

ORIGINALES

Protegido: ¡Luces, cámara y... salud!

Marta Pastor Sanz, Elena Nuin Cons, Nima Peyman-Fard Shafi-Tabatabaei, Patricia Escartín Lasierra, Jonatan Fortit García y Rosa Macipe Costa

Centro de Salud San Pablo. Zaragoza. SALUD (Servicio Aragonés de Salud)

Para contactar:

Marta Pastor Sanz: rmacipe@gmail.com

RESUMEN

Los medios audiovisuales tienen un gran potencial pedagógico de fácil acceso y difusión, más aún si se implica a la población receptora en su elaboración.

Objetivos. Elaborar materiales audiovisuales que permitan promover hábitos de vida saludables y que puedan utilizarse como medio de difusión, y fomentar la cohesión de los sanitarios y la población a través de una actividad novedosa y de interacción, con la participación activa de un amplio grupo de usuarios del centro de salud a lo largo de todo el proceso.

Metodología. Se realizaron seis vídeos a lo largo de 3 años, con unos 40 profesionales de un centro de salud urbano y unos 50 usuarios del mismo, en su mayoría procedentes de otros grupos de promoción de la salud ya existentes en el centro, tras la elaboración de guiones inspirados en las experiencias de los usuarios contadas por ellos mismos. La grabación y el montaje corrió a cargo de los profesionales del centro y, finalmente, los vídeos se proyectaron para todos los participantes.

Resultados. Valoración positiva por parte de los usuarios implicados. Ha habido 19.000 visualizaciones de los cortos en diferentes plataformas de internet y se han utilizado como herramienta de trabajo en múltiples cursos y actividades de diversos ámbitos. Los cortometrajes *Pasos*, *La vida entre capazos* y *Año Nuevo* han recibido el primer premio en un certamen en la categoría de activos para la salud.

Discusión. La creación de un cortometraje tiene algunas dificultades para personas no profesionales; aunque no suponen una barrera insalvable con un grupo de usuarios empoderados, un grupo de profesionales de atención comunitaria y una mirada positiva al barrio.

Palabras clave: participación comunitaria, recursos audiovisuales, promoción de la salud.

“LIGHTS, CAMERA ... HEALTH!”

ABSTRACT

Audiovisual media have a great educational potential and are easy to access and disseminate, even more so if the host population is involved in their development.

Objectives: To develop audio-visual materials to promote a healthy lifestyle, using them as a way to deliver healthy messages. To foster the cohesion of health workers and population by means of interaction in a new activity, with the collaboration of a broad group of users of the health center during the process.

Methods: To create six videos over a three-year period, with the help of 40 staff members and around 50 users of the health center, mostly coming from previously existing health promotion activity groups. The scripts were written based on users' background, as told by themselves, and they were recorded and edited by the health center staff. Each film was screened to all participants upon completion.

Results: Positive appraisal from the users involved in the project. Globally, the shorts received approximately 19,000 visits on Youtube. The films were used as a tool in multiple health promotion sessions in different fields. The short films “*Pasos*” (Steps), “*La vida entre capazos*” (Life between carry-cots) and “*Año nuevo*” (New year) won first prize in the category of health assets in a national video contest.

Discussion: Making a short film may be difficult for non-professionals, but it's not going to be an insurmountable barrier to a group of empowered users or a community group with a positive look at their neighborhood.

Key words: community participation, audiovisual aids, health promotion.

INTRODUCCIÓN

El Centro de Salud San Pablo está ubicado en el Casco Histórico de la ciudad de Zaragoza. San Pablo es un barrio complejo y diverso, en el que conviven jóvenes de múltiples procedencias y un gran número de personas mayores de 65 años. Entre su población hay una alta proporción de personas con

escasos recursos económicos, alta tasa de desempleo y bajo nivel formativo, lo que determina que un elevado porcentaje de su población esté en situación de pobreza y exclusión.

Dentro de los grupos de trabajo del centro de salud (CS) está el de Participación Comunitaria, cuya andadura comenzó en marzo de 2010, año en el que unas 15 personas trataron de desarrollar la dimensión comunitaria y de promoción de la salud del centro.

Una de las actividades más estables que partieron de este grupo son los «Paseos cardiosaludables», que vienen realizándose desde hace 6 años y están muy integrados en la dinámica habitual del CS. La idea surgió de la necesidad de ofrecer a la población una forma de realizar actividad física¹, buscando además aumentar la red social de los participantes, en su mayoría vecinos mayores del barrio². Se realizan dos paseos semanales con apoyo de personal del centro y, desde hace 2 años, los usuarios se han organizado para pasear otros 3 días de la semana de forma autónoma.

Tras 6 años de trayectoria, los paseantes han creado fuertes vínculos de amistad y apoyo entre sí y con los profesionales del centro de salud, de forma que este grupo se ha convertido en un activo importante con el que contar de cara a plantear nuevas actividades relacionadas con la salud comunitaria.

El desarrollo de actividades de promoción de la salud y de actuaciones preventivas es uno de los pilares sobre los que se fundamentan la organización y el trabajo de los equipos de Atención Primaria³. La promoción de la salud es ese proceso por el que las personas se capacitan para aumentar el control sobre su salud y mejorarla^{3,4}. Existen evidencias de que las actividades comunitarias en promoción de la salud mejoran la salud de las personas y poblaciones³, por lo tanto es importante que desde la Atención Primaria se trabaje en esa línea. La promoción de hábitos saludables⁵ y el fomento de redes sociales^{6,7} forman parte de esa estrategia.

En el año 2014 el grupo de atención comunitaria se planteó explorar nuevas herramientas y actividades que pudieran ser útiles para la promoción de la salud, entre ellas la creación de cortometrajes, siguiendo los principios CBPR (Investigación Participativa Basada en la Comunidad) planteados por Chávez V y sus colaboradores⁸. El certamen anual Cine y Salud, organizado por el Gobierno de Aragón, estimuló la idea de intentar crear un cortometraje junto con los paseantes, para participar en él. Así pues, se propuso a los paseantes la realización de un cortometraje que recogiera lo que los paseos cardiosaludables habían supuesto para ellos.

La realización de ese primer cortometraje, el descubrimiento de lo positiva que había resultado esa actividad entre los paseantes y su utilidad como medio de promoción de la salud y como herramienta para la formación de profesionales sanitarios en salud comunitaria han propiciado el desarrollo de nuevos cortometrajes sobre diferentes temáticas.

OBJETIVOS

La creación de los cortometrajes se planteó con unos objetivos iniciales:

- A. Elaborar materiales audiovisuales que permitan promover hábitos de vida saludables y utilizarlos como medio de difusión.
- B. Fomentar la cohesión de los sanitarios y la población a través de una actividad novedosa y de interacción. Compartir la elaboración de guion, producción y grabación de varios cortometrajes con el personal del CS y la participación activa de un amplio grupo de usuarios.

Partiendo de estos objetivos comunes, cada uno de los cortometrajes ha contado con otros objetivos específicos, que se desglosan a continuación:

- *Pasos*: reforzar la importancia de la actividad de los paseos cardiosaludables entre los usuarios y darla a conocer a aquellos que todavía no tenían información sobre ella. Reconocer el recorrido de la actividad a lo largo de sus 5 años de duración, demostrando las sinergias y colaboraciones que se han dado desde su inicio con diversas entidades y colectivos del barrio.
- *La vida entre capazos*: reflexionar acerca de los activos de salud existentes en el barrio desde el punto de vista de las personas mayores y del de los adolescentes, con sus diferencias y similitudes. Disponer de una herramienta que muestre una mirada positiva hacia el barrio y sus potenciales.
- *Año Nuevo*: reflexionar y abrir un debate sobre los riesgos de la polimedicación y la medicalización de la vida. Es un cortometraje dirigido tanto a la población general como a los profesionales sanitarios.
- *¿Te acuerdas cuándo?*: reconocer la longitudinalidad de la consulta de pediatría en la Atención Primaria de la Salud y el vínculo que se establece entre los profesionales y los usuarios.
- *Danza trayectos y Pasacalles del Gancho*: estimular una mayor apertura y vinculación del CS a las iniciativas que surgen en el barrio y la ciudad, como pilar fundamental de la salud comunitaria.

MÉTODOS

La elaboración de los cortometrajes se ha realizado durante los últimos 3 años (2014-2017) y ha sido llevada a cabo íntegramente por usuarios y personal del CS con materiales y medios propios, siguiendo los principios de la CBPR⁸.

La formación en la materia ha sido autodidacta en su mayor parte, con el apoyo de varios talleres gratuitos ofrecidos desde el certamen Cine y Salud del Gobierno de Aragón. Con ello se ha perseguido aprovechar las capacidades de las personas vinculadas, más que convertirlo en un proyecto profesional.

Todos los participantes dieron consentimiento oral para la difusión posterior de las imágenes obtenidas durante las grabaciones.

Para la elaboración del primer corto, *Pasos*, se convocaron varias reuniones con los paseantes para presentar la actividad y recoger posibles ideas. El grupo está compuesto por mujeres y hombres de entre 50 y 85 años y tiene una gran estabilidad que se mantiene a lo largo del tiempo. Ello creó un espacio común, que respondía a las premisas de fortalecer la relación de grupo y mejorar la relación entre profesionales y usuarios del CS. Con las ideas recogidas, se elaboró el guion y se realizó el reparto de papeles entre aquellos que se ofrecieron voluntarios.

Una vez finalizada la primera etapa, se organizó el cortometraje en varias sesiones. Como escenario, se aprovecharon lugares y momentos simbólicos del barrio. El rodaje de *Pasos* duró 6 días y se grabó

Figura 1. Personal del centro durante la grabación del cortometraje *Pasos*

en el mismo trayecto por el que suelen discurrir diariamente los paseos cardiosaludables, en el CS y en el domicilio de una usuaria que realizaba el papel principal. Durante el rodaje, colaboraron los propios paseantes y un gran porcentaje de trabajadores del CS, incluyendo todos los estamentos (enfermería, medicina, admisión, fisioterapia y estudiantes y residentes en formación) (figura 1).



En *La vida entre capazos* el trabajo previo al guion fue, con diferencia, la fase más importante del proyecto. Permitted reflexionar sobre activos de salud⁹ en el barrio desde dos puntos de vista: el de los paseantes, en su mayoría personas mayores, y el de un grupo de adolescentes autóctonos, todos ellos criados en el barrio. Se organizaron dos grupos focales, uno con los paseantes y otro con los adolescentes, y se realizó una grabación (en vídeo y audio) por separado, con sus opiniones acerca de las fortalezas del barrio, lo que ellos destacarían de su entorno, etc., para aproximarnos a lo que podrían considerar como activos en salud. En estas grabaciones, ambos grupos verbalizaron la importancia de las relaciones de proximidad que se establecen en los barrios y los «capazos» que ocurren en sus calles. En aragonés, «coger un capazo» o «pillar un capazo» significa entretenerse hablando amistosamente con un conocido al que te encuentras de manera fortuita. Dicho activo fue tan potente que finalmente dio nombre al cortometraje.

Posteriormente, se realizó un guion basado en las reflexiones de estos dos grupos focales y se realizó la grabación del cortometraje en tres sesiones, con ambos grupos y con los profesionales del CS que quisieron participar.

Los otros trabajos fueron impulsados directamente desde el Grupo de Participación Comunitaria del centro, conformado principalmente por profesionales de medicina y enfermería (incluyendo residentes y estudiantes), respondiendo a iniciativas propuestas desde otros ámbitos o desde el deseo de sensibilizar sobre temas concretos, como es el caso de la medicalización de la vida.

Cada proyecto precisó de una segunda etapa, que consistió en el establecimiento del plan de rodaje, distribución de tareas y calendarización de los momentos de rodaje.

El rodaje se realizó con cámaras y materiales de uso doméstico, propiedad de algunos de los integrantes del grupo. Como cámaras se usaron las siguientes: Sony HDV-Z, Lumix SZ3, Lumix DMC-LX7.

El montaje posterior de los cortometrajes se llevó a cabo con el programa Adobe Premiere Pro CS6 y fue realizado por una integrante del Grupo de Participación Comunitaria que, a lo largo de este tiempo, se ha formado de manera autodidacta y a través de los talleres de formación ofrecidos gratuitamente desde el certamen Cine y Salud del Gobierno de Aragón. Las bandas sonoras se obtuvieron de páginas web de música libre de *copyright* como Jamendo, banco de sonidos del Ministerio de Educación Cultura y Deporte, y Dig CCMixer y, en algún caso, tras contactar directamente con sus autores (tabla 1).

Tabla 1. Fases en la producción de los cortometrajes

| Fase | Contenido | Duración |
|--------------------------------|--|--|
| Fase 1: previa al rodaje | Reuniones con el grupo de grabación y el de participantes. Puesta en común de ideas | 4 DÍAS |
| Fase 2: preparación del rodaje | Elaboración del guion, establecimiento del plan de rodaje, reparto de papeles | 1 MES |
| Fase 3: rodaje | Grabación del cortometraje | 5-6 DÍAS |
| Fase 4: montaje | Montaje del material audiovisual disponible con el programa Adobe Premiere Pro CS6 | 1 MES |
| Fase 5: posrodaje | Visualización de los cortometrajes y los <i>making off</i> . Entrega del material obtenido a los participantes | 1 DÍA |
| Fase 6: fase final | Difusión del material y utilización como herramienta formativa | Desde la elaboración hasta la actualidad |

Se ha cuidado especialmente la manera de culminar cada uno de estos proyectos, realizando una visualización de cada corto en el propio CS a la que se ha invitado a todos los participantes, y regalando un CD a cada uno con el cortometraje y el *making of*. En algunos casos, como *Pasos* o *La vida entre capazos*, al ser presentados como candidatos a los premios Cine y Salud del Sistema de Asesoramiento y Recursos en Educación para la Salud del Gobierno de Aragón (SARES), surgió también la posibilidad de que los usuarios y el personal del centro interactuaran acudiendo juntos a la ceremonia de la entrega de premios.

Se ha trabajado activamente en la difusión de los cortos a través de listas de distribución de profesionales de la salud como Medfam, PEDIAP, Programa de Actividades Comunitarias en Atención Primaria (PACAP), lista de pediatría de Atención Primaria, redes sociales (Facebook, Twitter...), etc.

La evaluación cuantitativa de la actividad era complicada, más allá del número de visitas obtenido en la visualización de los vídeos, por lo que se planteó fundamentalmente una evaluación cualitativa, a través de notas de campo tomadas por las personas involucradas en el proceso y con los comentarios (entrevistas no estructuradas y opiniones) tras la visualización de los cortometrajes finales por parte de los participantes. Así mismo, se recogieron las

opiniones vertidas tras la utilización en diferentes ámbitos como material de educación para la salud.

RESULTADOS

El conjunto de los trabajos suma un total de 19.000 visualizaciones en diferentes plataformas de internet. Los enlaces en los que se puede acceder a los distintos trabajos junto con el número de visitas de los mismos aparecen en la [tabla 2](#).

Tabla 2. Enlaces a los vídeos y número de visitas en internet de cada uno de ellos (junio 2017)

| Vídeo | Enlace | Número de visitas |
|------------------------------|--|-------------------|
| Pasos | https://www.youtube.com/watch?v=ronR9V_N3U8 | 11.163 |
| La vida entre capazos | https://www.youtube.com/watch?v=n3P1WgX4FnQ | 5.418 |
| Año Nuevo | https://www.youtube.com/watch?v=sYbKkaNh_Q8 | 2.219 |
| ¿Te acuerdas cuándo? | https://vimeo.com/125588364 | 1.012 |
| Danza trayectos | http://www.danzatrayectos.com/estamosbailando/ https://www.youtube.com/watch?v=QTITJCqNnas | 379 |
| Pasacalles del Gancho | https://www.youtube.com/watch?v=8pkQFc3Jvv8 | 308 |

Cualitativamente, el proyecto ha sido valorado de una manera muy positiva por parte de usuarios, profesionales del CS y personas que han visto los trabajos ([tabla 3](#)).

Tabla 3. Algunos comentarios en redes sociales sobre el cortometraje Pasos

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • «Genial», «Muy bueno», «Enhorabuena», «Es una pasada» • «Enhorabuena porque es superbonito!!! Me encanta, está genial» • «Está genial!!! Superemocionante!!!» • «Una currada que ha merecido la pena [...], la historia me gusta mucho y qué estupendos todos al final en el patio del centro» • «He disfrutado mucho de los 12 minutos que dura el corto. Qué proyecto más bonito y qué bien ha sido trasladado a la pantalla. BRAVO por la iniciativa y enhorabuena a todos los participantes [...]. El corto <i>me ha llegado</i>» • «Preciosooooooooo, muchísimas felicidades» • «<i>Muito</i> entrañable!» • «Muy chuloooo! Me ha encantado» • «Lo he visto hace un rato (ya me habían mandado el enlace). Buena iniciativa. Buen trabajo. Y ahora a esperar el resultado del concurso, porque el resultado de los pacientes salta a la vista. Lo he compartido en las redes sociales de la unidad» • «Me encanta!! :))) Lo colgaré en el blog (http://docenciaalgemesi.pasos-)» • «Me ha gustado mucho. Buen trabajo» • «Está muy bien, ¡qué gracia!» • «PASOS, CS San Pablo #cineysalud2015: http://youtu.be/ronR9V_N3U8?a vía @YouTube muy buen trabajo» • «Pasos, CS San Pablo #cineysalud2015: http://youtu.be/ronR9V_N3U8. ¡¡¡Me encanta!!! Muchas gracias» • «Uno se siente orgulloso de su ciudad con cosas como esta (https://youtu.be/ronR9V_N3U8 #caminar #BuenVivir). Gracias» • «Y orgulloso de tener este pedazo de compañer@! #caminar #BuenVivir. Gracias» • «El grupo de paseos del CS San Pablo de Zaragoza se ha currado este pedazo vídeo para presentarlo al #cineysalud2015 https://youtu.be/ronR9V_N3U8» |
|--|

Un total de 40 profesionales del CS y unos 50 usuarios del mismo han participado en alguno de los trabajos.

A nivel interno del CS, se ha seguido con mucho interés el avance y desarrollo de los cortos, y los trabajadores han participado en los rodajes y en la difusión de las obras, acudiendo a las Jornadas del día Mundial de la Salud y a las entregas de premios.

Por otro lado, el propio contenido de los cortos ha servido a los profesionales de reflexión personal y herramienta formativa sobre la importancia que tiene potenciar las actividades enfocadas a la promoción de la salud para mejorar la salud de las personas y desmedicalizar circunstancias y momentos vitales, buscando soluciones en el entorno y no tanto en los fármacos. Todo ello ha ayudado a fortalecer un equipo ya de por sí bastante unido y consolidado, así como a reforzar el conocimiento y las relaciones con otros recursos del barrio, lo cual favorece el trabajo interdisciplinar, que resulta tan importante en la mejora de la salud de la población

Los integrantes del grupo de paseantes vivieron el proceso de los dos cortos en los que participaron con mucho entusiasmo, y esta actividad les ayudó a darse cuenta y a exteriorizar lo que los paseos habían supuesto para ellos, a reforzarse en la fidelidad a la actividad y a identificar las cosas del barrio que sienten que les ayudan a vivir mejor. Igual que en el caso del CS, les fortaleció como grupo y como red de apoyo y socialización. Por otro lado, las Jornadas día Mundial de la Salud y la entrega de premios les permitió participar en unas actividades a las que normalmente no acuden, escuchar los mensajes de salud propuestos por las jornadas o por el contenido de otros cortometrajes, y relacionarse con personas de distintas edades que trabajan la salud desde diferentes ámbitos.

Los audiovisuales creados han sido utilizados como material formativo en cursos y charlas desde distintos ámbitos, se han proyectado dentro de las fiestas populares del barrio y han tenido eco en algunos medios de comunicación, lo cual ha dado mucha visibilidad al proyecto y ha servido para motivar a otras personas en su visión sobre la salud comunitaria y los activos en salud.

Pasos recibió el primer premio en la categoría de activos para la salud y el premio al corto más visitado *on-line* en el certamen Cine y Salud 2015 del Gobierno de Aragón (<http://cineysalud.blogspot.com.es/>).

La vida entre capazos ganó el primer premio en la categoría de activos para la salud y el premio *on-line* en la categoría cultura de activos para la salud del certamen Cine y Salud 2016.

Año Nuevo ganó el primer premio en la categoría de activos para la salud del certamen Cine y Salud 2017.

DISCUSIÓN

Es sabido que los medios audiovisuales tienen un potencial enorme de aplicaciones pedagógicas^{8,10-17}. Estamos en un mundo en el que los mensajes que llegan en formato audiovisual tienen un impacto muy superior a las herramientas tradicionales de formación^{14,16}. El cine es un buen recurso educativo en varias vertientes¹⁸. Por un lado, permite mostrar situaciones y vivencias de los personajes con los que puedes identificarte y reflexionar¹⁰. Por otro, la elaboración de un material audiovisual, en un contexto educativo o de educación para la salud, implicando en la elaboración del mismo a los destinatarios de la actividad, tiene un potencial importante como herramienta de educación para la salud¹³. Dichos materiales pueden ser aprovechados a su vez para mostrar, sensibilizar, educar o animar a otras personas o proyectos a implementar algunas actuaciones¹⁹. Por lo tanto es interesante utilizar esta herramienta en nuestras actividades de participación comunitaria.

Las actividades comunitarias deberían formar parte del trabajo habitual de nuestros CS^{14,20-22}. Para ello, y como punto de partida, es importante contar con un grupo de personas en los CS que se encarguen de integrar en la dinámica del centro la dimensión comunitaria^{23,24}. También es importante saber transmitir, motivar y hacer participar al resto del equipo en las ideas propuestas²⁴.

En general, la presencia de un equipo y de un grupo de personas motivadas es lo que posibilita llevar adelante estas iniciativas^{8,21}. En el caso de este proyecto, fueron imprescindibles cuatro ingredientes:

- Un Grupo de Participación Comunitaria activo, que facilitó el reparto de tareas y llevar adelante todo el trabajo que ha implicado la realización de los distintos cortometrajes.
- Un grupo de paseantes, muy estable, motivado y vinculado al centro, que se sumó muy activamente al proyecto.
- Una mirada positiva hacia el barrio y sus posibilidades, que hace descubrir cotidianamente, a las personas que trabajan en el CS, historias y potencialidades que merecen la pena ser contadas.
- Una iniciativa institucional como el certamen Cine y Salud, que supuso el empujón definitivo a la idea incipiente que se tenía en el CS de lanzarse a crear algún cortometraje.

A pesar de ser una actividad que se inició de una manera muy precaria y sin conocer bien sus implicaciones, la actividad ha tenido un alcance y unos resultados positivos que han superado las expectativas que se tenían al ponerla en marcha, permitiendo la promoción de hábitos de vida saludables y fomentando en su elaboración la cohesión entre sanitarios y la población (figura 2).

La creación de un cortometraje tiene bastantes dificultades para personas no profesionales como las implicadas en este proyecto; sin embargo, no suponen una barrera insalvable^{16,25-27}. El primer paso y punto fuerte de los trabajos es tener una buena idea que llevar a la pantalla, para, sobre esa idea, elaborar un guion. El trabajo en los CS, con una mirada abierta al barrio, en contacto cercano con la población, da cotidianamente ideas e historias que pueden ser contadas de esta manera. La parte técnica tiene también sus dificultades, y exige un mínimo conocimiento y formación, tanto en grabación de imagen y sonido como de montaje de audiovisuales²⁵⁻²⁷. Dado que el objetivo fundamental de esta actividad no es crear audiovisuales técnicamente perfectos, sino crecer, aprender y disfrutar en la actividad y transmitir una idea, los conocimientos básicos en esos temas que poseían varias personas del equipo de participación comunitaria, mejorados con alguna formación específica, han sido suficientes para sacar estos proyectos adelante²⁵.

La realización de entrevistas semiestructuradas con los grupos participantes se convirtió en una de las fortalezas del proyecto, por el enriquecimiento personal y profesional que supuso para todos el poder compartir impresiones y un lenguaje común que luego trasladar al audiovisual.

El hecho de que los vídeos hayan sido utilizados y visionados en numerosos cursos y espacios ha sido algo muy positivo, pues uno de los objetivos principales que se buscaba con su creación era ayudar a entender conceptos saludables, reflexionar sobre los mismos, interiorizarlos y proponerlos, y animar a otras personas a intentar nuevos retos, visibilizar experiencias, descubrir potencialidades y fortalezas y, en definitiva, mejorar la salud de las personas y los entornos desde esa visión amplia de la salud que tan importante es¹¹.

Como conclusión, el cine creado a partir de la experiencia cotidiana, en equipo, implicando a usuarios o agentes del barrio, es una herramienta poderosa de educación y promoción de la salud.

Para ello son necesarios unos conocimientos técnicos mínimos, y sobre todo buenas ideas que contar. La visibilización de actividades es importante de cara a motivar a otras personas a realizarlas, y en eso el cine tiene un poder importante.

BIBLIOGRAFÍA

Figura 2. Participantes en uno de los talleres



1. Schnohr P, O'Keefe JH, Marott JL, Lange P, Jensen GB. Dose of jogging and long-term mortality: the Copenhagen City Heart Study. *J Am Coll Cardiol.* 2015;65(5):411-9.
2. Crespo-Salgado JJ, Delgado-Martín JL, Blanco-Iglesias O, Aldecoa-Landesca S. Guía básica de detección del sedentarismo y recomendaciones de actividad física en atención primaria. *Aten Primaria.* [Internet.] 2014. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.aprim.2014.09.004>.
3. Cofino R, Álvarez B, Fernández S, Hernández A. Promoción de la salud basada en la evidencia: ¿realmente funcionan los programas de salud comunitarios? *Aten Primaria.* 2005;35:478-83.
4. World Health Organization. *Ottawa Charter for Health Promotion.* Ottawa: Canadian Public Health Association; 1986.
5. Grandes G, Sánchez A, Cortada JM, Calderón C, Balague L, Millán E, et al. Estrategias útiles para la promoción de estilos de vida saludables en atención primaria de salud. *Investigación Comisionada.* Vitoria-Gasteiz. Departamento de Sanidad, Gobierno Vasco; 2008. Informe nº Osteba D-08-07.
6. Holt-Lunstad J, Smith TB, Layton JB. Social relationships and mortality risk: a meta-analytic review. *PLoS medicine.* 2010;7(7):e1000316.
7. House JS, Landis KR, Umberson D. Social relationships and health. *Science.* 1988;241(4865):540-5.
8. Chávez V, Israel B, Allen AJ, 3rd, DeCarlo MF, Lichtenstein R, Schulz A, et al. A Bridge Between Communities: Video-making using principles of community-based participatory research. *Health Promot Pract.* 2004;5(4):395-403.
9. Cofino R, Avino D, Benede CB, Botello B, Cubillo J, Morgan A, et al. Health promotion based on assets: how to work with this perspective in local interventions? *Gac Sanit.* 2016;30 Suppl 1:93-8.
10. Gubrium A. Digital storytelling: an emergent method for health promotion research and practice. *Health Promot Pract.* 2009;10(2):186-91.
11. Gabarrón E, Fernández-Luque L. eHealth and online videos for health promotion. *Gac Sanit.* 2012;26(3):197-200.
12. Noordman J, Koopmans B, Korevaar JC, Van der Weijden T, Van Dulmen S. Exploring lifestyle counselling in routine primary care consultations: the professionals' role. *Fam Pract.* 2013;30(3):332-40.
13. Loe M. The digital life history project: intergenerational collaborative research. *Gerontol Geriatr Educ.* 2013;34(1):26-42.
14. Hieftje K, Edelman EJ, Camenga DR, Fiellin LE. Electronic media-based health interventions promoting behavior change in youth: a systematic review. *JAMA Pediatr.* 2013;167(6):574-80.
15. Ramanadhan S, Mendez SR, Rao M, Viswanath K. Social media use by community-based organizations conducting health promotion: a content analysis. *BMC Public Health.* 2013;13:1129.
16. Elliot DL, Goldberg L, Goldberg MJ. Digital video technology and production 101: lights, camera, action. *Health Promotion Pract.* 2014;15(1):86-90.
17. Icart Isern MT. Medicina y cine para la docencia y la investigación *Rev Med Cine.* [Internet.] [citado el 21 Junio de 2014]; 10(2):51-52. Disponible en: (http://fundacion.usal.es/revistamedicina/nuevo/component/docman/doc_download/547-vol10num2editorial1es).
18. Piziak V. The development of a bilingual interactive video to improve physical activity and healthful eating in a head start population. *Int J Environ Res Public Health.* 2014;11(12):13065-73.
19. Tuong W, Larsen ER, Armstrong AW. Videos to influence: a systematic review of effectiveness of video-based education in modifying health behaviors. *J Behav Med.* 2014;37(2):218-33.
20. Cofino R, Pasarín MI, Segura A. How should population health be approached? *SESPAS Report 2012.* *Gac Sanit.* 2012;26 Suppl 1:88-93.
21. Sastre M, Pérez Alonso E, García Blanco D. Empezando a trabajar con la comunidad... ¿Qué guías podemos usar? *AMFJ.* [Internet.] 2012;1(6):1.
22. Martín-García M, Ponte-Mittelbrun C, Sánchez-Bayle M. Social participation and community orientation in health services. *Gac Sanit.* 2006;20 Suppl 1:192-202.
23. Astray Coloma L, Aguiló Pastrana E. ¿Cómo iniciar un proceso de intervención y participación comunitaria desde un centro de salud? Madrid: Instituto de Salud Pública de la Comunidad de Madrid; 2004.
24. *Revista Clínica Electrónica de Atención Primaria: Atención Comunitaria en Atención Primaria.* [Internet.] Número 16. septiembre 2008. Disponible en: <http://www.fbjoseplaporte.org/rceap/sumario2.php?idnum=16>.
25. Delgado MA, Tausiet A, Ivars C. *El mundo del rodaje. Procesos de realización audiovisual.* Barcelona: Publicaciones Altaria, S.L.; 2015.
26. Landau N, Frederick M. *101 cosas que aprendí en la escuela de cine.* Madrid: Abada Editores, S.L.; 2010.
27. Fernández-Díaz F, Martínez-Abadía J. *Manual básico de lenguaje y narrativa audiovisual.* Barcelona: Espasa Libros, S.L.U.; 2015.

Volver

¡Luces, cámara y... salud!

Marta Pastor Sanz, Elena Nuin Cons, Nima Peyman-Fard Shafi-Tabatabaei, Patricia Escartín Lasierra, Jonatan Fortit García y Rosa Macipe Costa

Comunidad Octubre 2017;():3

ISSN: 2339-7896

COMENTARIOS

Dejar un comentario

0
comentarios

Su Nombre

Su Email

Web (opcional)

Mensaje

Comentar