

MEMORIA 2018-19

ESCUELA MUNICIPAL DE

SALUD



CONCEJALÍA DERECHOS SOCIALES Y MAYORES

ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	3
2. OBJETIVOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD	4
• Objetivos generales	
• Objetivos específicos	
3. ÁREAS DE TRABAJO Y ACTIVIDADES	
3.1. FORMACIÓN	
3.1.1. OBJETIVOS DE LA ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD	5
▪ Objetivos generales	
▪ Objetivos específicos	
3.1.2. OBJETIVOS DE LAS COLABORACIONES	6
▪ Objetivo general	
▪ Objetivo específico	
ACTIVIDADES (Cursos, Jornadas Caminar, Coloquios)	8
3.2. SENSIBILIZACIÓN	
3.2.1. OBJETIVOS DE LAS COLABORACIONES (SENSIBILIZACIÓN)	15
▪ Objetivo general	
▪ Objetivos específicos	
▪ ACTIVIDADES (X Semana Salud, Conferencias, Días Mundiales)	17
3.2.2. MEDIOS DE COMUNICACIÓN	30
▪ Objetivo general	
▪ Objetivos específicos	
▪ ACTIVIDADES (Espacio radiofónico “Ganando salud” SER-MADRID-OESTE. Web “Espacio Saludable”)	36
3.3. ASESORAMIENTO	
▪ 3.3.1. ASESORÍA EN TEMAS DE SALUD	37
▪ Objetivo general	
▪ Objetivo específico	
▪ 3.3.2. ASESORÍA DE SEXUALIDAD	38
▪ Objetivo general	
▪ Objetivo específico	



3.4. COLABORACIONES INTERINSTITUCIONALES

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

ESCOLAR DE MÓSTOLES..... 39

- Objetivo general
- Objetivo específico
- **ACTIVIDADES (Plan Municipal de apoyo a los IES)..... 40**

3.4.2. RED DE SALUD DE MUNICIPIOS DE LA COMUNIDAD DE MADRID..... 44

- Objetivo general
- Objetivos específicos
- **ACTIVIDADES**

3.4.3. CONTRIBUCIÓN AL PLAN MUNICIPAL DE ACCIÓN SOBRE LAS ADICCIONES..... 46

- Objetivo general
- Objetivos específicos
- **ACTIVIDADES**

3.4.4. RELACIÓN DE COLABORACIONES MUNICIPALES E INTERINSTITUCIONALES..... 48

4. METODOLOGÍA..... 49

5. RECURSOS..... 50

- 5.1. RECURSOS MATERIALES
- 5.2. RECURSOS HUMANOS

6. EVALUACIÓN..... 50

- 6.1. MÉTODOS DE EVALUACIÓN

7. CONCLUSIONES..... 51

8. FORMACIÓN E INVESTIGACIÓN..... 53



1. INTRODUCCIÓN

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

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

En la legislación española se contempla el derecho a la protección de la salud y el fomento de la Educación para la Salud. En septiembre de 2012, la Oficina Regional para Europa de la Organización Mundial de la Salud (OMS) aprobó un nuevo marco político europeo para la acción gubernamental y social en promoción y protección de la salud: "Salud 2020-30". En la base de este marco se encuentran los objetivos relativos a mejorar de manera significativa la salud y el bienestar de la población, reducir las desigualdades en salud, reforzar la salud pública y asegurar sistemas de salud centrados en las personas que sean universales, igualitarios, sostenibles y de alta calidad.

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

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

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

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



2. OBJETIVOS DE PROMOCIÓN DE SALUD

Objetivos generales

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

El objetivo se cumple porque se difunden todas las actividades que se programan entre la población general y se les proporcionan los conocimientos y las herramientas necesarias para favorecer la transformación de las conductas hacia estilos de vida más saludables.

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

Se cumple el objetivo porque se diseñan acciones formativas, de sensibilización y asesoramiento, en colaboración con otras áreas municipales, instituciones y entidades.

Objetivos específicos

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

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

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

El objetivo se consigue a través de las acciones formativas, ya que al inicio de todas las acciones se dedica un espacio para que el alumnado tome conciencia de los determinantes de la salud y su influencia en las enfermedades prevalentes a nivel individual, posibilitando la transmisión de dichos conocimientos en las familias y en el entorno social.

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

Este objetivo se alcanza al contemplar en todas las intervenciones información de recursos locales y autonómicos, adecuados a las demandas de la población.

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

Se alcanza ya que en el diseño, planificación y desarrollo de las actividades se contempla colaborar con los recursos disponibles en el municipio (instituciones/entidades) relacionados con el ámbito de la promoción de la Salud.



3. ÁREAS DE TRABAJO Y ACTIVIDADES

3.1. FORMACIÓN

3.1.1. OBJETIVOS DE LA ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD

Objetivos generales

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

El 100% de las actividades formativas se dirigen a la población del municipio y en ellas se trabaja desde una perspectiva de la salud integral y se tienen en consideración los factores determinantes de la salud.

Objetivos específicos

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

Indicador:

- *Impartir al menos 260 horas lectivas en el curso 2018-19*

Se cumple el objetivo ya que se han impartido en este curso un total de 338.5 horas lectivas.

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

Indicador:

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

Se ha cumplido porque se han reservado un total de 10 plazas en las siguientes actividades formativas; han acudido 11 personas porque asistió una persona sorda mas al monográfico:

- *Curso "Conoce tu Cuerpo y disfruta"*
- *Curso "Mejora la Salud de Tu Espalda"*
- *Curso "Primeros Auxilios Básicos"*
- *Curso "Adelgaza de Forma Saludable"*
- *Curso "Emociones Positivas y Salud"*
- *Monográfico "Ejercicio físico en casa"*

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

Indicador:

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

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



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

Indicadores:

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

Se cumple porque en todas las acciones formativas programadas por la Escuela Municipal de Salud del Ayuntamiento de Móstoles se incluye esta perspectiva integral.

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

Se ha superado, porque se ha conseguido que el 96.7% de los cuestionarios validos se valore esta variable como BIEN o MUJ BIEN.

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

Indicadores:

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

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

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

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

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

Indicador:

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

En el 76.9% de las acciones formativas realizadas se han utilizado dinámicas que han incidido en favorecer las relaciones interpersonales.

3.1.2. OBJETIVOS DE LAS COLABORACIONES

Objetivo general:

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

Este objetivo se ha alcanzado al mantenerse la colaboración con: SPANT-PUNTO OMEGA, Área de Educación (SMAPSIA-Plan IES y Escuelas Infantiles), Área de Mayores, Área de Cultura (Biblioteca), Área de Igualdad,



Área de Bienestar Social, el Equipo de Atención Temprana de Escuela Infantiles (Comunidad de Madrid) y SERMAS.

Objetivos específicos:

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

Indicador:

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

Se han realizado 3 acciones formativas en colaboración con otras áreas municipales:

- Con el Área de Educación: "Plan Municipal de Apoyo a los Institutos de Móstoles".

Proyecto de Adolescencia y Sexualidad

Dirigido a 2º ESO, FP. BÁSICA, ACE, PPME, UFIL

Se han realizado 24 talleres (44 sesiones)

Horas lectivas: 49.0 horas lectivas

Alumnado: 448 alumnos/as. (Distribución por género: V: 243 y M: 205)

Taller de Alimentación e Imagen corporal.

Dirigido a 1ºESO, ACE, PPME y CEPA Agustina de Aragón.

Se han realizado 15 talleres (30 sesiones).

Horas lectivas: 30.0 horas lectivas.

Alumnado: 300 alumnos/as. (Distribución por género: V: 124 y M: 154, NC: 22)

- Con el Área de Bienestar Social: 2 sesiones sobre temas de salud al grupo del asentamiento de las Sabinas, de 1.5 (3 horas lectivas). Asisten dos grupos con un total de 22 personas (todas mujeres).

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

Indicador:

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

Se han realizado dos acciones en colaboración con entidades del ámbito comunitario:

- Equipo de Atención Temprana de Escuelas Infantiles de la Comunidad de Madrid:
 - Curso "Escuela de Abuelas y Abuelos" (12 sesiones, 24 horas lectivas, asistencia 16 personas). La distribución por género ha sido 12 mujeres y 4 hombres.
- Red Municipal de Salud:
 - Curso "Si la vida te da limones, hagamos limonada". (11 sesiones, 22 horas lectivas, asistencia 15 personas). La distribución por género ha sido 14 mujeres y 1 hombre.



ACTIVIDADES

• CURSOS

“Maneja tu Estrés”

Duración: 38 horas. Asistencia: 16 personas. Mujeres: 16 Hombres: 0 Puntuación global (5): 5

Ajustada sobre 10 = 10

Este curso ha tenido una demanda de 48 personas, se convocó a 20 y asisten de forma regular 16.

A través de este curso se ha logrado diferenciar entre los conceptos de estrés positivo y estrés crónico aportando los conocimientos precisos para que cada persona analice los factores o elementos que les generan estrés y conocer las estrategias que les pueden ayudar a un mejor control, habiéndose cumplido, de esta manera, los objetivos propuestos. La razón por la cual las personas eligieron este curso es fundamentalmente ampliar conocimientos (57%) para salir de situaciones que les estaban generando estrés. Es un curso muy bien valorado por las personas que asisten porque incide, en gran medida, en el análisis personal sobre los factores que en cada persona son generadores de estrés crónico y en el esfuerzo semanal que el alumnado tiene que realizar para ir cambiando la forma en que interpreta su realidad. En la asistencia a las clases ha habido mucha regularidad.

Hay que destacar que en la evaluación que hacen del curso, el 42% de las personas refieren haber conocido el curso en dependencias municipales y el 57% a través de personas conocidas. El 100% considera que este curso les va a ser muy útil en su vida, lo cual incidirá en que puedan vivir de forma más saludable.

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

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

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

Curso “Mejora la salud de tu espalda”

Duración: 16 horas. Asistencia: 21 personas. Mujeres: 18. Hombres: 3.

Puntuación global (5): 4.94 Ajustada sobre 10=9.88

El dolor de espalda, es un problema de salud muy frecuente, tanto que un 80% de la población adulta de nuestro país lo sufre alguna vez a lo largo de su vida, siendo una de las principales causas de demanda de atención en los Centros de Salud. Hay estudios significativos que demuestran que este tipo de dolor se puede prevenir, o mejorar, adoptando una higiene postural adecuada en la vida diaria y con unos ejercicios muy sencillos que fortalecen la musculatura. Por este motivo, con el objetivo de prevenir o mejorar el dolor de espalda, la Escuela Municipal de Salud, organiza este curso. Durante el mismo se han estudiado conceptos básicos de la anatomía y fisiología de la espalda y de los factores que inciden en el dolor, de forma breve, se explicaron las patologías más frecuentes que causan dolor de espalda.

Se concedió mucha importancia a las clases prácticas donde se analizaron hábitos adecuados de higiene postural y se practicaron ejercicios que previenen y mejoran el dolor de espalda. En el cuestionario de evaluación todos los ítems son valorados con una puntuación muy elevada.

Datos muy interesantes que se observan en el cuestionario de evaluación, cumplimentado por el alumnado que asistió al curso son:



1. El **100%** del alumnado manifiesta **estar poniendo en práctica** lo aprendido durante el curso (53% BASTANTE y 47% MUCHO) el **100%** considera que el curso le va a ser **muy útil** (35% BASTANTE. 64.7% MUCHO)
2. El **100%** se han sentido **BIEN o MUY BIEN** durante el transcurso de la actividad y el **100% ha cumplido las expectativas** BASTANTE y MUCHO.
3. En la última sesión del curso, se dispone de un espacio abierto de opinión donde cada alumno expone su parecer. El alumnado, expresó un alto grado de satisfacción con el curso recibido, destacando la importancia de conocer la espalda, por qué se produce el dolor y fundamentalmente siendo consciente de los malos hábitos de higiene postural que cada persona tiene en su vida diaria y aprendiendo a corregirlos. Así mismo valoraron de forma muy positiva el aprendizaje de ejercicios que mejoran y fortalecen la musculatura para prevenir o mejorar el dolor de espalda.
4. La asistencia al curso de dos personas con discapacidad intelectual, (procedentes del GRUPO ÁMAS), fue muy bien valorada por todo el alumnado y favoreció las relaciones interpersonales de una forma muy positiva.

Se considera muy adecuada la impartición de este curso ya que el dolor de espalda es una patología prevalente en la población adulta y puede prevenirse o mejorar, si se tienen conocimientos básicos de higiene postural en la vida diaria y se realizan ejercicios de fortalecimiento de la musculatura. Este aprendizaje se posibilita con este curso.

“Cuida la salud de tu corazón”

Duración: 34 horas. Asistencia: 18 personas. Mujeres: 16. Hombres: 2. Puntuación global (5): 4.85 Ajustada sobre 10. 9.7

EL objetivo principal de realizar este curso es concienciar a la población de la importancia de adquirir hábitos de vida cardiosaludables, capaces de prevenir las enfermedades cardiovasculares, que son la primera causa de muerte en los países desarrollados.

Entre los hábitos de vida cardiosaludables es fundamental: tener una dieta equilibrada, plantarle cara a la vida sedentaria (realizando actividad física moderada y regular), controlar el sobrepeso y la obesidad, abandonar el consumo de tabaco y alcohol y aprender a controlar el estrés.

A lo largo del curso se han trabajado todos estos aspectos, junto con unas nociones básicas de anatomía y fisiología del corazón y del sistema circulatorio y se han explicado de forma breve las patologías más frecuentes. En relación a las sesiones dedicadas a la importancia de la actividad física, fueron eminentemente prácticas, realizándose, además, 2 paseos cardiosaludables que recibieron mucha aceptación por parte de los alumnos/as.

En el cuestionario de evaluación, el curso ha sido muy bien valorado. La puntuación global media recibida es de **4.85 sobre 5. (Ajustado a 10: 9,70)** En las preguntas abiertas, el alumnado expresa que los temas tratados les han resultado muy interesantes. El **100%** manifiesta que se **han cumplido sus expectativas**. Un 86.6% del alumnado manifiesta que ya está utilizando lo aprendido en el curso en su vida diaria y el **100% piensa que el curso le va a ser muy útil**. Ambos datos, son indicadores del cumplimiento de los objetivos del curso.

“Activa tu Mente”

Duración: 22 horas. Asistencia: 16 personas. Mujeres: 15 Hombres: 1 Puntuación global (5): 4.8 Ajustada sobre 10= 9.6

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

Las quejas de memoria son una de las afirmaciones más frecuentes a partir de los 50 años, de ahí que se haya programado un curso en el que abordar estrategias que mejoren esa percepción para personas con edades comprendidas entre los 50 y los 64 años. El curso combina contenidos teóricos, con multitud de



ejercicios prácticos específicos para trabajar fundamentalmente la atención y la concentración, además de otras estrategias que favorezcan la estimulación cognitiva. La razón por la cual eligieron este curso es, fundamentalmente, para ampliar conocimientos (66%). El 92% considera que este curso les va a ser muy útil en su vida, al utilizar los valores "BASTANTE Y MUCHO", lo que facilita una percepción más positiva de las personas participantes.

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

El 100% de las personas participantes se han sentido "BIEN Y MUY BIEN" durante el desarrollo de las sesiones. En cuanto a la puntuación global que dan a esta actividad el 83% del alumnado valora con la máxima puntuación la acción formativa.

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

"Primeros auxilios básicos"

Duración: 14 horas. Asistencia: 17 personas. Mujeres: 12 Hombres: 5.

Puntuación global: 9.4 (sobre 10).

El número de personas que han demandado este curso han sido de 34 personas, se convocaron a 20 y asisten de forma regular 17. Se incluyen dos personas con discapacidad intelectual del Grupo AMAS.

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

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

La valoración que hace el grupo respecto a los contenidos impartidos, su utilidad para la vida cotidiana y la reflexión de lo aprendido, en función de las necesidades de cada cual, es un buen indicador respecto al cumplimiento de los objetivos. Valoran la utilidad como BASTANTE y MUCHO un 86.7% y la facilidad para la reflexión como BIEN y MUY BIEN un 100%. La metodología empleada ha sido activa y práctica sobre todo por el tema tratado, generando en el grupo el aprendizaje colectivo desde la implicación personal y la participación. Valoran BIEN y MUY BIEN el 100% de las personas, tanto la capacidad de transmitir conocimientos, como la capacidad de motivación del grupo. Se han realizado ejercicios con casos prácticos y además la práctica de la reanimación cardiovascular con un muñeco específico para ello. La valoración que hace el grupo de los temas tratados ha sido muy positiva, el 100% les ha gustado. Si hubo una persona que valoró MAL la duración porque consideraba que fue corto en tiempo el monográfico.

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

"Emociones positivas y salud"

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

Ajustada sobre 10= 9.8

Es un curso con una gran demanda, 61 personas, en el que se admite a 22 personas. Se les entrega el cuestionario para que lo rellenen en casa y lo traigan porque el último día no da tiempo, se recogen 14



cuestionarios. La forma de conocer el curso ha sido fundamentalmente a través de dependencias municipales, el 71.4%, porque este año no se ha editado la Guía de Actividades y se ha difundido a través de un cartel en los Centros Municipales. Las personas participantes han valorado muy positivamente (100% Bien y Muy Bien) los contenidos y la metodología utilizada para el aprendizaje de los diferentes conceptos abordados. Han cumplido las expectativas que tenían al inicio del mismo BASTANTE y MUCHO en el 100% de los casos. Manifiestan que adquieren conocimientos y herramientas que facilitan el aprendizaje y la puesta en marcha en su vida cotidiana. Insisten sobre todo en resaltar que han aprendido a reflexionar y a analizar lo que les sucede y como manejan sus emociones de forma más positiva (en algunos casos incluso la familia es la que les devuelve el cambio que han generado en su actitud).

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

“Adelgaza de forma saludable”

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

Dada la alta prevalencia del sobrepeso y obesidad entre la población adulta de nuestro país, resulta prioritario incluir este curso en las actividades formativas que contempla la Escuela Municipal de Salud. A lo largo de sus sesiones se explican cuáles son las causas del sobrepeso u obesidad y cómo controlar el peso de una forma sana y equilibrada; pero lo más importante es que es un curso eminentemente práctico, cada persona participante se analiza a sí misma y extrae sus propias conclusiones, (por qué cree que ha engordado, de qué forma se alimenta, si incluye la actividad física en su vida cotidiana, etc.), al conocer estos datos, es más fácil controlar y poder modificar aquellos factores que le han llevado a la ganancia de peso. En este curso se realizaron muchos ejercicios prácticos de confección de dietas de adelgazamiento que se corrigieron en clase. Cada alumna/o hizo un registro semanal de su dieta diaria y la docente lo corrigió de forma personalizada dando pautas de mejora a nivel individual. Se realizó un registro del peso al principio y final del curso, comprobando que la mayoría del alumnado **había perdido entre 2 y 3 kilos de peso**. Se dedicaron cuatro sesiones prácticas a la actividad física, como pilar fundamental para la pérdida de peso. En una sesión, se trabajó la percepción de la imagen corporal y la autoestima (factor muy importante a tener en cuenta, en las personas que presentan sobrepeso u obesidad, debido al estricto modelo de belleza que existe en la sociedad actual) y se dedicó una clase a entender el etiquetado de los alimentos. En el cuestionario de evaluación todos los ítems son valorados con una puntuación muy elevada. La puntuación global de este curso es la máxima. **Puntuación global (5): 5 Ajustada sobre 10=10**

El **95%** del alumnado manifiesta que ya está utilizando lo aprendido en el curso, en su vida diaria y el **90%** piensa que el curso le va a ser muy útil (**Indicador del cumplimiento del objetivo del curso**)

Para finalizar: la asistencia al curso de dos personas con discapacidad intelectual, procedentes del GRUPO AMÁS (una de ella además presentaba, discapacidad sensorial auditiva) fue muy bien valorada por todo el alumnado y favoreció las relaciones interpersonales de una forma muy positiva.

“Aprende a dormir mejor.”

Duración: 18 horas. Asistencia: 19 personas. Mujeres: 18 Hombres: 1 Puntuación global (5): 5 Ajustada sobre 10= 10

El número de personas que han demandado este curso han sido de 49 personas, se convocaron a 20 y asisten de forma regular 19.

Se logran alcanzar los objetivos planteados, en gran medida, ya que todas las personas participantes menos una, han manifestado haber mejorado en su descanso. La persona que no ha mejorado, gracias al curso ha reconocido su dificultad habiendo habilitado una solución con otras personas profesionales. Respecto al grupo, se ha mostrado muy participativo. En un alto porcentaje el éxito de este curso radica en el trabajo individual (registro y análisis del sueño diario), más que en la interacción grupal. No obstante, compartir



experiencias personales siempre favorece una mejor adquisición de conocimientos y una motivación para seguir esforzándose.

La razón por la cual las personas eligieron este curso es fundamentalmente ampliar conocimientos (71%). Hay que destacar que en la evaluación que hacen del curso, el 50% de las personas refieren haber conocido el curso por personas conocidas. El 92% 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 91% del alumnado considera que se han cumplido sus expectativas respecto a lo que esperaban del curso. El 91% 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 92% del alumnado valora la acción formativa con la máxima puntuación (12).

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

MONOGRÁFICOS

"Ejercicio físico en casa"

Duración: 8 horas. Asistencia: 15 personas. Mujeres: 13 Hombres: 2 Puntuación global (5): 4,81 Ajustada sobre 10= 9,62.

Personas que han demandado este curso: 68. Personas convocadas: 15.

La sociedad actual está cayendo peligrosamente en un estilo de vida sedentario, motivo por el que hay mayor necesidad de aumentar el nivel de actividad diaria. Es imprescindible que la población tenga conciencia de la importancia que tiene la práctica de la actividad física adecuadamente realizada para contribuir a una mejora de la salud y de la calidad de vida de las personas. Está demostrado que practicar ejercicio de forma regular contribuye a mantener una buena salud y a prevenir enfermedades.

A muchas personas les resulta difícil incorporar el ejercicio físico a su vida cotidiana por diversas causas (falta de tiempo, gasto,) por este motivo, desde la Escuela Municipal de Salud se oferta este monográfico teniendo como objetivo propiciar que las personas tengan autonomía para la realización de ejercicio físico de una manera saludable y aprendiendo ejercicios concretos/rutinas para desarrollar en casa de manera individual.

El curso combina contenidos teóricos con ejercicios prácticos específicos, que aportan una base correcta para iniciarse en la práctica del ejercicio físico, con conocimientos básicos para ejecutar los ejercicios correctamente y planificar sesiones que aporten la regularidad imprescindible para beneficiarse de su práctica.

Destacar la asistencia al monográfico de una persona con discapacidad auditiva, con este fin desde la Escuela Municipal de Salud, se solicitó a Concejalía un intérprete de lengua de signos española (ILSE) pero no se nos contestó. Para que esta persona pudiera realizar el monográfico, coordinamos con el Área de Mayores el apoyo de una terapeuta ocupacional, Natalia Pastor, que acompañó y asistió a la alumna.

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

- Un 72,72% del alumnado eligió el monográfico para ampliar conocimientos, causa que denota un interés previo importante por la temática impartida en el mismo.
- En relación a los contenidos un 72,72% los valora como MUY BIEN, un 18,18% como BIEN y un 9,09% no contesta.



- En el epígrafe que recoge la utilidad que va a tener en su vida, el 63,63% lo valora como MUCHO, el 18,18% como BASTANTE y el 18,18% 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 4,81 sobre 5 que se traduce en 9,62 sobre 10.

Es aconsejable continuar programando este curso, pero ampliando su duración. Los objetivos se han cumplido, pero consideramos que aumentando las horas lectivas podría otorgar mayores beneficios a la población y a la vez atender una demanda latente planteada por el alumnado.

"Conoce tu suelo pélvico"

Duración: 8 horas. Asistencia: 15 personas. Mujeres: 14 Hombres: 1 Puntuación global (5): 4,88 Ajustada sobre 10= 9,66.

Personas que han demandado el curso: 79. Personas convocadas: 15.

Una de las personas convocadas no se presenta, tres causan baja al inicio por diferentes motivos de salud y una asiste el 50% de la duración del curso por un tema de salud de un familiar.

El eje del monográfico 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 prevenir 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 55,55% 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% de las/los asistentes los valora como MUY BIEN y BIEN, concretamente un 88,88% como MUY BIEN y un 11,11% como BIEN.
- En el epígrafe que recoge la utilidad que va a tener en su vida, el 88,88% lo valora como MUCHO y BASTANTE y el 11,11% 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 4,88 sobre 5 que se traduce en 9,76 sobre 10.

Es aconsejable continuar programando este curso, pero ampliando su duración. Aunque se han cumplido los objetivos, consideramos que con más horas lectivas podría aportar mayores beneficios a la población y a la vez atender una demanda latente planteada por el alumnado.

COLABORACIÓN CON EL EQUIPO DE ATENCIÓN TEMPRANA

"Escuela de abuelas y abuelos" (en colaboración con el Equipo de Atención Temprana)

Duración: 24 horas. Asistencia: 17 personas. Mujeres: 11 Hombres: 6 Puntuación global (5): 4.9 Ajustada sobre 10= 9.8



Hay una demanda de 33 personas, inscritas en la Escuela Municipal de Salud, en Escuelas Infantiles y centros educativos de Infantil, así como derivados del Centro de Salud Parque Coímbra de Mostoles, pero asisten de forma regular 17. En el grupo asisten 3 parejas.

Se cumplen todos los objetivos, incluso hay gente que no le importaría repetir. Valoran muy positivamente la organización, la variedad y calidad tanto técnica como humana de los profesionales que participan, así como la utilidad de lo aprendido (92.9% BASTANTE y MUCHO). Dan mucho valor a la confianza, respeto y humanidad generada en el grupo, cumplen las expectativas (100% BASTANTE y MUCHO) y se han sentido bien y muy bien el 100%. Han utilizado mucho los libros cedidos por la biblioteca municipal en el préstamo semanal (62 préstamos de 33 libros prestados por la Biblioteca Municipal). Venimos observando que, desde algunas ediciones anteriores, queda poco espacio para la exposición y resolución de dudas en la sesión de recursos para mayores y la infancia, con lo que plantearemos dividir esta sesión en dos para dar más facilidad a la participación del grupo.

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

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

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

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

COLABORACIÓN CON LA RED MUNICIPAL DE SALUD

“Si la vida te da limones, hagamos limonada”

Duración: 22 horas. Asistencia: 15 personas. Mujeres: 14 Hombres: Puntuación global (5): 4.8

Ajustada sobre 10 = 9.8

El número de personas que han demandado este curso han sido de 54 personas, se convocaron a 16 y asisten de forma regular 15.

Se puede decir que los objetivos planteados en este curso se han cumplido en gran medida ya que un porcentaje muy alto de las personas participantes han retomado actividades gratificantes y han iniciado nuevas, siendo una herramienta muy adecuada frente al estrés y la depresión. Todas las personas asistentes han manifestado su satisfacción respecto a la expectativa que tenían respecto al curso manifestando una mejoría destacable en los siguientes aspectos: Pensamientos más positivos, lo que incide en una visión más positiva de la vida, valorando las cosas y siendo más conscientes de ellas; Mejoría en su forma de comunicarse, expresando más y mejor sus necesidades, gestionando mejor la impulsividad y la empatía y por último han mejorado en la capacidad para resolver los conflictos.

Es destacable que en todas las sesiones surgían comentarios relacionados con las experiencias en torno a los contenidos que se venían abordando en las clases, dando como resultado una mayor motivación e implicación del grupo en la tarea.

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

Las temáticas abordadas en el curso, han sido adecuadas para alcanzar los objetivos propuestos. Se han incluido en el manual referencias bibliográficas que les permita disponer de **recursos** al alumnado para ampliar conocimientos de las diferentes materias abordadas. La valoración que hace el grupo, respecto a los



temas tratados, ha sido muy positiva. Destacar que el 78% de las opiniones, los han valorado con MUY BIEN y el 22% con BIEN. En general todos los contenidos tratados les han resultado interesantes, concretando algunas de las personas una preferencia especial por los relacionados con: comunicación y los ejemplos prácticos utilizados.

Respecto a los temas que menos les han gustado, el alumnado refiere en general que les han gustado todos. Hay dos personas que hacen referencia a que la corrección de la tarea diaria es lo que menos les ha gustado.

A propuesta de la edición anterior se ha incluido en los objetivos específicos el objetivo "Favorecer las relaciones interpersonales con el fin de ampliar las interacciones sociales de las personas participantes", con el fin de generar un mayor compromiso personal entre las personas participantes.

El resultado ha sido que entre algunas personas del alumnado se han generado relaciones personales de ayuda y acompañamiento fuera de los días lectivos.

Respecto a los contenidos la adaptación realizada ha sido muy adecuada porque ha permitido una mejor comprensión de los mismos y una mayor adaptación al tiempo-clase. Así mismo la ampliación de dos sesiones ha permitido desarrollar mejor los contenidos, pudiendo ampliar la explicación de algunos temas, que en la edición anterior, necesitaron de más tiempo de exposición.

Respecto a las tareas semanales han sido muy eficaces al motivar al alumnado a cambiar su conducta cotidiana.

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

COLABORACIÓN CON EL ÁREA DE BIENESTAR SOCIAL

"Alimentación equilibrada"

Duración: 3 horas. Asistencia: 22 personas. Mujeres: 22 Hombres: 0

Se da respuesta a una demanda por parte del Área de Bienestar Social del grupo de madres del Asentamiento las Sabinas, para trabajar temas de salud, y una de las mayores preocupaciones es la alimentación de sus hijos e hijas y la suya propia. Se da una charla por grupo de 1.5 horas sobre la importancia de comer acorde a la edad y a las circunstancias, teniendo en cuenta evitar los alimentos procesados, comida preparada y el aumento de frutas, verduras, lácteos y pescado. La evaluación de cada una es positiva con alto grado de satisfacción y con el compromiso de volver a tener más charlas.

3.2. SENSIBILIZACIÓN

3.2.1. OBJETIVOS DE LAS COLABORACIONES (SENSIBILIZACIÓN)

Objetivo general

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

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



Objetivos específicos

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

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

Indicador:

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

Se han diseñado, organizado y/o participado dos Conferencias:

- Una Conferencia que se ha diseñado en colaboración con el Servicio de la Unidad de Ictus del Hospital Universitario Rey Juan Carlos de Mostoles: "ESCUELA DE ICTUS".
Duración: 1.5 horas. Asistencia: 102 personas de las cuales 87 han sido mujeres y 15 hombres.
- Una charla coloquio organizada e impartida por dos profesionales de la Escuela Municipal de Salud: "LA SEXUALIDAD NO SE JUBILA".
Duración: 1.5 horas. Asistencia: 16 personas. Mujeres: 7. Hombres: 9.

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

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

Indicador:

- *Número de acciones organizadas y/o desarrolladas cooperativamente.*

Se han desarrollado y/o organizado 7 acciones cooperativamente.

- X Semana Municipal de la Salud.
- Día Mundial sin Tabaco
- Día Mundial contra el VIH-SIDA
- Día Mundial de la Salud
- Día Nacional de la Nutrición
- Programa de Radio con la SER MADRID OESTE "Ganando Salud"
- Web Municipal "Espacio Saludable"

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

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

Indicador:

- *Número de materiales y ejemplares de cada tipo, difundidos en el año 2018-2019*

- En la X Semana de la Salud, las distintas Entidades Socio-Sanitarias difundieron sus propios materiales entre las personas asistentes, sin tener registro del número de ejemplares. Así mismo se elabora un folleto con la relación de actividades que se desarrollan, incluyendo el contacto de las distintas Entidades Socio-Sanitarias que forman parte de la Comisión organizadora, siendo en esta edición 2500 ejemplares.



- En la Escuela de Abuelas y Abuelos se elabora un díptico específico con el programa de sesiones, del que se repartieron 500 ejemplares. Además en cada sesión se distribuyen 25 ejemplares de 3 materiales por parte de las profesionales del centro de Salud Parque Coímbra sobre los accidentes, el sueño y la higiene; otros 25 ejemplares de material elaborado por Punto Omega-SPANT, otros 25 ejemplares de Servicios Sociales sobre nuevas prestaciones municipales y diversos materiales de otros temas del fondo documental de la organización.

- En los Días Mundiales y Nacionales se elaboraron y difundieron materiales:
 - o Día Mundial VIH-SIDA. Con motivo de la Campaña del Día Mundial VIH-SIDA 2018, se elabora un folleto con el programa de actividades, del que se distribuyen 650 ejemplares. Durante el periodo del 23 de noviembre hasta el 2 de diciembre de 2018, se coloca la Pancarta del Día Mundial en la fachada del Centro Municipal de Mayores Juan XXIII.
 - o Día Mundial sin Tabaco. Con motivo de la Campaña del Día Mundial sin Tabaco 2019, se distribuyeron 300 ejemplares del programa de actividades y se colocaron 25 carteles tipo Mupi en el circuito asignado.
 - o Día Mundial de la Nutrición: 25 ejemplares tipo díptico y 20 carteles.

Nota: Todas estas actividades se han difundido vía email a la base de datos de alumnado de la Escuela Municipal y a las entidades socio-sanitarias.

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

- o Día Mundial de la Salud: se difundió vía email a la base de datos de alumnado de la Escuela Municipal de Salud y a las entidades socio-sanitarias del municipio.
 - o En la actividad "Escuela de ictus" se distribuyeron 100 ejemplares del Hospital Universitario Rey Juna Carlos.
- *Número de ejemplares de cada material difundidos en el año 2018-2019*
Ya descrito en el anterior indicador.

ACTIVIDADES

CHARLA-COLOQUIO "LA SEXUALIDAD NO SE JUBILA"

Escuela Municipal de Salud, Ayuntamiento de Móstoles.

Duración: 1.5 horas. Asistencia: 16 personas. Mujeres: 7. Hombres: 9.

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

Han asistido 2 profesionales de los Centros Municipales de Mayores.

En la charla-coloquio se ha utilizado una metodología expositiva e interactiva, partiendo siempre de los conocimientos y creencias en torno al tema que tenían las personas asistentes. Se han utilizado presentaciones de apoyo en las que se ha mostrado información que sirviera para entender conceptos y mitos en torno a la sexualidad y que se han ido transmitiendo a lo largo de la vida de las personas. Así mismo, se ha explicado cómo los cambios corporales, emocionales y de conducta que se producen con la edad y con las distintas circunstancias que toca vivir inciden en la vivencia de la sexualidad.



Se ha facilitado, en todo momento, las intervenciones de las personas participantes que han puesto en común cuestiones personales, así como la participación del grupo, que ha favorecido un ambiente de confianza que ha permitido reflexionar acerca de un tema que, generalmente, produce incomodidad.

Las personas asistentes han manifestado una gran satisfacción con la actividad desarrollada, mostrando un enorme agradecimiento por la forma tan natural y delicada de tratar el tema de la afectividad y la sexualidad; se han analizado y aclarado algunos mitos y creencias que se tienen, tanto sobre el cuerpo como del comportamiento afectivo-sexual, motivando al alumnado a reflexionar y pensar de otra manera y sobre todo, a hacerse preguntas antes de creer, como ciertas, algunas cuestiones culturales y tradicionales al respecto.

Se ha cumplido el objetivo de aclarar algunos mitos y creencias respecto a la sexualidad en general y con la edad en particular, especialmente en la vivencia que tienen las personas de su propio cuerpo, así como favorecer una vivencia afectiva y sexual más rica y placentera a cualquier edad.

Las profesionales han sentido una enorme satisfacción con el desarrollo de la actividad, porque al ser un grupo reducido se ha facilitado la interacción con cada participante y se ha logrado abordar de forma personalizada cada cuestión planteada.

La experiencia ha sido muy enriquecedora ya que se ha generado un espacio formativo en el que conocer, compartir y replantear diversas opiniones favoreciendo la reflexión y el análisis en torno a la sexualidad y su vivencia a lo largo de la vida.

CONFERENCIA "ESCUELA DE ICTUS".

En colaboración con el Servicio de Ictus del Hospital Universitario Rey Juan Carlos de Móstoles. **Duración:**

1.5 horas. Asistencia: 102 personas. Mujeres: 87. Hombres: 15.

La conferencia se inició con la intervención de la Concejala de Igualdad, Sanidad y Mayores, Ana M^a Rodrigo, que hizo un breve resumen sobre la importancia que tiene la prevención para la detección de enfermedades y el vivir con hábitos saludables, a continuación comenzó la intervención de los profesionales del hospital que fue desarrollada en dos partes.

En la primera se ha ofrecido una sencilla y didáctica exposición de los conceptos más básicos y relevantes respecto a la prevalencia de la enfermedad, conceptualización de lo que es un Ictus, causas y factores de riesgo. Así mismo se habló de las posibles secuelas, qué elementos son fundamentales para reconocer un ictus y el procedimiento para resolverlo lo antes posible.

Tras esta exposición, en la segunda parte, el doctor propuso a las personas asistentes ir desarrollando la conferencia a través de sus preguntas y dudas.

Ha habido mucha participación y las personas ponentes han ofrecido una información muy clara, tranquilizando en algunos momentos a personas que tenían cierta angustia y derivando a consulta a personas que manifestaban problemas, que requieren de un diagnóstico.

Respecto a los contenidos abordados y los profesionales responsables de la conferencia resaltar su capacidad didáctica para hacer llegar a la población de forma clara y precisa los conocimientos básicos para la prevención o la actuación ante un ictus.

X SEMANA MUNICIPAL DE LA SALUD

Duración: 97,5 horas. Asistencia: 1964 personas. Mujeres: 1308. Hombres: 656.

- **Participación en actividades dirigidas a población general:**
 - **Duración: 84,5 horas. Asistencia acumulada: 1626 personas. Mujeres: 1139. Hombres: 487.**
- **Participación en actividades dirigidas a Centros educativos:**
 - **Duración: 13 horas. Asistencia acumulada: 338 alumnos/as (estimación por género del 50%)**



Entre los días 8 y 12 de Abril de 2019 se ha desarrollado la X edición de la Semana Municipal de la Salud, en el municipio de Mostoles. La comisión organizadora de este evento está constituida por profesionales de la Escuela Municipal de Salud del Ayuntamiento de Mostoles y representantes de las Entidades Socio-Sanitarias del municipio. Como en años anteriores, han colaborado otras áreas municipales, diversas instituciones y entidades, tanto del municipio como de fuera del mismo, con el fin de ofrecer a la ciudadanía recursos y experiencias que puedan favorecer una mejora de su salud y calidad de vida.

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

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

Y han colaborado: Hospital Universitario de Mostoles, Hospital Universitario Rey Juan Carlos, Servicio Madrileño de Salud, Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid, Clínica Universitaria de la Universidad Rey Juan Carlos, CILSEM, la Asociación "El Roble" y el Gimnasio-Spa CUESA SPORT.

Tabla resumen de las actividades realizadas:

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A POBLACIÓN GENERAL	Nº PART	H	M	HORAS
Actividad de Taller de memoria. ADISFIM	14	2	12	1
Actividad PILATES. ADISFIM	19	3	16	1
Charla coloquio "El cribado en las etapas de vida de la mujer". AECC	16	0	16	1,5
Taller "Fortalece tu suelo pélvico." ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD	15	1	14	1,5



Charla Coloquio "Daño cerebral y alcohol". APAM	50	40	10	2
Taller "Abusos en Jóvenes". GRUPO AMAS	18	10	8	1,5
Taller "Salud y Creatividad" y Cortometraje. GRUPO AMAS	77	40	37	5,5
Actividad de Aguagym y Spa "Movimiento y bienestar" ACCEDE A RESPIRO con Gimnasio SPA CUESA SPORT	20	4	16	5
Actividad "Continuamos con nuestra música" SUSPENDIDA ACCEDE A RESPIRO con el Conservatorio Rodolfo Hallfter	0	0	0	0
Taller práctico "Día a día de una persona con artritis y espondiloartritis" AMDEA	10	1	9	4
Actividad Reiki. AUSMEM	58	23	35	2
Charla Coloquio "Por una sexualidad saludable". AUSMEM	83	50	33	1,5
Actividad Práctica "Conoce el TAHICHI y practicalo". AFINSYFACRO	8	1	7	1
Charla "Dolor crónico, uno más en la familia y en la actividad sexual de la pareja". AFINSYFACRO	14	6	8	2
Taller "Aprendiendo a querernos". CRUZ ROJA Móstoles	21	3	18	2
Charla Taller "Higiene Postural". CRUZ ROJA Móstoles	10	1	9	2
Información Pública sobre la experiencia de Alcohólicos Anónimos Grupo Pokora de AA Móstoles	16	8	8	2,5
Mediciones de glucosa y de Tensión Ocular. ADM	108	51	57	3
Charla "Alimentación saludable en Diabetes". ADM	45	20	25	1,5
Charla coloquio "10 consejos para cuidar tu salud mental" Centro de Rehabilitación de Salud Mental de Móstoles	80	28	52	1,5
Taller Insuficiencia cardíaca" APACOR	28	9	19	2
Actividad Danza para Parkinson PARKINSON	33	11	22	1,5
"El baile como actividad saludable" AMDEM	18	1	17	2
Taller de Imagen Personal ACCGG	30	8	22	4
Mesa Informativa: Asociación JULUMACA JULUMACA	67	20	47	2
Jornada "Genética y Autismo ¿Qué sabemos hoy?" ProTGD	82	14	68	3,5
Charla coloquio "Herramientas útiles para el cuidado de la persona con demencia" AFAMSO	67	20	47	1,5
Obra de Teatro "La vida secreta de mamá" Compañía La Luciérnaga ONCE	314	63	251	4
Taller "¿Está mi hijo enganchado? ¿A qué adicciones nos enfrentamos?" SPANT-PUNTO OMEGA	6	2	4	2
Taller "Ciberviolencias"	46	6	40	1,5



Comisión EPS. Escuela y PUNTO OMEGA. IES Cañaveral				
Taller "Ciberviolencias" Comisión EPS. Escuela y PUNTO OMEGA. IES Felipe Trigo	47	3	44	1,5
Taller "Claves para una vida emocional: Reconócete". Hospital Universitario de Mostoles	23	2	21	1,5
Taller "Maternidad y Crianza: humanizando la llegada de los hij@s" Hospital Universitario de Mostoles	7	0	7	2
Taller de Autocuidado Emocional "Alimenta tu bienestar emocional" Hospital Universitario de Mostoles	24	1	23	1,5
Charla-taller "Prevención del cáncer de colon. Programa PREVECOLON". Hospital Universitario de Mostoles	25	10	15	1,5
Charla Coloquio "Hospital a pie de cama, Hospitalización a Domicilio" Hospital Universitario de Mostoles	15	2	13	1,5
Ejercicio Físico : "Agilidad y Fuerza. Prevención del deterioro progresivo" Hospital Universitario de Mostoles	24	6	18	1,5
Conferencia "Detección y tratamiento del cáncer de piel". Hospital Universitario de Mostoles	20	4	16	2
Jornada: "Tratamiento del cáncer con Radioterapia". Hospital Universitario Rey Juan Carlos	12	8	4	1,5
Taller "Escuela de ICTUS". Hospital Universitario Rey Juan Carlos	29	3	26	2
Actividad "Cómo tener relaciones de pareja exitosas" CLINICA UNIVERSITARIA URJC	7	1	6	1
Taller "Hipopresivos". CLINICA UNIVERSITARIA URJC	20	1		1
TOTALES	1626	487	1139	84,5

ACTIVIDADES EN CENTROS EDUCATIVOS	PART	H	M	HORAS
Taller "Sonrisas Saludables" (Primaria) Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid	100	50	50	4
Actividad : Yincana "Competencias emocionales y Sociales para Primaria" PUNTO OMEGA-SPANT	102	54	48	5
Actividad "Ciber-violencias". PUNTO OMEGA-SPANT	96	12	84	3
Actividad "Pequechef" ADISFIM (No se realizó por falta de demanda)	0	0	0	0
Taller "Autoestima y comunicación en la Adolescencia" CLINICA UNIVERSITARIA URJC	40	15	25	1
TOTALES	338	131	207	13

Conclusiones

En la última reunión de evaluación de la X Semana Municipal de la Salud se obtuvieron las siguientes conclusiones:

- o La semana de la salud, es un evento muy necesario. Recibe una valoración muy positiva por parte de las personas participantes, de las entidades socio-sanitarias del municipio y de la Escuela Municipal de



Salud. En ella se divulgan temas que inciden en la mejora de la salud de la población y se difunde la magnífica labor que realizan las asociaciones socio-sanitarias en Móstoles.

- Fomenta la coordinación y colaboración entre distintas áreas, instituciones y entidades, con el objetivo de unir sinergias y rentabilizar las infraestructuras y los recursos en materia de promoción de la salud.
- Acerca a la ciudadanía la problemática de las personas con diferentes enfermedades crónicas y diversidad funcional y la labor y recursos que les ofrecen las asociaciones socio-sanitarias de Móstoles.
- Para la realización de las actividades programadas, sería deseable que por parte del Ayuntamiento se dispusiera de soporte técnico, al menos un ordenador portátil y cañón.
- En todas las actividades realizadas las personas asistentes manifestaron un alto grado de satisfacción con la temática específica, participando activamente.
- Se ha valorado de forma muy positiva la presencia de la Alcaldesa Dña. Noelia Posse Gómez y de la Concejala de Igualdad, Sanidad y Mayores, Dña. Ana M^a Rodrigo García en muchas de las actividades, apoyando a todas las entidades en el desarrollo y difusión de los recursos específicos de cada una.
- Las entidades organizadoras evalúan muy positivamente la disposición y el trabajo de colaboración de otras áreas municipales como Servicios Generales, Cultura, Seguridad Ciudadana, Presidencia, etc.
- Por todo lo anterior, se propone seguir trabajando conjuntamente para la programación de la próxima Semana de la Salud, que ya cumple la XI edición.

DÍAS MUNDIALES Y DÍAS NACIONALES

➤ **DÍA MUNDIAL DE LUCHA CONTRA EL VIH-SIDA 2019.**

Con motivo del Día Mundial de lucha contra el VIH-SIDA 2019, la Comisión Comunitaria VIH-SIDA de Móstoles, organiza un programa de actividades que se desarrolla a lo largo de una semana.

La comisión está constituida: por las siguientes entidades:

- **Ayuntamiento de Móstoles.** Áreas: Sanidad, Igualdad, Educación, Juventud.

- **Comunidad de Madrid:** Servicio de Salud Pública nº 8, SERMAS, Hospital Universitario de Móstoles, Hospital Universitario Rey Juan Carlos, CAID Móstoles.

- **Otras entidades:** Asociación Punto Omega y Cruz Roja Móstoles.

A continuación, se adjunta una tabla con las actividades realizadas.


Día Mundial de VIH-SIDA 2018. Actividades realizadas, duración y asistencia:

Actividad	Duración acumulada h.= horas	Asistencia M= mujeres, H=hombres	ENTIDAD
TALLERES/CINEFORUM			
Cine Fórum "120 pulsaciones por minuto" 29/11/18.	6 hs. 3 hs/sesión Dos pases: 9,30 h. y 18,00 h.	188 personas. M:48 H:140 Institutos. 140. Público en general 48	Concejalía de Igualdad, Sanidad y Mayores. Ayto de Mostoles.
Taller: "Evolución en el diagnóstico y tratamiento del VIH en los últimos 30 años" 27/11/18 12,30-13,30 h.	1.0 h.	8 personas M: 4 H: 4	C.A.I.D Mostoles.
Taller: "Educación Afectivo-Sexual para la prevención de la infección por VIH" 21/12/18. 9,00 a 14 h.	5.0 h.	11 personas M: 9. H: 2	Plan Nacional SIDA y Fundación EDEX en colaboración con Área de Juventud
TOTALES	12. horas	221 personas M: 72 H: 149	
SENSIBILIZACION RADIO			
Radio URJC "Universidad Saludable" 27/11/18	0.5 h.	No se dispone de datos de audiencia	Universidad Rey Juan Carlos. Comisión VIH-SIDA Mostoles.
Radio: "Ganando Salud" "Día Mundial del VIH-SIDA" 27/11/18	0.3 h.	No se dispone de datos de audiencia	Concejalía de Igualdad, Sanidad y Mayores. Escuela Municipal de Salud. Área Única Salud Pública 8
Radio "Ganando Salud" "¿Tenemos el control de la infección VIH-SIDA?" 4/12/18	0.3 h	No se dispone de datos de audiencia	Centro de Investigación Hospital Universitario Rey Juan Carlos
TOTALES	1.0 h	No se dispone de datos de audiencia	
MESAS INFORMATIVAS Y PRUEBAS RÁPIDAS VIH			
Cruz Roja Unidad Móvil Prueba rápida VIH 19/11/18 y 17/12/18 10:00 a 15:00	10.0 h	34 personas M: 21. H: 13	Población
Cruz Roja en salida Metro Universidad Mesa Informativa 30/11/18 10:00 a 13:00	3.0 h	332 personas M: 154 H: 178	Población
H. Universitario Rey Juan Carlos Mesa Informativa y prueba Rápida VIH 30/11 10:00 a 13:00	3.0 h	Mesa: no se dispone de datos Prueba rápida: 25 M: 18 H: 7	Usuari@s del Hospital
H. Universitario de Mostoles Mesa Informativa 30/11/18 10:00 a 13:00	3.0 h.	Mesa: 250 personas no se hacen pruebas rápidas**	Usuario@ del Hospital, profesionales y estudiantes
TOTAL	4 MESAS	Mesas: 582 ** Pruebas: 59 **	



PUNTOS DE INFORMACIÓN			
C.A.I.D. de Mostoles Pza. Villafontana, s/n		50 personas M: 15 H: 34 Transgénero: 1	Población y usuarios/as CAID
Centro de Servicios para Jóvenes. Avda. Portugal 20	5 días. 7h/día 35.0 horas	35 personas M: 20 H: 15	Jóvenes
Asociación Punto Omega. C. Emergencia Social y C. Salvador Gaviota.	5 días. 5 h/día 25.0 horas.	No se dispone de datos.	Población y usuarios/as P. Omega.
Cruz Roja del 26/11/18 al 2/12/18	5 días. 5 h/día 25.0 horas.	No se dispone de datos.	Usuarios/as Cruz Roja
Área de Igualdad C/ Ricardo Medem, 27	5 días. 9 h/día 45.0 horas	900 personas en su mayoría mujeres * (estimado)	Usuarios/as Centro Igualdad, de violencia de género y de SPANT
Área de Sanidad. Centro Cultural Norte Universidad. 29/11/18 9,00 a 12:00 y de 18:00 a 21,00.	6.0 h.	188 personas. M: 48 H: 140	Alumnado de IES, usuarios del Centro Cultural y asistentes a video-fórum
Área de Sanidad. Centro de Mayores y Asesoría Sexualidad Juan XXIII	10 días. 7.0 h/día 70.0 horas	250 personas* (estimado) M: 125. H: 125	Usuarios/as Asesoría Sexualidad y del centro de mayores
C. Salud Parque Coimbra		45 personas M: 29 H: 16	Usuari@s Centro de Salud Edad 30-64
C. Salud El Soto		15 personas M: 7 H: 8	Usuari@s Centro de Salud Edad 18-29
C. Salud Barcelona		38 personas M: 18 H: 20	Usuari@s Centro de Salud Edad 30-64
C. Salud Presentación Sabio		30 personas M: 18 H: 12	Usuari@s Centro de Salud Edad 18-29
C. Salud Felipe II		122 personas M: 50 H: 62	Usuari@s Centro de Salud Edad 30-64

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

▪ **En relación a la difusión de las actividades realizadas, en Redes, Web, etc.**

Sanidad: www.mostoles/espaciosaludable.es, se envió información vía mail a Asociaciones Socio-sanitarias, , Centros Municipales y Juntas de Distrito. También e-mail a alumnado de la Escuela Municipal de Salud y alumnado de Igualdad. Se instaló una Pancarta de 5.0 metros de largo por 1.5 de alto en fachada del Centro de Mayores Juan XXIII, desde el 19 de noviembre al 4 de diciembre.

Juventud www.mostolesjoven.es Se difunden todas las actividades relativas al "Día Mundial contra el VIH-SIDA" de todas las entidades y organismos pertenecientes a la Comisión de Trabajo a través del Portal de Juventud, Bases de Datos del Centro Regional de Información y Documentación Juvenil de la Comunidad de Madrid y en su Facebook.

Educación y comisión EPS-Escuela: e-mail a IES con la programación y la campaña del ministerio de prevención de ITS del Ministerio de Sanidad.

A continuación, se adjunta imagen del programa de actividades:

DEL 26 DE NOVIEMBRE AL 2 DE DICIEMBRE

Puntos de información

- Centro de Servicios para Jóvenes**
Avda. Portugal, nº 20.
- C.A.I.D. de Móstoles**
Plaza de Villafontana s/n.
- Asociación Punto Omega**
Polígono Industrial 1, Calle E, nº 20, Móstoles.
Centro de Emergencia Social y en Centro Salvador Gaviota.
- Cruz Roja de Móstoles-Navalcarnero**
Av. Carlos V, nº 5.
- Área de Igualdad**
C/ Ricardo Medem, nº 27.
- Área de Sanidad**
Centro de Mayores Juan XXIII, nº 6. (Junto a recepción).
Asesoría Sexualidad. Juan XXIII, nº 6. (4ª planta).
- Centros de Salud de Móstoles.**



www.mostoles.es/mostoles/cm/EspacioSaludable
www.mostolesjoven.es/es
www.madrid.org/sanidad ; www.portalsida.org
asesoriasexualidad@mostoles.es pedir cita 916647622
 900 111 000

Depósito Legal: M-36804-2018



“CONOCE TU ESTADO”

COMISIÓN INTERINSTITUCIONAL Y COMUNITARIA DE VIH

Ayuntamiento de Móstoles: Áreas de Sanidad, Igualdad, Educación y Juventud.
Comunidad de Madrid: Hospital Universitario de Móstoles, Hospital Universitario Rey Juan Carlos, SERMAS Atención Primaria, Salud Pública Área 8, C.A.I.D. de Móstoles y Universidad Rey Juan Carlos.
Entidades: Asociación Punto Omega, Cruz Roja Móstoles-Navalcarnero.



LUNES 19 DE NOVIEMBRE

De 10:00 a 15:00. Prueba rápida de VIH. Unidad Móvil Cruz Roja
Lugar: Avda. Constitución frente a Carrefour Express.
Organiza: Cruz Roja. (También se realizará el 17 de diciembre).

MIÉRCOLES 21 DE NOVIEMBRE

De 9:00-14:00. Taller de “Educación Afectivo-Sexual para la prevención de la infección por VIH”
Lugar: Espacio Joven Ribera. C/ Pintor Ribera, nº 15, Móstoles.
En colaboración con: Plan Nacional SIDA y Fundación EDEX.
Organiza: Área de Juventud. Ayuntamiento de Móstoles.
 Dirigido a profesionales que trabajan con adolescentes. Precisa inscripción.

MARTES 27 DE NOVIEMBRE

11:00 -11:30. Radio URJC (Universidad Rey Juan Carlos) “Universidad Saludable”
Tema: VIH-SIDA.
Organiza: Universidad Rey Juan Carlos.

12:30-13:30. Taller: “Evolución en el diagnóstico y tratamiento del VIH en los últimos 30 años”. Dr. Leopoldo Barroeta
Lugar: Centro de Día. Plaza de Versalles s/n.
Organiza: C.A.I.D Móstoles. Aforo limitado, preferencia pacientes.

12:45. Cadena SER 102.3 “Ganando salud”
Tema: “Día Mundial del VIH-SIDA”.
Colabora: Salud Pública C.M y Área Sanidad Ayto de Móstoles.

JUEVES 29 DE NOVIEMBRE

10:30-11:30: Taller. “Evolución de la percepción del VIH en España, en los últimos 30 años”. Lidia Cava Mayorga, (Educatadora Social)
Lugar: C.A.I.D Móstoles. Plaza de Villafontana s/n.
Organiza: C.A.I.D Móstoles. Aforo limitado, preferencia pacientes.
18:00 Cine Fórum “La vida sexual de los peces”
Lugar: Centro Sociocultural Norte-Universidad.
 Avda. Alcalde de Móstoles. (Esquina C/ Violeta).
Organiza: Concejalía de Igualdad, Sanidad y Mayores. Ayuntamiento de Móstoles.

ENTRADA GRATUITA. AFORO LIMITADO

Recogida de entradas en el Centro Norte-Universidad desde las 17:30 horas.
 Se proyectará una sesión matinal dirigida a alumnado de IES, colabora en coloquio Salud Pública Comunidad de Madrid y Área de Sanidad.

VIERNES 30 DE NOVIEMBRE

10:00-13:00. Mesas Informativas y Prueba Rápida VIH
 Hospital Universitario Rey Juan Carlos.
 Hospital Universitario de Móstoles.
Colabora: Salud Pública. Comunidad de Madrid.

10:00-13:00. Mesa Informativa Cruz Roja
Lugar: Avda. Alcalde de Móstoles, esquina calle Tulipanes.
 (En frente de la estación de Metro Universidad Rey Juan Carlos).

MARTES 4 DE DICIEMBRE

12:45 Cadena SER 102.3 “Ganando salud”
Tema: “¿Tenemos el control de la infección VIH-SIDA?”
Participan: Norma Rallón y José Miguel Benito. Investigadores del Centro de Investigación del Hospital Universitario Rey Juan Carlos.



EVALUACIÓN DEL PROGRAMA DE ACTIVIDADES

Se han realizado todas las actividades programadas, a excepción de las pruebas rápidas en el Hospital Universitario de Móstoles, (no se realizaron por no disponer de material de detección en saliva). La Comunidad de Madrid este año ha aportado un kit de 25 pruebas de detección en sangre a cada Hospital.

Todas las actividades reciben una valoración muy positiva, por parte de cada entidad participante.

Los materiales para los puntos de información han sido facilitados por la Comunidad de Madrid y contenían: 1 caja preservativos masculinos Nature, 2 carteles Día Mundial sida (Ministerio), 2 carteles Día Mundial sida 50x70, 150 trípticos del Día Mundial sida 2018, 50 folletos Por ti por tu salud. Español, 50 tarjetas ITS (8.5x5) 25 "Si piensas que el VIH solo afecta a otros, te equivocas", 150 Marca páginas DMS 2018, 1 caja preservativos masculino sabor a fresa, 10 folletos "Entre hombres, mujeres, hablando de sexo seguro" (LGTBI) 4 carteles día Mundial del sida A3, entregados a tiempo.

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

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

La planificación cooperativa es muy eficiente.

➤ DÍA MUNDIAL SIN TABACO

Para celebrar el Día Mundial sin tabaco, en Móstoles se ha conformado una Comisión interinstitucional y comunitaria de trabajo, constituida este año por:

- **Ayuntamiento de Móstoles:** Áreas de Sanidad, Educación, Igualdad y Juventud.
- **Comunidad de Madrid:** Unidad Territorial de Salud Pública 8, Servicio Madrileño de Salud DA Oeste, Hospital Universitario de Móstoles, Hospital Rey Juan Carlos y C.A.I.D.-Móstoles.
- **Otras entidades:** Cruz Roja y Asociación Española Contra el Cáncer.

El Día Mundial Sin Tabaco, se celebra con los objetivos de:

1. Incidir sobre los riesgos que supone el consumo de tabaco para la salud.
2. Fomentar políticas eficaces de reducción de dicho consumo.

Este año 2019 la OMS ha tenido como lema "**Tabaco y salud pulmonar**".

A continuación, se adjunta el programa de actividades:



Programa de actividades 2019:

DÍA MUNDIAL SIN TABACO 2019

27 mayo

18:00-19:00 Taller "Tabaco y otras drogas" Intervención Familiar con Infancia.
Asamblea local Cruz Roja, Móstoles, aula 2. Avda. Carlos V

28 mayo

10:00-12:00 Sesión "Emociones y tabaco", Área Igualdad. Curso Mi equipaje emocional. *CC Villa de Móstoles. Aula 3 3º Pl.*
12:30-13:30 Taller "Efectos secundarios del consumo de Tabaco". CAID de Móstoles. *Centro de Día, C/ Versalles s/n (pacientes, familiares y abierto)*

30 mayo

10:30-11:15 Charla "Diversas formas de consumo de nicotina". AECC.
Participación Ciudadana. Salón de actos

31 mayo

10:00-13:00 Mesa diagnóstico dependencia del tabaco y espirometrías.
Hospital Universitario Rey Juan Carlos, Sº de neumología y AECC.
10:30-12:00 Jornada-coloquio y entrega de premios XI Concurso "Nos divertimos sin tabaco" y exposición de trabajos presentados.
Hospital Universitario de Móstoles, salón de actos.
11:00-13:00 Mesa informativa tabaquismo. AECC. *Plaza Pradillo*
14:00-14:30 Entrega de premios Concurso de fotografía alumnado de ESO.
Hospital Universitario Rey Juan Carlos. Salón de actos.

Otros recursos

Puntos de información 27-31 mayo

- CAID de Móstoles. Plaza de Villafontana (piso piloto) y Plaza Versalles s/n
- Centro de Igualdad. C/ Ricardo Medem, 27
- Hospital Universitario Rey Juan Carlos. Sº Neumología y AECC. Calle Gladiolo s/n
- Centros de Salud: consejo para dejar de fumar. Semana sin humo SEMFYC

Cadena SER 102.3 espacio Ganando Salud, martes 21 y 28 mayo a las 12:45

"Semana sin tabaco y epidemiología del tabaquismo". *Salud Pública Comunidad de Madrid*

"Tabaco y salud pulmonar". *Hospital Rey Juan Carlos. Servicio de Neumología*

Curso de deshabituación tabáquica impartido por AECC gratuito. Información e inscripciones 916145151, de lunes a miércoles de 10:00 a 12:00 horas.

Facebook: **MOSTOLESJUVENTUD**

www.mostoles.es/mostoles/cm/EspacioSaludable

www.mostolesjoven.es

www.madrid.org

www.ganavida.org

www.aecc.es/TeAyudamos/informaryconcienciar/Programas/Paginas/Respirapp.aspx

Comisión interinstitucional y comunitaria del Día Mundial sin tabaco. Móstoles

Ayuntamiento de Móstoles: Sanidad, Juventud, Igualdad, Educación

Comunidad Madrid: SERMAS, Área Única de Salud Pública 8, CAID, Hospital Universitario Móstoles, Hospital Rey Juan Carlos

Asociaciones: AECC, Cruz Roja

Nº Depósito Legal: M-17851-2019



Tabla: Actividades duración, asistencia y organización

ACTIVIDAD	DURACIÓN	ASISTENCIA	ORGANIZACIÓN
Taller Tabaco y otras drogas 27/05/2019	1.0	Sin datos	Cruz Roja Móstoles
Sesión Emociones y tabaco 28/05/2019	2.0	Sin datos	Área de Igualdad
Taller Efectos secundarios del consumo de tabaco 28/05/2019	1.0	Total: 2 V: 2, M: 0	CAID de Móstoles
Charla diversas formas del consumo de nicotina 30/05/2019	0.8	Total: 11 V: 2, M: 9	AECC
Mesa diagnóstico de dependencia y espirometrías 31/05/2019	3.0	Sin datos	Hospital Universitario Rey Juan Carlos



Jornada coloquio y entrega de premios XI Concurso "Nos divertimos sin tabaco" 31/05/2019	1.5	Sin datos	Hospital Universitario de Mostoles
Mesa informativa tabaquismo 31/05/2019	2.0	Sin datos	AECC
Entrega de premios concurso de fotografía HRJC 31/05/2019	0.5	Sin datos	Hospital Universitario Rey Juan Carlos
Total formación y mesas informativas	11.8		
Radio "Ganando Salud" 21 y 28/05/2019	0.5	Audiencia	Salud Pública y HU Rey Juan Carlos
Punto información CAID 27 y 31/05/2019	---	Usuarios/as*	
Punto información Igualdad 27 y 31/05/2019	---	Usuarios/as*	
Punto de información HURJC 27 y 31/05/2019	---	Usuarios/as*	
Puntos Información Centros Salud 27 y 31/05/2019	---	Usuarios/as*	

*Pendientes de notificación de asistencia a las actividades por parte de las instituciones organizadoras.

DIFUSIÓN:	
Web "Espacio Saludable"	Área de Sanidad del Ayuntamiento de Mostoles
WEB mostoles joven	Área de Juventud del Ayuntamiento de Mostoles
Centros Educativos y Espacios Municipales.	Educación SMAPSIA y Área de Sanidad. Ayuntamiento de Mostoles
Espacios públicos	MUPIS 25 carteles
Notas de prensa	Área de Sanidad del Ayuntamiento de Mostoles, AECC, Hospital de Mostoles

EVALUACIÓN

Desde la Comisión Interinstitucional para la Prevención y Control del Tabaquismo de Mostoles se trabaja de forma sinérgica, con el objetivo primordial de cambiar la percepción social del tabaco y ofrecer recursos para la deshabituación.

Es Destacable la variedad de actividades dirigidas a distintos ámbitos utilizando un gran número de canales de transmisión de la información (Centros Educativos, Asociaciones Socio-sanitarias, radioyentes, etc.).

En relación al tiempo y medios disponibles todas las actividades diseñadas por la Comisión se han podido realizar sin contratiempos y el resultado ha sido bueno.

Se valora positivamente el resultado final de las actividades realizadas en conmemoración del Día Mundial Sin Tabaco 2019 en el municipio de Mostoles.

La edición y colocación de MUPIS ha sido una experiencia considerada muy valiosa para la promoción del concurso "Nos divertimos sin tabaco".



➤ **DÍA MUNDIAL DE LA SALUD 7 DE ABRIL 2019**

Con motivo, de este Día Mundial, se realiza la **Campaña de la Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid** que tiene como tema central por segundo año consecutivo la cobertura sanitaria universal para todas las personas, en cualquier lugar. El lema en esta edición ha sido:

"SALUD PARA TODOS/AS COBERTURA SANITARIA UNIVERSAL"

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



Tu Ayuntamiento te informa:

- El acceso a la **Salud integral** y de calidad es un **derecho**. (CMS)
- Cuida tu salud: Incorpora **hábitos saludables** a tu vida.
- **Invertir en salud** beneficia a todos/as.

www.mostoles.es





Difusión:

- En la Web “Espacio Saludable”
- Vía e-mail a las cinco Juntas Municipales de Distrito, Centros de Mayores, Centros Socioculturales, Biblioteca, Conservatorio, entidades socio-sanitarias del municipio, alumnado de la Escuela Municipal de Salud y alumnado del Área de Igualdad.
- En el programa de radio Cadena SER Madrid Oeste “Ganando Salud”, se emite un programa con el mensaje de la Red Municipal de Salud.

➤ **DÍA NACIONAL DE LA NUTRICIÓN 28 DE MAYO 2019**

El objetivo de este Día Nacional de la Nutrición en su XVIIIª Edición, es difundir la importancia que tiene el consumo de Lácteos sobre el estado de salud de la población, con el lema: “**LÁCTEOS: TENLO CLARO. HÁBITOS PARA TODA LA VIDA**”.

Se han difundido los carteles y los dípticos elaborados para esta celebración con el lema, así como otros materiales específicos para hacer hincapié en el consumo de lácteos en colectivos vulnerables:

- Una infografía y un documento científico elaborado por la Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética, dedicado a la importancia del consumo de lácteos en las mujeres en periodo de embarazo y lactancia.
- Una infografía sobre todos los componentes nutricionales de los lácteos además del calcio, con el objetivo de su importancia en la prevención de enfermedades.
- Una presentación con imágenes, conceptos y datos sobre la importancia de los lácteos en la dieta de todas las personas.

Difusión:

- En el espacio de radio “Ganando Salud”, se ha realizado un programa dedicado a la importancia del consumo de lácteos, en todas sus variantes, para todas las personas y en algunas circunstancias, exceptuando casos específicos de intolerancias o alergias.
- Se ha difundido el cartel específico y los dípticos vía correo electrónico el cartel y dípticos, a las cinco Juntas Municipales de Distrito, Centros de Mayores, Centros Socioculturales, Biblioteca, Conservatorio, entidades socio-sanitarias del municipio, alumnado de la Escuela Municipal de Salud y alumnado del Área de Igualdad.
- Se han distribuido 50 carteles remitidos por la organización del Día Nacional de la Nutrición, en juntas de distrito, centros municipales, polideportivos, centros de mayores y Centros de Salud.

3.2.2. MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Objetivo General

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

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



Objetivos Específicos

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

Indicador:

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

- WEB CON INFORMACIÓN RELATIVA A OLAS DE CALOR Y CONTAMINACIÓN POR OZONO TROPOSFÉRICO. Informes del Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales y de Prevención y Promoción de la Salud de la Dirección General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid. Julio 2018.
- WEB CON INFORMACIÓN RELATIVA a VIH e ITS. Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Julio 2018.
- V JORNADA DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN. Hospital Universitario Rey Juan Carlos. Septiembre 2018.
- DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL. Red Municipal de Salud Comunidad de Madrid. Octubre 2018.
- CAMPAÑA ANTIGRIPAL. Guión del Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Noviembre 2018.
- "VEN COMO QUIERAS, PERO VEN". Maratón de DONACIÓN DE SANGRE. Hospital Universitario Móstoles. Noviembre 2018.
- ALIMENTOS FUNCIONALES. Guión del Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Noviembre 2018.
- ACTIVIDAD FÍSICA EN NUESTRAS VIDAS. MEJORAMOS NUESTRA SALUD. Guión del Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Diciembre 2018.
- DÍA MUNDIAL DEL VIH-SIDA. Comisión Interinstitucional y Comunitaria VIH-SIDA Móstoles. Diciembre 2018.
- LA IMPORTANCIA DE PREVENIR EN SALUD SEXUAL. Escuela Municipal de Salud. Concejalía de Igualdad, Sanidad y Mayores. Ayuntamiento de Móstoles. Diciembre 2018.
- SEGUIMOS HABLANDO DE SEXUALIDAD. Escuela Municipal de Salud. Concejalía de Igualdad, Sanidad y Mayores. Ayuntamiento de Móstoles. Diciembre 2018
- AÑO NUEVO, BUENOS PROPÓSITOS Y DIETAS MILAGRO. Guión del Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Enero 2019.
- DONAR SANGRE ES UN ACTO DE AMOR. Maratón de Sangre Hospital Universitario Rey Juan Carlos. Febrero 2019.
- NUEVAS TECNOLOGÍAS: UN RETO PARA LA SALUD. . Guión del Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Febrero 2019.
- SI LUCHAS CONTRA EL CÁNCER NOS TIENES AQUÍ. Asociación Española Contra el Cáncer. Febrero 2019.
- DÍA INTERNACIONAL DE LAS MUJERES. CÓMO LAS DESIGUALDADES DE GÉNERO AFECTAN A LA SALUD. Guión del Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Marzo 2019.
- DÍA MUNDIAL DE LA SALUD. "SALUD PARA TODOS/AS. COBERTURA SANITARIA UNIVERSAL". Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid. Abril 2019.
- "TABACO Y SALUD PULMONAR" DÍA MUNDIAL SIN TABACO. Guión del Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Mayo 2019.
- CONCURSO DE PREVENCIÓN DE INICIO AL HÁBITO DE TABACO. Hospital Universitario Móstoles. Mayo 2019.
- DÍA MUNDIAL SIN TABACO. Comisión Interinstitucional y Comunitaria VIH-SIDA Móstoles. Mayo 2019.
- "FLORECE DÓNDE HAS PLANTADO". Maratón de DONACIÓN DE SANGRE. Hospital Universitario Móstoles. Mayo 2019.



- HÁBITOS SALUDABLES FRENTE AL ESTRÉS. Guión del Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Mayo 2019.
- INMIGRACIÓN Y SALUD. Guión del Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Mayo 2019.
- PREVENCIÓN PICADURAS DEL MOSQUITO TIGRE. Guión del Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Junio 2019.
- CUIDÁNDONOS FRENTE AL CALOR. Guión del Servicio de Promoción de la Dirección General Salud Pública. Consejería de Sanidad. Junio 2019.
- DÍA MUNDIAL DEL DONANTE DE SANGRE. "SANGRE SEGURA PARA TOD@S". Hospital Universitario Rey Juan Carlos. Junio 2019.

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

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

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

Se ha conseguido el objetivo porque se ha mantenido el Espacio Radiofónico "GANANDO SALUD" con la Cadena Ser Madrid Oeste, los martes de 12:45 a 13:00 horas, tratando diferentes temas de Promoción de la Salud contando con la colaboración comunitaria e institucional.

Indicador:

-Número de programas realizados en el año 2018-2019

Durante este curso se realiza una reestructuración en las fechas para el cómputo de programas GANANDO SALUD, ajustándolas desde el 1 de julio de 2018 hasta el 30 de junio de 2019. En la Memoria anterior, 2017-2018, se incluyeron los programas del mes de julio de 2018, por lo que en la memoria actual, para no duplicar datos, se contabilizarán las intervenciones comprendidas entre el 4 de septiembre de 2018 hasta el 30 de junio de 2019, que tendrá un claro reflejo en la disminución de las intervenciones.

El programa se emite todos los martes lectivos desde el 4 de septiembre de 2018 al 25 de junio de 2019, de 12:50 a 13:00 horas.

Se han realizado 38 intervenciones de las 41 programadas en el Espacio Radiofónico GANANDO SALUD (la decisión de no emitir tres programas, ha sido por causas ajenas a la Escuela Municipal de Salud), tratándose diversos temas de Promoción de la Salud y contando con colaboración comunitaria e institucional.

Además, se ha emitido un espacio de 30 minutos el 19 de marzo con motivo de la celebración de la X Semana Municipal de la Salud, complementario a la programación de "Ganando Salud".

Duración: 9 horas y 30 minutos en 38 programas (se han contabilizado los 15 minutos de duración del programa, aunque la realidad nos indica que aproximadamente son 10 minutos reales de emisión), más 30 minutos del programa específico de la X SEMANA DE LA SALUD.



En relación a los datos de audiencia, desde la Cadena SER nos comunican que no nos los pueden proporcionar. En primera instancia, solamente les está permitido facilitar estos datos a los clientes y, además, no dispondrían de los datos parciales de la franja horaria y territorial en la que se emite GANANDO SALUD.

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

Se han desarrollado temas en torno a:

- Sensibilización con los mensajes de los Días Internacionales, Mundiales y Nacionales. Se han difundido 17 temas: Corazón, Personas Mayores, Cáncer de Mama, Eliminación de la Violencia contra la Mujer, VIH-SIDA, Cáncer, Tolerancia Cero Mutilación Genital Femenina, Mujer, Tuberculosis, Salud, Concienciación sobre Autismo, Parkinson, Asma, Fibromialgia, Tabaco, Nutrición y Donación de Órganos y Tejidos.
- Otros temas tratados han sido:
 - Incorporación a la rutina.
 - Sexualidad.
 - Intoxicaciones alimentarias.
 - Excesos nutricionales.
 - Compras navideñas por internet.
 - Propósitos para el nuevo año.
 - Ictus.
 - Problemas auditivos.
 - Afectos y relaciones interpersonales.
 - Ciberacoso.
 - Redes sociales y relaciones interpersonales.
 - Embarazo sano y partos.

Se han difundido:

- Actividades de la Escuela Municipal de Salud.
 - Agenda de Actividades Escuela Municipal de Salud
 - X Semana Municipal de la Salud.
- Programa Actividades Comisión Interinstitucional y Comunitaria VIH Móstoles
- Programa Actividades Comisión Interinstitucional y Comunitaria Día sin Tabaco
- Programa Área de Mayores.
- Programa Municipal 8 MARZO. DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER 2019.
- Programa Municipal SEMANA CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO en conmemoración de El DÍA INTERNACIONAL DE LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER 2019.
- Jornada sobre Cuidados del Corazón. Hospital Universitario Rey Juan Carlos.
- Jornada sobre Donación de Órganos y Tejidos. Hospital Universitario Móstoles.

- Incluir al menos 3 intervenciones de cada uno de estos ámbitos: Municipal, Comunidad de Madrid y Ámbito Asociativo.


Participación en las entrevistas por ámbitos de actuación:

ÁMBITOS	PARTICIPANTES	Nº PROGRAMAS
INSTITUCIONAL		32
<i>MUNICIPAL</i>		17
	CONCEJALÍA DE IGUALDAD, SANIDAD Y MAYORES	16
	CONCEJALA DELEGADA IGUALDAD, SANIDAD Y MAYORES	4
	ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD	10
	ÁREA DE IGUALDAD	2
	OTRAS CONCEJALÍAS	
	CONCEJALÍA DE DESARROLLO ECONÓMICO, EMPLEO Y NUEVAS TECNOLOGÍAS. ÁREA DE CONSUMO.	1
<i>COMUNIDAD MADRID</i>		15
	RED MUNICIPAL DE SALUD/COMISIONES INTERINSTITUCIONALES	3
	SALUD PÚBLICA. ÁREA 8	1
	HOSPITAL UNIVERSITARIO DE MÓSTOLES	7
	HOSPITAL UNIVERSITARIO REY JUAN CARLOS	3
	HOSPITAL HM MÓSTOLES. CINAC	1
ASOCIATIVO		6
	ASOCIACIÓN PUNTO OMEGA. SPANT	2
	ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER. AECC	1
	MÉDICOS DEL MUNDO	1
	Pro-TGD	1
	AFINSYFACRO	1
TOTAL		38

PROGRAMACIÓN
Septiembre/Diciembre 2018

FECHA	TEMA	COMUNICANTE
04/09/18	Agenda escuela Municipal de Salud 2018-2019	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores. Ana María Rodrigo, Concejala
11/09/18	Incorporación a la rutina	No se emite el programa
18/09/18	Día Mundial del Corazón (29 Septiembre)	Hospital Universitario Rey Juan Carlos
25/09/18	Conceptualización de sexualidad	Escuela Municipal de Salud
02/10/18	Día Internacional de las Personas Mayores (1 Octubre) Programa Área de Mayores	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores. Ana María Rodrigo
09/10/18	Prácticas de riesgo ¡!!!	Escuela Municipal de Salud
16/10/18	Uso de redes sociales en relaciones interpersonales e influencia en prácticas de riesgo	Asociación Punto Omega SPANT
23/10/18	Día Internacional contra el Cáncer de Mama (19 Octubre)	Escuela Municipal de Salud
30/10/18	Intoxicaciones Alimentarias	Salud Pública. Área 8
06/11/18	Diversidad Sexual	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores
13/11/18	Embarazo sano y parto	Hospital Universitario de Móstoles
20/11/18	Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer (25 Noviembre) Programa Actividades	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores



27/11/18	Día Mundial de Lucha contra VIH-SIDA (1 Diciembre) Programa Actividades	Comisión Interinstitucional y Comunitaria VIH-SIDA Mostoles. Escuela Municipal de Salud
4/12/18	Día Mundial de Lucha contra VIH-SIDA (1 Diciembre) ¿Tenemos el control de la infección VIH-SIDA?	Comisión Interinstitucional y Comunitaria VIH-SIDA Mostoles. Hospital Universitario Rey Juan Carlos
11/12/18	Excesos nutricionales en Navidad	Hospital Universitario de Mostoles
18/12/18	Compras navideñas por Internet	Concejalía Desarrollo Económico, Empleo y Nuevas Tecnologías. Área de Consumo

Enero/junio 2019

FECHA	TEMA	COMUNICANTE
8/01/19	Agenda escuela Municipal de Salud 2019	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores. Ana María Rodrigo, Concejala
15/01/19	Propósitos para el nuevo año I	Escuela Municipal de Salud
22/01/19	Propósitos para el nuevo año II	Escuela Municipal de Salud
29/01/19	Ictus y la vida después del Ictus	Hospital Universitario Rey Juan Carlos
5/02/19	Día Mundial contra el Cáncer (4 Febrero)	AECC Mostoles
12/02/19	Día Internacional Tolerancia Cero Mutilación Genital Femenina (6 Febrero)	Médicos del Mundo
19/02/19	Problemas auditivos más frecuentes	Hospital Universitario de Mostoles
26/02/19	Afectos y relaciones interpersonales Parte I	Escuela Municipal de Salud
5/03/19	Día Internacional de la Mujer (8 Marzo) Programa Mes de la Mujer	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores
12/03/19	Afectos y relaciones interpersonales Parte II	Escuela Municipal de Salud
19/03/19	X SEMANA MUNICIPAL DE LA SALUD Programación	Concejalía Igualdad, Sanidad y Mayores. Desde la SER nos comunican que no ha asistido ni avisado la Concejala
26/03/19	Día Mundial de la Tuberculosis (24 Marzo)	Hospital Universitario de Mostoles
2/04/19	X SEMANA MUNICIPAL DE LA SALUD Programación	Escuela Municipal de Salud
9/04/19	Día Mundial de la Salud (7 Abril) Cobertura Sanitaria Universal	Red Municipal de Salud
16/04/19	Día Mundial de Concienciación sobre Autismo (2 abril)	Pro-TGD. Comunicación de la SER que no se emite el programa
23/04/19	Día Mundial del Parkinson (11 Abril)	Hospital HM- Puerta del Sur. Mostoles CINAC
30/04/19	Día Mundial del Asma (30 Abril)	Hospital Universitario de Mostoles Comunicación de la SER suspensión del programa por fiestas
7/05/19	Día Internacional de la Fibromialgia (12 Mayo)	AFINSYFACRO
14/05/19	CIBERACOSO	Asociación Punto Omega SPANT
21/05/19	Día Mundial sin Tabaco (31 Mayo) Epidemiología del Tabaquismo	Comisión Interinstitucional y Comunitaria del Día Mundial sin Tabaco. Mostoles Salud Pública. Área 8



FECHA	TEMA	COMUNICANTE
28/05/19	Día Mundial sin Tabaco (31 Mayo) Tabaco y Salud Pulmonar	Comisión Interinstitucional y Comunitaria del Día Mundial sin Tabaco. Mostoles. Hospital Universitario Rey Juan Carlos
4/06/19	Día Nacional de la Nutrición (28 Mayo)	Escuela Municipal de Salud
11/06/19	Día Nacional del Donante de Órganos y Tejidos (5 Junio)	Hospital Universitario de Mostoles
18/06/19	Concienciación sobre Autismo Recuperación programa no emitido 16 abril	Pro-TGD
25/06/19	Golpe de Calor Recuperación programa no emitido 30 abril	Hospital Universitario de Mostoles

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

Indicador:

- Número de los temas de salud y actividades difundidas por correo electrónico.
- Número de correos electrónicos enviados en el año 2018-2019

ACTIVIDADES

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

FECHA	ACTIVIDADES Y CAMPAÑAS
19/09/18	Programación 2018-19. Escuela Municipal de Salud
08/10/18	Día Mundial de la Salud Mental.
09/10/18	3ª Marcha contra el Cáncer. AECC Mostoles
10/10/18	Conferencia la "Sexualidad no se Jubila". Escuela Municipal de Salud
23/10/18	Campaña Cáncer de Mama. Escuela Municipal de Salud
09/11/18	Difusión Programación VIH Sida 2018. Escuela Municipal de Salud
09/11/18	Maratón donación de sangre. Hospital Universitario de Mostoles
27/11/18	Difusión cartel cine Día VIH SIDA 2018.
27/11/18	Cine gratuito Día VIH SIDA, jueves 29 de noviembre 2018.
31/01/19	Charla-coloquio Escuela de Ictus. Lunes 11 de febrero.
05/04/19	Día Mundial de la Salud 7 de abril Cartel. Red Municipal de Salud 2019.
14/05/19	1ª Carrera Solidaria de las Enfermedades Reumáticas.
24/05/19	1ª Carrera Solidaria ADISFIM 2 de junio.
24/05/19	Día Mundial sin Tabaco Mostoles 2019, Programación.

- El número de correos destinatarios es 2.123 a los que se les envía las diferentes Campañas, siendo el total de correos enviados 29.722.



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

Este objetivo no se ha podido alcanzar ya que no se ha editado por parte del Ayuntamiento la "Guía de Actividades".

Indicador:

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

La Guía de actividades general no se ha editado, con lo que no se ha incluido ninguna información.

3.3. ASESORAMIENTO

3.3.1. ASESORÍA EN TEMAS DE SALUD

Objetivo General

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

Se cumple este objetivo porque se da respuesta con información y/o asesoramiento al 100% de las demandas, y se hace seguimiento de aquellas que lo requieren. Las consultas se reciben de la población general, de alumnado, de entidades e instituciones (Grupo AMÁS, profesionales, alumnado y familias de Centros Educativos, profesionales). El asesoramiento se realiza fundamentalmente a través de atención presencial, pero también por vía telefónica y por correo electrónico.

Objetivo Específico

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

Se han registrado y dado respuesta al 100% de las demandas recibidas en materia de salud, tanto de forma individual a personas concretas como a profesionales de diferentes entidades e instituciones y por los distintos canales de comunicación.

Indicadores:

- *Registrar el número de demandas en materia de salud.*

Se han atendido **76 consultas** sobre temas de salud, **48** de las cuales son de **mujeres** y **28** de **hombres**. Para ello se han dedicado **114 horas** (calculadas a 1.5 h de media por consulta).

Según la vía de acceso de las consultas podemos dividir las en:

- Presenciales: 21 consultas (respecto a las 11 del año pasado). M: 17 y H: 4. (Se atiende a 3 profesionales del Grupo AMAS y 3 profesoras de un centro de secundaria)
- Telefónicas: 3 consultas. M: 2 y H: 1
- Email: 3 consultas. M: 3 y H: 0 (Se atiende a 3 profesionales del Grupo AMAS)
- Consultas de seguimiento en la Asesoría: 49 consultas, de las cuales 26 son mujeres, 23 hombres. Entre ellas 1 es una profesional.



- Registrar los temas demandados.

Los temas por los que se consultan son:

- Alimentación: control de peso y dietas, información y comprensión de analíticas con datos sobre hipercolesterolemia.
- Trabajo del suelo pélvico a demanda por problemas de salud
- Auto-cuidados, utilización de medicamentos, informes.
- Consejos y recursos sobre enfermedades con cáncer.
- Consejos sobre diagnósticos de enfermedades.
- Problemas de autoestima, toma de decisiones, relaciones interpersonales...
- Problemas familiares de enfermedades.

3.3.2. ASESORÍA SEXUALIDAD

Objetivo General

- *Promover una vivencia positiva y saludable de la sexualidad.*

El objetivo se ha cumplido ya que forma parte de la filosofía de trabajo de la Escuela Municipal de Salud, promover una vivencia positiva y saludable de la vida, y sobre todo de la vida sexual.

En todas las intervenciones y actividades, tanto en sesiones de cursos, como en las de centros educativos de secundaria y en la Asesoría de sexualidad se aborda la temática afectivo-sexual desde una perspectiva integral y positiva.

Objetivo Específico

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

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

Indicadores:

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

Se mantienen todos los canales de atención, incluso en los periodos vacacionales concretos de las profesionales, se crea una respuesta automática con recursos actualizados de atención para las demandas que se reciban.

- *Registrar las demandas en materia de sexualidad*

Se registran en hojas específicas informatizadas elaboradas, todas las demandas sobre temas afectivo-sexuales recibidos por los distintos canales de comunicación, obteniendo los siguientes resultados:



El total de consultas de asesoramiento en sexualidad ha sido de **463**, de los cuales **285 son de mujeres** (61.6% respecto al 55.3% del año anterior) **y 178 de hombres** (38.4%). El total de horas dedicadas a este servicio ha sido de 694.5 hs. (1.5 h de media por consulta).

1. Consulta presencial: Se han realizado **368 consultas**, de las cuales **216 son de mujeres (58.7%) y 152 hombres (41.3%)**. De éstas consultas, **40 son de personas que acuden por primera vez** de las cuales son **28 mujeres y 12 hombres**.
2. Consultas telefónicas: siguen llegando consultas a través del teléfono, fue un recurso muy conocido entre la población joven del municipio, gracias a la gran difusión que se hizo durante años y sigue manteniéndose como recurso en varios enlaces de Internet. En este periodo se han recibido **21 consultas telefónicas, 8 mujeres (38%) y 13 hombres (62%)**. 2 de las consultas son de profesionales.
3. Consultas por correo electrónico Se ha recibido **74 correos de consultas, 61 de mujeres (82.4%) y 13 de hombres (17.6%)**.

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

El objetivo se ha cumplido ya que se dispone de un despacho independiente. Es un requisito imprescindible para una atención profesional de estas características, teniendo en cuenta el anonimato y preservando la intimidad de la persona o personas.

Indicador:

-Mantener un espacio para la atención personalizada.

Se mantienen horario, días y espacio de atención.

3.4. COLABORACIONES INTERINSTITUCIONALES

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

La Comisión realiza la memoria de cada curso escolar en el primer trimestre del curso siguiente, por lo que los datos que aparecen en este apartado son provisionales hasta la elaboración final de la misma.

Objetivo general:

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

Objetivos específicos:

***OBJETIVO 1:** Coordinar y cooperar entre las instituciones, en la ejecución de actuaciones preventivas que involucran a varias Instituciones.*

Indicador:

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

La Comisión Técnica ha mantenido seis reuniones ordinarias de coordinación. Se ha asistido al 100% de las reuniones convocadas.



OBJETIVO 2: Apoyar a las instituciones, que conforman la comisión, en las intervenciones de educación y promoción de la salud, que se ofrecen y realizan en los centros educativos.

Indicador:

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

En el marco del Plan de Apoyo Municipal a la Acción Tutorial de los IES en Móstoles, el Área de Sanidad desde la Escuela Municipal de Salud ha ofrecido el taller “Adolescencia y Sexualidad” y el taller “Alimentación e Imagen Corporal”. En la elección del alumnado receptor se sigue considerando prioritario dar respuesta a grupos específicos que puedan ser más vulnerables (Aulas de Compensación Educativa, Unidad de Formación e Inserción Laboral, Aulas y alumnado con necesidades educativas especiales).

Desde el Área de Sanidad se ha favorecido la implicación y participación en el Plan Municipal de Apoyo a los IES de: el Hospital Universitario de Móstoles (*Jornada Ventajas de No Fumar*), el Hospital Rey Juan Carlos

ACTIVIDADES OFERTADAS EN EL PLAN MUNICIPAL DE INSTITUTOS 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	HORAS	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
“ALIMENTACIÓN E IMAGEN CORPORAL”	ESCUELA DE SALUD	15 grupos y 30 sesiones	30 horas	124	154	278 22 (no contestan ítem sexo)
“ADOLESCENCIA Y SEXUALIDAD”	ESCUELA DE SALUD	25 grupos y 48 sesiones	50 horas	254	206	460
“USO RESPONSABLE DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS”	SPANT-PUNTO OMEGA	72 grupos y 70 sesiones	139 horas	852	669	1521
“SENSIBILIZACIÓN Y PREVENCIÓN DEL JUEGO PATOLÓGICO”	SPANT-PUNTO OMEGA	62 grupos y 60 sesiones	121 horas	709	610	1319
“PREVENCIÓN DEL USO DE SUSTANCIAS”	SPANT-PUNTO OMEGA	65 grupos y 64 sesiones	129 horas	681	543	1224
“COME SANO, MUÉVETE Y VIVIRÁS MEJOR”	CENTROS DE SALUD	10 grupos y 10 sesiones	20 horas	122	148	270
“VENTAJAS DE NO FUMAR”	Hospital Universitario de Móstoles-CENTROS DE SALUD***	***	***	***	***	***
“CONDUCTAS ADICTIVAS RIESGOS PARA LA SALUD: ALCOHOL, DROGAS”	Hospital Universitario Rey Juan Carlos	14 grupos y 14 sesiones	14 horas	127	154	281
PRIMEROS AUXILIOS. RCP BÁSICA	Hospital Universitario Rey Juan Carlos	2 grupos y 2 sesiones	2 horas	19	26	45
EDUCACIÓN POSTURAL	Hospital Universitario Rey Juan Carlos	26 grupos y 26 sesiones	26 horas	275	336	611



SEXUALIDAD: MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS Y PREVENCIÓN DE ITS	Hospital Universitario Rey Juan Carlos	19 grupos y 19 sesiones	19 horas	191	233	424
"MENORES NI UNA GOTA"	FUNDACIÓN ALCOHOL Y SOCIEDAD	56 grupos y 275 sesiones	275 horas	708	625	1333
TOTAL*		365 grupos y 616 sesiones	823 horas	4062*	3704*	7766*

(Talleres: Educación Postural, Sexualidad: métodos anticonceptivos y prevención de ITS, Conductas Adictivas y Primeros Auxilios- RCP Básica) los Centros de Atención Primaria ((Jornada: Ventajas de No Fumar y taller Come sano, muévete y vivirás mejor), el Servicio de Prevención de Adicción a las Nuevas Tecnologías (talleres: Sensibilización y Prevención del Juego Patológico, Prevención del Uso de Sustancias, Uso Responsable de la Nuevas Tecnologías) y la Fundación Alcohol y Sociedad (taller: Menores ni una gota), registrando los datos de intervención y apoyando a las entidades e instituciones en aquello que han precisado.

***No se dispone de los datos relativos a las intervenciones del Taller "Ventajas de No Fumar.

*Datos relativos al no disponer del 100% de la intervención.

Indicador:

- Realizar el registro de las actividades del SPANT realizadas en la comunidad educativa.

El Servicio de Prevención de Adicción a las Nuevas Tecnologías (SPANT) ha participado en el **Plan Municipal de Apoyo a los IES** con tres talleres dirigidos a alumnado: "USO RESPONSABLE DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS" (con posibilidad de impartir formación, también, al profesorado y familias), "SENSIBILIZACIÓN Y PREVENCIÓN DEL JUEGO PATOLÓGICO" y "PREVENCIÓN DEL USO DE SUSTANCIAS". Además, a los equipos de orientación se les ofrece una "ASESORÍA SOBRE BUEN USO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS" y asesoramiento y tratamiento de casos cuando procede.

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

Los datos del número de talleres/horas y alumnado relacionados con secundaria está recogido en la tabla anterior (Plan IES), la formación a familias viene recogido en el objetivo 5 de este apartado y el resto de de las actividades que se han desarrollado por parte del Servicio de Prevención de Adicción a las Nuevas Tecnologías (SPANT- Punto Omega) se recogen en las siguientes tablas:

Alumnado IES TIC

Alumnado PCPI, FPB y Grado Medio:

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
TOTAL	15	30	204	50	254

Alumnado Primaria

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
TOTAL	33	62	398	353	751


Docentes formación

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
TOTAL	4	8	5	52	57

Familias

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
TOTAL	11	22	43	116	159

Otros Talleres:

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
TOTAL	20	25	225	367	592

Alumnado Primaria Prevención Sustancias

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
TOTAL	7	13	93	88	181

Familias Prevención Sustancias

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
TOTAL	3	6	4	17	21

Otros Talleres:

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
TOTAL	5	10	60	48	108

Indicador:

- Registrar el número de Desayunos Saludables realizados.
Esta actividad la han desarrollado íntegramente entre Salud Pública y SERMAS, no disponemos aún de datos relativos al número de actividades realizadas.

Indicador:

- Número de actividades realizadas con el programa UNPLUGGED.
Desde el Área de Sanidad, con la colaboración de SMAPSIA se ha desarrollado el programa UNPLUGGED en el IES Los Rosales, en todas las aulas de 1º y 2º de ESO y en el IES Velázquez se ha impartido en todas las aulas de 2º de ESO.

Indicador:

- Acciones realizadas desde la comisión de educación y promoción de la salud en el ámbito educativo de Mostoles, en las comisiones de los "Días Mundiales" y en actividades de la "X Semana Municipal de la Salud".
Sanidad dinamiza y facilita la participación de la comisión en actividades dirigidas a Centros Docentes en los diferentes ámbitos.



1. Día Mundial Sin Tabaco:

- Participación en la difusión de las bases del concurso "Nos Divertimos Sin Tabaco" organizado por el Hospital Universitario de Móstoles y formar parte del Jurado.
Sanidad ha difundido y animado a la participación en el Concurso, en las visitas a los IES, realizadas especialmente dentro del plan de los IES.
Una profesional de Sanidad ha formado parte del Jurado del Concurso.
- Envío a todos los centros de Secundaria de Móstoles:
- El programa del Día Mundial Sin Tabaco
- La imagen del cartel tipo Mupi.
- Informe ESTUDES 2016/2017. Encuesta sobre uso de drogas en Enseñanza Secundaria en España realizada a estudiantes de 14 a 18 años.
- Guía para dejar de fumar del Ministerio.

2. X Semana Municipal de la Salud: se proponen 5 actividades dirigidas a centros educativos de las cuales se realizaron 4:

- a. Dirigidas a alumnado de primaria:
 - I. "Taller sonrisas saludables". Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid.
 - II. Yincana "Competencias emocionales y sociales". Punto Omega-SPANT
- b. Dirigidas a alumnado de secundaria
 - I. Actividad "Ciber-violencias". Punto Omega-SPANT
 - II. Taller "Autoestima y comunicación en la adolescencia" Clínica Universitaria. URJC

Han participado 4 centros educativos de primaria (8 aulas) y 2 de secundaria (6 aulas), con una participación total de 14 aulas, 338 alumn@s, 13 horas invertidas para su desarrollo y 12 profesionales implicados.

CENTROS EDUCATIVOS PARTICIPANTES	AULAS	CHICOS	CHICAS	NIVEL
Taller "Sonrisas Saludables" (Infantil y Primaria)				
CEIP SEVERO OCHOA.....	2	25	25	3º Infantil
CEIP PABLO SOROZABAL.....	2	25	25	3º Infantil
Actividad : Yincana "Competencias Emocionales y Sociales para Primaria"				
CEIP ANDRES SEGOVIA.....	2	22	26	4º Primaria
CEIP PRINCIPE DE ASTURIAS.....	2	32	22	4º Primaria
Actividad "Ciberviolencias".				
IES FELIPE TRIGO.....	4	12	84	1º Y 2º FPB
Taller "Autoestima y Comunicación en la Adolescencia"				
IES LOS ROSALES.....	2	15	25	Bachillerato
TOTALES	14	131	207	

OBJETIVO 3: Ofrecer formación e información a alumnado de centros educativos del municipio.

Indicador:

- Número de actividades realizadas con alumnado.

Desde el Área de Sanidad en colaboración con entidades e instituciones se han realizado en el marco del Plan IES 12 actividades dirigidas a alumnado de secundaria, en el marco de la X Semana Municipal de la Salud se han realizado 4 actividades, desde el Servicio SPANT, además del lo desarrollado en el Plan IES ha



realizado 3 actividades más tanto en Primaria como en secundaria y el programa UNPLUGGED se ha realizado en dos centros.

En el marco del Convenio para el año 2018 entre el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (ahora Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social) y la Federación Española de Municipios y Provincias para la potenciación de la Red Española de Ciudades Saludables y la implementación local de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención se han realizado 2 actividades, una realizada por la Escuela Municipal de Salud y otra realizada por el Servicio SPANT (41 sesiones).

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

Indicador:

-Registrar el número de asesoramientos a personal docente y los temas específicos de Salud.

- 3 Asesoramientos en prevención de trastorno de la conducta alimentaria en el IES Manuela Malasaña.
- 1 asesoramiento telefónico y por email al CEIP Julián Besteiro relacionado con pediculosis.

OBJETIVO 5: *Facilitar formación en educación para la salud a familias.*

Este objetivo se cumple ya que se han realizado intervenciones desde el SPANT con familias de centros educativos de primaria y secundaria.

Indicador:

- Número de cursos/sesiones con registro de la duración y la asistencia por género

■ Familias IES (TIC)

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
TOTAL	11	22	43	116	159

■ Familias Primaria Prevención Sustancias

	Talleres	Horas	Varones	Mujeres	Total
TOTAL	3	6	4	17	21

3.4.2. RED MUNICIPAL DE SALUD DE LA COMUNIDAD DE MADRID

Objetivo general:

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

Objetivos específicos:

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

Indicadores:

- *Porcentaje de asistencia a las reuniones convocadas del grupo de trabajo*
Se asiste al 100% de las reuniones convocadas: tres, en las siguientes fechas 6/11/18, 12/02/19 y 20/06/19



- *Registro de las actividades aplicadas en el municipio de Móstoles*
Los datos están en campañas y radio:
Día de la Salud Mental, Día de la Diabetes, Día del VIH y Día de la Salud.

En este curso, como municipio participante de la Comité permanente, se ha participado activamente en la elaboración de las bases, el jurado y la presentación de las "Buenas Prácticas en Educación para la Salud". Se ha presentado a las jornadas de buenas prácticas del 23 de abril de 2019 una comunicación en el área de Educación y Promoción de la Salud, titulada CURSOS "APRENDE A CUIDAR TU ESPALDA", desarrollados entre 2011 y 2018, siendo publicada en la web de la Red Municipal de Salud íntegramente, trasladamos a esta memoria el apartado de conclusiones.

- o En el cuestionario de evaluación todos los ítems son valorados con una puntuación muy elevada.
 - o El 88% del alumnado manifiesta estar poniendo en práctica lo aprendido durante el curso y el 100% considera que el curso le va a ser muy útil en el futuro.
 - o El 100% se han sentido BIEN o MUY BIEN durante el transcurso de la actividad y el 94% ha cumplido las expectativas BASTANTE y MUCHO.
 - o En la última sesión del curso, se dispone de un espacio abierto de opinión donde cada persona participante expone su parecer. Todo el alumnado expresó un alto grado de satisfacción con el curso recibido, destacando haber mejorado su forma de andar y la higiene postural en general.
 - o Las sesiones mejor valoradas han sido las relativas a ejercicios prácticos e higiene postural.
 - o Es muy adecuado impartir este curso, ya que el dolor de espalda es muy frecuente en la población adulta y se puede prevenir o mejorar, si se tienen conocimientos básicos de higiene postural en la vida diaria y se realizan ejercicios de fortalecimiento de la musculatura. Este aprendizaje se posibilita con este curso.
- *Grupo de Trabajo de Adicciones: Conocer las actividades y la evolución de las competencias y circunstancias en los municipios de la RMS en materia de adicciones.*

Indicador:

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

El grupo de adicciones se ha reunido en 3 ocasiones en el curso 2018-19 con las siguientes fechas: 5/10/18, 01/02/19 y 10/05/19 Se asiste al 100 % de las reuniones convocadas.

Temas tratados:

- o Estudio y análisis de la Estrategia Nacional y el Plan de Adicciones
- o Estudio y análisis de "Estrategia de Salud Mental"
- o Asistencia a la Jornada "Nuevas Adicciones" en Getafe y presentación de una comunicación a las jornadas elaborada por el grupo. (14/11/18)
- o Participación en el subgrupo de trabajo sobre el Estudio de Grupos Diagnósticos desde el 3 de octubre de 2018, asistencia a todas las reuniones.
- o Se ha ofrecido la participación en el curso de Habilidades para la Vida organizado en Móstoles y han participado de otros municipios de esta Red.



3.4.3 CONTRIBUCIÓN AL PLAN MUNICIPAL DE ACCIÓN SOBRE LAS ADICCIONES

Objetivo general:

- *Reducir la demanda de agentes potencialmente adictivos.*

El objetivo se ha alcanzado ya que se han realizado diferentes intervenciones de información, formación y asesoramiento con el fin de prevenir y tratar diferentes adicciones (Nuevas Tecnologías, Sustancias y Juego Patológico).

Objetivos específicos:

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

Indicador:

-Mantener y promover formación mediante un taller específico relacionado con la prevención de las adicciones en los IES, el programa SPANT y programas de otras entidades e instituciones

Este objetivo se ha alcanzado ya que como se ha señalado en el apartado **3.4.1.** de esta memoria relacionado con la Comisión Técnica Interinstitucional de Educación y Promoción de la Salud en el Ámbito Escolar de Móstoles, se han realizado 6 actividades dirigidas a Centros educativos de Secundaria y relacionadas con la Prevención de las Adicciones.

- Tres de estas intervenciones han sido realizadas por el Servicio SPANT-Punto Omega:
- **“USO RESPONSABLE DE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS”.** Alumnado 2º ESO. (Se puede complementar con taller a familias y/o a profesorado)
- **“SENSIBILIZACIÓN Y PREVENCIÓN DEL JUEGO PATOLÓGICO”.** Alumnado 4º ESO, F.P. Y Ciclos Formativos.
- **“PREVENCIÓN DEL USO DE SUSTANCIAS”.** Alumnado 3º ESO.
- Desde el Hospital Rey Juan Carlos se ha hecho la jornada **“CONDUCTAS ADICTIVAS RIESGOS PARA LA SALUD: ALCOHOL, DROGAS”.** Alumnado 4º E.S.O.
- Desde el Hospital Universitario de Móstoles en colaboración con los Centros de Salud se ha realizado la jornada **“VENTAJAS DE NO FUMAR”.** Alumnado 4º E.S.O. y Bachillerato
- Desde la Fundación Alcohol y Sociedad se ha realizado el taller **“MENORES NI UNA GOTA”.** Alumnado ESO, Bachillerato, FPB y Ciclos Formativos (posibilidad de solicitar un taller para familias)



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

Indicador:

- -Informar sobre adicciones en las actividades realizadas en los Días Mundiales y asesorar a demanda.
- Se ha facilitado al IES Velázquez materiales con los que poder trabajar con el alumnado prevención del alcoholismo, dirigidos a alumnado de 4º de ESO.
- En el Día Mundial sin tabaco se han organizado diversas actividades. (Ver programa pagina 28)
- Desde el SERVICIO DE PREVENCIÓN DE ADICCIÓN A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS SPANT- Punto Omega, que actualmente trabaja también las adicciones al juego patológico y a sustancias se han atendido a personas que buscaban información y asesoramiento respecto a las adicciones.

ASESORIA: consultas	NUEVAS/casos	SEGUIMIENTO	TOTAL
Presenciales	12	17	29
Telefónicas	2		2
Total	14	17	31

Además múltiples consultas de seguimiento o de orientación por teléfono, whatsapp, correo electrónico que no se han registrado.

- Consultas e intervención por temáticas:

1. Casos nuevos

- Casos nuevos TIC: 9
- Casos nuevos Sustancias: 0
- Casos Nuevos Juego patológico: 5.

2. Casos Seguimiento

- Casos seguimiento TIC: 17 casos
- Casos seguimiento Sustancias : 1
- Casos seguimiento Juego patológico: 4

3. Nº Citas/ Consultas

- 1ª Consulta: 14.
- Consultas de seguimiento e intervención: 241

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

Indicador:

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

ASESORÍA SPANT: los datos relativos a la asesoría de este servicio se recogen en el punto anterior.



ACTIVIDADES:

- Formación y asesoramiento del Servicio de Prevención de Adicciones a las Nuevas Tecnologías (SPANT): Los datos relativos al Servicio SPANT se han ido recogiendo en diferentes epígrafes relacionados con la intervención con alumnado de Primaria y Secundaria, familias y docentes, además del asesoramiento del servicio en materia de Nuevas Tecnologías, Juego Patológico y Prevención de Sustancias.
- Formación desde el Hospital Universitario de Móstoles, desde los Centros de Salud del municipio, desde el Hospital Universitario Rey Juan Carlos de Móstoles y desde la Fundación Alcohol y Sociedad relacionada con la prevención de sustancias adictivas (Tabaco, alcohol y otras drogas). Toda esta intervención se realiza en el marco del Plan de Apoyo a los Institutos de Móstoles y está recogido en el epígrafe 3.4.1. de la memoria.
- Conocimiento y cooperación en programas disponibles para la ciudadanía de otras entidades, programa Unplugged del Plan Nacional de Drogas dirigido a 1º y 2º de ESO
- Las intervenciones comunitarias del recurso "Drogas y tu" de la Dirección General de Adicciones de la Comunidad de Madrid, etc.
- Informar de las actividades de prevención de diversas entidades cuando existe la demanda. En este curso no se han solicitado desde la Dirección de Adicciones.
- Así mismo, en este curso la FMM ha solicitado información del Plan de adicciones municipal y no se ha podido incorporar información, en el formato de la FMM, por inaccesibilidad y por no estar actualizada la información de las diversas entidades cooperativas pertenecientes al Plan Municipal de Acción sobre Adicciones de Móstoles.

3.4.4. RELACIÓN DE COLABORACIONES MUNICIPALES E INTERINSTITUCIONALES

MUNICIPALES

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

INTERINSTITUCIONALES:

- Área única de Salud Pública 8.
- Dirección Asistencial DA Oeste.
- Hospital Universitario de Móstoles.
- Hospital Universitario Rey Juan Carlos.
- Universidad Rey Juan Carlos.
- Clínica Universitaria de la Universidad Rey Juan Carlos.
- Equipo de Atención Temprana (EAT) de la Comunidad de Madrid.
- Plan Municipal de Acción sobre las Adicciones.
- Comisión Interinstitucional para la Prevención y Control del Tabaquismo de Móstoles.
- Comisión Interinstitucional y Comunitaria de VIH-SIDA de Móstoles.
- Comisión interinstitucional de Educación para la Salud en el Ámbito Escolar de Móstoles.
- Comisión organizadora de la Semana Municipal de la Salud.
- Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid.



4. METODOLOGÍA

En el proyecto 2018-19 se ha definido la utilización de una metodología de intervención que fuese:

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

Esta metodología se ha utilizado en las actividades realizadas en este curso 2018-19. En las acciones formativas desarrolladas por el equipo docente de la Escuela Municipal de Salud y en las colaboraciones con las diferentes áreas municipales y entidades, se ha desarrollado siguiendo estas pautas:

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

En los 184 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 96.5% 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 72.2% de los cuestionarios válidos, lo que indica que participan y leen la documentación que se aporta.
- El alumnado ha cumplido sus EXPECTATIVAS en un 88.6%, lo que significa que la formación diseñada se ajusta a las necesidades del alumnado.
- El 98.9% 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 9.6 sobre 10, lo que indica que valoran muy positivamente la formación impartida.

Tomando como base 781 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 8.5
- La utilidad de los contenidos recibidos ha tenido un valor promedio (sobre 10) de 8.4
- La PUNTUACIÓN GLOBAL media de todos los cuestionarios válidos es de un 8.6 sobre 10, lo que indica que se valora de forma muy positiva la formación recibida.



Tomando como base 488 cuestionarios de evaluación de las acciones formativas, impartidas en los Centros educativos, en el marco del Convenio para el año 2018 entre el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (ahora Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social) y la Federación Española de Municipios y Provincias para la potenciación de la Red Española de Ciudades Saludables y la Implementación Local de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención, se obtienen los siguientes datos:

- La metodología utilizada en las sesiones ha tenido un valor promedio (sobre 10) de 8.8
- La utilidad de los contenidos recibidos ha tenido un valor promedio (sobre 10) de 9.2
- La PUNTUACIÓN GLOBAL media de todos los cuestionarios válidos es de un 9.2 sobre 10, lo que indica que se valora de forma muy positiva la formación recibida.

5. RECURSOS

5.1. RECURSOS MATERIALES

En este curso 2018-19 se ha contado con la utilización de aulas dotadas de sillas y mesas movibles, recursos audiovisuales (equipo de música, cañón y cámara de fotos de la Escuela Municipal de Salud y portátil, teléfono/s móvil/es y otros materiales cedidos por otras Áreas), pizarras, rotuladores, tizas, borradores de pizarra, folios blancos y de colores, carpetas para documentación, bolígrafos, pinturas, lápices, fundas de plástico, clasificadores A-Z, cajas de archivo definitivo y otros materiales (globos, cuerda, vasos, platos, etc.) en función de las necesidades de las actividades programadas.

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

5.2. RECURSOS HUMANOS

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

6. EVALUACIÓN

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

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

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



6.1. MÉTODOS DE EVALUACIÓN

INSTRUMENTOS

- Se han utilizado diferentes Cuestionarios de Evaluación en función de la población diana: "Cuestionario General", "Cuestionario IES", "Cuestionario IES Subvención", "Cuestionario Escuela de Abuel@s" y "Fichas de Evaluación" de las actividades del proyecto X Semana Municipal de la Salud.
- Se ha elaborado un informe de cada una de las actividades que se han realizado en el curso 2018-19
- Elaboración de una Memoria Anual del Curso 2018-19.

TEMPORALIZACIÓN

- Evaluación continua:
 - Se han ido realizando las adaptaciones curriculares necesarias para adaptar la formación a las personas receptoras de la misma.
 - Además, a través de las tareas a realizar en casa, en las acciones formativas que lo contemplan, se ha ido haciendo un seguimiento de cada una de las personas implicadas.
- Se ha hecho un registro de los distintos tipos de actividades realizadas.
- Se elabora una memoria general en la que se valora y describe todas las acciones realizadas por la Escuela Municipal de Salud.

7. CONCLUSIONES

- En general, los objetivos específicos propuestos y como consecuencia los generales del proyecto 18-19 se han alcanzado en gran medida.
- El trabajo de la Escuela en sus diferentes áreas incide directamente en la salud de la población al procurarle conocimientos sobre los determinantes de salud y estrategias que les permitan poner en práctica los conocimientos adquiridos. Sin embargo, con el fin de mejorar la propuesta de intervención el equipo considera necesario incorporar al proyecto 2019-20 las nuevas directrices tanto nacionales como internacionales en materia de educación y promoción de la salud.
- Se considera importante en el trabajo de la Escuela Municipal de Salud dar continuidad a la inclusión de personas y colectivos vulnerables mediante discriminación positiva, para posibilitar su formación en promoción de salud (en este curso 18/19 han participado en distintas actividades personas usuarias del Grupo Amás, usuarios/as de salud mental y personas sordas).
- Es necesario continuar con la planificación de actividades en colaboración y consenso con áreas municipales, instituciones y otras entidades porque permite unir sinergias para una gestión más adecuada y eficaz de los recursos existentes. Como ejemplo de ello está la Escuela de Abuelas y Abuelos, el diseño y realización de conferencias, programación de Días Mundiales y la Semana Municipal de Salud.
- Se considera necesario contemplar la incorporación de personal al equipo de la Escuela Municipal de Salud para poder realizar el conjunto de actividades necesarias para un Proyecto de Educación y Promoción de Salud, en una población tan amplia como la de Móstoles.
- Es imprescindible dotar de medios audiovisuales (portátil, cañón y cámara de fotos), para el adecuado desarrollo de los diferentes programas de intervención, ya que no disponemos de medios propios.



FORMACIÓN

- En los cuestionarios de evaluación se refleja que el 88.6% del alumnado ha conseguido cumplir sus expectativas lo que demuestra que el diseño de las actividades se ajusta a las necesidades de la población objeto de la intervención.
- En las actividades formativas se ha favorecido el análisis y reflexión de las personas participantes, lo que facilita el empoderamiento de las mismas, como así lo consideran en la evaluación el 96.7% de las personas que han realizado cursos. Se considera recomendable mantener la metodología de trabajo que se contempla en el proyecto formativo.
- El 83.7% del alumnado de las acciones formativas considera que lo aprendido es útil en el presente y el 94.7% consideran 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 9.6 y lo puntúan con los máximos valores (8/10) el 98.9% del alumnado, por ello se considera necesario continuar con la oferta formativa en temas de salud.
- Analizando estos mismos datos en el curso anterior, cabe destacar que se ha producido un incremento porcentual en las valoraciones realizadas por el alumnado.
- Con el fin de diversificar temáticas y formar a un mayor número de personas se propone para el próximo curso diseñar acciones formativas abarcando más temas y con una duración diferente a la de cursos pasados.
- Se considera necesario disponer de sala/s de formación exclusiva/s para la Escuela con el fin de no tener que depender de los espacios que quedan libres en Cultura y en el Centro de Participación Ciudadana.
- Es importante señalar que debido a la reducción de personal en la Escuela Municipal de Salud es prácticamente imposible participar en cursos de actualización en la formación.

SENSIBILIZACIÓN

- A partir del análisis de las actividades de sensibilización desarrolladas en este curso (Días Mundiales, Conferencias, X Semana Municipal de Salud, artículos o campañas en medios de comunicación...) podemos decir que éstas generan interés y motivación en la población para participar en acciones formativas, demandar asesoramiento, búsqueda de recursos, etc.
- Ejemplo de todo esto es la necesidad de realizar en dos ocasiones una conferencia relacionada con el Ictus ante la demanda que se suscitó.
- Otro de los aspectos destacables 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.

ASESORAMIENTO

- La demanda en el Asesoramiento se ha incrementado en un 23,7% respecto al año anterior. Este crecimiento ha sido a expensas de las demandas realizadas por mujeres, que ha supuesto un incremento del 30,9% respecto al año anterior.
- Se evidencia que el asesoramiento en educación afectivo-sexual da respuesta a una demanda no atendida desde otros recursos, prestando una atención muy eficaz, lo que viene reforzado por los datos recogidos. El incremento de personas que se acercan por primera vez a la Asesoría afectivo-



sexual es significativo al suponer un 250%. Esto indica que 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 y muy utilizado por la población porque da respuesta a muchas dudas e inquietudes sobre procesos de enfermedad y otras circunstancias personales. Se ha incrementado en un 71,2% el número de consultas, con respecto al año anterior.
- Se considera necesario mantener el trabajo de asesoramiento teniendo en cuenta los datos y los resultados positivos que la población receptora manifiesta.

8. FORMACIÓN E INVESTIGACIÓN

- Formación en Resucitación Cardiopulmonar, Soporte Vital Básico y Uso del Desfibrilador. Plan Nacional de RCP. Marisa Ojeda y Mamen Cerezo.
- Reglamento General de Protección de Datos. Rosa M^a Romero del Pozo
- 3^a Jornada del Código Ictus. Marisa Ojeda y Rosa M^a Romero del Pozo
- Jornada de "Nuevas Adicciones" en Getafe.
- Sesión y actividad de teatro de "Por la Boca". Marisa Ojeda y Ascensión Salazar
- Curso de CAED de Alcorcón "Padres con hijos Adolescentes" 16.0 horas lectivas
- Jornada Implementación del Plan Local Estrategia del Ministerio. Ascensión Salazar.
- Jornada Biofilia y Promoción de la Salud. Paloma Domínguez
- Ley/2019 de Transparencia y de Participación de la Comunidad de Madrid. Paloma Domínguez Honrado
- Técnicas de Memoria. Paloma Domínguez Honrado