinos. Entre las actividades priorizadas se encuentran las dirigidas a niños hiperactivos, a jóvenes de compensatoria y mensajerías, a adultos gitanos y extranjeros alumnos de los cursos para la obtención del permiso de conducir y, por último, a centros de mayores. Se han realizado las siguientes actividades: conferencias sobre el tema en centros de formación de enfermos y discapacitados, exposiciones de carteles y representaciones de teatro en los centros culturales y exposición de carteles didácticos referidos a acontecimientos locales en diversos lugares de encuentro (guarderías, centro de salud, centros docentes, centros de mayores y culturales, asociaciones de vecinos e iglesias). En estos dos años se han ido incorporando más entidades y se ha extendido la educación vial a escuelas infantiles y de primaria, institutos, talleres preelaborales, educación especial, centros de mayores y asociaciones de discapacitados motóricos y alcohólicos rehabilitados.

Palabras clave: Educación vial, promoción de salud, acción intersectorial



(113) PROGRAMA ANTITABACO

Dirección de contacto: José Manuel Aranda Regules. Distrito Málaga/PROSA. Centro de Salud San Andrés Torcal. C/ José Palanca, s/n. 29003 Málaga. Tels.: 95 233 08 00/04. E-mail: regules@samfyc.es

Resumen

Esta actividad se lleva a cabo en todos los centros de salud del Distrito Málaga y su objetivo es ofertar tratamiento del tabaquismo a las personas fumadoras ajustado a su estado de cambio. Las acciones que se llevan a cabo son las siguientes: 1) identificación y registro de los fumadores; 2) consejo mínimo en estadios pre contemplativos y contemplativos; 3) terapia individual y grupal en estadios de preparación para la acción y acción; 4) seguimiento de los ex fumadores; 5) investigación de resultados, y 6) formación de profesionales. Los materiales utilizados son los ofertados por la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía y por el Comisionado de la Droga; se utilizan materiales específicos para embarazadas (vídeo y folletos). Hay que señalar que se ha firmado un convenio por el cual la organización no gubernamental PROSA (Promoción Social en Acción) oferta sus servicios que incluyen apoyo de psicólogos especializados en el tema para la implantación, así como apoyo al programa en el Distrito Málaga. Además, desde enero de 2001 se está llevando a cabo el estudio «Tabaco y embarazo: integración de un programa de intervención antitabaco para embarazadas en el sistema público de Atención Primaria» en 12 centros de salud de Málaga. Para su diseño, coordinación y realización se ha constituido un grupo de investigación formado por profesionales de la salud (matronas, médicos, psicólogos) que desarrollan su actividad en instituciones públicas (Servicio Andaluz de Salud, Universidad de Málaga, Universidad de Granada) y no gubernamentales (asociación PROSA).

Palabras clave: Tabaco, apoyo psicológico, promoción de salud

Para adscribirse a la Red de Actividades Comunitarias, envía el cuestionario que encontrarás al final de estas páginas a:

Secretaría del PACAP
C/ Arriola, 4, bajo D
18001 Granada
E-mail: pacap@samfyc.es
Web: <http://www.semfyc/pacap>