

# El valor de un trabajo compartido y unificado en un distrito sanitario. «Talleres de alimentación y nutrición: comer bien para vivir mejor»

## Autoras:

Ángeles Palacios Pérez, Gema Martínez Palacios, M.ª Ángeles Alcalá del Olmo, Mercedes Martínez Abad, Leonor Molina Alameda, M.ª Luisa Muñoz Balsa. SERMAS, Dirección Asistencial Oeste de Atención Primaria. Centros de Salud de Alcorcón: CS La Rivota, CS Gregorio Marañón, CS Dr. Trueta, CS Ramón y Cajal y CS Laín Entralgo

## Para contactar:

Ángeles Palacios Pérez  
apalacios.gapm08@salud.madrid.org

## Resumen

Presentamos el proceso de diseño y desarrollo de los «Talleres de alimentación y nutrición: comer bien para vivir mejor» como una intervención comunitaria compartida por los siete centros de salud del municipio de Alcorcón (Sudoeste de Madrid).

Estos talleres forman parte del Programa Mayores Salud: proyecto de colaboración conjunta de las instituciones de la administración local y autonómica. Se trata de un programa dirigido a mayores de 60 años cuyo objetivo general es promover el envejecimiento activo y saludable.

La Atención Primaria (AP), con el objetivo específico de fomentar patrones de conducta saludables en todas las esferas de la vida y, también, en la alimentación y nutrición, constituye un grupo de trabajo –en marzo de 2009– con profesionales de los diversos centros de salud del municipio, encargado de realizar el diseño y la organización de estos talleres desde una línea de intervención compartida, un trabajo unificado, la colaboración y la puesta en común y ofertándose a la población con libre elección de centro de salud para la asistencia.

Durante el período de junio de 2009 a junio de 2011 se realizaron un total de 90 talleres, que tuvieron una participación de 820 asistentes.

## Introducción

Existen evidencias científicas de la efectividad de las intervenciones grupales en educación para la salud (EPS)<sup>1,2</sup>, y en concreto en relación con la alimentación saludable hay múltiples intervenciones dentro de programas comunitarios de prevención y abordaje de factores de riesgo cardiovascular<sup>3,4</sup>.

Los «Talleres de alimentación y nutrición: comer bien para vivir mejor» representan una innovación en las actividades preventivas de EPS, ya que las intervenciones de EPS grupales en el

ámbito de la AP son realizadas por los equipos de manera independiente; es decir, cada centro desarrolla y organiza la EPS según su planificación interna, mientras que en este caso el Programa Mayores Salud es un proyecto de las instituciones públicas de la administración local y autonómica del municipio de Alcorcón (Madrid). Participan cuatro instituciones: Servicio Madrileño de Salud, Ayuntamiento de Alcorcón, Comunidad Autónoma de Madrid y Universidad Rey Juan Carlos. Surge en diciembre de 2008 con la idea de desarrollar conjuntamente líneas de intervención dirigidas a mayores de 60 años. La puesta en marcha de esta iniciativa supone un paso más en la línea de colaboración iniciada en los últimos años entre los diversos sectores involucrados en la promoción de los estilos de vida saludables.

Con el objetivo general de promover un envejecimiento activo y saludable a través de la intervención en las áreas bio-psíquico-social, los representantes de las instituciones elaboraron y diseñaron el Programa Mayores Salud. Posteriormente, cada institución, a través de la figura de su representante, se responsabili-

**Palabras clave:** salud, comunitaria, interinstitucional, mayores.

## Summary

*The value of a shared and unified project in a healthcare district: "workshops on food and nutrition: eating well for better living"*

### Abstract

We present the design and development process of the "workshops on food and nutrition: eating well for better living" as a community intervention shared by the seven primary care health centers in Alcorcón (Southeast of Madrid).

These workshops are part of the Seniors Health Program: a joint collaboration project involving local and regional

government bodies. This program is aimed at people aged over 60 with the overall objective "to promote active and healthy aging." Primary Care, within the specific objective "to promote healthy behavior patterns" and to address food and nutrition, is a working group (March 2009) involving all the health centers in the municipality, which will undertake the design and organization of these workshops, from a shared line of intervention, working more closely together, collaboration, reaching consensus and allowing the community to choose which health care centre they wish to use. During the period June 2009–June 2011 there were a total of 90 workshops, with the participation of 820 attendees.

**Keywords:** Health. Community. Interinstitutional. Seniors.

- ▶ Cartel base donde se incorporaron posteriormente las fechas y horarios de realización del taller en cada centro de salud para su difusión en todas las instituciones del Programa Mayores Salud



zó de liderar unas actividades que se incluyeron en el programa final. Este liderazgo supuso ofertar al programa el diseño, los contenidos y puesta en escena, así como los profesionales y los recursos materiales disponibles.

Todas las actividades del programa se impartieron en forma de talleres, seminarios y charlas coloquio que pretendían fomentar la participación. Se programaron teniendo en cuenta el calendario escolar, de octubre a junio, en dos cuatrimestres: octubre-enero y febrero-junio.

Con el objetivo específico de fomentar patrones de conducta saludables, la AP constituyó un grupo de trabajo en marzo de 2009 para elaborar los «Talleres Alimentación y Nutrición: comer bien para vivir mejor». Se organizaron cuatro talleres diferentes con contenidos que abordaban todos los aspectos relevantes de una alimentación saludable:

1. Elección de alimentos: lectura crítica de etiquetas.
2. Manipulación y conservación de los alimentos.
3. Necesidades diferentes, dieta diferente.
4. Guisando sano.

Estos talleres se diseñaron con una metodología activa y participativa<sup>5</sup>, con contenidos flexibles adaptados a las necesidades de los participantes. El programa arrancó definitivamente en junio de 2009.

### Objetivos

- Diseñar una línea de intervención comunitaria compartida entre los siete centros de salud de Alorcón con coordinación autónoma.

- Ampliar la educación sanitaria de nuestros mayores en alimentación y nutrición y en cuidados higiénico-dietéticos.
- Fomentar grupos de encuentro estimulando la participación y la interrelación social<sup>6</sup>.
- Favorecer la formación de agentes comunicadores de salud que actúen en su entorno: familia, amigos, etc.
- Evaluar resultados del grupo y de la actividad durante el período de junio de 2009-junio de 2011.

## Métodos

### Metodología

Desde la AP se quiso mejorar los cuidados en la alimentación de nuestros mayores y se impulsó un proyecto conjunto en el que participaron todos los centros del municipio.

A través del representante de la Dirección Asistencial Oeste de Atención Primaria en el Programa Mayores Salud se articuló la estructura de un grupo de trabajo y de coordinación del proyecto.

En una primera convocatoria con responsables de enfermería, el coordinador presentó el planteamiento del proyecto: crear unos talleres de alimentación y nutrición como intervención conjunta de distrito y uniendo el trabajo de los siete centros de salud del municipio, con la finalidad de sumar intereses, tener un objetivo común, compartir conocimientos y rentabilizar nuestro esfuerzo y nuestro tiempo.

Tras este primer contacto surgieron dos referentes sanitarios (medicina de familia y enfermería) por cada centro, que fueron los integrantes del grupo de trabajo.

El grupo de trabajo se configuró como tal en marzo de 2009 y estaba compuesto por 14 integrantes, todos ellos sanitarios: 12 enfermeras y dos médicos de familia. El coordinador del grupo fue una de las enfermeras.

Planificación del trabajo del grupo:

1. Titular el proyecto.
2. Elegir contenidos.
3. Desarrollar los contenidos.
4. Puesta en común de los contenidos ya elaborados.
5. Puesta en marcha de los talleres.
6. Seguimiento y evaluación continua de la actividad.

Las reuniones mantenidas fueron significativamente más numerosas y frecuentes en el inicio y hasta la configuración y estructuración del trabajo. Merece la pena definir las:

- **Primera reunión (marzo de 2009):** presentación y planteamiento del proyecto de intervención conjunta al grupo de trabajo, tormenta de ideas, con propuestas sobre estructura y organización.
- **Segunda reunión (marzo de 2009):** definición de título («Talleres de alimentación y nutrición: comer para vivir mejor») y de los contenidos, que quedan agrupados por mayoría en cuatro talleres independientes:
  1. Elección de alimentos: lectura crítica de etiquetas.
  2. Manipulación y conservación.
  3. Necesidades diferentes, dieta diferente.
  4. Guisando sano.

Tres de los talleres fueron creados conjuntamente por dos centros de salud y uno lo ideó un solo centro, siendo todos ellos responsables de la selección de contenidos y de la elaboración de las presentaciones.

- **Tercera reunión (abril de 2009):** se estructuró el desarrollo de estos talleres como EPS grupal de centro y para ello se diseñó una evaluación independiente, además de la evaluación protocolizada por el Programa Mayores Salud.
- **Cuarta reunión (mayo de 2009):** se planteó trabajar el registro de la actividad por planes de cuidados y se configuraron los cronogramas de junio. Se acordó que cada centro impartiría el taller que había elaborado.
- **Quinta reunión (junio de 2009):** valoración del primer taller ejecutado.
- **Sexta reunión.** Jornada de puesta en común (septiembre de 2009): con una duración de siete horas, en esta jornada liberada de carga asistencial, el grupo se reunió y cada subgrupo llevó a cabo la presentación del tema confeccionado. Se realizó una valoración conjunta de los trabajos y se hicieron sugerencias de mejora. Se volcaron todos los trabajos a un banco de contenidos compartidos para todos que dieron lugar al intercambio.

A partir de noviembre de 2009 se continuaron haciendo reuniones con el objetivo de realizar: seguimiento, evaluación y propuestas de mejora, así como de información del Programa Mayores Salud.

Las reuniones de grupo tuvieron una duración de 90 minutos, siempre en horario bisagra.

El registro de la actividad se realizó en historia informatizada OMI-AP por Planes de Cuidados de Enfermería.

La evaluación de la actividad se llevó a cabo abordándola desde dos puntos de referencia:

1. Como Programa Mayores Salud a través de las hojas de evaluación unificadas para todas las actividades del programa.
2. Como EPS de centro, con las evaluaciones de intervención grupal.

#### Actores sociales

- El grupo de trabajo: constituido por dos referentes sanitarios de cada uno de los siete centros de salud y la figura de un coordinador de la actividad propuesta desde la Gerencia de Atención Primaria del Área 8 (14 sanitarios).
- La población mayor de 60 años del municipio de Alcorcón a quien va dirigida esta actividad.
- Profesionales de los centros de salud que colaboraron en algunos aspectos del desarrollo del programa como en otras actividades de EPS de centro: celador, auxiliar de enfermería, auxiliares administrativos, director de centro, sanitarios (36 profesionales).

#### Instituciones que intervienen

En el proyecto de los «Talleres alimentación y nutrición: comer bien para vivir mejor» quedan representadas todas las instituciones que integran el Programa Mayores Salud:

- Por el Servicio Madrileño de Salud, la Gerencia de Atención Primaria Área 8 (actualmente, Dirección Asistencial Oeste AP), Hospital Universitario Fundación Alcorcón y Salud Pública del Área 8.
- Por el Ayuntamiento de Alcorcón, sus concejalías.
- Por la Comunidad Autónoma de Madrid, el Centro de Mayores de Alcorcón.
- Por la Universidad Rey Juan Carlos, el vicerrectorado de Política Social, Calidad Ambiental y Universidad Saludable.

#### Proceso de intervención

- **Desarrollo:** el Programa Mayores Salud tiene una programación cuatrimestral. Cada centro

EL REGISTRO DE LA ACTIVIDAD SE REALIZÓ EN HISTORIA INFORMATIZADA OMI-AP POR PLANES DE CUIDADOS DE ENFERMERÍA

de salud imparte los cuatro talleres cada cuatrimestre. El número de sesiones necesarias para desarrollar cada taller es variable y es decisión de los ponentes de cada centro de salud. Las sesiones son formativas: activo-participativas, con casos prácticos. Por término medio, cada sesión es de 90 minutos.

- La población elige el centro de salud donde asistir, hay libre elección de centro para la asistencia, posteriormente los datos de los pacientes se cruzan entre centros para su pertinente registro.
- **Captación:** en consultas y por folletos y carteles del programa que se reparten en todas las instituciones.
- **Recursos:** humanos y materiales de cada centro de salud más espacios físicos del Ayuntamiento de Alcorcón. Se cuenta con el apoyo logístico de la industria farmacéutica.
- El registro de la actividad se realiza en historia clínica OMI-AP o AP-Madrid, por Planes de Cuidados, teniendo diseñado un Plan Estandarizado NIC 5604 enseñanza en grupo y creando un episodio de Alimentación del Adulto, Código CIAPT05.

### Evaluación

- **De la intervención comunitaria:** se realiza a través del formato unificado del Programa Mayores Salud con: a) ficha de evaluación para los participantes (Escala de Likert 1-6): ponentes, contenido, metodología, materiales entregados y satisfacción general y sugerencias, y b) ficha de evaluación general de la actividad por los profesionales: espacio, fecha, horario, materiales, publicidad/tiempo, cumplimiento del programa.
- **Del registro por planes de cuidado en historia clínica:** se lleva a cabo a través de una recogida y análisis de datos por sentencias SQL<sup>7</sup>.

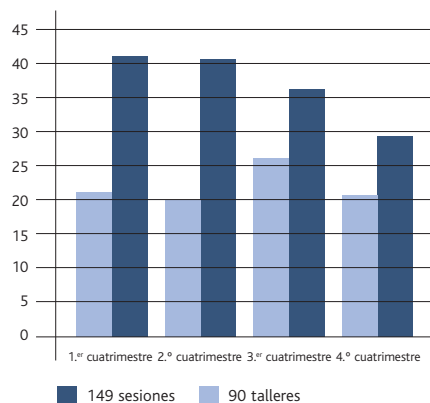


Figura 1. Talleres llevados a cabo de junio de 2009 a junio de 2011.

### Resultados

- a) **Grupo de trabajo:** se han mantenido un total de 14 reuniones de grupo:
  - **Marzo-diciembre de 2009:** siete reuniones más una jornada de trabajo.
  - **Enero-diciembre de 2012:** cuatro reuniones (una por trimestre).
  - **Enero-junio de 2011:** dos reuniones (una por trimestre).
- b) **Talleres:** se llevaron a cabo 23 ediciones de los talleres desde junio de 2009 a junio de 2011. Cada edición supuso la puesta en marcha de los cuatro talleres independientes. Finalmente, en este período se realizaron un total de 90 talleres (figura 1).
- c) **Sesiones:** para la realización de estos 90 talleres se necesitaron 149 sesiones (figura 1).
- d) **Asistencia:** participaron 820 personas con una edad media de 62 años (figura 2).
- e) **Profesionales que participaron en esta actividad en el centro de salud como EPS:** 27 enfermeras, cuatro médicos de familia, un trabajador social, dos auxiliares de enfermería y dos celadores (figura 3).
- f) **Evaluación de la actividad:**
  - **Por los asistentes:** muy alta en ponentes, contenidos, metodología, satisfacción general (5,3 a 5,8) y media en materiales entregados (5,0).
  - **Por los profesionales:** se valoró muy positivamente la participación y la libertad de organización. Destacó como mejorable la captación y el apoyo de documentación.
- g) **Registro unificado por planes de cuidados de enfermería en historia clínica OMI-AP y AP-Madrid.** Tenemos constancia por estudios realizados en 2009-2010, todos en relación con actividades de EPS, del aumento del registro en historia clínica OMI-AP por Planes de Cuidados con el Plan Estandarizado NIC 5604 enseñanza en grupo para la mayoría de las intervenciones de AP<sup>8</sup>.

### Discusión

La actividad ha conseguido un alto nivel de satisfacción en participantes y profesionales.

Con este proyecto se ha logrado una puesta en común de una metodología educativa en un distrito sanitario, actividad que habitualmente viene desempeñándose individualmente por cada centro, y con ello hemos generado un impulso y una mejora de las relaciones

y de la comunicación entre los profesionales sanitarios de un mismo distrito.

También hemos aproximado la realidad sanitaria de la AP a otras instituciones y hemos compartido experiencias con otros actores sociales (psicólogos, animadores culturales, etc.) que también se interrelacionan y trabajan en proyectos comunitarios con la población mayor.

Por otra parte, y aunque no sea objeto de evaluación en este trabajo, destacamos que esta actividad ha colaborado en alcanzar objetivos del contrato programa de centro de salud<sup>9</sup>, ya que hay dos objetivos que, una vez finalizada esta actividad del Programa Mayores Salud, se cumplieron:

- Objetivos orientados a las alianzas y los recursos: «Establecer alianzas de carácter sociosanitario con [...] corporaciones municipales [...]».
- Objetivos que garantizan la gestión de los procesos llevados a cabo: «Trabajar con planes de cuidado de enfermería en procesos asistenciales específicos de la cartera de servicios», objetivos 5.04.11 y 5.04.12<sup>10</sup>.

Se trata además de una actividad en consonancia con los objetivos que contempla el Plan de Calidad para el Sistema Nacional de Salud del año 2010: «Impulsar y evaluar experiencias-piloto de participación ciudadana. En particular, las desarrolladas por comunidades autónomas y las desarrolladas en el ámbito del programa de actividades comunitarias en Atención Primaria [...]»<sup>11</sup>.

## Bibliografía

1. Oliver S, Nicholas A, Oakley A. PHASE: promoting health after sifting the evidence. Workshop report. London: EPPI-Centre, Social Science Research Unit, Institute of Education, University of London; 1996. Disponible en: <http://goo.gl/uBOMe>. [Consulta: 1 de marzo de 2012.]
2. Coberley C, Rula EY, Pope JE. Effectiveness of Health and Wellness Initiatives for Seniors. Population Health Management. February 2011;14(S1): S-45. Disponible en: <http://goo.gl/ndZly>. [Consulta: 5 de marzo de 2012.]
3. Pennant M, Davenport C, Bayliss S, Greenheld W, Marshall T, Hyde C. Community programs for the prevention of cardiovascular disease: a systematic review. Am J Epidemiol. 2010;172:501-16. Disponible en: <http://goo.gl/yAd8Q>. [Consulta: 1 de marzo de 2012.]

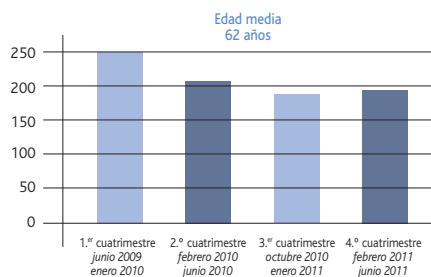
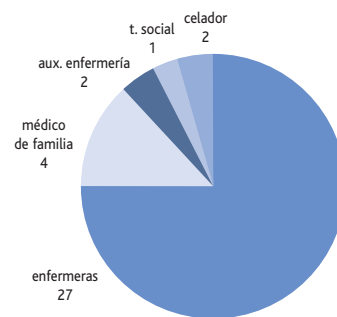


Figura 2. Evolución de los asistentes a los talleres.



## Profesionales que han intervenido

Figura 3. Profesionales de los siete centros de salud de Alcorcón que participaron en el desarrollo de los talleres entre junio de 2009 y junio de 2011.

4. Allen JK, Himmelfarb CR, Szanton SL, Bone L, Hill MN, Levine DM. COACH trial: a randomized controlled trial of nurse practitioner/community health worker cardiovascular disease risk reduction in urban community health centers: rationale and design. Contemp Clin Trials. 2011 May;32(3):403-11. Disponible en: <http://goo.gl/tw5QZ>. [Consulta: 5 de marzo de 2012.]
5. Sánchez JL, Benito L, Hernández A. Recomendaciones metodológicas básicas para elaborar un proyecto educativo. Madrid: Insalud; 1999.
6. Ruiz-Azarola A, Perestelo-Pérez L. Participación ciudadana en salud: formación y toma de decisiones compartida. Informe SESPAS 2012. Gac Sanit. 2012.
7. Palacios A, Ferrero A, Rivera A, García P, García J, Martínez G. Evaluación de la intervención enseñanza grupal en Educación para la Salud. Comunicación 621. Congreso Internacional AENTDE/NANDA-I, Mayo 2010.
8. McCloskey Dochterman J, Bulechek GM. Clasificación de intervenciones de enfermería (NIC). Madrid: Harcourt; 2004.
9. Gerencia de Atención Primaria. Servicio Madrileño de Salud. Contrato programa de centro 2011. Madrid; 2011.
10. Servicio Madrileño de Salud. Cartera de Servicios Estandarizados de Atención Primaria. Madrid; 2009 (revisión).
11. Plan de Calidad para el Sistema Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Publicación Web 2010. Disponible en: <http://goo.gl/BWYTV>. [Consulta: 10 de marzo de 2012.]