

MEMORIA 2019-20

ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD



CONCEJALÍA DE DERECHOS SOCIALES Y MAYORES
ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD





ÍNDICE

1.	JUSTIFICACIÓN.....	2
2.	OBJETIVOS DEL PROYECTO.....	4
3.	LÍNEAS DE INTERVENCIÓN.....	10
3.1.	ALIMENTACIÓN.....	10
3.1.1.	ACCIONES FORMATIVAS.....	11
3.1.2.	ACCIONES EN MEDIOS DE DIVULGACIÓN.....	12
3.1.3.	ACCIONES DE COORDINACIÓN.....	12
3.2.	ACTIVIDAD FÍSICA.....	13
3.2.1.	ACCIONES FORMATIVAS.....	14
3.3.	BIENESTAR EMOCIONAL.....	16
3.3.1.	ACCIONES FORMATIVAS.....	17
3.3.2.	ACCIONES DE SENSIBILIZACIÓN.....	18
3.3.3.	ACCIONES EN MEDIOS DE DIVULGACIÓN.....	19
3.3.4.	ACCIONES DE COORDINACIÓN.....	20
3.3.5.	ACCIONES DE ASESORAMIENTO.....	24
3.4.	SALUD CARDIOVASCULAR.....	25
3.4.1.	ACCIONES FORMATIVAS.....	25
3.4.2.	ACCIONES EN MEDIOS DE DIVULGACIÓN.....	26
3.4.3.	ACCIONES DE COORDINACIÓN.....	27
3.5.	SALUD AL COMPLETO	27
3.5.1.	ACCIONES FORMATIVAS.....	28
3.5.3.	ACCIONES EN MEDIOS DE DIVULGACIÓN.....	29
3.5.4.	ACCIONES DE COORDINACION.....	31
3.5.4.	ACCIONES DE ASESORAMIENTO.....	36
4.	RELACIÓN DE COLABORACIONES MUNICIPALES E INTERINSTITUCIONALES.....	36
5.	METODOLOGÍA.....	
6.	RECURSOS.....	37
7.	EVALUACIÓN.....	38
8.	CONCLUSIONES.....	41
9.	FORMACIÓN E INVESTIGACIÓN.....	42
10.	ANEXOS.....	43



1. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO.

La Educación para la Salud constituye una herramienta clave para actuar sobre los determinantes de salud de las personas. Se 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.

Es importante para el desarrollo de cualquier proyecto relacionado con la Promoción de la Salud, tomar como referencia dos estrategias marco: Por un lado **la Agenda 2030**, aprobada en septiembre de 2015 en la Cumbre de Desarrollo Sostenible (en la que participaron más de 150 jefes de Estado y de Gobierno), en la que se incluyen 17 objetivos de aplicación universal y por otro, en nuestro país, **la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud**, aprobada por el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud en diciembre de 2013.

El Ayuntamiento de Mostoles, a través de la Escuela Municipal de Salud, ha realizado un proyecto de intervención en materia de Educación para la Salud por un lado inspirado en alguno de los objetivos contemplados en la Agenda 2030, en concreto el **Objetivo 3**: “Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades”, vinculado a su vez con el **Objetivo 4**: “Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad...”, el **Objetivo 5**: “Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y niñas” y el **Objetivo 11**: Lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resilientes y sostenibles”.

Y por otro lado un proyecto que, en la elaboración de las directrices de intervención, tenga en cuenta algunas recomendaciones de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS dirigidas a ganar salud y a la prevención de enfermedades, entre otras alimentación, actividad física y bienestar emocional y los acuerdos y compromisos que la Concejalía de Derechos Sociales y Mayores tiene con los planes municipales de INFANCIA e IGUALDAD.

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, etc., 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.

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

VI Plan de Acción Municipal para la Igualdad entre Mujeres y Hombres.

Línea Estratégica 0: Gobernanza y Transversalidad de la Igualdad

- **Objetivo General:** Incorporar el principio de igualdad en la acción municipal y en el conjunto de las políticas.
 - **Objetivo Específico 1:** MEDIDA 1- Desagregación por Sexo.
 - **Objetivo Específico 2:** MEDIDA 8- Comunicaciones (lenguaje no sexista).
 - **Objetivo Específico 3:** MEDIDA 13- Designación de una persona por área.

**Línea Estratégica 3: Educación y Cultura para la Igualdad**

- *Objetivo General:* Contribuir a la creación de una sociedad basada en valores igualitarios.
- *Objetivo Específico 1:* MEDIDA 40- Realización de talleres, en colaboración con los centros educativos y las AMPAS, sobre corresponsabilidad en el ámbito familiar y nuevos modelos de familia y roles.

MEDIDA 41- Continuación del trabajo en la concienciación, sensibilización y formación de la sociedad sobre la importancia de la igualdad mediante actividades, talleres y acciones formativas.

Línea Estratégica 5: Salud y Calidad de Vida

- *Objetivo general:* Mejorar la calidad de las mujeres mediante la promoción de la salud y la creación de hábitos saludables a lo largo de todos los ciclos vitales y para las mujeres que se encuentren en cualquier situación.
 - Objetivo Específico 1:* MEDIDA 62- Campañas de educación sexual.
 - MEDIDA 63- Actividades problemas específicos (suelo pélvico.)
 - MEDIDA 64- Hábitos alcohol y drogas perspectiva de género.
 - MEDIDA 66- Visibilización de la Escuela de Salud.
 - *Objetivo Específico 5:* MEDIDA 72- Empoderamiento de mujeres cuidadoras.
 - MEDIDA 73- Formación nuevos modelos de cuidados no estereotipos de género.

Plan Municipal para la Infancia y la Adolescencia 2019-2023**1. Población diana: segunda infancia/preadolescencia.**

- **Objetivo 1.6. Favorecer hábitos saludables desde la infancia.**

PROPUESTAS ORIENTADAS A LA MEJORA DE LA SALUD INFANTIL

1.6.13. Continuar realizando y ofreciendo pautas, a través de juegos y talleres nutricionales a niñas y niños para aprender a elegir alimentos saludables, informar sobre alimentos cariogénicos, salud bucodental, comer equilibrado... a través de la Escuela Municipal de la Salud.

- Agentes implicados: Concejalía de Sanidad. Concejalía de Servicios Sociales
- Indicadores: Nº de talleres realizados, por tipo. Nº de niñas y niños beneficiados.

1.6.15. Realizar talleres dirigidos a niñas y niños de 10 a 13 años sobre higiene postural, hábitos de sueño regulados y entornos adecuados para el estudio, así como Talleres de Técnicas de estudio, de relajación que favorezca la concentración, motivación y el aprendizaje.

- Agentes implicados: Concejalía de Sanidad. Concejalía de Juventud.
- Indicadores: Nº de talleres realizados. Nº de Niñas y niños beneficiados.

2. Población diana: adolescencia.

- **Objetivo 1.11. Fomentar el deporte y la salud en la adolescencia.**

PROPUESTAS ORIENTADAS AL DESARROLLO DE LA SALUD Y LOS HÁBITOS SALUDABLES

1.11.8. Continuar realizando e incrementar los talleres sobre sexualidad responsable, diversidad afectivo sexual, alimentación e imagen corporal, comer equilibrado, consecuencias del



consumo de alcohol, estupefacientes, consumo de pornografía a través de Escuela Municipal de Salud de Mostoles dentro del Plan Municipal de Apoyo a los I.E.S.

- Agentes implicados: Concejalía de Sanidad. Concejalía de Juventud.
- Indicadores: Nº de actividades por tipo. Nº de Niñas y niños participantes

1.11.10. Realizar campañas que desmonten la información que comparten en redes sociales, programas de tv, internet sobre salud sexual y sexualidad. En este sentido realizar talleres que favorezcan la capacidad crítica, por tanto, la resiliencia, ante las “fake-news” que generan confusión en la adolescencia.

- Agentes implicados: Concejalía de Educación. Concejalía de Sanidad. Concejalía de Juventud.
- Indicador: Campañas realizadas.

1.11.11. Realizar una campaña de prevención de embarazos no deseados en adolescentes, dirigidas a chicas y a chicos.

- Agentes implicados: Concejalía Sanidad. Concejalía de Servicios Sociales. Concejalía de Igualdad.
- Indicador: Campañas realizadas

- **Objetivo 1.13. Coadyuvar en la prevención de las violencias.**

PROPUESTAS ORIENTADAS A LA SENSIBILIZACIÓN Y PREVENCIÓN DE LAS VIOLENCIAS DE GÉNERO Y OTRAS VIOLENCIAS

1.13.10 Intensificar talleres sobre acoso sexual, sextorsión, ciberbullying, ciberviolencia de género...a través de móvil, redes sociales...dirigidos a adolescentes.

- Agentes implicados: Concejalía de Juventud. Concejalía de Educación. Policía Local.
- Indicadores: Nº de talleres realizados. Chicas y chicos participantes.

NOTA: Es preciso hacer referencia, antes de la evaluación del proyecto, a la situación producida por el virus SARS-COV-2 desde el 14 de marzo que ha incidido directamente en el desarrollo del proyecto de la Escuela Municipal de Salud 2019-2020 tal y como estaba previsto.

2. OBJETIVOS DEL PROYECTO

- **OG1:** Implicar a la población general y a las personas en particular, en un proceso de transformación de los determinantes que inciden en su salud, en las diferentes etapas de la vida, favoreciendo entornos saludables.

El objetivo se cumple porque se ha ofrecido a distintos grupos etarios de la población, herramientas y recursos que les permitan hacerse responsables de su salud, realizando los cambios necesarios para su mejora.

- **OE1:** 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 personal, familiar y comunitaria.

El objetivo se cumple ya que se ha diseñado una planificación de acciones formativas con el número suficiente de horas, dirigidas a distintos grupos de población, para fomentar la capacidad de autocuidado.



▪ **INDICADOR: Número de horas en acciones formativas sobre diversos temas de salud, que impliquen al menos 260 horas lectivas en el curso 2019-2020.**

En referencia a este indicador hay que señalar que se había marcado realizar al menos 260 horas en acciones formativas y se contempló una previsión de 338 horas, lo que supone un 130% más del mínimo marcado en el indicador.

El número de horas realizadas en acciones formativas han sido 229 (+1.5h Miguel Cervantes SOS), lo que supone que se ha realizado el 68% de las horas previstas.

- Agenda:
 - Horas previstas: 206 horas
 - Horas realizadas: 140 horas (68% de las horas previstas)
- Intervención en Centros Educativos de Secundaria:
 - Horas previstas: 90 horas (+1.5h Miguel Cervantes SOS)
 - Horas realizadas: 66 horas (73% de las horas previstas)
- Colaboración con Servicios Sociales: Proyecto con el Asentamiento Las Sabinas:
 - Horas previstas: 2 horas
 - Horas realizadas: 0 horas
- Colaboraciones Salud Mental:
 - Horas previstas: 29 horas
 - Horas realizadas: 23 horas (79% de las horas previstas)
- Colaboración con CEAR:
 - Horas previstas: 4 horas
 - Horas realizadas: 0 horas
- Colaboración con la Fundación Secretariado Gitano:
 - Horas previstas: 3 horas
 - Horas realizadas: 0 horas.
- Colaboración con Grupo AMAS:
 - Horas previstas: 4 horas
 - Horas realizadas: 0 horas
- **OE2:** Proporcionar el conocimiento de los determinantes de salud y su influencia en las enfermedades prevalentes.

El objetivo se cumple ya que en el 89% de las acciones se trabaja el conocimiento de los determinantes de la salud.

- **INDICADOR: Número de acciones en las que se abordan los determinantes de la salud.**
 - Acciones previstas: 17 acciones.
 - Acciones realizadas: 13 acciones (76% de las acciones previstas)



- **OE3:** Promover el uso de los espacios verdes del municipio teniendo en cuenta el cuidado y el respeto al medio ambiente.

Este objetivo se cumple, en la actividad "Paseos Cardio-saludables" y en los paseos incluidos en los cursos de "Adelgaza y Gana Salud" y "Ejercita tu Corazón", se proponen rutas seguras por los espacios verdes del municipio siempre prestando especial atención al respeto del medio ambiente.

- **INDICADOR: Número de actividades en las que se ha tenido en cuenta el uso de espacios verdes y el cuidado del medioambiente.** Se han realizado 4 actividades.

- **OE4:** Prestar asesoramiento en temas relacionados con la sexualidad integral y la salud en general.

El objetivo se cumple porque se da respuesta al 100% de las demandas recibidas y por todas las vías de comunicación activadas (presencial, telefónica y correo electrónico).

- **INDICADOR: Número de horas de asesoramiento realizadas.**

Se han realizado 488,75 horas de asesoramiento.

- **OE5:** Facilitar información de recursos sociales, culturales e institucionales necesarios para el proceso de la mejora de la salud.

Este objetivo se cumple porque se ofrece información sobre recursos sociales, culturales e institucionales en el 100% de las acciones realizadas.

- **INDICADOR: Número de acciones en las que se facilita información sobre recursos.**

- Agenda:
 - Acciones previstas: 16
 - Acciones realizadas: 12
- Semana Salud:
 - Acciones previstas: 47.
 - Acciones realizadas: 0
- Días Mundiales:
 - Acciones previstas: 21
 - Acciones realizadas: 21
- Centros educativos de secundaria:
 - Acciones previstas: 40 (+1.5h Miguel Cervantes SOS)
 - Acciones realizadas: 25
- Colaboraciones Salud Mental:
 - Acciones previstas:
 - 1 taller sexualidad C. Salud Mental de la CM (Grupo Exter)
 - 4 sesiones salud. C. Salud Mental de la CM (Grupo Exter)
 - 7 sesiones salud. C. Salud Mental y Residencia de la CM (Intress)
 - Acciones realizadas:
 - 1 taller sexualidad C. Salud Mental de la CM (Grupo Exter)
 - 3 sesiones Salud C. Salud Mental de la CM (Grupo Exter)



- 4 sesiones Hábitos Saludables C. Salud Mental y Residencia de la CM (Intress)

Total Acciones previstas: 137

Total Acciones realizadas: 66 (48.2% de las acciones previstas)

- **OG2:** Potenciar la coordinación y colaboración entre distintas áreas municipales, instituciones y otras entidades, para aunar sinergias en el desarrollo de planes locales y otras acciones, rentabilizando las infraestructuras y recursos del ámbito municipal y autonómico.

El objetivo se alcanza ya que se forma parte de dos planes municipales (Plan de Infancia y Adolescencia y Plan de Igualdad), además se colabora en varias mesas y comisiones interinstitucionales y se diseñan proyectos de colaboración con entidades municipales y de la Comunidad de Madrid.

- **OE1:** Potenciar la interrelación entre programas y recursos con finalidades comunes en el ámbito de la promoción de la salud.

Este objetivo se consigue porque la Escuela Municipal de Salud favorece el desarrollo de intervenciones en materia de Educación y Promoción de la Salud entre programas y recursos.

- **INDICADOR: Número de intervenciones que se han realizado con otros programas y recursos en el ámbito de la promoción de la salud.**

Total Intervenciones previstas: 576

Total Intervenciones realizadas: 412 (71,5% de las acciones previstas)

- Semana Salud: Planificada pero no realizada. 48 actividades previstas.
 - Escuela de Abuelas y Abuelos: Realizada parcialmente (46% realizado).
 - Jornada Memoria: 1.
 - Visita Unidad de Sueño: 1.
 - Visita Unidad de Rehabilitación Cardíaca: 4.
 - Día Mundial VIH-SIDA: 35
 - Ganando Salud: Previstas: 46. Realizadas: 32, (supone un 69,56% del total).
 - Web: 23 acciones.
 - Plan IES (de los datos disponibles): previstos 400 y realizados 307 (76,75% realizado).
 - Centros de Salud Mental de la CM: previstas 12 y realizadas 8 (66% realizado).
 - Comisión Española de Ayuda al Refugiado: previsto 1, no realizado.
 - Proyecto "Asentamiento Las Sabinas": previsto 1, no realizado.
 - Proyecto "Senderos" de Cáritas Getafe: previsto 1, no realizado.
 - Fundación Secretariado Gitano: previstos 2, no realizados.
- **OE2:** Implementar planes de desarrollo local para la optimización y coordinación de recursos comunitarios relacionados con la promoción de la salud, la igualdad de género y la Infancia y la adolescencia.



Se ha cumplido porque la Escuela Municipal de Salud ha desarrollado las líneas estratégicas del VI Plan de Igualdad y del Plan Municipal para la Infancia y Adolescencia 2019-2023 a través de sus actuaciones y teniendo en cada uno una persona representante del Área.

En el Plan de Igualdad:

- **Plan Igualdad línea estratégica 0:** información distribución por genero, lenguaje no sexista y designación de referente.
En el 100% de las acciones que se realizan desde la Escuela Municipal de Salud se utiliza un lenguaje inclusivo y no sexista y se recoge la distribución por género. Además, se solicita a las entidades con las que se colabora que en la medida de lo posible se tengan en cuenta también estos criterios, no siendo posible en el 100% de las colaboraciones conseguirlo, pero sí en un alto porcentaje.
- **INDICADOR: Número de acciones que se han realizado en el marco de los planes municipales de la salud, la igualdad de género y la Infancia y la adolescencia.**
El número de acciones que se han realizado en el marco de los Planes municipales han sido 375.
 - ✓ **Plan Igualdad línea estratégica 0:** información distribución por género y lenguaje no sexista.
El número de acciones que se han realizado desde la Escuela Municipal de Salud en las que se utilizan un lenguaje inclusivo y no sexista y se recoge la distribución por género ha sido **TOTAL: 54.**
 - ✓ **Plan Igualdad línea 3, medida 41:** De forma transversal se trabaja la incidencia de los roles de género y modelos en:
 - ✓ Actividades de la Agenda:
 - Curso si la vida te da limones, hagamos limonada.
 - Curso Aprendiendo a Dormir.
 - Escuela de Abuelas y Abuelos.
 - Curso Regálate Emociones Positivas.
 - Jornada Activa tu Memoria.
 - ✓ Centros educativos de secundaria:
 - Taller Adolescencia y Sexualidad con 2º de ESO.
 - Taller “Alimentación e Imagen Corporal” con 1º de ESO, FPB y Grado Medio.
 - Sesión para la prevención del VIH-SIDA y otras ITS con 4º de ESO, FPB y Grado Medio.
 - ✓ Centro de Rehabilitación Psicosocial de Mostoles:
 - Taller de Educación Sexual Integral.**TOTAL: 43 acciones.**
 - ✓ **Plan Igualdad línea 5, medida 63:**
 - Curso “Cuida tu suelo Pélvico”.

- ✓ **Plan Igualdad línea 5, medida 73:**
 - Sesión “Cuidamos a las personas cuidadoras” dirigida a personas cuidadoras, pertenecientes al Centro de Rehabilitación Psico Social (CRPS) del Grupo Exter.

TOTAL: 2 acciones.

- ✓ **Plan infancia pre-adolescencia alimentación:** A través del Plan IES se han realizado:
 - Taller “Alimentación e Imagen Corporal” con 1º de ESO.

TOTAL: 0 acción.

- ✓ **Plan Infancia Adolescencia:** A través del Plan IES se han realizado:
 - Escuela de Salud: Taller “Alimentación e Imagen Corporal” FP Básica.
 - Escuela de Salud: Taller “Sexualidad y Adolescencia” con 2º ESO.
 - Escuela de Salud: Sesiones “Prevención del VIH-Sida y otras ITS” 4º ESO, 2º FP Básica y Ciclos Formativos.
 - Hospital Rey Juan Carlos: Taller “Sexualidad, Métodos Anticonceptivos y Prevención de ITS” con 3º ESO
 - SPANT: Taller “Prevención del Uso de Sustancias” con 3º ESO.
 - SPANT: Taller “Uso Responsable de las Nuevas Tecnologías” con 2º ESO.
 - SPANT: Taller “Sensibilización y Prevención del Juego Patológico” con 4º ESO.
 - Fundación Alcohol y Sociedad: Taller “Menores ni una gota” con todos los niveles de ESO, BACHILLERATO y CICLOS.

TOTAL: 276 acciones.

- ✓ **No se han realizado Campañas.**

- **OG3:** Garantizar una educación para la salud equitativa, inclusiva y de calidad, que tenga en cuenta la igualdad entre géneros.

En el desarrollo de las actividades del proyecto de la escuela, se llevan a cabo estas premisas: la equidad, la inclusión, la igualdad entre géneros y la educación de calidad.

- **OE1:** Favorecer la participación de personas con capacidades diversas, en aquellas actividades formativas que se consideren apropiadas.

Se cumple el objetivo porque dentro de la metodología de trabajo de las profesionales de la Escuela Municipal, está el contemplar la inclusión de personas con capacidades diversas en todas aquellas actividades posibles.

Se diseñó una actividad a demanda de la Orientadora del IES Miguel Cervantes, para un grupo de 28-30 personas, alumnado con diversidad funcional perteneciente al Programa ERASMUS, sobre “Primeros Auxilios Básicos y RCP”, de 1.5 horas de duración. Esta actividad no se realizó por la situación derivada del SARS-COV-2 (la actividad se programó para el 24 de marzo y se suspendieron las clases presenciales en centros educativos desde el día 13)



- **INDICADOR: Número de plazas reservadas para personas con capacidades diversas.**
 - Se ha reservado plaza a 10 personas de las que se ocupan 9 con personas con capacidades diversas: personas usuarias del Grupo AMAS, personas usuarias del Centro de Día de Salud Mental de Intress de Mostoles, una persona sorda y una persona invidente.
- **OE2:** Potenciar las interacciones sociales de las personas participantes.

Este objetivo se consigue porque en todas las acciones en las que es posible, se potencia que las personas participantes tengan una implicación activa generando intercambio de experiencias y ampliación de las relaciones interpersonales.

- **INDICADOR: Número de acciones en las que se favorecen las interacciones sociales.**
 - Agenda:
 - Acciones previstas: 15
 - Acciones realizadas: 12
 - Semana Salud:
 - Acciones previstas: 47.
 - Acciones realizadas: 0.
 - Colaboraciones Salud mental:
 - Acciones previstas:
 - 1 taller sexualidad CRPS. CM. Grupo Exter
 - 4 sesiones salud C. Rehabilitación de Salud Mental. CM. Grupo Exter
 - 7 sesiones salud C. Salud Mental y Residencia. CM. Intress
 - Acciones realizadas:
 - 1 taller sexualidad CRPS. CM. Grupo Exter
 - 3 sesiones Salud C. Rehabilitación de Salud Mental. CM. Grupo Exter.
 - 4 sesiones Hábitos Saludables C. Salud Mental y Residencia. CM . Intress

Total Acciones previstas: 74

Total Acciones realizadas: 20 (27% del total)

3. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN

3.1. ALIMENTACIÓN.

En los últimos años se ha producido en España un aumento del número de personas con sobrepeso y obesidad (en todos los tramos de edad, incluso en la infancia), así como de patologías asociadas a la forma de comer y al sedentarismo (Diabetes Tipo II, Hipertensión arterial, Hipercolesterolemia, etc.) por lo que es necesario aprender a comer de forma equilibrada y abandonar la vida sedentaria.



▪ **Objetivo general:**

Potenciar la adopción de hábitos de alimentación saludables.

Este objetivo se consigue con las diferentes intervenciones realizadas tanto con población general como en los centros educativos.

3.1.1 ACCIONES FORMATIVAS

• **Objetivos específicos:**

1. Diseñar al menos una acción formativa dirigida a población general con el objetivo de aprender a controlar el sobrepeso y la obesidad.

Se cumple porque se ha diseñado el curso “Adelgaza y gana Salud” dirigido a personas con sobrepeso u obesidad.

2. Fomentar la inclusión de personas con capacidades diferentes, para favorecer la equidad.

Se cumple porque han participado 3 personas con capacidades diversas.

• **Indicadores**

OE1. Número de acciones formativas realizadas. 1 actividad

OE2. Número de personas con capacidades diversas que han participado. 3 personas.

• **Actividad:**

- **Curso “Adelgaza y Gana Salud”**

Aprender a controlar el peso de forma sana y equilibrada.

Dirigido: personas con problemas de sobrepeso u obesidad.

Nº de personas: 25

“Adelgaza y Gana Salud”

Duración: 22 horas. Asistencia: 23 personas. Mujeres: 19 Hombres: 4. Puntuación global (4.94) sobre 5 Ajustada a 10. (9.88)

Uno de los objetivos principales de este curso, es aprender a controlar el peso de una forma sana y equilibrada. Para ello, el curso se estructura en dos ejes centrales: aprender a elaborar dietas equilibradas que favorezcan el control del peso y adaptarlas a cada situación personal.

Y realizar actividad física cómo un instrumento fundamental para la pérdida de peso. Ambos ejes se trabajaron de forma teórica y práctica. Durante las diferentes sesiones, se confeccionaron dietas equilibradas en clase, para el control de peso, que fueron corregidas por la docente. Así mismo en las sesiones dirigidas a la actividad física se procedió el aprendizaje de diferentes ejercicios con peso, aportando varias modalidades para adecuarlos a las posibilidades de las personas asistentes. La actividad aeróbica moderada, se centró en un **PASEO SALUDABLE**; primero se explicaron las pautas esenciales para éste, relativas a intensidad, postura, respiración, etc. y luego se realizó de forma práctica. Todas las sesiones relativas a la actividad física fueron supervisadas de forma individual por la docente.

El segundo objetivo, favorecer las relaciones interpersonales de las personas que participan, se consigue con creces, ya que es un curso eminentemente práctico con muchas actividades a nivel grupal.

En este curso participaron 3 personas con capacidades diversas (discapacidad intelectual, enfermedad mental crónica y una persona invidente) La participación de estas personas fue muy bien valorada por toda la clase, favoreciendo la integración de las mismas.

El curso ha sido muy bien valorado, recibiendo una puntuación global de **4.94 sobre 5**. Y lo que es muy importante, el **99% del alumnado perdió peso** y manifiesta que está utilizando lo aprendido en su



vida diaria y el 100% piensa que el curso les va a ser muy útil (ambos indicadores del cumplimiento del objetivo del curso).

3.1.2. ACCIONES EN MEDIOS DE DIVULGACIÓN:

- **Objetivo específico:**

1. Difundir los beneficios de una alimentación equilibrada en diferentes medios de divulgación. El objetivo se ha cumplido porque se ha realizado la difusión de los beneficios de una alimentación equilibrada en la web ESPACIO SALUDABLE, en el programa de radio GANANDO SALUD y se han difundido campañas e información de interés al respecto vía mail.

- **Indicadores:**

OE1. Número de acciones realizadas. 4 acciones.

- **Actividades:**

- Se ha difundido la Campaña del “DÍA NACIONAL DE LA NUTRICIÓN 2020” (28 de mayo), en la página Web del Ayuntamiento, ESPACIO SALUDABLE. Este año el lema ha sido: “Cereales. *Vayamos al grano*”. *Hábitos para toda la vida*”.
- Se ha publicado en la web ESPACIO SALUDABLE, un artículo del Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública, de la Consejería de Sanidad: “ALIMENTOS BIO, ECO Y ORGÁNICOS”.
- Con motivo de la celebración del DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN (16 de octubre), el programa de radio GANANDO SALUD se centra en los beneficios de una alimentación equilibrada.
- Se ha difundido vía correo electrónico a la base de datos del alumnado de la Escuela Municipal de Salud (700 personas), la Campaña del “DÍA NACIONAL DE LA NUTRICIÓN 2020” (28 de mayo).

3.1.3. ACCIONES DE COORDINACIÓN

- **Objetivos específicos:**

1. Dar respuesta a las demandas relacionadas con la importancia que tiene la alimentación como un pilar fundamental de la salud y la calidad de vida.

Se recibieron demandas sobre temas relativos a hábitos saludables de tres profesionales de los proyectos “Asentamiento Las Sabinas” (previsto 1, no realizado), Proyecto “Senderos” de Caritas Getafe (previsto 1, no realizado) y Fundación Secretariado Gitano (previstos 2, no realizados), pero no se pudieron realizar por la situación de pandemia derivada del SARS-COV-2. Por lo tanto este objetivo no se cumple

2. Impulsar actividades en el Plan Municipal de Apoyo a los institutos de Móstoles en relación con la alimentación y/o la imagen corporal.

Si se ha alcanzado puesto que ha habido diversas actividades relacionadas con la temática.

- **Indicadores**

OE1. Número actividades realizadas: Las demandas recibidas expuestas anteriormente no se pudieron realizar debido a la situación derivada del SARS-COV-2.

OE2. Numero de talleres realizados en el marco del Plan IES: 6 talleres realizados.



- **Actividades: Participación en el Plan de Apoyo a los IES de Móstoles:**
 - Taller **“Alimentación e Imagen Corporal”**. Escuela Municipal de Salud. Ayto Móstoles.
Dirigido a 1º ESO, FP. BÁSICA, ACE, PPME, UFIL
Se han realizado 6 talleres completos (12 horas) y no se han podido realizar 4 (8 horas)
Horas lectivas realizadas: 12.0 horas lectivas
Alumnado recogido por género: 69 alumnos/as. (Distribución por género: V: 19 y M: 50)
Alumnado no recogido el género: 7 alumnos/as.
Alumnado total: 76 alumnas/os.
 - Taller **“Come Sano, Muévete y Vivirás mejor”**. Centros de Salud (SERMAS). No se ha realizado ninguno de los talleres previstos debido a la situación provocada por el virus SARS-COV-2.
 - Taller de **“Alimentación”**. Cruz Roja. No se ha realizado ninguno de los talleres previstos debido a la situación provocada por el virus SARS-COV-2.

3.2. ACTIVIDAD FÍSICA

La inactividad física es uno de los principales factores de riesgo de mortalidad a nivel mundial y va en aumento en muchos países, esto agrava la carga de enfermedades no transmisibles y afecta al estado de salud de la población. Se ha comprobado que una de cada cuatro personas adultas no tiene un nivel suficiente de actividad física y que las personas que no hacen ejercicio físico presentan un riesgo de mortalidad entre un 20% y un 30% superior al de aquellas que son activas.

Ante esta situación, los Estados miembros de la OMS han acordado reducir la inactividad física en un 10% para el año 2025.

Existe una clara evidencia de que llevar una vida activa mejora la salud, el bienestar y la calidad de vida a cualquier edad; tener una vida activa que incluya el ejercicio físico ayuda a prevenir problemas de salud: Alivia el estrés, reduce la ansiedad, la depresión y mejora la calidad del sueño; ayuda a controlar el peso corporal; previene enfermedades musculares y osteoporosis; reduce la tensión arterial; reduce el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2, cáncer de mama y de colon; y mejora la evolución de algunas enfermedades crónicas (hipertensión, diabetes, hipercolesterolemia y obesidad).

La OMS, marca las siguientes recomendaciones de actividad física para la población adulta con el fin de obtener beneficios para la salud:

- 150 minutos de actividad física aeróbica de intensidad moderada o 75 minutos de actividad física aeróbica vigorosa o una combinación equivalente a la semana.
- Para obtener beneficios extra para la salud, sería necesario alcanzar los 300 minutos de actividad moderada o 150 de actividad vigorosa o una combinación equivalente semanalmente.
- Dos días a la semana actividades de fortalecimiento muscular y mejora de la masa ósea, y de actividades para mejorar la flexibilidad.
- Para las personas mayores de 65 años, personas con dificultades de movilidad y como prevención para la población adulta en general es beneficioso practicar 3 días a la semana actividades para mejorar el equilibrio.

Sería necesario aclarar que se entiende por *ACTIVIDAD FÍSICA*, la OMS la define como *cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía* (desplazarnos, hacer la compra, tareas domésticas, actividades recreativas, subir/bajar escaleras, ...).



La ACTIVIDAD FÍSICA comprende, además de actividades cotidianas, el *EJERCICIO FÍSICO* que es una *actividad física que se planifica, está estructurada, es repetitiva y tiene como objetivo mejorar o mantener la condición física*, y el *DEPORTE*, que es una *actividad física reglada y dirigida al logro de resultados en una competición*.

Es muy importante para la salud de todas las personas, a cualquier edad, mantenerse físicamente activas. Sería deseable conseguir un estilo de vida activo que permanezca en el tiempo, con presencia permanente de actividad física y observancia de hábitos saludables.

- **Objetivo general:**

Facilitar el conocimiento de los beneficios de la práctica de actividad física para mejorar la salud y la calidad de vida de las personas.

Se ha alcanzado con las actividades realizadas.

3.2.1. ACCIONES FORMATIVAS

- **Objetivos específicos:**

1. Planificar acciones formativas relacionadas con la actividad física.

Se alcanza porque se han planificado diversas acciones formativas en relación a los beneficios de la actividad física para la mejora de la salud y la calidad de vida.

2. Fomentar la inclusión de personas con capacidades diferentes, para favorecer la equidad.

Este objetivo se cumple porque la Escuela Municipal de Salud favorece la inclusión en aquellas actividades que se ajusten a las capacidades diversas.

- **Indicadores:**

OE1. Número de acciones diseñadas en materia de actividad física.

Se diseñan 5 actividades.

OE2. Número de personas con capacidades diversas que han participado.

No ha participado ninguna persona con capacidades diversas, ya que en las actividades en las que estaba prevista su participación no se pudieron realizar debido a la Covid-19.

- **Actividades:**

- **Curso “Cuida tu Suelo Pélvico”**

Duración: 12 horas lectivas. Nº de personas que solicitan el curso: 63. Nº de personas admitidas: 16. Confirman asistencia: 16. Asisten al curso: 15 (una persona no se presenta en el curso). Mujeres: 14, Hombres: 1 (M: 93,33%, H: 6, 66%). Puntuación global (5): 4,93 que se traduce en 9,86 puntos sobre 10.

El eje del curso gira en la concienciación de la importancia de tener un suelo pélvico tonificado y fortalecido para nuestro bienestar físico y psíquico. La PREVENCIÓN es la mejor estrategia para evitar sufrir trastornos relacionados con el debilitamiento del suelo pélvico.

El objetivo del curso, es facilitar las herramientas para que el alumnado pueda beneficiarse de la realización de rutinas de ejercicios que redunden en una mejora de la calidad de vida. Para esto, es importante que el aprendizaje de los ejercicios de fortalecimiento de los músculos pélvicos (ejercicios de Kegel) y transversal abdominal se realice correctamente.

La combinación de teoría y práctica del monográfico, aporta una base correcta para iniciarse en la práctica de ejercicios para la reeducación abdomino-pélvica, con conocimientos básicos para realizar los ejercicios de fortalecimiento correctamente, con la regularidad imprescindible para obtener beneficios.



Datos interesantes que refleja el alumnado en el cuestionario de evaluación son:

- Un 66,66% del alumnado eligió el monográfico para ampliar conocimientos, causa que denota un interés previo significativo por la temática impartida en el mismo.
- En relación a los contenidos, el 100% del alumnado los valora como MUY BIEN y BIEN, concretamente un 86,66% como MUY BIEN y un 13,33% como BIEN.
- En el epígrafe que recoge la utilidad que va a tener en su vida, el 86,66% lo valora como MUCHO y BASTANTE y el 13,33% no contesta.
- El equipo docente, está valorado por el 100% del alumnado como MUY BIEN y BIEN.
- EL 100% del alumnado refiere que se ha sentido MUY BIEN y BIEN en el transcurso del curso.
- La puntuación global otorgada al monográfico es de 4,93 sobre 5 que se traduce en 9,86 sobre 10.

Este año hemos ampliado dos sesiones de clase, ya que, en la evaluación del curso de la edición anterior, detectamos que el aumento de horas lectivas aportaría mayores beneficios a la población. Así ha acontecido, hemos desarrollado un trabajo más exhaustivo de los ejercicios, que se ha traducido en una mayor interiorización del aprendizaje. Con esta ampliación de la duración del curso, además hemos atendido una demanda latente planteada por el alumnado.

Es aconsejable continuar programando este curso, para ofrecer al alumnado una base correcta para iniciarse en la práctica de ejercicios para la reeducación abdomino-pélvica, que redundará en unas condiciones de vida saludables.

- **Curso “Ejercicio Físico en Casa”**

Aprender y practicar ejercicios para practicar en casa.

Nº de personas: 15.

La realización de este curso, estaba programada del 30 de abril al 4 de junio de 2020, no se ha podido realizar debido a la situación producida por el virus SARS-COV-2.

- **Monográfico “Puedes Evitar las Caídas”**

Trabajar el equilibrio y la coordinación para la prevención de las caídas.

Nº de personas: 15.

La realización de este monográfico, estaba programada del 6 al 27 de mayo de 2020, no se ha podido realizar debido a la situación producida por el virus SARS-COV-2.

- **“Paseos Saludables”**

Grupo 1. Duración: 4 h. lectivas. Asistencia a la actividad: 18. Mujeres: 17, Hombres: 1.

Grupo 2. Duración: 4 h. lectivas. Asistencia a la actividad: 16. Mujeres: 12, Hombres: 4.

Total: Duración: 8 h. lectivas. Asistencia a la actividad: 34. Mujeres: 29, Hombres: 5.

*Mediante contacto con la Comisión Española de Ayuda al Refugiado (**CEAR**), dos personas refugiadas son incluidas en el grupo 1 para, en la medida de las posibilidades de la Escuela Municipal de Salud, colaborar en el tratamiento integral de inclusión de estas personas en nuestro municipio, facilitando su adaptación a la vida cotidiana.

Se ofertan dos Paseos Saludables en diferentes fechas, cada Paseo está formado por dos sesiones, una primera jornada teórica y una segunda jornada meramente práctica, el Paseo.

- **Jornada teórica:** El primer día se imparte una clase teórica en la que se pone en contexto la importancia de ser una persona activa y el instrumento tan válido que son los Paseos Saludables para conseguirlo. En ésta, se explican aspectos esenciales para poder realizar la actividad aeróbica moderada, con los parámetros adecuados y eficaces para conseguir el objetivo: **Ganar Salud.**

Se trabajan los siguientes aspectos: Postura; respiración, realizando prácticas con diferentes patrones respiratorios; métodos para medir la intensidad del esfuerzo; estructura del Paseo;



frecuencia; duración y equipación. En cada aspecto aprendido, se realiza una puesta en práctica en el aula.

- **Paseo Saludable:** Esta sesión, se dedica exclusivamente a la realización de un Paseo Saludable en el que el alumnado pone en práctica los aspectos esenciales aprendidos en la clase teórica. Se realiza una ruta corta y cercana al lugar de salida, Finca Liana, ya que dependiendo del grupo podemos aumentar la distancia ampliando número de vueltas. Asistimos a la actividad, dos personas profesionales de la Escuela Municipal de Salud, y si el grupo es poco homogéneo marcamos dos ritmos de trabajo diferentes dentro del mismo recorrido.

Por el formato de actividad planteado, no se pasa cuestionario de evaluación, pero al final de cada sesión hemos dedicado un espacio común para la reflexión. En éste, la totalidad del alumnado realiza una valoración muy positiva, transmiten que la actividad les ha resultado muy interesante y productiva; que la sesión teórica, con la puesta en práctica en el aula de cada aspecto trabajado, ha sido muy válida en su proceso de aprendizaje; que han interiorizado la importancia de practicar actividad física de manera regular, como factor importante para la protección de la salud y que han aprendido en que parámetros de seguridad y eficacia deben trabajar para *GANAR SALUD*.

Destacar que los grupos han sido muy activos-participativos, realizando numerosas preguntas en la sesión teórica, siendo muy enriquecedor ya que ha permitido resolver dudas a nivel grupal.

Todo el alumnado expresó un alto grado de satisfacción con la formación recibida y señalan que les gustaría disponer de más sesiones prácticas de manera periódica.

La actividad se debería seguir programando, pero nos deberíamos plantear si sobre esta base deberíamos cambiar el formato de la misma.

3.3. BIENESTAR EMOCIONAL

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), *el bienestar emocional es un “estado de ánimo en el cual la persona se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a la comunidad”*. En una visión más amplia, el bienestar emocional se relaciona con la capacidad de adaptación a los cambios, la flexibilidad para aprender cosas nuevas, así como tener sentido del humor, conjuntamente con un estilo de vida saludable y activo.

“Sentirse bien” es una expresión que se utiliza para describir un estado vital. Esa percepción genera en quién lo expresa una sensación de optimismo y de salud que tiene una importancia tan alta como la alimentación o la actividad física.

Cuando se aprende a poner en valor hábitos relacionados con el conocimiento y el crecimiento personal a la vez que el cultivo de relaciones sociales que suman y que no restan, las personas son capaces de vivir su vida de una manera más realista y esperanzadora.

En unos tiempos donde la prisa, la presión personal, el estrés crónico y una visión en muchas ocasiones negativa de la vida, hace que las personas pierdan salud, sería deseable abordar el conocimiento y la formación en aspectos relacionados con las emociones, los pensamientos y las habilidades personales que redundara de forma beneficiosa en la salud.

Además, en un tiempo en el que las adicciones a sustancias y al uso de las tecnologías de la información y comunicación están en alza, es primordial tomar conciencia de los peligros que puede llegar a tener sobre la salud un abuso o un mal uso de ellas. Por el contrario, un buen uso puede ser muy beneficioso.

Objetivo general:

- Potenciar la adquisición de competencias emocionales que generen en las personas un aumento de su bienestar personal y social, motivándoles en la adopción de estilos de vida más saludables.



Este objetivo se logra a través de las distintas actividades llevadas a cabo con diferentes grupos de población.

3.3.1. ACCIONES FORMATIVAS

- **Objetivos específicos:**

1. Planificar acciones formativas relacionadas con el bienestar emocional y personal.
Se cumple el objetivo ya que se han planificado 4 acciones formativas relacionadas con el bienestar emocional.
2. Fomentar la inclusión de personas con capacidades diferentes para favorecer la equidad.
El objetivo se consigue porque se han reservado 2 plazas para personas con capacidades diversas.

- **Indicadores**

- **OE1. Número de acciones formativas realizadas.**

Se han realizado 2 acciones formativas con todas las sesiones, 1 acción formativa parcialmente (se realizó el 69%) y 1 acción no se pudo realizar debido a la situación derivada por el virus SARS-COV-2.

- **OE2. Número de personas con capacidades diversas que han participado.**

Ha participado 1 persona del Grupo AMAS.

- **Actividades:**

- **Curso “Regálale Emociones Positivas”**

Duración: 16 horas. Asistencia: 21 personas. Mujeres: 20. Hombres: 1. Puntuación global: 5 sobre 5 (rango 1-5).

Este curso tiene como objetivo fundamental identificar y aprender a manejar las emociones de forma positiva para ganar salud. Las personas asistentes tienen una Edad media de 65.0 años, siendo la persona más joven de 38 años y la mas mayor de 89 años. Esta situación ha permitido una riqueza de aprendizaje general importante, ya que la participación ha sido muy intensa y heterogénea. Además, en el grupo ha asistido una persona con diversidad intelectual con su madre. Lo que ha enriquecido aun más el proceso.

Se cumplen los objetivos porque las personas que han asistido manifiestan que han aprendido a gestionar sus emociones de forma más saludable y desarrollan recursos que les hacen sentirse mejor consigo mismas y con las personas de su entorno, además conocen a gente distinta y entablan amistad unas con otras. Han sido adecuados y completos a los objetivos planteados, de hecho, el 100% de las personas que asisten señala MUY BIEN los temas trabajados durante el desarrollo del curso, el 100% valora BASTANTE Y MUCHO la utilidad de lo que han aprendido y también el 100% lo están aplicando en su vida diaria. Se ha facilitado la participación y lo han podido hacer libremente sobre cuantas dudas y aportaciones se han planteado, teniendo en cuenta todas las opiniones y sugerencias.

Se han divertido y comentan lo bien que lo han pasado y lo fácil que les ha parecido aprender los contenidos trabajados. Valoran todos los aspectos relacionados con el método de trabajo del equipo docente BIEN y MUY BIEN el 100% de las personas, entre el 70% y el 90% lo valoran MUY BIEN.

Es un curso impartido por sexto año consecutivo, con unos resultados muy positivos, muy buena aceptación, que trabaja la salud y las emociones desde una perspectiva integral, partiendo de la



propia persona y el manejo de sus emociones, teniendo en cuenta las propias necesidades hasta la mejora de las relaciones interpersonales con el entorno.

Considero como profesional que debería seguir impartándose.

○ **Sesión de Seguimiento Curso “Si la Vida nos da Limones Hagamos Limonada” 18-19.**

El día 27 de septiembre se realizó la última sesión de seguimiento presencial del curso. Acudieron 7 personas, todas mujeres, y se puso en común cómo estaba cada persona pasado los 6 meses desde el inicio de la formación, qué aprendizajes estaban utilizando y qué puntuación se daban respecto a cómo se sentían.

En general todas las personas estaban utilizando los conocimientos obtenidos en el curso especialmente los relacionados con la comunicación y la mejora en las relaciones interpersonales lo cual incidía en un descenso del estrés y en una mejora del estado de ánimo.

Posteriormente a esta sesión y en los próximos dos años se van a realizar dos seguimientos más de forma telefónica.

○ **Curso “Si la Vida nos da Limones Hagamos Limonada”**

Duración Prevista: 26 horas. Horas realizadas: 18. Asistencia: 13 personas. Mujeres: 13 Hombres: 0

Este curso ha se inició como estaba previsto el día 9 de enero y por la situación de alarma tuvo su última sesión el día 12 de marzo.

Ha tenido una demanda de 69 personas, convocándose a 16 y asistiendo de forma regular 13.

Las sesiones realizadas han cumplido los objetivos y contenidos previstos apreciándose en el grupo cambios respecto a conductas, que se han registrado en el trabajo semanal que han ido realizando. Obviamente, sin haber podido finalizar el curso es imposible hacer una evaluación de la incidencia del mismo en las personas participantes. No obstante, es una formación que se valora, por parte del equipo profesional, muy valiosa y positiva en relación con la mejora en la percepción de bienestar de las personas que lo realizan.

○ **Curso “Disfrutar de la Vida es Posible”**

Entrenar habilidades para sentirse mejor con uno/a mismo/a y con las demás personas.

Nº de personas: 20.

Este curso no se ha podido realizar debido a la situación derivada del virus SARS-COV-2.

3.3.2. ACCIONES DE SENSIBILIZACIÓN

● **Objetivo específico:**

Diseñar y organizar acciones de sensibilización para fomentar la autoestima y el bienestar emocional de las personas.

Se cumple el objetivo porque se ha diseñado una acción de sensibilización para fomentar la autoestima y el bienestar emocional.

● **Indicador:**

▪ **OE1. Número de acciones de sensibilización realizadas**

Se ha realizado una actividad dirigida a población general y en colaboración con el Área de Mayores.

○ **Actividad:**

○ **Jornada: “Activa tu Memoria”** Actividad organizada en colaboración con el Área de Mayores.



La Jornada se desarrolló en la fecha prevista, 20 de febrero en horario de 9:00 A 13:00 horas y según estaba planificada. Han participado 79 personas de las cuales rellenaron el cuestionario de evaluación 74 (53 mujeres y 21 hombres). La media de edad ha sido 70,7 años.

Participaron 13 profesionales de los cuales 2 (mujeres) pertenecen al Área de Sanidad, 10 (3 hombres y 7 mujeres) pertenecen al Área de Mayores y 1 (mujer) es profesional de la Asociación ADISFIM de Móstoles.

La Jornada se desarrolló en dos centros municipales el C.C. Villa de Móstoles y el Centro de Participación Ciudadana contando con los materiales necesarios para el adecuado desarrollo de las actividades previstas.

En general se han valorado de forma positiva todas las actividades realizadas tanto por parte del equipo profesional como de las personas participantes.

Los resultados de los cuestionarios de evaluación han sido: Cumplimiento de expectativas: 4,8; Utilidad de los contenidos: 4,8; Facilidad para la comprensión de contenidos: 4,7; Resolución de dudas: 4,6 y lo Recomendaría a otras personas: 4,9.

Respecto a los objetivos planteados se han alcanzado en general, siendo la metodología de intervención adecuada para el cumplimiento de los mismos.

Señalar que ha habido dificultades en la concepción de lo que supone el trabajo en equipo entre las profesionales del Área de Sanidad y algunas personas profesionales del Área de Mayores que ha generado que algunas reuniones de planificación hayan sido poco o nada eficaces, no obstante la posibilidad de unir sinergias entre áreas se valora de forma muy positiva como así se demuestra en la valoración que se ha hecho por parte de las personas participantes.

3.3.3. ACCIONES EN MEDIOS DE DIVULGACIÓN:

- **Objetivo específico:**

Difundir temas de interés relacionados con el bienestar emocional.

El objetivo se ha cumplido, se ha realizado la difusión de temas de interés relacionados con el bienestar emocional en la web ESPACIO SALUDABLE, en el programa de radio GANANDO SALUD y se han difundido campañas e información de interés al respecto vía mail.

- **Indicador:**

- **OE1. Número de acciones realizadas.**

Se han realizado 17 acciones.

- **Actividades:**

- Se ha difundido la Campaña del “DÍA MUNDIAL DEL TABACO” (31 de mayo), en la página Web del Ayuntamiento, ESPACIO SALUDABLE. Este año el lema ha sido: “Proteger a los jóvenes de la manipulación de la industria y prevenir su consumo de tabaco y nicotina”.
- Se han publicado en la web ESPACIO SALUDABLE, dos artículos del Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública, de la Consejería de Sanidad:
 - **“PRESERVATIVO VAGINAL O FEMENINO”**
 - **“VIOLENCIA SEXUAL CONTRA LAS MUJERES COMO PROBLEMA DE SALUD PÚBLICA”.**
- Se han dedicado cinco programas de radio GANANDO SALUD, a diferentes temas relacionados con el bienestar emocional:
 - **DÍA INTERNACIONAL DE LA ALFABETIZACIÓN (8 septiembre).**
 - **DÍA INTERNACIONAL PARA LA ERRADICACIÓN DE LA POBREZA (17 octubre).**
 - **LUDOPATÍA: LOCALES DE APUESTAS, JUEGO ONLINE Y MENORES.**
 - **DÍA INTERNACIONAL DE LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER (25 noviembre).**



- **DÍA MUNDIAL DE LA JUSTICIA SOCIAL (20 febrero).**
- **COMPORTAMIENTO Y EMOCIONES.**
- Se han difundido vía correo electrónico a la base de datos del alumnado de la Escuela Municipal de Salud (700 personas), las siguientes temáticas relacionadas con el bienestar emocional:
 - Serie de seis artículos dedicados a las FORTALEZAS PERSONALES/VIRTUDES:
 1. "SABIDURÍA Y CONOCIMIENTO" (4 mayo 2020).
 2. "CORAJE" (11 mayo 2020).
 3. "HUMANIDAD" (22 mayo 2020).
 4. "JUSTICIA" (29 mayo 2020).
 5. "TEMPLANZA" (8 junio 2020).
 6. "TRASCENDENCIA" (12 JUNIO 2020).
 - "CAMPAÑA DÍA MUNDIAL SIN TABACO 2020".
 - Además, la "CAMPAÑA DEL DÍA MUNDIAL SIN TABACO 2020", se ha remitido a la base de datos de las Asociaciones Socio-Sanitarias, concretamente 24 entidades.

3.3.4. ACCIONES DE COORDINACIÓN

- **Objetivos específicos:**

1. Impulsar actividades en el Plan Municipal de Apoyo a los institutos de Mostoles.

Se ha alcanzado ya que este año se han realizado actividades variadas en el marco del Plan.

2. Promover el Plan Municipal de Acción sobre las Adicciones.

No se ha promovido el plan pero si se han realizado diferentes actividades relacionadas con las adicciones

3. Favorecer y supervisar las actuaciones de diferentes entidades en materia de adicciones.

Se ha favorecido la intervención de las siguientes entidades: Alcohólicos Anónimos de Mostoles (Grupo Pokora), Asociación para la Prevención de Alcoholismo de Mostoles (APAM), Hospital Universitario de Mostoles, Hospital Universitario Rey Juan Carlos y Centros de Salud de Mostoles.

Y se realiza supervisión de las intervenciones de las siguientes entidades: Hospital Universitario de Mostoles, Hospital Universitario Rey Juan Carlos, Centros de Salud de Mostoles, Fundación Alcohol y Sociedad y CAID de Mostoles.

4. Potenciar el trabajo de la Comisión Interinstitucional y Comunitaria del Día Mundial sin Tabaco para organizar y desarrollar el Día Mundial.

Se cumple este objetivo porque la comisión trabaja por consenso para organizar y desarrollar el Día Mundial. En esta ocasión, debido a la situación derivada del SARS-COV-2, solo se ha podido llevar a cabo una acción.

5. Mantener la implicación en el Grupo de Drogas de la Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid.

Se ha mantenido la implicación ya que se han asistido a dos reuniones del grupo, una de las cuales ha sido organizada por el Área de Sanidad del Ayuntamiento de Mostoles.

- **Indicadores:**

- **OE1. Número de actividades del Plan Municipal de Apoyo a los institutos de Mostoles**

Se han realizado 270 actividades.



- **OE3. Número de acciones ejecutadas por otras entidades en materia de adicciones.**
Se han realizado un total de 2.369 intervenciones, distribuidas de la siguiente manera:
 - **CAID:** Servicio de Información y Orientación: 48; Servicio de Atención Familiar: 62; Servicio de Valoración, Diagnóstico y Plan de Tratamiento: 120; Servicio de Seguimiento y Control Terapéutico: 1857. Se han realizado un total de 2087 intervenciones.
 - **SPANT:** número de acciones del SPANT no incluidas en el Plan IES.
 - 54 previstas y 43 realizadas con los Centros de Formación Profesional + Centros Educativos de Primaria + con Familias. (Realizado el 79% de lo previsto).
 - 239 consultas de asesoramiento.

 - **OE4. Número de entidades que colaboran en la Comisión del Día Mundial sin Tabaco, número de horas de reuniones.**
El número de entidades que conforman la Comisión son 8. En esta edición no ha habido ninguna reunión presencial debido a la situación derivada del virus SARS-COV-2.

 - **OE5. Número de horas de reuniones con el Grupo de Drogas de la Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid.**
Han sido un total de 8 horas distribuidas en 2 reuniones.
- **Actividades:**
 - **Participación en el Plan de Apoyo a los institutos de Móstoles:**
 - 1- **Taller “Sexualidad y Adolescencia”.** Escuela Municipal de Salud.
Dirigido a 2º ESO, FP. BÁSICA, ACE, PPME, UFIL
Se han realizado 15 talleres completos (30 horas), 4 talleres no se han finalizado (4 horas) y no se han podido realizar 9 (18.5 horas)
Horas lectivas realizadas: 36.0 horas lectivas
Alumnado recogido por género: 324 alumnos/as. (Distribución por género: V: 165 y M: 159)
Alumnado no recogido el género: 79 alumnos/as.
Alumnado total: 403 alumnas/os.
 - 2- **Taller de “Conductas Violentas”.** Cruz Roja. No se ha realizado ninguno de los talleres previstos debido a la situación provocada por el virus SARS-COV-2.
 - 3- **Taller “Salud Emocional”.** Cruz Roja. No se ha realizado ninguno de los talleres previstos debido a la situación provocada por el virus SARS-COV-2.
 - 4- **Taller “Conductas Adictivas Riesgos para la Salud: Alcohol, Drogas”.** Hospital Universitario Rey Juan Carlos. No se ha realizado ninguno de los talleres previstos debido a la situación provocada por el virus SARS-COV-2, las sesiones estaban previstas para abril y mayo 2020.
 - 5- **Taller “Métodos Anticonceptivos y Prevención de ITS”.** Hospital Universitario Rey Juan Carlos. Dirigido a 3º ESO.
Se han realizado 13 talleres completos (26 horas) todos los que estaban previstos. No hay recogidos datos respecto al número de alumnos/as ni su distribución por género.
Horas lectivas realizadas: 26.0 horas lectivas



- 6- **Taller “Sensibilización y Prevención del Juego Patológico”**. Servicio de Prevención de Adicción a las Nuevas Tecnologías.
Dirigido a 4º ESO.
Se han realizado 56 talleres completos (112 horas), 5 talleres no se han finalizado (5 horas) y no se han podido realizar 18 (36 horas)
Horas lectivas realizadas: 117.0 horas lectivas
Alumnado total: 1.211 alumnos/as. (Distribución por género: V: 643 y M: 568)
- 7- **Taller “Prevención del Uso de Sustancias”**. Servicio de Prevención de Adicción a las Nuevas Tecnologías.
Dirigido a 3º ESO.
Se han realizado 49 talleres completos (98 horas), 6 talleres no se han finalizado (6 horas) y no se han podido realizar 24 (48 horas).
Horas lectivas realizadas: 104.0 horas lectivas.
Alumnado total: 1.142 alumnos/as. (Distribución por género: V: 634 y M: 508).
- 8- **Taller “Uso Responsable de las Nuevas Tecnologías”**. Servicio de Prevención de Adicción a las Nuevas Tecnologías.
Dirigido a 2º ESO.
Se han realizado 63 talleres completos (126 horas), 6 talleres no se han finalizado (6 horas) y no se han podido realizar 21 (48 horas)
Horas lectivas realizadas: 132.0 horas lectivas
Alumnado total: 1.352 alumnos/as. (Distribución por género: V: 733 y M: 619).
Dirigido a familias
Se han realizado 3 talleres completos (6 horas), 2 talleres no se han podido realizar (4 horas)
Horas lectivas realizadas: 6.0 horas lectivas
Total: padres-madres: 73 personas. (Distribución por género: V: 21 y M: 52).
- 9- **Taller “Ventajas de No Fumar”**. Hospital Universitario de Mostoles y Centros de Salud (SERMAS). Debido a la situación derivada del virus SARS-COV-“no se ha realizado ninguna intervención.
- 10- **Taller “Menores Ni Una Gota”**. Fundación Alcohol y Sociedad.
Dirigido a ESO, Bachillerato y Ciclos Formativos.
Se han realizado 50 talleres completos (100 horas).
Horas lectivas realizadas: 100.0 horas lectivas.
Alumnado total: 1.203 alumnos/as. (Distribución por género: V: 575 y M: 628).
- **Plan Municipal de Acción sobre las Adicciones.**
 - **Área de Juventud:** Se ha trabajado en 5 centros con jóvenes (- La Guarida - IES Gabriel Cisneros - IES Manuela Malasaña - IES Manuel de Falla - CEIP Andrés Torrejón) desde el 26 de noviembre de 2019 al 7 de marzo de 2020.
Se ha intervenido durante **165 horas** con **1.508 jóvenes** del municipio. La distribución por género ha sido: **66,32% (1.000) chicos** y **33,67% (508) chicas**.
 - **SPANT. Curso 2019-20.** Están incluidas todas las acciones realizadas en Prevención de adicciones por el SPANT



FORMACIÓN	Talleres Planificados	Horas Planificadas	Talleres completos Realizados (sesión 1 y 2)	Talleres realizados (solo 1 sesión)	Horas totales realizadas	Talleres planificados y no realizados (sesión 1 y 2)	Varones	Mujeres	Total
Total talleres	280	563	174	23	374	94	2131	1829	3960

ASESORÍA: consultas	NUEVAS/casos	SEGUIMIENTO	TOTAL
Total	16	223	239

- **Concejalía de Seguridad, Convivencia, Cultura y Transición Ecológica.** En el marco del Plan de Seguridad en el Entorno Escolar (PISEE) intervienen distintas Unidades del Área de Mediación y Seguridad Ciudadana habiéndose realizado las siguientes intervenciones preventivas:
 - Sección de Distritos: se comisiona diariamente un vehículo patrulla por cada una de las CINCO zonas escolares en el turno de mañana y en los Centros con horario lectivo de la tarde realizando patrullaje preventivo. Durante el presente curso y como medida preventiva especial, se han inspeccionado 17 locales de apuestas próximos a los centros; a la vez, se ha recordado y advertido a los titulares de las limitaciones de acceso de los menores (no se ha detectado a ningún menor)
 - Unidad Canina: realizando patrullaje preventivo por consumo o menudeo de drogas en los alrededores de los centros, bien de forma preventiva o a requerimiento.
- **Intervención de entidades en materia de adicciones**
 - El CAID ha realizado 2087 intervenciones.
 - Fundación Alcohol y Sociedad. Se han realizado 50 talleres de 2 sesiones cada uno, en el marco del programa “Menores ni una gota”. El número de alumnos/as que se ha trabajado es 1203, de los cuales 575 son chicos y 628 son chicas.
- **Programa Día Mundial Sin Tabaco**
 El día 31 de mayo se celebra el Día Mundial Sin Tabaco. En el municipio de Móstoles está creada una Comisión en la que participan diferentes entidades y áreas municipales y que se encarga de planificar y desarrollar para ese día un programa de actividades.
 Debido a la situación provocada por el virus SARS-COV-2 no ha sido posible realizar ninguna reunión presencial de la Comisión. A través del correo electrónico se realizaron intercambios de información relativos al tabaquismo y su prevención decidiendo finalmente la Comisión incluir en la página web municipal “Espacio Saludable” un artículo en el que se abordara el objetivo que la OMS ha propuesto para trabajar este año en los países respecto a Tabaco y Menores y al cual se añadieron enlaces con información científica actualizada de interés sobre el tema del Tabaquismo su prevención y tratamiento.
- **Red Municipal de Salud, Grupo de Drogas**
 Se han realizado dos reuniones hasta el mes de marzo. La primera se hizo el día 18 de octubre de 2019 en el municipio de Alcalá de Henares. Participaron 8 ayuntamientos y tuvo una duración de 4 horas.
 La segunda se realizó en el municipio de Móstoles el día 7 de febrero de 2020. Participaron 10 ayuntamientos y tuvo una duración de 4 horas.
- **Sesiones sobre Sexualidad Integral** con el Centro de Rehabilitación de Salud Mental (Centro de Rehabilitación Psicosocial, Centro de Rehabilitación Laboral y EASC Móstoles) dirigidas al grupo de jóvenes.



Duración Prevista: 6 horas. Horas realizadas: 6 horas. Asistencia: 11 personas. Mujeres: 3 Hombres: 8

Desde el Centro de Rehabilitación de Salud Mental, el responsable del Grupo de Jóvenes nos solicitó a la Escuela unas sesiones relacionadas con la sexualidad ya que desde el grupo de Jóvenes habían solicitado recibir formación en ese sentido.

Se programaron 4 sesiones de las cuales sólo se realizaron 3 ante la previsión de confinamiento debido al virus SARS-COV-2.

No se pasaron cuestionarios porque se valoró más eficaz realizar la evaluación de forma oral. A partir de la valoración de las personas participantes y del equipo profesional se puede decir que los objetivos y contenidos diseñados se han ajustado a las expectativas e intereses tanto del alumnado como de las personas profesionales, lo que favorece seguir diseñando propuestas de colaboración entre entidades.

Las personas participantes han manifestado su satisfacción respecto a las sesiones y su utilidad en la vida cotidiana lo cual redundará en una vivencia de su sexualidad más placentera y saludable. La combinación de teoría y práctica en los contenidos impartidos es una metodología que permite una mayor implicación del grupo.

En relación a los recursos materiales y humanos han sido adecuados para trabajar la sexualidad integral con el grupo de participantes. Por último, es preciso señalar que el abordaje de la sexualidad de una manera integral, adaptando los contenidos a las características específicas del grupo diana, aporta herramientas y conocimientos que generan un mayor bienestar y unas condiciones de vida más saludables en las personas.

○ **Reuniones coordinación e informativas presenciales GRUPO COVID-19:**

- 6- marzo-20: 2h.30 min.
- 11-marzo-20: 5h.
- 12-marzo-20: 1h.30 min.
- 13-marzo-20: 5h.
- 16- marzo-20: 4h
- 27-mayo-20: 1h.30 min.
- 29-mayo-20: 1h.30 min.
- 4-junio-20: 1h.
- 23-junio-20: 1h.
- 30-junio-20: 1h.30 min.
- 19-agosto-20: 2h
- 20-agosto-20: 1h30 min.
- 24-agosto-20: 2h
- 15-sept-20: 3h.

Horas totales: 33

○ **Mails semanales, actualizaciones datos COVID-19:**

Desde el 25 de mayo, se envía un mail semanal al grupo COVID-19, con la actualización de los datos COVID-19, informe Comunidad de Madrid, Ministerio de Sanidad y datos del municipio.

Algunas semanas se han enviado dos mails.

3.3.5. ACCIONES DE ASESORAMIENTO

ASESORÍA DE SEXUALIDAD

Atención a personas, profesionales y grupos, de forma presencial (previa cita) y por correo electrónico.



- **Objetivos específicos:**

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

Se cumple el objetivo porque se da respuesta al 100% de las demandas sobre temas relacionados con la salud que se reciben.

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

Se cumple porque se mantiene el espacio en el que se respeta la intimidad y el anonimato de las personas que se atiende de forma presencial.

- **Indicadores:**

- **OE1.1. Registrar el número de consultas y número de horas de asesoría.**

El total de consultas de asesoramiento en sexualidad ha sido de 227.

El total de horas dedicadas a este servicio ha sido de 397.25 hs.

- **OE1.2. Distribución por género de las personas atendidas.**

Del total de consultas realizadas, 108 son realizadas por mujeres (47.6%) y 119 de hombres (52.4%).

- **OE2. Mantener un espacio para la atención personalizada.**

Se mantiene el despacho actual, espacio adecuado para la atención personalizada en el que se respeta la confidencialidad, el anonimato y la intimidad.

3.4. SALUD CARDIOVASCULAR

Una de las primeras causas de mortalidad en nuestro país y en los países desarrollados, son las enfermedades cardiovasculares (ECV). Ha quedado demostrado que la educación en hábitos cardiosaludables es el pilar fundamental para mejorar la salud cardiovascular de la población. Es por este motivo, por lo que la Escuela Municipal de Salud, considera fundamental realizar diferentes acciones formativas donde se trabajen hábitos cardiosaludables.

- **Objetivo general:**

Concienciar a la población de la importancia de adquirir hábitos de vida saludable, capaces de prevenir, (o mejorar), las enfermedades cardiovasculares.

El cumplimiento de este objetivo se consigue a través de las actividades realizadas.

3.4.1. ACCIONES FORMATIVAS

- **Objetivo específico:**

Diseñar acciones formativas relacionadas con la adquisición de hábitos cardiosaludables.

Se alcanza porque en la planificación del programa se han diseñado acciones relacionadas con la salud cardiovascular.

- **Indicador:**

OE1. Número de acciones formativas relacionadas con la salud cardiovascular. 2 actividades



- **Actividades:**

- **CURSO “EJERCITA TU CORAZÓN”**

Fomentar la práctica del ejercicio cardio-saludable, como factor protector de la salud cardiovascular
Duración: 14 horas. Asistencia: 17 personas. Mujeres: 9 Hombres: 8 Puntuación global: 4.92 sobre 5 (rango 1-5) Ajustado a 10. (9.84)

El ejercicio físico es un hábito cardiosaludable fundamental, que resulta muy beneficioso para la salud cardiovascular. Por este motivo, se realizó este curso, en el que se abordaron los beneficios del ejercicio aeróbico y la importancia de conocer cuál es el límite de cada persona a la hora de realizarlo. Como actividad aeróbica moderada, se practicó el Paseo Cardiosaludable. Previamente se había impartido una base teórica de anatomía y fisiología del sistema cardiovascular y de los determinantes de la salud cardiovascular. Se realizaron varias sesiones eminentemente prácticas, en las que el alumnado aprendió a calcular su frecuencia cardiaca ideal y la frecuencia cardiaca máxima, supervisada y corregida por la docente. Todos los conocimientos se pusieron en práctica en el Paseo Cardiosaludable (los diferentes patrones respiratorios, estructura de la caminata, etc.) que contó con la supervisión de la docente durante todo el recorrido.

La media de edad de las personas participantes, estuvo en torno a los 60 años. A este curso asistieron dos personas con discapacidad intelectual, para favorecer la inclusión de personas con diversidad funcional. Su asistencia fue muy bien valorada por todas las personas participantes. El curso recibe una puntuación global muy alta **4.92 sobre 5** lo que expresa el grado de satisfacción del alumnado. El 100% del alumnado manifiesta estar utilizando lo aprendido en el curso y considera que le va a ser muy útil (indicadores del cumplimiento de objetivo del curso).

- **CURSO “ESTRÉS ¿UN RIESGO PARA EL CORAZÓN?”**

Aprender a manejar el estrés, cómo factor de riesgo en la salud cardiovascular.

Nº de personas: 20

Dentro de las actividades formativas diseñadas, se programó este curso, con el objetivo aprender a controlar el estrés, ya que supone un factor de riesgo cardiosaludable muy importante. El curso se iba a impartir del 28 de abril, al 2 de junio de 2020. Debido a la irrupción de la Covid-19, tuvo que ser suspendido.

3.4.2. ACCIONES EN MEDIOS DE DIVULGACIÓN:

- **Objetivo específico:**

Difundir acciones relativas a hábitos cardiosaludables utilizando diferentes medios de divulgación.

El objetivo se ha cumplido, se ha realizado la difusión de temas de interés relacionados con los hábitos cardiosaludables, en la web ESPACIO SALUDABLE y en el programa de radio GANANDO SALUD.

- **Indicador :**

OE1: Número de acciones difundidas a través de correo electrónico, a través de la Web “Espacio Saludable” y del programa radiofónico “Ganando Salud”.

2 acciones.

- **Actividades:**

- Se ha difundido la jornada del “DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN” (septiembre 2019), organizada por el Hospital Universitario Rey Juan Carlos, en la página Web del Ayuntamiento, ESPACIO SALUDABLE.



- El día 24 de septiembre de 2019, con motivo de la celebración del DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN (29 de septiembre), se dedica el programa de radio GANANDO SALUD a la salud cardiovascular y los hábitos cardiosaludables.
- No se ha utilizado el correo electrónico de los centros municipales, entidades e instituciones y del alumnado de la Escuela Municipal de Salud y del Área de Igualdad, como medio de difusión de Campañas relacionadas con la salud cardiovascular e información de interés sobre el tema.

3.4.3. ACCIONES DE COORDINACIÓN

- **Objetivo específico:**

Acercar a la población recursos sanitarios relacionados con patologías cardiacas.

Se han organizado actividades con entidades del municipio para acercar a la población recursos relacionados con las patologías cardiacas.

- **Indicador:**

OE1. Realizar al menos una acción que tenga en cuenta recursos del municipio sobre salud cardiovascular.

Se han realizado 4 visitas a la Unidad de Rehabilitación Cardíaca del Hospital Universitario Rey Juan Carlos

- **Actividad:**

- **“Visita Unidad de Rehabilitación Cardíaca”**

En colaboración con el Hospital Universitario Rey Juan Carlos.

10 y 12 de diciembre de 2019. (dos grupos de personas cada día)

Esta actividad se ha organizado en 4 visitas, organizadas en dos días (dos visitas cada día), a las que han asistido 32 personas en total. Cada visita se realizó con grupos diferentes.

Cada sesión la ha realizado la persona que trabaja en la Unidad y ha consistido en una introducción, en la que se explicaba qué objetivos tiene esta Unidad y a qué pacientes estaba dirigida. Posteriormente se explicaba el desarrollo de una sesión y los materiales que se utilizan. Se entregó a cada persona una pequeña documentación relacionada con la Unidad y algunos aspectos relacionados con la Salud Cardiovascular.

Una parte de las personas participantes habían realizado el curso organizado por la Escuela “Ejercita Tu Corazón” y valoraron de forma muy positiva la visita puesto que se comentaron conceptos y aspectos que ya conocían por el curso. El resto de las personas participantes también valoraron muy positivamente la claridad en la exposición, la cercanía de la profesional y lo interesante de acercarse a recursos que antes no conocían.

Desde el Hospital se le paso a todas las personas un cuestionario de satisfacción para valorar la intervención.

3.5. SALUD AL COMPLETO

En esta línea de intervención se contemplan diferentes temas de salud, que no se trabajan en las líneas anteriores.

- **Objetivo general:**

Orientar a la ciudadanía del municipio en diferentes temas y aspectos relacionados con la salud.

Este objetivo se ha alcanzado porque se ha dado respuesta a las demandas tanto de población como de entidades.



3.5.1. ACCIONES FORMATIVAS

- **Objetivos específicos:**

1. Planificar acciones formativas en temas de salud.

Se consigue porque en la programación se han diseñado acciones relacionadas con la salud en general.

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

Se reservaron dos plazas en el curso “Conoce y cuida tu espalda”.

- **Indicadores**

OE1. Número de las actividades formativas realizadas.

Se han realizado dos actividades

OE2. Número de personas con capacidades diversas que han participado. 2 personas.

- **Actividades:**

- **Curso “Conoce y Cuida tu Espalda”**

Aprender higiene postural y ejercicios básicos, para prevenir o mejorar el dolor de espalda.

Nº de personas: 20

Duración: 16 horas. **Asistencia:** 16 personas. **Mujeres:** 10 **Hombres:** 6 **Puntuación global (4.81)**

Sobre 5. Ajustada sobre 10= (9.63)

Este curso proporciona conocimientos teórico- prácticos para prevenir, o mejorar el dolor de espalda. Tras unas primeras sesiones de anatomía y fisiología básica, para entender cómo es la espalda, su funcionamiento y cuáles son las causas principales que causan dolor; se realizaron las clases prácticas cuyo objetivo principal es aprender a realizar ejercicios para el fortalecimiento de la musculatura y adquirir hábitos posturales correctos en la vida diaria. Estas clases cuentan con una supervisión individualizada por parte de la docente, que corrige los ejercicios para que el alumnado aprenda a hacerlos de forma correcta. A este curso asistieron 2 personas con capacidades diversas, una persona con discapacidad intelectual procedente del Grupo Amás y una persona con enfermedad mental, derivada del Centro de Día de Salud Mental Intress, ambas personas se integraron y participaron activamente como el resto del alumnado.

El curso es muy bien evaluado en todos sus aspectos. El 72.6% del alumnado manifiesta estar poniendo en práctica en su vida diaria lo aprendido durante el curso y el 100% considera que el curso le va a ser muy útil. Recibe una puntuación global muy elevada de **4.81 sobre 5**.

- **Curso “Aprendiendo a Dormir”**

Duración: 16 horas. **Asistencia:** 15 personas. **Mujeres:** 15 **Hombres:** 0 **Puntuación global (5): 5**

Ajustada sobre 10= 10

El número de personas que han demandado este curso han sido de 58 personas, se convocaron a 21 y asisten de forma regular 15.

Respecto a los objetivos planteados se han alcanzado en gran medida los dos primeros ya que todas las personas han manifestado haber mejorado en su descanso.

Respecto al tercer objetivo se ha alcanzado en menor medida ya que es una formación en la que prima el trabajo individual, no obstante en el desarrollo de las diferentes sesiones se ha generado un ambiente muy participativo en el que el alumnado ha compartido experiencias que han servido para que las personas pudieran conocer y tener en cuenta aprendizajes de otras. Respecto al grupo, se ha mostrado muy implicado con la formación, aplicando los conocimientos que se iban impartiendo en las sesiones y obteniendo registros de su sueño mucho mejores que al inicio de la



misma. La razón por la cual las personas eligieron este curso es fundamentalmente ampliar conocimientos (46%). Hay que destacar que en la evaluación que hacen del curso, el 47% de las personas refieren haber conocido el curso por personas conocidas. El 72% 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 68% del alumnado considera que se han cumplido sus expectativas respecto a lo que esperaban del curso. El 93% 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 93% del alumnado valora la acción formativa con la máxima puntuación (13).

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.

3.5.2. ACCIONES EN MEDIOS DE DIVULGACIÓN

- **Objetivo específico:**

Difundir temas de interés para ganar en salud.

El objetivo se ha cumplido, se ha realizado la difusión de diversos temas de salud (no contemplados en las líneas de intervención anteriores) en la web ESPACIO SALUDABLE, en el programa de radio GANANDO SALUD y se han divulgado campañas e información de interés al respecto vía mail.

- **Indicador:**

- **OE1.** Número de acciones realizadas.
40 acciones realizadas.

- **Actividades:**

- Se han difundido en la Web municipal “Espacio Saludable” los siguientes artículos sobre diversos temas de salud:
 - CUIDÁNDONOS FRENTE AL CALOR. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
 - CARTEL INFORMATIVO SOBRE PICADURAS DE GARRAPATAS. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
 - PEDICULOSIS. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
 - AGENDA ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD.
 - PROMOVRIENDO AMBIENTES SEGUROS PARA LAS PERSONAS MAYORES. PREVENCIÓN DE LOS ACCIDENTES EN EL HOGAR. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
 - MARATÓN DE DONACIÓN OTOÑO 19. “DONA SANGRE. Cada gota cuenta”. Hospital Universitario Rey Juan Carlos.



- CAMPAÑA DE VACUNACIÓN FRENTE LA GRIPE 2019. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
 - IV MARCHA CONTRA EL CÁNCER MÓSTOLES. AECC.
 - MARATÓN DONACIÓN DE SANGRE. “DONA SANGRE PORQUE MUCHAS PERSONAS NECESITAN ESTA MEDICINA QUE NO SE PUEDE FABRICAR: DONA”. Hospital Universitario de Mostoles.
 - XXIV CAMPAÑA NACIONAL PRENAVIDEÑA DE DONACIÓN DE SANGRE. Federación Española de Donantes de Sangre.
 - FRÍO Y SALUD. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
 - PREVECOLON. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
 - PREVENCIÓN DE LA OSTEOPOROSIS. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
 - 2020 AÑO INTERNACIONAL DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA Y DE PARTERÍA. OMS.
 - PROTEGERNOS DE LA COVID-19. Escuela Municipal de Salud.
 - PREVENCIÓN FRENTE A LOS EFECTOS DEL CALOR. PLAN OLA DE CALOR. Comunidad de Madrid.
- Se han dedicado 21 programas de radio GANANDO SALUD, a los siguientes temas relacionados con la salud:
- Agenda Escuela Municipal de Salud 2019-2020.
 - Día Internacional de las Personas Mayores.
 - Día Mundial de la Salud Mental.
 - Día Internacional contra el Cáncer de Mama.
 - Control y gestión de las Colonias Felinas.
 - Plan Integral de Navidades en Convivencia.
 - Incorporación al trabajo después de una etapa vacacional.
 - Dudas y Rechazo a las Vacunas.
 - Consumo Responsable y Solidario.
 - Basura en Casa: Cómo eliminarla sin dañar el medio ambiente.
 - Día Mundial del Cáncer. Prevecolon.
 - Día Mundial del Cáncer. Aspectos psicológicos.
 - Día Mundial de las Enfermedades Raras.
 - Salud Mental y Mujer.
 - Covid 19. Desescalada y transformación de la asistencia en el Hospital Universitario Rey Juan Carlos.
 - Consulta monográfica para seguir a pacientes Covid 19.
 - Etapa de transición de la Pandemia Covid 19 en los Centros de Salud.
 - Tratamiento del agua. Potabilización.
 - Prevención del Cáncer de Piel.
 - Ola de Calor.
 - Intoxicaciones alimentarias.
- Se han difundido vía correo electrónico a la base de datos del alumnado de la Escuela Municipal de Salud (700 personas), plantilla del Ayuntamiento y Asociaciones Socio-Sanitarias (24), las siguientes temáticas:



- Uso de Mascarillas Covid 19.
- Protegernos de la Covid 19.
- Año Internacional de Enfermería y Matronas.

3.5.3. ACCIONES DE COORDINACIÓN

- **Objetivos específicos:**

1. Impulsar actividades en el Plan Municipal de Apoyo a los institutos de Móstoles.

Se ha favorecido la realización de actividades en el marco del Plan relacionadas con la salud.

2. Mantener la implicación en el Grupo de Educación y Promoción de la Salud de la Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid.

Se ha asistido a 3 reuniones del Grupo de Educación y Promoción de Salud de la Red.

3. Potenciar el trabajo de la Comisión Interinstitucional y Comunitaria VIH- SIDA Móstoles para organizar y desarrollar el Día Mundial.

Se han mantenido las reuniones para la organización del Día Mundial VIH-SIDA y el diseño del programa.

4. Mantener la participación en la Comisión Técnica Interinstitucional de Educación y Promoción de la Salud en el Ámbito Escolar de Móstoles, promocionando la salud en todos los sectores de la comunidad educativa respondiendo a los intereses de la misma.

Se han asistido a todas las reuniones organizadas por la Comisión, hasta que la situación del SARS-COV-2 no permitió la realización de las mismas, pero si se ha mantenido el contacto a través de correo electrónico para la realización de la memoria anual.

5. Fomentar la coordinación y colaboración entre distintas áreas, instituciones y entidades para unir sinergias y rentabilizar las infraestructuras y recursos en materia de promoción de la salud.

Este objetivo se alcanza porque se ha favorecido la colaboración y coordinación con diferentes entidades: Centros de Salud Mental, Centro de Acogida para Refugiados y con un Centro Educativo de Secundaria.

- **Indicadores:**

OE1: Número de acciones realizadas, duración y asistencia de alumnado en las acciones formativas que se desarrollan dentro del plan y que se coordinan desde el Área de Sanidad.

Se han realizado 31 talleres con una duración de 31 horas. No se dispone de datos respecto a la participación de alumnado.

OE2: Número de horas de reuniones con el Grupo de Educación y Promoción de Salud de la Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid.

Se asiste al 100% de las reuniones convocadas, y han supuesto un total de 17 horas.

**OE3: Número de entidades que colaboran en la Comisión VIH-SIDA, número de horas de reuniones y número de horas de intervención en el día mundial.**

La Comisión está conformada por 8 entidades, se han realizado 4 reuniones de 2 horas cada una (8 horas). El número de horas registrado es de 299.5 horas (el dato total es mayor porque no se disponen de los datos de los Centros de Salud del Municipio).

OE4: Número de horas de reuniones en la Comisión Técnica Interinstitucional de Educación y Promoción de la Salud en el Ámbito Escolar de Móstoles y número de actividades desarrolladas.

Se asiste al 100% de las reuniones convocadas, siendo el acumulado de asistencia de 7.5 horas.

El número de actividades realizadas incluye una parte de las actividades recogida en esta memoria (Proyecto alumnado TIC, Proyecto Unplugged, Plan de apoyo a los Institutos de Móstoles, Días Mundiales: VIH-Sida y Prevención del Tabaco). El total de las acciones son 422.

OE5: Número de acciones realizadas en colaboración con otras entidades.

Acciones previstas: 14

Acciones realizadas: 7 (50%)

- Colaboraciones Salud mental:
 - Acciones previstas:
 - 4 sesiones salud CRPS
 - 7 sesiones salud C. Intress
 - Acciones realizadas:
 - 3 sesiones Salud CRPS
 - 4 sesiones Hábitos Saludables C. Intress
- Colaboraciones CEAR:
 - Acciones previstas: 2 sesiones de primeros auxilios
 - Acciones realizadas: 0
- IES Miguel de Cervantes: 1 acción con alumnado ERASMUS con diversidad funcional. No realizada

• Actividades:

- **Curso “Escuela de Abuelas y Abuelos”** En colaboración con el Equipo de Atención Temprana de EE.II.

Duración prevista: 26 horas. Duración realizada: 12 horas, Asistencia: 26 personas. Mujeres: 16 Hombres: 10

Este curso es multidisciplinar e interinstitucional, ya que participan profesionales de diversas áreas y departamentos, tanto municipales como institucionales.

La coordinación interinstitucional ha sido adecuada con todas las instituciones participantes e implicadas, cubriendo cada cual los objetivos acordados. A pesar de haber tenido que interrumpir el calendario por la declaración del estado de alarma nacional por el SARS-COV-2, se han cumplido los objetivos del programa completado hasta el 13 de marzo. Las personas asistentes hacían de forma diaria una evaluación muy positiva de los temas planteados, de I@s profesionales y de los organizadores. El espacio y el horario han resultado adecuados.



También ha sido muy importante incluir la temática de educación ambiental y la importancia del reciclaje, para valorar el medio ambiente y su cuidado así como la posibilidad de utilizar materiales del día a día para fabricar juguetes y utensilios de uso común

Se decide intentar terminar esta actividad cuando se retome la normalidad de funcionamiento en los centros educativos y desde luego mantenerla para el próximo curso por su gran demanda y su excelente valoración, en función de la posibilidad de realizarla en el mismo formato presencial.

- **Participación en el Plan Municipal de Apoyo a los institutos de Mostoles:**

- Taller “Educación Postural”**. Hospital Universitario Rey Juan Carlos.

- Dirigido a 2º ESO, Formación Profesional Básica y grupos especiales (PPME).

- Se han realizado 21 talleres completos (21 horas), y no se han podido realizar 10 (10 horas).

- Horas lectivas realizadas: 21.0 horas lectivas.

- Alumnado total: No se disponen de datos relativos al número de alumnos/as que han recibido esta formación ni a la distribución por género.

- Taller “Primeros Auxilios. RCP Básica”**. Hospital Universitario Rey Juan Carlos.

- Dirigido a alumnado de 1º Bachillerato y FP Ramas sanitarias.

- Se han realizado 10 talleres completos (10 horas), y no se han podido realizar 9 (9 horas).

- Horas lectivas realizadas: 10.0 horas lectivas.

- Alumnado total: No se disponen de datos relativos al número de alumnos/as que han recibido esta formación ni a la distribución por género.

- **Día Mundial VIH-SIDA 2019**

Se han realizado todas las actividades programadas, aunque no se dispone de toda la información relativa a cada una de las intervenciones realizadas. Todas las entidades que forman parte de la Comisión Interinstitucional y comunitaria VIH-SIDA han propuesto actividades siendo todas bien valoradas por parte de los agentes implicados (Ver tabla en Anexo).

Los materiales para los puntos/mesas de información han sido facilitados por la Comunidad de Madrid y llegaron con la suficiente antelación para poder montar las mesas y puntos de información. Los materiales facilitados han sido: 1 caja preservativos masculinos Nature; 2 carteles Día Mundial VIH-Sida (Ministerio); 2 carteles Día Mundial VIH-Sida 50x70; 150 trípticos del Día Mundial VIH-Sida 2019; 50 folletos Por ti por tu salud; 50 tarjetas ITS (8.5x5); 25 “Si piensas que el VIH solo afecta a otros, te equivocas”; 10 folletos Entre hombres, mujeres, hablando de sexo seguro (LGTBI); 4 carteles día Mundial del sida A3; Chapas redondas con imperdible impresas, tamaño pequeño.

El programa ha tenido una difusión amplia tanto en el entorno virtual, entre el colectivo de jóvenes, centros educativos y en la población en general como en el municipio a través de carteles instalados en los MUPIS que están distribuidos por zonas en el municipio. También se ha instalado una pancarta conmemorativa en la fachada de la Casa Consistorial que informa a la ciudadanía del Día Mundial VIH-SIDA.

La colaboración y coordinación entre todas las entidades que forman parte de la Comisión ha sido eficaz, diseñándose una programación diversa (Formación, mesas y puntos de información, sensibilización y Pruebas rápidas). Se acordó mejorar algunos aspectos para la edición 2020 en relación a temas organizativos y de contenidos, manteniendo aquello que se consideran son eficaces.



- **Sesiones sobre temas de Salud**, a demanda del Área de Servicios Sociales, para el Proyecto de Las Sabinas y el Proyecto Senderos de Cáritas.

Con las profesionales de Servicios Sociales que llevan el Proyecto de Las Sabinas, se realizan reuniones para programar 2 acciones formativas, pero no se lleva a cabo ninguna intervención con la población.

- **Fundación Secretariado Gitano.**

Desde la Fundación Secretariado Gitano y a través del equipo del Área de Servicios Sociales que interviene en Las Sabinas, se propuso a la Escuela de Salud la posibilidad de impartir sesiones relacionadas con educación para la salud, con alumnado con el que están trabajando talleres formativos en las dependencias de Mostoles Desarrollo.

Tras un primer encuentro se decidió elaborar un cuestionario con temas de salud que se le pasaría al alumnado con el fin de recoger sus intereses y necesidades. Los temas incluidos en el cuestionario fueron consensuados con el equipo de educadorxs de la Fundación.

Después de pasar los cuestionarios al alumnado y recoger sus demandas se acordó realizar dos intervenciones una relacionada con la alimentación y otra con el estrés. Se daría una sesión en cada tema con una duración de 1.50 h.

Debido a la situación derivada del virus SARS-COV-2 no ha sido posible realizar estas sesiones formativas.

- **Centro de Acogida para Refugiados (CEAR)**

A petición del Centro de Ayuda al Refugiado, se habían programado dos sesiones sobre primeros auxilios básicos, que se iban a impartir en el propio centro durante el mes de marzo. Dichas sesiones, tuvieron que suspenderse debido a la COVID-19.

- **Centro de Día de Salud Mental y Residencia INTRESS de la CM.**

Sesiones sobre temas de Salud, a demanda del Centro de Día y Residencia de Salud Mental (Intress) El 25 de octubre, la docente realizó una primera visita al centro para conocer sus instalaciones. Ese mismo día tuvo lugar una reunión con los profesionales del centro, donde se habló de las características individuales de las personas que iban a acudir a las diferentes sesiones y cómo enfocar los temas, teniendo en cuenta que el alumnado presentaba enfermedad mental, grave crónica. En esta reunión se acordó que iba a haber una primera sesión con el alumnado donde la docente se presentaría y que entre tod@s se consensuarían los temas a tratar.

25 de octubre: primera reunión con los profesionales del centro.

22 de noviembre: presentación del grupo y docente. Resolviendo dudas sobre la medicación.

13 de diciembre: Alimentación y Hábitos saludables.

24 de enero: Consejos básicos para mejorar el sueño.

21 de febrero: Beneficios del ejercicio físico.

Las sesiones se desarrollaron en un clima muy cordial, el número de personas que acudieron a las sesiones osciló entre 10, 12 personas. Siendo superior el número de hombres. El grupo participó activamente, realizando numerosas preguntas

Estaba previsto seguir impartiendo una sesión mensual, durante los meses de marzo, abril, mayo y junio, que tuvieron que ser suspendidas por la irrupción de la COVID-19.

No se pudo realizar evaluación, pero la docente considera que estas sesiones tienen un efecto muy positivo sobre las personas participantes.



- **Centro de Salud Mental de la CM Grupo EXTER.**

Durante el mes de septiembre, surge una demanda por parte del equipo de profesionales del centro, para realizar una serie de sesiones que versen sobre diferentes temas de salud. La docente tuvo una conversación con los profesionales del centro, donde se habló de las características de los diversos grupos de personas que iban a acudir a las diferentes sesiones y cómo enfocar los temas, teniendo en cuenta que el alumnado presenta enfermedad mental, grave crónica. Los temas fueron solicitados por las personas usuarias del centro. Se impartieron las siguientes sesiones:

27 de noviembre: Situaciones más frecuentes de urgencia en la vida diaria. A esta sesión acudieron en torno a 30 personas de diferentes edades. Partiendo de urgencias pequeñas que les habían sucedido en la vida diaria (cortarse con un cuchillo, quemadura leve al cocinar, etc.) la docente les fue explicando la forma correcta de actuación.

19 de febrero: Mujeres y Salud. A esta sesión acudieron unas 15 mujeres en edad adulta. En esta sesión se habló fundamentalmente de anatomía y fisiología del aparato genital femenino, externo e interno. Muchas de las alumnas, lo desconocían y realizaron muchas preguntas, también se insistió en la importancia de acudir a las revisiones ginecológicas, periódicas.

26 de febrero: Cuidamos a las personas cuidadoras. (En un principio iba dirigida a mujeres) Acuden 30 personas de ambos sexos. Parte del alumnado tiene hijos a su cargo, o personas mayores (padres), a los que cuidan. Se dieron las nociones básicas para proteger a las personas cuidadoras.

Debido a la irrupción de la Covid-19, las sesiones se interrumpieron en el mes de marzo. No pudo realizarse evaluación, por lo anteriormente descrito, pero la docente considera que estas sesiones son muy positivas para las personas que participan en ellas.

- **Sesión “Primeros Auxilios Básicos y RCP” con alumnado del Proyecto ERASMUS** del IES Miguel de Cervantes, de 1.5 horas de duración. Grupo de 30 personas con diversidad funcional. Actividad prevista y no realizada.
- **Programación XI Semana Municipal de Salud**, en colaboración con entidades socio-sanitarias del municipio. Se adjunta archivo en los Anexos con el borrador de la programación de la XI SEMANA DE LA SALUD. Se ha diseñado un nuevo logo para la SEMANA DE LA SALUD (se adjunta archivo en Anexos) y ya disponemos de las bolsas promocionales que podrán utilizarse en ediciones posteriores.
- **Visita a la Unidad de Sueño. En colaboración con el Hospital Universitario Rey Juan Carlos.**

La visita se realizó el día 4 de diciembre entre las 09:00 y las 10:30 (1.50 horas). Asistió todo el grupo que había hecho el curso “Aprendiendo a Dormir”, con el fin de completar la formación recibida. La visita se dividió en una conferencia teórica, muy didáctica, impartida por profesionales de todas las disciplinas médicas que trabajan coordinadamente en la Unidad para explicar causas de los trastornos del sueño y tratamientos actuales y una segunda parte en la que se pudo ver la zona de la unidad en la que se realizan los registros de sueño a las personas pacientes. Se facilitó la posibilidad de ver un paciente que en ese momento iba a iniciar su registro de sueño, pudiendo observar la colocación de todos los materiales y un pequeño simulacro de ronquido para ver cómo se produce el registro en la pantalla de la Unidad. La experiencia ha sido muy bien valorada tanto por las personas participantes como por el equipo profesional de la Escuela de Salud y del Hospital Universitario Rey Juan Carlos por lo que se



recomienda para próximas ediciones programarla como complemento al curso de higiene del sueño.

- **Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid (Grupo Educación y Promoción de Salud):** Asistir a las reuniones convocadas, colaborar en las actividades que se acuerden en el grupo y difundir la información que se acuerde en el mismo.

Se asiste al 100% de las reuniones convocadas.

- **Comisión Técnica Interinstitucional de Educación y Promoción de la Salud en el Ámbito Escolar de Móstoles:** realización y/o coordinación de actividades de Promoción de salud en el ámbito educativo.

El grupo de trabajo planificó 4 reuniones hasta el mes de marzo, no pudiéndose celebrar la última por la situación derivada del virus SARS-COV.

Respecto a las actividades planificadas dirigidas a todos los niveles del sistema educativo (Infantil, Primaria, Secundaria y otros) y teniendo en cuenta los datos disponibles y la incidencia del virus SARS-COV2, estaban previstas realizarse: 450 y se han realizado 422.

3.5.4. ACCIONES DE ASESORAMIENTO

- **ASESORÍA EN TEMAS DE SALUD**

Atención a personas, profesionales y grupos.

- **Objetivo específico:**

Ofrecer asesoramiento e información sobre temas y recursos en el ámbito de la salud.

- **Indicadores:**

- **OE1.1. Registrar el número de consultas y número de horas de asesoría.**

Se han atendido un total de **61 consultas** sobre temas de salud.

Para ello se han dedicado **91.5 horas** (calculadas a 1.5 h de media por consulta).

- **OE1.2. Distribución por género de las personas atendidas.**

De las 61 personas atendidas, **41** son realizadas por **mujeres** y **20** por **hombres**.

4. RELACIÓN DE COLABORACIONES MUNICIPALES E INTERINSTITUCIONALES

MUNICIPALES:

- Área de Igualdad. Concejalía de Igualdad (Cooperación y Consumo).
- Área de Mayores. Concejalía de Derechos Sociales y Mayores.
- Área de Juventud. Concejalía de Educación y Juventud.
- Área de Educación. Concejalía de Educación y Juventud.
- Área de Cultura. Concejalía de Seguridad, Convivencia, Cultura y Transición Ecológica.
- Área de Servicios Sociales. Concejalía de Derechos Sociales y Mayores.
- Concejalía de Mejora y Mantenimiento de los Espacios Públicos.
- Área de Seguridad y Convivencia. Concejalía de Seguridad, Convivencia, Cultura y Transición Ecológica.

**INTERINSTITUCIONALES:****GRUPOS DE TRABAJO:**

- Comisión Interinstitucional y Comunitaria de VIH-SIDA de Mostoles.
- Comisión Interinstitucional para la Prevención y Control del Tabaquismo de Mostoles.
- Comisión interinstitucional de Educación para la Salud en el Ámbito Educativo de Mostoles.
- Plan Municipal de Apoyo a los IES de Mostoles.
- Plan Municipal de Acción sobre las Adicciones.
- VI Plan de Acción Municipal para la Igualdad entre Mujeres y Hombres.
- Plan Municipal para la Infancia y la Adolescencia 2019-2023.
- Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud.
- Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid (Grupo de trabajo de Educación y Promoción de Salud y grupo de trabajo de Drogas).

ACCIONES EN COLABORACIÓN:

- Grupo de trabajo de la Semana Municipal de la Salud.
- ONG Punto Omega (SPANT).
- Entidades socio-sanitarias del municipio.
- Hospital Universitario de Mostoles.
- Hospital Universitario Rey Juan Carlos.
- Dirección Asistencial Oeste.
- Unidad Técnica 8 del Área de Salud Pública.
- Equipo de Atención Temprana de la Comunidad de Madrid.
- Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica.
- Centro de Mayores Río Jarama de la Comunidad de Madrid.
- Centros Educativos de Infantil (Casas de Niñ@s), Primaria y Secundaria y Centros de Formación Profesional.
- Universidad Rey Juan Carlos.
- Clínica Universitaria Rey Juan Carlos.
- Colegio Profesional de Higienistas de Madrid.
- Fundación Secretariado Gitano.
- Cáritas Diocesana de Getafe: “Grupo Senderos” en Mostoles.
- Centro de Día y Residencia Salud Mental (Intress).
- Centro de Rehabilitación de Salud Mental (Centro de Rehabilitación Psicosocial, Centro de rehabilitación Laboral y EASC MÓSTOLES).
- Comisión Española de Ayuda al Refugiado.
- Coral de Mayores Juan XXIII.

5. METODOLOGÍA

“Si enfocamos la Educación Para la Salud desde un modelo participativo y adaptado a las necesidades, la población adquirirá una responsabilidad en su aprendizaje y éste no estará centrado en el saber, sino también en el saber hacer”. OMS 1983.

En este sentido, la Escuela Municipal de Salud ha propuesto estrategias que han demostrado su efectividad en el ámbito de la educación para la salud promoviendo métodos participativos en las acciones formativas que:



- Han incidido en la responsabilidad del auto-cuidado, la mejora de la autoestima y la toma de decisiones.
- Han potenciado la adquisición de habilidades sociales, competencias en la comunicación y en la solución de problemas.
- Han motivado la puesta en práctica de las habilidades aprendidas.

La metodología propuesta ha sido:

- 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.

6. RECURSOS

RECURSOS MATERIALES

Los recursos utilizados durante la intervención de formación presencial han sido: Aulas con sillas y mesas móviles, recursos audiovisuales (equipo de música, cañón, ordenador portátil, cámara de fotos...), pizarra, rotuladores, tizas, borradores de pizarra, folios blancos y de colores, carpetas para documentación, bolígrafos, pinturas, lápices, plásticos archivadores, A-Z, cajas de archivo definitivo y otros materiales (globos, cuerda, retales, vasos, platos, comida, etiquetas de alimentos, material específico para reanimación cardiopulmonar, etc.).

En aquellas acciones formativas en las que se ha considerado necesario, se ha facilitado a las personas participantes documentación específica tanto audiovisual como material (Manuales Formativos, Recursos y Bibliografía...).

Debido a la situación derivada de la pandemia, es necesario disponer de medios que permitan la utilización de las tecnologías de la información y comunicación, para el desarrollo del proyecto 2020-21

RECURSOS HUMANOS

- El Equipo de Promoción de la Salud del Área de Sanidad del Ayuntamiento de Móstoles, valora la necesidad de incrementar su plantilla debido a la carga de trabajo y a la próxima jubilación de una de sus profesionales.
- Se valora de forma muy positiva la colaboración de profesionales de otras áreas municipales, entidades e instituciones públicas y privadas.
- Las profesionales de la Escuela Municipal de Salud precisan de formación específica en actividades online y uso de las TIC como medios indispensables para mantener la promoción de la salud en la población general y colectivos específicos.

7. EVALUACIÓN

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



Cada actividad formativa se acompaña de un informe que incluye la valoración de la profesional referente y el resultado de los cuestionarios de evaluación realizados por las personas participantes. En el resto de las actividades se elabora igualmente un informe evaluativo. En las actividades formativas que se quedaron pendientes de terminar debido a la pandemia, no se pudo cumplimentar el cuestionario de evaluación por parte de las personas participantes.

En las acciones de coordinación y colaboración que se han podido realizar se ha elaborado una memoria evaluativa entre las entidades coparticipes.

7.1. MÉTODOS DE EVALUACIÓN

INSTRUMENTOS:

- Cuestionarios de evaluación: se han utilizado diferentes Cuestionarios de Evaluación en función de la población diana: “Cuestionario General”, “Cuestionario IES”.
- Informes de actividades: se ha elaborado un informe de cada una de las actividades que se han realizado en el curso 2019-20
- Elaboración de una Memoria Anual del Curso 2019-20.

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.
- Memorias de proyectos en colaboración.
- Memoria anual de todas las actividades y proyectos.

7.2. EVALUACIÓN DEL PROYECTO:

7.2.1. FORMACIÓN:

- En los cuestionarios de evaluación de las actividades que se han podido realizar en su totalidad, se refleja que el 91,3% 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 realizadas 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 88,8% de las personas que han realizado cursos. Se considera recomendable mantener la metodología de trabajo que se contempla en las actividades formativas.
- El 87,6% del alumnado de las acciones formativas realizadas valoran que lo aprendido es útil en el presente y el 92,5% que les será de utilidad en el futuro, lo cual puede incidir en una mejora de sus hábitos de vida.
- 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 (8/10) el 100% del alumnado, por ello se considera necesario continuar con la oferta formativa en temas de salud.
- No disponemos de la suficiente información para evaluar el nuevo planteamiento formativo, basado en la impartición de temáticas diversas con menor duración, con el objetivo de llegar a mayor número de población, debido a la situación derivada del SARS-COV-2.



- Evaluamos de forma positiva la elección de la temática de los bloques de intervención que son acordes con el planteamiento de la **Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud**, y de la **Agenda 2030** para el desarrollo sostenible.
- Dada la situación derivada del SARS-COV-2 y para el siguiente curso, se plantea necesario planificar la formación online y presencial con las medidas de seguridad precisas en cada momento.

7.2.2. SENSIBILIZACIÓN:

- De las actividades de sensibilización planificadas en este curso, Días Mundiales, Jornada “Activa tu memoria”, XI Semana Municipal de la Salud, visitas a las unidades especializadas hospitalarias, artículos o campañas en medios de comunicación, etc., no todas se han podido desarrollar debido a la situación derivada de la Covid-19.
- De las acciones desarrolladas podemos decir que generan interés y/o motivación en la población para asumir la responsabilidad en el auto-cuidado de la salud y la prevención de enfermedades, demandar asesoramiento, búsqueda de recursos, etc.
- Un aspecto destacable que ha permitido la sensibilización es que ha favorecido 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.
- Evaluamos de forma muy positiva las acciones desarrolladas durante el periodo de confinamiento provocado por la Covid-19, para poder dar respuesta a la inquietud y la necesidad de información frente a la pandemia.

7.2.3. ASESORAMIENTO:

- El Asesoramiento tanto en temas de salud como de sexualidad se ha mantenido a pesar de la situación derivada del SARS-COV-2, con un formato diferente, vía telefónica y por correo electrónico.
- Se evidencia que el asesoramiento en educación afectivo-sexual da respuesta a una demanda no atendida desde otros recursos, prestando una atención muy eficaz. Las personas le dan cada vez más importancia a la vivencia de la sexualidad y buscan recursos cuando consideran que los necesitan.
- Se comprueba por los datos recogidos que el asesoramiento en temas de salud es un recurso necesario porque da respuesta a muchas dudas e inquietudes sobre procesos de enfermedad y otras circunstancias personales.
- Se considera necesario mantener el trabajo de asesoramiento teniendo en cuenta los datos y los resultados positivos que la población receptora manifiesta.

7.2.4. METODOLOGÍA:

La metodología que se ha utilizado en las actividades realizadas en este curso 2019-20 se ha definido 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.

A partir del mes de marzo debido a la situación generada por la pandemia, la metodología prevista en el proyecto basada en la intervención presencial, tuvo que suspenderse. Debido a ello y analizando las posibles necesidades de la población, se realizaron acciones de sensibilización vía online relacionadas con la situación producida por la Covid-19.

En los 80 cuestionarios de evaluación recogidos en las actividades formativas, dirigidas a población general, se obtienen los siguientes resultados:

- La valoración del equipo docente en todos los aspectos ha sido evaluada como BIEN y MUY BIEN en el 90.9% de los cuestionarios válidos, lo que indica que valoran de forma positiva a las personas profesionales y la metodología empleada.
- La valoración que hace el alumnado en relación a su implicación en la actividad se ha evaluado como BASTANTE y MUCHO en un 78,8% de los cuestionarios válidos, lo que indica que participan y leen la documentación que se aporta.
- El alumnado ha cumplido sus EXPECTATIVAS en un 91,3%, lo que significa que la formación diseñada se ajusta a las necesidades del alumnado.
- El 97,6% del alumnado se ha SENTIDO BIEN o MUY BIEN con la formación recibida, indicando que la metodología de intervención es adecuada.
- La PUNTUACIÓN GLOBAL media de las actividades formativas es de un 9.8 sobre 10, lo que indica que valoran muy positivamente la formación impartida.

Tomando como base 481 cuestionarios de evaluación de las acciones formativas, impartidas en los Centros educativos, en el marco del Plan Municipal de Apoyo a los Institutos se obtienen los siguientes datos:

- La metodología utilizada en las sesiones ha tenido un valor promedio (sobre 10) de 8.4
- La utilidad de los contenidos recibidos ha tenido un valor promedio (sobre 10) de 8.6
- La PUNTUACIÓN GLOBAL media de todos los cuestionarios válidos es de un 8.5 sobre 10, lo que indica que se valora de forma muy positiva la formación recibida.

8. CONCLUSIONES

- Los objetivos específicos propuestos y como consecuencia los generales del proyecto 2019-20 se han alcanzado en gran medida, teniendo en cuenta la situación derivada de la Covid-19.
- Desde el equipo de la escuela se valora de forma positiva la intervención realizada, ya que incide en la salud de la población, al procurarle conocimientos sobre los determinantes de la salud y estrategias que les permitan poner en práctica los conocimientos adquiridos.
- Se valora de forma muy positiva las acciones de sensibilización, ya que permiten acercar a un mayor número de población, temáticas diversas sobre el cuidado de la salud y la prevención de la enfermedad.
- Es necesario continuar con la planificación de actividades en colaboración y consenso con áreas municipales, instituciones y otras entidades, permite unir sinergias para una gestión más adecuada y eficaz de los recursos existentes. Estas colaboraciones deberán ajustarse a la “nueva normalidad”.
- Se considera fundamental dar continuidad a la inclusión de personas y colectivos vulnerables mediante discriminación positiva en la intervención, para posibilitar una mejora de salud y calidad de vida.



- Se considera importante contemplar la incorporación de personal al equipo de la Escuela Municipal de Salud para poder realizar el Proyecto de Educación y Promoción de Salud, en una población tan extensa como la de Mostoles.
- Realizando la valoración del sistema de inscripción de “Otras Actividades”, como en el caso “Paseo Saludable” del mes de febrero y la “Visita a la Unidad de Rehabilitación cardiaca”, es preciso hacer una reflexión sobre el mismo y readecuarlo para un mejor funcionamiento.
- Es imprescindible dotar de medios audiovisuales (portátil, cañón y cámara de fotos) y del acceso a plataformas, aplicaciones y programas para poder desarrollar una intervención vía online. Así mismo es necesario recibir la formación precisa para el uso de estos medios.
- A pesar de haber tenido que interrumpir el proyecto, valoramos de forma muy positiva el esfuerzo realizado por el equipo de las profesionales durante el periodo de confinamiento, para mantener la intervención, teniendo en cuenta los recursos disponibles: información vía correo electrónico, publicación de artículos en Web “Espacio Saludable”, en la Web municipal y consultas vía telefónica.
- Es destacable el esfuerzo de las profesionales de la escuela para dar respuesta y asesoramiento sobre la situación de la pandemia producida por la COVID-19, tanto a población general, como a áreas municipales, de forma presencial, telefónica y por correo electrónico.

9. FORMACIÓN E INVESTIGACIÓN

- Formación en RESUCITACIÓN CARDIO-PULMONAR, SOPORTE VITAL BÁSICO Y USO DEL DESFIBRILADOR. Plan Nacional de RCP. Fecha: 16 de Enero 2020. Nº horas: 4, Paloma Domínguez Honrado.
- Formación en RESUCITACIÓN CARDIO-PULMONAR, SOPORTE VITAL BÁSICO Y USO DEL DESFIBRILADOR. Plan Nacional de RCP. Fecha: 6 de Febrero. Nº horas: 4. Rosa M^a Romero del Pozo.
- CURSO GENERAL DE PROTECCIÓN DE DATOS. Fecha: 13 de noviembre 2019. Nº horas: 2.50, Paloma Domínguez Honrado.
- CURSO GENERAL DE PROTECCIÓN DE DATOS. Fecha: 14 de noviembre 2019. Nº horas: 2.50, Rosa M^a Romero del Pozo
- CURSO GENERAL DE PROTECCIÓN DE DATOS. Fecha: 29 de noviembre 2019. Nº horas: 2.50, M^a Luisa Ojeda Iglesias.
- CURSO GENERAL DE PROTECCIÓN DE DATOS. Fecha: 29 de noviembre 2019. Nº horas: 2.50, M^a Carmen Cerezo
- Jornada: “POR QUÉ EDUCACIÓN SEXUAL EN EL AULA”. Fecha: 19 de noviembre 2019. Nº horas: 4, Paloma Domínguez Honrado
- Jornada “FITNESS EMOCIONAL”. Fraternidad Muprespa. Fecha: 20 de noviembre 2019. Nº horas: 2, Rosa M^a Romero del Pozo y M^a Luisa Ojeda Iglesias.
- VI Jornadas de Universidades Saludables de la Comunidad de Madrid “BIENESTAR EMOCIONAL EN EL ENTORNO UNIVERSITARIO”. Fecha: 21 de noviembre 2019. Nº horas: 6, Rosa M^a Romero del Pozo
- I Jornada Comunidad Gitana “CLAVES Y ESTRATEGIA PARA LA INTERCULTURALIDAD”. Fundación Secretariado Gitano. Fecha: 29 de noviembre 2019. Nº horas: 6, Paloma Domínguez Honrado y Rosa M^a Romero del Pozo.
- Jornada SOBRE EL ABORDAJE DE LA INFECCIÓN POR EL VIH EN LA ADOLESCENCIA DESDE LAS UNIDADES DE PEDIATRÍA”. Ministerio de Sanidad, Consumo Y Bienestar Social. Fecha: 29 de noviembre 2019. Nº horas: 6, Paloma Domínguez Honrado.


10. ANEXOS
DÍA MUNDIAL VIH-SIDA

Actividad	Duración acumulada h.= horas	Asistencia M= mujeres, H=hombres	Entidad organizadora
ACCIONES FORMATIVAS			
Taller: "Prevención de Infecciones de Transmisión Sexual".	18.0 h	318 personas M: 143H:161	Escuela Municipal de Salud Concejalía de Derechos Sociales y Mayores.
Sesión Formativa "Sexualidad Saludable y VIH/SIDA."	2.0 h	45 personas	Asociación Cruz Roja
TOTALES	20 horas	363 personas	
SENSIBILIZACION EN RADIO			
Radio: "Ganando Salud" "Día Mundial del VIH-SIDA"	0.25 h	No se dispone de datos de audiencia.	Escuela Municipal de Salud Concejalía de Derechos Sociales y Mayores. Área Única Salud Pública 8
Radio "Ganando Salud" "Prevención de la infección VIH-SIDA?"	0.25 h	No se dispone de datos de audiencia	Escuela Municipal de Salud Concejalía de Derechos Sociales y Mayores. Hospital Universitario Rey Juan Carlos
TOTALES	0.5 h	No se dispone de datos de audiencia.	
PRUEBAS RÁPIDAS VIH			
Cruz Roja. Unidad Móvil Prueba rápida VIH	5.0 h	No se dispone de datos.	Población general.
H. Univ. Rey Juan Carlos	3.0 h	Pruebas rápidas: 20 personas	Usuario@ del Hospital, profesionales y estudiantes
H. Universitario de Mostoles	3.5 h	No se dispone de datos.	Usuario@ del Hospital, profesionales y estudiantes
TOTALES	11.5 horas	20 personas. *no son totales reales porque faltan datos de dos entidades.	
PUNTOS DE INFORMACIÓN Y MESAS INFORMATIVAS			
Área de Sanidad. Centro de Mayores y Asesoría Sexualidad Juan XXIII, 6	7 días. 7h/día Total: 49.0 h	No se dispone de datos.	Usuarios/as Asesoría Sexualidad y del Centro Municipal de Mayores
Área de Sanidad. Centro Cultural Norte Universidad.	6.0 h.	No se dispone de datos.	Personas usuarios del Centro Cultural y asistentes a las sesiones del "Ciclo de Cine"
Centro de Servicios para Jóvenes. Avda. Portugal, 20	4 días. 7h/día Total: 28.0 horas	55 personas M: 29 H: 26	Jóvenes
Área de Igualdad C/ Ricardo Medem, 27	3 días. 6h/día 18.0 horas	No se dispone de datos.	Personas usuarias del Centro Igualdad, del Observatorio de de Violencia de Género y del Servicio SPANT



Asoc, Punto Omega Centro de Emergencia Social y servicios nocturno "Ola de Frío".	5 días de 09:00-16:30 y de 20:00-8:00 h Total: 97.5 h	62 personas M: 8 H: 54	Población: personas en exclusión social moderada o grave
Asoc, Punto Omega Centro Salvador Gaviota	4 días de 09:00-18:00 h. 1 día de 09:00-15:00h Total: 32.0 h	170 personas M: 66 H: 104	Población: talleres de búsqueda de empleo y formación en alérgenos del Servicio Itinerarios Integrados de inserción, en el Centro de Emergencia Social y en los certificados de profesionalidad de Punto Omega y Salvador Gaviota.
Cruz Roja en salida Metro Universidad	3.0 h	130 personas.	Población del municipio.
C.A.I.D. de Móstoles Pza. Villafontana, s/n	60.0 h	198 personas M: 47 H: 151	Pacientes en tratamiento en el CAID
Centros de Salud de Móstoles	No se dispone de datos	No se dispone de datos	Usuari@s de los Centros de Salud: Parque Coimbra, Dos de Mayo, La Princesa y Presentación Sabio.
H. Univ. Rey Juan Carlos	3.0 h	200 personas	Usuario@ del Hospital, profesionales y estudiantes
H. Universitario de Móstoles	3.0 h.	No se dispone de datos.	Usuario@ del Hospital, profesionales y estudiantes
TOTALES	299.5 h *no son totales reales porque faltan datos de los Centros de Salud.	815 personas *no son totales reales porque faltan datos de varias entidades.	


ACTIVIDADES OFERTADAS EN EL PLAN MUNICIPAL DE APOYO A LOS INSTITUTOS DE MÓSTOLES
Impartidos por la Escuela Municipal de Salud, Servicio SPANT-Punto Omega, Hospitales y Centros de salud de SERMAS y Fundación Alcohol y Sociedad

NOMBRE DEL TALLER	ENTIDAD	ACTIVIDADES NO REALIZADAS POR VIRUS SARS-COV-2	ACTIVIDADES	HORAS	HOMBRES	MUJERES	NO BINARIO	NC SEXO	TOTAL
"ALIMENTACIÓN E IMAGEN CORPORAL"	ESCUELA DE SALUD	4 grupos y 8 sesiones (8 horas)	6 grupos y 12 sesiones	12 horas	19	50		7	76
"ADOLESCENCIA Y SEXUALIDAD"	ESCUELA DE SALUD	6 grupos y 12 sesiones (12 horas)	19 grupos y 36 sesiones	36 horas	165	159	2	79	405
"USO RESPONSABLE DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS" Alumnado/familias / profesorado	SPANT-PUNTO OMEGA	21 grupos y 54 sesiones (54 horas) Familias: 2 sesiones(4 horas)	69 grupos y 132 sesiones Familias: 3 sesiones	132 horas Familias: 6 horas	733 Familias: 21	619 Familias: 52			1352 Familias: 73
"SENSIBILIZACIÓN Y PREVENCIÓN DEL JUEGO PATOLÓGICO"	SPANT-PUNTO OMEGA	18 grupos y 36 sesiones (36 horas)	61 grupos y 117 sesiones	117 horas	643	568			1211
"PREVENCIÓN DEL USO DE SUSTANCIAS"	SPANT-PUNTO OMEGA	24 grupos y 48 sesiones (48 horas)	55 grupos y 104 sesiones	104 horas	634	508			1142
"COME SANO, MUÉVETE Y VIVIRÁS MEJOR"	CENTROS DE SALUD	Toda la formación prevista	-	-	-	-			-
"VENTAJAS DE NO FUMAR"	Hospital Universitario de Móstoles-CENTROS DE SALUD***	Toda la formación prevista	-	-	-	-			-
"CONDUCTAS ADICTIVAS RIESGOS PARA LA SALUD: ALCOHOL, DROGAS"	Hospital Universitario Rey Juan Carlos	Toda la formación prevista	-	-	-	-			-
PRIMEROS AUXILIOS. RCP BÁSICA	Hospital Universitario Rey Juan Carlos	9 grupos y 9 sesiones (9 horas)	10 grupos y 10 sesiones	10 horas	Sin datos	Sin datos			Sin datos
EDUCACIÓN POSTURAL	Hospital Universitario Rey Juan Carlos	10 grupos y 10 sesiones (10 horas)	21 grupos y 21 sesiones	21 horas	Sin datos	Sin datos			Sin datos
SEXUALIDAD: MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS Y PREVENCIÓN DE ITS	Hospital Universitario Rey Juan Carlos	Toda la formación prevista	13 grupos y 26 sesiones	26 horas	Sin datos	Sin datos			Sin datos
"MENORES NI UNA GOTA"	FUNDACIÓN ALCOHOL Y SOCIEDAD	-	50 grupos y 100 sesiones	100 horas	575	628			1203
TOTAL*		93 grupos, 179 sesiones y 181 horas*	307 grupos y 561 sesiones	564 horas	2790*	2584*	2	86	5462*

*Faltan datos

*** No se tiene toda la información


SERVICIO DE PREVENCIÓN DE ADICCIÓN A LAS NUEVAS TECNOLOGIAS (Convenio con ONG Punto Omega).

FORMACIÓN	Talleres Planificados	Horas Planificadas	Talleres completos Realizados (sesión 1 y 2)	Talleres realizados parcialmente (solo 1 sesión)	Horas totales realizadas	Talleres planificados y no realizados (sesión 1 y 2)	Varones	Mujeres	Total
Alumnado IES TIC	90	180	63	6	132	21	733	619	1352
Alumnado CEIP TIC	10	20	0	0	0	20	0	0	0
Docentes TIC	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Familias TIC	9	18	4	0	8	5	21	52	73
Ayudantes TIC	2	7	2	0	7	0	19	20	39
Escuela de Abuelas/os	1	2	0	0	0	2	0	0	0
Semana de la salud. Cancelada	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Alumnado IES Sustancias	79	158	49	6	104	26	634	508	1142
Alumnado CEIP Sustancias	6	12	0	6	6	0	81	62	143
Familias Sustancias	2	4	0	0	0	2	0	0	0
Otros Sustancias	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Alumnado IES Juego Patológico	79	158	56	5	117	18	643	568	1211
Familias Juego Patológico	2	4	0	0	0	2	0	0	0
Total talleres	280	563	174	23	374	94	2131	1829	3960

ASESORÍA: consultas	NUEVAS/casos	SEGUIMIENTO	TOTAL
Presenciales	9	70	79
Telefónicas	7	153	160
Total	16	223	239



SEMANA SALUD.

XI SEMANA MUNICIPAL DE LA SALUD
Programa de actividades del 20 al 24 de abril de 2020
“MÁS DE 11 MOTIVOS PARA CUIDARTE”

LUNES 20 ABRIL

TALLER: “CÓMO CUIDAR TU SUELO PÉLVICO” (Requiere inscripción)

Hora: 10:00 a 11:00 h

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. (Salón de Actos). C/ San Antonio, 2

Organiza: HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS

TALLER DE MEMORIA. (Requiere inscripción)

Hora: 10:30 a 12 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Aula 2). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: ADISFIM

CONFERENCIA-MESA REDONDA: “UNA NUEVA MIRADA PARA AFRONTAR LOS RETOS EN SALUD CARDIOVASCULAR”

Hora: 12:00 a 14:00 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Sala de Conferencias). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: APACOR

Entrada libre hasta completar aforo.

TALLER: “CALMA Y SERENIDAD” (Requiere inscripción)

Hora: 17:00 a 18:30 h

Lugar: Hospital Universitario de Mostoles. C/ Río Júcar s/n.

Organiza: HOSPITAL UNIVERSITARIO DE MÓSTOLES

CONFERENCIA: “MI ESTUDIO DE CAMPO EN LOS TRASTORNOS DEL ESPECTRO AUTISTA”

Hora: 17:00 a 18:15 h

Lugar: Biblioteca Universitaria Campus de Mostoles. Universidad Rey Juan Carlos. (Sala planta baja de la biblioteca). C/Tulipán s/n

Organiza: ACCEDE A RESPIRO.

Entrada libre hasta completar aforo.

CHARLA “INFORMACIÓN PÚBLICA SOBRE ALCOHOLISMO”

Hora: 18:00 a 19:30 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Aula 3). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: GRUPO POKORA DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS DE MÓSTOLES.

Entrada libre hasta completar aforo.



MARTES 21 DE ABRIL

TALLER “DISEÑA EL MAPA EMOCIONAL DE TU CIUDAD” (Requiere inscripción)

Hora: 10:00 a 12:00 h

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. (Salón de Actos). C/ San Antonio, 2

Organiza: ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD

TALLER: “VALORACIÓN DE ARTRITIS Y ARTROSIS” (Requiere inscripción)

Hora: 11:00 a 12:00 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Aula 2). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: CLÍNICA UNIVERSITARIA UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS

CHARLA: “SEXUALIDADES SALUDABLES I”

Hora: 10:00 a 12:00 h

Lugar: Asamblea Local de Cruz Roja. Avda. Carlos V, nº 5.

Organiza: CRUZ ROJA MÓSTOLES

Entrada libre hasta completar aforo.

ACTIVIDAD: “DANZA PARA PARKINSON” (Requiere inscripción)

Hora: 11:30 a 13:00 h

Lugar: Plaza de la Cultura s/n

Organiza: ASOCIACIÓN PARKINSON MÓSTOLES

TALLER PRÁCTICO REFLEXIVO: “ENCANTAD@ DE CONOCERME: CULTIVANDO MI BIENESTAR”

Hora: 11:30 a 13 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Sala de Conferencias). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: CENTRO DE DÍA Y RESIDENCIA DE MÓSTOLES INTRESS

Entrada libre hasta completar aforo.

CONFERENCIA: “CUIDARSE Y PREVENIR TAMBIÉN EN EL CÁNCER DE COLÓN”

Hora: 12:30 a 13:30 h

Lugar: Hospital Universitario de Mostoles. C/ Río Júcar s/n

Organiza: HOSPITAL UNIVERSITARIO DE MÓSTOLES

Entrada libre hasta completar aforo

CHARLA: “FOTOPROTECCIÓN Y CUIDADOS DE LA PIEL”

Hora: 16:00 a 18:00 h

Lugar: Universidad Rey Juan Carlos. Campus de Mostoles. C/Tulipán s/n

Organiza: CRUZ ROJA MÓSTOLES

Dirigido a alumnado de la Universidad Rey Juan Carlos

CONFERENCIA: “CÓDIGO ICTUS: LA IMPORTANCIA DE ACTUAR BIEN”

Hora: 17:00 a 18:00 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Sala de Conferencias). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS

Entrada libre hasta completar aforo.

**ACTIVIDAD DE “REIKI”**

Hora: 17:00 a 19:00 h

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. (Salón de Actos) C/ San Antonio, 2

Organizan: AUSMEM en colaboración con Asociación “El Roble”

Entrada libre hasta completar aforo.

“TALLER DE PILATES” (Requiere inscripción)

Hora: 17:00 A 18:00 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Sala Polivalente A). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: ADISFIM

TALLER: “SABER SOLTAR, PARA VIVIR MEJOR” (Requiere inscripción)

Hora: 17:00 a 18:30 h

Lugar: Hospital Universitario de Mostoles. C/ Río Júcar s/n.

Organiza: HOSPITAL UNIVERSITARIO DE MÓSTOLES.

CHARLA COLOQUIO: “ALCOHOL Y SUS CONSECUENCIAS”

Hora: 19:00 a 21:00 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Sala de Conferencias). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: APAM

Entrada libre hasta completar aforo.

MIÉRCOLES 22 DE ABRIL**ACTIVIDAD: “TÉCNICAS REHABILITADORAS” (Requiere inscripción)**

Hora: 10:00 a 14:00 h

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. (Salón de Actos). C/ San Antonio, 2

Organiza: AMDEA

CHARLA COLOQUIO: “ESTRATEGIAS PARA AFRONTAR CAMBIOS EN LA VIDA, CON EXPERTA EN PSICOLOGÍA-COACHING Y CON EL TATUADOR LEO MILLARES”

Hora: 10:00 a 13:00 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Sala de Conferencias). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: ACCGG

Entrada libre hasta completar aforo.

TALLER DE DISFAGIA (Requiere inscripción)

Hora: 10:30 a 12:00 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Aula 2) Plaza de la Cultura s/n.

Organiza: ASOCIACIÓN PARKINSON MÓSTOLES

¿CUIDAS TU ESPALDA EN EL DÍA A DÍA? TALLER DE HIGIENE POSTURAL Y ERGONOMÍA.

(Requiere inscripción)

Hora: 11:30 a 12:30 h

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. (Sala de ensayos). C/ San Antonio, 2

Organiza: HOSPITAL UNIVERSITARIO DE MÓSTOLES.



CHARLA-TALLER: “COMO CAMBIA EL CUERPO EN PACIENTES CON DOLOR, CON REHABILITACIÓN FÍSICA Y PSICOLÓGICA” (Requiere inscripción)

Hora: 11:00 a 12:00 h

Lugar: Sede de la asociación. C/ Azorín 3.

Organiza: AFINSYFACRO

DOCUMENTAL “ZAUARIK, LOCURA, CUERPO Y FEMINISMOS”

Hora: 11:00 a 13:00 h

Lugar: Concejalía de Igualdad. Sala de Conferencias. C/Ricardo Medem, 27

Organiza: CRPS, CRL y EASC de Mostoles.

Entrada libre hasta completar aforo.

TALLER: “LAS VITAMINAS DE ZUMO DE VOLUNTARIADO”

Hora: 11:00 a 12:30 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Sala Polivalente 2). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: GRUPO AMAS en colaboración con alumnado del IES Felipe Trigo.

TALLER PRÁCTICO “EL BAILE COMO ACTIVIDAD SALUDABLE” (Requiere inscripción)

Hora: 17:00 a 19:00 h

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. (Salón de Actos). C/ San Antonio, 2

Organiza: AMDDEM

TALLER: “PREVENCIÓN DE CAÍDAS EN EL ADULTO” (Requiere inscripción)

Hora: 16:30 a 18:00 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Sala Polivalente 2). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS

ACTIVIDAD DE AQUAGYM Y SPA “MOVIMIENTO Y BIENESTAR” (Requiere inscripción)

Hora: 18:30 a 21:00 h

Lugar: Gimnasio CUESA SPORT. C/Pintor Picasso, s/n

Organiza: ACCEDE A RESPIRO en colaboración con GIMNASIO CUESA SPORT

Inscripción en los teléfonos 619.556.933/652.811.880

JUEVES 23 DE ABRIL

MEDICIONES DE GLUCEMIA Y REVISIÓN DE TENSIÓN OCULAR

Hora: 10:00 a 13:00 h

Lugar: Centro Municipal de Mayores Juan XXIII. (Hall de entrada). C/ Juan XXIII, nº 6.

Organiza: ADM

Abierto al público.

CONFERENCIA: “ACERCÁNDONOS A LA SALUD MENTAL”

Hora: 10:00 a 11:30 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Sala Conferencias). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: AUSMEM

Entrada libre hasta completar aforo.



CHARLA: “SEXUALIDADES SALUDABLES II”

Hora: 10:00 a 12:00 h

Lugar: Asamblea Local de Cruz Roja. Avda Carlos V, nº 5.

Organiza: CRUZ ROJA MÓSTOLES

Entrada libre hasta completar aforo.

“CHARLA SALUD EMOCIONAL”

Hora: 12:00 a 13:30 h.

Lugar: Asamblea Local de Cruz Roja. Avda. Carlos V, nº 5.

Organiza: CRUZ ROJA MÓSTOLES

CONFERENCIA: “TABAQUISMO Y DIABETES”

Hora: 17:30 a 20:00 h

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. (Salón de Actos). C/ San Antonio, 2

Organiza: ADM

Entrada libre hasta completar aforo.

TALLER: “ASERTIVIDAD: LA EXPRESIÓN DE UNA SANA AUTOESTIMA” (Requiere inscripción)

Hora: 18:00 a 19:00 h

Lugar: C. C. Villa de Móstoles. (Aula 3). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: CLÍNICA UNIVERSITARIA UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS.

ACTIVIDAD: “PETANCA SIN BARRERAS”



Hora: 11:00 a 13:00 h

Lugar: Pistas de Petanca, en las inmediaciones de la sede de la asociación. Avda Dos de Mayo 83.

Organiza: ACPSM

VIERNES 24 DE ABRIL

CONFERENCIA Y TALLER PRÁCTICO: “LA IMPORTANCIA DEL EJERCICIO FÍSICO ONCOLÓGICO. MASTERCLASS. (Parte teórica y práctica) (Requiere inscripción)

Hora: 10:30 a 12:00 h

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. (Salón de Actos). C/ San Antonio, 2

Organiza: AECC

Las inscripciones se podrán realizar: En mostoles@aecc.es, en el teléfono 916145151 o presencialmente: Espacio Activo Contra el Cáncer Suroeste: Calle San Marcial 1, Móstoles

CONFERENCIA: “INSTRUCCIONES PREVIAS Y VOLUNTADES ANTICIPADAS (TESTAMENTO VITAL)”

Hora: 11:00 a 12:30 h

Lugar: C. C. Villa de Móstoles. (Sala de Conferencias). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: AFAMSO.

Entrada libre hasta completar aforo.



MESA INFORMATIVA: “SENSIBILIZACIÓN SOBRE LA DISCAPACIDAD AUDITIVA”.



Hora: 12:00 a 14:00 h

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. (Hall entrada). Plaza de la Cultura s/n

Organiza: JULUMACA.

ACTIVIDAD DEPORTIVA: “DEPORTES A CIEGAS”.

Hora: 10:00 a 13:00

Lugar: Polideportivo Municipal “Los Rosales” C/ Lilas s/n

Organiza: ONCE.

TALLER “ETIQUETADO DE ALIMENTOS ¿CÓMO SABER LO QUE ESTAMOS COMIENDO?”

Hora: 11:00 a 12:00 h

Lugar: Concejalía de Igualdad. Sala de Conferencias. C/Ricardo Medem, 27

Organiza: CLÍNICA UNIVERSITARIA UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS.

CINE FÓRUM: “CAMPEONES”

Hora: 17:30

Lugar: C. C. Norte Universidad (Teatro). Avda. Alcalde de Mostoles, 34.

Organiza: FUNDACIÓN AMÁS SOCIAL

Entrada gratuita hasta completar aforo. Las entradas se podrán recoger en la taquilla del centro, media hora antes del inicio de la proyección.

ACTIVIDAD DE AQUAGYM Y SPA “MOVIMIENTO Y BIENESTAR” (Requiere inscripción)

Hora: 18:30 a 21:00 h

Lugar: Gimnasio CUESA SPORT. C/Pintor Picasso, s/n

Organiza: ACCEDE A RESPIRO en colaboración con GIMNASIO CUESA SPORT

Inscripción en los teléfonos 619.556.933/652.811.880

ACTIVIDADES EN CENTROS EDUCATIVOS

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> TALLER: “SONRISAS SALUDABLES”
 Dirigido: Centros Educativos de Infantil y de Primaria.
 Cursos: 3º de Educación Infantil. 1º y 2º de Primaria.
 Organiza: Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid.
 Lugar: Centros Educativos. |
| <ul style="list-style-type: none"> ACTIVIDAD: GYMKANA “HABILIDADES PARA LA VIDA”
 Dirigido: Centros Educativos de Primaria.
 Cursos: 4º de Educación Primaria.
 Organiza: Punto Omega-SPANT.
 Lugar: Centros Educativos. |
| <ul style="list-style-type: none"> ACTIVIDAD: “PREVENCIÓN DE CIBERVIOLENCIA MACHISTA”
 Dirigido: Centros Educativos IES y FPB.
 Abierto a población general.
 Organiza: Punto Omega-SPANT
 Lugar: Centros Educativos. |



- **TALLER “RELAJACIÓN INFANTIL Y MINDFULNESS”**

Dirigido: Centros Educativos de Primaria

Cursos: Niñ@s de entre 6 y 8 años.

Organiza: CLINICA UNIVERSITARIA UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS

Lugar: Centros Educativos.

OTRAS ACTIVIDADES:

CHARLA DIRIGIDA A PROFESIONALES DE ATENCIÓN PRIMARIA: “PACIENTES CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA EN ATENCIÓN PRIMARIA”

Lugar: Centros de Salud.

Organiza: ASOCIACIÓN PROTGD.

MESA INFORMATIVA: “SENSIBILIZACIÓN HIGIENE DE MANOS”.

Lugar: Centros de Salud.

Organiza: DIRECCIÓN ASISTENCIAL OESTE. SERMAS.

ORGANIZAN: ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD DEL AYUNTAMIENTO DE MÓSTOLES Y LAS SIGUIENTES ENTIDADES SOCIO-SANITARIAS:

Asociación Accede a Respiro	C/ Casiopea nº 19-21, Portal 4. Piso bajo. Móstoles.	619 55 69 33 presenabellan@hotmail.com
Cruz Roja Española Móstoles	Avda. Carlos V, nº 5. Móstoles.	91 330 88 35 pgarciag@cruzroja.es
Asociación de Diabéticos de Móstoles (ADM)	C/ Juan XXIII, nº 6, Despacho 16. Móstoles.	91 664 26 91 adm@admostoles.com informacion@admostoles.com
Asociación de Discapacitados Físicos de Móstoles (ADISFIM)	C/ Libertad, nº 14, bis. Móstoles.	91 647 60 28 adisfim@adisfim.es direccion@adisfim.es
Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer (AFAMSO)	C/Azorín, nº 32-34. Móstoles.	91 614 07 07 afamostoles@hotmail.com
Grupo Pokora de Alcohólicos Anónimos de Móstoles (AA)		91 341 82 82 pokora@area07aa.org
Asociación para la Prevención del Alcoholismo de Móstoles (APAM)	C/Ávila esq. C/Baleares (Piso piloto) Móstoles.	654 688 037 apammostoles@hotmail.com
Asociación de Familias y Amigos a Favor de las Personas con Discapacidad Intelectual de Móstoles (Grupo AMAS)	Avda. de los Sauces, nº 61. Móstoles.	91 694 53 06 grupoamas@grupoamas.org
Asociación de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica de Móstoles (AFINSYFACRO)	C/ Azorín, nº 3. Móstoles.	91 613 47 90 afinsifacro@hotmail.com



Asociación JULUMACA	C/ Soria, nº 7, posterior. Mostoles.	91 617 24 50 asociacionjulumaca@outlook.com
Asociación de Pacientes Coronarios (APACOR)	C/ Virgen de los Reyes, nº 26. Madrid.	91 405 31 83 apacor.coronarios@gmail.com
Asociación de Usuarios de Salud Mental Mostoles (AUSMEM)	C/Azorín, nº 32-34. Mostoles.	91 614 78 47 ausmem32@gmail.com
Asociación Española Contra el Cáncer de Mostoles (AECC)	C/San Antonio, nº 2, planta 1ª. Despacho 9 C/ San Marcial nº 1. Mostoles.	91 614 51 51 mostoles@aecc.es
Asociación Mostoleña De Esclerosis Múltiple (AMDEM)	C/Rubens, nº 6 posterior. Mostoles	91 664 38 80 asociacion@amdem.org
Asociación Mostoleña de Espondilitis y Artritis (AMDEA)	C/ Juan XXIII, nº 6. Despacho 3. Mostoles C/Río Bidasoa nº 7. Mostoles.	615 851 312 690 056 112 asociacionamdea@yahoo.es
Centro de Rehabilitación de Salud Mental. CRPS,CRL y EASC Mostoles.	C/Juan de Juanes, nº 2, local 2. Mostoles.	91 664 38 75 91 614 55 19 mpatier@grupoexter.com

MEDIOS DE DIVULGACIÓN:

1. RADIO GANANDO SALUD. Nº programas emitidos: 35.

PROGRAMACIÓN: Septiembre-Diciembre 2019

FECHA	TEMA	COMUNICANTE
3/09/19	DÍA INTERNACIONAL DE LA ALFABETIZACIÓN (8 septiembre)	CONCEJALÍA DERECHOS SOCIALES Y MAYORES
10/09/19	AGENDA ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD 2019-2020	CONCEJALÍA DERECHOS SOCIALES Y MAYORES
17/09/19	AGENDA ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD 2019-2020	ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD
24/09/19	DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN (29 septiembre)	HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS
01/10/19	DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES	CONCEJALÍA DERECHOS SOCIALES Y MAYORES
08/10/19	DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL (10 octubre)	HOSPITAL UNIVERSITARIO MÓSTOLES
15/10/19	DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN (16 Octubre)	SALUD PÚBLICA
22/10/19	DÍA INTERNACIONAL CONTRA EL CÁNCER DE MAMA (19 Octubre)	HOSPITAL UNIVERSITARIO MÓSTOLES
29/10/19	DÍA INTERNACIONAL PARA LA ERRADICACIÓN DE LA POBREZA (17 Octubre)	FUNDACIÓN RAIS



5/11/19	LUDOPATÍA: LOCALES DE APUESTAS, JUEGO ONLINE Y MENORES	ASOCIACIÓN PUNTO OMEGA. SPANT
12/11/19	CONTROL Y GESTIÓN COLONIAS FELINAS	UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
19/11/19	DÍA INTERNACIONAL DE LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER (25 Noviembre)	CONCEJALÍA DE IGUALDAD Y COOPERACIÓN
26/11/19	DÍA MUNDIAL DE LA LUCHA CONTRA EL VIH-SIDA (1 Dic.)	COMISIÓN INTERINSTITUCIONAL SALUD PÚBLICA
3/12/19	VIH-SIDA	COMISIÓN INTERINSTITUCIONAL HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS
10/12/19	LUDOPATÍA: LOCALES DE APUESTAS, JUEGO ONLINE Y MENORES	ASOCIACIÓN PUNTO OMEGA. SPANT
17/12/19	PLAN INTEGRAL DE NAVIDADES EN CONVIVENCIA	CONCEJALÍA DE TRANSICIÓN ECOLÓGICA Y SEGURIDAD

Enero-Junio 2020.

FECHA	TEMA	COMUNICANTE
07/01/20	INCORPORACIÓN AL TRABAJO DESPUÉS DE UNA ETAPA VACACIONAL	HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS
14/01/20	DUDAS Y RECHAZO A LAS VACUNAS	HOSPITAL UNIVERSITARIO MÓSTOLES
21/01/20	CONSUMO RESPONSABLE Y SOLIDARIO	CONCEJALÍA IGUALDAD Y COOPERACIÓN
28/01/20	BASURA EN CASA: CÓMO ELIMINARLA SIN DAÑAR EL MEDIO AMBIENTE	CONCEJALÍA DE SEGURIDAD, CONVIVENCIA, CULTURA Y TRANSICIÓN ECOLÓGICA
4/02/20	DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER Programa Prevecolon	HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS
11/02/20	DÍA MUNDIAL CONTRA EL CÁNCER (4 Feb).Aspectos psicológicos	AECC
18/02/20	DÍA MUNDIAL DE LA JUSTICIA SOCIAL (20 febrero)	Fundación RAIS
25/02/20	DÍA MUNDIAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS (29 Feb)	APACOR HOSPITAL UNIVERSITARIO MÓSTOLES
03/03/20	DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER (8 Marzo)	CONCEJALÍA DE IGUALDAD
10/03/20	SALUD MENTAL Y MUJER DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER. 8 Marzo	CENTRO DE REHABILITACIÓN DE SALUD MENTAL (CRPS, CRL, EASC Mostoles)
17/03/20	ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE *	HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS
24/03/20	DÍA MUNDIAL DEL AGUA (22 marzo) *	EMPRESA LGA (LABORATORIO DE GESTIÓN AMBIENTAL)
31/03/20	PROGRAMA SEMANA DE LA SALUD *	CONCEJALÍA DERECHOS SOCIALES Y MAYORES
07/04/20	SEMANA SALUD Y DÍA MUNDIAL DE LA SALUD*	CONCEJALÍA DERECHOS SOCIALES Y MAYORES



14/04/20	INCORPORACIÓN AL TRABAJO DESPUÉS DE UNA ETAPA VACACIONAL *	HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS
28/04/20	COMPORTAMIENTOS Y EMOCIONES *	ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD
05/05/20	SUSPENDIDO COVID19	
12/05/20	SUSPENDIDO COVID19	
19/05/20	SUSPENDIDO COVID19	
26/05/20	COVID19: DEESCALADA Y TRANSFORMACIÓN DE LA ASISTENCIA EN HURJC	HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS
2/06/20	DÍA MUNDIAL DEL DONANTE DE SANGRE (14 junio) CONSULTA MONOGRÁFICA PARA SEGUIR A PACIENTES COVID-19	HOSPITAL UNIVERSITARIO MÓSTOLES
9/06/20	COMPORTAMIENTO Y EMOCIONES	ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD
16/06/20	TRATAMIENTO DE AGUAS. POTABILIZACIÓN	EMPRESA LGA (LABORATORIO DE GESTIÓN AMBIENTAL)
23/06/20	DÍA INTERNACIONAL CONTRA EL ABUSO Y EL TRÁFICO ILÍCITO DE DROGAS (26 junio)	CONCEJALÍA DE TRANSICIÓN ECOLÓGICA Y SEGURIDAD
30/06/20	ETAPA DE TRANSICIÓN DE LA PANDEMIA COVID-19 EN LOS CENTROS DE SALUD	CENTRO DIRECCIÓN ASISTENCIAL OESTE
7/07/20	PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE PIEL	HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS
14/07/20	OLA DE CALOR	ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD
21/07/20	INTOXICACIONES ALIMENTARIAS	HOSPITAL UNIVERSITARIO MÓSTOLES

*Los programas marcados con asterisco, aunque cerrados con la Cadena Ser y los correspondientes comunicantes, no pudieron emitirse por la pandemia.

2. ARTÍCULOS Y CAMPAÑAS DIFUNDIDAS: Nº de acciones difundidas: 19.

SEPTIEMBRE 2019

- CONFERENCIA SOBRE DIETA MEDITERRÁNEA REALIZADA POR AMDEA. Difundido a entidades.
- MINI OLIMPIADAS, ORGANIZADAS POR ADISFIM. Difundido a entidades y alumnado.

OCTUBRE 2019

- IV MARCHA SOLIDARIA CONTRA EL CÁNCER. AECC. Difundido a entidades y alumnado.

NOVIEMBRE 2019

- SÍNTOMAS Y PREVENCIÓN DEL CÁNCER GÁSTRICO. ACPSM, ACCGG. Difundido a entidades y alumnado.

ABRIL 2020

- AÑO INTERNACIONAL DE ENFERMERÍA Y MATRONAS. Difundido alumnado.
- SALUDOS DE LA ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD. Difundido alumnado.

MAYO 2020

- FORTALEZAS 1: "Sabiduría y conocimiento". Difundido alumnado.
- FORTALEZAS 2: "Coraje". Difundido alumnado.



- FORTALEZAS 3: “Humanidad”. Difundido alumnado.
- FORTALEZAS 4: “Justicia”. Difundido alumnado.
- DÍA MUNDIAL NUTRICIÓN. Difundido alumnado y plantilla del ayuntamiento.
- DÍA MUNDIAL SIN TABACO. Difundido alumnado y plantilla del ayuntamiento.
- CAMPAÑA: PROTEGERNOS DE LA COVID- 19. Difusión en Web a entidades socio sanitarias, plantilla municipal y alumnado.

JUNIO 2020

- CAMPAÑA: PROTEGERNOS DE LA COVID-19. Difundido en Web a alumnado, entidades socio-sanitarias y plantilla del ayuntamiento
- FORTALEZAS 5: “Templanza”. Difundido alumnado.
- FORTALEZAS 6: “Trascendencia”. Difundido alumnado.
- CAMPAÑA: USO DE MASCARILLAS FRENTE A LA COVID-19 Difundido alumnado, entidades socio-sanitarias y plantilla del ayuntamiento.
- ALIMENTACIÓN EN TIEMPOS DE LA COVID- 19. 1ª ENTREGA. Difundido alumnado.
- ALIMENTACIÓN EN TIEMPOS DE LA COVID- 19. 2ª ENTREGA. Difundido alumnado

3. WEB: ARTICULOS PUBLICADOS: Nº artículos publicados: 23.

JULIO 2019

- CUIDÁNDONOS FRENTE AL CALOR. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
- CARTEL INFORMATIVO SOBRE PICADURAS DE GARRAPATAS. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.

SEPTIEMBRE 2019

- PEDICULOSIS. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
- JORNADA DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN. Hospital Universitario Rey Juan Carlos.
- AGENDA ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD.

OCTUBRE 2019

- PROMOVRIENDO AMBIENTES SEGUROS PARA LAS PERSONAS MAYORES. PREVENCIÓN DE LOS ACCIDENTES EN EL HOGAR. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
- MARATÓN DE DONACIÓN OTOÑO 19. “DONA SANGRE. Cada gota cuenta”. Hospital Universitario Rey Juan Carlos.
- CAMPAÑA DE VACUNACIÓN FRENTE LA GRIPE 2019. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
- IV MARCHA CONTRA EL CÁNCER MÓSTOLES. AECC.



NOVIEMBRE 2019

- PRESERVATIVO VAGINAL O FEMENINO. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
- MARATÓN DONACIÓN DE SANGRE. “DONA SANGRE PORQUE MUCHAS PERSONAS NECESITAN ESTA MEDICINA QUE NO SE PUEDE FABRICAR: DONA”. Hospital Universitario de Mostoles.
- VIOLENCIA SEXUAL CONTRA LAS MUJERES COMO PROBLEMA DE SALUD PÚBLICA. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.
- PROGRAMA DÍA MUNDIAL VIH-SIDA. Comisión Interinstitucional y Comunitaria VIH-SIDA, Mostoles.

DICIEMBRE 2019

- XXIV CAMPAÑA NACIONAL PRENAVIDEÑA DE DONACIÓN DE SANGRE. Federación Española de Donantes de Sangre.
- ALIMENTOS BIO, ECO Y ORGÁNICOS. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.

ENERO 2020

- FRÍO Y SALUD. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.

FEBRERO 2020

- PREVECOLON. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.

MARZO 2020

- PREVENCIÓN DE LA OSTEOPOROSIS. Servicio de Prevención de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad.

MAYO 2020

- DÍA NACIONAL DE LA NUTRICIÓN. 28 de mayo.
- DÍA MUNDIAL SIN TABACO. 31 de mayo.
- 2020 AÑO INTERNACIONAL DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA Y DE PARTERÍA. OMS.
- PROTEGERNOS DE LA COVID-19. Escuela Municipal de Salud.

JUNIO 2020

- PROTEGERNOS DE LA COVID-19. Escuela Municipal de Salud.

