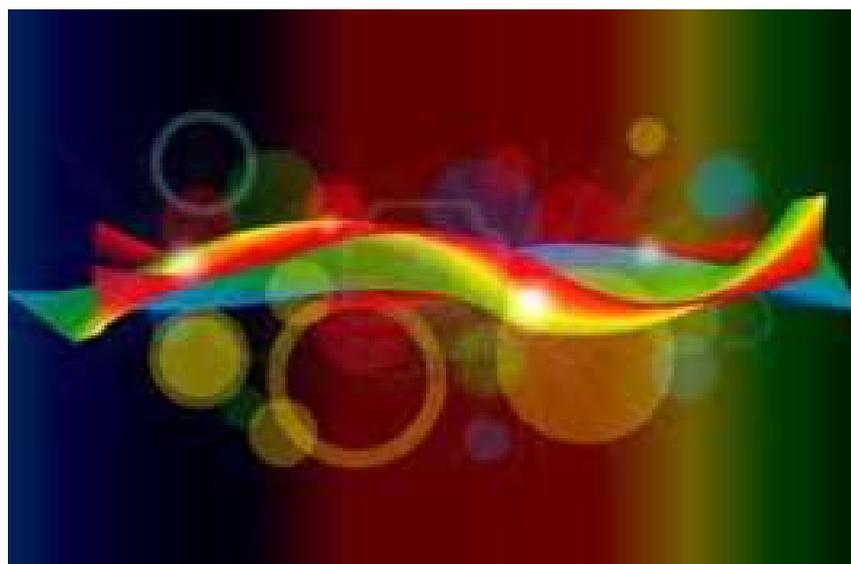


# MEMORIA 2017-18

## ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD





## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>3</b>
<b>2. OBJETIVOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD.....</b>	<b>4</b>
• Objetivos generales	
• Objetivos específicos	
<b>3. ÁREAS DE TRABAJO Y ACTIVIDADES</b>	
<b>3.1. FORMACIÓN</b>	
<b>3.1.1. OBJETIVOS DE LA ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD.....</b>	<b>5</b>
▪ Objetivos generales	
▪ Objetivos específicos	
<b>3.1.2. OBJETIVOS DE LAS COLABORACIONES.....</b>	<b>6</b>
▪ Objetivo general	
▪ Objetivo específico	
<b>ACTIVIDADES (Cursos, Jornadas Caminar, Coloquios).....</b>	<b>8</b>
<b>3.2. SENSIBILIZACIÓN</b>	
<b>3.2.1. OBJETIVOS DE LAS COLABORACIONES (SENSIBILIZACIÓN).....</b>	<b>15</b>
▪ Objetivo general	
▪ Objetivos específicos	
▪ <b>ACTIVIDADES ( IX Semana Salud, Conferencias, Días Mundiales).....</b>	<b>16</b>
<b>3.2.2. MEDIOS DE COMUNICACIÓN.....</b>	<b>25</b>
▪ Objetivo general	
▪ Objetivos específicos	
▪ <b>ACTIVIDADES (Espacio radiofónico “Ganando salud” SER-MADRID-OESTE. Web “Espacio Saludable”).....</b>	<b>25</b>
<b>3.3. ASESORAMIENTO</b>	
▪ <b>3.3.1. ASESORÍA EN TEMAS DE SALUD.....</b>	<b>34</b>
▪ Objetivo general	
▪ Objetivo específico	
▪ <b>3.3.2. ASESORÍA DE SEXUALIDAD.....</b>	<b>35</b>
▪ Objetivo general	
▪ Objetivo específico	
<b>3.4. COLABORACIONES INTERINSTITUCIONALES</b>	
<b>3.4.1. COMISIÓN TÉCNICA INTERINSTITUCIONAL DE EDUCACIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL ÁMBITO ESCOLAR DE MÓSTOLES.....</b>	<b>36</b>
▪ Objetivo general	
▪ Objetivo específico	
▪ <b>ACTIVIDADES (Plan Municipal de apoyo a los IES).....</b>	<b>40</b>



<b>3.4.2. RED DE SALUD DE MUNICIPIOS DE LA COMUNIDAD DE MADRID.....</b>	<b>44</b>
▪ Objetivo general	
▪ Objetivos específicos	
▪ <b>ACTIVIDADES</b>	
<b>3.4.3. CONTRIBUCIÓN AL PLAN MUNICIPAL DE ACCIÓN SOBRE LAS ADICCIONES.....</b>	<b>46</b>
▪ Objetivo general	
▪ Objetivos específicos	
▪ <b>ACTIVIDADES</b>	
<b>3.4.4. RELACIÓN DE COLABORACIONES MUNICIPALES E INTERINSTITUCIONALES.....</b>	<b>47</b>
<b>4. METODOLOGÍA.....</b>	<b>48</b>
<b>5. RECURSOS.....</b>	<b>48</b>
▪ <b>5.1. RECURSOS MATERIALES</b>	
▪ <b>5.2. RECURSOS HUMANOS</b>	
<b>6. EVALUACIÓN.....</b>	<b>49</b>
▪ <b>6.1. MÉTODOS DE EVALUACIÓN</b>	
<b>7. CONCLUSIONES.....</b>	<b>50</b>
<b>8. FORMACIÓN E INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>51</b>



## 1. INTRODUCCIÓN

La Educación para la Salud constituye una herramienta clave para actuar sobre los determinantes de salud y ha demostrado su eficacia como método para mejorar la salud general de la población, mediante la modificación de los conocimientos, actitudes, aptitudes, hábitos y comportamientos de la ciudadanía.

Para que la población pueda asumir un papel protagonista en el cuidado de su salud necesita disponer de capacidad para valorar los problemas de salud, mantener una postura crítica y constructiva ante ellos, asociarse y organizarse para buscar soluciones., lo cual se ve favorecido con el aprendizaje de un conjunto de adquisiciones básicas que trascienden el área específica de Educación para la Salud. La familia, la escuela y la comunidad son ámbitos privilegiados para incluir la Educación para la Salud en el proceso formativo y debe ser considerada una formación básica y no únicamente complementaria.

En la legislación española se contempla el derecho a la protección de la salud y el fomento de la Educación para la Salud. En Septiembre de 2012, la Oficina Regional para Europa de la Organización Mundial de la Salud (OMS) aprobó un nuevo marco político europeo para la acción gubernamental y social en promoción y protección de la salud: “Salud 2020”. En la base de este marco se encuentran los objetivos relativos a mejorar de manera significativa la salud y el bienestar de la población, reducir las desigualdades en salud, reforzar la salud pública y asegurar sistemas de salud centrados en las personas que sean universales, igualitarios, sostenibles y de alta calidad.

Desde el Área de Sanidad del Ayuntamiento de Móstoles se diseña cada año un Proyecto de Educación para la Salud que nace de la necesidad de utilizar de modo más apropiado los recursos humanos, técnicos y financieros en el campo de la promoción de la salud a nivel local y así garantizar resultados más efectivos y duraderos en el tiempo, que redunden en una mayor calidad de vida y bienestar de las personas residentes en el municipio.

La Escuela Municipal de Salud contempla entre sus objetivos aunar y potenciar intervenciones en materia de salud dirigidas a la ciudadanía y un papel mediador entre las diferentes entidades del municipio que desarrollan actividades en el mismo ámbito.

El Programa de la Escuela Municipal de Salud se ajusta al Marco Europeo “Salud 2020” y tiene en cuenta estas recomendaciones:

- Considerar la mejora de la salud de la población a través de un enfoque de ciclo de vida y empoderamiento de las personas.
- Ayudar a comprender la salud, el bienestar, la enfermedad y los factores determinantes de la salud.
- Trabajar en la promoción de la salud y la prevención de las enfermedades; abordar enfermedades no transmisibles (enfermedades cardiovasculares, trastornos de salud mental, cáncer, obesidad,) y transmisibles.
- Incidir en el envejecimiento activo, promover la disminución de las desigualdades en salud y contribuir a la creación de comunidades resilientes y de entornos de apoyo.



## 2. OBJETIVOS DE PROMOCIÓN DE SALUD

### Objetivos generales

- *Implicar a la población general y a las personas en particular, en un proceso de transformación de los factores que incidan en su salud.*

El objetivo se cumple porque se proporcionan los conocimientos y las herramientas necesarias para favorecer la transformación de las conductas hacia estilos de vida más saludables.

- *Favorecer la coordinación y colaboración entre distintas áreas municipales, instituciones y otras entidades, para potenciar sinergias y rentabilizar las infraestructuras y recursos del ámbito local y autonómico.*

Este objetivo se cumple al diseñarse acciones formativas, de sensibilización y asesoramiento, en colaboración con otras áreas municipales, instituciones y entidades.

### Objetivos específicos

- *Fomentar en las personas la capacidad de auto-cuidarse, asumiendo la responsabilidad sobre las decisiones en cuanto a la protección y cuidados de su salud.*

Este objetivo se cumple porque en las distintas actividades se contempla educar en la capacidad de auto-cuidado y en la responsabilidad que cada persona tiene sobre su propia salud.

- *Proporcionar el conocimiento de los determinantes de salud y su influencia en las enfermedades prevalentes, facilitando estrategias que mejoren la salud personal, familiar y comunitaria.*

El objetivo se consigue a través de las acciones formativas, ya que tomar conciencia de los determinantes de la salud y su influencia en las enfermedades prevalentes a nivel individual, posibilita la transmisión de dichos conocimientos en las familias y en el entorno social.

- *Facilitar información de los recursos sociales, culturales e institucionales necesarios para el proceso de mejora de la salud.*

Este objetivo se alcanza al contemplar en la intervención la facilitación de recursos adecuados a las demandas que la población realiza.

- *Potenciar la interrelación entre programas y recursos con finalidades comunes en el ámbito de la promoción de la salud.*

Se alcanza ya que en el diseño, planificación y desarrollo de las actividades se contempla la colaboración con todos los recursos disponibles en el municipio, sean instituciones o entidades.



### 3. ÁREAS DE TRABAJO Y ACTIVIDADES

#### 3.1. FORMACIÓN

##### 3.1.1. OBJETIVOS DE LA ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD

###### Objetivos generales

- *Posibilitar formación a la población del municipio para que gane en salud y calidad de vida en el marco de la salud integral.*

En el 100% de las actividades formativas se trabaja desde una perspectiva de la salud integral y se tienen en consideración los factores determinantes de la salud.

###### Objetivos específicos

OBJETIVO 1: *Planificar acciones formativas en materia de salud.*

###### Indicador:

- *Impartir al menos 260 horas lectivas en el curso 2017-18*

Se cumple el objetivo ya que se han impartido en este curso un total de 308 horas lectivas siendo 246 horas actividades formativas registradas en la base de datos y 62 horas actividades formativas en el marco del Plan IES.

OBJETIVO 2: *Fomentar la inclusión de personas con capacidades diferentes para favorecer la equidad.*

###### Indicador:

-*Reservar dos plazas en aquellas actividades formativas que se consideren apropiadas para personas con capacidades diferentes.*

Se ha cumplido porque se han reservado un total de 10 plazas en las siguientes actividades formativas:

- Curso "Aprende a cuidar tu espalda"
- Curso "Comprar y comer, fuente de salud"
- Monográfico "Actúa en situaciones de urgencia"
- Curso "Imagen corporal y control de peso"
- Curso "Gana salud con la emociones positivas"

OBJETIVO 3: *Analizar, seleccionar y elaborar materiales para la formación.*

###### Indicador:

- *Elaborar y difundir materiales para todas las acciones formativas que se diseñen con un número de horas superiores a 10h.*

Se ha conseguido porque en el 100% de las actividades formativas de la Escuela Municipal de Salud, se han elaborado y seleccionado diversos materiales específicos (textos, audiovisuales, musicales...), en función de la temática. El material didáctico ha estado a disposición del alumnado.



**OBJETIVO 4:** *Fomentar el análisis y la reflexión sobre los estilos de vida saludables y los determinantes de la salud.*

**Indicadores:**

- *Incluir en todos los programas de las acciones formativas los determinantes de la salud y la perspectiva bio-psico-social de la misma.*

En todas las acciones formativas programadas por la Escuela Municipal de Salud del Ayuntamiento de Mostoles se incluye esta perspectiva.

- *Conseguir que el 75% del alumnado de la programación general puntúe con el valor de “Bien” o “Muy bien” el apartado “se ha facilitado el análisis y la reflexión” del ítem “Valorar al equipo docente” de la actividad formativa del Cuestionario de Evaluación General.*

Se ha superado consiguiendo que en el 100% de los cuestionarios validos se valore esta variable como BIEN o MUY BIEN.

**OBJETIVO 5:** *Facilitar el desarrollo de destrezas prácticas y el buen uso de recursos.*

**Indicadores:**

- *Incluir al menos en el 75% de las actividades formativas conocimientos prácticos.*

Se ha conseguido ya que en el 100% de los cursos se incluyen conocimientos, dinámicas y/o ejercicios prácticos.

- *Incluir en al menos el 75% de las actividades formativas información sobre recursos de interés para la materia abordada.*

Se ha alcanzado porque en el 100% de las actividades formativas se ofrecen recursos ajustados a la temática.

**OBJETIVO 6:** *Potenciar las interacciones sociales de las personas participantes.*

**Indicador:**

- *Mantener en al menos un 50% de las acciones formativas dinámicas que favorezcan las relaciones interpersonales.*

En el 85% de las acciones formativas realizadas se han utilizado dinámicas que han incidido en favorecer las relaciones interpersonales.

### **3.1.2. OBJETIVOS DE LAS COLABORACIONES**

**Objetivo general:**

- *Mantener la colaboración con áreas municipales, instituciones y otras entidades en el ámbito comunitario con el fin de optimizar los recursos existentes en Educación para la salud.*

Este objetivo se ha alcanzado al mantenerse la colaboración con: Área de Igualdad, Área de Educación (SMAPSIA-Plan IES y Escuelas Infantiles), el Equipo de Atención Temprana de Escuela Infantiles (CM) y con la Red Municipal de Salud (CMS Ayuntamiento de Getafe).



### Objetivos específicos:

**OBJETIVO 1:** *Diseñar y realizar acciones formativas en materia de salud, en función de la disponibilidad del equipo docente, acordes a las necesidades de la población específica atendida por diversas áreas municipales.*

#### **Indicador:**

- *Número de acciones realizadas, duración y asistencia de alumnado en las acciones formativas que se desarrollan en colaboración con otras áreas municipales.*

Se han realizado las siguientes acciones formativas:

- **Área de Educación:** talleres y asesoramiento en el “Plan Municipal de Apoyo a los Institutos de Móstoles”.

#### **Sesión de Sexualidad saludable**

46 sesiones; 46.0 horas lectivas; 1058 alumnos/as. Distribución por género estimada V: 371 y M: 687

#### **Talleres de Alimentación e imagen corporal**

8 talleres 16.0 horas 140 alumnos/as. Distribución por género estimada V: 73 y M: 70.

- **Área de Igualdad:**

#### **Curso “Salud y mujer”**

10 sesiones, 20 horas, asistencia 12 personas. Distribución por género 12 mujeres y 0 hombres.

**OBJETIVO 2:** *Diseñar y realizar acciones formativas en materia de salud, en función de la disponibilidad del equipo docente, que tengan en cuenta las ofertas y propuestas de instituciones y otras entidades a nivel comunitario y que respondan a las necesidades de la población o de sectores específicos.*

#### **Indicador:**

- *Número de acciones realizadas, duración y asistencia de alumnado en las actividades formativas desarrolladas en colaboración con instituciones y entidades en el ámbito comunitario.*

- **Equipo de Atención Temprana de Escuelas Infantiles:**

- Curso “Escuela de Abuelas y Abuelos” (11 sesiones, 22 horas lectivas, asistencia 16 personas). La distribución por género ha sido 15 mujeres y 1 hombre.

- **Red Municipal de Salud:**

- Curso “Si la vida te da limones, hagamos limonada”. (11 sesiones, 22 horas lectivas, asistencia 14 personas). La distribución por género ha sido 14 mujeres y 0 hombres.



## ACTIVIDADES.

### • CURSOS

#### “Comprar y comer, fuente de salud”

**Duración: 18 horas. Asistencia: 18 personas. Mujeres: 16 Hombres: 2 Puntuación global (5): 4.9**

**Ajustada sobre 10= 9.8**

Durante el curso, el grupo ha practicado realizar menús saludables y adaptados a las circunstancias especiales que se pueden dar dentro de las familias para poder elaborar una dieta diaria y semanal ajustada a cada caso, eligiendo alimentos naturales, sanos, elaborados de forma que ganen en nutrientes y no en calorías vacías. En definitiva, menús sanos, equilibrados y adaptados.

El grupo ha participado activamente y los contenidos han sido muy bien valorados, sobre todo la elaboración práctica de diferentes menús. Les ha gustado mucho conocer el etiquetado de los alimentos y aprender a elegir mejor en la compra. Este curso aporta a la población, herramientas y conocimientos que generan un mayor bienestar al aprender a seleccionar mejor los alimentos para comer de forma más saludable y un estilo de vida más sano, como así lo demuestra la excelente valoración general que el grupo ha hecho del mismo, 4.9 sobre 5. Cumplen las expectativas bastante y mucho un 100% y se han sentido bien y muy bien el 100%. Se considera que para el próximo curso se puede posponer al siguiente ser un pilar fundamental de la salud.

#### “Vive tu estrés con salud”

**Duración: 38 horas. Asistencia: 18 personas. Mujeres: 16 Hombres: 2 Puntuación global (5): 5**

**Ajustada sobre 10= 10**

Este curso ha tenido una demanda de 46 personas, se convocó a 22 y asisten de forma regular 18.

A través de este curso se ha logrado diferenciar entre los conceptos de estrés positivo y estrés crónico aportando los conocimientos precisos para que cada persona analice los factores o elementos que les generan estrés y conocer las estrategias que les pueden ayudar a un mejor control, habiéndose cumplido, de esta manera, los objetivos propuestos. La razón por la cual las personas eligieron este curso es fundamentalmente ampliar conocimientos (47%) para salir de situaciones que les estaban generando estrés. Es un curso muy bien valorado por las personas que asisten porque incide en gran medida en el análisis personal sobre los factores que en cada persona son generadores de estrés crónico y en el esfuerzo semanal que cada persona tiene que realizar por ir cambiando la forma en que interpreta su realidad. El alumnado ha tenido mucha regularidad en la asistencia.

Hay que destacar que en la evaluación que hacen del curso, el 30% de las personas refieren haber conocido el curso en dependencias municipales y el 27% a través de la revista municipal. El 100% considera que este curso les va a ser muy útil en su vida, lo cual incidirá en que puedan vivir de forma más saludable.

En general todos los aspectos relativos a la organización han sido bien valorados, al igual que la elección de los contenidos trabajados. El 100% del alumnado considera que se han cumplido sus expectativas respecto a lo que esperaban del curso.

El 100% de las personas participantes se han sentido bien o muy bien durante el desarrollo de las sesiones y valoran con la máxima puntuación la acción formativa.

Se considera muy adecuado que se continúe programando este curso dada la gran aceptación y valoración que le han dado las personas participantes. En el desarrollo del trabajo se observa una evolución muy positiva entre el alumnado respecto a la incorporación de los conocimientos que se ha ido trabajando y que ha dado como resultado un mejor control de las situaciones estresantes.



### **Curso “Aprende a cuidar tu espada”**

**Duración: 14 horas. Asistencia: 21 personas. Mujeres: 17. Hombres: 4.**

**Puntuación global (5): 4.88 Ajustada sobre 10=9.7**

Este curso ha tenido una demanda de 53 personas, se convocó a 22 y asisten de forma regular 21.

8 de cada diez personas adultas, sufren dolor de espalda alguna vez en su vida, siendo uno de los primeros motivos de consulta en Atención Primaria, por este motivo, con el objetivo de prevenir o mejorar el dolor de espalda, la Escuela Municipal de Salud, organiza este curso. Durante el mismo se han estudiado conceptos básicos de la anatomía y fisiología de la espalda y de los factores que inciden en el dolor, de forma breve, se explicaron las patologías más frecuentes que causan dolor de espalda. Así mismo, se analizaron hábitos adecuados de higiene postural y se practicaron ejercicios que previenen y mejoran el dolor de espalda. En el cuestionario de evaluación todos los ítems son valorados con una puntuación muy elevada.

1. El 88% del alumnado manifiesta estar poniendo en práctica lo aprendido durante el curso y el 100% considera que el curso le va a ser muy útil.
2. El 100% se han sentido BIEN o MUY BIEN durante el transcurso de la actividad y el 94% ha cumplido las expectativas BASTANTE y MUCHO.
3. En la última sesión del curso, se dispone de un espacio abierto de opinión donde cada alumno expone su parecer. Todo el alumnado, expresó un alto grado de satisfacción con el curso recibido, destacando haber mejorado su forma de andar y la higiene postural en general.
4. Las sesiones mejor valoradas han sido las relativas a ejercicios prácticos e higiene postural.

Es muy adecuado seguir impartiendo este curso en ediciones posteriores, ya que el dolor de espalda es una patología muy frecuente en la población adulta y puede prevenirse o mejorar, si se tienen conocimientos básicos de higiene postural en la vida diaria y se realizan ejercicios de fortalecimiento de la musculatura. Este aprendizaje se posibilita con este curso.

### **“Mejora la salud de tu corazón”**

**Duración: 30 horas. Asistencia: 18 personas. Mujeres: 15. Hombres: 3. Puntuación global (5): 5**

**Ajustada sobre 10= 10**

Este curso ha tenido una demanda de 47 personas, se convocó a 24 y asisten de forma regular 19.

Las enfermedades cardiovasculares, se encuentran entre las principales causas de mortalidad, entre la población española. Como muchas de ellas se pueden prevenir o mejorar, incorporando hábitos de vida cardiosaludable (alimentación, ejercicio físico, control de estrés, etc.) la escuela realiza este curso, con el objetivo de transmitir hábitos cardio-saludables, que favorezcan su prevención, o que incidan positivamente en su control, si ya se tienen.

A lo largo de las sesiones que forman parte de este curso, se han tratado los factores de riesgo y protección cardiovascular. Incidiendo mucho en la dieta cardio-saludable, sobre todo en el control de la HTA e Hipercolesterolemia, ya que entre el alumnado había bastantes personas que tenían estos factores de riesgo. En este curso no se ha realizado paseo cardio-saludable, debido a las inclemencias del tiempo, pero se dedicaron dos clases al ejercicio físico cardio-saludable, estas sesiones han sido muy bien valoradas. En estas clases hubo supervisión individual por parte de la docente para que el alumnado comprobase que se pueden hacer ejercicios sin salir de casa. Se dedicaron 2 sesiones a la práctica de la respiración abdominal y ejercicios de relajación como herramientas de control de estrés, también se trabajaron las emociones positivas. Como vemos, se han analizado los determinantes de la salud cardiovascular y se han hecho ejercicios prácticos. El último día de clase se hizo un repaso en voz alta, de los principales factores de riesgo y protección cardiovascular, la totalidad del alumnado respondió correctamente a las preguntas formuladas.

En el cuestionario de evaluación todos los ítems son valorados con una puntuación muy elevada. En el apartado de puntuación global, el curso recibe la puntuación máxima de **5** sobre 5. (**10** sobre 10) reflejando el grado de satisfacción del alumnado en relación con el curso recibido. También expresan su satisfacción en las preguntas abiertas.



Dada la alta prevalencia de las enfermedades cardiovasculares, en población adulta en nuestro país, es muy necesario seguir con la impartición de este curso en los próximos años.

### **“Activa tu Mente”**

**Duración: 22 horas. Asistencia: 17 personas. Mujeres: 16 Hombres: 1 Puntuación global (5): 4.8**

**Ajustada sobre 10= 9.6**

El número de personas que han demandado este curso han sido de 36, se convocaron a 17 y asisten de forma regular las 17 personas.

Las quejas de memoria son una de las afirmaciones más frecuentes a partir de los 50 años, de ahí que se haya programado un curso en el que abordar estrategias que mejoren esa percepción para personas con edades comprendidas entre los 50 y los 64 años. El curso combina contenidos teóricos, con multitud de ejercicios prácticos específicos para trabajar fundamentalmente la atención y la concentración, además de otras estrategias que favorezcan la estimulación cognitiva. La razón por la cual eligieron este curso es, fundamentalmente, para ampliar conocimientos (72%). El 100% considera que este curso les va a ser muy útil en su vida, al utilizar los valores “Bastante y Mucho”, lo que facilita una percepción más positiva de sí mismas.

En general todos los aspectos relativos a la organización han sido bien valorados, al igual que la elección de los contenidos trabajados. El 100% del alumnado considera que se han cumplido sus expectativas “Bastante y Mucho” respecto a lo que esperaban del curso.

El 100% de las personas participantes se han sentido “Bien y Muy Bien” durante el desarrollo de las sesiones. En cuanto a la puntuación global que dan a esta actividad el 100% del alumnado valora con la máxima puntuación la acción formativa.

Se considera importante continuar programando este curso ya que se ha comprobado que el alumnado cambia su forma de valorarse, siendo mucho más positiva esta percepción. Comprueban que prestan más atención y que son capaces de retener y recordar mejor todo aquello que desean. Destacar que en este curso es fundamental el compromiso personal para la realización de tareas en casa, ya que les ayuda a entrenar estrategias para el refuerzo de las diferentes fases de la memoria.

### **“Gana salud con las emociones positivas”**

**Duración: 18 horas. Asistencia: 20 personas. Mujeres: 14 Hombres: 6 Puntuación global (5): 5**

**Ajustada sobre 10= 10**

Es un curso con una gran demanda, 66 personas, en el que se admite a 23 personas, pero 3 personas dejan el curso por motivos personales. Se les entrega el cuestionario para que lo rellenen en casa y lo traigan porque el último día no da tiempo, por lo que se recogen 13 cuestionarios.

La forma de conocer el curso ha sido por partes iguales a través de dependencias municipales, por la difusión de la revista municipal que se buzonea y por otros motivos. Las personas participantes han valorado muy positivamente (100% Bien y Muy Bien) los contenidos y la metodología utilizada para el aprendizaje de los diferentes conceptos abordados. Han cumplido las expectativas que tenían al inicio del mismo bastante y mucho en el 100% de los casos. Manifiestan que adquieren conocimientos y herramientas que facilitan el aprendizaje y la puesta en marcha en su vida cotidiana. Insisten sobre todo en resaltar que han aprendido a reflexionar y a analizar lo que les sucede y como manejan sus emociones de forma más positiva (en algunos casos incluso la familia es la que les devuelve el cambio que han generado en su actitud).

Como consecuencia se valora muy adecuada la continuidad de trabajar esta temática en el próximo curso.

### **“Imagen corporal y control de peso”**

**Duración: 18 horas. Asistencia: 21 personas. Mujeres: 17 Hombres: 4. Puntuación global (5): 4.8**

**Ajustada sobre 10=9.6**

El número de personas que han demandado este curso han sido de 42, se convocaron a 27 y asisten de forma regular las 21 personas.



Este curso es eminentemente práctico, además del contenido teórico relativo a cuáles son las causas del sobrepeso u obesidad y cómo controlar el peso de una forma sana y equilibrada; en este curso se realizaron muchos ejercicios prácticos de confección de dietas de adelgazamiento que se corrigieron en clase. Cada persona hizo un registro semanal de su dieta diaria y la docente lo corrigió de forma personalizada dando pautas de mejora a nivel individual. Se hizo un control del peso al principio y final del curso, donde la mayoría del alumnado perdió entre 2 y 3 kilos de peso. Y se dedicaron dos sesiones prácticas a la realización de ejercicio físico como pilar fundamental para la pérdida de peso. En una de ellas el objetivo era aprender a incluir la actividad física en la vida diaria y realizar ejercicio físico en casa y en la otra se realizó paseo saludable y se explicó cómo usar de forma adecuada los aparatos de los parques. En relación a la imagen corporal se dedicó una sesión a trabajar la autoestima, esta sesión fue muy bien valorada por parte del alumnado. En el cuestionario de evaluación todos los ítems son valorados con una puntuación muy elevada. En el apartado de puntuación global, el curso recibe la puntuación máxima de **4.8** sobre 5. (**9.6** sobre 10) reflejando el grado de satisfacción del alumnado en relación con el curso recibido. También expresan su satisfacción en las preguntas abiertas. Un **99%** del alumnado manifiesta que ya está utilizando lo aprendido en el curso, en su vida diaria y el **100%** piensa que el curso le va a ser muy útil (**Indicador del cumplimiento del objetivo del curso**)

Dada la alta prevalencia del sobrepeso y obesidad en población adulta en nuestro país, se considera que es muy necesario seguir con la impartición de este curso en los próximos años.

#### **“Claves para dormir mejor.”**

**Duración: 14 horas. Asistencia: 17 personas. Mujeres: 12 Hombres: 5 Puntuación global (5): 4.9 Ajustada sobre 10= 9.8**

El número de personas que han demandado este curso han sido de 62 personas, se convocaron a 21 y asisten de forma regular 17.

Se logran alcanzar los objetivos planteados, en gran medida, ya que todas las personas participantes han manifestado haber mejorado en su descanso y además se ha generado un ambiente muy participativo. Es cierto que el éxito de este curso radica en el trabajo individual del registro y el análisis del sueño semanal, más que en la interacción grupal. No obstante, compartir experiencias personales siempre favorece una mejor adquisición de conocimientos.

La razón por la cual las personas eligieron este curso es fundamentalmente ampliar conocimientos (57%). Hay que destacar que en la evaluación que hacen del curso, el 55% de las personas refieren haber conocido el curso por la revista municipal y la web. El 95% considera que este curso les va a ser muy útil en su vida, lo cual incidirá en que duerman mejor.

En general todos los aspectos relativos a la organización han sido bien valorados, al igual que la elección de los contenidos trabajados. El 95% del alumnado considera que se han cumplido sus expectativas respecto a lo que esperaban del curso. El 95% de las personas participantes se han sentido “Bien o Muy Bien” durante el desarrollo de las sesiones. En cuanto a la puntuación global que dan a esta actividad el 95% del alumnado valora la acción formativa con la máxima puntuación (5) y el 5% con la anterior (4).

Se considera importante continuar programando este curso ya que se ha comprobado una mejoría en el sueño y el descanso de las personas participantes. El compromiso personal es fundamental para el registro diario de sueño y la mayoría lo ha realizado, lo cual ha favorecido poder alcanzar en gran medida los objetivos. Este curso aporta, a la población del municipio, herramientas y conocimientos que generan un mayor bienestar y unas condiciones de vida más saludables, como así lo demuestra la excelente valoración que el grupo de participantes ha hecho del mismo.



## MONOGRÁFICOS

### Monográfico “Actúa en situaciones de Urgencia”

**Duración: 6 horas. Asistencia: 12 personas. Mujeres: 12 Hombres: 0.**

**Puntuación global: 9.5 (sobre 10).**

El número de personas que han demandado este curso han sido de 55 personas, se convocaron a 21 y asisten de forma regular 19.

Este curso aporta a la población del municipio, herramientas y conocimientos que generan una mayor seguridad a la hora de atender una situación de emergencia y enfrentarla con serenidad. Además de eliminar muchos mitos y creencias en este aspecto que en ocasiones podían ser incluso perjudiciales.

Los objetivos planteados en este curso, se han cumplido porque se han dado las nociones básicas y han participado activamente con casos reales para valorar la actuación, y así lo reflejan los múltiples comentarios recogidos en el cuestionario de evaluación.

La valoración que hace el grupo respecto a los contenidos impartidos, su utilidad para la vida cotidiana y la reflexión de lo aprendido, en función de las necesidades de cada cual, es un buen indicador respecto al cumplimiento de los objetivos. Valoran la utilidad con un 9.2 (sobre 10) y la facilidad de la reflexión con un 9.0 (sobre 10). La metodología empleada ha sido activa y práctica sobre todo por el tema tratado, generando en el grupo el aprendizaje colectivo desde la implicación personal y la participación. Puntúan la forma de dar las sesiones con un 8.9. Se han realizado ejercicios con casos prácticos y además la práctica de la reanimación cardiovascular con un muñeco específico para ello. La valoración que hace el grupo, respecto a los temas tratados han sido puntuados muy positivamente, con un 8.9 (sobre 10). También algunas personas se quejan de es corto en tiempo para el desarrollo más específico de los temas.

Considero que el monográfico, desde el punto de vista de los contenidos, ha sido bastante completo y adecuado a los objetivos propuestos, aunque es cierto que se podría necesitar más tiempo para desarrollar y profundizar en los temas. Es aconsejable realizar el curso que viene un curso más largo dada la gran demanda.

### Monográfico “Disfruta de tu menopausia”

**Duración: 6 horas. Asistencia: 12 personas. Mujeres: 12 Hombres: 0.**

**Puntuación global: 9.5 (sobre 10).**

El número de personas que han demandado este curso han sido de 19 personas, se convocaron a 13 y asisten de forma regular 12.

Los objetivos planteados en este curso, se han cumplido porque se han dado las nociones básicas, se ha facilitado la reflexión y han participado activamente con sus propias experiencias de vida. La valoración que hace el grupo respecto a los contenidos impartidos (9.1), su utilidad para la vida cotidiana (9.5) y facilitar la reflexión de lo vivido (9.7), es un buen indicador respecto al cumplimiento de los objetivos y todas las puntuaciones superan el 9 (sobre 10). Desde el principio, todas las personas manifestaron un gran interés por la temática que se ha visto reflejado en la regularidad en la asistencia y en la puntuación que dan tanto a nivel del grupo, 9.8 como a nivel individual, un 10.0, la máxima puntuación. La puntuación global que dan al monográfico, 9.8 sobre 10, es bastante coherente con la valoración que han dado a los diferentes apartados evaluados.

Desde mi punto de vista ha sido un grupo muy implicado y sensibilizado por el tema, puesto que sigue teniendo muy mala prensa esta etapa de la vida, especialmente con las mujeres, la temática es muy motivadora y en general venían con buena predisposición para aprender. Esta actividad formativa aporta a la población del municipio, herramientas y conocimientos que generan una mayor autoestima y fomenta el auto-cuidado. Además se eliminan muchos mitos y creencias en este aspecto que en ocasiones son perjudiciales y deterioran la salud.



### **Monográfico “Para personas cuidadoras”**

**Duración: 6 horas. Asistencia: 12 personas. Mujeres: 12 Hombres: 0.**

**Puntuación global: 9.5 (sobre 10).**

El número de personas que han demandado este curso han sido de 24 personas, se convocaron a 16 y asisten de forma regular 13.

Dada la escasa duración del curso, el objetivo principal era dar a conocer el “Síndrome de las personas cuidadoras” y unas estrategias básicas de mejora, fundamentalmente aprender respiración, relajación y saber solicitar y buscar ayuda. Estos objetivos se han cumplido. La valoración que hace el grupo respecto a los contenidos impartidos, su utilidad para la vida cotidiana y la reflexión de lo aprendido, (en función de las necesidades de cada cual), es un buen indicador respecto al cumplimiento de los objetivos. Valoran la utilidad con un **9.5** (sobre 10) y el curso recibe una puntuación global de **9.5**

En la última sesión del curso, se dispuso de un espacio abierto de opinión donde cada persona expuso su parecer. Todas expresaron estar muy satisfechas. También manifestaron que les habría gustado que el curso tuviera más duración. Destacaron que los temas habían sido muy interesantes, pero les habría gustado tener más tiempo para expresar sus sentimientos. En este tipo de cursos la carga emocional de las personas participantes es muy alta.

Aunque el objetivo principal de los monográficos es iniciarse en la temática propuesta y ser un punto de partida para conocer el tema con más profundidad en cursos más largos, hay que reconocer que por la complejidad del tema tratado, este monográfico se ha quedado muy corto de tiempo.

### **COLABORACIÓN CON EL ÁREA DE IGUALDAD**

#### **Curso “Salud y Mujer”**

**Duración: 20 horas. Asistencia: 12 personas. Mujeres: 12 Hombres: 0.**

**Puntuación global: 5 (sobre 5). Ajustada sobre 10: 10**

Este curso favorece la salud integral de las mujeres así como la colaboración entre áreas municipales que es una estrategia que incide en la eficacia y la rentabilidad de los servicios públicos.

Según se constata con los resultados de los cuestionarios escritos y la evaluación verbal realizada el último día, el curso desarrollado alcanza en gran medida las metas y objetivos propuestos, logrando en el plazo de realización del mismo, cambios respecto a la percepción de la salud que tiene el alumnado que ha participado y a las decisiones precisas, en función de cada persona, para su mejora.

El curso se ha diseñado teniendo en cuenta la experiencia de años pasados, considerando de manera positiva la ampliación del número de sesiones respecto al año anterior. Respecto a la actual edición, sería conveniente reorganizar los contenidos de las sesiones con el fin de atender de forma más adecuada las necesidades del alumnado. Para la próxima edición sería preciso ampliar las sesiones dedicadas a comunicación y solución de conflictos.

La combinación de teoría y práctica en los contenidos permite motivar al grupo para el cambio en los hábitos inadecuados, ya que según va avanzando el proceso formativo van constatando la mejoría.

Señalar lo adecuado de diseñar actividades formativas desde la Escuela Municipal de Salud y el Área de Igualdad para promover la salud de las mujeres desde la perspectiva de género, por ello nos parece importante y necesario continuar con la colaboración en el próximo curso.

El grupo ha valorado muy positivamente la formación recibida, señalando un 100% del alumnado que los conocimientos adquiridos les van a ser muy útiles para su vida.

Este curso aporta, a las mujeres del municipio, herramientas y conocimientos que generan un mayor bienestar y unas condiciones de vida más saludables, como así lo demuestra la excelente valoración que el grupo de participantes ha hecho del mismo, por ello se recomienda continuar planificando esta temática para el próximo curso.



## **COLABORACIÓN CON EL EQUIPO DE ATENCIÓN TEMPRANA**

### **“Escuela de abuelas y abuelos” (en colaboración con el Equipo de Atención Temprana)**

**Duración: 22 horas. Asistencia: 14 personas. Mujeres: 13 Hombres: 1 Puntuación global (5): 4.9**

**Ajustada sobre 10= 9.8**

Hay una demanda de 31 personas, inscritas en la Escuela Municipal de Salud, en Escuelas Infantiles y centros educativos de Infantil, así como derivados del Centro de Salud Presentación Sabio de Móstoles, se convocaron a 16 y asistieron de forma regular 14. De hecho, el 46.2% conocen la actividad por personas conocidas y el 30.8% en dependencias municipales. Han asistido de forma regular 16 personas, de las cuales 1 es hombre (rellenan el cuestionario 14 porque faltan por distintos motivos personales) y vienen en pareja 1 persona.

Se cumplen todos los objetivos, incluso hay gente que no le importaría repetir. Valoran muy positivamente la organización, la variedad y calidad tanto técnica como humana de los profesionales que participan así como la utilidad de lo aprendido (100% bastante y mucho). Dan mucho valor a la confianza, respeto y humanidad generada en el grupo, cumplen las expectativas (100% bastante y mucho) y se han sentido bien y muy bien el 100%. Han utilizado mucho los libros cedidos por la biblioteca municipal en el préstamo semanal (76 préstamos de 55 libros prestados por la Biblioteca Municipal). Venimos observando que desde algunas ediciones anteriores, queda poco espacio para la exposición y resolución de dudas en la sesión de recursos para mayores y la infancia, con lo que plantearemos dividir esta sesión en dos para dar más facilidad a la participación del grupo.

La coordinación interinstitucional ha sido adecuada con todas las instituciones participantes e implicadas, cubriendo cada cual los objetivos acordados. Se han cumplido los objetivos del programa dada la evaluación tan positiva de los asistentes y de los organizadores. El espacio y el horario han resultado adecuados.

Como en años anteriores, nos parece que esta actividad es interesante, gratificante y muy instructiva, tanto para quienes acuden a ella como para quienes la organizan y hacen el seguimiento de las sesiones.

Hemos comprobado que ha sido muy importante incluir la temática de educación de género como parte del programa general ya que hay que cuidar mucho el lenguaje y la transmisión de mensajes no sexistas desde la más tierna infancia, y desde todas las personas implicadas en la educación de las niñas y los niños. Ha tenido muy buena acogida y se ha reflexionado sobre la transmisión de valores no sexistas en las nuevas generaciones.

Se decide mantener esta actividad el próximo curso por su gran demanda y su excelente valoración.

## **COLABORACIÓN CON LA RED MUNICIPAL DE SALUD**

### **“Si la vida te da limones, hagamos limonada”**

**Duración: 18 horas. Asistencia: 16 personas. Mujeres: 16 Hombres: 0 Puntuación global (5): 5**

**Ajustada sobre 10= 10**

El número de personas que han demandado este curso han sido de 74 personas, se convocaron a 16 y asisten de forma regular 13.

Se puede decir que los objetivos planteados en este curso se han cumplido en gran medida ya que un porcentaje muy alto de las personas participantes han retomado actividades gratificantes y han iniciado nuevas, siendo una herramienta muy adecuada frente al estrés y la depresión. Además, en general, todas las personas asistentes han manifestado haber mejorado aspectos en su forma de comunicarse habiendo mejorado la imagen de sí mismas. Es destacable que en todas las sesiones surgían comentarios relacionados con las experiencias en torno a los contenidos que se venían abordando en las clases.

La valoración que hace el grupo respecto a los contenidos impartidos, su utilidad para la vida cotidiana y en el futuro y la aplicación de lo aprendido, en función de las necesidades de cada cual, es un buen indicador respecto al cumplimiento de los objetivos



Las temáticas abordadas en el curso, han sido adecuadas para alcanzar los objetivos propuestos. Se han incluido en el manual referencias bibliográficas que les permita disponer de recursos al alumnado para ampliar conocimientos de las diferentes materias abordadas. La valoración que hace el grupo, respecto a los temas tratados, ha sido muy positiva. Destacar que el 92% de las opiniones, los han valorado con Muy Bien y el 7% con Bien. En general todos los contenidos tratados les han resultado interesantes, concretando algunas de las personas una preferencia especial por los relacionados con: comunicación, análisis de la conducta, estrés y depresión.

Respecto a los temas que menos les han gustado, el alumnado refiere que les han gustado todos.

Incluir en los objetivos específicos el objetivo “Favorecer las relaciones interpersonales con el fin de ampliar las interacciones sociales de las personas participantes”, ya que nos parece que, en este curso, por el compromiso que requiere el trabajo semanal, este objetivo generaría también una mejora en el alumnado. Alguna alumna nos ha comentado que algunas personas se habían dado los teléfonos para verse una vez finalizado el curso.

Respecto a los contenidos consideramos apropiado reorganizar los contenidos de cada sesión ya que resultan muy amplios teniendo en cuenta la importancia de corregir el trabajo semanal de cada participante. Sería necesario ampliar el nº de sesiones para planificar los contenidos por sesiones de una forma más realista. Respecto a las tareas semanales han sido muy eficaces al motivar al alumnado a cambiar su conducta cotidiana.

Este curso aporta, a la población del municipio, herramientas y conocimientos que generan un mayor bienestar y unas condiciones de vida más saludables, como así lo demuestra la excelente valoración que el grupo de participantes ha hecho del mismo, por ello se recomienda continuar planificando esta temática para el próximo curso.

## **3.2. SENSIBILIZACIÓN**

### **3.2.1. OBJETIVOS DE LAS COLABORACIONES (SENSIBILIZACIÓN)**

#### **Objetivo general**

- *Favorecer el análisis y la toma de conciencia sobre la importancia que tienen los determinantes de la salud y los estilos de vida en el bienestar de las personas.*

Este objetivo se logra con las actividades que se programan en la IX Semana de la Salud, Días Mundiales y Nacionales y las Conferencias.

#### **Objetivos específicos**

**OBJETIVO 1:** *Diseñar y organizar acciones concretas relacionadas con la promoción de la salud.*

El objetivo se ha alcanzado ya que se han organizado actividades de sensibilización en las que se ha promocionado hábitos de vida saludables.

#### **Indicador:**

- *Número de acciones de sensibilización realizadas, duración y asistencia de personas.*

Se han diseñado, organizado y/o participado dos charlas coloquio:

- Una charla coloquio con el Servicio de Psiquiatría del Hospital Universitario de Móstoles:  
Duración: 1.5 horas. Asistencia: 100 personas. Mujeres: 82. Hombres: 18
- Una charla coloquio con el Colegio Profesional de Higienistas Dentales de la Comunidad de Madrid:  
Duración: 1.5 horas. Asistencia: 44 personas. Mujeres: 37. Hombres: 7.



**OBJETIVO 2:** *Diseñar, organizar y desarrollar acciones de sensibilización de forma conjunta con entidades del municipio.*

El objetivo se ha cumplido al planificarse y desarrollarse un número elevado de actividades de sensibilización, en colaboración con diferentes entidades tanto municipales como interinstitucionales.

**Indicador:**

- *Número de acciones organizadas y /o desarrolladas cooperativamente.*
  - IX Semana Municipal de la Salud. Se diseñan, por consenso de toda la comisión organizadora, 50 acciones, 45 dirigidas a población general y 5 para centros educativos.
  - DÍAS MUNDIALES
    - Día Mundial sin Tabaco: Se realizaron 12 actividades.
    - Día Mundial del VIH-SIDA: Se realizaron 14 actividades.
    - Día Mundial de la Salud: Se realizaron dos actividades.
    - Día nacional de la Nutrición: Se realizó una actividad.

**OBJETIVO 3:** *Difundir materiales divulgativos propios y ajenos.*

El objetivo se ha cumplido al haberse difundido diversos materiales, relacionados con la Promoción de la Salud y que se consideran de interés para la población del municipio.

**Indicador:**

- *Número de materiales difundidos en el año 2017-2018*
  - En la IX Semana de la Salud, las distintas Entidades Socio-Sanitarias difundieron sus propios materiales entre las personas asistentes. Así mismo se elabora un folleto con la relación de actividades que se desarrollan incluyendo el contacto de las distintas Entidades Socio-Sanitarias que forman parte de la Comisión organizadora, siendo en esta edición 1500 ejemplares.
  - En la Escuela de Abuelas y Abuelos se elabora un díptico específico con el programa de sesiones, del que se repartieron 500 ejemplares. Además en cada sesión se distribuyen materiales por parte de las profesionales y 25 folletos de Cruz Roja sobre los accidentes y otros 25 ejemplares del folleto de "Accidentes, ¿Qué podemos hacer?".

No se ha registrado el número de materiales distribuidos, en las siguientes acciones:

- En los Días Mundiales y Nacionales se elaboraron y difundieron materiales propios y ajenos en diferentes formatos.
- En todas las actividades formativas de este curso se han distribuido diversos materiales (cuentos, dietas, textos, ejercicios, recomendaciones,...) y folletos sobre alimentación, primeros auxilios, estrés...

**ACTIVIDADES**

**Conferencia "APRENDE A CUIDARTE: CONOCE TUS EMOCIONES"** En colaboración con el Servicio de Psiquiatría del Hospital Universitario de Móstoles.

**Duración: 1.5 horas. Asistencia: 100 personas. Mujeres: 82. Hombres: 18**

Ha presentado la conferencia Ana M<sup>a</sup> Rodrigo García, Concejala Delegada de Igualdad, Sanidad y Mayores.



Previamente a la realización de la conferencia se había ofertado a los Centros Municipales de Mayores, a las dos asociaciones de personas sordas del municipio y a la entidad Grupo AMAS, la posibilidad de reservarles una serie de plazas ya que el tema consideramos que es de gran interés desde una concepción integral de la salud de las personas.

Han asistido 3 profesionales de los Centros Municipales de Mayores y una persona profesional del Grupo AMAS. Por parte del Hospital ha asistido Julia Benito Rodríguez, Responsable de Comunicación del Hospital Universitario de Móstoles.

En conjunto la conferencia ha tratado de abordar los diferentes aspectos que conforman el entramado de las emociones en la vida de las personas. Se han aclarado conceptos básicos para tomar conciencia de la importancia que tiene el reconocimiento de qué estoy sintiendo y por qué, con el fin de poder saber la razón de cómo se siente la persona. En la segunda parte se ha abordado la importancia de una adecuada gestión de las emociones para ganar salud, se ha realizado una exposición en la que se han confundido términos (pensamientos, habilidades sociales, emociones...) y en la que los ejemplos utilizados han sido poco apropiados ya que han tenido sesgo de género (las mujeres pueden meditar fregando, haciendo ganchillo...). Por otro lado sí ha sido adecuada la información relativa a las diferentes estrategias que se pueden utilizar para ayudar a las personas a encontrar la relajación y la concentración con el fin de una mejor gestión emocional (meditación, contemplación, respiración...).

#### **Conferencia “LA SALUD DE LA BOCA DE LAS PERSONAS MAYORES”. En colaboración con el Colegio de Higienistas Dentales de la Comunidad de Madrid.**

**Duración: 1.5 horas. Asistencia: 44 personas. Mujeres: 37. Hombres: 7.**

La conferencia ha abordado diferentes aspectos relacionados con la salud de la boca, iniciándose con la explicación de conceptos sencillos de la anatomía y función de la boca para posteriormente detallar los cuidados precisos para una adecuada higiene dental e incidiendo especialmente en los implantes y prótesis. Sobre todo ha insistido en la importancia de lavarse los dientes. Todas las explicaciones se han apoyado en vídeos muy clarificadores y en materiales que ha aportado la ponente con el fin de que las personas pudieran reconocer de qué se estaba hablando (cepillos interdentes). Las personas participantes han ido realizando preguntas según les surgían las dudas respecto a lo que la ponente iba explicando, siendo muy clara en las respuestas y ofreciendo soluciones argumentadas que favorecían el uso de materiales que no son muy caros. Desde el Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid se ha regalado a cada persona participante un kit de cepillo y pasta dentífrica.

Como conclusión insistir en que desde la Escuela Municipal de Salud se considera muy importante sensibilizar y formar a la población en el cuidado de su salud y la boca es un aspecto muy poco conocido para las personas mayores.

#### **IX SEMANA MUNICIPAL DE LA SALUD**

**Duración: 118.5 horas. Asistencia: 2418 personas. Mujeres: 1435. Hombres: 983.**

- **Actividades dirigidas a población general:**
  - **Duración: 103 horas. Asistencia acumulada: 2010 personas. Mujeres: 1231. Hombres: 779.**
- **Actividades dirigidas a Centros educativos:**
  - **Duración: 15.5 horas. Asistencia acumulada: 408 alumnos/as. Aulas participantes: 17. Centros educativos participantes: 5**

Entre los días 23 y 27 de Abril de 2018 se ha desarrollado la IX edición de la Semana Municipal de la Salud, en el municipio de Móstoles. La comisión organizadora de este evento está constituida por profesionales de la Escuela Municipal de Salud del Ayuntamiento de Móstoles y representantes de las Entidades Socio-Sanitarias del municipio. Como en años anteriores, han colaborado otras áreas municipales, diversas instituciones y entidades, tanto del municipio como de fuera del mismo, con el fin de ofrecer a la ciudadanía recursos y experiencias que puedan favorecer una mejora de su salud y calidad de vida.



En esta edición ha participado la Escuela Municipal de Salud y las siguientes entidades Socio-sanitarias del municipio:

- ADISFIM: Asociación de Discapacitados Físicos de Mostoles
- AMDEM: Asociación Mostoleña de Esclerosis Múltiple
- AMDEA: Asociación Mostoleña de Espondilitis y Artritis
- AUSMEM: Asociación de Usuarios de Salud Mental de Mostoles
- AFAMSO: Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer
- AFINSYFACRO: Asociación de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica de Mostoles
- Centro de Rehabilitación de Salud Mental de Mostoles
- AECC: Asociación Española Contra el Cáncer
- Asociación Parkinson de Mostoles
- ACPSM: Asociación Cultural de Personas Sordas de Mostoles
- ONCE: Organización Nacional de Ciegos Españoles
- Grupo Pokora y Grupo Esperanza de Alcohólicos Anónimos de Mostoles (AA)s
- APAM: Asociación para la Prevención del Alcoholismo de Mostoles
- ProTGD: Asociación para promover y proteger la calidad de vida de las personas con Trastorno del Espectro Autista
- ADM: Asociación de Diabéticos de Mostoles
- Cruz Roja Española Mostoles-Navalcarnero
- Asociación Accede a Respira
- GRUPO AMÁS: Asociación de Familias y Amigos a Favor de las Personas con Discapacidad Intelectual de Mostoles
- Asociación JULUMACA
- APACOR: Asociación de Pacientes Coronarios
- Asociación PUNTO OMEGA.

Y han colaborado: Hospital Universitario de Mostoles. Hospital Universitario Rey Juan Carlos. Servicio Madrileño de Salud (Atención primaria). Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid. Clínica Universitaria. Universidad Rey Juan Carlos. Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid. CILSEM. Conservatorio Rodolfo Halffter. Asociación "El Roble". BIOPTRON. Fundación Alberto Contador. CUESA SPORT (Piscina, Gimnasio y SPA).

#### **Tabla resumen de las actividades realizadas:**

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>Nº PART</b>	<b>H</b>	<b>M</b>	<b>HORAS</b>
Actividad de Taller de memoria. ADISFIM	15	1	14	1
Charla coloquio "Aspectos psicológicos de la enfermedad oncológica". AECC	50	7	43	2
Taller "Prevención de ciberviolencias machistas"				
Comisión EPS Escuela y PUNTO OMEGA. IES Felipe Trigo	48	33	15	1,5
Actividad de Ejercicio Físico. ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD	11	1	10	1,5
Taller "Intimidad y respeto en las redes sociales, la familia y el buen uso de las TIC"				
Comisión EPS Escuela y PUNTO OMEGA. IES M. Malasaña	8	2	6	1,5
Actividad PILATES. ADISFIM	15	2	13	1
Taller "Mejora tu autoestima y tu inteligencia emocional"				
CLINICA UNIVERSITARIA URJC	19	4	15	1,5
Actividad de Aguagym y Spa "Movimiento y bienestar"				
ACCEDE A RESPIRO con Gimnasio SPA CUESA SPORT	29	5	24	5



Fototerapia (BIOPTRON CONLUZ POLARIZADA). AMDEA	37	6	31	12
Charla Taller "Aprendiendo a Querernos". CRUZ ROJA	20	1	19	1,5
Charla Coloquio "Salud Sexual y reproductiva: anticoncepción, prevención del cáncer femenino. Conociendo el climaterio" HURJC	8	2	6	2
Taller RCP "Tus manos pueden salvar vidas". HUM	25	18	7	3
Actividad Musicoterapia. PARKINSON	46	22	24	2
Taller "Intimidad y respeto en las redes sociales, la familia y el buen uso de las TIC" Comisión EPS Escuela y PUNTO OMEGA. IES Los Rosales	7	2	5	1,5
Actividad Reiki. AUSMEM	50	18	32	2
Charla Coloquio "Impacto psicosocial ante el diagnóstico de una enfermedad crónica" AFINSYFACRO	11	0	11	1,5
Educación para la Salud mental "Taller de Autoestima". HUM	25	1	24	2
Charla Coloquio "Alcohol, jóvenes y familia". APAM	65	35	30	2
Charla Coloquio "Como prevenir y acompañar en el acoso y ciberacoso". Comisión EPS Escuela y PUNTO OMEGA. IES Los Rosales	2	0	2	2
Campaña de detección, prevención y control de la Diabetes tipo II. Mesa de detección. HURJC	65	23	42	4
Campaña de detección, prevención y control de la Diabetes tipo II. Charla Coloquio "La dieta en el paciente diabético". HURJC	23	5	18	2
Taller "Prevención de Abusos en Jóvenes" GRUPO AMAS	21	11	10	1,75
Taller de creación coreográfica "En danza por la Salud". GRUPO AMAS	68	30	38	1,75
Grabación de LIP DUB "En danza por la Salud". GRUPO AMAS	70	30	40	0,5
Charla-taller "Prevención de la Enfermedad Cardiovascular" APACOR	52	7	45	2
Educación para la Salud Mental "Cuidando al cuidador". HUM	3	1	2	2
Actividad "Neurogym, Atención y funciones ejecutivas" CLINICA UNIVERSITARIA URJC	9	0	9	1,5
Taller "Reanimación cardiopulmonar". CRUZ ROJA	22	6	16	1,5
Cine Forum "Días de vino y rosas". Grupo Pokora y Grupo Esperanza de AA Móstoles	25	15	10	2,5
Taller de Memoria. PARKINSON	40	23	17	2
Mediciones de glucosa. ADM	150	95	55	3
Optometrías. ADM	150	95	55	3
Charla Coloquio "El beneficio del deporte en la Salud Mental". AUSMEM	90	51	39	1,5
Charla coloquio "Cuidate en Positivo". CRPS	90	51	39	1,5
Taller "Intimidad y respeto en las redes sociales, la familia y el buen uso de las TIC". Comisión EPS Escuela y PUNTO OMEGA. IES Miguel de Cervantes	11	1	10	1,5
"El baile como actividad saludable. AMDEM	22	1	21	2
Charla Coloquio "Manejar los alimentos en la Diabetes". ADM	21	6	15	2
Ecografías óseas. AMDEA	48	3	45	5



Actividad Juego de Petanca mixto. ACPSM y JULUMACA	31	12	19	4,5
Jornada “Deporte inclusivo. Salud y calidad de vida para las personas con Autismo”. ProTGD	33	9	24	3,5
Charla coloquio “Aspectos legales de la Incapacidad”. AFAMSO	55	20	35	2
Escuela de Ictus y Visita a la Unidad de Ictus del HURJC	28	6	22	2
Actuación del “Orfeón Fermín Gurbindo” de la ONCE	333	125	208	2
Actividad “Continuamos con nuestra música” ACCEDE A RESPIRO con el Conservatorio Rodolfo Hallfter	59	33	26	2
<b>TOTALES 2018</b>	<b>2010</b>	<b>779</b>	<b>1231</b>	<b>103</b>

### **Actividades en Centros Educativos**

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>AULAS</b>	<b>PARTIC.</b>	<b>HORAS</b>
Actividad: “Gymkana Pirata”. ADISFIM	9	225	7.5
Taller “Sonrisas Saludables”. COLEGIO DPROFESIONAL DE HIGIENISTAS DENTALES	6	148	6
Actividad “Educación para la Salud Mental. Gestión emocional básica para jóvenes”. HUM	2	35	2
<b>TOTALES</b>	<b>17</b>	<b>408</b>	<b>15.5</b>

### **ACTIVIDADES POR CENTRO EDUCATIVO**

<b>CENTRO EDUCATIVO</b>	<b>Nº AULAS</b>	<b>Nº ALUMNADO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>
COLEGIO BALMES	2	46	Sonrisas Saludables
C.P. JOAN MIRÓ	2	50	Sonrisas Saludables
C.P. JOAN MIRÓ	3	75	Gymkana Pirata
C.P. SEVERO OCHOA	2	52	Sonrisas Saludables
C.P. CELSO EMILIO FERREIRO	6	150	Gymkana Pirata
IES LUIS BUÑUEL	2	35	Gestión Emocional Básica Para Jóvenes

### **Conclusiones**

En la última reunión a la que asistieron las entidades Socio-sanitarias participantes y la Escuela Municipal de Salud, se obtuvieron las siguientes conclusiones:

- La Semana Municipal de la Salud es un evento muy necesario y muy bien valorado por las entidades socio-sanitarias del municipio y la Escuela Municipal de Salud, ya que en ella se divulgan temas que inciden en la mejora de la salud de la población y se difunde la magnífica labor que realizan las asociaciones socio-sanitarias en Móstoles.
- Sirve también para fomentar la coordinación y colaboración entre distintas áreas, instituciones y entidades. Para unir sinergias y rentabilizar las infraestructuras y los recursos en materia de promoción de la salud.
- Acerca a la ciudadanía la problemática de las personas con diferentes enfermedades crónicas, o diversidad funcional y les explica la labor y recursos que les ofrecen las asociaciones socio-sanitarias de Móstoles e Instituciones públicas como es el caso de los Hospitales del municipio.



- En esta IX edición es destacable el incremento de participación, tanto en las actividades dirigidas a población general, como las realizadas en los Centros Educativos del municipio.
- Sería deseable que por parte del Ayuntamiento se dispusiera de soporte técnico, al menos un ordenador portátil y cañón, que se pudiera usar en caso de urgencia.
- En todas las actividades realizadas las personas asistentes manifestaron un alto grado de satisfacción con la temática específica, participando activamente.
- Se ha valorado de forma muy positiva la presencia de la Alcaldesa Dña. Noelia Posse Gómez y de la Concejala de Igualdad, Sanidad y Mayores, Dña. Ana M<sup>a</sup> Rodrigo García, en muchas de las actividades, apoyando a todas las entidades en el desarrollo y difusión de los recursos específicos de cada una.
- Las entidades organizadoras evalúan muy positivamente la disposición y el trabajo de colaboración de otras áreas municipales como Servicios Generales, Cultura, Seguridad Ciudadana, Presidencia, etc.
- Por todo lo anterior, se propone seguir trabajando conjuntamente para la programación de la próxima Semana de la Salud, que ya cumple la X edición.

### DÍAS MUNDIALES Y DÍAS NACIONALES

#### ➤ **DÍA MUNDIAL DEL VIH-SIDA 2017. Comisión Comunitaria VIH-SIDA Móstoles 2017**

**Ayuntamiento de Móstoles (Áreas):** Sanidad –Igualdad -Servicios Sociales –Educación -Juventud

**Comunidad de Madrid:** -Servicio de Salud Pública nº 8 –SERMAS -Hospital Universitario de Móstoles

-Hospital Universitario Rey Juan Carlos -CAID Móstoles. -Universidad Rey Juan Carlos

**Otras entidades:** -Asociación Punto Omega -Cruz Roja Móstoles-Navalcarnero

El 10 de octubre de 2017, se reunió la Comisión Interinstitucional y Comunitaria de VIH de Móstoles, para diseñar actividades en torno al Día Mundial de VIH-SIDA 2017 y elaborar por consenso un programa de actividades participativo. Se tuvo una segunda reunión de la Comisión el día 14 de noviembre de 2017, en esta reunión se presentó a las autoridades municipales la programación y se emitió la nota de prensa para los medios de comunicación.

(Reuniones organizativas 2, duración acumulada 3.5 horas y trabajo no presencial hasta consensuar programa, distribución de materiales para las mesas y puntos de información, evaluación e informes a la Comunidad de Madrid y la preparación y difusión de cada evento.)

#### **Día Mundial de VIH-SIDA 2017. Actividades realizadas, duración y asistencia:**

Actividad	Duración acumulada h.= horas	Asistencia M= mujeres, H=hombres	Observaciones
<b>TALLERES/CINEFORUM</b>			
"Perspectiva Artística VIH" 29/11/17. 10,00 a 11,30 h.	1.5 h.	14 personas M: 10 H: 4	Punto Omega.
Cine Fórum "Los Testigos" 29/11/17.	4.5 h. 2.3 h/sesión Dos pases: 9,30 h. y 19,00 h.	180 personas. M:95 H:85 Alumnos institutos. 145. Público en general. 35.	Concejala de Igualdad, Sanidad y Mayores. Ayto de Móstoles.
Taller: "¿Qué debo saber sobre el VIH-SIDA? Situación actual, mitos y realidad" 28/11/17.12,30-14,30 h.	2.0 h.	8 personas. M: 0. H: 8.	C.A.I.D Móstoles.
Video Fórum:" Sida, la epidemia del siglo XX" 1/12/17. 11,00 h.	1.3 h. (documental 49 minutos+ debate)	16 personas. M: 0. H: 16.	C.A.I.D Móstoles.
Actividad de calle "Objetivo de prevención" 1/12/17. 10,00 a 15,00 h.	5.0 h.	456 personas. M: 255 H: 201.	Cruz Roja Española, Móstoles-Navalcarnero.
Taller Educación Afectivo-	5.0 h.	25 personas. M: 23. H: 2.	Fundación EDEX en



Sexual y Prevención de VIH. Formación de formadores 14/12/17. 9,00 a 14 h.			colaboración con Área de Sanidad y Plan Nacional SIDA.
<b>TOTAL sesiones</b>	<b>19.3 horas</b>	<b>699 personas M: 383 H: 316</b>	
<b>SENSIBILIZACION RADIO</b>			
Radio URJC "Universidad Saludable" VIH-SIDA Diversas perspectivas" 28/11/17	0.5 h.	500 personas*	Universidad Rey Juan Carlos. Comisión VIH-SIDA Mostoles.
"Ganando Salud" SER Madrid- Oeste: "VIH-SIDA_ Día Mundial", "Pruebas detección rápida".	0.5 h	20.000 personas*	Concejalía de Igualdad, Sanidad y Mayores. Escuela de Salud. Salud Pública C.M. Cruz Roja Española. Mostoles
<b>TOTAL radio</b>	<b>1.0 hora</b>	<b>20.500 personas</b> (*audiencia estimada)	
<b>MESAS INFORMATIVAS Y PRUEBAS RÁPIDAS VIH</b>			
H. Universitario Mostoles 01/12/17. 9,30 a 14,00 h.	5.5 h.	Mesa: 250 personas. Pruebas: 47 personas.**	Usuarios del Hospital, profesionales y estudiantes.
H. Rey Juan Carlos 01/12/17. 9.00 a 13:00	4.0 h.	Mesa: 300 pers. M:180 H:120 Pruebas 34. M: 17. H: 17.	Usuarios del Hospital, profesionales y estudiantes
Cruz Roja Prueba rápida VIH 20/11/17. 1 y 18/12/17. 10:00 a 16:00	12.0 h.	37 personas. **	Población
<b>TOTAL mesas</b>	<b>23.0 horas</b>	<b>Mesas: 550 **</b> <b>Pruebas: 118 **</b>	
<b>PUNTOS DE INFORMACIÓN</b>			
Centro de Servicios para Jóvenes. Avda. Portugal 20	5 días_7.0 h/día 35.0 horas	27 personas M: 16 H: 11	Jóvenes
Asociación Punto Omega. C. Emergencia Social y C. Salvador Gaviota.	5 días_5 h/día 25.0 horas.	C. Emergencia Social: 35 personas. M: 5. H: 30. integrados de inserción: 25 personas. M: 7. H: 18. Total 60 personas. M: 12 H:48	Población y usuarios/as P. Omega.
Cruz Roja de Mostoles-Navalcarnero. Av. Carlos V, 5.	5 días_7 h/día 35.0 horas.	90 personas M: 53 H: 37	Usuarios de Cruz Roja y Voluntariado
Área de Igualdad C/ Ricardo Medem, 27	5 días_9 h/día 45.0 horas	630 personas. M: 616 H: 14	Usuarios/as Centro Igualdad, de violencia de género y de SPANT
Área de Sanidad. C.S. Norte-Universidad. 30/11/17. 9,00 – 21,00.	12.0 h.	200 personas. M: 100 H: 100	Alumnado de IES, usuarios del Centro Cultural y asistentes a video-fórum
Área de Sanidad. Asesoría Sexualidad centro de mayores. Juan XXIII, nº 6	5 días_7.0 h/día 35.0 horas	50 personas. M: 33. H: 17.	Usuarios/as Asesoría Sexualidad y usuarios centro mayores
Centro de Servicios Sociales "Vía Láctea" Vía Láctea nº 33	5 días_9 h/día 45.0 horas	***	Usuarios/as Servicios Sociales
Centros de Salud de Mostoles: Dr. Luengo Rodriguez, Felipe II, Parque Coímbra y El Soto.	***	***	Usuarios/as Centros de Salud

\*\*\*sin datos de asistencia, \*\* sin datos por sexo



## Conclusiones:

Las actividades diseñadas y consensuadas por la comisión se han podido realizar sin contratiempos, el resultado ha sido muy positivo. La opción de continuar con la realización de “Pruebas rápidas” en los hospitales, con materiales y apoyo de la Comunidad de Madrid, se sigue valorando como muy conveniente, así como la oportunidad, a lo largo del año, de pruebas realizadas por Cruz Roja y por los servicios de la Comunidad de Madrid. Los materiales han sido suficientes y entregados a tiempo.

El programa de actividades ha tenido difusión amplia en el entorno virtual, entre el colectivo de jóvenes, centros educativos y en la población en general. La pancarta estuvo toda la semana expuesta en la fachada del Ayuntamiento y ha tenido visibilidad en los medios de comunicación.

El registro de datos de visitas a los puntos de información es inviable en algunos de ellos, por lo que se opta por prescindir de los mismos o hacer una estimación aproximativa cuando es posible.

La planificación cooperativa ha sido muy eficiente.

## ➤ DÍA MUNDIAL SIN TABACO:

Conforman la Comisión Interinstitucional y Comunitaria del Día Mundial sin Tabaco 2018: Ayuntamiento de Móstoles: Área de Sanidad, Área de Educación y Área de Juventud. Comunidad de Madrid: Servicio Territorial de Salud Pública 8, Servicio Madrileño de Salud DA Oeste, Hospital Universitario de Móstoles, Hospital Rey Juan Carlos y C.A.I.D.-Móstoles y de la Consejería de Educación la Universidad Rey Juan Carlos. Otras Entidades y ONG: Cruz Roja de Móstoles y Asociación Española Contra el Cáncer.

Tabla: Actividades duración, asistencia y organización

ACTIVIDAD	DÍA	HORAS	ASISTEN	HORA	ORGANIZA
Mesa informativa AECC	29/05	2.0	40 V: 20 M:20	11.00- 13.00	AECC.
Mesa informativa y HUM	31/05	4.0	30 V 14 M 16	09.00- 13.00	Hospital Universitario de Móstoles (vestíbulo)
Mesa informativa + test y espirometrías	31/05	4.0	34 V 14 M 20	9:00- 13:00	Hospital Universitario Rey Juan Carlos
X Concurso HUM dibujo/foto/video	07/06	1.5	60 V:25 M: 35	10.00- 11.30	Hospital Universitario de Móstoles y alumnado de IES Los Rosales y Juan Gris Móstoles
“Prevención Tabaquismo en el ámbito educativo”	29/05	2.0	22 V:3 M: 19	13:00- 15:00	Comisión EPS en el Ámbito Educativo de Móstoles Profesionales de atención primaria
Taller “El tabaco, consecuencias en nuestra salud”	29/5	1.0	3 V:1 M: 2	10:30- 11:30	Cruz Roja
“Me compensa dejar de fumar: motivación y estrategias para abandonar el tabaco”	29/05	1.0	5 V:4 M: 1	12:30- 13:30	CAID de Móstoles pacientes y familiares
<b>Total formación y mesas informativas</b>		<b>15.5</b>	<b>194 V 81 M 113</b>		
Radio “Ganando Salud”	22 y 29/05	0.5	Audiencia	12.45- 13.00	HUM y AECC
Punto información Juventud	28/05- 01/06	---	Usuarios/as	---	
Punto información Igualdad	28/05- 01/06	---	Usuarios/as	---	
Punto información Servicios Sociales	28/05- 01/06	---	Usuarios/as	---	



Punto información Cruz Roja 9:00-15:00	28/05-01/06	---	Usuarios/as	---	
P. Información CAID	28/05-01/06	---	Usuarios/as	----	

### Tabla: Difusión

<b>DIFUSIÓN:</b>	
Web "Espacio Saludable"	Área de Sanidad del Ayuntamiento de Mostoles
WEB mostoles joven	Área de Juventud del Ayuntamiento de Mostoles
Centros Educativos y Espacios Municipales.	Educación SMAPSIA y Área de Sanidad. Ayuntamiento de Mostoles
Notas de prensa	Área de Sanidad del Ayuntamiento de Mostoles, AECC, Hospital de Mostoles

### ➤ **DÍA MUNDIAL DE LA SALUD 7 DE ABRIL 2018**

Campaña de la Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid que tiene como tema central la cobertura sanitaria universal para todas las personas, en cualquier lugar. Lema *SALUD PARA TODOS/AS*.

La RED MUNICIPAL DE SALUD, con el Grupo de Trabajo de Educación y Promoción de la Salud ha adaptado un cartel para uso común, personalizado con el logo de cada municipio.

#### Difusión:

- En la Web "Espacio Saludable"
- Vía e-mail a las cinco Juntas Municipales de Distrito, Centros de Mayores, Centros Socioculturales, Biblioteca, Conservatorio, entidades socio-sanitarias del municipio, alumnado de la Escuela Municipal de Salud y alumnado del Área de Igualdad.
- Se distribuyen físicamente los carteles 50 en los centros de mayores, centros de salud, juntas de distrito, centros municipales y polideportivos.
- En el programa de radio Cadena SER Madrid Oeste "Ganando Salud", se emite un programa el día 3 de abril, la Red Municipal de Salud es la encargada de realizar la comunicación.



### ➤ **Día Nacional de la Nutrición 28 de mayo 2018**

El objetivo de este Día Nacional de la Nutrición en su XVIIª Edición, es difundir la importancia que tiene el consumo de legumbres sobre el estado de salud de la población, con el lema: *"Hábitos para toda la vida. Legumbres: tu opción saludable todo el año"*

#### Difusión:

- En la Web "Espacio Saludable", tanto el cartel específico como el díptico "Hábitos para toda la vida. Legumbres: tu opción saludable".
- Vía e-mail, cartel y díptico, a las cinco Juntas Municipales de Distrito, Centros de Mayores, Centros Socioculturales, Biblioteca, Conservatorio, entidades socio-sanitarias del municipio, alumnado de la Escuela Municipal de Salud y alumnado del Área de Igualdad.



- Se distribuye físicamente 100 carteles remitidos por la organización del Día Nacional de la Nutrición, en juntas de distrito, polideportivos municipales, centros municipales de mayores y otros centros municipales.

### 3.2.2. MEDIOS DE COMUNICACIÓN

#### Objetivo General

- *Potenciar y mantener el uso de algunos de los recursos de comunicación del municipio para informar y sensibilizar en temas de salud.*

El objetivo se cumple manteniendo los siguientes recursos: Espacio Semanal Radiofónico “Ganando Salud” en la cadena SER Madrid-Oeste, Web municipal “Espacio Saludable”, Guía de Actividades Municipal y notas de prensa.

#### Objetivos Específicos

**OBJETIVO 1:** *Difundir en la Web municipal “Espacio Saludable” diferentes contenidos de interés sobre temas de salud.*

#### **Indicador:**

- *Enumeración de campañas y acciones comunitarias propuestas por diversas entidades*

#### Web “Espacio Saludable” (1 Julio 2017– 30 Junio 2018)

Numero de campañas difundidas en la Web:

<u>Campaña de Prevención del cáncer de colon 2018</u>	22
<u>Concurso de Prevención de Inicio al Habito de Tabaco - Hospital Universitario de Móstoles</u>	86
<u>Curso para dejar de fumar "ESFÚMATE DEL TABACO"</u>	4
<u>Día Mundial de la Actividad Física - Por tu Salud Actíivate</u>	43
<u>Día Mundial de la Salud - La tensión arterial, importa</u>	12
<u>Día Mundial de la Salud Mental</u>	149
<u>Día Mundial de la Salud 2018</u>	14
<u>Escuela de abuelas y abuelos 2018</u>	187
<u>Histórico de Campañas</u>	162
<u>Jornada "El Papel de la Familia"</u>	55
<u>Pruebas rápidas de VIH y de Sífilis el 21 de mayo de 2015 en Móstoles</u>	14
<u>Si Luchas Contra el Cáncer "NOS TIENES AQUI"</u>	8
<u>10 de Octubre 2018 - Día Mundial de Salud Mental</u>	0
<u>4 de febrero 2013 - DÍA MUNDIAL CONTRA EL Cáncer</u>	4


**Contenidos más visitados entre el 1 de julio de 2017 y el 30 de junio de 2018**

<b>Contenido</b>	<b>Web</b>	<b>Ruta de Navegación</b>	<b>Accesos</b>
<b>Escuela Municipal de Salud - Programa curso 2018</b>	Espacio Saludable	Jornadas y Talleres/Escuela Municipal de Salud - Programa curso 2018/	1.128
<b>AUMENTO DEL ACIDO URICO</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Alimentación/Dietas Especiales/AUMENTO DEL ACIDO URICO/	592
<b>Semana Municipal de la Salud</b>	Espacio Saludable	Campañas/Histórico de Campañas/Semana Municipal de la Salud/	533
<b>Efectos del calor</b>	Espacio Saludable	Campañas/Histórico de Campañas/Efectos del calor/	470
<b>La Importancia del Ejercicio Físico</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Alimentación/La Importancia del Ejercicio Físico/	411
<b>Noticias de Interés</b>	Espacio Saludable	Noticias de Interés/	373
<b>El Estrés y su Influencia en la Salud</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/El Estrés y su Influencia en la Salud/	319
<b>Manipulación de Alimentos</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Alimentación/Manipulación de Alimentos/	259
<b>Sexualidad</b>	Espacio Saludable	Sexualidad/	235
<b>El 14 de junio de cada año se celebra en todo el mundo el Día Mundial del Donante de Sangre</b>	Espacio Saludable	Campañas/Histórico de Campañas/El 14 de junio de cada año se celebra en todo el mundo el Día Mundial del Donante de Sangre/	223
<b>Adelgaza con Salud</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Alimentación/Adelgaza con Salud/	206



<b>Campañas</b>	Espacio Saludable	Campañas/	193
<b>Preguntas y Respuestas</b>	Espacio Saludable	Preguntas y Respuestas/	189
<b>Escuela de abuelas y abuelos 2018</b>	Espacio Saludable	Campañas/Escuela de abuelas y abuelos 2018/	187
<b>Campaña Gripe - Que no cambie tus planes</b>	Espacio Saludable	Campañas/Histórico Campañas/Campaña Gripe - Que no cambie tus planes/	181
<b>10 Razones: Decálogo para dejar de fumar acompañado.</b>	Espacio Saludable	Campañas/Histórico de Campañas/Día Mundial Sin Tabaco 2012/10 Razones: Decálogo para dejar de fumar acompañado.	178
<b>Mitos y Creencias</b>	Espacio Saludable	Sexualidad/Mitos y Creencias/	173
<b>Determinantes Salud</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/	166
<b>Histórico de Campañas</b>	Espacio Saludable	Campañas/Histórico de Campañas/	162
<b>Higiene en los alimentos</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Alimentación/Higiene en los alimentos/	161
<b>¿Dónde Estamos?</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/¿Dónde Estamos?/	159
<b>¿Quiénes Somos?</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/¿Quiénes Somos?/	154
<b>Día Mundial de la Salud Mental</b>	Espacio Saludable	Campañas/Día Mundial de la Salud Mental/	149
<b>Novedades</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Novedades/	149
<b>Próximamente</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Próximamente/	146
<b>Enlaces de Interés</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Enlaces de Interés/	142
<b>Maratón de Otoño #dona sangre - 24 de Octubre Hospital Universitario de Móstoles</b>	Espacio Saludable	Campañas/Histórico de Campañas/Maratón de	142



		Otoño -Dona sangre - 24 de octubre. Hospital Universitario de Mostoles	
<b>Adicciones</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Adicciones/	129
<b>Alimentos Transgénicos</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Alimentación/Alimentos Transgénicos/	117
<b>2ª Marcha rosa contra el cáncer de mama - 19 de octubre 2017 mÁstoles</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Próximamente/ 2ª Marcha Rosa contra el Cáncer de mama - 19 de octubre 2017 Mostoles/	112
<b>Menú Principal</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Menú Principal/	96
<b>Envejecimiento Activo</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Envejecimiento Activo/	92
<b>¿Quién soy yo? Los Estereotipos de Género.</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Para las mujeres la salud es mucho más que la ausencia de enfermedad/ ¿Quién soy yo? Los Estereotipos de Género/	91
<b>Problemas Crónicos</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Problemas Crónicos/	88
<b>Concurso de Prevención de Inicio al Hábito de Tabaco - Hospital Universitario de Mostoles</b>	Espacio Saludable	Campañas/Concurso de Prevención de Inicio al Hábito de Tabaco - Hospital Universitario de Mostoles/	86
<b>Campaña antigripal 2016/2017</b>	Espacio Saludable	Campañas/Histórico de Campañas/Campaña antigripal 2016/2017/	84
<b>Alimentación</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Alimentación/	77
<b>Dietas Especiales</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de	75



		Salud/Determinantes Salud/Alimentación/Dietas Especiales/	
<b>Día Mundial de VIH 2016 Mil Razones para Prevenir el VIH</b>	Espacio Saludable	Campañas/Histórico de Campañas/Día Mundial de VIH 2016 Mil Razones para Prevenir el #VIH/	74
<b>Día Mundial de VIH 2017 - Mi salud, mi derecho</b>	Espacio Saludable	Campañas/Histórico de Campañas/Día Mundial de VIH 2017 - Mi salud, mi derecho/	70
<b>Aviso Legal</b>	Espacio Saludable	Otra información/Aviso Legal/	70
<b>Genero, Identidad Sexual y Orientación Sexual</b>	Espacio Saludable	Sexualidad/Genero, Identidad Sexual y Orientación Sexual/	69
<b>Maratón de donación de sangre - 6 de junio de 2018</b>	Espacio Saludable	Campañas/Histórico de Campañas/Maratón de donación de sangre - 6 de junio de 2018/	69
<b>El Hospital Universitario de Mostoles renueva su Unidad de Cuidados Intensivos</b>	Espacio Saludable	Noticias de Interés/El Hospital Universitario de Mostoles renueva su Unidad de Cuidados Intensivos/	69
<b>Habilidades Sociales. Me relaciono con... ¿Cómo me relaciono? La autoestima y asertividad</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Para las mujeres la salud es mucho más que la ausencia de enfermedad/Habilidades Sociales. Me relaciono con... ¿cómo me relaciono? La autoestima y asertividad/	66
<b>Guía de Orientación sobre Nutrición, Compra y Cocina Fácil para Jóvenes</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Alimentación/Guía de Orientación sobre Nutrición, Compra y Cocina Fácil para Jóvenes/	65
<b>La Respuesta Sexual Humana</b>	Espacio Saludable	Sexualidad/La Respuesta Sexual Humana/	60
<b>CAMINA CON SEGURIDAD: evita las caídas</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Envejecimiento	59



		Activo/CAMINA CON SEGURIDAD: evita las caídas/	
<b>Tu Alimentación Diaria</b>	Espacio Saludable	Escuela de Salud/Enlaces Principales/Temas de Salud/Determinantes Salud/Alimentación/Tu Alimentación Diaria/	58
<b>Fases de la Respuesta Sexual Humana</b>	Espacio Saludable	Sexualidad/La Respuesta Sexual Humana/Fases de la Respuesta Sexual Humana/	58

**OBJETIVO 2:** Planificar contenidos específicos relacionados con la promoción de la salud para el Espacio Radiofónico “Ganando Salud” en la emisora cadena SER Madrid-Oeste.

Se ha conseguido el objetivo porque durante este curso se han realizado 43 intervenciones en el Espacio Radiofónico, tratándose diversos temas de Promoción de la Salud y contando con colaboración comunitaria e institucional.

***Indicador:***

-Número de programas realizados en el año 2017-2018.

-Relación de temas de salud difundidos en el Espacio Radiofónico “Ganando Salud” en la emisora cadena SER Madrid-Oeste.

Este programa lo diseñan las profesionales de la Escuela Municipal de Salud de la Concejalía de Igualdad, Sanidad y Mayores, desde un enfoque positivo de la salud y de la promoción de ésta para vivir más y mejor.

Se realiza en colaboración con las profesionales de la Cadena Ser Madrid-Oeste y diferentes entidades socio-sanitarias. Destaca la flexibilidad de los aspectos a tratar, con el fin de dar cabida a noticias de interés que puedan ir surgiendo y que al tener actualidad, puedan ser mejor recibidas por las personas radio-oyentes.

Los objetivos generales son:

- Utilizar los medios de comunicación para sensibilizar a la población e instruir en el cuidado y la promoción de la salud.
- Difundir los mensajes de salud propuestos por la OMS y otros organismos e instituciones de salud.
- Difundir y promover la participación en actividades de la Escuela Municipal de Salud, en jornadas y eventos propuestos por otras entidades.

Se emite todos los martes lectivos desde el 5 de septiembre de 2017 al 31 de julio de 2018, de 12:50 a 13:00 horas.

**Duración: 7 horas y 20 minutos en 43 programas.**

Además se ha emitido un espacio de 30 minutos el 12 de abril con motivo de la celebración de la IX Semana Municipal de la Salud, complementario a la programación de “Ganando Salud”.



Han participado en las entrevistas:

<b>AYUNTAMIENTO</b>		<b>Programas</b>
<b>Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores</b>		<b>12</b>
	Concejala Delegada de Igualdad, Sanidad y Mayores	6
	Escuela Municipal de Salud	5
	Área Salud Pública Municipal (Empresa LGA)	1
<b>Otras Concejalías</b>		<b>5</b>
	Concejalía de Seguridad Ciudadana y Comunicación. Policía Municipal	2
	Concejalía de Medio Ambiente, Parques y Jardines y Limpieza Viaria.	1
	Concejalía de Cultura, Bienestar y Vivienda.	1
	Concejalía de Desarrollo Económico, Empleo y Nuevas Tecnologías. Área de Consumo.	1
<b>RED MUNICIPAL DE SALUD</b>		<b>1</b>
<b>COMUNIDAD MADRID</b>		<b>15</b>
	Hospital Universitario de Móstoles	8
	Hospital Universitario Rey Juan Carlos	4
	Servicio de Salud Pública Área 8	3
<b>ASOCIACIONES</b>		<b>10</b>
	CRPS-CRL-EASC Móstoles	1
	Fundación RAIS	1
	Asociación de Diabéticos de Móstoles. ADM	1
	Cruz Roja	1
	Asociación Mostoleña de Esclerosis Múltiple. AMDEM	1
	Federación Española de Enfermedades Raras. FEDER	1
	Asociación Accede a Respiro	1
	Asociación Punto Omega. SPANT	1
	Asociación Española contra el Cáncer. AECC	1
	Centro de Atención Integral a Drogodependientes. C.A.I.D.	1
<b>TOTAL</b>		<b>43</b>

Se han desarrollado temas en torno a:

- Sensibilización con los mensajes de los Días Internacionales, Mundiales y Nacionales. Se han difundido 19 temas: Corazón, Personas Mayores, Salud Mental, Exclusión Social, Psoriasis, Diabetes, Eliminación de Violencia de Género, VIH-SIDA, Esclerosis Múltiple, Cáncer, Salud Sexual, Enfermedades Raras, Mujer, Actividad Física, Autismo, Tabaco, Medio Ambiente, Donación de Sangre y Uso Inadecuado y Tráfico Ilícito de Drogas.
- Otros temas tratados ha sido:
  - Promoción de la Salud.
  - Agua de consumo.
  - Plan integral de Navidades.
  - Emociones.
  - Alergias estacionales.
  - Adicción a las Nuevas Tecnologías.
  - Ocio Saludable.
  - Fraudes en ventas a domicilio.
  - Vacunación del viajero.
  - Golpes de calor.



Se han difundido:

Actividades de la Escuela Municipal de Salud.

- Agenda de Actividades Escuela Municipal de Salud.
- IX Semana Municipal de la Salud.

Programa Actividades Comisión Interinstitucional y Comunitaria VIH Móstoles.

Programa Actividades Comisión Interinstitucional y Comunitaria Día sin Tabaco.

Programa Día Mundial de la Diabetes.

Programa Área de Mayores.

Programa Municipal Mes de la Mujer

Programa Municipal Día Contra la Violencia de Género

Jornada sobre cuidados del Corazón. HURJC

Donación sangre y día del donante. HURJC

Programación VIVE EL VERANO MÓSTOLES, Área de Cultura del Ayuntamiento.

**PROGRAMACIÓN 2017-2018**

FECHA	TEMA	COMUNICANTE
05/09/17	Guía de actividades 1er trimestre de la Escuela Municipal Salud 2017-18	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores. Ana María Rodrigo, Concejala
12/09/17	FESTIVO	
19/09/17	Importancia de la Promoción de la Salud	Escuela Municipal de Salud.
26/09/17	Día Mundial del Corazón (29 Septiembre). Jornada de Corazón	Hospital Universitario Rey Juan Carlos
03/10/17	Día Internacional de las Personas Mayores ( 1 Octubre)	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores. Ana María Rodrigo
10/10/17	Día Mundial de la Salud Mental (10 Octubre) Salud emocional	CRPS
17/10/17	Día Internacional para la Erradicación de la Pobreza (17 Octubre)	RAIS Fundación
24/10/17	Atención cuidados personas mayores	Hospital Universitario Rey Juan Carlos
31/10/17	Día Mundial de la Psoriasis (29 Octubre)Normalizando la psoriasis	Hospital Universitario de Móstoles
07/11/17	Agua DE CONSUMO	Área Salud Pública Municipal. LGA (Laboratorio Gestión Ambiental)
14/11/17	Día Mundial de la Diabetes (14 Noviembre)	Asociación de Diabéticos de Móstoles
21/11/17	Día Internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer (25 Noviembre) Programa Actividades.	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores.
28/11/17	Día Mundial del VIH-SIDA VIH (1 Diciembre). Programa VIH Móstoles	Comisión Comunitaria VIH-SIDA Móstoles- Servicio Salud Pública nº 8
05/12/17	Día Mundial del VIH-SIDA VIH (1 Diciembre)Pruebas detección rápida	Comisión Comunitaria VIH-SIDA Móstoles. Cruz Roja Móstoles
12/12/17	Día Nacional de la Esclerosis Múltiple (18 Diciembre)	Asociación Mostoleña de Esclerosis Múltiple. AMDEM
19/12/17	Plan Integral de Navidades en Convivencia (petardos, alcohol menores, locales)	Concejalía Seguridad Ciudadana y Comunicación. Policía Municipal de Móstoles
26/12/17	Accidentes navideños, prevención y atención de urgencias.	Hospital Universitario de Móstoles
2018		



02/01/18	Nuevos retos/emociones	Hospital Universitario de Mostoles
09/01/18	Guía de actividades 2018 Escuela Municipal Salud 2018	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores
16/01/18	Emociones y Salud	Escuela Municipal de Salud
23/01/18	Emociones y Salud	Escuela Municipal de Salud
30/01/18	Día Mundial del Cáncer( 4 Febrero)	Hospital Universitario de Mostoles
06/02/18	Cuidados paliativos, soporte. ... con motivo del Día Mundial del Cáncer.	Hospital Universitario de Mostoles
13/02/18	Día Internacional de la Salud Sexual (14 Febrero)	No se emite el programa
20/02/18	Día Internacional de la Salud Sexual	Escuela Municipal de Salud
27/02/18	Día Mundial Enfermedades Raras (28 Febrero/Día 29 años bisiestos)	Federación Española de Enfermedades Raras. FEDER
06/03/18	Día Internacional de la Mujer (8 Marzo). Programa Actividades 8 Marzo.	Concejalía de Igualdad, Sanidad y Mayores
13/03/18	Día Europeo para la Prevención del Riesgo Cardiovascular (14 Marzo).	Hospital Universitario Rey Juan Carlos
20/03/18	Beneficios de la Actividad Física y Actividad Física en patologías crónicas.	Hospital Universitario de Mostoles
27/03/18	SEMANA SANTA	
3/04/18	Día Mundial de la Salud (7 Abril)	Red Municipal de Salud
10/04/18	IX Semana Municipal de la Salud (23 al 27 Abril). "Cuidate en positivo"	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores
17/04/18	Día Mundial de Concienciación sobre Autismo (2 Abril)	Asociación "Accede a Respiro"
24/04/18	Alergias estacionales	Hospital Universitario de Mostoles
01/05/18	FESTIVO	
08/05/18	Adicción Nuevas Tecnologías	Asociación Punto Omega. SPANT
15/05/18	FESTIVO	
22/05/18	Día Mundial sin Tabaco (31 mayo)	Comisión Interinstitucional y Comunitaria del Día Mundial sin Tabaco. Hospital U. Mostoles
29/05/18	Día Mundial sin Tabaco (31 mayo)	Comisión Interinstitucional y Comunitaria del Día Mundial sin Tabaco. AECC
05/06/18	Día Mundial del Medio Ambiente (5 de junio)	Concejalía de Medio Ambiente, Parques y Jardines y Limpieza Viaria.
12/06/18	Día Mundial del Donador Voluntario de Sangre (14 junio)	Hospital Universitario Rey Juan Carlos
19/06/18	Día Internacional sobre el uso indebido y tráfico ilícito de drogas ( 26 junio)	C.A.I.D.
26/06/18	Día internacional sobre el uso indebido y tráfico ilícito de drogas (26 junio)	Concejalía Seguridad Ciudadana y Comunicación. Policía Municipal de Mostoles
03/07/18	Ocio Saludable	Concejalía de Cultura, Bienestar y Vivienda.
10/07/18	Ventas a domicilio	Concejalía Desarrollo Económico, Empleo y Nuevas Tecnologías. Consumo
17/07/18	Vacunación del viajero	Salud Pública Área 8.
24/07/18	Golpe de Calor	Escuela Municipal de Salud
31/07/18	Intoxicaciones Alimentarias	Salud Pública Área 8



**OBJETIVO 3:** Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) como vía de sensibilización en temas de salud.

**Indicador:**

- Número de los temas de salud y actividades difundidas por correo electrónico.
- Número de correos electrónicos enviados en el año 2017-2018

**ACTIVIDADES:**

Se utiliza la base de datos del alumnado de la Escuela Municipal de Salud y del alumnado del Área de Igualdad, los contactos de las Entidades Socio-Sanitarias del municipio y de algunos Centros Municipales.

FECHA	ACTIVIDADES Y CAMPAÑAS
22/09/17	Programación 2017-18. Escuela Municipal de Salud
22/09/17	4ª Jornada Día Mundial del Corazón. HURJC
28/09/17	Presentación del Libro "Estilo de vida Saludable". Biblioteca Central de Móstoles
06/10/17	2ª Marcha Rosa contra el Cáncer de Mama. AECC
10/10/17	Día Mundial de la Salud Mental
18/10/17	Apúntate a un Estilo de Vida Saludable
19/10/17	Maratón donación de sangre. Hospital Universitario de Móstoles
27/10/17	Conferencia Cuidado Emocional. Hospital Universitario de Móstoles
23/11/17	Día Contra la Violencia de Género. Área de Igualdad
23/11/17	Taller de Educación Afectivo-Sexual y Prevención del VIH. EDEX
24/11/17	Día Mundial de lucha frente al VIH-SIDA. Comisión Interinstitucional de Móstoles
18/01/18	CAMPAÑA DONACIÓN DE SANGRE. HRJC
03/04/18	Curso dejar de fumar AECC Móstoles
05/04/18	Programación sobre la IX Semana Municipal de Salud Móstoles 2018
06/04/18	Campaña de Prevención del Cáncer de Colón
06/04/18	Día Mundial de la Salud. Red Municipal de Salud
06/04/18	Programa Jornada Sanidad Pública
18/04/18	Tratamiento contra el Juego On-line
25/05/18	Día Nacional de la Nutrición.
25/05/18	Día Mundial sin Tabaco.

**OBJETIVO 4:** Mantener la difusión de la programación de la Escuela Municipal de Salud, en la "Guía de Actividades" que edita periódicamente el Ayuntamiento de Móstoles.

El objetivo se ha alcanzado ya que en los dos periodos en los que se edita La Guía de Actividades se ha incluido la programación de la Escuela.

**Indicador:**

- Incluir en la información de la "Guía de Actividades", la programación de la Escuela Municipal de Salud.

En la Guía del mes de septiembre aparece la programación anual y en el mes de enero las actividades correspondientes al periodo enero-mayo.

### 3.3. ASESORAMIENTO

#### 3.3.1. ASESORIA EN TEMAS DE SALUD

##### Objetivo General

- Informar y orientar en materia de salud a la población del municipio, profesionales y/o entidades.



Se cumple este objetivo al dar respuesta y realizarse asesoramiento a todas las demandas de la población y a grupos de alumnado de entidades e instituciones (Grupo AMÁS, profesionales, alumnado y familias de Centros Educativos, profesionales). Con población general se ha realizado el asesoramiento a través de atención presencial, por vía telefónica y por correo electrónico.

### Objetivo Específico

- *OBJETIVO1: Dar respuesta a las demandas en materia de salud.*

Se han registrado y dado respuesta a todas las demandas recibidas en materia de salud, tanto de forma individual a personas concretas como a profesionales de diferentes entidades e instituciones y por los distintos canales de comunicación.

Los temas por los que se consultan son:

- Alimentación: control de peso y dietas, información y comprensión de analíticas con datos sobre hipercolesterolemia.
- Información ley de dependencia.
- Recursos para conductas adictivas: tabaco, alcohol, uso de drogas.
- Auto-cuidados, utilización de medicamentos, informes.
- Consejos y recursos sobre enfermedades con cáncer.
- Consejos sobre diagnósticos de enfermedades.
- Problemas de autoestima, toma de decisiones, relaciones interpersonales...
- Problemas familiares de enfermedades.

### Indicadores:

- Registrar el número de demandas en materia de salud.

**Duración total: 22 horas dedicadas. Asistencia: 22 personas atendidas. M: 15. H: 7**

- Presenciales totales: 11 consultas (11 horas). M: 5. H: 6.
- Telefónicas: 9 consultas (9 horas). M: 7. H: 2
- Email: 2 (2 horas). M: 2. H: 0
- Asesoramiento a profesionales: 2 trabajadoras sociales, 1 educadora y la responsable de programa, del Área de Bienestar Social para trabajar unas sesiones de salud con un grupo de personas del asentamiento de Las Sabinas de Parque Coímbra.

### 3.3.2. ASESORIA SEXUALIDAD

#### Objetivo General

- *Promover una vivencia positiva y saludable de la sexualidad.*  
El objetivo se ha cumplido ya que en todas las intervenciones relacionadas con el ámbito afectivo sexual, tanto en sesiones de cursos, como en las de centros educativos de secundaria y en la Asesoría de sexualidad se aborda la sexualidad desde una perspectiva integral y positiva.



## Objetivo Específico

**OBJETIVO 1:** *Ofrecer asesoramiento e información sobre temas y recursos en el ámbito afectivo sexual.*

El objetivo se ha alcanzado a través de las diferentes actuaciones en materia de educación afectivo- sexual que se han realizado desde la Escuela Municipal de salud.

### **Indicadores:**

- *Mantener las prestaciones y las vías de atención existentes en la actualidad (presencial y correo electrónico)*

Se mantienen todos los canales de atención, excepto en periodos vacacionales concretos en los que se crea una respuesta automática con recursos actualizados de atención.

- *Registrar las demandas en materia de sexualidad*

Se registran todas las demandas sobre temas de sexualidad recibidas por los distintos canales de comunicación, obteniendo los siguientes resultados:

**Total de asesoramiento en sexualidad: 647 horas. 389 consultas. M: 215. H: 174**

- **Consulta presencial** Se han realizado **344 consultas**, que corresponden a **198 mujeres (el 57,6% del total) y 146 hombres (42,4% del total)**. De estas, consultan por primera vez 16 personas (9 mujeres y 7 hombres). Se dedican 602 horas (1.75 horas c/una de media).
- **Consultas telefónicas:** Se han recibido **40 consultas telefónicas, 15 mujeres (37,5%) y 25 hombres (62,5%)**. Se dedican 40 horas.
- **Consultas por correo.** Se ha recibido **5 correos de consultas, 2 mujeres (40%) y 3 hombres (60%)**, con dedicación de 5h.

**OBJETIVO 2:** *Facilitar el asesoramiento en un espacio que respete el anonimato y la intimidad necesaria.*

El objetivo se ha cumplido al ser imprescindible, para una atención profesional de estas características, tener en cuenta el anonimato y la preservación de la intimidad de la persona o personas.

### **Indicador:**

- *Mantener un espacio para la atención personalizada.*

Se dispone de un espacio propio para la atención de las consultas presenciales. Se mantienen horario y días de atención.

## 3.4. COLABORACIONES INTERINSTITUCIONALES

### 3.4.1. COMISIÓN TÉCNICA INTERINSTITUCIONAL DE EDUCACIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL ÁMBITO ESCOLAR DE MÓSTOLES

La Comisión Técnica ha mantenido seis reuniones ordinarias de coordinación, de 2.5 horas, tiempo medio de duración, en las siguientes fechas: 12/09/2017, 14/11/2017, 16/01/2018, 20/03/2018, 17/05/2018 y 11/06/2018. La asistencia a las reuniones ordinarias ha sido mantenida con regularidad por todas las instituciones. Sanidad ha asistido al 100% de reuniones



Además, se han realizado reuniones de trabajo en subgrupos siempre que ha sido necesario, con el fin de revisar, planificar y definir contenidos, elaborar la memoria, preparar actividades, yincana prevención tabaquismo, colaboraciones comunitarias, etc.

Cada año se ajustan los objetivos acordados en cursos precedentes a las circunstancias y disponibilidad de programas.

- Coordinar y cooperar entre las instituciones, en la ejecución de actuaciones preventivas que involucran a varias Instituciones.
- Apoyar las intervenciones preventivas de todas las Instituciones que participan en la Mesa, a realizar en los centros educativos en materia de salud:
  - Apoyar y mantener el desarrollo del “Plan Integral de Colaboración Municipal con los IES” coordinado por el Área de Educación Municipal.
  - Respalda y mantener “Desayunos saludables” de la Consejería de Sanidad.
  - Conocer y difundir programas de prevención de adicciones de la Comunidad de Madrid y otros.
  - Dar apoyo al Proyecto Alumnado Ayudante de las TIC.
  - Registrar actividades del Servicio de Prevención adicciones a las TIC “SPANT”
  - Coparticipar con las instituciones de la Comisión, en el desarrollo de la Yincana de prevención del inicio de consumo de tabaco.
  - Difusión del Concurso “Nos divertimos sin tabaco” organizado por el Hospital Universitario Móstoles.
- Organización de actividades en los Días Mundiales.
- Coparticipación en la Semana Municipal de la Salud.
- Ofertar y atender a la demanda de formación en Educación para la Salud de la Comunidad educativa: docentes, familias y /o alumnado.
- Informar al resto de Instituciones de Programas Específicos que se realizan desde cada una de ellas.

#### **Objetivo general:**

- *Promocionar la salud en todos los sectores de la comunidad educativa respondiendo a los intereses de la misma.*

#### **Objetivos específicos:**

**OBJETIVO 1:** *Coordinarse y cooperar entre instituciones en la promoción de la salud en la comunidad educativa.*

##### **Indicador:**

- *Asistir al menos al 80% de las reuniones de coordinación de la Comisión Técnica Interinstitucional de Educación y Promoción de la Salud en el Ámbito Escolar de Móstoles.*

Desde el Área de Sanidad se ha asistido al 100% de las reuniones de la mesa de educación para la salud en el ámbito educativo de Móstoles.

**OBJETIVO 2:** *Apoyar a las instituciones que conforman la Comisión en las intervenciones de Educación y Promoción de la Salud que se ofrecen y realizan en los Centros Educativos.*

##### **Indicador:**

- *Mantener la colaboración en el Plan Municipal de Apoyo a los Institutos de Móstoles, coordinado por el Área de Educación – Apoyo a la Acción Tutorial y a los servicios de orientación.*

Desde las personas profesionales de la Escuela Municipal de Salud se ha ofrecido, como en ediciones anteriores, la sesión de “Sexualidad saludable” y el taller de “Alimentación e imagen corporal” en el marco del Plan de Apoyo Municipal a la Acción Tutorial de los IES en Móstoles.

La valoración del alumnado y del profesorado ha sido muy positiva, por lo que se considera importante mantener esta intervención adaptando la oferta a la propuesta de los IES en lo relativo a la formación en



todas las aulas del mismo nivel. En el taller de educación afectivo sexual se considera interesante realizar un replanteamiento de la intervención en dos sentidos: por un lado ampliar a dos sesiones la sesión de “Sexualidad Saludable” al constatar que en 50 minutos es muy difícil abordar contenidos que se consideran necesarios en la educación afectivo-sexual y por otro diseñar un plan en el que trabajar la sexualidad saludable en dos etapas distintas (2º y 4º de ESO) de la formación del alumnado, con el fin de poder trabajar temas más ajustados a cada etapa evolutiva. Se sigue considerando prioritario dar respuesta a grupos específicos que puedan ser más vulnerables (Aulas de Compensación Educativa, Unidad de Formación e Inserción Laboral, Grupos Específicos de Compensatoria, Aulas con alumnado con necesidades educativas especiales).

Desde el Área de Sanidad se ha favorecido la implicación y participación en el Plan Municipal de Apoyo a los IES del Hospital Universitario de Móstoles, el Hospital Rey Juan Carlos, Atención Primaria, el Servicio de Prevención de Adicción a las Nuevas Tecnologías y la Fundación Alcohol y Sociedad.

**Indicador:**

- Favorecer la participación del programa SPANT

Se dispone de los datos relativos a las intervenciones que el Servicio de Prevención de Adicción a las Nuevas Tecnologías (SPANT) ha realizado en: el Plan Municipal de Apoyo a los IES con un taller dirigido a alumnado que aborda el Uso responsable de las Nuevas Tecnologías, con una Asesoría sobre buen uso de nuevas tecnologías dirigida a los equipos de orientación y docentes y asesoramiento y tratamiento de casos cuando procede.

Así mismo, se realizan intervenciones en el ámbito de educación primaria y con toda la comunidad educativa, con especial atención a las familias.

**Indicador:**

- Favorecer la participación en programa de Prevención de las Adicciones.

- Se ha favorecido la realización de intervenciones relacionadas con el Programa de Prevención de las Adicciones desde diferentes entidades municipales, interviniendo en los centros educativos con actividades preventivas relacionadas fundamentalmente con Tabaco, Alcohol y otras sustancias; Además se ha trabajado la prevención de adicción a las Nuevas Tecnologías.
- Desde el Área de Sanidad se ha contribuido en la realización del taller “Habilidades para la vida y prevención de adicciones” impartido por EDEX.
- También el ofrecimiento para el siguiente curso del programa UNPLUGGED dirigido a 1º y 2º de la ESO.

**Indicador:**

- Favorecer la participación del Servicio de Salud pública, los Centros de Salud y Hospitales con actividades preventivas dirigidas al ámbito educativo.

- Participación en Desayunos Saludables: Esta actividad la desarrollan íntegramente entre el Área Única de Salud Pública 8 y SERMAS
- Se ha impulsado la reedición de la Yincana de Tabaco dirigida a centros educativos de primaria y en la que participa SMAPSIA, Sanidad y Atención Primaria.
- Se ha apoyado al Hospital Universitario de Móstoles en la organización y difusión de las bases del concurso “Nos Divertimos Sin Tabaco”.
- Se ha impulsado la participación en el Plan IES con las siguientes actividades:



### Hospital Universitario Rey Juan Carlos

- Conductas adictivas, riesgos para la salud: alcohol, drogas - 4º ESO
- Educación postural – 2º ESO y FP
- Educación postural – Para profesorado
- RCP, primeros auxilios – 1º Bachiller y FP
- RCP, primeros auxilios - Para profesorado
- Sexualidad: métodos anticonceptivos y prevención de ITS – 3º ESO

### Fundación Alcohol y Sociedad

- Programa Educativo “Menores ni una gota”- Alumnado ESO, Bachillerato, FPB y Ciclos Formativos.

### Centros de Salud de Móstoles

- “Come sano, muévete y vivirás mejor”- 2º E.S.O. (posibilidad de solicitar un taller para familias)
- “Primeros Auxilios. RCP básica, situaciones frecuentes”- Ciclos Formativos

### Hospital Universitario Móstoles y SERMAS

- “Ventajas de no fumar”- 4º E.S.O y Bachillerato.

#### **Indicador:**

- *Mantener la colaboración con la Consejería de Educación a través del SUPE en el proyecto “Alumnado Ayudante en las TIC”.*
- Se ha mantenido la colaboración y el Área de Sanidad ha participado en la formación de Ayudantes TIC del IES Los Rosales.

#### **OBJETIVO 3: Ofrecer formación en educación para la salud a familias**

Este objetivo se cumple ya que se ofrece la posibilidad de formar a familias atendiendo a la demanda que puedan exponer. No existe un programa concreto porque resulta más eficaz partir de las necesidades que tienen las familias.

#### **Indicador:**

- *Participación si hay demanda en formación a familias: cursos/sesiones con registro de la duración y la asistencia por género.*
- En el primer trimestre del año el CEIP Jorge Guillén propuso la formación a familias con alumnado de su centro en tres ámbitos: Adicciones, Salud y Educación afectivo-sexual. Se desarrolló por la FAD el módulo de Adicciones, asistencia inicial que fue decayendo: 10 personas (7 mujeres y 3 varones). A propuesta del centro se diseñó una actuación en materia de sexualidad, se planificaron dos sesiones por tema, con una duración mínima de 90 minutos y un número de asistentes al menos de 10-12 personas.  
El colegio realizó la convocatoria y finalmente no se llevó a cabo la intervención al no haber un número suficiente de familias interesadas en la formación.  
Así mismo quedó suspendido también el módulo de salud, organizado para ser impartido por SERMAS.

#### **OBJETIVO 4: Informar y asesorar a personal docente en temas específicos de Salud.**

#### **Indicador:**



- *Informar y asesorar a personal docente en temas específicos de salud a demanda, registrando las diferentes temáticas.*

- Se ha realizado en un CEIP asesoramiento sobre pediculosis.

## ACTIVIDADES

### Ayudantes TIC\_ proyecto en Móstoles 2017-18

Total IES	Total ayudantes TIC	Horas Acum. Ayudantes TIC	V	M
5	101	119	38	63

Total CEIP	Total alumnado 4º,5º y6º primaria	Aulas	Sesiones 2*aula	Horas 1.5*sesión	V	M
11	726	30	60	90	358	368

- IES ANTONIO NEBRUJA

TOTAL DE AYUDANTES		V	M	Nº HORAS FORMACIÓN			
41		22	19	50			
RECEPTORES	AULAS DE 4º	AULAS DE 5º	AULAS DE 6º	Nº SESIONES	Nº HORAS	ALUMNOS	
						V	M
Joan Miró		2	2	8	12	55	45
JP Villaamil	2			4	6	21	29
Ppe. Asturias		2		4	6	24	26
V. Aleixandre			2	4	6	27	23

- IES GABRIEL CISNEROS

TOTAL DE AYUDANTES		V	M	Nº HORAS FORMACIÓN			
25		8	17	24* (estimado)			
RECEPTORES	AULAS DE 5º	AULAS DE 6º	Nº SESIONES	Nº HORAS	ALUMNOS		
					V	M	
<u>C. Emilio Ferreiro</u>		3	6	9	28	34	
<u>L. Da Vinchi</u>		3	6	9	35	33	

- IES LOS ROSALES

TOTAL DE AYUDANTES		V	M	Nº HORAS FORMACIÓN	
17		2	15	18	

Sesiones formación 10, 24 y 31 de enero 2018 participa Jose Antonio Luengo, Silvia Allué y Ascensión Salazar 3.0 horas

RECEPTORES	AULAS DE 5º	AULAS DE 6º	Nº SESIONES	Nº HORAS	ALUMNOS	
					V	M
<u>Severo Ochoa</u>	2	2	8	12	48*	48*

*Imparten sesiones los ayudantes TIC en el colegio Severo Ochoa el 24 y 26 de abril de 2018*

*El número de alumnos y alumnas receptoras es estimado, ya que no consta en los cuestionarios de evaluación este dato*

*Otros años se ha intervenido también en el Salcillo, que en este curso decidió tratar los contenidos a través de otros organismos, (considerando que podría ser repetitivo como se imparte en este proyecto), para el curso 2018-19 se planteará la participación con el Pio Baroja El 24 de abril de 2018 imparten un taller para familias, abierto a la población, en el marco de la Semana Municipal de la Salud.*


**o IES MANUELA MALASAÑA**

TOTAL DE AYUDANTES		V	M	Nº HORAS FORMACIÓN			
14		6	8	20			
RECEPTORES	AULAS DE 5º	AULAS DE 6º		Nº SESIONES	Nº HORAS	ALUMNOS	
						V	M
B. P. Galdós		2		4	6	28	22
Las Cumbres		2		4	6	19	21
R. de Castro		2		4	6	25	27

**o COLEGIO VILLA DE MÓSTOLES**

TOTAL DE AYUDANTES		V	M	Nº HORAS FORMACIÓN			
4		0	4	7			
RECEPTORES	AULAS DE 5º	AULAS DE 6º		Nº SESIONES	Nº HORAS	ALUMNOS	
						V	M
Villa Móstoles	4	0		8	12	48	60

**PLAN MUNICIPAL DE APOYO A LOS IES**

NOMBRE DEL TALLER	Nº DE SOLICITUDES	SOLICITUDES ACEPTADAS	SOLICITUDES IMPARTIDAS
ADOLESCENCIA Y ALCOHOL	152	88	88
ALIMENTACIÓN E IMAGEN CORPORAL	42	12	8
COME SANO, MUÉVETE Y VIVIRÁS MEJOR	47	17	17
CONDUCTAS ADICTIVAS RIESGOS PARA LA SALUD: JUEGO, ALCOHOL, DROGAS	56	48	16
EDUCACIÓN POSTURAL	44	33	33
PRIMEROS AUXILIOS. RCP BÁSICA	48	48	35
PRIMEROS AUXILIOS. RCP BÁSICA. SITUACIONES FRECUENTES	8	35	35
SEXUALIDAD SALUDABLE	70	46	46
SEXUALIDAD: MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS Y PREVENCIÓN DE ITS	58	8	8
USO RESPONSABLE DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS	71	69	69
VENTAJAS DE NO FUMAR	46	No se tienen datos.	No se tienen datos.
<b>TOTAL</b>	<b>642</b>	<b>404*</b>	<b>355*</b>

\*\*\*Falta por añadir las intervenciones del Taller "Ventajas de No Fumar", de los que no tenemos datos.


**SERVICIO DE PREVENCIÓN DE ADICCIÓN A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS (SPANT)**

Desde este servicio se han realizado las siguientes actuaciones en el ámbito educativo (No se contempla la intervención en el Plan Municipal de Apoyo a los IES, especificado en la tabla anterior):

- **Alumnado IES PCPI, FPB y Grado Medio:**

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
Cañaveral SMR	6	12	81	17	98
Miguel Cervantes	1	2	8	3	11
Felipe Trigo	4	8	57	0	105
Agustina Aragón	5	10	66	65	131
IES Benjamín Rúa	3	6	36	4	40
IES Manuela Malasaña	1	1	5	9	14
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>39</b>	<b>253</b>	<b>98</b>	<b>351</b>

- **Alumnado Primaria**

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
<b>TOTAL</b>	<b>22</b>	<b>33</b>	<b>285</b>	<b>232</b>	<b>517</b>

- Oferta desde SPANT sesiones de 1.5 horas

5º y 6º primaria	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
Miguel Delibes	3	9	46	30	76
Príncipe de Asturias	4	6	53	41	94
María Montessori	2	3	24	23	47
Colegio Balmes de Móstoles	2	3	23	24	47
Jorge Guillen	5	7,5	53	43	96
Colegio Villa Europa	2	3	40	21	61
Antonio Hernández	2	3	20	29	49
Pío Baroja	2	3	26	21	47
<b>TOTAL</b>	<b>22</b>	<b>33</b>	<b>285</b>	<b>232</b>	<b>517</b>

- **Docentes formación**

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
<b>TOTAL</b>	<b>1</b>	<b>1,5</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>15</b>

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
CP Pío Baroja	1	1,5	6	9	15
<b>TOTAL</b>	<b>1</b>	<b>1,5</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>15</b>

- **Familias**

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
<b>TOTAL</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>75</b>	<b>96</b>



- Plan IES familias:

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
Manuela Malasaña	1	2	2	6	8
Clara Campoamor	1	2	3	9	12
Los Rosales	1	2	2	5	7
Miguel de Cervantes	2	4	3	15	18
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>35</b>	<b>45</b>

- Familias CEIP

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
Miguel Delibes	1	2	2	7	9
Príncipe de Asturias	1	2	0	12	12
Pío Baroja	1	2	0	7	7
Villa Europa	1	2	1	6	7
<b>TOTAL</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>32</b>	<b>35</b>

- Familias infantil

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
El Columpio	1	2	8	8	16
<b>TOTAL</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>16</b>

- Otros Talleres:**

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
<b>TOTAL</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	<b>50</b>	<b>68</b>

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
Salón de Participación Ciudadana	1	2	0	6	6
SMAPSIA	1	2	3	11	14
IES Felipe Trigo	1	2	15	33	48
<b>TOTAL</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	<b>50</b>	<b>68</b>

- Formación inespecífica a docentes en los talleres de alumnado**

	Horas	Varones	Mujeres	Total*
<b>TOTAL *</b>	<b>227</b>	<b>44</b>	<b>73</b>	<b>117</b>

\* estimada la asistencia, distribución por género y tiempo medio de los talleres a alumnado IES Y CEIP.

### Actividades de Asesoramiento y Coordinación en Centros Educativos

La Comisión Técnica Interinstitucional de Educación y Promoción de la Salud en el Ámbito Educativo de Móstoles, ha participado dando respuesta a los centros educativos ante la demanda de asesoramiento e información en temas de EPS. Contemplando tanto asesoramiento e información en proyectos de la escuela, como asesoramiento y formación ante demandas puntuales.

Se han atendido consultas sobre asesorías de sexualidad, sobre buen uso de las TIC, proyecto alumnado ayudante en TIC, proyecto UNPLUGED y Prevención de drogodependencias y recursos.



Escuela de padres-madres en el CEIP Jorge Guillen Se diseña unas intervenciones en tres módulos: adicciones, sexualidad y hábitos sanos. Se inicia con el módulo de adicciones impartido por la FAD duración 10.0 horas asistencia 10 personas varones 3 y mujeres 7. Ante la baja asistencia se suspenden el de sexualidad a impartir por Sanidad y el de Hábitos saludables previsto para impartir el C.S Barcelona.

### 3.4.2. RED MUNICIPAL DE SALUD DE LA COMUNIDAD DE MADRID

#### Objetivo general:

- *Potenciar la colaboración técnica en las competencias en materia de salud en la Administración Local.*

#### Objetivo específico:

- Grupo de Trabajo de Educación y Promoción de la Salud: Compartir el conocimiento de actividades/proyectos/planes de los municipios copartícipes y elaborar y difundir propuestas consensuadas que se aplican en los municipios de la RMS, en función de sus medios e intereses.

#### Indicadores:

- *Porcentaje de asistencia a las reuniones convocadas del grupo de trabajo.*

En el curso 2017-18 se han celebrado 4 reuniones, por razones de cambio de coordinación no tenemos el acta de la realizada en el último trimestre de 2017, las demás reuniones se han realizado el 23 de enero 2018 en Villanueva de la Cañada, el 6 de marzo en Alcobendas y el 6 de junio en Getafe. El Área de Sanidad de Móstoles ha asistido al 67% de las mismas.

- *Registro de las actividades aplicadas en el municipio de Móstoles.*

Hemos participado en el diseño y la difusión de las campañas del Día de la Salud Mental, el Día Mundial del VIH y del Día Mundial de la Salud y participado en la formación del taller de Educación Emocional para formadores.

### ACTIVIDADES: Presentación de grupo de trabajo de EPS para el plenario de la RMS del 12/06/18

**Grupo Promoción y Educación para la Salud**  
2017- 2018

**Municipios participantes**  
Alcalá de Henares, Alcobendas, Alcorcón, Algete, Aranjuez, Arganda del Rey, Boadilla del Monte, Collado Villalba, Coslada, Fuenlabrada, Galapagar, Getafe, Las Rozas, Leganés, Majadahonda, Móstoles, Parla, Pinto, Pozuelo de Alarcón, Rivas Vaciamadrid, San Fernando de Henares, San Martín de la Vega, San Sebastián de los Reyes, Torrejón de Ardoz, Tres Cantos, Valdemoro y Villanueva de la Cañada.

**Objetivo general**

- Planificar estrategias comunes de intervención, encaminadas a la promoción de la salud y prevención de la enfermedad;
- Incidiendo en los **determinantes sociales** de salud
- Para **todos** los municipios de la RMS, independientemente de sus recursos
- Utilización el **mismo** texto, imagen y logo de la RMS, y **particularizándolo**, cada municipio, con su propio logo

**Objetivos específicos**

- Promover programas y acciones conjuntas que, den respuesta a las necesidades de los y las ciudadanas, encaminadas a fomentar la **promoción** de la salud, la **prevención** de enfermedades y la **educación** para la salud.
- Potenciar el **trabajo en red**, como un canal permanente de sinergias, información, formación, y consulta.

**Metodología**

- **¿Cómo? Trabajando en red**, con eficiencia, mediante Comisiones de trabajo, facilitando el conocimiento, y la información a todos los municipios miembros de la RMS
- **¿Qué? Mediante actividades comunes e indicadas** que, favorezcan la visibilidad de la RMS por el número de municipios participantes en las actividades
- **¿Para qué? Desarrollar actividades de Promoción, Prevención y Educación para la Salud** que incidan en el bienestar de los y las vecinas, centradas en el cambio de las competencias municipales
- **Favoreciendo** la posible participación de todos los municipios, incluidos los que no están en el grupo, los que tienen menos recursos, los de menor población.

**Actividades 2017-2018**

**Campañas** (al menos DOS IMPACTOS AL AÑO, para visibilizar la RMS):

- **Día Mundial de la Salud Mental**, Octubre 2017
- **Día Mundial del Sida**, Diciembre 2017
- **Día Mundial de la Salud**, Abril 2018
- **Por desarrollar a lo largo 2018: la promoción de la salud en el hombre**



**Día Mundial de la Salud 2017**  
Depresión: **HABLEMOS**

Tu Ayuntamiento recomienda:  
Si te sientes triste o cansado, no te preocupes. La depresión es una enfermedad que afecta a 1 de cada 10 personas. Conoce, trata y cuida tu salud mental. Más información en el folleto de la EPS.

**1 diciembre**  
Día Mundial del Sida

**Mi salud, mi derecho**

Se responsable con el VIH: Absténate de tener relaciones sexuales sin protección y evita compartir agujas. No dones sangre sin haber pasado un análisis de VIH. Si tienes dudas, pregunta a tu médico. No te avergüences de pedir ayuda. Más información en el folleto de la EPS. Si necesitas un espacio seguro, llama al 112.

**Día Mundial de la Salud**

**SALUD PARA TODOS**  
Cobertura Sanitaria Universal

Tu Ayuntamiento te informa:  
- El acceso a la Salud integral y de calidad es un derecho (OMS)  
- Cuida tu salud. Incorpora hábitos saludables en tu vida.  
- Invierte en salud beneficia a todos.

### Actividades 2017-2018

**Otras actividades**

- Extensión de la invitación, al grupo, de actividades formativas organizadas por los municipios.
- Móstoles: "Educar en habilidades para la vida para prevenir el abuso de drogas y otros riesgos"
- Compartir información sobre legislación, convocatorias, materiales, programas...
- Formación al grupo (EPSP) para la implementación de talleres de psicohigiene.

Getafe: "Si la vida nos da limones hagamos limonada". Prevención de desórdenes emocionales.

### Invitación a actividad formativa

Educar en habilidades para la vida para prevenir el abuso de drogas y otros riesgos. Móstoles, 13 y 14 de febrero de 2018.

Financiado por: Ayuntamiento de Móstoles, Ayuntamiento de Arganda del Rey, Ayuntamiento de Getafe, Ayuntamiento de San Sadurn de Noya, Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes, Ayuntamiento de San Fernando, Ayuntamiento de San Juan de los Rios, Ayuntamiento de San José de Guadalupe, Ayuntamiento de San Mateo de Guadalupe, Ayuntamiento de San Pedro de Abajo, Ayuntamiento de San Pedro de las Flores, Ayuntamiento de San Pedro de Macoris, Ayuntamiento de San Pedro de Sula, Ayuntamiento de San Pedro de Triunfo, Ayuntamiento de San Pedro de Yaguajayao, Ayuntamiento de San Pedro de Yare, Ayuntamiento de San Pedro de Yuma, Ayuntamiento de San Pedro de Yumbá, Ayuntamiento de San Pedro de Yumbá, Ayuntamiento de San Pedro de Yumbá.

### Formación para implementación de talleres de psicohigiene

"Si la vida nos da limones hagamos limonada"  
Getafe 28 y 29 de septiembre y 2 de octubre de 2017

Municipios que desean implementarlo en 2018: Coslada, Pinto, Móstoles, Arganda y Getafe.

- Objetivo:** experiencia piloto de implementación del mismo taller para prevenir la ansiedad y depresión, a partir de distintos municipios con los mismos contenidos y formato.
- Modelos Teóricos:** El ABC del Comportamiento y Patenciación. Miguel Costa y Ernesto López.
- Modelo de Intervención:** AC (Activación Conductual); Barraca 2 (Univ. Carlos Jose Cella); Pérez, M (Univ. de Oviedo); NICE (recomendaciones).
- Cuestionarios:** 1. El Inventario de Depresión de Beck-II (BDI); 2. Behavioral Activation for Depression Scale (BADS) Kanich et al., 2007. Adaptación española de Barraca, Pérez-Avarez y Lozano-Sáez, 2016.

### Resultados del taller: "Si la vida nos da limones hagamos limonada"

Grupos	N	PRE	N	POST	N	Δ
T.C	9	13	4	13	6	6
S.G	10	4	10	3	8	2
S.G	14	11	11	6	JUNIO	
S.G	15	8	14	5	JUNIO	
S.G	8	11	6	5	JUNIO	
E.M	14	9	14	5		
T.F						
E.F						
T.C						
TOTAL	70	53	14			

La puntuación total en el cuestionario de ansiedad y depresión de Beck-II (BDI) disminuyó en un 10% tras la realización del taller.

### Jornadas de formación. Depresión. Hablemos.

"Si la vida nos da limones hagamos limonada"  
Getafe 2 y 16 de marzo de 2017

### Propósitos

- Polenciar el trabajo en red
- Generalizar el conocimiento y facilitar la adhesión de otros municipios
- Continuar la implementación de la EPSP en los municipios ya adheridos, y sumar a la misma a los que aún no lo han hecho con el apoyo de los que tienen más experiencia y recorrido.
- Participar

### Resultados

- Esfuerzo de trabajo común, manteniendo 4 reuniones anuales.
- La percepción del trabajo realizado por el grupo es muy positiva por la gran participación, la riqueza de información, por los diseños propuestos, la formación compartida, etc.
- Puesta en común de la gestión del conocimiento, de cada municipio y Ayuntamiento, sobre su realidad, y la utilidad de este, para promover y educar en Salud, así como, prevenir enfermedades en la población, eliminando duplicidades y fomentando sinergias con otras instituciones.
- Esfuerzo por aunar objetivos, contenidos y formatos en actividades que se desarrollen en más de un municipio, a pesar de las particularidades, que den cuenta de la eficacia, eficiencia e impacto de las mismas, para su replicabilidad y evidencia científica.
- La publicación de los trabajos diseñados, en las webs de los ayuntamientos y en las redes sociales (facebook, twitter) de los mismos, ha facilitado la difusión y visibilidad de las campañas y actividades en cada uno de los municipios.

### Propuestas a la RMS

- Este grupo de trabajo considera que la participación en el mismo debe ser priorizada desde los municipios que manifiestan su adscripción, a éste u otros. Y revisar la misma con periodicidad.
- Igualmente se solicita a la Permanente (Política y Técnica) la divulgación de los trabajos de los grupos con celeridad a fin de que los mismos sean conocidos y utilizados en los plazos sugeridos. Se adjunta anexo.

### Reconocimiento

- Al equipo de diseños de los ayuntamientos de:
  - Pinto
  - Rivas Vaciamadrid
- A los ayuntamientos participantes en las comisiones de trabajo:
  - Leganés
  - Algete
  - Getafe
  - Torrejón
  - Valdemoro
  - Coslada
  - Alcobendas
  - Rivas Vaciamadrid
  - Pinto

### Anexo

Formulario de Evaluación de la Actividad:

Se ha realizado actividades	Si	No
Definición de objetivos		
Definición de actividades		
Definición de recursos		
Definición de responsables		
Definición de presupuesto		
Definición de indicadores		
Definición de seguimiento		
Definición de evaluación		
Definición de difusión		
Definición de documentación		
Definición de comunicación		
Definición de formación		
Definición de actividades		
Definición de recursos		
Definición de responsables		
Definición de presupuesto		
Definición de indicadores		
Definición de seguimiento		
Definición de evaluación		
Definición de difusión		
Definición de documentación		
Definición de comunicación		
Definición de formación		



**Objetivo específico:**

- *Grupo de Trabajo de Adicciones: Conocer las actividades y la evolución de las competencias y circunstancias en los municipios de la RMS en materia de adicciones.*

**Indicador:**

*-Porcentaje de asistencia a las reuniones convocadas del grupo de trabajo y relación de temas tratados.*

Se han celebrado 4 reuniones en este periodo: 17 noviembre 2017 en Collado Villalba, 26 de febrero en Arganda del Rey, 20 de abril en Alcalá de Henares y 8 de junio 2018 en Parla. El Área de Sanidad ha asistido al 50% de las reuniones.

**ACTIVIDADES:**

- Asistencia a reuniones, especificadas en los epígrafes anteriores.
- Móstoles no ha participado en grupos de trabajo en este año.

### 3.4.3. CONTRIBUCIÓN AL PLAN MUNICIPAL DE ACCIÓN SOBRE LAS ADICCIONES

**Objetivo general:**

- *Reducir la demanda de agentes potencialmente adictivos.*

**Objetivos específicos:**

OBJETIVO 1: *Colaborar a través de la Comisión Técnica Interinstitucional de Educación y Promoción de la Salud en el Ámbito Escolar de Móstoles en información y formación sobre adicciones a la comunidad educativa.*

**Indicador:**

*-Mantener y promover formación mediante el Programa SPANT y programas de otras entidades e instituciones.*

- Ya se han descrito las intervenciones en el ámbito educativo de Ayudantes TIC, SPANT y talleres relacionados con adicciones en el Plan IES
- Se ha realizado un taller de formadores en habilidades para la vida y prevención de adicciones

OBJETIVO 2: *Posibilitar el mantenimiento de un nivel informativo básico sobre las sustancias más utilizadas y la complejidad del fenómeno de las adicciones.*

**Indicador:**

*-Informar sobre adicciones en las actividades realizadas en los Días Mundiales y asesorar a demanda.*

Este objetivo se cumple especialmente con la asesoría y tratamiento del servicio SPANT y con las actividades realizadas en el Día Mundial sin Tabaco.

OBJETIVO 3: *Facilitar el acceso a los recursos existentes en materia de prevención de las adicciones con el fin de resolver las demandas de orientación frente a un problema particular.*

**Indicador:**

*-Informar sobre los recursos existentes en materia de adicciones y registrar las demandas.*

Aunque se ha derivado a personas a recursos del municipio en materia de adicciones, informándoles de qué recursos existen, no se ha realizado desde el área de Sanidad de un registro de demandas.



Por parte del Servicio SPANT se ha dado información también sobre recursos pero el dato que se dispone no ha discriminado el registro de las demandas en ese sentido sino el conjunto de actuaciones en el Servicio:

### **ASESORÍA, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO**

*Consultas e intervención: casos nuevos: 8+8 individuales: 0 familias; 16+8 Familias en seguimiento: 7*

*Consultas: 1ª consulta: 16; tratamiento 134; seguimiento: 8; Total: 158*

*Consultas/casos atendidos por teléfono: 68 casos nuevos: 16 personas: 16*

**Nota:** múltiples consultas de seguimiento o de orientación por teléfono, whatsapp, e-mail ...

### **3.4.4. RELACIÓN DE COLABORACIONES MUNICIPALES E INTERINSTITUCIONALES**

#### **MUNICIPALES**

- Área de Igualdad
- Área de Mayores
- Área de Servicios Sociales
- Área de Juventud
- Área de Educación
- Área de Cultura
- Área de Deportes
- Área de Servicios Generales
- Área de Seguridad Ciudadana
- Área de Participación Ciudadana

#### **- INTERINSTITUCIONALES:**

- Comisión Interinstitucional para la Prevención y Control del Tabaquismo de Móstoles.
- Comisión Interinstitucional y Comunitaria de VIH-SIDA de Móstoles.
- Comisión interinstitucional de Educación para la Salud en el Ámbito Escolar de Móstoles.
- Comisión organizadora de la Semana Municipal de la Salud.
- Plan Municipal de Acción sobre las Adicciones.
- Hospital Universitario de Móstoles.
- Hospital Universitario Rey Juan Carlos.
- Servicio de Salud Pública - Área 8.
- Dirección Asistencial DA Oeste.
- Universidad Rey Juan Carlos.
- Centro de Rehabilitación de Salud Mental (Programa de Atención Social a Personas con Enfermedad Mental Grave y Crónica de la Comunidad de Madrid).
- Equipo de Atención Temprana (EAT) de la Comunidad de Madrid.
- Grupo AMÁS (Asociación de Familias y Amigos a favor de las Personas con Discapacidad Intelectual de Móstoles).
- ONG Punto Omega (SPANT).



#### 4. METODOLOGÍA

En el proyecto 2017-18 se ha definido la utilización de una metodología de intervención que fuese:

- Flexible y gradual, con niveles de profundización adaptados a los conocimientos, actitudes y necesidades del alumnado.
- Dinámica, basada en la experiencia de las personas participantes y apoyadas en el uso de materiales audiovisuales y dinámicas de trabajo en grupo.
- Teórico-práctica, compaginando la transmisión de contenidos teóricos con la capacitación en el manejo de técnicas y herramientas, para la realización de ejercicios prácticos y simulaciones de acercamiento a estilos de vida más saludables.

Esta metodología se ha utilizado en las actividades realizadas en este curso 2017-18. En las acciones formativas desarrolladas por el equipo docente de la Escuela Municipal de Salud y en las colaboraciones con las diferentes áreas municipales y entidades, se ha desarrollado siguiendo estas pautas:

- En cada acción formativa se recogen las expectativas que tienen las personas participantes respecto a la formación que van a recibir.
- En muchas de las sesiones se utilizan materiales audiovisuales que refuerzan y apoyan los contenidos impartidos, remarcando entre el alumnado la importancia de compartir las experiencias propias como vehículo de aprendizaje colectivo.
- Se utilizan dinámicas grupales como herramientas para el análisis, la reflexión grupal y la elaboración de conclusiones consensuadas y para favorecer la comunicación y las relaciones interpersonales.

Tomando como base 688 cuestionarios de evaluación de los talleres impartidos en los IES:

- La forma de dar las sesiones ha tenido un valor promedio (sobre 10) de 8.2
- La PUNTUACIÓN GLOBAL media de todos los cuestionarios válidos es de un 8.3 sobre 10, lo que indica que valoran muy positivamente la formación recibida.

En los cuestionarios de evaluación de las actividades formativas de la población general se recogen los siguientes resultados:

- La valoración del equipo docente en todos los aspectos ha sido de BIEN y MUY BIEN en el 99.9% de los cuestionarios válidos, lo que indica que valoran a los profesionales y la metodología empleada.
- Y la estimación de la implicación propia en la actividad BASTANTE y MUCHO en un 94.6% de los cuestionarios válidos, lo que indica que participan y leen la documentación que se aporta.
- El alumnado ha cumplido las EXPECTATIVAS en un 98.7%, lo que se ajusta a las necesidades de los grupos, a la elección adecuada de la formación recibida y el método de trabajo empleado.
- El 100% del alumnado se ha SENTIDO BIEN o MUY BIEN con la formación recibida, indicando que la metodología empleada activa y participativa es adecuada a la materia impartida.
- La PUNTUACIÓN GLOBAL media de todos los cuestionarios válidos es de un 9.8 sobre 10, lo que indica que valoran muy positivamente la formación recibida.

#### 5. RECURSOS

##### 5.1. RECURSOS MATERIALES

En este curso 2017-2018 se ha contado con la utilización de aulas dotadas de sillas y mesas móviles, recursos audiovisuales (equipo de música, cañón y cámara de fotos de la Escuela Municipal de Salud y portátil, teléfono/s móvil/es y otros materiales cedidos por otras Áreas), pizarras, rotuladores, tizas, borradores de pizarra, folios blancos y de colores, carpetas para documentación, bolígrafos, pinturas,



lápices, fundas de plástico, clasificadores A-Z, cajas de archivo definitivo y otros materiales (globos, cuerda, vasos, platos, etc.) en función de las necesidades de las actividades programadas.

En aquellas acciones formativas en las que se ha considerado necesario, las personas participantes han dispuesto de documentación específica: Manuales Formativos, Recursos y Bibliografía...

## 5.2. RECURSOS HUMANOS

- El Equipo de Promoción de la Salud del Área de Sanidad del Ayuntamiento de Mostoles, ha estado constituido por cinco profesionales, de las cuales una ha trabajado sólo el 25% de la jornada laboral por presentar una situación de jubilación por relevo.
- Colaboración de profesionales de otras áreas municipales, entidades e instituciones públicas y privadas.

## 6. EVALUACIÓN

La evaluación de las diferentes actividades que se han organizado desde la Escuela Municipal de Salud tiene como finalidad ver el impacto que tiene sobre la salud de las personas que han participado en las mismas, mejorando la calidad de la intervención y adaptándola a las necesidades de la población objeto.

Para todas las actividades de formación, sensibilización y de asesoría, se registrará sistemáticamente la asistencia y la distribución por género (siempre que sea viable), el tiempo de dedicación, el número de actividades y/o sesiones, además del número de personas con diversidad funcional que participen en las actividades.

Cada actividad formativa se acompaña de un informe con la evaluación por parte de las personas participantes y la valoración de la responsable de la actividad. En el caso de actividades realizadas en colaboración con otras áreas municipales, entidades e instituciones se ha elaborado de forma consensuada un informe-memoria conjunto.

### 6.1. MÉTODOS DE EVALUACIÓN

#### INSTRUMENTOS

- Se han utilizado diferentes Cuestionarios de Evaluación en función de la población diana: "Cuestionario General", "Cuestionario IES", "Cuestionario Escuela de Abuel@s", "Cuestionario del curso Salud y Mujer", "Fichas de Evaluación" de las actividades del proyecto Semana Municipal de la Salud.
- Se ha elaborado un informe de cada una de las actividades que se han realizado en el curso 2017-2018.
- Se elabora una Memoria Anual del Curso 2017-2018.

#### TEMPORALIZACIÓN

- Evaluación continua:
    - Se han ido realizando las adaptaciones curriculares necesarias para adaptar la formación a las personas receptoras de la misma.
- Además a través de las tareas a realizar en casa, en las acciones formativas que lo contemplan, se ha ido haciendo un seguimiento de cada una de las personas implicadas.
- Se ha hecho un registro de los distintos tipos de actividades realizadas.
  - Se ha elaborado una memoria con todas las acciones realizadas por el equipo de la Escuela Municipal de Salud y en la cual se valoran los proyectos desarrollados en colaboración con otras entidades.



## 7. CONCLUSIONES GENERALES

- El trabajo de la Escuela en sus diferentes áreas incide directamente en la salud de la población al transmitir conocimientos sobre los determinantes de la salud y proporcionar estrategias que les permitan poner en práctica los conocimientos adquiridos.
- Desde la Escuela Municipal de Salud se considera imprescindible dar continuidad a la inclusión de personas y colectivos vulnerables mediante discriminación positiva, para posibilitar su formación en promoción de la salud. Personas del Grupo Amás, usuarios/as de salud mental y personas sordas han participado durante este curso 17-18, en talleres de formación, actividades de la Semana de la Salud, asesorías de sexualidad y diversas conferencias.
- Es fundamental continuar con la planificación de actividades en colaboración y consenso con áreas municipales, instituciones y otras entidades porque permite unir sinergias para una gestión más adecuada y eficaz de los recursos existentes en el municipio. Ejemplo de esto es la Escuela de Abuelas y Abuelos, el diseño y realización de conferencias, la programación de Días Mundiales y la Semana Municipal de la Salud.
- Se han alcanzado los objetivos específicos propuestos y por ende los generales en su totalidad.
- Para un mejor desarrollo de los diferentes programas de intervención, es necesario dotar de medios audiovisuales (portátil, cañón y cámara de fotos).

### FORMACIÓN

- En el diseño de las acciones formativas se disminuyó el número de sesiones en algunos cursos, valorándose de forma negativa por parte de las profesionales y en la evaluación del alumnado. Por este motivo se considera necesario aumentar las sesiones pertinentes en los cursos que lo precisen.
- Con el fin de tener en cuenta la demanda recogida en los cuestionarios de evaluación se propone para el próximo curso diseñar acciones formativas con nuevas temáticas y de menor duración (monográficos).
- Se considera necesario disponer de sala/s de formación exclusiva/s para la Escuela con el fin de no tener que estar a disposición de los espacios que quedan libres en el Centro Cultural Villa de Móstoles y en el Centro de Participación Ciudadana.
- En la programación formativa del próximo curso 2018-19 se seguirán diseñando temáticas diversas que respondan a los objetivos claves de promoción de la salud, a las demandas de la población y de profesionales.
- El alumnado expresa un alto grado de satisfacción con la formación recibida ya que la puntuación global media ajustada a 10 es de 9.8 y lo puntúan con los máximos valores el 95.5% del alumnado, por ello se considera necesario continuar con la oferta formativa en temas de salud.
- En los cuestionarios de evaluación se refleja que el 98.7% del alumnado ha conseguido cumplir sus expectativas, lo que demuestra que el diseño de las actividades se ajusta a las necesidades de la población objeto de la intervención.
- En las actividades formativas se ha favorecido el análisis y reflexión de las personas participantes, lo que facilita el empoderamiento de las mismas, como así lo consideran en la evaluación el 100% de las personas que han realizado cursos. Se considera recomendable mantener la metodología de trabajo que se contempla en el proyecto formativo.



### SENSIBILIZACIÓN

- Destacar que las acciones de sensibilización favorecen notablemente la colaboración con otras entidades, profesionales e instituciones, facilitando unir sinergias y ser más eficaces en la rentabilidad de los recursos en el ámbito socio-sanitario en nuestro municipio.
- Las actividades de sensibilización desarrolladas en este curso (Días Mundiales, Conferencias, IX Semana Municipal de la Salud, artículos y campañas en medios de comunicación...) han generado interés y motivación en la población para participar en acciones formativas, demandar asesoramiento, búsqueda de recursos, etc. como se constata en los datos de participación.

### ASESORAMIENTO

- El asesoramiento en educación afectivo-sexual da respuesta a una demanda no atendida desde otros recursos y supone una atención muy eficaz, lo cual viene reforzado por los datos recogidos.
- Se comprueba al analizar el registro de la demanda que el asesoramiento en temas de salud es un recurso necesario y utilizado por la población, porque da respuesta a dudas e inquietudes relativos a procesos de enfermedad y otras circunstancias personales.

## 8. FORMACIÓN E INVESTIGACIÓN

- Taller de Educación Afectivo-Sexual para la Prevención de la Infección por VIH (Fundación EDEX)
- Curso de Introducción a la Programación Neurolingüística.
- Curso "Si la vida te da limones, Hagamos limonada" (Red Municipal de Salud)
- II Jornadas de Código Ictus (Asociación ADISFIM).
- Jornada Formativa sobre Diversidad Sexual y de Género (Concejalía de Igualdad, Sanidad y Mayores) (ARKOPOLIS)
- Seminario prevención de adicciones educando habilidades para la vida: programa UNPLUGGED
- "Jornadas de la Red Española de Ciudades Saludables en Segovia
- "Prevención del suicidio en adolescentes-Malditos 17" Educación
- III Jornadas de Neuro-Rehabilitación (Universidad Rey Juan Carlos).