

**Buenas prácticas sobre experiencias desarrolladas por los
gobiernos locales para contar con ciudades más saludables**

Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP) – Red Española de
Ciudades Saludables (RECS)



BUENAS PRÁCTICAS

sobre experiencias desarrolladas por los
Gobiernos Locales para contar con
Ciudades Más Saludables



R·E·C·S
Red Española de Ciudades Saludables



Dirección:

Francisco Díaz Latorre

Director General de los Servicios Jurídicos y Coordinación Territorial

Coordinación:

Ana Estebaranz Berzal

Secretaría Técnica de la Red Española de Ciudades Saludables

Pedro Lozano Conejo

Área de Comunicación

Edita:

Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP)

Diseño: Pixel CPG, S.L. www.pixelcpg.com

Depósito legal: M-23966-2012



Presentación

Esta Guía de Buenas Prácticas de los Gobiernos Locales para lograr ciudades más saludables recoge un número significativo de iniciativas y proyectos, que se están desarrollando desde diferentes Ayuntamientos que forman parte de la Red Española de Ciudades Saludables.

La elaboración de esta Guía no hubiera sido posible sin la estrecha colaboración existente entre la Federación Española de Municipios y Provincias y el Ministerio de Sanidad, Asuntos Sociales e Igualdad, contribuyendo a la aplicación en España del Proyecto Healthy Cities de la Organización Mundial de la Salud.

Podemos comprobar a lo largo de estas páginas cómo las iniciativas locales en materia de salud y los Planes Municipales de Salud están orientados a elevar el nivel de salud del municipio, contando con un proceso de planificación, donde es fundamental la participación comunitaria, la coordinación interinstitucional, intramunicipal e intersectorial.

Gran parte de los proyectos recogidos en esta Guía están centrados en la promoción y la protección de la salud, junto con la prevención de enfermedades, así como en fomentar estilos de vida saludables, es decir, giran en torno a los determinantes sociales de la salud, para contribuir a la mejora de la calidad de vida de la ciudadanía.

Las buenas prácticas en salud que encontramos en esta publicación están agrupadas en diferentes ámbitos: protección y promoción de hábitos saludables; prevención de enfermedades, especialmente en mejorar los hábitos de vida cotidianos; alimentación, fomentando una nutrición más equilibrada y evitando otros problemas asociados, como la obesidad, el riesgo cardiovascular, anorexia, etc; servicios sociales, centrando las iniciativas en facilitar el acceso a todos los servicios de salud evitando la exclusión social, y educación, basando las actuaciones en generar y desarrollar hábitos saludables. Igualmente se ha dedicado un espacio concreto para los Planes Municipales de Salud y los proyectos que se centran en Salubridad Pública.

En definitiva, esta Guía pretende ser una herramienta de apoyo, consulta y difusión de los proyectos de salud puestos en marcha desde diferentes Gobiernos Locales que integran la Red Española de Ciudades Saludables.

índice

Presentación	3	Ayuntamiento de Avilés (Asturias)	
Protección y Promoción de la Salud		Ciclo de Conferencias Avilés Ciudad Saludable	26
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)		Ayuntamiento de Avilés (Asturias)	27
Talleres de salud para mayores: Aspectos Psicológicos del Envejecimiento	10	Talleres Saludables	27
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)		Ayuntamiento de Burgos	
Talleres sobre cuidado de la salud de personas mayores	11	Asómate a la Salud	28
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)		Ayuntamiento de Cambrils (Tarragona)	
Talleres de estimulación cognitiva	12	III Semana de la Salud	29
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)		Ayuntamiento de Curtis (A Coruña)	
Talleres de Salud para Mujeres: Menopausia	13	Curtis Saludable	30
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)		Ayuntamiento de Getafe (Madrid)	
Talleres de Salud Afectivo-sexual para escolares	14	Hábitos saludables	31
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)		Ayuntamiento de Getafe (Madrid)	
Talleres de Salud para Adultos: Aprende a cuidarte	15	Juventud, salud y sexualidad	32
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)		Ayuntamiento de Girona	
Talleres de Salud para Adultos: Cuando el estrés es un problema	16	Promoción de la salud	33
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)		Ayuntamiento de Girona	
Salud para Adultos: Curso de Técnicas de relajación	17	Promoción de la Salud en infancia, adolescencia y juventud	35
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)		Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)	
Talleres de Salud para Adultos: Cómo sentirte bien	18	Talleres de Alimentación e Higiene Personal	36
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)		Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)	
Talleres de Salud para Adultos: Sueño	19	Programas Órdago y Aventura de la Vida	37
Ayuntamiento de Alcorcón (Madrid)		Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)	
Campaña de revisión de salud bucodental para niños	20	L'Hospitalet 100x100 saludable	38
Ayuntamiento de Alcorcón (Madrid)		Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)	
Programa mayores salud	21	Salud entre iguales	39
Ayuntamiento de Alcorcón (Madrid)		Ayuntamiento de Masquefa (Barcelona)	
Programa de alerta y prevención de los efectos de las altas temperaturas	22	Maratón de la Sangre "Masquefa late con tu solidaridad"	40
Ayuntamiento de Almendralejo (Badajoz)		Ayuntamiento de Molina de Segura (Murcia)	
Semana de la Salud	24	Semana de la Salud de Molina	41
Ayuntamiento de Aranda de Duero (Burgos)		Ayuntamiento de Oviedo (Asturias)	
Salud para todos	25	Feria de la Salud	42
		Ayuntamiento de Ourense	
		Salud materno infantil	43
		Ayuntamiento de Pallejá (Barcelona)	
		Plan de educación afectivo-sexual	44
		Ayuntamiento de Palma de Mallorca	
		Programa de educación para la salud en las etapas de la madurez	45

Ayuntamiento de Rubí (Barcelona)	
Taller de Menopausia	46
Ayuntamiento de Rubí (Barcelona)	
Promoción y protección de la salud	47
Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)	
Salud y personas mayores	48
Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)	
Prevención de accidentes y primeros auxilios	49
Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)	
Promoción de la salud sexual y reproductiva con personas adultas	50
Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)	
Promoción de la salud en adolescentes	51
Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz	
Promoción de hábitos saludables	52
Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz	
Implantación de una red de desfibriladores	53
Ayuntamiento de Zamora	
Actividad física y salud	54

Prevención de enfermedades

Ayuntamiento de Abrera (Barcelona)	
Todo el año salud, se puede sobrevivir al cáncer	56
Ayuntamiento de Abrera (Barcelona)	
Todo el año salud, al ritmo del corazón	57
Ayuntamiento de Adeje (Santa Cruz de Tenerife)	
Prevención de las drogodependencias	58
Ayuntamiento de Adeje (Santa Cruz de Tenerife)	
Servicio Psicológico de Atención a los trastornos crónicos	59
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)	
Programa de prevención de drogas	60
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)	
Salud para mujeres: Densitometrías	61
Ayuntamiento de Avilés (Asturias)	
Líneas prioritarias en la prevención de drogodependencias	62
Ayuntamiento de Avilés (Asturias)	
Concurso de carteles contra las drogas	64

Ayuntamiento de Avilés (Asturias)	
Día mundial sin tabaco	65
Ayuntamiento de Avilés (Asturias)	
Taller sobre riesgos asociados a las drogas	66
Ayuntamiento de Avilés (Asturias)	
Por tu salud camina	67
Ayuntamiento de Badajoz	
No es plan	68
Ayuntamiento de Burgos	
Formación y sensibilización específica en prevención cardiovascular	69
Ayuntamiento de Burgos	
Promover la actividad física en el tiempo libre	70
Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)	
Punto de información sobre drogodependencias	71
Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)	
Prevención en Alcohol, Tabaco y otras drogas	72
Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)	
La depresión y la ansiedad en niños adolescentes	73
Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)	
Reconocimientos médicos escolares	74
Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)	
Salud y envejecimiento activo	75
Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)	
Programa comunitario para la reducción de daños del consumo de drogas	76
Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)	
Talleres de prevención del consumo de sustancias	77
Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)	
Teatro: ¡no me ralles!	78
Ayuntamiento de Logroño	
Programa Consumo responsable de Alcohol	79
Ayuntamiento de Manresa (Barcelona)	
Prevención sobre drogodependencias	80
Ayuntamiento de Molina de Segura (Murcia)	
Programa paseos saludables	81
Ayuntamiento de Ourense	
Unidad de deshabituación tabáquica	82

Ayuntamiento de Palau Solità i Plegamans (Barcelona)	
Programa de prevención de drogas y riesgos asociados	83
Ayuntamiento de Petrer (Alicante)	
Petrer sin humos: un paso más	84
Ayuntamiento de Pinto (Madrid)	
Promoción del ejercicio físico en parques biosaludables	85
Ayuntamiento de Pozoblanco (Córdoba)	
El deporte es para tod@s	86
Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón (Madrid)	
Marcha "Ten a tu corazón contento"	87
Ayuntamiento de Salamanca	
Ponte en marcha, ganarás salud	88
Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)	
Consejo asistido y detección del VIH/sífilis	89
Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)	
Prevención del tabaquismo y deshabituación tabáquica	90
Ayuntamiento de Sant Feliú de Llobregat (Barcelona)	
Actívate caminando	92
Ayuntamiento de Segovia	
Rutas para la salud	93
Ayuntamiento de Segovia	
Red Municipal de Prevención de drogodependencias	94
Ayuntamiento de Silla (Valencia)	
Ejercicio físico regular	95
Ayuntamiento de Silla (Valencia)	
Prevención de drogodependencias	96
Ayuntamiento de Tres Cantos (Madrid)	
Programa de deshabituación en el consumo de tabaco	97
<hr/>	
Alimentación Saludable	
Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)	
Talleres sobre desayunos saludables	99
Ayuntamiento de Aranda de Duero (Burgos)	
Desayunos sanos colectivos	100
Ayuntamiento de Avilés (Asturias)	
Taller preventivo sobre imagen corporal y trastornos de la alimentación	101

Ayuntamiento de Benalmádena (Málaga)	
Perseo	102
Ayuntamiento de Berja (Almería)	
Programa municipal de hábitos saludables	103
Ayuntamiento de Cambrils (Tarragona)	
Proyecto comunitario de seguridad alimentaria	105
Ayuntamiento de Cambrils (Tarragona)	
Sanos y en forma	106
Ayuntamiento de Elda (Alicante)	
Prevención de la Obesidad y Promoción del Ejercicio Físico	107
Ayuntamiento de Estepona (Málaga)	
Estudio sobre la alimentación en escolares	108
Ayuntamiento de Getafe (Madrid)	
Alimentación saludable	109
Ayuntamiento de Igualada (Barcelona)	
Programa de promoción de la alimentación saludable a jóvenes a partir de las redes sociales	110
Ayuntamiento de Jaén	
Desayuno saludable en el mercado	111
Ayuntamiento de Jaén	
Desayuno saludable en la adolescencia	112
Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)	
Trastornos de la Alimentación	113
Ayuntamiento de Lugo	
Trabajamos por tu salud	114
Ayuntamiento de Manresa (Barcelona)	
Alimentación saludable en escolares	115
Ayuntamiento de Molina de Segura (Murcia)	
Programa de prevención de obesidad infantil y juvenil	116
Ayuntamiento de Ourense	
Programa de asesoramiento nutricional	117
Ayuntamiento de Palma de Mallorca	
La escuela en el mercado	118
Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón (Madrid)	
Programa Thao	119
Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)	
Comemos más sano y somos personas más activas	120

Ayuntamiento Villanueva de la Cañada	
Programa Thao-salud infantil	121
Ayuntamiento Villanueva de la Cañada	
Plan integral de alimentación	122
Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz	
Implantación de la Evaluación del Impacto en Salud en los proyectos municipales	124
Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz	
Observatorio Nutricional	125

Salud y Sociedad

Ayuntamiento de Almendralejo (Badajoz)	
Encuentro Comunitario para la promoción de la salud	127
Ayuntamiento de Guadix (Granada)	
Estrategia municipal para la protección, defensa y educación de los consumidores	128
Ayuntamiento de Logroño	
Programa para la promoción del buen trato en parejas jóvenes ¡quíreme... bien!	130
Ayuntamiento de Mieres (Asturias)	
Píde la salud a tu puerta: Promoción de la participación en salud	131
Ayuntamiento de Ourense	
Programa de prevención en el ámbito familiar	132
Ayuntamiento de Parla (Madrid)	
Servicio de mediación intercultural para la salud	134
Ayuntamiento de Salamanca	
Casa de las Asociaciones	135
Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)	
Programa de Género y Salud	136
Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)	
Intervención psicológica sobre comportamientos vinculados con la salud	138
Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)	
Promoción de la salud en población inmigrante	139
Ayuntamiento de Segovia	
Convenios con entidades de autoayuda y voluntariado	140

Ayuntamiento de Silla (Valencia)	
Coordinación con las instituciones en materia de Salud Pública	141

Ayuntamiento de Zamora	
Inmigración y salud	142

Educación y Salud

Ayuntamiento de Adeje (Santa Cruz de Tenerife)	
Familia saludable	144

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)	
Escuela de Salud: Estilos de Vida Saludables	145

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)	
Educación para la Salud en población en exclusión	146

Ayuntamiento de Alcorcón (Madrid)	
Mesa de salud escolar	147

Ayuntamiento de Avilés (Asturias)	
Educación de calle	148

Ayuntamiento de Badajoz	
Alimentación y deporte como juego	149

Ayuntamiento de Cambrils (Tarragona)	
Servicio de Salud Escolar	150

Ayuntamiento de Estepona (Málaga)	
Programa de Educación Vial	151

Ayuntamiento de Fraga (Huesca)	
Educación Afectivo-Sexual	152

Ayuntamiento de Granada	
Educación para la salud en la escuela	153

Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)	
Programa maleta pedagógica. Talleres de educación afectivo-sexual	154

Ayuntamiento de Logroño	
Programa Familiar y Escolar	155

Ayuntamiento de Manresa (Barcelona)	
Educación en primeras curas	156

Ayuntamiento de Móstoles (Madrid)	
Escuela Municipal de Salud	157

Ayuntamiento de Oviedo	
Escuela Municipal de Salud	158

Ayuntamiento de Pinto (Madrid)	
Educación afectivo-sexual en el alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria	159

Ayuntamiento de Salamanca	
Educación de calle	160

Ayuntamiento de Salamanca	
Escuela de salud	161

Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)	
Escuelas saludables	162

Ayuntamiento de Sant Feliú de Llobregat (Barcelona)	
Salud en las escuelas	163

Ayuntamiento de Segovia	
Aulas de Salud	164

Plan Municipal de Salud

Ayuntamiento de Aranda de Duero (Burgos)	
I Plan Municipal de Salud 2009-2011	166

Ayuntamiento de Astillero (Cantabria)	
I Plan Municipal de Salud de Astillero 2007-2010	167

Ayuntamiento de Burgos	
I Plan de Salud 2010-2015	168

Ayuntamiento de Manresa (Barcelona)	
Plan de Salud 2011-2015	169

Ayuntamiento de Móstoles (Madrid)	
Plan Estratégico Municipal de Salud 2009-2014	170

Ayuntamiento de Ourense	
Plan Municipal de Salud	171

Ayuntamiento de Salamanca	
II Plan Municipal de Salud	172

Ayuntamiento de San Sebastián de Los Reyes (Madrid)	
II Plan Municipal de Salud	173

Ayuntamiento de Sant Andreu de La Barca (Barcelona)	
I Plan de Salud Municipal 2005-2009	174

Ayuntamiento de Segovia	
I Plan de Salud 2011-2013	175

Salud Pública

Ayuntamiento de Burguillos (Sevilla)	
Plan de Salud 2011-2013	177

Ayuntamiento de Molina de Segura (Murcia)	
Programa local saludable	178

Ayuntamiento de Oviedo (Asturias)	
Protección de la salubridad pública	179

Ayuntamiento de Pinto (Madrid)	
Control de agua de consumo	180

Ayuntamiento de Pinto (Madrid)	
Lucha antivectorial	181

Ayuntamiento de Pinto (Madrid)	
Prevención y control de legionelosis	182

Ayuntamiento Pozuelo de Alarcón (Madrid)	
Control de plagas	183

Ayuntamiento Pozuelo de Alarcón (Madrid)	
Campaña de vacunación de perros y gatos	184

Ayuntamiento de Silla (Valencia)	
Sanidad animal	185

Ayuntamiento de Silla (Valencia)	
Salubridad Pública	186

Ayuntamiento de Tres Cantos (Madrid)	
Control de colonias felinas	187

Ayuntamiento de Zamora	
Tenencia responsable de mascotas	188

1

Protección y Promoción de la Salud



Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Talleres de salud para mayores: Aspectos Psicológicos del Envejecimiento

Breve descripción del proyecto:

Los talleres de salud para el envejecimiento vienen llevándose a cabo desde el año 2007, realizándose tres ciclos al año de manera continua y tratando todos los aspectos psicológicos del envejecimiento.

Destinatarios:

Población de 60 años y más.

OBJETIVOS

Se establecen una serie de objetivos fundamentales en estos talleres:

- Fomentar conductas de protección frente a todo tipo de peligros, como domésticos, de tráfico, etc.
- Instruir en el manejo de técnicas de relajación y autocontrol.

- Mejorar los hábitos para conseguir un sueño reparador.
- Resolución de los problemas que lleva consigo el envejecimiento.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se celebran varios talleres de educación para la salud, donde la participación es activa por parte de los asistentes: se realizan dinámicas grupales y se exponen contenidos teóricos.

Se busca sobre todo la sencillez y la simplificación para adecuarlos a la edad de la población.

Para los talleres sobre peligros se llevan a cabo 3-4 sesiones.

Las técnicas de relajación y autocontrol se materializan en una sesión breve cada día al comienzo del taller.

Las técnicas para un sueño reparador se llevan a cabo en 3-4 sesiones sobre la importancia y las condiciones en las que debe realizarse el sueño.

Envejecimiento: 3-4 sesiones del ciclo.

RESULTADOS

El número de talleres que se han realizado hasta ahora ha sido de 13, con un volumen total de asistentes de 206. Se constata que este tipo de población es muy agradecida y responde bien a la oferta; no obstante hay una consi-

derable variación en la fidelización al ciclo de talleres.

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Talleres sobre cuidado de la salud de personas mayores

Breve descripción del proyecto:

Estos talleres se iniciaron en 2002 y desde entonces se vienen desarrollando anualmente para fomentar el cuidado de la salud de las personas mayores.

Destinatarios:

Mayores de 60 años.

OBJETIVOS

Se integran 2 tipos de talleres en función de los objetivos genéricos:

- Fomento de hábitos alimentarios saludables.
 - Se pretende sensibilizar sobre la importancia del modelo alimentario en el mantenimiento de la salud a estas edades con una información clara y precisa.
 - Se explicita la importancia de los aspectos educativos, psicológicos y económicos en la configuración de las dietas sanas que esta población consume.
- Se hace manifiesta la relación salud-alimentación específicamente en este segmento de población.
- Contribución a disminuir los accidentes de personas mayores:
 - Se identifican los factores de riesgo: conocimiento de las causas.
 - Se trata de modificar las conductas inadecuadas.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan varias sesiones interactivas de Educación para la Salud, donde, en grupos pequeños, se llevan a cabo explicaciones así

como ruegos de preguntas y respuestas, con la puesta en común de toda la información.

RESULTADOS

Actualmente continúan realizándose talleres periódicos sobre alimentación y prevención de accidentes y se observa un mayor aprecio

de las personas mayores por el cuidado de su salud.

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Talleres de estimulación cognitiva

Breve descripción del proyecto:

Este taller pretende realizar la estimulación de carácter cognitivo para personas mayores.

Destinatarios:

Mayores de 60 años.

OBJETIVOS

El objetivo principal es el tratamiento y entrenamiento de las pérdidas benignas de memorias asociadas a la edad.

Para la consecución de este objetivo genérico es necesario abordar los objetivos específicos indicados a continuación: ejercitar capacidades

como la atención, la comprensión, la percepción y el lenguaje; la mejora en las funciones psíquicas (asociado a lo anterior) para aumentar la autoconfianza y seguridad de los/las asistentes; contribuir a la resolución de las situaciones problemáticas de la vida cotidiana.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se llevan a cabo sesiones semanales para cada uno de los grupos establecidos: éstos se clasifican en función de una evaluación previa sobre determinados niveles de edad, conocimientos y situación memorística.

Se realizan, además, actividades de entrenamiento mental sobre memoria, atención y concentración:

- actividades de cálculo numérico.
- actividades de lenguaje.
- actividades especiales dedicadas a la mejora retentiva.

RESULTADOS

Actualmente, el número de personas mayores que asisten semanalmente a este taller es de 400, con permanencia voluntaria indefinida. Se observa un incremento en el aprecio de las personas mayores por el cuidado de la salud mental.

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Talleres de Salud para Mujeres: Menopausia

Breve descripción del proyecto:

El taller tiene como fin promover la salud en el tránsito hacia la menopausia o en aquellas personas con menopausia quirúrgica.

Destinatarios:

Mujeres de edades en torno a 45-55 años (o menores con menopausia quirúrgica) aunque la admisión al programa no es especialmente estricta.

OBJETIVOS

El objetivo general es el de facilitar el tránsito del climaterio de la mujer e incrementar su nivel de salud mediante talleres específicos.

En cuanto a los objetivos específicos, se pretende aumentar los conocimientos sobre la etapa del climaterio como proceso biológico, posibilitar el intercambio de experiencias den-

tro del grupo de mujeres afectadas, aumentar los conocimientos sobre las consecuencias emocionales, favorecer la percepción de normalidad en cada proceso individual, promover hábitos saludables, realizar una detección precoz de la osteoporosis y adquirir recursos personales para la protección de la salud.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Las actividades tienen carácter participativo mediante trabajos grupales. El taller completo consta de siete sesiones, con una duración de dos horas cada una. Se hace un recorrido por todos los temas de interés en esta etapa de cambio, tanto por los puramente fisiológicos

como por los emocionales y sexuales, añadiendo nutrición y técnicas de relajación.

Tras las exposiciones técnicas, se hace una puesta en común, con discusiones sobre experiencias personales.

RESULTADOS

La cobertura conseguida es bastante alta: han realizado el taller 1.025 mujeres desde 2001, lo cual supone aproximadamente entre un 5-7% de las mujeres de la ciudad en edades entre 45-59 años, que es la población diana del programa.

Los talleres son el mecanismo idóneo para aumentar conocimientos, desmitificar miedos y adquirir herramientas personales para afrontar este cambio.

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Talleres de Salud Afectivo-sexual para escolares

Breve descripción del proyecto:

El taller ha comenzado en 2011 y actualmente se está llevando a cabo en los diferentes centros educativos, ofreciendo información acerca de la salud afectivo-sexual en escolares.

Destinatarios:

Niños y jóvenes.

OBJETIVOS

El programa tiene como objetivo proporcionar a los escolares y adolescentes una formación afectivo-sexual basada en la salud y el placer,

en el fomento de la autoestima y la autonomía, en la igualdad de mujeres y hombres y en el respeto a las diferentes orientaciones sexuales.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Los talleres se impartirán a niños de 6º curso de Primaria y a jóvenes de 4º de la Educación Secundaria Obligatoria.

La metodología es completamente participativa, realizándose dinámicas grupales adecuadas a la edad de cada población.

Se realizan también a petición de los tutores o la jefatura de estudios.



1



Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Talleres de Salud para Adultos: Aprende a cuidarte

Breve descripción del proyecto:

El programa descrito consiste en la realización de talleres para la promoción y educación para la salud de adultos.

Destinatarios:

Adultos 30-60 años.

OBJETIVOS

Los objetivos generales de estos talleres son:

- Conocer las pautas de alimentación equilibrada.
- Establecimiento de hábitos y costumbres en relación con los alimentos.
- Potenciar la actividad física.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se trabaja en talleres de educación para la salud, como una estrategia educativa orientada a mejorar la salud y la calidad de vida de los participantes, facilitando la adquisición de hábitos saludables.

En los talleres se tratan los siguientes temas:

- Los alimentos y su relación con la salud.
- Hábitos alimentarios.
- Dietas equilibradas frente a regímenes alimenticios.

RESULTADOS

Hasta ahora, el número de talleres realizados ha sido de 20, con una participación total de 261 mujeres y 11 hombres.

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Talleres de Salud para Adultos: Cuando el estrés es un problema

Breve descripción del proyecto:

Estos talleres pretenden proporcionar una formación en el control del estrés, ya que constituye un factor de riesgo para la salud, el bienestar y la calidad de vida de las personas.

Destinatarios:

Adultos 30-60 años.

OBJETIVOS

Los objetivos generales que persiguen los talleres son los siguientes:

- Posibilitar a la población adulta el conocimiento de sus capacidades para incrementar el nivel de salud.

- Mejorar el nivel de control del estrés a través de técnicas específicas.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se trabaja en talleres de educación para la salud, como una estrategia educativa orientada a mejorar la salud y la calidad de vida de los participantes, facilitando la adquisición de hábitos saludables.

Los temas tratados son:

- La complejidad del comportamiento humano.
- Técnicas de autocontrol.
- Trastornos de ansiedad. Control de respiración.
- Resolución de problemas.

RESULTADOS

Se han realizado un total de 22 talleres con la participación de 264 mujeres y 16 hombres.

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Salud para Adultos: Curso de Técnicas de relajación

Breve descripción del proyecto:

En el curso impartido se dan a conocer métodos y técnicas para obtener un estado de salud más pleno, y motivar la integración de estas técnicas en la vida cotidiana.

Destinatarios:

Adultos 30-60 años.

OBJETIVOS

Los principales objetivos que persigue el curso son:

- Difundir el aprendizaje de técnicas de relajación como herramienta de control.
- Favorecer hábitos saludables que les capaciten en el control de distintas situaciones cotidianas.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se trabaja en talleres de educación para la salud, como una estrategia educativa orientada a mejorar la salud y la calidad de vida de los participantes, facilitando la adquisición de hábitos saludables.

Las temáticas impartidas en el curso son:

- Técnicas de autocontrol.
- Respiración, relajación.
- Aprendizaje de dos métodos de relajación.

RESULTADOS

El número de cursos realizados hasta ahora ha sido de 24, con 263 mujeres y 11 hombres.

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Talleres de Salud para Adultos: Cómo sentirte bien

Breve descripción del proyecto:

El taller, comenzado en 2003, pretende la integración entre la población del concepto de ocio como elemento de salud.

Destinatarios:

Adultos 30-60 años.

OBJETIVOS

Los objetivos generales de estos talleres son:

- Sensibilizar a la población de la necesidad de adoptar hábitos de salud que nos proporcionen una mejoría en nuestro estado de ánimo.
- Incrementar la autoestima personal mediante el manejo de situaciones de la vida cotidiana.
- Aprendizaje de habilidades sociales.
- Refuerzo de la asertividad.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se trabaja en talleres de educación para la salud, como una estrategia educativa orientada a mejorar la salud y la calidad de vida de los participantes facilitando la adquisición de hábitos saludables.

Los contenidos de los talleres se estructuran como sigue:

- Emociones, sentimientos y salud.
- Factores de influencia.
- Descubrimiento de capacidades personales. Autoestima.
- El ocio como elemento de salud.

RESULTADOS

El número de talleres realizados ha sido de 21, participando en ellos un total de 259 mujeres y 10 hombres.



Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Talleres de Salud para Adultos: Sueño

Breve descripción del proyecto:

Este taller permite detectar y dar a conocer los diferentes trastornos del sueño, su sintomatología, así como proporcionar una serie de pautas prácticas que favorezcan la higiene del sueño que facilitarán conciliar el mismo o bien mantenerlo.

Destinatarios:

Adultos 30-60 años.

OBJETIVOS

Se establecen una serie de objetivos principales que se pretenden alcanzar con este taller:

- Posibilitar un descanso saludable y un sueño reparador.
- Mejorar la calidad del sueño.
- Adquisición de hábitos saludables para favorecer la higiene del sueño.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se trabaja en talleres de educación para la salud, como una estrategia educativa orientada a mejorar la salud y la calidad de vida de los participantes facilitando la adquisición de hábitos saludables.

Los contenidos de los talleres son los siguientes:

- La importancia del sueño.
- Relación entre sueño/vigilia.
- Higiene del sueño, rituales.

RESULTADOS

Se han realizado un total de 22 talleres sobre sueño, con la participación de 264 mujeres y 11 hombres.

1



Ayuntamiento de Alcorcón (Madrid)

Campaña de revisión de salud bucodental para niños

Breve descripción del proyecto:

La campaña, iniciada en 2008, trata de mejorar la salud bucodental de los escolares de los colegios en los que se realiza la revisión.

Destinatarios:

Escolares, alumnos/as de 1º de Educación Secundaria Obligatoria.

OBJETIVOS

Los objetivos de esta campaña son los siguientes:

- Mejorar la salud bucodental de la población escolar.
- Promover acciones saludables.
- Facilitar la formación de los estudiantes de Odontología.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se proporciona la información a centros educativos y padres, para poder iniciar las revisiones bucodentales y la posterior entrega, para los padres o tutores, de un informe de exploración bucodental donde se recogerá el estado de salud oral del menor.

Entre los colegios interesados, se iniciará la revisión. El reconocimiento bucodental se desarrollará según el siguiente esquema:

- Evaluación extraoral e intraoral.
- Estado de la dentición y tratamiento recomendado, en su caso.
- Presencia de alteraciones en el esmalte.
- Higiene oral.
- Necesidad de tratamiento de Ortodoncia.
- Entrega de un informe para los padres.

RESULTADOS

El porcentaje de niños revisados en el municipio de Alcorcón en 2008-2009, sobre el total de escolarizados, es de un 56,8%.

Se ha realizado la revisión en un total de 6 colegios concertados y 11 Institutos de Educación Secundaria, con un porcentaje de participación del 80% (sobre el total de colegios del municipio).

Ayuntamiento de Alcorcón (Madrid)

Programa mayores salud

Breve descripción del proyecto:

Este programa se comenzó en 2008 con el fin de potenciar hábitos saludables en la tercera edad.

Destinatarios:

Tercera edad.

OBJETIVOS

El objetivo general del programa es promover un envejecimiento activo y saludable en la población del municipio. Particularmente, se pretende potenciar la integración y participación en la comunidad, fomentar patrones de con-

ducta saludables, promoción y educación para la salud de los diferentes colectivos de enfermos crónicos, mejorar las capacidades cognitivas, promover y difundir estudios derivados del programa, etc.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La metodología se basa en un equipo de trabajo que se reúne mensualmente, con representantes de las instituciones que desarrollan actividades de prevención y promoción para la salud de los mayores. Las funciones de este equipo son:

- Marcar las líneas generales de actuación en promoción de la salud de los mayores, contando con las recomendaciones de los organismos nacionales e internacionales.

- Poner en común las intervenciones que se llevan a cabo en las diferentes instituciones en prevención y promoción de la salud y coordinarlas, rentabilizando los recursos institucionales.
- Buscar fuentes de financiación, gestionar los recursos necesarios y difundir las actuaciones del programa. Incentivar la publicación científica de los resultados que se obtengan.
- Evaluación continua del programa, proponiendo líneas de mejora.

RESULTADOS

Se han realizado varios talleres en el año 2009, con una gran acogida y participación por parte de la población de Alcorcón: alimentación y nutrición, tecnología de la vida cotidiana, adaptación a la jubilación, prevención de accidentes,

prevención de la gripe, escuela de abuelos y abuelas, aula de humanidades, mejora del sueño, impulso e incremento de la actividad física, etc.

Ayuntamiento de Alcorcón (Madrid)

Programa de alerta y prevención de los efectos de las altas temperaturas

Breve descripción del proyecto:

Con la puesta en marcha de este programa se habilita un sistema de información y vigilancia, para la temporada de verano, acerca de las altas temperaturas.

Destinatarios:

Tercera edad, niños, escolares y población general.

OBJETIVOS

El objetivo del programa se centró básicamente en minimizar y reducir lo máximo posible los efectos graves para la salud asociados a la subida de las temperaturas en temporada de

verano, con especial atención a la población de riesgo: mayores de 80 años que viven solos, con escaso apoyo familiar, con enfermedades crónicas y los niños.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se dio a conocer con anticipación el riesgo por ola de calor, se informó a la población de manera anticipada sobre los efectos del calor excesivo y se alertó en su caso a los servicios y centros socio-sanitarios del municipio de Alcorcón de la existencia del riesgo, informando a sus profesionales de los protocolos o procedimientos a seguir en cada caso

- Colocación del cartel informativo de los niveles de riesgo en cada centro designado.
- Información ciudadana sobre la predicción diaria de temperaturas y recomendaciones a través de los paneles informativos.
- Diseño de un folleto informativo-preventivo. La impresión y distribución la desarrolló la Concejalía de Salud y Mercados llegando a repartir 10.000 folletos informativos.
- Comunicación diaria a los coordinadores/as de los campamentos del boletín diario de temperatura y supervisión de las medidas a tomar. Desarrollo de una Unidad Didáctica específica sobre medidas preventivas.
- Elaboración y distribución de recomendaciones específicas a las Escuelas Infantiles y Casas de Niños.
- Impresión y distribución por los centros de mayores de los distintos carteles informativos con los niveles de riesgo e información diaria de la predicción de temperatura.
- Realización de dos talleres de prevención de la ola de calor impartidos por profesionales de los centros de salud de atención Primaria, a los usuarios de los centros de mayores.
- Atención personalizada telefónica: se realizaron un total de 8.639 contactos telefónicos personalizados con los mayores, con el objeto de conocer el estado de salud y transmitir las principales recomendaciones.
- Elaboración de trípticos informativo-preventivos para los trabajadores del Ayuntamiento, en especial los de calle y distribución de 500 de ellos; charla informativo-preventiva a los trabajadores de calle del Ayto. de Alcorcón, monitores-coordinadores de juventud, etc.

Ayuntamiento de Alcorcón (Madrid)

Programa de alerta y prevención de los efectos de las altas temperaturas

RESULTADOS

Cada año, desde el 15 de Junio hasta el 30 de Septiembre, el Sistema de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud, por mediación del Centro de Distrito de Salud Pública, comunica

las temperaturas de los niveles de alerta por ola de calor a todas las instituciones participantes. Se comunicaron 90 alertas de nivel 0 y 10 alertas de nivel I.



Ayuntamiento de Almendralejo (Badajoz)

Semana de la Salud

Breve descripción del proyecto:

En la Semana de la Salud de Almendralejo se realizan actividades para la formación e información acerca de la protección y promoción de la salud.

Destinatarios:

Población general, técnicos y representantes políticos.

OBJETIVOS

Generar un espacio que promueva la educación para la salud como un proceso de formación y de responsabilización del individuo a fin de que

adquiera los conocimientos, las actitudes y los hábitos básicos para la defensa y promoción de la salud individual y colectiva.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Previamente al diseño de las actividades, se mantuvieron reuniones con profesionales de diversas materias así como con las asociaciones socio-sanitarias locales y regionales.

Varias de las actividades se celebraron en la calle con el interés de acercar la información a la ciudadanía, así como de disfrutar del entorno mientras se realizan actividades saludables.

Se efectuaron la siguiente tipología de actividades que englobaban cursos, talleres, ponencias, cuñas en la radio, participación en revistas, creación de grupos de trabajo, etc:

- Acciones de formación sanitaria.
- Acciones de sensibilización.
- Acciones de difusión.
- Acciones de participación.

RESULTADOS

El número de participantes fue de 400 aproximadamente; la participación de la comunidad en el proyecto ha sido de un 80%.

Un 80% de los participantes fueron mujeres.

Se observó un alto grado de interés de los/las participantes por las líneas de trabajo propuestas.

Ayuntamiento de Aranda de Duero (Burgos)

Salud para todos

Breve descripción del proyecto:

Ante la necesidad de mejorar la salud de la población inmigrante del municipio, se han puesto en marcha una serie de actividades enmarcadas dentro del proyecto de "Salud para todos".

Destinatarios:

Población inmigrante.

OBJETIVOS

Los objetivos generales de este proyecto son fomentar, en la población inmigrante, la cultura de la prevención y de la promoción de la propia salud, así como los hábitos y prácticas saludables, además de favorecer la equidad.

Los objetivos específicos son: informar y promover la participación de la población inmi-

grante en aspectos relacionados con la salud; desarrollar el Proyecto "Salud para Todos" que incluye, entre otras actuaciones, programas de alimentación saludable, prevención de enfermedades congénitas, cuidados del recién nacido y prevención de enfermedades vacunables, prevención de enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Dentro de las líneas de intervención marcadas por la Junta de Castilla y León se trabajan contenidos de salud desde una perspectiva preventiva y educadora. Además de los recursos materiales y personales necesarios para desarrollar los diferentes talleres, en todos ellos se ha realizado una captación de los/as parti-

cipantes desde el Programa de Orientación y Asesoramiento al Inmigrante.

Como complemento de estas actuaciones de salud se desarrollan otra serie de programas y actividades puestas en marcha desde la propia Concejalía de Acción Social y de Salud, dirigidas al colectivo de inmigrantes.

RESULTADOS

Estas actuaciones han resultado muy útiles y altamente satisfactorias, como lo demuestra su asistencia, su actitud y el cuestionario de satisfacción. En lo que respecta a los talleres

relacionados con la educación sexual, prevención de enfermedades de transmisión sexual, etc., se constata que sigue habiendo falsas creencias.

Ayuntamiento de Avilés (Asturias)

Ciclo de Conferencias Avilés Ciudad Saludable

Breve descripción del proyecto:

Este ciclo ofrece una visión completa e integral acerca de la salud física, psíquica y social.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los objetivos generales de este ciclo son: mejorar de modo constante el ambiente físico y social, así como potenciar aquellos recursos comunitarios que permiten a la población realizar todas las funciones de la vida y auto-desarrollarse hasta su máximo potencial.

Entre los objetivos específicos se encuadran: la promoción de hábitos saludables entre la población, la atención a la dependencia y a las personas cuidadoras de dependientes o enfermas, el cuidado del entorno y salud medioambiental, la promoción del transporte público y movilidad urbana y la mejora continua de los recursos, información y participación ciudadana.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Algunos de los temas tratados son: la alimentación como factor determinante de salud; mujer y salud; repercusiones de la telefonía móvil en la salud; anorexia y bulimia en la adolescencia; papá y mamá se separan, ¿y yo?; uso racional

de los medicamentos; política, ciudad y salud; derechos y responsabilidades del paciente; autocuidados de la columna; artritis: mitos y realidades; cáncer de colon; menopausia; etc.

RESULTADOS

Se ha conseguido la implicación y participación de profesionales de la salud pertenecientes al ámbito local/regional, investigadores, profesorado de la universidad, asociaciones de enfermos y otros colectivos.

Consolidación y mantenimiento de la actividad, ya que en la actualidad se está celebrando su séptima edición. Gran repercusión en los medios de comunicación local y regional.

Ayuntamiento de Avilés (Asturias)

Talleres Saludables

Breve descripción del proyecto:

Estos talleres se desarrollan con la intención de acercar a la ciudadanía información y práctica sobre hábitos saludables.

Destinatarios:

Población general y/o colectivos específicos.

OBJETIVOS

Como principales objetivos, se podrían detallar los siguientes: mejorar de modo constante el ambiente físico y social, potenciar aquellos recursos comunitarios que permiten a la población realizar todas las funciones de la vida y auto-desarrollarse hasta su máximo potencial.

Específicamente, se pretende promocionar los hábitos saludables entre la población, prestar una mayor atención a la dependencia y a las personas cuidadoras de dependientes o enfermas, el cuidado del entorno y salud medioambiental y la promoción del transporte público y movilidad urbana. Mejora continua de los recursos, información y participación ciudadana.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Algunos temas tratados en los talleres son: fisioterapia; prevención de riesgos y accidentes domésticos; primeros auxilios; alimentación saludable; autoprotección personal; higiene

postural de la espalda; inteligencia emocional; entrenamiento de la memoria; control de las emociones; mejora de la autoestima; envejecimiento saludable; sexualidad, etc.

RESULTADOS

Estos talleres están consolidados dentro de la oferta municipal de programas.

De forma progresiva se han ido ofertando estas actividades por distintos barrios de la ciu-

dad, por lo que la descentralización territorial es un objetivo en esta actividad.

La demanda es satisfactoria y hay listas de espera en gran parte de las actividades.



Ayuntamiento de Burgos

Asómate a la Salud

Breve descripción del proyecto:

El proyecto se comenzó a llevar a cabo en el año 2007 y engloba una serie de actividades con objeto de promocionar hábitos de vida saludables.

Destinatarios:

Población general y asociaciones del ámbito de la salud.

OBJETIVOS

Los principales objetivos de esta iniciativa son:

- Concienciar a la población de la importancia de estar sanos.
- Conocer alteraciones posibles de la salud, así como enfermedades.
- Fomentar los estilos de vida saludables.
- Facilitar el conocimiento de las asociaciones implicadas en la salud.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se han llevado a cabo varias acciones relacionadas con el proyecto, entre las que se pueden destacar:

- El contacto directo con asociaciones del ámbito de la salud, consensuando con ellas propuestas y presupuesto.
- Publicidad a través de la revista Plaza Mayor.
- Elaboración de folletos informativos.
- Charlas, conferencias, talleres, artículos informativos, charlas coloquio, etc.
- Propuesta realizada por cada asociación con contenido correspondiente a la enfermedad o terapia propuesta.

RESULTADOS

Se ha dado en esta iniciativa una amplia implicación de asociaciones, familiares y público en general que se forma a través de los cursos o

talleres organizados por las asociaciones para cuidadores.

Ayuntamiento de Cambrils (Tarragona)

III Semana de la Salud

Breve descripción del proyecto:

En la III Semana de la salud celebrada en 2011 se llevaron a cabo diversas actividades y talleres para fomentar los hábitos de vida saludables entre la población de Cambrils.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los principales objetivos perseguidos fueron: promover, sensibilizar e informar sobre estilos de vida saludables; fomentar la alimentación saludable; incentivar acciones entre los fuma-

dores para dejar de fumar; promover el ejercicio físico y reducir el sedentarismo y prevenir el aumento de consumo de alcohol y establecer pautas de reducción de riesgo.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Las actividades desarrolladas se estructuraron en base a los objetivos y a los principales problemas de salud detectados en la comarca del Baix Camp. La organización de los actos se desarrolló desde el Servicio Municipal de Salud del ayuntamiento de Cambrils, con la colaboración de instituciones y entidades participantes. Los actos realizados fueron:

- Entrevista televisiva sobre el tabaco.
- Entrevistas radiofónicas: "Deporte y Salud", "Proyecto de Alimentación Mediterránea" "Los trastornos alimentarios" y "El etiquetaje alimentario".
- Difusión del mensaje "salud y joven". Con alumnos de Bachillerato y de Educación Secundaria Obligatoria.
- Sesión informativa de alimentación mediterránea.
- Taller participativo para la gente mayor "Del mercado a la mesa".
- Feria de la salud: Exposición de stands relativos a la salud, caminata popular de 1 hora, desayuno saludable y sesión de tai-chí.

RESULTADOS

La mayoría de los participantes consideraron muy innovadora la presentación de los stands. Se realizó una encuesta de valoración y satis-

facción del acto, con un resultado altamente satisfactorio. La población participante ha estado muy motivada y participativa.

Ayuntamiento de Curtis (A Coruña)

Curtis Saludable

Breve descripción del proyecto:

El Programa Curtis saludable se lleva a cabo anualmente desde agosto hasta diciembre y engloba talleres y actividades para la promoción y protección de la salud entre sus ciudadanos.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los principales objetivos del programa son: fomentar estilos de vida saludables; favorecer la adopción de una política pública saludable y sostenible disminuyendo desigualdades en la salud con independencia del nivel económico, cultural o social; ayudar a la vecindad que posea patologías solucionables mediante la práctica de una buena alimentación y actividad física; envejecer de forma activa y saludable; aumentar la conciencia y comprensión de la importancia de un régimen alimentario

saludable y un modo de vida activo; promover la participación intersectorial, incluidas las instituciones del sector privado; concienciar a la población de la necesidad de evitar el sedentarismo; concienciar a los responsables de la restauración, tanto a nivel público como particular, sobre la importancia de potenciar las comidas saludables y concienciar a la población sobre la importancia que tiene para su salud, el evitar el consumo de drogas, promoviendo la eliminación y/o moderación en su consumo.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Dentro del programa se realizaron talleres específicos en relación a:

- Nutrición.
- Actividad física.

- Prevención.
- Talleres para padres y madres "Educando en valores".

RESULTADOS

Se ha observado un incremento de la práctica deportiva, manifestado en un mayor número

de usuarios de las escuelas deportivas municipales.

Ayuntamiento de Getafe (Madrid)

Hábitos saludables

Breve descripción del proyecto:

El proyecto pretende aumentar la sensibilización e información sobre hábitos saludables mediante actividades en los centros educativos.

Destinatarios:

Alumnado de 1º y 3º de Primaria, 1º de Secundaria.

OBJETIVOS

Se establecen unos objetivos principales a alcanzar con este proyecto: promover hábitos saludables sobre higiene corporal, postural y de los alimentos; informar a los padres y ma-

dres del alumnado sobre la importancia de tener unos hábitos higiénicos saludables y conocer los hábitos de salud dental de los alumnos de 3º de Primaria.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se presenta inicialmente el programa a profesorado, alumnado, madres y padres.

En la educación para la salud, se le proporciona material didáctico e informativo al profesorado, además de facilitarle unas fichas de actividades por edades, para trabajar en el aula.

Posteriormente se pasa una encuesta de hábitos de salud bucodental al alumnado de 3º de

Educación Secundaria Obligatoria y también se realizan charlas-coloquio sobre higiene con el alumnado de 5º de Primaria y 1º de Secundaria.

A las madres y padres de alumnos/as de 1º de Primaria y de 1º de Secundaria se les envía una carta con recomendaciones de mantener los colutorios en casa, además de recordar la conveniencia de visitar al dentista al menos 1 vez al año.

RESULTADOS

Se ha apreciado una sensibilización hacia los hábitos saludables de alumnado, padres y madres; se han aumentado los conocimientos sobre prácticas saludables en la comunidad educativa; existe un mantenimiento de expe-

riencias saludables en aspectos que se evalúan (higiene dental).

Con este programa, se ha logrado además un refuerzo de la labor del profesorado.

Ayuntamiento de Getafe (Madrid)

Juventud, salud y sexualidad

Breve descripción del proyecto:

Con este Programa se persigue la educación en materia afectivo-sexual que se viene desarrollando en la mayoría de los institutos del municipio durante todos los cursos.

Destinatarios:

Jóvenes, profesorado y mediadores.

OBJETIVOS

Se pretende promover que los jóvenes tengan información y actitudes saludables hacia su salud sexual y reproductiva; además, se proporcionan medios profesionales para una

anticoncepción eficaz. Por último, se abren espacios de reflexión e información sobre salud sexual y reproductiva.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Las acciones desarrolladas dentro del proyecto son:

El establecimiento de un programa de educación sexual dirigido a centros educativos y asociaciones a principio de curso.

El asesoramiento sobre salud y sexualidad un día a la semana en un centro de referencia juvenil.

Se pone en marcha una consulta joven, un día a la semana con atención exclusiva y gratuita a jóvenes.

RESULTADOS

Con la consecución de este proyecto, se ha logrado el establecimiento de un servicio de referencia para la atención de los jóvenes y el aumento de la información sobre sexualidad y anticoncepción.

En relación a las acciones, se ha promovido un cuestionamiento y eliminación de mitos e informaciones erróneas, así como cuestionar las actitudes sexistas.



Ayuntamiento de Girona

Promoción de la salud

Breve descripción del proyecto:

Desde el año 2001 se viene desarrollando este proyecto, que entraña diversas actividades para la promoción y protección de la salud y la creación de unos hábitos de vida saludables.

Destinatarios:

Población adulta, gente mayor y todos los colectivos que se encuentran en situaciones desfavorecidas y de vulnerabilidad.

OBJETIVOS

Para este proyecto, se han concretado una serie de objetivos principales:

- Facilitar y promover los hábitos saludables a la población general, personas mayores y colectivos vulnerables, aumentando el número de acciones formativas.
- Crear espacios para capacitar a la población en hábitos y conductas saludables que puedan prevenir riesgos para la salud según la demanda de los propios usuarios.
- Conmemorar el Día Internacional de la Gente Mayor.
- Crear recursos o adaptar los existentes para colectivos en situaciones de vulnerabilidad, además de fomentar la adquisición de hábitos sociales y habilidades personales.
- Aumentar la participación en actividades comunitarias.
- Conocer los estilos de vida de poblaciones diana en cuanto al uso y abuso de drogas y en cuanto a las "curas básicas y los primeros auxilios".



Ayuntamiento de Girona

Promoción de la salud

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para la población general se realizan campañas de sensibilización (día de la diabetes, semana del corazón, etc.).

En cuanto a las personas mayores, se han puesto en marcha talleres de mantenimiento de la memoria, charlas coloquio, el Día Internacional de la Gente Mayor, además de sesiones de ejercicio físico.

Se han establecido acciones formativas en salud para los colectivos en situación de riesgo

y los profesionales que intervienen en estos procesos. Se procuran adaptar los recursos en función de sus necesidades y se trabaja de manera transversal para mejorar la afectividad y socialización.

Se han promovido los hábitos saludables trabajando en la prevención de consumo de drogas en el Sector Este, en Sant Narcís y Santa Eugenia.

RESULTADOS

Se trabaja en el 100% de los Centros Abiertos, el 70% de las Asociaciones de Gente Mayor y con un 60% de los participantes en la Escuela de Adultos.

El 52% de los servicios y asociaciones han solicitado actividades adaptadas el último año. Destacamos que los Centros residenciales de acción educativa y el Centro de Acogida y Ser-

vicios Sociales "La Sopa" han consolidado la demanda, que ya se va perfilando como estable.

Los educadores tienen integrados en sus calendarios los temas de salud que quieren realizar. El Equipo Municipal de Salud sigue siendo asesor y referente de los temas de salud que se trabajan en los centros.

Ayuntamiento de Girona

Promoción de la Salud en infancia, adolescencia y juventud

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto municipal de salud se lleva a cabo anualmente en la mayoría de escuelas e institutos del municipio y engloba actividades y talleres dirigidos a niños, adolescentes y jóvenes para promover hábitos de vida más saludables.

Destinatarios:

Niños, adolescentes y jóvenes.

OBJETIVOS

Los objetivos perseguidos por el proyecto son los siguientes: contribuir a mejorar la salud integral de niños/as a través de la adopción de hábitos saludables; proporcionar herramientas formativas y habilidades sociales a adolescentes y jóvenes sobre los aspectos relacionados con la salud y las conductas de riesgo. Trabajar la adquisición de hábitos afectivos y emocio-

nales respecto de la salud y a la enfermedad; favorecer la construcción de una identidad no sexista previniendo y sensibilizando contra la violencia de género y entre iguales; fomentar la concienciación y sensibilización sobre la importancia de la donación de sangre; reforzar actitudes contrarias al consumo de drogas que eviten o retrasen su inicio.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para cada curso se realiza una actividad distinta; por ejemplo, en Educación Infantil se celebra una sesión de títeres y la actuación de una payasa para tratar temas como la alimentación saludable, hábitos higiénicos o igualdad de género.

En Primaria, se realizan obras de teatro, exposiciones o actividades con el objetivo de con-

cienciar sobre la higiene buco-dental, la violencia o la donación de sangre.

Para la Educación Secundaria Obligatoria, se realizan talleres y exposiciones para la prevención del consumo de drogas, tabaco o alcohol, además de promover la igualdad de género y la donación de sangre.

RESULTADOS

Se realiza un trabajo en el 85% de las escuelas de Primaria, y el 93% de los centros de secundaria de la ciudad.

Los educadores tienen integrados en sus calendarios los temas de salud que van a trabajar.

El Equipo Municipal de Salud sigue siendo asesor y referente de los temas de salud que se trabajan en los centros.

Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)

Talleres de Alimentación e Higiene Personal

Breve descripción del proyecto:

Los talleres, que se han llevado a cabo desde 2007, tratan de enfatizar los beneficios de una dieta saludable formando al personal docente de los centros educativos.

Destinatarios:

Niños y escolares.

OBJETIVOS

Como objetivo general, estos talleres pretenden contribuir al conocimiento de los benefi-

cios de una alimentación saludable, equilibrada y de la higiene personal.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se ofertan, al principio del curso escolar, los talleres a todos los centros educativos, mediante carta informativa donde se describe el contenido del taller y a quien va dirigido.

Los centros que solicitan el taller lo hacen a través de correo electrónico o fax.

RESULTADOS

Hasta ahora, el número total de alumnos que han participado en el taller es de 534. Se han realizado talleres en siete colegios públicos de

Educación Primaria e Infantil y en un colegio privado.



Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)

Programas Órdago y Aventura de la Vida

Breve descripción del proyecto:

Los Programas Órdago y Aventura de la Vida, desarrollados desde el año 2007, promueven, a través de actividades diversas, la adquisición por parte del alumnado de hábitos de vida saludables.

Destinatarios:

Programa aventura de la vida: alumnos de 3º a 6º de Primaria.
Programa Órdago: Alumnos de Educación Secundaria Obligatoria.

OBJETIVOS

Los principales objetivos de los programas son promocionar la adquisición de hábitos saludables y modificar las conductas no saludables, además de dar a conocer los factores sociales que influyen sobre la salud individual con el fin de favorecer la formación de opiniones sobre

los peligros más graves y frecuentes. También pretenden motivar y dar herramientas a los alumnos para que participen activamente, responsabilizándose así en la gestión de su propia salud.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Al principio de curso se realizan sesiones de formación para el profesorado, ya que son ellos quienes lo implementan en las clases. Se entrega material didáctico específico para el profesorado, para el alumno y para las familias. También disponen de un dinamizador externo como apoyo en su aplicación.

Los contenidos del programa se estructuran alrededor de 2 bloques de salud y 12 temas, y se adaptan al currículum de Prevención de Drogodependencias en Cataluña. En general, tratan sobre habilidades para la vida (respeto hacia uno mismo, afrontar los desafíos, manejar la tensión, relacionarse, tomar decisiones) y reforzar los hábitos saludables.

RESULTADOS

En Aventura de la vida han participado 4 escuelas con un total de 470 alumnos.

En el Programa Órdago han participado 14 centros con un total de 1392 alumnos.

Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)

L'Hospitalet 100x100 saludable

Breve descripción del proyecto:

Las acciones de este Programa, que viene desarrollándose desde 2009 por las Concejalías de Deportes y de Salud Pública, engloban desde actividades deportivas hasta talleres y charlas acerca de hábitos saludables en la población de L'Hospitalet.

Destinatarios:

Población de L'Hospitalet.

OBJETIVOS

Promover hábitos saludables en cuanto a la alimentación y la práctica del ejercicio físico

enmarcados dentro de la fase V de la Red Europea de Ciudades Saludables.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Inicialmente se realizan reuniones de coordinación entre los técnicos de los dos Servicios implicados en la implementación del Programa (deportes y salud pública) para la organización, planificación y posterior evaluación de cada actividad prevista en el cronograma anual.

Posteriormente se acometen actividades para promover la actividad física y la alimentación saludable como instrumento para luchar contra las enfermedades crónicas no transmisibles (hipertensión, obesidad, cáncer, etc.).

RESULTADOS

Existe una implicación activa del Consistorio en Políticas de Salud.

Algunos datos de participación en las distintas actividades son: tai-chí en el parque con 478 participantes; actividad acuática para disca-

pacitados con 165 usuarios, caminatas por L'Hospitalet con 262 participantes; 4602 actividades en el medio acuático; talleres de cocina de la dieta mediterránea en el ámbito escolar con 350 participantes; exposición: ¡Come bien, tu ganas! con 396 participantes.

Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)

Salud entre iguales

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto se realiza en varios de los centros educativos de L'Hospitalet y tiene como fin la formación en hábitos saludables de los adolescentes y jóvenes.

Destinatarios:

Adolescentes y jóvenes

OBJETIVOS

Se han establecido varios objetivos para el proyecto: el primero es promover actitudes favorables hacia la salud; facilitar la creación de grupos de jóvenes formados en la educación para la salud, y en concreto en el tema de drogas, para después poder hacer actividades y/o acciones de prevención en el consumo de sustancias con el grupo de iguales; crear un espacio de reflexión sobre el tema de la salud; ofre-

cer herramientas para poder llevar a término programas específicos para jóvenes; conseguir un efecto multiplicador, actuando las personas asistentes como mediadores preventivos respecto a otros jóvenes y acercar la formación en las ramas del campo social, educativo y de promoción de la salud a los jóvenes de manera práctica.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El proyecto se ha desarrollado en cinco fases diferenciadas. Las cinco fases son las siguientes: difusión del programa, formación, actividades y evaluación.

Los contenidos se adaptan en función de las inquietudes y conocimiento de los jóvenes y son los siguientes: ¿Qué es un agente de salud?; ¿Qué es educación para la salud?; autoestima e imagen; afectividad y sexualidad; drogas.

RESULTADOS

Se han formado 4 grupos de trabajo con jóvenes de 13 a 15 años, de 14 a 18 años, estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria y de 18 a 22 años. Se ha realizado un campeonato deportivo como actividad final y se ha consolidado un grupo de baile tradicional compartido con otros jóvenes.

También se ha elaborado material preventivo audiovisual: video y canciones de rap.

Se ha conseguido que se complete el programa de formación de los jóvenes participantes.

Ayuntamiento de Masquefa (Barcelona)

Maratón de la Sangre "Masquefa late con tu solidaridad"

Breve descripción del proyecto:

La maratón que se realiza en Masquefa anualmente en el mes de diciembre desde 2008, pretende la sensibilización y captación de donantes de sangre.

Destinatarios:

Población general (mayores de 18 años).

OBJETIVOS

Los objetivos de la maratón son: sensibilizar sobre la necesidad de convertir la donación de sangre en un hábito, captar nuevos donantes, conseguir un importante número de donacio-

nes durante la jornada y fomentar las donaciones de sangre para conseguir la autosuficiencia del Banco de Sangre.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La Maratón de la Sangre se engloba en el Proyecto del "Cap de Setmana Solidari".

En este fin de semana se recogen alimentos que van destinados a la asociación que gestiona el Banco de Alimentos de Masquefa y juguetes nuevos que se aportan a Cruz Roja para las familias que más lo necesitan.

El sábado se celebra la Maratón de la Sangre. Durante todo el día se llevan a cabo actividades promovidas por entidades, colectivos y voluntarios. También se ha realizado un trabajo en red con otros municipios intercambiando experiencias y conocimientos. Una vez recogidas las propuestas se elabora un programa conjunto y se diseña la difusión.

RESULTADOS

Ha habido una clara participación e implicación de entidades, colectivos locales, empresas y comercio en la realización de actividades y acciones para fomentar la donación; además, se ha aumentado considerablemente el número de nuevos donantes.

La Maratón multiplica por seis las donaciones en referencia a una captación ordinaria. Se ha conseguido que se vea como un acto de solidaridad.

Ayuntamiento de Molina de Segura (Murcia)

Semana de la Salud de Molina

Breve descripción del proyecto:

En la Semana de la Salud se promueven conferencias, acciones y talleres con el fin de fomentar hábitos de vida saludables.

Destinatarios:

Mujeres, adolescentes, niños, jóvenes, tercera edad, escolares y población general.

OBJETIVOS

La Semana de la Salud de Molina de Segura es una actividad con el objetivo de promover la salud, donde participan todos los recursos sanitarios, profesionales, colectivos y asociaciones de relevancia en el municipio y que durante

7 días dan visibilidad a su importante labor entre la ciudadanía, transmitiéndoles diferentes mensajes con el denominador común de la importancia de la prevención y el desarrollo de hábitos de vida saludables.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

En la Semana de la Salud se desarrollan distintas actividades, como por ejemplo: ciclo de conferencias, teatro infantil, gerontogimnasia, visitas de colegios, desayunos saludables, talleres de estimulación psico-corporal, relajación-sofrología, risoterapia, actividad física, primeros auxilios, hemo-donación, consultoría sexual, paseos saludables, sesiones de fru-

toterapia, talleres de encuadernación, teatro, baile, exhibición de cocina, revisiones odontológicas, tensión arterial, colesterol, glucosa, determinación grasa corporal, taller de reanimación cardiopulmonar, consulta de infertilidad, jornadas gastronómicas de comida saludable, simulacro de terremoto en colegio, etc.

RESULTADOS

Este formato de Semana de la Salud capta la atención de los ciudadanos y sirve para trans-

mitirles numerosos mensajes de mejora de sus hábitos de vida saludables.

Ayuntamiento de Oviedo (Asturias)

Feria de la Salud

Breve descripción del proyecto:

En la Feria de la Salud de Oviedo se realizarán varias actividades con el objeto de promover hábitos de vida saludables entre su población.

Destinatarios:

Población general y colegios.

OBJETIVOS

Se persigue con la Feria dar a conocer de forma lúdica y abierta una visión multidisciplinar

y pluri-institucional de la salud, y favorecer la participación en actividades que lo faciliten.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El evento dura tres días, es abierto y gratuito a la población general.

una exposición de diez stands con temática concordante.

Se celebran once charlas y/o conferencias de temática divulgativa de aspectos físicos, psicológicos y sociales de la promoción de hábitos saludables, ocho talleres prácticos y se realiza

También se organizan visitas guiadas para colegios y otros colectivos solicitantes.

Se celebra una carrera urbana, no competitiva y un concurso de fotografía digital con el lema "Vida sin Tabaco" para colegios e institutos.

RESULTADOS

Tiene una gran repercusión en la población, con alta asistencia, así como en los medios de comunicación.



Ayuntamiento de Ourense

Salud materno infantil

Breve descripción del proyecto:

Se trata de prácticas de mejora y profundización en los cuidados de la atención materno-infantil.

Destinatarios:

Mujeres, niños y familias.

OBJETIVOS

Se pretende proteger, promover y apoyar la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses y la lactancia materna continuada hasta los dos años o más. Restaurar la cultura de la lactancia materna.

Poner en valor la maternidad, fomentando la confianza y la autoestima de las mujeres como creadoras, cuidadoras y trasmisoras de intervenciones claves para la vida de los/as niños/as.

Establecer enclaves específicos y/o intervenciones socio-educativas concretas para el debate, la reflexión y la participación conjunta de las familias en la vida de la comunidad, así como

para atender las demandas de las mujeres en las distintas etapas de su vida reproductiva: embarazo, parto, post-parto, amamantamiento, crianza.

Trasmitir, divulgar y actualizar conocimientos y recursos, para que las mujeres puedan iniciar, prolongar y conciliar la lactancia materna con la vida personal, familiar y laboral.

Lanzar iniciativas comunitarias con acciones de alto impacto destinadas a despertar la conciencia colectiva, sobre la consecuencia para la salud de la población del mundo de determinadas problemáticas defendidas y promovidas por los organismos internacionales de salud.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Desde el Ayuntamiento de Ourense se promueven diversas actividades que giran en torno a la atención materno infantil: punto de atención de lactancia materna (consultas, préstamo de

extractores de leche, biblioteca), talleres de maternaje para familias, semana mundial de la lactancia materna, campaña de promoción de lactancia en sitios públicos, etc.

RESULTADOS

Se ha conseguido una importante participación de las mujeres, especialmente en las distintas actividades de lactancia, yoga, etc.



Ayuntamiento de Pallejá (Barcelona)

Plan de educación afectivo-sexual

Breve descripción del proyecto:

Este plan contempla la educación afectivo-sexual a menores.

Destinatarios:

Alumnos de 10 a 12 años.

OBJETIVOS

Prevenir las conductas de riesgo respecto a las relaciones sexuales. Construir progresivamente una idea y vivencia de la sexualidad que lleve al crecimiento, a la felicidad y a la salud.

Profundizar en el conocimiento de los componentes físicos y fisiológicos, en el conocimiento de los marcos y patrones relacionados, en los que la sexualidad adquiere significado.

Profundizar en el conocimiento de valores, actitudes, sentimientos y afectos, los códigos éticos, las normas, mitos, tabúes, etc.

Potenciar la curiosidad como aspecto lícito. Que niños y niñas, chicos y chicas, puedan expresar y manifestar sus intereses, inquietudes, interrogantes. Que los educadores y padres lo puedan recoger y encaminar. Plantear dinámicas que ayuden a padres a pensar, entender y facilitar la educación de los hijos en casa.

Potenciar una actitud responsable hacia uno mismo y hacia el resto, así como unos comportamientos saludables.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

En las escuelas se realiza un trabajo paralelo a las ciencias naturales, que culmina en una jornada donde los alumnos tienen dos talleres obligatorios: en 5º, cambios puberales y género y en 6º sentimientos y relaciones. Tienen que

escoger uno de estos cuatro talleres variables: menstruación (solo chicas), un juego tipo trivial de sexualidad, un juego de ordenador sobre fisiología sexual y un video de sexualidad.

RESULTADOS

Se ha consolidado la dinámica de trabajo respecto a este ámbito en las escuelas. Se han vinculado los aspectos personales y afectivos

a los conocimientos. Ha habido una apertura de miras de los chicos y chicas y un aprendizaje vivencial.

Ayuntamiento de Palma de Mallorca

Programa de educación para la salud en las etapas de la madurez

Breve descripción del proyecto:

Proyecto para la mejora de las condiciones de las mujeres en etapas de madurez a través de una mayor capacitación en salud.

Destinatarios:

Mujeres a partir de 30 años, priorizando las de bajo nivel cultural y en riesgo de exclusión.

OBJETIVOS

Los objetivos generales del programa se centran en aumentar el nivel de conocimiento de la mujer sobre su propio cuerpo, fomentando un estilo de vida saludable y positivo, facilitando el desarrollo de capacidades que permitan tomar decisiones conscientes y autónomas sobre su propia salud.

Las mujeres participantes reflexionarán sobre sus propios recursos personales, descubriendo otros y desarrollando una actitud positiva sobre los diferentes cambios que hay en esta etapa; desarrollarán habilidades para el autocuidado, sus emociones, así como mejorar sus habilidades con el entorno; conocerán los diferentes recursos comunitarios que hay y aprenderán a hacer un uso racional de los mismos.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Cada una de las sesiones está basada en el aprendizaje significativo. Las participantes interactúan mediante dinámicas de grupo, al mismo tiempo que adquieren conocimientos o refuerzan los que tienen con una proyección.

El contenido es el siguiente: La importancia de cuidarse; Prevención de la enfermedad cardio-

vascular: alimentación, ejercicio físico, relajación y control del estrés, tabaco y alcohol; La mujer y el ciclo; Igualdad y corresponsabilidad; Sexualidad saludable y responsable; Clima-rio, menopausia y post-menopausia; Prevención de osteoporosis e incontinencia urinaria; La piel y sus cuidados; Importancia de la prevención: Screening y revisiones periódicas.

RESULTADOS

Los cuestionarios muestran alta satisfacción y aumento de conocimientos de las participantes, además de reconocimiento de haber cam-

biado algunos hábitos, mejorando su estilo de vida.

Ayuntamiento de Rubí (Barcelona)

Taller de Menopausia

Breve descripción del proyecto:

Este taller lleva realizándose de manera anual desde el año 2000 y persigue la mejora de las condiciones de vida de las mujeres en el periodo de menopausia.

Destinatarios:

Mujeres.

OBJETIVOS

Los objetivos que persigue el taller son: informar de lo que es en realidad el climaterio y la menopausia y los síntomas a nivel físico y psíquico; promocionar hábitos saludables antes, durante y después de la retirada de la regla,

para prevenir los problemas en esta etapa de la vida; informar de los tratamientos actuales, y dotar de recursos a la propia mujer, que favorezcan su autonomía en cuanto a los autocuidados.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se imparten entre 2-3 talleres por año, llevándose a cabo una parte de información sobre el tema de la sesión, un debate y trabajo en grupo de las asistentes, una parte en la que se realizan técnicas de relajación y una parte de tareas para casa.

Los contenidos del taller son: salud integral, anatomía y fisiología del aparato genital y otros asociados a esta etapa; síntomas del climaterio; ejercicios de Kegel; hábitos saludables: alimentación, ejercicio físico, higiene del sueño; tratamientos médicos de los síntomas; autoestima y asertividad; salud mental y reparto de tareas; sexualidad.

RESULTADOS

El principal resultado de los talleres que se llevan realizando es la confirmación de que la mujer es curiosa y siempre a cualquier edad es la mayor participante en actividades formativas.

En esta etapa la mujer sufre varias situaciones coincidentes en el tiempo que merman su bienestar físico y emocional. El realizar activi-

dades como éstas, que refuerzan su yo y sus derechos a disfrutar, aprender, relacionarse y delegar, son ya en sí mismas un elemento importantísimo de promoción de salud.

Sin duda alguna, crear espacios de encuentro entre mujeres desempeña un efecto preventivo a nivel de salud.

Ayuntamiento de Rubí (Barcelona)

Promoción y protección de la salud

Breve descripción del proyecto:

El proyecto está constituido por una serie de líneas de actuación para la promoción y protección de la salud.

Destinatarios:

Mujeres, adolescentes, niños, jóvenes, tercera edad, escolares y población general.

OBJETIVOS

Los principales objetivos del proyecto son:

- Reducir la morbilidad de las enfermedades asociadas a factores de riesgo y estilos de vida poco saludables.
- Crear órganos administrativos para la coordinación y trabajo transversal en la atención sanitaria de la comunidad de Rubí.
- Contribuir a la mejora de la calidad de vida de las personas mayores.
- Vigilar y controlar los establecimientos de concurrencia pública para asegurar que las actividades que se realizan no entrañan riesgos para la salud pública.
- Promover la salud mental entre la población de Rubí.
- Promover estrategias y recursos del municipio, dirigidos a apoyar a las personas enfermas crónicas, discapacitadas y sus familias.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Dentro del programa se realizan varios talleres orientados a los objetivos antes detallados.

RESULTADOS

Los talleres e intervenciones que se están realizando son muy bien acogidos por los profesionales de la educación.

Cada año son más las escuelas que deciden realizar actividades de promoción de la salud entre su alumnado.

Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Salud y personas mayores

Breve descripción del proyecto:

Esta iniciativa procura mejorar la salud de las personas mayores de 65 años a través de actividades y talleres realizados en San Fernando de Henares.

Destinatarios:

Mayores de 65 años.

OBJETIVOS

El objetivo general de la iniciativa es el de promover un envejecimiento satisfactorio, activo y saludable en la población, incrementando la independencia, autoestima y autonomía personal de las personas mayores y mejorando su participación en la vida comunitaria.

Entre los objetivos específicos, cabe destacar los siguientes: mejorar las capacidades cog-

nitivas y frenar la pérdida de memoria; facilitar la vida cotidiana; mejorar el autocuidado y disminuir la hiperfrecuentación innecesaria de consultas médicas; prevenir las lesiones y discapacidades por accidentes; potenciar una alimentación sana y equilibrada; promover la realización de actividad física e identificar y disminuir las desigualdades derivadas de la generación.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan talleres semanales de 60-90 minutos de duración de: alimentación y nutrición; prevención de accidentes; uso y abuso de medicamentos; sexualidad y afectividad; man-

tenimiento de las actividades de la vida diaria; memoria y desarrollo cognitivo; una actividad física beneficiosa para la salud y una charla-coloquio "envejecer con salud".

RESULTADOS

Se busca la independencia sin paternalismo.

Se disminuyen costes al disminuir ingresos en hospitales y residencias. Los servicios domiciliarios son más eficientes.

Se respeta el derecho de todas las personas mayores a un intento de rehabilitación.

Se han identificado nuevos y diferentes perfiles entre las personas mayores, según su edad, nivel de dependencia, nivel cultural y socioeconómico.

Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Prevención de accidentes y primeros auxilios

Breve descripción del proyecto:

El programa "Prevención de accidentes y primeros auxilios" trata de sensibilizar y formar a la población más susceptible de sufrir estos incidentes, además de a padres y docentes mediante cursos y talleres.

Destinatarios:

Madres y padres de Escuelas Infantiles y Casas de Niños, de Centros de Educación Infantil, Primaria y Secundaria; alumnado de Infantil y Primaria, alumnado de los Talleres de Empleo y las Escuelas-Taller; profesorado de Escuelas Infantiles, Casas de Niños y Centros de Educación Infantil y Primaria y personas mayores.

OBJETIVOS

Los objetivos generales del proyecto son: conocer la importancia de los accidentes y sus principales causas; detectar factores del entorno que puedan ocasionar accidentes; conocer y

aplicar medidas de seguridad elementales en la escuela, en casa y en lugares de ocio; conocer cómo se debe actuar ante posibles accidentes.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realiza un tratamiento teórico de los contenidos, estableciendo relaciones con los conocimientos previos que tienen y reflexionando sobre sus experiencias y sus conductas.

Los talleres celebrados son: "Mejor es Prevenir", para madres y padres de Escuelas infantiles y Casas de Niños/as; "Prevención de Accidentes," para alumnado de Infantil y Primaria; "Prevención de Accidentes y Primeros Auxilios", para el alumnado de los Talleres de Empleo y las

Escuelas-Talleres; "Prevención de Accidentes y Educación Vial", para personas mayores.

Cursos: "Prevención de accidentes y primeros auxilios", dirigido a madres y padres de Centros de Educación Infantil, Primaria y Secundaria; "Prevención de accidentes y primeros auxilios en la escuela" para el profesorado de Escuelas Infantiles, Casas de Niños/as y Centros de Educación Infantil y Primaria.

RESULTADOS

Se ha conseguido difundir la importancia y necesidad de prevenir los accidentes, además de formar en la detección de factores de riesgo

y su corrección. Se ha adiestrado en primeros auxilios a los padres, madres, alumnado, profesorado y personas mayores.

Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Promoción de la salud sexual y reproductiva con personas adultas

Breve descripción del proyecto:

El programa pretende fomentar la calidad de vida en materia sexual y reproductiva de las personas que están vinculadas a asociaciones o aquellas que disfrutan de los servicios asistenciales del Centro de San Fernando de Henares.

Destinatarios:

Población adulta vinculada a movimientos asociativos y de Asociaciones de Mujeres; usuarios y usuarias adultas de nuestros servicios asistenciales.

OBJETIVOS

Los objetivos generales de este programa persiguen la promoción de la salud sexual y reproductiva con grupos sociales de la Comunidad Asociativa y grupos de mujeres, prevenir embarazos no deseados, prevenir y diagnosticar infecciones de transmisión sexual, prevenir y

reducir enfermedades asociadas a la sexualidad y la reproducción en hombres y mujeres, asesorar en sexualidad, prevención de las disfunciones sexuales y tratamiento de las mismas, y asesorar a la pareja infértil y en el proceso de pre-menopausia.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Con personas adultas vinculadas a grupos asociativos se realizan talleres informativos e interactivos para propiciar conductas saludables relacionadas con la sexualidad y la reproducción.

Se realiza educación para la salud individual en la esfera afectivo-sexual, la prevención de em-

barazos no deseados, la prevención de conductas sexuales de riesgo y otros aspectos ligados a la salud.

Se desarrolla la consulta de planificación familiar.

RESULTADOS

Desde 1983 se han abierto 11.900 historias en la consulta de planificación familiar (el 50% siguen vigentes). Se atienden en actividades de educación para la salud y atenciones asistenciales anuales a más de 5.000 personas en 1ª y 2ª visitas.

El 20% de las atenciones son para menores de veinte años y hemos atendido a un total del 23% de población inmigrante extranjera. Se prescriben 400 nuevos tratamientos contraceptivos anuales.

Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Promoción de la salud en adolescentes

Breve descripción del proyecto:

En este proyecto se trata de mejorar la vida afectivo-sexual de los adolescentes apoyándoles y ofreciéndoles asesoramiento personalizado y grupal.

Destinatarios:

Jóvenes y adolescentes.

OBJETIVOS

El objetivo principal es el de disminuir el riesgo de embarazos no deseados, las infecciones de transmisión sexual y SIDA; se trata de trabajar la adquisición de habilidades, para prevenir conductas de riesgo y mejorar la calidad de vida en la vivencia de la sexualidad y la comunicación interpersonal entre hombres y mujeres, para lograr unas relaciones placenteras, igualitarias, responsables y libres.

Como objetivos específicos, se destacan: incrementar la información y cobertura en anticoncepción y sexualidad de las personas jóvenes; disminuir el número de embarazos no deseados e interrupciones voluntarias de embarazo,

así como brindar atención y apoyo, mejorar la calidad de vida en la vivencia de la sexualidad y la comunicación interpersonal entre hombres y mujeres, mediante el desarrollo de actividades de educación para la salud grupales e individuales; contribuir mediante la realización de pruebas preventivas y la valoración clínica al diagnóstico precoz y la prevención de patologías prevalentes en mujeres y hombres, especialmente, en la salud de la mujer; contribuir a la detección de los casos de violencia de género; contribuir a la prevención de comportamientos violentos en sus futuras relaciones de pareja en varones adolescentes.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan actividades de orientación y asesoramiento, de difusión y sensibilización, además de pasarse consulta.

Se participa en los diferentes encuentros de interés relacionados con la educación afectivo-sexual y planificación familiar y adolescente.

RESULTADOS

Se han realizado 80 talleres a 36 grupos en los que han intervenido 817 adolescentes. La acti-

vidad estaba incluida en el horario escolar y la participación fue casi del 100%.

Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz

Promoción de hábitos saludables

Breve descripción del proyecto:

Se promueven en esta iniciativa hábitos de vida saludables a través de actividades destinadas a la población en general, pero en especial a los escolares.

Destinatarios:

Mujeres, adolescentes, niños, jóvenes, tercera edad y población escolar.

OBJETIVOS

Los objetivos del proyecto son: dar a conocer la importancia que la alimentación tiene en la prevención y desarrollo de enfermedades; facilitar conocimientos sobre las características y propiedades de los alimentos; mostrar la

importancia de una adecuada alimentación en contraposición con los malos hábitos frecuentes, y capacitar a los participantes para la elaboración práctica de dietas y platos de acuerdo a sus características individuales y familiares.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Tanto a nivel escolar, como en la población general se realizan actividades para la adquisición de conocimientos teóricos sobre nutrición y su relación con diferentes patologías. Se efectúan actividades prácticas, como elaboración de platos.

Las actividades teórico-prácticas "Desayuna Bien", "Aliméntate Bien" y "Recarga las pilas", promueven la adquisición de hábitos de alimentación saludable en población escolar.

Para la población en general, a través de las actividades teórico-prácticas desarrolladas en los Centros Cívicos, se enseñan conocimientos sobre dietas saludables y se preparan recetas.

RESULTADOS

A continuación se presentan algunos resultados obtenidos para los programas 2010-2011: la actividad "Desayuna bien" la han realizado 1894 alumnos/as y "Aliméntate Bien" 504 alumnos/as.

Las actividades para población general que se han realizado son: en el 1º Trimestre, 44 Cursos, con 676 participantes; en el 2º Trimestre, 43 Cursos, con 660 participantes y en el 3º Trimestre, 41 Cursos, con 628 participantes.

Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz

Implantación de una red de desfibriladores

Breve descripción del proyecto:

El proyecto busca mejorar las condiciones de seguridad ante posibles accidentes cardiovasculares, mediante la implantación de desfibriladores en equipamientos e instalaciones municipales.

Destinatarios:

Población en general.

OBJETIVOS

Evitar muertes por paradas cardíacas, debidas a fibrilación ventricular en instalaciones y equipamientos municipales.

Formar a personal municipal no sanitario en el uso de desfibriladores externos semiautomáticos, ante posibles paradas cardíacas.

Disponer de desfibriladores externos semiautomáticos en instalaciones y equipamientos municipales.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se han adquirido e instalado veinte columnas con desfibriladores y otros cinco portátiles, mediante renting, en instalaciones y equipamientos municipales atendiendo al número de usuarios diario, a los equipamientos en los que se realiza actividad deportiva, a la afluencia de personas con riesgo y al tamaño de la instalación. Las columnas se han instalado en Centros Cívicos y equipamientos deportivos y culturales.

Se han organizado cursos de capacitación para personal municipal no sanitario. Se ha elaborado un protocolo de actuación y coordinación con emergencias.

El sistema utilizado proporciona una conexión automática a la red de emergencias del Servicio Vasco de Salud.

RESULTADOS

Se han realizado diversos cursos de formación en el uso de desfibriladores, además de colocarse veinte columnas con desfibriladores en equipamientos e instalaciones municipales.

Además se ha elaborado un protocolo de actuación.



Ayuntamiento de Zamora

Actividad física y salud

Breve descripción del proyecto:

Se persigue fomentar hábitos saludables entre la población zamorana, a través de actividades de ejercicio físico como rutas, tai-chí, etc.

Destinatarios:

Adolescentes, tercera edad y población general.

OBJETIVOS

El objetivo general es el de mejorar la calidad de vida y la salud de la población zamorana, a través del fomento de hábitos de vida saludable y la práctica del ejercicio físico cotidiano.

Los objetivos específicos son los siguientes: fomentar estilos de vida saludables a través de la educación y los consejos en los descansos de los paseos; mejorar el conocimiento del en-

torno de Zamora a través de visitas organizadas a museos y edificios importantes, y el paso por los entornos emblemáticos; sensibilizar a la población sobre temas sociales de interés; mejorar el mantenimiento de las articulaciones; fomentar el uso recreativo y responsable de nuestros entornos naturales; mejorar los hábitos de alimentación de la población y la salud psicológica de los participantes.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Las actividades planificadas dentro del programa se agrupan en paseos saludables y entrenamiento en psicomotricidad.

Realizados los estiramientos, se comienza el paseo saludable. Las actividades educativas se abordan en los descansos. Las charlas versan sobre consejos de salud, primeros auxilios, buenos hábitos medioambientales, juegos de cohesión grupal y tolerancia, información his-

tórica, cultural, turística y de flora y fauna de Zamora, etc.

La psicomotricidad se inicia cuando algunas veces los paseos se cancelaran debido al mal tiempo y para fomentar la práctica diaria de ejercicio en la gente mayor. Se realizan actividades basadas en movimiento libre, juego y actividades de relajación, respiración, conciencia del propio cuerpo y tai-chí.

RESULTADOS

Se ha dado una gran participación al programa, con 178 personas a lo largo de 2011 en el programa "Zamora en Forma". Estos resultados

nos llevan a considerar todo un acierto la organización del programa y un éxito la participación obtenida.



2

Prevención de enfermedades



Ayuntamiento de Abrera (Barcelona)

Todo el año salud, se puede sobrevivir al cáncer

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto, iniciado en 2008, se ha desarrollado con el fin de hacer llegar a toda la población de Abrera unas costumbres de vida saludables, con objeto de prevenir el cáncer.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los principales objetivos de este proyecto son:

- Transmitir a la población hábitos de vida para prevenir el cáncer.
- Transmitir a la población el mensaje de que el cáncer se puede superar.
- Implicar a diferentes agentes locales en la promoción de la salud.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Primeramente, se presenta el programa a las distintas asociaciones.

Se han realizado distintas actividades, como por ejemplo:

- Creación de un espacio para la campaña en el mercado municipal.
- Charla a la población sobre el cáncer de piel realizada por una de las farmacias del pueblo.
- Visita al Institut Català d'Oncologia por parte de políticos y vecinos del pueblo.
- Elaboración de un cuadro por parte de los niños de la escuela de pintura del pueblo en el mismo Institut Català d'Oncologia, con la participación de las personas que pasaban por la entrada del centro sanitario.
- Exposición de cuadros en el Institut Català d'Oncologia, elaborados por artistas locales sobre la luz y la vida.
- Formación sobre los protocolos de detección y prevención, por parte de sanitarios del Institut Català d'Oncologia, al personal del ambulatorio local.



Ayuntamiento de Abrera (Barcelona)

Todo el año salud, al ritmo del corazón

Breve descripción del proyecto:

La iniciativa presentada comenzó en el 2009 con el objeto de llevar a cabo una campaña de prevención de enfermedades cardiovasculares.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Se detallan a continuación los dos objetivos principales de este programa:

- Transmitir a la población hábitos de vida cardiosaludables.

- Implicar a diferentes agentes locales en la promoción de la salud.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Las actividades desarrolladas en este programa son las siguientes: se realizó al inicio una presentación del programa a las asociaciones; se creó un espacio de la campaña en el mercado municipal; se realizaron varias actividades con las asociaciones del pueblo: baile de cor-

dones, caminatas por el municipio; actividad con el mercado, en la que los distintos puestos entregaban a los clientes menús cardiosaludables junto con un número para el sorteo de un tensiómetro; charlas a la población por parte del personal del ambulatorio.

RESULTADOS

Aunque no se disponen de indicadores sobre los cambios de hábitos en los vecinos, se valora positivamente haber creado una campaña

de promoción de la salud y que ésta se haya ido filtrando entre la población.

Ayuntamiento de Adeje (Santa Cruz de Tenerife)

Prevención de las drogodependencias

Breve descripción del proyecto:

El proyecto, desarrollado en 2008 y ya finalizado, contemplaba la transmisión de conocimiento acerca de las drogas y la prevención entre la población escolar y adolescente.

Destinatarios:

Adolescentes y escolares.

OBJETIVOS

Principalmente, se trata de prevenir el consumo de tabaco, alcohol, cannabis y otras drogas

en el ámbito escolar y en Educación Secundaria Obligatoria.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El contenido de la información preventiva se divulgó a todos los alumnos y alumnas de forma sistemática y ordenada, a través de sesiones teóricas, combinadas con el trabajo en grupo y foros de debates. El proyecto se ejecutó en tres facetas:

- Un bloque temático o teórico, donde el alumnado recibió los conocimientos básicos de las diferentes sustancias, para que tomen conciencia real sobre el problema y sus consecuencias, a nivel social y personal, intentan-

do anular cualquier tipo de atractivo hacia estas drogas y dificultar así su iniciación en el consumo de las mismas.

- Bloque de discusión o debate, propuesto en cada tema de contenidos, procurando la participación de los alumnos/as sobre los conocimientos adquiridos y sus conclusiones.
- Bloque lúdico educativo, para poner en práctica lo aprendido por medio de juegos de afirmación, de resolución de conflictos y autorregulación.

RESULTADOS

El proyecto facilitó al profesorado su labor educativa, con actividades cercanas a los intereses del alumnado, así como también ordenar, completar y corregir la información que los

alumnos y alumnas tenían sobre las diferentes sustancias, fomentando el sentido crítico y de responsabilidad ante el consumo.

Ayuntamiento de Adeje (Santa Cruz de Tenerife)

Servicio Psicológico de Atención a los trastornos crónicos

Breve descripción del proyecto:

El presente proyecto nace de una necesidad sentida de la población, solicitándose una respuesta a su situación de incomprensión y abandono por parte de los recursos sanitarios y socio-laborales. Se creó este Servicio con el fin de ofrecer un apoyo de carácter psicológico.

Destinatarios:

Personas diagnosticadas (con inadaptación personal, familiar y socio-laboral) de fibromialgia y fatiga crónica, esclerosis múltiple, diabetes, cáncer de mama y enfermos de riñón en diálisis.

OBJETIVOS

Mejorar la calidad de vida de las personas con trastornos crónicos.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Entre las actividades de este servicio, se realiza atención psicológica y social, por medio de terapias individuales y de grupo; entrevistas; sesiones de puertas abiertas y sesiones de apoyo psico-social a los cuidadores y/o familiares. También se lleva a cabo un asesoramiento técnico en materia de recursos y política social, aplicable a las necesidades y problemas detectados o demandados por los/as usuarios/as de

la Unidad, además de entrevistas en coordinación con el Área de Servicios Sociales.

También se realizan intervenciones de carácter psico-social, donde se intenta conseguir una mayor responsabilidad y compromiso de las personas afectadas, a partir de su participación en estrategias tanto de prevención de sus respectivos trastornos, como de promoción de la salud y el bienestar general.

RESULTADOS

Se ofrece un apoyo psico-social desde el mismo momento del diagnóstico. Se impulsa la dinamización social para promover el diagnóstico y tratamiento precoz, se acompaña al paciente en el proceso de su enfermedad y tratamiento, en su propio entorno social y familiar, para

facilitar la integración de las nuevas pautas de vida. Dicho acompañamiento se realiza en un contexto individual, grupal y de autoayuda, que integra además a sus redes sociales más cercanas y significativas.

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Programa de prevención de drogas

Breve descripción del proyecto:

El programa descrito pretende prevenir los hábitos adictivos que se puedan desarrollar entre la población.

Destinatarios:

Población general (ámbito comunitario, familiar y escolar) y población de riesgo (menores, adolescentes y jóvenes).

OBJETIVOS

Los principales objetivos se centran en prevenir la aparición de problemas de uso, abuso y/o dependencia de drogas en la población del municipio y su área de influencia; la promoción de estilos de vida saludables; la reducción de la

edad de inicio en el desarrollo de hábitos adictivos y el fomento de factores de protección y disminución de factores de riesgo frente al consumo de tóxicos.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se establecen varios programas, como son:

Programas de Prevención Universal. Se elaboran guías didácticas y actividades en el aula dirigidas por el profesorado, talleres realizados por técnicos del Plan Municipal de Drogas, actividades y talleres de ocio saludable y tiempo

libre, campañas de sensibilización y formación de mediadores sociales.

Programas de Prevención Selectiva e Indicada. Escuelas deportivas, talleres realizados por técnicos del Plan Municipal de Drogas, asesoría especializada para familias.

RESULTADOS

En cuanto a los programas de Prevención Universal, en el entorno escolar han participado 6.223 alumnos; en el entorno familiar, 360 familias y en el entorno comunitario, 20.118 participantes.

En los Programas de Prevención Selectiva e Indicada han participado 338 alumnos, en el entorno familiar, 525 y en el entorno comunitario, 840 participantes.

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Salud para mujeres: Densitometrías

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto nace con el objetivo de proporcionar información y determinar la densidad ósea de las mujeres con riesgo de padecer osteoporosis.

Destinatarios:

Mujeres.

OBJETIVOS

Se establecen una serie de objetivos generales: informar a la población de mujeres sobre los riesgos de la osteoporosis, determinar la

densidad ósea en el hueso calcáneo e informar sobre los hábitos saludables de alimentación y ejercicio físico.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Dentro del proyecto de densitometrías se realizan varias actividades:

- Medición de la densidad ósea en el hueso calcáneo.
- Educación para la salud y recomendaciones para hábitos saludables.
- Atención individualizada con la posibilidad de hacerse una revisión a los 2 años.
- Difusión de los talleres de Educación para la Salud.

RESULTADOS

El número total de mujeres que se han realizado la densitometría es de 2.464 y se han efectuado 360 revisiones.

Los resultados son los siguientes: 38,3% normalidad, 53,6% padecían de osteopenia y 7,3% de osteoporosis.



Ayuntamiento de Avilés (Asturias)

Líneas prioritarias en la prevención de drogodependencias

Breve descripción del proyecto:

Los programas desarrollados en la prevención de drogodependencias pretenden promover una toma de conciencia acerca de cómo el abuso de estas sustancias tiene innumerables consecuencias en un buen número de ámbitos.

Destinatarios:

Padres y madres; jóvenes, mediadores juveniles; propietarios, gerentes y/o camareros de establecimientos de hostelería, bares o similares; profesores y alumnos de autoescuelas; gerentes y cajeros de supermercados; escolares, etc.

OBJETIVOS

Concienciar, informar y asesorar a padres y madres, para que asuman de un modo activo el relevante papel que les corresponde como agentes en la prevención del consumo de drogas de sus hijos. Modificar los factores de riesgo y de protección del entorno familiar, para prevenir el abuso de drogas en los preadolescentes.

Informar, formar y sensibilizar a los dueños, gerentes, camareros y futuros camareros de establecimientos de hostelería, bares y similares, cajeros de supermercados e hipermercados, en

la reducción de riesgos y/o daños relacionados con el consumo de alcohol.

Transmitir información clara e interactiva sobre el consumo de alcohol y otras sustancias como cannabis y su relación con los accidentes de tráfico.

Sensibilizar a los profesionales de las autoescuelas. Sensibilizar a los futuros conductores de vehículos con respecto al consumo de alcohol como factor de riesgo evitable en los accidentes de circulación.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se trabaja en pequeños grupos, favoreciendo la participación de los/as asistentes:

- Programa MONEO: Información sobre drogas y factores de riesgo; protección desde el ámbito familiar; comunicación familiar; normas y límites; posición familiar del consumo de drogas.
- Programa NEXUS: Información sobre las bebidas alcohólicas y el tabaco; asertividad y habilidades de comunicación; inteligencia emocional; autoestima

y pensamiento positivo; análisis de la publicidad; presión de grupo; ocio y tiempo libre.

- Programas de "Reducción de los Accidentes de Tráfico": Mitos sobre el alcohol y el cannabis; promoción de alternativas seguras en la conducción; habilidades de resistencia.
- Campaña "Alcohol, cuanto menos, mejor": Jornadas para mediadores juveniles sobre el consumo de alcohol en adolescentes y jóvenes; jornada sobre dispensación responsable de bebidas alcohólicas; jornada sobre venta

Ayuntamiento de Avilés (Asturias)

Líneas prioritarias en la prevención de drogodependencias

responsable de bebidas alcohólicas; formación a profesores de autoescuelas; formación al alumnado de autoescuelas.

- Formación a profesores y alumnado de autoescuelas:
Conceptos generales sobre el alcohol: uso-abuso-dependencia, tolerancia. Concepto de droga: tipos; mitos y verdades sobre el alco-

hol. Complicaciones físicas y psicológicas del consumo excesivo de alcohol; alcohol y conducción. Tasa de alcoholemia, factores que determinan el grado de alcoholemia, efectos del alcohol sobre la capacidad de conducción, fases del alcohol en el organismo, estadísticas sobre siniestralidad. La nueva Ley de Seguridad Vial.

RESULTADOS

Información, sensibilización y reflexión del consumo de drogas, principalmente de alcohol, desterrando mitos y falsas creencias.

En otros casos, además, intención de asumir un papel activo en la prevención del consumo abusivo de alcohol.



Ayuntamiento de Avilés (Asturias)

Concurso de carteles contra las drogas

Breve descripción del proyecto:

Con esta iniciativa se trata de favorecer una toma de conciencia acerca de cómo el consumo de drogas tiene innumerables consecuencias.

Destinatarios:

Jóvenes, estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria cursando estudios en el municipio de Avilés, profesores del área de plástica de los centros de Enseñanza Secundaria Obligatoria de Avilés.

OBJETIVOS

El objetivo general del proyecto es fomentar entre los adolescentes una reflexión sobre las consecuencias del consumo de drogas.

Entre los objetivos específicos, se pueden destacar:

- Desarrollar en las aulas de Educación Secundaria Obligatoria un trabajo relativo a las drogas y las consecuencias de su consumo.

- Lograr que los adolescentes elaboren mensajes disuasorios del consumo de drogas.
- Conseguir que los profesores de plástica colaboren con sus alumnos en la elaboración de estos mensajes.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El cronograma de las actividades de este concurso se presenta seguidamente:

- Enero: Elaboración bases del concurso.
- Marzo: Convocatoria y difusión de bases.
- Mayo: Recogida de originales.
- Mayo: Fallo del concurso.
- Junio: Entrega de premios.
- Verano: Impresión cartel ganador.
- Último trimestre del año: Difusión cartel impreso y pegatinas

RESULTADOS

Un amplio número de adolescentes del municipio dedicaron unas horas de su tiempo a reflexionar sobre las drogas.

Ayuntamiento de Avilés (Asturias)

Día mundial sin tabaco

Breve descripción del proyecto:

Dentro del Programa "Día Mundial sin Tabaco" se realizaron varias actividades con el fin de promover el no inicio en el consumo de tabaco de los jóvenes y el abandono del consumo entre las personas fumadoras.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

El objetivo principal es concienciar a la población, principalmente a la juventud, sobre los efectos del consumo de tabaco.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

A lo largo del mes de Mayo de 2011 se realizó una campaña de sensibilización sobre efectos nocivos del tabaco, desarrollado por voluntariado de Cruz Roja, Asociación Española Contra el Cáncer, participantes de los grupos de deshabitación de Avilés y otras personas voluntarias.

El 30 de mayo se impartió la Conferencia "Tabaco, Cáncer de pulmón y fisioterapia en la oncología pulmonar".

En el Día Mundial Sin Tabaco se realizaron varias actividades, como por ejemplo:

- Mesa Informativa, cooximetrías e intercambio de manzanas y chicles por cigarrillos en varios centros de salud
- Gymkana de la salud con la participación de colegios de Educación Primaria de Avilés.
- Entrega de premios a quienes llevan más de 6 meses y 1 año sin fumar dentro de los Grupos de Deshabitación Tabáquica. Actividades de animación de calle y difusión de información sobre los riesgos y daños derivados del tabaco.
- Entrega de premios del concurso Carteles Contra Las Drogas.

RESULTADOS

Uno de los fundamentales es haber conseguido dar un enfoque intersectorial y colaborativo en esta celebración, gracias a la participación

de distintas organizaciones pertenecientes a nuestro municipio y Área Sanitaria.

Ayuntamiento de Avilés (Asturias)

Taller sobre riesgos asociados a las drogas

Breve descripción del proyecto:

Se organizan para este taller 5 sesiones en aula (55 minutos) conducidas por un profesional externo con formación y experiencia previa en prevención de drogas y en trabajo con grupos de adolescentes y jóvenes.

Destinatarios:

Jóvenes (alumnado de 3º y 4º de Educación Secundaria Obligatoria del municipio de Avilés).

OBJETIVOS

El principal objetivo es informar acerca de las drogas y sus riesgos tomando como punto de partida las creencias, conocimientos y experiencias de los destinatarios del taller.

Acerca de los objetivos específicos, se trata de crear un ambiente que favorezca la comunicación, en el que los destinatarios puedan contar sus experiencias y exponer dudas. Además, se

pretende explorar los conocimientos y creencias del grupo acerca de las drogas así como deshacer mitos. Se intenta dar a conocer los efectos de las drogas más usadas y su implicación para la salud, así como las medidas de prevención y reducción del daño ante el consumo de drogas. Por último, se analizan los procesos de toma de decisiones y presión de grupo en un debate entre iguales.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan cinco sesiones de una hora de duración en horario lectivo.

Los contenidos versan acerca de los conocimientos de los jóvenes acerca de las drogas, mitos y creencias, los riesgos asociados y maneras de divertirse sin drogas.

RESULTADOS

Los alumnos han recibido información fiable sobre riesgos asociados al consumo de drogas.

Este taller se ha incorporado dentro del catálogo de actividades educativas a partir del curso

2008/2009. Desde este momento, se mantiene como estable y con una demanda positiva y continuada por parte de los centros.

Ayuntamiento de Avilés (Asturias)

Por tu salud camina

Breve descripción del proyecto:

El Ayuntamiento de Avilés organiza itinerarios dirigidos a personas mayores a las que se ha recomendado hacer ejercicio físico, para mejorar su estado general de salud y, al mismo tiempo, conocer y relacionarse con otras personas de su mismo grupo de edad.

Destinatarios:

Personas mayores de 60 años.

OBJETIVOS

En cuanto a los objetivos generales, se trata de promover el ejercicio físico, envejecimiento activo y relaciones sociales. Específicamente

se pretende fomentar el hábito de caminar y facilitar contactos sociales con iguales.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan varias actividades en torno al proyecto:

- Recorridos por la ciudad y alrededores acompañados por personal cualificado. Los grupos son de hasta unas 30 personas aproximadamente.
- Tres sesiones semanales de 1,5 horas aproximadamente, que salen de forma simultánea desde tres puntos de la ciudad.
- En caso de lluvia, se realiza otro tipo de actividades a cubierto.

RESULTADOS

Esta actividad está consolidada, permitiendo que personas inactivas realicen actividad física al mismo tiempo que se relacionan.

2

Ayuntamiento de Badajoz

No es plan

Breve descripción del proyecto:

La iniciativa "No es plan" promueve la educación y concienciación de los alumnos en el uso y abuso de las drogas.

Destinatarios:

Alumnos de 4º de Educación Secundaria Obligatoria de los Centros docentes de la ciudad.

OBJETIVOS

La finalidad de esta iniciativa es promover la reflexión sobre el consumo de drogas; trabajar capacidades para la integración social; sensibi-

lizar la participación comunitaria y promover la televisión local como soporte para la expresión de la comunidad.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La metodología es activo-participativa y capaz de potenciar la reflexión de los participantes.

Se estimula a los alumnos para que observen la imagen que se ofrece de las drogas para ponerlas en común en grupo.

Se propicia la reflexión sobre las drogas.

Se proporcionan materiales didácticos específicos del programa: guía didáctica para los profesores y cuadernillo con pautas mensuales para los alumnos.

RESULTADOS

El grado de implicación en el proceso por parte de los alumnos que tomaron parte en su ejecución fue muy grande. La protagonista del vídeo que ellos mismos diseñaron participará

en esta nueva programación y se podrá ver la evolución del consumo desde su perspectiva y la de los nuevos participantes.



Ayuntamiento de Burgos

Formación y sensibilización específica en prevención cardiovascular

Breve descripción del proyecto:

Esta unidad formativa para la sensibilización acerca de los riesgos cardiovasculares, que se ha desarrollado durante 2011, se imparte en una sesión de una hora, repitiéndose trimestralmente.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Promoción de hábitos saludables para prevención del riesgo cardiovascular.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Primeramente, se prepara la unidad formativa en colaboración con los profesionales sanitarios participantes. La unidad debe sensibilizar sobre la vigilancia de los factores de riesgo cardiovascular; contemplar el índice de masa corporal, colesterol, lípidos y niveles de glucosa en sangre, tensión arterial, etc.; destacar el papel que tienen en su control la dieta adecuada y la práctica de actividad física; insistir en la supervisión médica y en la adherencia al tratamiento farmacológico cuando es necesario; reforzar la importancia de evitar el consumo de tabaco; formar a la población adulta en reconocimiento de síntomas de infarto agudo de miocardio y de ictus, así como en las acciones urgentes a adoptar.

La segunda actividad consiste en formar a los monitores o educadores no sanitarios que impartan la unidad, para que comprendan perfec-

tamente los contenidos y los comuniquen eficazmente. Esta formación debe quedar a cargo de profesionales sanitarios.

Seguidamente, se procederá a impartir la unidad formativa. Desde el Plan Municipal de Salud de Burgos se impartirá esta unidad en las aulas del Servicio de Sanidad, ofreciéndolo a grupos, asociaciones, y cualquier persona interesada. Asimismo, se impartirá aprovechando la realización de actividades que combinen actividad física y formación en prevención, como "Andar en Salud" o los "Paseos y meriendas cardio-saludables".

Además, el Plan Municipal de Salud de Burgos promoverá la inclusión de esta unidad en todos los programas de animación comunitaria formativos, tipo "Cuerpo sano, mente sana" que se llevan a cabo en Centros de Acción Social y Centros Cívicos.

Ayuntamiento de Burgos

Promover la actividad física en el tiempo libre

Breve descripción del proyecto:

Esta iniciativa pretende desarrollar y fomentar una mayor práctica de la actividad física de la población de Burgos.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

El principal objetivo es la promoción de hábitos saludables para la prevención del riesgo cardiovascular.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El programa tiene varios aspectos:

- Difundir desde el Plan Municipal de Salud de Burgos el mensaje de que las actividades recreativas destinadas a cualquier edad pueden y deben tener un componente de fomento del ejercicio físico.
- Reforzar la participación de los ciudadanos en los diversos programas que incluyen actividad física en tiempo libre. En primer lugar, todos los organizados por instalaciones deportivas: cursos de los diversos deportes, gimnasia de mantenimiento, natación, etc. Igualmente, los programas de animación organizados por otras áreas municipales: Andar en Salud, promovidos por la Escuela de educación para la salud; caminatas apoyadas por los Centros Cívicos y los Centros de Acción Social.
- Ofrecer a las diversas Asociaciones recreativas y culturales la realización de sencillos programas de tiempo libre, que incluyan paseos y ejercicio con la finalidad de la prevención de enfermedades cardiovasculares: paseos a las Aulas de Salud de Fuentes Blancas y El Parral; talleres incluyendo un almuerzo o merienda cardio-saludable: "Picnic-salud".
- Colaborar con el servicio de instalaciones deportivas en la creación de una asesoría para la actividad física.

Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)

Punto de información sobre drogodependencias

Breve descripción del proyecto:

El proyecto está dedicado a proporcionar información acerca de las drogas.

Destinatarios:

Adolescentes, jóvenes y familias.

OBJETIVOS

Los principales objetivos del punto de información son: velar por los objetivos incluidos en el plan de actuación local frente a las drogodependencias; fomentar el trabajo en red con los

recursos de la comunidad que llevan a cabo acciones en el campo de las drogodependencias y coordinar el Observatorio Municipal sobre Drogodependencias.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Un técnico especializado en prevención de drogodependencias centra su actividad en:

- Distribuir material preventivo en espacios públicos.
- Proponer formación continuada (profesores, asociaciones de padres de alumnos, alumnos).
- Coordinar derivaciones entre recursos sanitarios y sociales.

- Coordinar el Observatorio Municipal sobre Drogodependencias.
- Difundir mensajes preventivos a través de redes sociales, exposiciones y campañas.
- Seguimiento del protocolo de detección y actuación, instaurado en el ámbito educativo (reuniones trimestrales) y trabajos derivados de atención a familias.

RESULTADOS

Se ha redactado un protocolo de detección y actuación ante el consumo de drogas por parte de jóvenes y adolescentes en el ámbito edu-

cativo, además de haberse creado el Observatorio.

Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)

Prevención en Alcohol, Tabaco y otras drogas

Breve descripción del proyecto:

El proyecto se realiza durante el curso escolar y pretende dar formación acerca de la prevención sobre el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas y sugerir estrategias para afrontar ante este tipo de situaciones.

Destinatarios:

Adolescentes y escolares.

OBJETIVOS

Entre los objetivos, se pueden destacar los siguientes:

- Sensibilizar sobre los daños para la salud del consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, además de informar sobre los daños físicos y psíquicos derivados del consumo de drogas.
- Fomentar la adquisición de estrategias para adquirir seguridad y resistir la presión de grupo en relación con el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se dan clases, tanto teóricas como prácticas, impartidas por un psiquiatra especialista en tratamientos de trastornos producidos por el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.

Se comenta el concepto y tipos de drogas, cómo funcionan las drogas en el cerebro y las consecuencias en el organismo de los distintos tipos de drogas, con especial mención al tabaco, alcohol y cannabis.

RESULTADOS

Se ha conseguido sensibilizar sobre los daños para la salud del consumo de drogas a una amplia población escolar. Se han mostrado conoci-

mientos que habitualmente no se enseñan en programas de prevención.

Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)

La depresión y la ansiedad en niños adolescentes

Breve descripción del proyecto:

El programa viene desarrollándose en Las Rozas desde el año 2007, dando formación acerca de problemas como depresión y ansiedad en escolares, a docentes de varios centros educativos.

Destinatarios:

Niños y adolescentes.

OBJETIVOS

Los objetivos generales son formar y motivar al personal docente, para favorecer la introducción de la educación para la salud mental como uno de los objetivos del Centro, además de

definir algunos de los conceptos básicos sobre la depresión y la ansiedad en niños y adolescentes.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se desarrollan para este proyecto clases teórico prácticas a tutores y profesores en los colegios, así como a aquellos padres con interés en el tema.

Las charlas son impartidas por un psiquiatra especializado en el diagnóstico y tratamiento de patologías mentales a adultos y jóvenes.

RESULTADOS

Existe una importante motivación e interés entre los educadores, para identificar y en su caso, prevenir la patología depresiva y ansiosa.

Se dan unos conocimientos sobre estos trastornos que pueden no resultar familiares para los docentes.



Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)

Reconocimientos médicos escolares

Breve descripción del proyecto:

Los reconocimientos médicos en centros educativos vienen llevándose a cabo desde 2007 y consisten en varias pruebas para detectar posibles patologías entre los escolares.

Destinatarios:

Escolares.

OBJETIVOS

El objetivo principal de los reconocimientos médicos es detectar patologías médicas que

puedan ser subsanadas antes de la edad adulta.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se proporciona información del programa a todos los centros escolares y se obtiene la autorización expresa de los padres o tutores por escrito.

Posteriormente se llevan a cabo las pruebas médicas:

- Peso y talla.

- Inspección de espalda y extremidades.
- Evaluación de huella plantar con podoscopio.
- Exploración auditiva y de agudeza visual.
- Auscultación cardiopulmonar y toma de tensión arterial y pulso.
- Despistaje de fimosis en varones.

RESULTADOS

Se ha dado un claro incremento de solicitudes de reconocimientos médicos.

2



Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)

Salud y envejecimiento activo

Breve descripción del proyecto:

Se proponen en esta iniciativa actividades encaminadas a mejorar la memoria y autoestima de personas mayores.

Destinatarios:

Tercera edad.

OBJETIVOS

Los objetivos generales de la iniciativa son: entrenar a las personas en estrategias para mantener la memoria y otras funciones cognitivas, que les facilite el mantenimiento de una vida autónoma; incremento de la autoestima personal y el bienestar psicosocial de las per-

sonas mayores; favorecer la permanencia de las personas mayores en su medio ambiente habitual, prevenir y controlar posibles casos de demencia, orientándolos hacia servicios especializados.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Al inicio de la sesión se establece un tiempo para la relajación, que ayuda a las personas mayores a evitar la ansiedad y a ponerse en situación.

La metodología está basada en la enseñanza activo-participativa, donde se explican y justifican los ejercicios que posteriormente se pondrán en marcha.

Los contenidos son los siguientes: cambios asociados a la edad; iniciación a la respiración; ejercicios de respiración; explicación del funcionamiento de la memoria; ejercicios de agudeza sensorial visual; explicación del funcionamiento de la atención; ejercicios de entrenamiento en agudeza visual y táctil; ejercicios de entrenamiento del lenguaje, de estructuración intelectual, de agrupamiento de la información y de asociación de la información.

RESULTADOS

Los talleres se desarrollan a través del grupo de trabajo de la fundación INTRAS (psicólogos, psiquiatras, etc.). Desde el inicio, unas 400 personas se han beneficiado de ellos.

En 2011, han participado 137 personas en siete talleres.

Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)

Programa comunitario para la reducción de daños del consumo de drogas

Breve descripción del proyecto:

Se promueve con este programa la concienciación sobre la necesidad de realizar intervenciones socio-sanitarias en este grupo de población.

Destinatarios:

Personas consumidoras de drogas en riesgo de exclusión social.

OBJETIVOS

El programa trata de crear un punto de encuentro para todos los actores que pueden incidir en un plan comunitario para la reducción de

daños en el ámbito del consumo de drogas, dirigiéndose a personas en riesgo de exclusión social.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para la consecución de los objetivos, se ha realizado un estudio del consumo de sustancias tóxicas en nuestro municipio.

También se han realizado reuniones trimestrales para valorar los progresos.

RESULTADOS

Ha aumentado el número de farmacias que participan en el programa de intercambio de jeringuillas.

También se ha elaborado un Plan comunitario para la reducción de daños.

Se ha favorecido la interrelación entre los profesionales de diversos ámbitos que han participado.

2

Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)

Talleres de prevención del consumo de sustancias

Breve descripción del proyecto:

En los talleres de prevención, dentro de los centros educativos, se realizan actividades de carácter dinámico con la consecuente formación del alumnado y eliminación de falsas creencias sobre efectos y legalidad de las drogas.

Destinatarios:

Adolescentes y jóvenes escolarizados.

OBJETIVOS

El principal objetivo de los talleres es dotar de habilidades sociales a la población joven para

hacer frente a la presión de grupo y desmitificar el consumo de sustancias tóxicas.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan talleres dinámicos para alumnos de 2º a 4º de Educación Secundaria Obligatoria, Ciclos Formativos y Programas de Cualificación Profesional Inicial.

En ellos se tratan los conceptos básicos en drogodependencia: droga, dependencia, tolerancia, sobredosis, salud, etc.

Además, se informa sobre los factores de inicio y el mantenimiento del consumo de drogas, los mitos y falsas creencias sobre los efectos, legalidad y realidad de las drogas.

RESULTADOS

Este proyecto se inició en noviembre de 2010; hasta hoy se han realizado 48 talleres con la participación de 1488 alumnos.

Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)

Teatro: ¡no me ralles!

Breve descripción del proyecto:

Mediante la realización de este teatro se pretende concienciar y prevenir el uso y abuso de las drogas entre la población de L'Hospitalet.

Destinatarios:

Alumnos de Educación Secundaria Obligatoria.

OBJETIVOS

Los principales objetivos de la actividad, son dar a conocer las particularidades del consumo de drogas, así como sus efectos a corto y largo plazo sobre la salud y las actividades cotidia-

nas, exponer algunos aspectos legales y crear una dinámica participativa donde todos puedan dar su opinión en un debate abierto.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La obra de teatro utiliza la metodología interactiva dentro de lo que se denomina "teatro social".

Los personajes han de decidir qué hacer un viernes por la tarde en un parque y se hace un debate con el público.

Se da información en cada escena, mostrando los efectos de las drogas y los riesgos asociados.

De esta forma, se estimula la capacidad crítica y se fortalecen las habilidades sociales, trabajando la presión de grupo.

RESULTADOS

El teatro es una forma novedosa y lúdica de acercar a los jóvenes la promoción y prevención de las drogas.

En la obra han participado 14 centros educativos con un total de 754 alumnos.



Ayuntamiento de Logroño

Programa Consumo responsable de Alcohol

Breve descripción del proyecto:

El programa se desarrolla tanto en carpas como a pie de calle, ofreciéndose información a los jóvenes acerca del consumo irresponsable de alcohol.

Destinatarios:

Adolescentes, jóvenes y población en general.

OBJETIVOS

Los objetivos se centran en dos ejes: la sensibilización-prevención y la reducción de riesgos.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

En periodos festivos, las actividades se realizan en horario nocturno.

Se establece una carpa informativa, donde se efectúan pruebas de alcoholemia y se dan consejos de reducción de riesgos.

Además, dos "mochileros" visitan chamizos, calles y plazas de las zonas seleccionadas,

ofreciendo información sobre los riesgos del consumo.

Dos "mochileros" visitan plazas de encuentro habitual de "botellón" en días y horas en los que sucede. Hacen pruebas de alcoholemia, dan pequeños obsequios a quienes tienen un índice de cero, y ofrecen información sobre los riesgos del consumo.

RESULTADOS

A nivel cuantitativo, se ha llegado a miles de adolescentes, jóvenes y población en general en los últimos años.

A nivel cualitativo, los destinatarios del programa escuchan mensajes preventivos y de reducción del consumo que, en algunos casos, aplican.



Ayuntamiento de Manresa (Barcelona)

Prevención sobre drogodependencias

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto pretende fomentar acciones encaminadas a la prevención y uso de las drogas entre los adolescentes de Manresa.

Destinatarios:

Adolescentes.

OBJETIVOS

Se pretende colaborar con las entidades sanitarias para minimizar y reducir los daños sanitarios asociados al consumo de drogas y desarrollar acciones específicas con esta finalidad; impulsar acciones coordinadas entre las instituciones, entidades y sociedad civil y poder avanzar en el consenso de una estrategia compartida de prevención de las drogodependencias, sumar esfuerzos y evitar duplicidades; promover y sensibilizar respecto la necesidad

de prevención de las drogodependencias y activar a la ciudadanía en la implicación activa al respecto; trabajar en red con otros municipios, intercambiando experiencias, conocimientos y buscar nuevas alternativas de lucha contra las drogodependencias; favorecer la formación de profesionales de diferentes ámbitos y dar soporte formativo a los agentes educativos de la ciudad.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El trabajo de la comisión técnica se ha realizado en diferentes reuniones y en coordinación con las diferentes entidades, instituciones y sociedad civil en la elaboración de las propuestas que han finalizado con el protocolo

de intervención y la guía de recursos. También se ha realizado un trabajo en red con otros municipios intercambiando experiencias y conocimientos.

RESULTADOS

En total durante el curso 2009/10 se han realizado nueve reuniones de la comisión técnica, se ha elaborado una guía de recursos con materiales, servicios y actividades para poder realizar con los alumnos de secundaria y se ha redactado el protocolo de medidas alternativas a la sanción administrativa, que será aplicada

en menores de 18 años cuando se les encuentre consumiendo drogas.

Tendremos la exposición sobre prevención en drogodependencias "¿Y tú de que vas?" dirigida a jóvenes de secundaria.

Ayuntamiento de Molina de Segura (Murcia)

Programa paseos saludables

Breve descripción del proyecto:

El programa, que se viene realizando desde el año 2009, consiste en la realización de una serie de re-mejoría física de la población de Molina de Segura.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

El objetivo de este programa es el de mejorar la condición física y con ello el estado de salud de los ciudadanos.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se han diseñado cuatro recorridos circulares de tipo urbano con el fin de que cualquier ciudadano pueda comenzarlos cerca de su vivienda y lo acabe junto a ella.

Los cuatro recorridos pasan por un punto común en la plaza del Ayuntamiento, donde hay colocado un dispositivo iluminado que contie-

ne información sobre los recorridos, distancia, gasto calórico, tiempo estimado, dificultad, etc.

Los médicos de familia y enfermeros disponen en los centros de salud de información de mano que se facilita a los pacientes, estimulándoles para que pongan en práctica dichos paseos saludables.

RESULTADOS

Ha habido un aumento significativo de los ciudadanos que con mayor frecuencia utilizan el andar como ejercicio físico cardio-saludable.

Ayuntamiento de Ourense

Unidad de deshabituación tabáquica

Breve descripción del proyecto:

La unidad de deshabituación tabáquica se creó en 1997 con el principal objetivo de reducir el número de fumadores en la población de Ourense.

Destinatarios:

Población general y fumadores.

OBJETIVOS

La unidad está centrada en reducir el número de fumadores y la mortalidad asociada al consumo de tabaco.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Es un programa multi-componente, que consta de tres fases:

- Fase de preparación.
- Fase de abandono.
- Fase de mantenimiento.
- Se lleva a cabo en seis sesiones de grupo, más cuatro de mantenimiento individuales.

RESULTADOS

Se ha conseguido la reducción del número de fumadores y, en los casos en los que no se consigue la abstinencia, se ha producido una reducción de la cantidad de cigarrillos fumados en todos los casos.

Ayuntamiento de Palau Solità i Plegamans (Barcelona)

Programa de prevención de drogas y riesgos asociados

Breve descripción del proyecto:

El programa pretende realizar un análisis previo de la situación actual en temas de drogadicción y posteriormente proponer acciones para su prevención y erradicación. Se inicia en 2011 y finaliza en 2014.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

La finalidad de este programa nace de la voluntad de actuar y dar respuesta de forma coordinada y planificada a un conjunto de acciones preventivas ante el consumo de las drogas legales e ilegales desde diferentes ámbitos sociales.

Los objetivos específicos para el programa son: trabajar transversalmente desde un punto de vista comunitario la reducción de riesgos y

la prevención; hacer visible a la población los servicios de salud ofertados en el municipio; fomentar el papel activo de la ciudadanía en el diseño de políticas de salud y concretamente en el programa de prevención de las drogas; dar continuidad a los recursos consolidados de forma eficiente y fortalecer los canales de información y asesoramiento sobre prevención y reducción de riesgos.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se parte del análisis de la realidad y a partir de éste se plantean unos objetivos que permitirán trabajar la realidad y los recursos necesarios. Los objetivos se trabajan mediante programas, proyectos y actividades. Posteriormente, se

evalúan estos programas. Una vez tenemos los resultados de la evaluación, se tiene que comparar de nuevo con la realidad para volverlos a definir.

RESULTADOS

Durante la elaboración del programa se ha llevado a cabo el análisis de la realidad. Se ha difundido información a través de guías específicas de los servicios de salud en el municipio.

Se han realizado sesiones participativas para la elaboración del programa de prevención de drogas y riesgos asociados, como parte del análisis de la realidad.

Ayuntamiento de Petrer (Alicante)

Petret sin humos: un paso más

Breve descripción del proyecto:

Este programa realizado en Petrer en 2007 y ya finalizado se constituyó como una terapia multidisciplinar para la población general, y en especial los fumadores, en el proceso de deshabituación tabáquica.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los objetivos perseguidos por el programa son: el tratamiento integral del tabaquismo, la prevención del hábito tabáquico, disminuir la incidencia y prevalencia del número de fumadores

en la población, motivar a los fumadores hacia el abandono del hábito tabáquico, sensibilizar a la población sobre los perjuicios del consumo de tabaco y fomentar hábitos saludables.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El tratamiento contó con apoyo médico, psicológico y farmacológico; se realizaba una primera consulta en la que se pasaba una encuesta para recabar los datos médicos y de hábitos, una exploración física, la realización del test de Richmond y de Fagestron, una cooximetría y medición de la cotinina en orina.

Los pacientes asistían a consulta médica cada dos semanas mientras tomaban el medicamento y a demanda si era necesario por cualquier motivo.

Los pacientes que necesitaban además el apoyo psicológico contaban con un tratamiento individualizado con citas periódicas o una terapia psicológica grupal semanal.

La terapia grupal se daba semanalmente además de una reunión al mes, a los tres meses, a los seis meses y al año de haber dejado de fumar. A partir del momento en que se dejaba de fumar se enviaban SMS de refuerzo motivacional, de ánimo y recordatorio.

RESULTADOS

Han participado más de diez profesionales y todas las oficinas de farmacia de la población. Se ha atendido a 1.476 pacientes. Al acabar los tres meses de tratamiento far-

macológico y psicológico han conseguido dejar de fumar un 51% de los pacientes. Al año de haber dejado de fumar, continúan sin fumar un 42%.

2

Ayuntamiento de Pinto (Madrid)

Promoción del ejercicio físico en parques biosaludables

Breve descripción del proyecto:

Este programa, promueve el ejercicio físico entre la población de Pinto y, más concretamente, la tercera edad.

Destinatarios:

Tercera edad y población general.

OBJETIVOS

El programa tiene como objetivo dinamizar el uso adecuado por la población en general y mayores en particular de los aparatos de ejercicio situados en cuatro parques del municipio, para incentivar la realización del ejercicio físico y con ello mejorar o mantener nuestra salud.

Entre los objetivos específicos, se destacan: divulgar a través de la web municipal en soporte digital las fichas de los aparatos, funciones

y beneficios, formas de uso, situación y consejos; realizar un desplegable con fotos de los aparatos, situación, funciones y formas de uso; mejorar el uso de los aparatos ya que al no tener las indicaciones a la vista están siendo mal utilizados, con lo que esto conlleva en el riesgo de lesiones y ampliar la oferta para que sean utilizados por la población en general, intercalándolos con otras actividades deportivas.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Desde la Concejalía de Salud y la Concejalía de Deportes se está siguiendo el siguiente proceso:

- Censar los aparatos existentes, situados en cuatro de los parques municipales. Se dispone de masaje, pony, volante, surf, timón, esquí de fondo, patines, ascensor, caballo, autobús, cintura, barras, columpio.
- Realizar el diseño de la ficha digital.
- Diseñar y realizar un desplegable con todos los aparatos en el que se observará la foto

del aparato, nombre, localización, función, forma de uso y consejos y advertencias.

- Poner simultáneamente a disposición del público en general, el soporte digital y el desplegable.
- Valorar al final del verano de 2012 si ha mejorado el uso de los aparatos, ya que hasta ahora las formas de uso y las advertencias no estaban visibles para los usuarios y se ha constatado que los utilizan en muchos casos, poco y mal, con el consiguiente riesgo de lesiones.

Ayuntamiento de Pozoblanco (Córdoba)

El deporte es para tod@s

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto conlleva la realización de diversas actividades de carácter deportivo para la población en general del municipio de Pozoblanco.

Destinatarios:

Mujeres, adultos y población general.

OBJETIVOS

Los objetivos generales del proyecto son: la promoción de la actividad física y deportiva, el fomento de hábitos de vida saludable y la sen-

sibilización sobre las ventajas de la actividad física.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El programa se ha dividido en tres grupos, dependiendo de la actividad realizada (yoga, tai-chí y pilates), y a su vez estos se han dividido en varios grupos de acuerdo con los horarios y la demanda de los participantes. Para ello se han creado tres grupos de tai-chí, dos en horario de mañana, dónde participan personas de mayor edad, normalmente amas de casa, y

otro grupo en horario de tarde para personas de menor edad y que normalmente trabajan por la mañana.

El yoga y el pilates, ha sido demandado por personas de menor edad, y que normalmente trabajan por la mañana, creándose varios grupos en distintos horarios y días, para dar cabida al mayor número de participantes posibles.

RESULTADOS

Se ha producido una clara mejora del estado de salud de los participantes, no solo en movilidad y forma física, sino también psíquica.

Ha aumentado el interés por la práctica de las actividades físicas planteadas.

Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón (Madrid)

Marcha "Ten a tu corazón contento"

Breve descripción del proyecto:

La iniciativa "Ten a tu corazón contento" se ha llevado a cabo desde el año 2008. Consiste en una marcha por los parques urbanos de Pozuelo de Alarcón, promoviendo así hábitos de vida saludables, como la realización de ejercicio físico.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Esta marcha tiene como finalidad fomentar el ejercicio físico entre la población en general y especialmente aquellas personas que tienen factores de riesgo cardiovascular.

También se pretende promover el deporte en familia

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se trata de una marcha de unos 8 Km por una zona de parques urbanos.

Inicialmente había dos categorías: Sanos y pacientes, y a su vez se dividían en niños (hasta

14 años) y adultos, pero dados los resultados obtenidos (el ganador ha sido siempre una persona con factores de riesgo cardiovascular) este año 2011 sólo ha existido una categoría que se dividía en niños y adultos.

RESULTADOS

Desde que se comenzó, la participación ha ido aumentando paulatinamente.



Ayuntamiento de Salamanca

Ponte en marcha, ganarás salud

Breve descripción del proyecto:

La iniciativa "Ponte en marcha, ganarás salud" se promueve con el objetivo de mejorar los hábitos saludables de la población de Salamanca, a través de paseos programados y sesiones informativas.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los objetivos perseguidos son los siguientes:

- Mejorar el nivel de actividad física realizada.
- Favorecer el estado de salud mental.
- Mejorar la percepción subjetiva de salud.
- Favorecer el desarrollo de nuevas relaciones sociales.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para la consecución de los objetivos, se realizan sesiones dirigidas semanales de paseos por la ciudad.

También se efectúan actividades de educación para la salud de carácter mensual.

RESULTADOS

Se mantiene un alto nivel de participación, con un elevado grado de satisfacción por los participantes.



Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Consejo asistido y detección del VIH/sífilis

Breve descripción del proyecto:

El proyecto procura sensibilizar acerca del VIH y sífilis a aquella parte de la población con conductas de riesgo. Propone además la realización de pruebas y asesoramiento, en personas con conductas sexuales de riesgo y a la población general,

Destinatarios:

Personas con conductas de riesgo, jóvenes, hombres y mujeres adultos en general.

OBJETIVOS

Contribuir al disfrute de la sexualidad sin riesgo de contagio del virus del VIH y otras Infecciones de Transmisión Sexual en población general y en personas que actualmente mantienen prácticas sexuales de riesgo, contribuyendo al diagnóstico precoz y a cambios hacia patrones de conducta más seguras.

Promover la accesibilidad al recurso sanitario municipal de personas con conductas sexuales

de riesgo, personas que ejercen la prostitución, personas que utilizan servicios de prostitución y hombres que ejercen el sexo con hombres sin adecuada protección.

Proporcionar consejo asistido para evidenciar el riesgo y evitar la repetición de la conducta.

Realizar diagnóstico precoz de VIH y sífilis. Apoyo y derivación de los casos seropositivos a los dispositivos sanitarios oportunos.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Las acciones que se realizan en este programa son:

Sensibilización y difusión del servicio dirigido a jóvenes, personas adultas y personas con prácticas sexuales de riesgo.

Recomendación de la prueba a usuarios de la consulta de planificación familiar de forma previa a la sustitución del preservativo masculino por otros métodos anticonceptivos.

Con el consejo asistido, se trata de llegar a las personas con conductas de riesgo y ofrecerles alternativas para modificarlas, respetando la autonomía de la persona demandante, evitando los prejuicios y encaminándose a la reduc-

ción del daño cuando éste no pueda evitarse totalmente.

Determinación mediante prueba rápida de la existencia de anticuerpos contra el VIH y la sífilis. Establecimiento de nueva prueba si procede. Derivación inmediata para la realización de otras pruebas para otras Infecciones de Transmisión Sexual y/o consultas de Primaria, especializada y planificación familiar.

Acompañamiento y atención en caso de demostración de seropositividad para el VIH. Facilitación de derivación a otros dispositivos sanitarios y sociales cuando se precise.

Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Consejo asistido y detección del VIH/sífilis

RESULTADOS

Se ha desarrollado la difusión del servicio a la población, realizándose también contactos con la Consejería de Sanidad para su implementación, coordinadamente entre ambas administraciones.

Se preparan contactos con ONG's, que trabajan con varones homosexuales y otros grupos de la población diana.

Se han desarrollado las actividades previstas de consejo asistido y prueba rápida siguiendo los criterios establecidos para personas con conductas sexuales de riesgo y personas que dentro del marco de planificación familiar desean sustituir el preservativo por otro método anticonceptivo, se plantean el embarazo o han cambiado de pareja.



Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Prevención del tabaquismo y deshabituación tabáquica

Breve descripción del proyecto:

El proyecto persigue sensibilizar a la población fumadora y prevenir en el alumnado la conducta tabáquica.

Destinatarios:

Población escolarizada en 1º y 2º de Educación Secundaria Obligatoria, jóvenes en Centros de Formación de Adultos y Ocupacionales, población adulta fumadora.

OBJETIVOS

Los principales objetivos son prevenir y reducir la adicción al tabaco en adolescentes y jóvenes, promover el abandono del tabaquismo

en jóvenes, población adulta y grupos vulnerables, y prevenir y reducir el tabaquismo pasivo en hogares, centros públicos y de ocio.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Este proyecto integra talleres con participación del tutor/tutora, centrado en la explicación comprensible del mecanismo de adicción, los problemas de salud, el tabaquismo pasivo y el fomento de que se respete el no fumar en hogares y centros públicos. Se interacciona con los escolares para resistir presiones del grupo de iguales y las campañas dirigidas hacia las chicas. Se completa el taller con el compromiso de no fumar y participar en el concurso de carteles el día mundial sin tabaco.

Se efectúa un trabajo para propiciar el abandono del tabaquismo en otras actividades asistenciales que realiza el Centro (Consulta de Planificación Familiar, etc.).

Se trabaja en la Unidad Asistencial con protocolos de la Red Regional de tabaquismo: valoración, exploración, consejo, tratamiento consensuado con pacientes y apoyo farmacológico si se precisa. Control hasta alta inicial a los tres meses y definitiva al año.

RESULTADOS

Se ha incorporado el programa "Clases sin humo" al proyecto educativo de centros.

El 96% del alumnado ha suscrito el compromiso de no fumar durante el curso. Se ha reducido la prevalencia de tabaquismo en 1º y 2º de

Educación Secundaria Obligatoria, un 7% en los últimos 5 años. El 40% de las personas en deshabituación lo han conseguido en el primer intento (media nacional: 30%).

Ayuntamiento de Sant Feliú de Llobregat (Barcelona)

Actívate caminando

Breve descripción del proyecto:

El programa pretende incorporar hábitos saludables en la población de Sant Feliú de Llobregat, organizando actividades como rutas y paseos.

Destinatarios:

Población adulta y personas mayores con alguna patología asociada al sedentarismo y que son derivadas por los profesionales sanitarios.

OBJETIVOS

Facilitar la incorporación de la actividad física en la vida diaria y potenciar un estilo de vida activo.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se presenta el proyecto a las enfermeras de dos ambulatorios de la ciudad y a los usuarios del Casal de la Gent Gran.

Se identifican cuatro rutas urbanas de extensión diversa y dificultad moderada.

A partir de ello, se organiza la salida semanal con las personas derivadas por los profesiona-

les sanitarios y con el monitoraje del técnico de salud.

El paseo es de una hora de duración, como máximo, por las rutas identificadas, llevándose a cabo un monitoraje hasta la consolidación del grupo.

RESULTADOS

Se han realizado 14 paseos hasta ahora, con 27 usuarios diferentes, con una media de edad

de 59 años. El número de mujeres ha sido mayor que el de hombres.



Ayuntamiento de Segovia

Rutas para la salud

Breve descripción del proyecto:

El programa "Rutas para la salud" pretende generar hábitos saludables entre la población de Segovia, organizando actividades de ejercicio físico, como rutas, aeróbic, etc.

Destinatarios:

Población en general.

OBJETIVOS

Los objetivos generales de este programa son la promoción de la actividad física como estilo de vida saludable y la sensibilización acerca de

la importancia de los estilos de vida saludables como estrategias de prevención de problemas de salud relacionados con el sedentarismo.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El programa divide a los participantes en dos grupos. En uno de ellos, se incluyen las personas de mayor edad y se centra en el desarrollo de ejercicio físico moderado, añadiéndose además actividades de promoción de actividad física autónoma sin riesgos (educación para el

uso de los gimnasios al aire libre para mayores, etc.).

El grupo alternativo aglutina a las personas de menor edad, promueve un ejercicio físico más intenso y la práctica de actividades deportivas novedosas, pero que no requieren gran uso de materiales (aeróbic, marcha nórdica, etc.).

RESULTADOS

Se ha mejorado la percepción de los participantes acerca de su estado de salud, condición física y movilidad y mejora el interés por la actividad física planteada.

Además, se fomenta la actividad física autónoma.

2



Ayuntamiento de Segovia

Red Municipal de Prevención de drogodependencias

Breve descripción del proyecto:

La Red de prevención de drogodependencias pretende concienciar y ayudar a la población en el problema de las drogas.

Destinatarios:

Adolescentes, jóvenes, escolares, población general y trabajadores.

OBJETIVOS

Como objetivos generales a alcanzar, se destacan los siguientes:

- Promover la participación social y una acción coordinada con otras Administraciones Públicas y con la iniciativa social.
- Velar por el cumplimiento de los objetivos previstos en el Plan Municipal sobre Drogas.
- Coordinar las actuaciones en las áreas de prevención e integración en el ámbito de Segovia capital.
- Elevar propuestas al Plan Regional de actuaciones en materia de Drogas.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La Red Municipal de Prevención celebra reuniones mensuales con el objetivo de dar a conocer los objetivos y trabajos a desarrollar en el curso temporal inmediatamente posterior de cada uno de sus miembros. En dichas reuniones, cada Entidad participante presenta su actividad ordinaria, así como las potencialida-

des preventivas de las mismas, promoviendo una verdadera red de recursos donde aquellos ciudadanos que quieren prevenir el consumo de drogas en su entorno, o precisan atención especializada, pueden acceder y apoyarse en su proceso.

RESULTADOS

Se ha conseguido estructurar, coordinar y complementar las actuaciones que se realizan en materia de prevención del consumo de drogas

y potenciar los efectos sinérgicos de las mismas.

Ayuntamiento de Silla (Valencia)

Ejercicio físico regular

Breve descripción del proyecto:

El programa pretende impulsar los hábitos saludables mediante la realización de actividades controladas de ejercicio físico en la población.

Destinatarios:

Población comprendida entre los 16 y 65 años.

OBJETIVOS

La finalidad del proyecto es la de fomentar la promoción de la salud en los ciudadanos/as de 16 a 65 años por medio de ejercicio físico regular, un examen de salud y la educación para la salud.

Otro de los objetivos es la eliminación de hábitos y costumbres nocivas y la detección de problemas de salud física, social, del medio y derivación al recurso más adecuado.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se envía una carta personal para informar del programa al grupo poblacional, comprendido entre los 16 y 65 años de edad, según mailing de años anteriores o censo de población.

Se realiza además un examen de salud y de aptitud física y se constituyen grupos de ejercicio físico regular en tres sesiones semanales.

RESULTADOS

Se ha consolidado la realización de cinco sesiones de ejercicio físico regular.

También se ha consolidado la práctica de tres actividades de educación para la salud, una por trimestre.



Ayuntamiento de Silla (Valencia)

Prevención de drogodependencias

Breve descripción del proyecto:

El proyecto persigue la transmisión de conocimiento acerca de las drogas y su prevención entre la población escolar y adolescente, mediante acciones, talleres y asesoramiento personalizado.

Destinatarios:

3er Ciclo de E. Primaria, Educación Secundaria Obligatoria, 1º de Bachillerato, Ciclos Formativos, Programas de Cualificación Profesional inicial, familiares de alumnos de diferentes niveles educativos, comunitario dirigido a la población en general.



OBJETIVOS

Los principales objetivos son: información, orientación y asesoramiento en la prevención del consumo de sustancias, la puesta en mar-

cha de programas de prevención y la implementación de campañas de prevención.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se acometen acciones directas de intervención en las aulas, relacionadas con los temas específicos a desarrollar en los diferentes programas.

Se interviene y se presta atención psicológica en la prevención individual y familiar y comunitaria.

Además, se llevan a cabo actuaciones dirigidas a los padres a través de programas en los que se abordan contenidos específicos de prevención de consumo de drogas, así como temáticas generales de educación para la salud.

Se participa y fomenta la coordinación en prevención de drogodependencias a nivel local e institucional tanto en el ámbito sanitario como de bienestar social, así como favorecer el control y limitar la presencia de promoción y venta de drogas a nivel municipal.

RESULTADOS

Se percibe una mejora en la percepción del riesgo del consumo de sustancias y la participación en acciones preventivas.



Ayuntamiento de Tres Cantos (Madrid)

Programa de deshabituación en el consumo de tabaco

Breve descripción del proyecto:

El programa descrito persigue la sensibilización y asesoramiento en la deshabituación tabáquica tanto en la población general como en la fumadora.

Destinatarios:

Población general y fumadores.

OBJETIVOS

El objetivo principal es mejorar la salud de la población fumadora de Tres Cantos mediante el desarrollo de talleres con técnicas de apoyo,

para conseguir abandonar el hábito de fumar con mayor porcentaje de éxito.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El programa pretende instaurar una serie de conocimientos, habilidades y/o actitudes, para lo cual hay que prestar especial atención a la forma de hacerlo. La metodología de intervención es el vehículo que va a permitir cumplir eficazmente con nuestros objetivos formativos, adecuándose siempre al colectivo al que nos dirigimos. Para conseguir esta labor, se propone la puesta en marcha de un plan de trabajo que estaría guiado por los siguientes objetivos:

- Recogida de la información necesaria sobre las necesidades específicas del colectivo.
- Diseño de procedimientos específicos y una guía de trabajo para conseguir los objetivos marcados.
- Evaluación del programa de intervención, y de su impacto en los participantes.
- Seguimiento para constatar la permanencia de los cambios conseguidos.

RESULTADOS

El porcentaje de abandono del hábito de fumar de los participantes está en torno al 74%.

3

Alimentación Saludable





Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Talleres sobre desayunos saludables

Breve descripción del proyecto:

Este taller sobre los desayunos saludables se realiza año tras año a demanda de los centros educativos, a las nuevas cohortes que empiezan el primer curso de la Educación Secundaria Obligatoria. En él se realiza una evaluación inicial y posteriormente se dan recomendaciones y buenas prácticas a los escolares.

Destinatarios:

Escolares de primer curso de Educación Secundaria Obligatoria.

3

OBJETIVOS

El principal objetivo de estos talleres es fomentar hábitos alimentarios saludables en escolares del primer curso de la Educación Secundaria Obligatoria.

Se hace hincapié en varios aspectos:

- la importancia del tipo de alimentación en sí.
- la importancia de la forma en que se realiza: de pie, sentado, etc.
- la importancia del tiempo que se le dedica a esta tarea.
- el ambiente familiar del desayuno: solo, con los padres, con hermanos, etc.
- incidencia en el periodo de sueño anterior al desayuno.
- la importancia de quién prepara el desayuno.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para el taller interactivo de educación para la salud, se utiliza la metodología habitual en los talleres de educación para la salud: exposición previa breve, preguntas, cumplimentación de

un cuestionario, clasificación de las respuestas por grupos: saludables, no saludables, discusión de los resultados y, por último, un resumen y una serie de recomendaciones.

RESULTADOS

En los últimos años se ha producido una demanda creciente de los centros docentes, debido al éxito de estos talleres en la mejora de los hábitos alimenticios del alumnado.





Ayuntamiento de Aranda de Duero (Burgos)

Desayunos sanos colectivos

Breve descripción del proyecto:

En los desayunos sanos colectivos participan todos los colegios. La actuación se completa con la intervención, en los días previos al desayuno, de un profesional que se ocupará de transmitir a los alumnos, aula por aula, la importancia del desayuno y de cómo desayunar correctamente.

Destinatarios:

Escolares –niños y jóvenes-, mujeres y tercera edad.



OBJETIVOS

Los objetivos a abordar son:

- Informar y concienciar a la sociedad de los beneficios que una dieta alimentaria tiene sobre la salud.
- Concienciar a las familias, alumnos, colectivo de mujeres y de personas mayores de

la importancia de unos hábitos alimenticios saludables.

- Transmitir a los adolescentes, mujeres adultas y personas mayores información sobre la importancia que tiene desayunar y el hacerlo correctamente.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Primeramente, se realiza un análisis de la encuesta sobre los hábitos saludables, que permite adecuar la actividad a la realidad detectada. Se procede posteriormente a la publicidad en medios de comunicación, así como a la elaboración y difusión de trípticos informativos al respecto. Se realizan contactos varios con todos los Centros Escolares (cartas, teléfono, e-mail) de la localidad.

En días previos al desayuno, una persona experta en alimentación informa a niños y niñas sobre el desayuno saludable. A cada escolar y al profesorado, se le ha hecho entrega de un tríptico elaborado al efecto.

En días posteriores se realiza en el comedor del centro educativo el desayuno saludable.

RESULTADOS

Se procede al análisis de la encuesta de hábitos alimenticios saludables de los colegios en los que se ha realizado, viéndose que el 5% de los alumnos no desayuna; que sólo el 35% toma

un desayuno saludable completo; que un 45% no come nada durante el recreo y que un 8% come chucherías o bollería industrial en este tiempo.





Ayuntamiento de Avilés (Asturias)

Taller preventivo sobre imagen corporal y trastornos de la alimentación

Breve descripción del proyecto:

Este taller trata de analizar la influencia de los medios de comunicación, de la familia y los amigos con relación a la satisfacción/ insatisfacción de la imagen corporal.

Destinatarios:

Jóvenes de 2º de Educación Secundaria Obligatoria.

OBJETIVOS

Sensibilizar a la población adolescente con el fin de prevenir los trastornos de imagen corporal y de la alimentación.

Hacerles tomar conciencia de cuál es su patrón habitual de alimentación y contrastarlo con patrones de alimentación más saludables.

Analizar la influencia de los medios de comunicación, de la familia y las amistades con relación a la satisfacción o la insatisfacción de la imagen corporal.

Posibilitar un espacio donde puedan analizar y expresar sus emociones en relación con estos temas.

Explicar e informar sobre los principales trastornos de la alimentación. Crear en los jóvenes una toma de conciencia sobre esta problemática para que, posteriormente, sean ellos mismos quienes difundan dicha información en su red social y familiar.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan cuatro sesiones de una hora de duración en horario lectivo, añadiéndose una última sesión de conclusiones y evaluación final.

Los contenidos se desarrollan en torno a los siguientes aspectos: Salud, alimentación y nutrición, imagen corporal, expresión de emociones, anorexia y bulimia.

RESULTADOS

Se ha conseguido la ruptura de estereotipos sobre la imagen corporal; también se han detectado los posibles problemas entre el alumnado relacionados con trastornos de la alimentación.

Ha existido una buena acogida por parte del profesorado que está presente en el desarrollo de la actividad.



Ayuntamiento de Benalmádena (Málaga)

Perseo

Breve descripción del proyecto:

El programa PERSEO se inició en 2007 con el fin de mejorar los hábitos de los niños en lo referente a la alimentación y el ejercicio físico, con la finalidad de reducir la obesidad infantil.

Destinatarios:

Escolares.



OBJETIVOS

Los objetivos generales son: promover hábitos de vida saludables entre los alumnos y sus familias, actuando simultáneamente sobre el comedor y el entorno escolar, para facilitar la elección de las opciones más sanas, así como mejorar los índices de obesidad infantil.

Entre los objetivos específicos se destacan: promover la adquisición de hábitos alimentarios saludables y estimular la práctica de

actividad física entre los escolares; detectar precozmente la obesidad y evitar que progrese con evaluaciones clínicas; sensibilizar a la sociedad en general, y sobre todo al entorno escolar, de la importancia que los educadores tienen en este campo; crear un entorno escolar y familiar que favorezca una alimentación equilibrada y la práctica frecuente de actividad física; diseñar indicadores sencillos fácilmente evaluables.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se han realizado diversas acciones: reuniones de coordinación con el profesorado para el seguimiento de su desarrollo en el aula; mediciones del Índice de Masa Corporal y tensión arterial; reuniones con los pediatras de los centros de salud; valoración de los menús escolares;

realización de encuestas a alumnos y sus familias sobre hábitos de alimentación y actividad física; celebración de jornadas de promoción de la actividad física y la alimentación saludable en el municipio.

RESULTADOS

Esta iniciativa coordinada con los pediatras ha permitido una detección precoz de muchos casos, así como el tratamiento a seguir posteriormente.

En el curso 2010-2011, con una muestra de 484 niños y niñas, se detectó un 20,9% de sobrepeso y un 21,5% de obesidad en 6º curso. Sobre una muestra de 500 niños y niñas el sobrepeso se estableció en un 19,1% y la obesidad en el 24,5%.



Ayuntamiento de Berja (Almería)

Programa municipal de hábitos saludables

Breve descripción del proyecto:

El programa realiza un estudio de obesidad y sobrepeso de la población infantil de Berja, mediante la medición de peso y talla y la comparación del Índice de Masa Corporal con los valores estándar en estas edades.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los objetivos principales de este programa persiguen fomentar actitudes positivas hacia la promoción de la salud física, psicológica y social de los individuos, además de fomentar y coordinar la participación de diferentes colectivos en acciones de educación para la salud, a fin de estimular la adquisición de valores saludables y capacitarles para responsabilizarse de su propia salud.

En cuanto a los objetivos específicos, se pueden citar: la promoción de una alimentación más saludable y equilibrada entre los escolares del municipio y sus familias; la evaluación de la tasa de prevalencia de sobrepeso y obesidad entre la población infantil del municipio. Así como la disminución de la tasa de obesidad infanto-juvenil; la promoción de actividades no sedentarias que impliquen un mayor gasto energético entre los diferentes colectivos del municipio.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Con los alumnos de Primaria, se llevan a cabo las siguientes actividades: taller de alimentación saludable, desayuno saludable, control de peso y talla para determinación estadística del Índice de Masa Corporal en el colectivo de Primaria y la realización del taller de actividad física.

Se entrega además material de publicidad e información sobre alimentación y actividad física para la población infantil y para sus familias.

Con los alumnos/as de secundaria y bachiller, se realizan talleres sobre cocina, hábitos saludables y actividad física relacionados con deportes acuáticos en la piscina cubierta, campo de césped indoor y gymkana.

Con los escolares de infantil, se distribuye material audiovisual sobre alimentación, para que los colegios trabajen en clase una coreografía, además de realizar un taller de actividad física y desayuno saludable.

Se acometió una marcha por las calles del municipio con el alumnado y el profesorado de todos los ciclos que han participado en dicho programa; posteriormente, se realizó un desayuno saludable.

También se realizó una marcha en bicicleta por las calles del municipio.

Se mantuvo una reunión de coordinación con los colectivos asociativos del municipio, con especial relevancia en las Asociaciones de Padres y Madres de alumnos/as.

Ayuntamiento de Berja (Almería)

Programa municipal de hábitos saludables

Se realizó una reunión de coordinación con el colectivo de personas mayores, para la coordinación de actividades de envejecimiento activo. Se han realizado talleres en los distintos centros de personas mayores sobre actividad física, mental y alimentación saludable; ade-

más, existe un taller permanente anual de actividad física y psico-estimulación preventiva para mayores.

Se ha intervenido en los medios de comunicación, con mensajes sobre alimentación y actividad física.

RESULTADOS

Unos 1.000 escolares con edades comprendidas entre los 6 y los 12 años son pesados y medidos anualmente. A partir de estos datos se realiza el protocolo de información con las familias, para asesoramiento y seguimiento de casos de obesidad, sobrepeso y bajo peso. La intervención se combina a nivel de familias con

talleres formativos en alimentación y actividad física saludable e inclusión en las actividades del Patronato Municipal de Deportes.

En comparación con estudios a nivel nacional, los resultados obtenidos muestran menores porcentajes de sobrepeso y obesidad.





Ayuntamiento de Cambrils (Tarragona)

Proyecto comunitario de seguridad alimentaria

Breve descripción del proyecto:

El proyecto definido a continuación persigue la educación de la población de Cambrils en hábitos alimenticios saludables.

Destinatarios:

Población en general.

OBJETIVOS

Los objetivos a alcanzar con el proyecto son mejorar la información y los conocimientos de la ciudadanía en materia de seguridad alimen-

taria y dar soporte técnico a los sectores especializados en el ámbito de la alimentación, como restauradores, comercio minorista, etc.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se han organizado charlas de carácter general: "Cuatro normas para garantizar la seguridad de los alimentos que preparamos"; un taller de alimentación y actividad física; consejos alimentarios para prevenir la obesidad y el taller "Del mercado a la mesa".

También se han difundido los conceptos de seguridad alimentaria entre niños y niñas de (8-

13 años), mediante el juego-taller "El detective en seguridad alimentaria" para alumnos de 4º y 5º de Primaria de los 7 centros educativos.

A través de los medios de comunicación también ha habido un ejercicio de difusión y sensibilización: cuñas publicitarias sobre lácteos, alimentos ecológicos y pescado.

RESULTADOS

Se ha realizado un proyecto municipal con recursos humanos de diferentes instituciones.

Se ha logrado una optimización de recursos: el 90% del proyecto del año 2011 se ha desarrollado exclusivamente con los recursos humanos de los diferentes entes implicados. Se ha producido una implicación del 100% de los profesionales en el proyecto. La participación

de los centros educativos de Cambrils, ha sido de un 100%.

Los medios de comunicación locales en la difusión han participado activamente.

Ha habido implicación por parte de profesionales del ámbito de la Salud en proyectos de trabajo comunitario de promoción de la Salud.



Ayuntamiento de Cambrils (Tarragona)

Sanos y en forma

Breve descripción del proyecto:

En este proyecto se realizan actividades en colegios y centros educativos, para el análisis de la salud de los escolares y la promoción de hábitos saludables.

Destinatarios:

Alumnos de último ciclo de Educación Primaria y primer ciclo de Educación Secundaria Obligatoria, padres y madres.



OBJETIVOS

El objetivo perseguido es la prevención temprana de problemas cardiovasculares y metabólicos asociados a la obesidad y sedentarismo, mediante educación en hábitos saludables.

Entre los objetivos específicos, se destacan: realizar una valoración muestral de la incidencia de obesidad infantil en la ciudad, midiendo el índice de masa corporal de los escolares a tres edades concretas; recordar a escolares, madres y padres las bases generales de la nu-

trición saludable; valorar conjuntamente con las madres y padres y los agentes que intervienen en el servicio de los comedores escolares, los hábitos de los niños en las comidas en la escuela y en el hogar; discutir las estrategias más eficaces para que los niños coman saludablemente; y por último, valorar conjuntamente con madres, padres y profesores de educación física y cuidadores de recreo escolar, el nivel de actividad física de los escolares en el desarrollo de las actividades y en el tiempo libre.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se ofrecen dos modalidades de talleres:

Taller con alumnos: se informa acerca de la prevención del riesgo cardiovascular; encuesta de dieta preferida y dieta real del día anterior; cálculo del Índice de Masa Corporal, pulsaciones en reposo y ejercicio, tensión arterial; encuesta de actividades del día anterior; actividad física en vida diaria y en tiempo libre, prevención del hábito de fumar; la importancia del desayuno.

Taller con madres y padres: además de lo anteriormente comentado para alumnos, se definen estrategias para una alimentación correcta en casa y el cole; sugerencias para que los niños y adolescentes disfruten de ejercicio físico suficiente y agradable y prevención del hábito de fumar; la importancia de los hábitos familiares.





Ayuntamiento de Elda (Alicante)

Prevención de la Obesidad y Promoción del Ejercicio Físico

Breve descripción del proyecto:

El programa prevención de la obesidad infantil se desarrolla desde 2007 durante todo el curso escolar y consta de varias charlas y talleres.

Destinatarios:

Escolares de los tres ciclos de Primaria de todos los centros.



OBJETIVOS

El objetivo general es instaurar hábitos saludables en niños para evitar el sobrepeso y la obesidad.

En cuanto a los objetivos específicos, se pretende conocer las necesidades alimentarias; diferenciar los grupos de alimentos; identificar la función básica de cada grupo; establecer la importancia que tiene cada una de las comi-

das que realizamos a lo largo del día; remarcar la necesidad de tener o establecer una pauta alimentaria; preparar un desayuno completo y sano; reconocer los problemas derivados de la obesidad infantil; analizar los riesgos de conductas alimentarias inadecuadas; descubrir los beneficios del ejercicio físico e impulsar la práctica regular de actividad física.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El programa consta de cinco charlas y un taller asociado a cada una:

Charla I: Necesidades nutricionales, conceptos básicos sobre nutrición, nutrientes y alimentos.

Charla II: Ritmos alimentarios; distribución de los alimentos en las diferentes comidas del día; exposición de la importancia de cada comida, composición y clima que debe acompañar.

Charla III: Un problema creciente: la Obesidad infantil; qué es, causas, consecuencias y tratamiento.

Charla IV: Trastornos de la conducta alimentaria; anorexia y bulimia nerviosa, así como sus consecuencias.

Charla V: El ejercicio físico; las bondades de su práctica.

RESULTADOS

Los resultados de las encuestas para las cinco charlas son altamente satisfactorios, demos-

trando que los escolares han captado e interiorizado toda la información ofrecida.





Ayuntamiento de Estepona (Málaga)

Estudio sobre la alimentación en escolares

Breve descripción del proyecto:

El estudio se comenzó en 2010 y ya se ha finalizado la primera fase, donde se ha recopilado información, además de dar formación a escolares acerca de hábitos alimenticios saludables.

Destinatarios:

Alumnos y padres de escolares (desde Infantil a 6º de Primaria).

OBJETIVOS

Fomentar a todos los niños en edad escolar, los buenos hábitos alimenticios, e informar y concienciar a los padres a llevar una alimentación

equilibrada en cantidades, calidades y proporción de nutrientes adecuados.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Las principales actividades desarrolladas han sido:

- Visita a centros escolares. Se ha planteado a responsables de cada centro escolar el estudio a realizar, mediante encuestas nutricionales, información y formación a alumnos y padres de los mismos, valoración antropométrica y visita al comedor escolar.
- Información y formación a escolares.
- Realización de encuestas nutricionales, insistiendo especialmente en el desayuno.
- Realización de valoración antropométrica de los alumnos.
- Visitas a cocinas y comedores escolares.
- Información y formación a los padres de los alumnos a través del Asociación de Madres y Padres de Alumnos.

RESULTADOS

Se ha observado mucho interés por la mayoría de los padres. En general tienen bastantes preguntas y demandan respuestas, manifestaban tener bastantes dudas sobre distintos mitos en materia de nutrición.

En cuanto a los alumnos, ha habido una gran implicación en el estudio a medida que se trabajaba con ellos, presentando gran interés en el mismo.





Ayuntamiento de Getafe (Madrid)

Alimentación saludable

Breve descripción del proyecto:

El programa se desarrolla a lo largo del curso escolar y trata de proporcionar información, además de formación para los docentes, padres, madres y adolescentes, en hábitos alimenticios saludables.

Destinatarios:

Alumnado de 3º de Primaria y 2º de Secundaria.



OBJETIVOS

Los principales objetivos perseguidos por el programa son: fomentar la alimentación saludable en los escolares de Getafe, estimular la necesidad de realizar un desayuno saludable,

fomentar el consumo de productos saludables en el recreo y conocer la situación de los alumnos de 3º de Primaria y 2º de Secundaria en relación con la alimentación.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Las acciones llevadas a cabo para la consecución del programa han sido:

La presentación inicial del programa a docentes, alumnado, padres y madres.

La realización de una encuesta sobre alimentación.

En la educación para la salud se les ha facilitado al profesorado material informativo y actividades para trabajar el tema con su alumnado; además, se informa al alumnado sobre el resultado de las encuestas, aprovechando la charla-coloquio para aclarar dudas y hacer hincapié en los aspectos saludables de la alimentación.

RESULTADOS

Se ha apreciado un aumento de la información y sensibilización de docentes, alumnado, madres y padres.





Ayuntamiento de Igualada (Barcelona)

Programa de promoción de la alimentación saludable a jóvenes a partir de las redes sociales

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto, comenzado en 2011 y actualmente en curso, se realiza mediante un concurso destinado a los jóvenes para promover la alimentación saludable.

Destinatarios:

Adolescentes y jóvenes.



OBJETIVOS

Como objetivos principales se pueden destacar la mejora de los hábitos alimentarios de los jóvenes. La generación de un debate entre los jóvenes que motive la reflexión sobre sus há-

bitos alimentarios, sus consecuencias y tratar de llegar hasta los padres y madres de estos jóvenes de una manera indirecta.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El proyecto pretende que los/las jóvenes de los institutos de Educación Secundaria participen en un concurso de videos registrados con el teléfono móvil o cámara digital. El tema del concurso será hacer una receta del recetario "Cocina sin padres" de la Diputación de Barcelona.

Se animará a los participantes que para el registro de los videos vayan disfrazados de per-

sonajes (cantantes, personajes de programas conocidos), siempre y cuando sigan los pasos de la receta original y se cocine el plato escogido.

Los videos participantes se colgarán en un canal YouTube creado para el proyecto y se escogerá el mejor video.

RESULTADOS

La experiencia es muy motivadora para los jóvenes y por lo tanto tienen una buena predisposición a participar.



Ayuntamiento de Jaén

Desayuno saludable en el mercado

Breve descripción del proyecto:

La actividad desarrollada en 2011, consistió en un desayuno de carácter saludable en los mercados de Jaén, se trasladó información y formación acerca de hábitos alimenticios para prevenir enfermedades.

Destinatarios:

Población en general.

OBJETIVOS

Los principales objetivos que persigue esta iniciativa son los siguientes:

- Proporcionar acciones informativas sobre las bondades de un desayuno completo.
- Sensibilizar a la población para que desarrollen hábitos de desayuno saludables.
- Fomentar el uso de ingredientes sanos para el desayuno.
- Ofrecer información a la población en materia de salud.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para la consecución de la actividad, se ha ofrecido un desayuno a base de: pan, aceite de oliva virgen extra, café y leche, queso fresco y zumo de naranja.

Se ha proporcionado además un folleto explicativo de las bondades sanitarias del desayuno.

RESULTADOS

Se ha incrementado la sensibilización de la clientela del mercado en cuanto a la salubridad de determinados alimentos.



Ayuntamiento de Jaén

Desayuno saludable en la adolescencia

Breve descripción del proyecto:

Este taller se realizó en 2011 y consistió en un desayuno de carácter saludable en varios centros educativos, se trasladó información y formación sobre los hábitos alimenticios para prevenir enfermedades.

Destinatarios:

Población entre 12 y 16 años.



OBJETIVOS

Los objetivos generales que se pretenden alcanzar son los siguientes:

- Proporcionar información sobre las bondades de un desayuno completo.
- Sensibilizar a la población adolescente para que desarrollen hábitos de desayuno saludable.
- Fomentar el uso de ingredientes sanos para el desayuno.
- Ofrecer información a los adolescentes en materia de salud alimentaria.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se ha ofrecido un desayuno a base de pan, tomate rallado, jamón cocido y naranjas.

Se ha celebrado una charla previa sobre nutrición, proporcionándoles un díptico informativo sobre nutrientes.

Por último, se ha realizado una encuesta de hábitos saludables entre los alumnos del Centro.

RESULTADOS

Se ha incrementado la sensibilización sobre la importancia de un desayuno equilibrado para

el desarrollo de las capacidades cognitivas y físicas de la población entre 12 y 16 años.





Ayuntamiento de Las Rozas (Madrid)

Trastornos de la Alimentación

Breve descripción del proyecto:

El programa se efectúa a lo largo del curso escolar, proporcionando formación al personal docente de los centros, sobre los trastornos de alimentación habituales entre los escolares y adolescentes.

Destinatarios:

Adolescentes y escolares.

OBJETIVOS

Se persigue fomentar los hábitos alimentarios saludables en la población escolar, además de prevenir cualquier clase de alteración de pato-

logía de la conducta alimentaria, describiendo los efectos y las consecuencias.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se ofrecen clases teóricas y prácticas impartidas por un psiquiatra en el que se abordan conceptos, criterios, diagnósticos, factores bioló-

gicos, psicológicos, familiares, socioculturales y las complicaciones físicas añadidas.

RESULTADOS

Con las clases impartidas, los alumnos toman conciencia sobre este grave problema.

Asimismo, aquellos alumnos en situación de riesgo aprenden a pedir ayuda.

3





Ayuntamiento de Lugo

Trabajamos por tu salud

Breve descripción del proyecto:

El proyecto se lleva a cabo en varios centros educativos de Lugo, mediante talleres con actividades de concienciación acerca de los hábitos alimenticios de carácter saludable.

Destinatarios:

Mujeres, adolescentes, niños, jóvenes, tercera edad, escolares y población general.



OBJETIVOS

Se persigue inculcar comportamientos alimentarios saludables en los niños, jóvenes y población en general, subrayando la importancia de un desayuno correcto, y evitando la ingesta excesiva de pastelería; también informar y con-

cienciar a los adolescentes y adultos acerca de la importancia de una alimentación sana, equilibrada y segura como elemento de prevención de los trastornos alimentarios asociados.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se pone a disposición un calendario de visitas a los colegios, por parte del personal del proyecto, incluyendo expertos en nutrición de diferentes disciplinas, apoyo de materiales audiovisuales y creación de personajes como

“cunkin”, que personifica la conceptualización del desayuno correcto frente a los niños.

Se confeccionan y distribuyen además juegos relativos al tema y se tiene presencia en los medios de comunicación, radio y tv.

RESULTADOS

Existe una participación del 100% del alumnado y centros educativos.

El programa incide directamente en la línea de fomento de hábitos saludables, y también con

la línea de desigualdad y participación ciudadana, dado que no solamente se fomentan este tipo de hábitos, sino que se hace desde una perspectiva de red y participación.



Ayuntamiento de Manresa (Barcelona)

Alimentación saludable en escolares

Breve descripción del proyecto:

Este programa promueve, a través de actividades como talleres y visitas, una alimentación saludable entre el alumnado de los centros educativos.

Destinatarios:

Niños y escolares.

OBJETIVOS

El programa tiene como fin: fomentar la alimentación sana y equilibrada entre la población infantil; proporcionar un conjunto de informaciones a los escolares de 4º de Primaria, que les permita aprender cómo seguir una alimentación saludable; dar a conocer a la población escolar de 5º de Primaria, qué es la alimenta-

ción sana, equilibrada, variada y suficiente, para que puedan mejorar o cambiar sus hábitos alimentarios, empezando por el desayuno; profundizar en los conocimientos que han ido adquiriendo en los cursos anteriores, a partir de la organización de un concurso de meriendas dirigido a los escolares de 6º de Primaria.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Todos los talleres son impartidos por una dietista y contienen una parte teórica, en la que se incide en la importancia de llevar una alimentación sana, variada, equilibrada y suficiente, y una parte práctica, que es distinta según la actividad.

En el desayuno saludable, los alumnos de 5º curso durante la semana han ido anotando en un póster, los alimentos que han tomado en el desayuno y que están agrupados por nutrien-

tes. A partir de los resultados del póster se hace la charla.

Por último, los alumnos de 6º empiezan con un recordatorio por parte de la dietista de los conocimientos impartidos los dos años anteriores, y una ampliación de los mismos. Se les propone la participación en un concurso de meriendas saludables en el que participan todas las escuelas. El grupo ganador tendrá como premio pasar un día en un parque de aventuras.

RESULTADOS

Han participado en las tres actividades del programa un total de 2.210 alumnos (4º-6º).

Participan todas las escuelas de Manresa, 10 públicas y 8 concertadas.



Ayuntamiento de Molina de Segura (Murcia)

Programa de prevención de obesidad infantil y juvenil

Breve descripción del proyecto:

Se persigue con este programa la disminución de la obesidad infantil. Para ello, se ha creado un grupo de trabajo en Molina de Segura, que realiza revisiones, reuniones y estudios acerca de este problema.

Destinatarios:

Adolescentes, niños, jóvenes y escolares.

OBJETIVOS

Se pretende disminuir la prevalencia de obesidad infanto-juvenil en el municipio, así como educar a los niños y jóvenes en los hábitos sa-

ludables de alimentación y en el fomento del ejercicio físico.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para lograr los objetivos, se ha constituido un grupo de trabajo multidisciplinar con profesionales del Ayuntamiento, Centros de Salud y Comunidad Autónoma (Consejería de Sanidad y Consejería de Educación) incluyendo 6 pediatras, 4 médicos de familia, 2 enfermeros, 2 nutricionistas y 3 técnicos de salud pública.

Se han diseñado los menús de los veintidós centros educativos con comedor. Se realizan

inspecciones trimestrales a comedores escolares.

Se han convocado reuniones con padres en todos los centros explicando el programa.

Además, se ha realizado un estudio antropométrico pesando y midiendo a 6.139 niños de Educación Infantil y Primaria, y se ha establecido un programa de fomento de desayunos saludables y ejercicio físico.

RESULTADOS

Todos los menús son diseñados desde la Concejalía de Sanidad incluyendo ensalada, plato de guiso tradicional de cocina mediterránea,

pan y fruta. 3.517 niños comen a diario en comedor escolar en el municipio.

3





Ayuntamiento de Ourense

Programa de asesoramiento nutricional

Breve descripción del proyecto:

El programa de alimentación y nutrición desarrollado en la ciudad de Ourense trata de fomentar unos hábitos alimenticios saludables.

Destinatarios:

Usuarios de centros con restauración colectiva.

OBJETIVOS

Como objetivos principales del programa, se destacan:

- Promocionar una alimentación saludable a través del consumo de menús equilibrados.
- Contribuir en la planificación de menús correctamente equilibrados y adaptarlos nutricionalmente a los diferentes grupos de edad de los comensales.
- Apoyar al personal de cocina de los comedores mediante un servicio de asesoría alimentaria.

- Revisar el contenido de los menús actuales de comedores colectivos y/o modificar o proporcionar planes de menús cíclicos o mensuales para cada temporada del año.
- Atender las demandas de colectivos escolares con patologías alimentarias especiales.
- Dar pautas a los gestores de comedor respecto a los aportes nutricionales del menú.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Nos dirigimos mediante carta informativa a todos los centros educativos y sociales que ofrecen y/o gestionan servicio de comedor. Una vez recibida la inscripción y los menús de los centros, realizamos la valoración de los mis-

mos y elaboramos a partir de aquí las nuevas propuestas de menús.

La comunicación sobre el nutricionista y el responsable del comedor, se mantiene abierta durante todo el curso a través de la consulta telefónica y de correo electrónico.

RESULTADOS

Hasta ahora, el número de centros participantes ha sido de dieciocho, con 1.200 comensales.

Se ha mostrado un alto interés por este programa por parte de los centros educativos.



Ayuntamiento de Palma de Mallorca

La escuela en el mercado

Breve descripción del proyecto:

En esta iniciativa se realizan actividades extraescolares en los mercados de la localidad, con el fin de promover hábitos alimenticios saludables entre los escolares de Palma de Mallorca.

Destinatarios:

Escolares, padres y otras personas implicadas en la cadena comercial.

OBJETIVOS

Mejorar el estilo de vida y más concretamente, los hábitos alimentarios de los niños, especialmente aumentar el consumo de frutas y verduras locales y de temporada, además de dar a conocer mercados municipales de cada barrio, como parte integrada de nuestra cultura en cada barrio y como práctica de consumo sostenible, además de dar a conocer la cadena comercial.

En cuanto a los objetivos específicos, se trata de desarrollar actividades educativas para aumentar el conocimiento de los niños sobre los beneficios del consumo de productos locales y de temporada, sobre todo de frutas y verduras, implicar a los centros educativos y conocer la situación en cuanto a los hábitos de consumo de los niños, actividad física y conocimiento sobre los mercados municipales.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Las actividades educativas extraescolares se llevan a cabo de septiembre a junio, en los propios mercados municipales; se complementan con actividades sobre alimentación impartidas en el centro educativo (fichas para completar la actividad, calendarios y trípticos de la pirámide de la alimentación, posters y trípticos sobre las frutas y verduras de la temporada, libro sobre la historia de los mercados, etc.).

También se elabora un estudio descriptivo sobre los hábitos de consumo de los escolares y conocimiento sobre los mercados municipales.

Toda la información y material didáctico se puede descargar en la página web www.mer-capalma.es.

RESULTADOS

Alto nivel de satisfacción por parte de los centros educativos. En cuanto a la modificación de

los hábitos de los escolares, todavía es pronto para objetivar si hay mejoras.



Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón (Madrid)

Programa Thao

Breve descripción del proyecto:

El Programa Thao se constituye como un conjunto de pruebas de carácter médico, para evaluar los hábitos alimenticios de los niños escolarizados en Pozuelo de Alarcón.

Destinatarios:

Escolares de 3 a 12 años.



OBJETIVOS

Los objetivos perseguidos por el Programa Thao son: conocer los hábitos alimenticios de la población infantil de 3 a 12 años; promover unos hábitos y un estilo de vida saludable; determinar la prevalencia de la obesidad y el sobrepeso en los niños de Pozuelo; detectar de

manera precoz el sobrepeso y la obesidad infantil, informando a los padres para que tomen las medidas necesarias; difundir información entre los padres sobre nutrición y actividad física, e implicar a otros actores sociales y sanitarios en la difusión de la información.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realiza la determinación del peso y la talla de los niños entre 3 y 12 años, por un médico, (previa autorización de los padres). Con ello se determina el índice de masa corporal de cada niño.

Se determina, según las tablas de Orbegozo de la existencia de sobrepeso u obesidad.

Por último, se envía una carta a los padres informándoles de los resultados. Se envía también información nutricional, hábitos de vida saludable, etc.

RESULTADOS

Aumento de la participación en los colegios que colaboran.





Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Comemos más sano y somos personas más activas

Breve descripción del proyecto:

Con este programa se persigue mejorar los hábitos alimenticios de la población. Para ello, se establecen varias actividades a lo largo del año, tanto teóricas como prácticas.

Destinatarios:

Población general.



OBJETIVOS

Los objetivos que se han definido son: favorecer la adquisición de conocimientos, pautas y recursos sobre alimentación y actividad física beneficiosa para la salud; impulsar en el municipio proyectos de Educación para la Salud sobre alimentación elaborados conjuntamente por Centros Educativos y el Centro Municipal de Salud del Ayuntamiento; potenciar la auto-

nomía y autocuidado; identificar los recursos disponibles para la práctica de ejercicio físico y favorecer su utilización; fomentar un entorno escolar y familiar que contribuya a una alimentación equilibrada; intervenir conductualmente en problemas relacionados con la alimentación, y conseguir la alianza con la empresa privada, en particular hostelería.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se ha creado el taller "Come bien y muévete" dirigido al alumnado de Infantil y Primaria.

También se ha puesto en marcha la Escuela de Salud, donde se realizan actividades prácticas: registro y valoración de lo que comen a lo largo de una semana, evaluación y comparación de etiquetado, elaboración de un desayuno saludable, etc.

También se conmemoran el "Día Mundial de la Actividad Física" y el "Día Mundial de la Salud" mediante la realización de la Semana "Comemos mejor y somos más activos/as".

Se celebra "La Ruta de las Tapas" (concurso gastronómico de tapas entre los diferentes establecimientos hosteleros del municipio), donde se premia la "Mejor Tapa", la "Tapa más elaborada" y la "Tapa más saludable".

Por último, se atiende a la demanda que se origina por problemas directos relacionados con la alimentación o cuando son secundarios, fundamentalmente los que surgen por depresión u otros trastornos del estado de ánimo.





Ayuntamiento Villanueva de la Cañada

PROGRAMA THAO-SALUD INFANTIL

Breve descripción del proyecto:

Es un programa municipal que se inició en 2007, pionero de prevención de la obesidad infantil, que actúa a nivel comunitario movilizándolo a todos los actores sociales clave. Contempla un plan de acciones continuadas y a largo plazo, un completo modelo de evaluación y una comunicación permanente. El Programa se basa en la asociación público-privada, es diseñado y coordinado a nivel nacional por la Fundación Thao.

Destinatarios:

Escolares del municipio con edades comprendidas entre 0 y 12 años, así como sus familias.



OBJETIVOS

- Promocionar hábitos saludables entre la población infantil y sus familias.
- Favorecer la adquisición de hábitos alimentarios saludables.
- Fomentar la actividad física.
- Frenar la progresión de la prevalencia del sobrepeso y la obesidad infantil.
- Ilusionar y movilizar a todos los ciudadanos hacia un estilo de vida saludable.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

De las actividades realizadas, cabe destacar:

- Acciones: en el desarrollo del Programa Thao, en la ciudad se inicia regularmente una nueva "temporada", que destaca una familia de alimentos o una actividad concreta, siempre teniendo como lema transversal la actividad física.
- Evaluación:
 - Una vez al año, profesionales de la salud realizan mediciones antropométricas (peso, talla, circunferencia de la cintura), desde 1º de Educación Infantil hasta 6º de Educación Primaria. Posteriormente se entrega a los padres un informe personal con la evolución del Índice de Masa Corporal.
 - Se realiza un cuestionario de hábitos alimentarios, preferencias y aversiones de alimentos, y otro sobre actividad física y tiempo de utilización de tecnologías de la información y comunicaciones, a alumnos de 4º, 5º y 6º de Educación Primaria.
- Investigación y comunicaciones científicas:
 - A partir de los datos obtenidos en las mediciones, se realizan diversos estudios para determinar los determinantes de la salud de la población y, en concreto, la influencia de variables socioeconómicas y de variables indicadoras del modelo urbanístico de la ciudad en el nivel de salud de la población, a partir de un indicador de relieve de la salud, como es la prevalencia de sobrepeso y obesidad.
 - Los resultados han sido presentados en distintos foros científicos, como las Conferencias Técnicas Anuales de la Red Europea de Ciudades Saludables de la Organización Mundial de la Salud, la European Nutrition Conference de la FENS o el Congreso Nacional de la Estrategia NAOS.

RESULTADOS

La aplicación del Programa Thao ha conseguido frenar la tendencia creciente en la prevalencia

de sobrepeso y obesidad infantil, respecto a otros municipios y regiones de España.



Ayuntamiento Villanueva de la Cañada

PLAN INTEGRAL DE ALIMENTACIÓN

Breve descripción del proyecto:

El Plan Integral de Alimentación, integrado en el Consejo Municipal de Salud, aglutina todas aquellas actividades que se llevan a cabo en el municipio para mejorar los hábitos alimentarios de los habitantes de Villanueva de la Cañada.

Destinatarios:

Toda la población del municipio, con especial incidencia en grupos vulnerables de población, como personas mayores, escolares, inmigrantes y deportistas. Personas que participan en el buen funcionamiento del comedor (personal docente, personal de cocina y, en su caso, monitores, comisión de comedor, asociaciones de padres y madres, etc.).

OBJETIVOS

- Impulsar el establecimiento de hábitos alimentarios adecuados desde la infancia.
- Ofrecer a los comedores escolares un servicio de asesoramiento encaminado a mejorar los aspectos nutricionales de los menús servidos en los centros.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

De las actividades realizadas, cabe destacar:

- Desayunos saludables en centros escolares: la sesión, realizada en el comedor del centro, consiste en una charla informativa sobre la importancia del desayuno y la estructura de un desayuno equilibrado. Para finalizar, se invita a los participantes a desayunar.
- Seguimiento de comedores escolares: desde el curso escolar 2004/05, se ofrece a los Centros Escolares con comedor escolar la posibilidad de remitir mensualmente sus propuestas de menús, para que un grupo de expertos en nutrición las analicen y les envíen las recomendaciones que estimen oportunas.
- Asimismo, dos veces al año, profesionales especializados realizan una recogida de muestras en el propio comedor y un laboratorio acreditado para el análisis de menús escolares analiza su composición nutricional. Posteriormente, se remite un informe a los Centros Escolares, en el que se recogen las distintas actuaciones realizadas el día de la visita:
- Aprender a comer bien: este programa, elaborado y financiado por la empresa Nestlé, tiene por objeto motivar a los alumnos del tercer ciclo de Primaria a adoptar hábitos de vida saludables en lo referente a la alimentación y la actividad física. A través de este Programa, los profesores y los alumnos reciben material didáctico sobre alimentación y participan en un concurso anual.
- Promoción de la salud y mejora de la calidad de vida del colectivo inmigrante mediante una intervención nutricional: consiste en la realización de la valoración nutricional del colectivo de inmigrantes del municipio y utilización de estos datos como herramienta para mejorar la salud de dicho colectivo y, por tanto, como un instrumento más al servicio de su integración. Los objetivos son: conocer los hábitos alimentarios de los inmigrantes de Villanueva de la Cañada, sus preferencias, aversiones, su dieta de origen y valorar la diferencia entre la dieta originaria y la española; valorar su estado nutricional desde el punto de vista dietético y antropométrico así como su actividad física; contribuir a su for-

Ayuntamiento de Villanueva de la Cañada

PLAN INTEGRAL DE ALIMENTACIÓN

mación en materia de nutrición, basándose en las posibles carencias encontradas en el estudio nutricional

- Estudio de las características y necesidades sociosanitarias de las personas mayores de Villanueva de la Cañada: se ha realizado un completo estudio para conocer la situación funcional de población mayor de 80 años del municipio, así como sus necesidades sociosanitarias, con el objetivo de lograr una coordinación eficaz de las áreas social y sanitaria. Para ello, expertos en geriatría y nutrición han realizado entre-

vistas personales a los participantes, para realizar una valoración geriátrica integral.

Dentro de dicha valoración, se ha elaborado la historia nutricional de los participantes: se recogió el riesgo nutricional a través de la versión abreviada del Mini-Nutritional Assessment (MNA-SF), calculándose además el Índice de Masa Corporal. Se realizó la entrevista de nutrición con el test del recuerdo de 24 horas, a partir del cual se hallaron los diferentes parámetros nutricionales de consumo de nutrientes, energía, etc.



Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz

Implantación de la Evaluación del Impacto en Salud en los proyectos municipales



Breve descripción del proyecto:

Se propone la evaluación de impacto en salud como un conjunto de metodologías a aplicar en la evaluación de las actuaciones municipales.

Destinatarios:

En función del proyecto a evaluar con especial atención a grupos vulnerables.

OBJETIVOS

El objetivo principal es el de implantar la evaluación del impacto en salud como herramienta

para introducir la salud en las principales políticas, proyectos y programas municipales.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

En primer lugar se hace un cribado del proyecto a evaluar, se establece el alcance y la planificación de la Evaluación del Impacto en Salud.

Por último, se realiza el Plan Director y seguimiento del mismo, con la consecuente evaluación de la Evaluación.

Posteriormente se realiza la evaluación. Se priorizan impactos y recomendaciones, además de evaluarse los efectos sobre la salud.

RESULTADOS

Se ha realizado ya la primera evaluación de impacto en salud sobre el proyecto de soterramiento del ferrocarril en Vitoria-Gasteiz.

Está en fase de diseño una segunda evaluación sobre el cambio climático.

Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz

Observatorio Nutricional

Breve descripción del proyecto:

Este observatorio se creó con el fin de fomentar la coalición entre el Ayuntamiento de Vitoria Gasteiz, la Universidad de País Vasco y otros ayuntamientos de la Red Española de Ciudades Saludables y poder así aunar conocimientos en materia de hábitos alimenticios saludables.

Destinatarios:

Escolares y población general.

OBJETIVOS

Se pretende establecer una alianza entre el Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz y la Universidad del País Vasco para promover una alimentación saludable y trabajar en otras áreas relacionadas como la prevención de la obesidad o la actividad física.

Compartir estrategias con otros municipios de la Red Española de Ciudades Saludables, que solos o asociados con universidades formen parte de una Red de Observatorios Nutricionales.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se pretenden aprovechar las sinergias entre la capacidad de gestión de programas de los municipios y la capacidad de formación e investigación de las Universidades que imparten el grado de Dietética y Nutrición.

El proyecto se inició con una colaboración entre el Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz, la Uni-

versidad del País Vasco, el Ayuntamiento de Pamplona y la Universidad de Navarra.

En la actualidad también se han incorporado a la Red los municipios de Salamanca, León, Leganés, Guadix y Villanueva de la Cañada. Actualmente, la Red es un Grupo de Trabajo de la Red Española de Ciudades Saludables.

RESULTADOS

Se realizan actividades en colaboración con la Universidad del País Vasco (Facultad de Farmacia); estudio de hábitos de alimentación, validación de un registro de consumo de alimentos, evaluación del estado nutricional de la población infantil y juvenil de Vitoria-Gasteiz, elaboración de una guía práctica de alimentación

saludable y puesta en marcha del "Programa frutas y verduras cinco veces saludables".

Se ha puesto en marcha la Red de Observatorios Nutricionales y se ha integrado como Grupo de Trabajo dentro de la Red Española de Ciudades Saludables.

4

Salud y Sociedad



Ayuntamiento de Almendralejo (Badajoz)

Encuentro Comunitario para la promoción de la salud

Breve descripción del proyecto:

Se ha creado un espacio de encuentro y reflexión de todas aquellas entidades y personas que trabajan en pro de la salud. Este espacio es el encuentro comunitario para la promoción de la salud, donde se insta a la participación en el fomento de los hábitos saludables.

Destinatarios:

Población general, técnicos y representantes políticos.

OBJETIVOS

Estimular el debate y la acción en promoción de la salud, a través del intercambio entre diferentes sectores sociales, políticos, institucionales

y técnicos interesados en mejorar el bienestar de la ciudadanía.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La metodología del proyecto se basa en la planificación participativa, colaborando con grupos asociativos y diversos profesionales.

Previamente al diseño de las actividades, se mantuvieron reuniones con profesionales de diversas materias así como con las asociaciones socio-sanitarias locales y regionales.

Se realizaron talleres participativos que desarrollaron las propias asociaciones sanitarias y los profesionales que trabajan en ellas.

Se efectuó el encuentro comunitario para la promoción de la salud con todos los sectores implicados en la promoción y protección de la salud. Primeramente se celebró una reunión de coordinación entre la Concejalía de Sanidad y Consumo, la Concejalía de Medio Ambiente y las Asociaciones socio-sanitarias locales, donde se elabora un borrador del programa del encuentro. Una vez diseñado se dio paso a la difusión y comunicación de dicho programa: notas de prensa, cuñas de radio, cartelería, folletos, redes sociales, correo electrónico, ordinario, etc.

RESULTADOS

La participación de la comunidad en el proyecto ha sido de un 100% sobre la esperada. Un 90% de las participantes han sido mujeres. Se

ha apreciado un alto grado de interés de los/las participantes por las líneas de trabajo propuestas.

Ayuntamiento de Guadix (Granada)

Estrategia municipal para la protección, defensa y educación de los consumidores

Breve descripción del proyecto:

Se proponen estrategias relacionadas con el consumo responsable y sostenible.

Destinatarios:

Mujeres, adolescentes, niños, jóvenes, tercera edad, escolares, población general y discapacitados.

OBJETIVOS

Los objetivos generales de esta estrategia municipal son los siguientes:

- Instaurar la educación al consumidor/a como una acción integral e intersectorial de la agenda pública municipal.
- Explorar el conocimiento existente en los distintos sectores sociales sobre los derechos que poseen como consumidores/as de bienes y servicios.
- Difundir los derechos de los/as consumidores/as y usuarios/as para que se conozcan efectivamente.
- Capacitar a la población para que sean consumidores/as críticos de bienes y servicios.
- Capacitar a los consumidores/as para que sean ellos/as mismos/as quienes ejerciten sus derechos en materia de protección de consumo.
- Reflexionar acerca de la relación entre el consumo de bienes y servicios y su relación con la salud y el medio ambiente.
- Establecer todas las herramientas que faciliten una adecuada información para evitar riesgos que puedan derivar del consumo de bienes y servicios.
- Fomentar el asociacionismo en materia de consumo.
- Impulsar el Consejo Local de Consumo como órgano de integración, participación y debate de los ciudadanos en los asuntos relacionados con el consumo en el ámbito municipal.
- Potenciar la mediación como mecanismos que permitan agilizar la resolución de conflictos.
- Integrar los intereses empresariales en las políticas de protección a la persona consumidora, fomentando la calidad de los bienes y servicios y mejorando a la vez la competitividad de las empresas que desarrollan su actividad en el municipio.

Ayuntamiento de Guadix (Granada)

Estrategia municipal para la protección, defensa y educación de los consumidores

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para potenciar e impulsar las competencias municipales de consumo, se necesita la participación de amplios segmentos de la sociedad integrante de Guadix. Se tratará de establecer una implicación multisectorial y multidisciplinar entre todos, para gestionar el buen resultado de las actuaciones.

Teniendo en cuenta la heterogeneidad del proyecto, debido a sus objetivos, se distinguirá una metodología general que se gestionará desde la Concejalía de Consumo, y en colabo-

ración con la Oficina Municipal de Información al Consumidor se encargará del diseño, planificación y evaluación de actividades. Por otro lado, debemos destacar una metodología específica aplicada a cada actividad desarrollada en su área de actuación específica en función del colectivo implicado.

Junto con la implicación municipal es necesario colaborar y /o adaptar aquellas líneas de trabajo establecidas por organismos supramunicipales.

RESULTADOS

Se han incorporado las acciones en consumo en las agendas públicas y en las políticas del desarrollo local.

Se han movilizado los recursos comunitarios e institucionales para el manejo intersectorial de los factores protectores de la salud y el consu-

mo de los/as ciudadanos/as y se ha incrementado la participación ciudadana.

Ha habido un aumento de la protección ofrecida desde las administraciones locales a los/as ciudadanos/as, en el ámbito de la salud y consumo.

Ayuntamiento de Logroño

Programa para la promoción del buen trato en parejas jóvenes ¡quíreme... bien!

Breve descripción del proyecto:

El programa que se detalla a continuación, persigue concienciar a los escolares y jóvenes acerca del maltrato de la mujer, a través de actividades y asesoramiento.

Destinatarios:

Jóvenes y escolares.

OBJETIVOS

Como objetivos, se destacan los siguientes: sensibilizar sobre cómo se puede evitar la violencia hacia la mujer entre los jóvenes, favoreciendo una actitud crítica y de denuncia a

los malos tratos y fomentando las relaciones armónicas entre los jóvenes como elemento básico de promoción de la salud y el bienestar en su evolución.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

En los institutos y entidades educativas se procede a realizar una intervención psicoeducativa, además de establecer una asesoría respecto a sus relaciones afectivas (online y presencial).

Se ha creado además el Blog "quieremebien.es" con la dinamización del mismo didácticamente.

También se llevan a cabo actuaciones de captación de voluntariado juvenil a través de concursos diversos y se recopila material didáctico para el mismo.

RESULTADOS

La intervención psicoeducativa se ha realizado en siete centros educativos más un total de veintidós grupos de jóvenes pertenecientes a niveles de 1º de Bachiller, 3º de ciclo formativo de grado superior y 3º de 4º de la Educación Secundaria Obligatoria.

El número estimado de alumnos ha sido de 534 en esta última parte del año 2011.

La asesoría "online" y presencial ha funcionado bien, contando con varias intervenciones también de orientación presencial a jóvenes (individual y alguno de pareja).

El blog juvenil "quieremebien.es" ha contabilizado ya 400 jóvenes fans y se ha enriquecido con el concurso de "Cortos contra la violencia", con 8 videos participantes que servirán de material didáctico para las reuniones de jóvenes.

Ayuntamiento de Mieres (Asturias)

Pide la salud a tu puerta: Promoción de la participación en salud

Breve descripción del proyecto:

Para este proyecto, que ha comenzado a realizarse en 2011, se emplean plataformas de intercambio de la información y divulgación de los contenidos con objeto de dar a conocer hábitos de vida saludable a toda la población.

Destinatarios:

Población general; población que, por razones geográficas, de edad, de recursos, etc., se encuentre alejada de las dotaciones públicas para la mejora de salud física y psíquica.

OBJETIVOS

Se pretende coordinar estructuras municipales y supramunicipales en materia de salud presentes en el municipio y buscar compromisos de participación comunitaria; para ello, se diseñará y creará la Escuela Municipal de Salud itinerante desde la que se coordinen o lideren todas las actuaciones de promoción de salud de las distintas concejalías y/o servicios de salud: charlas, talleres, jornadas, campañas, programas educativos, etc. y desde la que se recojan las aportaciones de la ciudadanía.

También se identificarán y pondrán en marcha nuevas estrategias para incrementar la participación comunitaria en salud (plataformas en Internet, sondeos, actualización del registro del movimiento asociativo presente en el municipio.

Se procurarán reducir las desigualdades por motivo geográfico, o de otro tipo, en el acceso a los recursos y servicios municipales.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La metodología en todo momento es dinámica y participativa, utilizando para ello diversas plataformas de intercambio de la información y divulgación de los contenidos.

Las plataformas de comunicación se componen del bus Escuela de Salud Itinerante (salidas de campo, meriendas, charlas, exposiciones,

intercambio de libros, etc.), página web y blog, cine-fórum, medios comunicación (radio local itinerante y televisión local).

Se desarrollan actividades de promoción de la salud relacionadas con las necesidades detectadas a partir del contacto con la ciudadanía.



Ayuntamiento de Ourense

Programa de prevención en el ámbito familiar

Breve descripción del proyecto:

El proyecto versa sobre la prevención y gestión de situaciones difíciles y de relevancia sobre el bienestar de los ciudadanos y del grupo al que pertenecen.

Destinatarios:

Familias ante situaciones conflictivas y problemas familiares y sociales puntuales que le generen angustia o miedos por el comportamiento o conductas problema por parte de sus hijos (niños y adolescentes). Profesionales de la educación para su asesoramiento ante una situación difícil.

4

OBJETIVOS

El objetivo primordial es el de informar, mediar, asesorar y prestar apoyo a las familias y profesionales de la educación de Ourense que se encuentren ante situaciones puntuales difíciles, y de relevancia suficiente como para afectar o poder afectar al bienestar y equilibrio psicosocial del grupo al que pertenecen.

Particularmente, se pretende:

Dar una primera orientación a una situación de dificultad así como ofrecer soluciones para minimizar los riesgos. Dotar de recursos y habilidades para la resolución de conflictos.

Mediar entre los miembros de la familia o entre otros agentes involucrados en educación.

Orientar para una toma de decisiones que permita aminorar el efecto negativo de las situaciones puntuales.

Ayudar a la familia a conseguir superar la disfuncionalidad en ese momento evolutivo. Potenciar la parentalidad.

Fomentar la conducta pro-social entre los adolescentes.

Intentar que no se patologice una conducta que puede ser esporádica.

Procurar rebajar angustias en la familia en un momento determinado.

Informar sobre recursos existentes: después de recoger inquietudes sugerencias y problemas, trasladarlos a los servicios pertinentes.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Este servicio está a cargo de personal cualificado y es personalizado e individualizado, confidencial y gratuito.

Se atienden las llamadas de petición de orientación presencial, en las que planteen problemas o situaciones difíciles puntuales, dando al usuario/a día y hora para mantener una entrevista de orientación presencial. Una vez que el usuario/a accede al servicio de orientación presencial se le informa personalmente de forma clara, detallada y comprensible.

Finalizadas las entrevistas de orientación psicológica, se puede dar por finalizado el caso o realizar una derivación externa a otros recursos especializados o de la red social que se ajusten de forma más adecuada a las necesidades de los usuarios.

Se crea también un observatorio de situaciones familiares en dificultad para poder abordar las problemáticas generales desde informes y campañas etc., para trabajar la prevención.

Ayuntamiento de Ourense

Programa de prevención en el ámbito familiar

RESULTADOS

Los resultados fueron los esperados, superando incluso nuestras expectativas. Ha existido una buena acogida de profesionales de otras instituciones.

El Servicio Municipal de Apoyo a Familias con Hijos cuenta con el primer premio en la IV convocatoria de las buenas prácticas en prevención de drogodependencias desde el ámbito familiar, otorgado por la Federación Española de Municipios y Provincias en el año 2010.

4



Ayuntamiento de Parla (Madrid)

Servicio de mediación intercultural para la salud

Breve descripción del proyecto:

Esta iniciativa persigue facilitar a la población no española el acceso a los servicios municipales de salud, mediante la formación y apoyo a los profesionales de estos servicios.

Destinatarios:

Personas usuarias, profesionales sanitarios y no sanitarios del Centro de Salud San Blas y del Centro de Salud Isabel II de Parla.

OBJETIVOS

Favorecer el acceso y uso adecuado de los servicios sanitarios locales, garantizando la efectiva igualdad en el derecho a la salud y a la sanidad pública.

Facilitar la comunicación y el mutuo entendimiento entre los profesionales sanitarios y no

sanitarios a través de la figura del mediador/a intercultural.

Ofrecer un servicio gratuito de traducción e interpretación en las tareas de: trámites de tarjeta sanitaria, citaciones, diagnósticos, tratamientos y cuidados, pruebas clínicas, atención a domicilio, etc.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El servicio de mediación cuenta con tres mediadores, pertenecientes a tres asociaciones de origen extranjero del municipio.

Las tareas de los mediadores/as son: atender las demandas de traducción lingüística e interpretación de códigos culturales, informar, orientar, acompañar, derivar, realizar sesiones

de acogida de nuevos usuarios/as, visitas guiadas a los centros por la red de grupos de castellano y participar en actividades grupales de educación para la salud.

También se proponen a los Equipos de Atención Primaria sesiones formativas sobre temas de interés: ramadán, medicina china.

RESULTADOS

La experiencia evidencia la necesidad del recurso de la mediación en Atención Primaria, donde el mediador/a es una figura "puente" que contribuye a mejorar la comunicación, la acces-

ibilidad y la satisfacción de los usuarios/as y la calidad de la atención sanitaria.

Se atiende a las demandas de traducción e interpretación lingüística (árabe, rifeño, dialectos del congo, inglés y francés).

Ayuntamiento de Salamanca

Casa de las Asociaciones

Breve descripción del proyecto:

El proyecto "Casa de las Asociaciones" fue creado en 2008 con el propósito de ayudar a las asociaciones en su actividad de apoyo y tratamiento de diversas dolencias.

Destinatarios:

Población general, enfermos crónicos y familiares.

OBJETIVOS

Se pretende desarrollar programas de promoción de la salud con afectados por enfermedades crónicas y sus familiares.

Además, se trata de favorecer el desarrollo del asociacionismo y la coordinación entre las diferentes asociaciones.

Para la consecución de los objetivos, se ha creado un lugar de referencia e información sobre la ayuda mutua en materia de salud en la ciudad.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para la creación de la Casa de las Asociaciones, se ha cedido el uso de los despachos, se utilizan espacios comunes como el gimnasio, la sala múltiple y sala de reuniones.

Se ha creado un programa de talleres de actividades abierto a las asociaciones y un programa de formación para dirigentes asociativos.

Hay una amplia participación en la gestión de la Casa de las Asociaciones.

RESULTADOS

Con este proyecto se ha optimizado la situación de las asociaciones de ayuda mutua en materia de salud, incrementándose los niveles

de coordinación y mejorándose la formación de los líderes asociativos y el funcionamiento de las asociaciones.



Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Programa de Género y Salud

Breve descripción del proyecto:

Este programa persigue reducir las desigualdades existentes en salud en materia de género mediante actividades, desarrollo y divulgación de folletos informativos, talleres y asesoramiento en esta materia.

Destinatarios:

Población en general, escolares, jóvenes, población adulta y personas mayores.

OBJETIVOS

- Contribuir a disminuir las desigualdades en salud por razón de género en el municipio.
- Mejorar la detección precoz de la violencia de género en las consultas de planificación familiar.
- Incluir la perspectiva de género de forma transversal en toda la programación municipal vinculada a la promoción, educación para la salud y actividades preventivas.
- Promover la conciliación de la vida personal, familiar y laboral.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

En salud escolar se han elaborado nuevos materiales divulgativos y contenidos didácticos que trabajan más y mejor la igualdad y la corresponsabilidad.

En promoción afectivo-sexual se han preparado materiales divulgativos y contenidos didácticos favorecedores de la corresponsabilidad en la utilización de métodos contraceptivos seguros, reduciendo riesgos de Infecciones de Transmisión Sexual, propiciando mayor seguridad entre las chicas para evitar embarazos no deseados y eliminando sesgos de género para favorecer la sexualidad placentera.

En prevención del tabaquismo, se ha promovido entre adolescentes elementos de resistencia a la presión de iguales y de presiones contra las mujeres asociadas "al éxito y al atractivo físico". Se han incorporado elementos concretos destinados a las mujeres para evitar abando-

nos y recaídas en el proceso de deshabituación tabáquica.

Se han realizado mejoras en el abordaje de la detección de violencia de género.

Existe una coordinación con la Unidad de atención a la Violencia de Género para mejorar el diagnóstico, propiciar el apoyo a las víctimas, las derivaciones adecuadas y la facilitación de recursos sociales. En promoción de la salud con personas mayores se han desarrollado talleres educativos que fomentan la corresponsabilidad, el autocuidado, la vivencia de la sexualidad placentera y el envejecimiento saludable.

En promoción de la salud en la población inmigrante se han priorizado campañas divulgativas destinadas a favorecer el acceso a los recursos sanitarios, la difusión de la contracepción segura y la disminución de las tasas más altas de embarazos no deseados.

Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Programa de Género y Salud

RESULTADOS

Se ha complementado la revisión de la programación incorporando el enfoque de género con el fin de mejorar y reducir desigualdades.

Se llevaron a cabo y periódicamente se actualizan tareas de sensibilización social para facilitar el acceso de las mujeres a servicios preventivos y asistenciales.

Se ha avanzado en la promoción y educación para la Salud, destinada a fomentar la igualdad

entre varones y mujeres en las esferas de la comunicación interpersonal, la afectivo-sexual, las adicciones al tabaquismo, etc.

Se trabaja con las mujeres que acuden a las consultas de planificación familiar con el fin de facilitar la deshabituación tabáquica vinculada a momentos vitales de las mujeres (contracepción, embarazo, pre-menopausia, etc.).

4



Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Intervención psicológica sobre comportamientos vinculados con la salud

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto trata de ayudar a la población con problemas de salud ofreciendo apoyo psicológico.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los objetivos que se pretenden alcanzar con este proyecto son: disminuir el consumo de psicofármacos, particularmente en mujeres que son el grupo más afectado por problemas relacionados con el estado de ánimo; proporcionar apoyo a personas con problemas relacionados con el estado de ánimo; promover una sexuali-

dad responsable y satisfactoria e intervenir en disfunciones sexuales y problemas de pareja; identificar e intervenir en estadios iniciales de trastornos del comportamiento alimentario y proporcionar apoyo individual para la mejora de hábitos saludables.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

- Profesionales: Psicólogo clínico y enfermera de apoyo en los casos en los que se precisa control de la alimentación.
- Intervención conductual individualizada.
- Trabajo en grupos de personas con el mismo motivo de demanda.
- Atención psicológica a la siguiente casuística: problemas sexuales y de pareja, problemas de alimentación y hábitos saludables, problemas relacionados con el estado de ánimo y apoyo psicológico a tratamientos médicos.

RESULTADOS

En 2011 se atendió de manera personalizada a más de cien nuevas personas usuarias.

Se llevó a cabo la coordinación con uno de los dos equipos de atención Primaria.

También se constituyó el primer grupo de mujeres que llevan en tratamiento con ansiolíticos y/o antidepresivos al menos un año.

Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Promoción de la salud en población inmigrante

Breve descripción del proyecto:

Este programa persigue disminuir las desigualdades en salud en población inmigrante, a través de asesoramiento y distribución de folletos en varios idiomas, en los centros de salud del municipio.

Destinatarios:

Población inmigrante residente en el municipio y otras minorías étnicas.

OBJETIVOS

La finalidad del programa es la de contribuir a la promoción de la salud, fomentar la convivencia intercultural de la población inmigrante residente en el municipio y otras minorías étnicas,

mejorando la resolución de sus necesidades socio-sanitarias y facilitando la accesibilidad a los recursos sanitarios y la equidad en las prestaciones.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realiza una difusión de los materiales bilingües a la población empadronada y en dependencias públicas, para mejorar hábitos saludables, mejorar la actualización vacunal y el mejor acceso a los servicios.

Además, se llevan a cabo atenciones educativas y asistenciales individuales en salud sexual y reproductiva.

Se aborda la deshabituación tabáquica, los problemas de salud mental, las adicciones al alcohol y drogas.

RESULTADOS

Se elaboran, actualizándose periódicamente, publicaciones en castellano y rumano (grupo mayoritario) destinado a promover hábitos saludables y guías de recursos sanitarios, etc.

Se ha conseguido garantizar la accesibilidad al Servicio de Planificación Familiar; se atiende a un porcentaje muy alto de mujeres inmigrantes. Se pasa de 16,8% en 2003 a 23% en 2011.

Se han conseguido buenas actualizaciones de la cartilla vacunal infantil en relación con los datos de hace ocho años.

Se ha hecho un esfuerzo por rebajar en el colectivo los indicadores de aborto voluntario.

Ayuntamiento de Segovia

Convenios con entidades de autoayuda y voluntariado

Breve descripción del proyecto:

Esta iniciativa promueve la cooperación e integración de la población de Segovia en temas relacionados con la salud.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los convenios tienen como finalidad el favorecer la participación comunitaria de los ciudadanos en objetivos de salud, acceder a colectivos en riesgo de exclusión, fomentar estructuras

de coordinación y evitar duplicidades, establecer redes comunitarias y fomentar la planificación.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Inicialmente se solicita a la entidad un proyecto, con el objetivo de promover una planificación mínima y previa, que obligue a un análisis racional de la situación y una priorización de los objetivos que la entidad se propone. En base a ello, un técnico municipal asesora para ajustar

dicho proyecto a la realidad estudiada y aborda los aspectos técnicos, al objeto de favorecer la participación comunitaria, el acceso a personas en riesgo de exclusión y el uso de espacios municipales que faciliten el desarrollo de las actividades propuestas.

RESULTADOS

La ciudad cuenta con un amplio tejido asociativo que favorece las relaciones interpersonales, previniendo la aparición de procesos de exclusión, estructurando redes personales en

torno a objetivos de promoción de la salud, prevención de la enfermedad o integración social de personas diagnosticadas con enfermedad crónica.

Ayuntamiento de Silla (Valencia)

Coordinación con las instituciones en materia de Salud Pública

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto pretende mejorar los hábitos saludables de la población de Silla mediante la coordinación, integración y participación de las instituciones en materia de salud pública.

Destinatarios:

Población en general.

OBJETIVOS

Se presentan a continuación los objetivos del proyecto:

- Colaborar, coordinar y representar tanto a la institución como al ciudadano en materia de salud pública para favorecer el bienestar social.

- Coordinación y soporte en materia de salud pública.
- Representación del municipio en las instituciones en materia de salud pública.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Los indicadores que se utilizan para el correcto funcionamiento del programa se miden a través del número de reuniones de represen-

tación en salud pública institucional y número de representaciones de aportación técnica en salud pública realizadas.

RESULTADOS

Se ha mejorado la percepción de las instituciones y de los ciudadanos en la promoción de la salud.

Como consecuencia, ha habido una mayor participación en las acciones de salud pública institucionales, aportándose soporte técnico a los ciudadanos en materia de salud pública.



Ayuntamiento de Zamora

Inmigración y salud

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto pretende apoyar y asesorar a la población inmigrante en hábitos saludables, a través de talleres y orientación personalizada.

Destinatarios:

Mujeres, adolescentes y jóvenes (inmigrantes).

OBJETIVOS

Los objetivos establecidos son: promover la salud y los autocuidados entre el colectivo; capacitar a las personas para su vida personal, aumentar la autoestima, reflexionar sobre el proyecto de vida personal y su organización diaria; prevenir embarazos no deseados;

prevenir Infecciones de Transmisión Sexual y VIH/SIDA; vivir la sexualidad de forma sana y responsable; informar sobre salud, sexualidad, riesgos e infecciones relacionadas con la sexualidad, e informar acerca de la prevención del cáncer de cérvix.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La intervención se ha realizado, bien de manera individual y bajo demanda, o de manera grupal, en forma de talleres de salud. En función del colectivo al que se dirigían, los contenidos trabajados han sido los siguientes:

- Mujeres inmigrantes que residen en Zamora y están en una situación de riesgo y/o exclusión social (mujeres que ejercen la prostitución); anatomía y fisiología, respuesta sexual humana; actitudes en torno a la sexualidad; habilidades de comunicación y negociación;

roles de género en sexualidad; riesgos asociados a la sexualidad así como estrategias de prevención; salud e higiene sexual; afectividad sexual; recursos socio-sanitarios; actividades de ocio y tiempo libre.

- Mujeres y población general inmigrantes: concepto de salud y salud sexual; riesgos asociados a la sexualidad y estrategias de prevención; métodos anticonceptivos; recursos socio sanitarios.

RESULTADOS

Hasta el 31 de octubre de 2011 se han realizado los siguientes talleres: 57 talleres dirigidos a mujeres en situación de riesgo y/o exclusión

social con 40 participantes; 1 taller dirigido a adolescentes y a la población general inmigrante con 8 participantes.

5

Educación
y Salud



Ayuntamiento de Adeje (Santa Cruz de Tenerife)

Familia saludable

Breve descripción del proyecto:

Se trata de un proyecto de carácter educativo dirigido a la población en general, pero en especial a las familias del municipio, con el objeto de transmitir hábitos de vida saludables.

Destinatarios:

Población general, escolares y familias.

OBJETIVOS

Los principales objetivos son: formar a los padres y madres del municipio de Adeje, para la educación integral de sus hijos e hijas y promover estilos de vida saludable en el ámbito

familiar del municipio, a través de la formación de los padres y madres participantes en el proyecto.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se llevan a cabo varias sesiones del curso Familia Saludable, con los módulos "Educación y Desarrollo" y "Pareja Saludable", de carácter semanal y de dos horas de duración.

También se realizan otras actividades, como son:

- Foro Familia Saludable: breve exposición para favorecer el debate y extraer conclusiones prácticas sobre necesidades y problemas sentidos en el colectivo de familias de Adeje.
- Sesiones del Servicio de Orientación Familiar, con un seguimiento personalizado del proceso formativo y una forma de evaluar el impacto que el curso tiene en los/as par-

ticipantes. Se ofrece además asesoramiento psicológico a las familias.

- Entrevistas radiofónicas en Radio Sur Adeje, de la sección "Familia Saludable" dentro del programa "Vive la Vida".
- Día Internacional de la Familia, en el que se tratará de integrar diversas perspectivas sobre algún tema de máxima relevancia en materia de educación de los hijos e hijas.
- Expo Familia y Salud, donde se tratará de ofrecer por todas las vías de difusión posibles la información relativa a campañas de prevención y promoción de la salud y buenas prácticas realizadas por las distintas entidades públicas, privadas y de iniciativa social.

RESULTADOS

Se ha conseguido formar a padres y madres en temas relacionados con la salud de sus hijos y a los agentes de salud comunitaria.

Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Escuela de Salud: Estilos de Vida Saludables

Breve descripción del proyecto:

La Escuela de Salud se creó en el año 2006, donde se fomenta mediante varios talleres la promoción de la salud.

Destinatarios:

Alumnado de la Escuela Municipal de Adultos.

OBJETIVOS

Los objetivos de esta escuela se enmarcan en el fomento de actitudes y valores positivos

para desarrollar comportamientos saludables, con el fin de una mayor calidad de vida.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan diversos talleres de educación para la salud, con la tónica de una participación activa:

- Dinámicas grupales.

- Exposición de contenidos teóricos.
- Comportamiento y salud.
- Nutrición y ejercicio físico.
- Sexualidad y afectividad.

RESULTADOS

Se ha ido incrementando el número de talleres hasta la actualidad, contándose con seis y el volumen de asistentes cada año es de 321.

5



Ayuntamiento de Alcalá de Henares (Madrid)

Educación para la Salud en población en exclusión

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto, que viene desarrollándose desde 2006, pretende fomentar los autocuidados en salud así como generar habilidades favorecedoras de bienestar. También pretende mejorar los hábitos alimenticios de las reclusas.

Destinatarios:

Población reclusa femenina de todas las edades y condición social (país de origen, etnia, idioma, etc.) presentes entre las internas.

OBJETIVOS

El objetivo general es el de fomentar la equidad sanitaria entre la población reclusa femenina en el centro penitenciario.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Los talleres son totalmente participativos, incluyéndose varias dinámicas de grupo.

La metodología puede cambiar en función de la composición del grupo; a veces la dificultad idiomática exige la realización de tareas de un tipo diferente a las propuestas.

El proyecto se materializa en tres tipos de talleres:

- Salud de la mujer: menopausia con contenidos referidos a aspectos orgánicos, sexuales y emocionales. Es el mismo programa general pero resumido en dos ó tres sesiones.
- Alimentación saludable: con contenidos sobre alimentación adecuada al tipo de ejercicio físico y actividades pero resumido en dos sesiones.
- Autoestima y, alternativamente, estrés.

RESULTADOS

En torno a 200-250 mujeres reclusas han participado en este proyecto. El nivel de asistencia anual a nivel porcentual es muy alto.

Ayuntamiento de Alcorcón (Madrid)

Mesa de salud escolar

Breve descripción del proyecto:

La mesa de salud escolar, comenzada en 2007, promueve el fomento de las Escuelas de Promoción de la Salud en los colegios y otros centros educativos.

Destinatarios:

Escolares.

OBJETIVOS

Favorecer el desarrollo de Escuelas de Promoción de la Salud en Centros Educativos y apoyar a los profesores en la introducción de las Escuelas de Promoción de la Salud como materia transversal, capacitarlos para el desarrollo autónomo de los proyectos educativos; parti-

cipar en la prevención de enfermedades transmisibles y no transmisibles en el medio escolar; impulsar la coordinación intra e interinstitucional, con el fin de integrar las actuaciones de promoción de la salud en el ámbito escolar, etc.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Entre las actividades llevadas a cabo por la mesa de salud escolar, se pueden enumerar las siguientes: reuniones mensuales para marcar las líneas generales de actuación en promoción de la salud en la escuela; puesta en común de las intervenciones que se llevan a cabo en los centros educativos respecto a la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad; etc.

Con todo ello, se rentabilizan los recursos institucionales, se potencian actuaciones conjuntas en promoción de la salud en centros educativos, se realiza una valoración técnica, tanto de las ofertas como de las demandas de intervención en los centros docentes y se colabora con el Centro de Formación del Profesorado (Leganés) en materia de salud.

RESULTADOS

Se han incorporado nuevos miembros: Concejalía de Infancia, Adolescencia y Juventud, Bienestar Social y Mujer. Se ha elaborado y presentado el blog la Mesa Wiki Educasalud sur.

Se han difundido posters sobre manejo de heridas, emergencias epidemiológicas, etc., se ha llevado a cabo una dinamización del Día Mundial sin Tabaco, se ha retomado la estrategia de tutorización y el acercamiento a los centros escolares y se han realizado intervenciones conjuntas de coordinación: propuestas con la institución "Alcohol y Sociedad".

Ayuntamiento de Avilés (Asturias)

Educación de calle

Breve descripción del proyecto:

El proyecto, comenzado en 1999, procura minimizar los comportamientos de riesgo entre grupos naturales de jóvenes y adolescentes en Avilés.

Destinatarios:

Adolescentes y jóvenes.

OBJETIVOS

Los principales objetivos que se pretenden alcanzar con esta iniciativa son: minimizar los factores de riesgo de inicio a los comportamientos de peligro para la salud; posibilitar el bienestar futuro en grupos naturales de adolescentes y jóvenes en situación de vulnerabilidad; la recuperación de espacios públicos urbanos como lugares de convivencia saludable.

Entre los objetivos específicos, se pueden destacar: el fomento entre los grupos de adolescentes y jóvenes de la zona de comportamientos saludables; el impulso a la participación social de estos adolescentes y jóvenes, favoreciendo su incorporación social; la modificación de las actitudes excluyentes o de rechazo por parte de la comunidad hacia estos grupos y el desarrollo de un observatorio de pandillas a nivel municipal.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan actividades de convivencia educativa, animación, formación en habilidades para la vida cómo se propone desde la Organización Mundial de la Salud, actuaciones de ayuda in-

dividual, estrategias de influencia y control, formación en habilidades sociales, acompañamientos, contactos con familias, diarios de campo y observatorio de pandillas.

RESULTADOS

Se ha observado una disminución de la conflictividad y un aumento de la colaboración con entidades vecinales. Se ha producido una mayor utilización de los recursos comunitarios por beneficiarios.

Se han iniciado algunos itinerarios personales de inserción. Varios jóvenes en situación de riesgo se han transformado en agentes de salud. Se han dado cambios positivos en la percepción social hacia estos grupos.

Ayuntamiento de Badajoz

Alimentación y deporte como juego

Breve descripción del proyecto:

Se acomete en este proyecto la educación del alumnado y formación de los docentes en relación a los hábitos alimenticios saludables y actividad física.

Destinatarios:

Alumnos de 6 ° de Primaria de todos los centros escolares, docentes de la ciudad y colectivo de la universidad de mayores.

OBJETIVOS

Como objetivos generales, se destacan los siguientes: formar y educar a los jóvenes escolares en la adquisición de hábitos saludables a través del juego; potenciar la actividad física y

el deporte como juego y enseñarles a realizar una compra ecológica y equilibrada a través del juego.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La metodología es participativa, para que los alumnos se impliquen en las actividades. Impartición de talleres en el aula.

Se utilizarán alimentos en materiales de plástico para hacerlo más atractivo a los alumnos.

Se realizan gymkanas sobre alimentación y espectáculos sobre una cesta responsable y algunos más. También se celebra un concurso de dibujo sobre el taller impartido.

Se proporcionan libros, carteles, guías y carpetas con juegos, para hacer un concurso sobre preguntas de hábitos saludables a los alumnos.

RESULTADOS

La participación activa de los alumnos y del profesorado demanda este tipo de programas en más niveles al ver el resultado en la adquisi-

ción de hábitos saludables de los alumnos de 6° de Primaria.

5



Ayuntamiento de Cambrils (Tarragona)

Servicio de Salud Escolar

Breve descripción del proyecto:

El Servicio de Salud Escolar de Cambrils promueve la educación a través de sesiones, cursos y talleres, en materia habilidades sociales y hábitos saludables.

Destinatarios:

Niños, adolescentes y jóvenes escolarizados.

OBJETIVOS

El Servicio de Salud Escolar pretende alcanzar los siguientes objetivos: proporcionar acciones informativas-formativas desde el servicio de salud escolar en todos los centros educativos de Cambrils para promover conductas saludables y prevenir posibles conductas de riesgo; sensibilizar a los centros de la necesidad de

aplicar el Servicio de Salud Escolar e incrementar la participación en la oferta de actividades; fomentar que los alumnos de Educación Primaria desarrollen habilidades sociales y de salud y conseguir que los alumnos de Secundaria desarrollen las actitudes saludables necesarias para afrontar las conductas de riesgo.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La metodología impartida a lo largo del curso es dinámica en todo momento, así se facilita la participación e implicación de todo el alumnado.

A continuación se detallan algunas de las actividades que se realizan en el curso 2011-2012: programa de enjuagues periódicos de solución

fluorada; análisis de estereotipos sexistas; potenciación de actitudes individuales e higiene corporal; sesión para dar a conocer la afectividad y sexualidad en la pareja en su dimensión más amplia; motivar a los alumnos a mantener una alimentación sana y equilibrada; alcohol y tabaco.

RESULTADOS

Ha aumentado la sensibilización de la comunidad educativa de la necesidad de aplicar el servicio de salud escolar al centro, como tam-

bién la adquisición de actitudes positivas para la propia salud y los estilos de vida saludables.

Ayuntamiento de Estepona (Málaga)

Programa de Educación Vial

Breve descripción del proyecto:

El Programa de Educación Vial de Estepona fomenta, a través de actividades en los centros educativos, la prevención de accidentes y el uso responsable del transporte.

Destinatarios:

Centros educativos de Infantil, Primaria, Secundaria, grupos de jóvenes y colectivos de la tercera edad.

OBJETIVOS

Como objetivo principal, se trata de promover un uso saludable de los transportes, a través de una concienciación mediante la prevención

de situaciones de riesgos en peatones, ciclistas, conductores y viajeros de vehículos.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La programación está basada en material del Instituto Mapfre de Seguridad Vial, del Real Automóvil Club de España, de la Dirección General de Tráfico, y de material elaborado por la propia Jefatura de Policía Local.

Las clases se imparten en todos los centros educativos de la localidad, además de establecer campañas de tráfico dirigidas por la Dirección General de Tráfico, o campañas de prevención organizadas por la propia Jefatura de Policía Local.

RESULTADOS

Se ha observado una disminución en accidentalidad, en heridos y fallecidos, y una mayor concienciación respecto al tráfico y su exposición al riesgo.

Existen mejores actitudes y aptitudes ante el tráfico, así como una mejora en los conocimientos en cuanto a seguridad vial.



Ayuntamiento de Fraga (Huesca)

Educación Afectivo-Sexual

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto promueve hábitos saludables en materia afectivo-sexual, a través de actividades en centros educativos, de planificación familiar, etc.

Destinatarios:

Jóvenes, tutores, orientadores, padres y madres.

OBJETIVOS

Los objetivos principales establecidos son: favorecer la salud sexual; promocionar información, hábitos saludables y recursos; prevenir y detectar conductas de riesgo; conocer y valorar la diversidad de la conducta sexual; poten-

ciar el estar feliz con uno mismo y adquirir progresivamente la capacidad crítica para valorar el uso que en nuestra sociedad se hace de la sexualidad.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan sesiones de educación afectivo-sexual con alumnos de secundaria y se ha creado una asesoría sexi-mental para adolescentes. También se celebran sesiones para padres y madres.

Existe una coordinación con el centro de salud y con profesionales. También se dispone de una asesoría virtual.

Todas las actividades están enfocadas a mejorar la calidad de vida de los/as jóvenes. Enseñar a conocer y aceptar su cuerpo, a buscar información o a demandar ayuda, es educar para ser capaces de establecer con los demás unas relaciones más sanas y satisfactorias.

RESULTADOS

Se ha conseguido que los jóvenes adquieran conocimientos amplios adecuados a su edad sobre la sexualidad, además de que acepten la sexualidad como una dimensión positiva que afecta a todo nuestro ser.

Se ha procurado el desarrollo óptimo de la sexualidad de los jóvenes y que adopten roles de género que no impliquen explotación de un sexo por parte de otro.

Ayuntamiento de Granada

Educación para la salud en la escuela

Breve descripción del proyecto:

El programa se fomenta en la formación y sensibilización del alumnado en hábitos saludables, mediante actividades en los centros educativos.

Destinatarios:

Niños y adolescentes.

OBJETIVOS

Que los escolares conozcan la importancia que tiene adoptar estilos de vida saludable, sobre su salud. Concienciarlos sobre la importancia

que tienen sus decisiones, a la hora de prevenir los riesgos que se derivan de unos hábitos no adecuados.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Anualmente se realiza en el mes de septiembre, a través de la Concejalía de Educación, una oferta de programas a todos los centros educativos de la ciudad. En esta oferta se recogen los siguientes aspectos: descripción, objetivos, contenidos, actividades, alumnos a los que está dirigido, aportaciones del Ayuntamiento, etc... Transcurrido el plazo establecido se reciben las peticiones de los centros. Se establece, conjuntamente con los mismos, el cronograma de intervención. Se imparten los talleres en los centros escolares, en los horarios establecidos. Por último se efectúa una evaluación de la intervención por parte del profesor que está

presente durante el desarrollo del taller. El monitor también cumplimenta un apartado sobre posibles incidencias e impresiones. Al finalizar el programa, el monitor efectúa un informe global, proponiendo posibles mejoras para el siguiente curso escolar.

Actualmente la oferta educativa en materia de salud pública es de siete programas: hábitos de vida sana; sexualidad sin riesgos; alimentación saludable y actividad física; seguridad alimentaria; lo que debes conocer sobre los medicamentos y el cuidado de los animales de compañía.

RESULTADOS

El número de alumnos que participan se incrementa todos los años. Hasta el momento se están atendiendo la totalidad de las peticiones.

Las evaluaciones por parte de los profesores son muy favorables.

Ayuntamiento de L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)

Programa maleta pedagógica. Talleres de educación afectivo-sexual

Breve descripción del proyecto:

Se realizan, dentro del programa "maleta pedagógica" varios talleres de información y concienciación en los temas afectivo-sexuales.

Destinatarios:

Alumnos de Educación Secundaria Obligatoria, ciclos formativos, familias y profesorado.

OBJETIVOS

Los objetivos principales son: dotar de herramientas para conseguir una actitud positiva ante la sexualidad y sus diversas manifestaciones; promover que las y los jóvenes puedan incorporar hábitos más saludables que reduzcan el riesgo de contraer el VIH/Sida, las Infecciones de Transmisión Sexual y eviten embarazos no deseados; ofrecer una informa-

ción clara, sencilla, básica y específica a la población juvenil sobre las formas de transmisión y prevención del VIH/Sida y las Infecciones de Transmisión Sexual; favorecer el desarrollo de las capacidades de los y las jóvenes para tomar decisiones conscientes y autónomas sobre su propia salud y fomentar el uso del preservativo.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan diversos talleres desde 1º Educación Secundaria Obligatoria hasta 4º Educación Secundaria Obligatoria, como por ejemplo, un taller de hábitos saludables vinculados a la afectividad y la sexualidad; un taller de sexualidad y afectividad y habilidades sociales vinculadas a la prevención, un taller preventivo de VIH/Sida.

También se realizan otras actividades, como representaciones teatrales, exposiciones, etc.; acciones dirigidas a familias: espacios de debate de educación afectivo-sexual para familias y acciones dirigidas a profesorado: talleres de educación afectivo-sexual para el profesorado.

RESULTADOS

En el curso 2010-2011 se han realizado un total de 227 talleres; en ellos, han participado

5.244 alumnos, con 20 centros escolares participantes en el proyecto.

Ayuntamiento de Logroño

Programa Familiar y Escolar

Breve descripción del proyecto:

Este programa multidisciplinar promueve la educación tanto del alumnado como de sus familiares en prevención de drogodependencias, hábitos saludables y sociales.

Destinatarios:

Escolares y padres.

OBJETIVOS

Como objetivos propuestos, se destacan los siguientes:

- Desarrollo de competencias personales.
- Aprendizaje de herramientas de prevención de drogodependencias.
- Aprendizaje de hábitos saludables.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para el proceso de inscripción se reparte información a los alumnos. Las inscripciones se centralizan en la Asociación de Madres y Padres de Alumnos.

La metodología es activa y participativa.

En cuanto a los contenidos, se tratan los programas Zeus, Moneo y Ulises, entre otros.

RESULTADOS

En los últimos 10 años se ha impartido formación a miles de padres y escolares.

5



Ayuntamiento de Manresa (Barcelona)

Educación en primeras curas

Breve descripción del proyecto:

Esta iniciativa ofrece un conocimiento acerca de primeros auxilios, mediante talleres organizados por el Ayuntamiento de Manresa.

Destinatarios:

Población general, alumnos y profesores.

OBJETIVOS

Los objetivos genéricos a alcanzar son los siguientes:

- Proporcionar conocimientos básicos sobre cómo preparar un botiquín de primeros auxilios y cómo utilizar correctamente el material que contiene.
- Evitar o disminuir el riesgo de complicaciones posteriores en accidentes y establecer coordinaciones con los servicios sanitarios.
- Asegurar una cualidad óptima en la asistencia inmediata en caso de accidentes o enfermedades, dando a conocer las medidas de prevención en los diferentes entornos para disminuir el riesgo y el impacto de los accidentes en cada ámbito, especialmente en la comunidad educativa.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

En los talleres relacionados con el botiquín se asesora sobre la utilización del contenido y primeros auxilios básicos. También se da referencia de los teléfonos de emergencias y lugares de asistencia más próximos.

Los talleres generales de primeros auxilios están formados por una parte teórica, donde se da una explicación de las actuaciones en situaciones concretas (heridas, quemaduras, etc.), y una parte práctica, donde básicamente se practica Reanimación Cardio-Pulmonar con un muñeco.

RESULTADOS

Durante el curso 2009/10 se han visitado doce escuelas públicas de Primaria y cinco guarderías en las que se ha entregado un poster informativo en cada una y se ha realizado asesoramiento a las personas encargadas del

botiquín. También se han realizado dos talleres sobre primeros auxilios para monitores de comedor y un taller para personas mayores. Para las madres jóvenes de servicios sociales se ha realizado un taller.

Ayuntamiento de Móstoles (Madrid)

Escuela Municipal de Salud

Breve descripción del proyecto:

La Escuela Municipal de Salud realiza todo tipo de cursos y talleres dirigidos a la mejora de la salud de su población y al fomento de hábitos de vida saludables.

Destinatarios:

Población general, centros educativos, asociaciones e instituciones del municipio.

OBJETIVOS

Como objetivos generales, se pretende implicar a la población general y a las personas en particular en un proceso de transformación de los factores que inciden en la salud, sean éstos personales, medioambientales o socio-económicos; además, se persigue fomentar en las personas la capacidad de autocuidarse; por último, se trata de favorecer la coordinación y la puesta en marcha de proyectos de educación para la salud entre distintas instituciones.

Entre los objetivos específicos, se destacan: facilitar la adquisición de conocimientos en salud que favorezcan cambiar estilos de vida perjudiciales por saludables; dar a conocer las estrategias que faciliten el proceso de mejora de la salud personal, familiar y comunitaria; dar a conocer los recursos sociales, culturales, institucionales, etc., necesarios para el proceso de mejora de la salud e informar sobre los diferentes aspectos y temas relacionados con la misma.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

En el curso 2010/11 se han abordado las siguientes temáticas dirigidas a la población general del municipio: Prevención de enfermedades; emociones positivas; estrés y relajación; alimentación; sueño; etiquetado; prevención de accidentes en el hogar; entrenamiento de

memoria; salud de la mujer; control de peso; cáncer; verano; corazón; espalda; etiquetado; primeros auxilios; cuidar a quien cuida; ganar salud con el ejercicio físico; días del VIH-Sida y tabaco; II Semana de la Salud, etc.

RESULTADOS

Desde el curso 2006-2007 hasta el curso 2010-11 se ha aumentado en un 150% el número de personas que han asistido a diferentes actividades con la Escuela Municipal de Salud.

A lo largo de los años se mantiene una amplia demanda en alimentación saludable y sueño.

Se han introducido, en estos últimos años, nuevas temáticas que han tenido una gran demanda: Emociones positivas; estrés y relajación y cuida tu corazón.

Se han diseñado dos programas nuevos: "Ganar salud con la actividad física" y "Monográficos de salud en tu Junta de Distrito". Con el primero se ha generado una mayor práctica de ejercicio físico que es uno de los pilares básicos de salud.

Creación del Servicio de Prevención de Adicción a las Nuevas Tecnologías con el objetivo de prevenir las adicciones a las nuevas tecnologías.

Ayuntamiento de Oviedo

Escuela Municipal de Salud

Breve descripción del proyecto:

Promoción y prevención de la salud dirigida a la población general mediante charlas y talleres prácticos.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Estimular a la población general en el conocimiento y la práctica de hábitos de vida saludables, en el marco de un concepto integral de la salud.

Crear un marco único donde agrupar las actividades municipales de educación y promoción para la salud, en el ámbito del objetivo anterior.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La metodología consiste en la organización de charlas y talleres prácticos.

En el aula estable de salud se imparten charlas semanales de aspectos referidos a la promoción de la salud; el primer trimestre se centra en el ámbito físico, el segundo en el ámbito psicológico y el tercero, en el ámbito social. En la planificación de los temas a desarrollar en este

apartado se insta a la propuesta participativa por parte de los asistentes.

Se realizan, en función de la demanda existente, otros talleres, como son: "Cuidando al Cuidador", "Primeros Auxilios y prevención de accidentes en el hogar", "Seguridad Alimentaria y de Manipulación de Alimentos".

RESULTADOS

Se ha apreciado un incremento en el interés y participación en el objetivo, a la vista del pro-

gresivo crecimiento del número de participantes.

Ayuntamiento de Pinto (Madrid)

Educación afectivo-sexual en el alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria

5

Breve descripción del proyecto:

Contenidos de educación sexual para jóvenes.

Destinatarios:

Adolescentes.

OBJETIVOS

Los objetivos prioritarios para este programa de educación son los siguientes:

- Fomentar que el alumnado se asuma positivamente como un ser sexuado, que se conozca y se respete.
- Potenciar que viva su sexualidad de una manera placentera y, sin embargo segura y saludable.
- Favorecer las relaciones interpersonales respetuosas y no discriminatorias.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan tres sesiones por aula, curso y año.

Los contenidos en 1º de Educación Secundaria Obligatoria son:

- Anatomía, fisiología del aparato genital del hombre y de la mujer.
- Autoestima y respeto a las diferencias.
- Asertividad y prevención del sexismo.

Todos los talleres se hacen de forma totalmente participativa, utilizando técnicas como: lluvia de ideas, trabajo en grupos pequeños y role-playing.

En cada sesión hay dos profesionales, uno como conductor y otro como observador.



Ayuntamiento de Salamanca

Educación de calle

Breve descripción del proyecto:

Con este proyecto se promueve la integración y desarrollo de jóvenes en riesgo de exclusión.

Destinatarios:

Niños, adolescentes y jóvenes de las ocho zonas de acción social de Salamanca.

OBJETIVOS

El principal objetivo es el de facilitar y promover el desarrollo integral de las personas, especialmente niños y jóvenes con carencias y déficits personales, sociales y familiares, que se encuentran en situación de exclusión social.

Entre los objetivos específicos, se pueden destacar:

- La promoción y el apoyo para el desarrollo comunitario en las zonas de acción del programa.
- La prevención del consumo de drogas, especialmente de alcohol y tabaco en la población infanto-juvenil de Salamanca.

- La promoción de hábitos de vida saludables.
- Reactivar el proceso de socialización de niños, niñas y jóvenes objeto del programa mediante el acompañamiento personal y la mediación social del educador.
- Convertir el ocio y el tiempo libre en un instrumento para el enriquecimiento y el desarrollo personal saludable. Evitar el binomio alcohol-diversión entre los jóvenes objeto del programa. Recuperar la calle como espacio socializador.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se implanta la presencia sistemática de los educadores en la calle. A través de ellos se elabora un análisis de la realidad.

Se establece un punto de encuentro y referencia.

Se promueven los contactos, seguimientos y acompañamientos de los jóvenes.

RESULTADOS

El programa es un referente en la ciudad para todos los agentes sociales que trabajan con jóvenes en riesgo de exclusión social.

En el último año se ha atendido a más de 1.500 jóvenes y a 850 familias.

Ayuntamiento de Salamanca

Escuela de salud

Breve descripción del proyecto:

Promoción de la salud en niños y jóvenes en riesgo de exclusión social.

Destinatarios:

Mujeres, adolescentes, niños, jóvenes, tercera edad, escolares, población general y grupos en desigualdad.

OBJETIVOS

El objetivo general es el de facilitar y promover el desarrollo integral de las personas, especialmente los niños y jóvenes con carencias y déficits personales, sociales y familiares, que se encuentran en situación de exclusión social.

Para la consecución de este objetivo general es necesario abordar los objetivos específicos indicados a continuación: la promoción en los

ciudadanos de estilos de vida saludables; la reducción de las desigualdades en relación con la salud que sufren los grupos de población desfavorecidos; la mejora de la información de los ciudadanos sobre los condicionantes de su salud; contribuir al empoderamiento en salud de los ciudadanos y el favorecimiento de los procesos de participación en la consecución de una ciudad más saludable.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se imparten cursos y talleres dirigidos a los diferentes sectores de la población: escolares, mayores, asociaciones de ayuda mutua en materia de salud y poblaciones en desigualdad (personas sin hogar, discapacitados psíquicos, inmigrantes, adultos, parados de larga duración).

Los contenidos impartidos en los talleres y cursos son: alimentación y ejercicio físico, educación afectivo-sexual, salud mental, sanidad ambiental, prevención de accidentes y primeros auxilios.

RESULTADOS

Existe una alta participación, con un buen grado de satisfacción en los participantes.

Ayuntamiento de San Fernando de Henares (Madrid)

Escuelas saludables

Breve descripción del proyecto:

El programa promueve, a través de las actividades realizadas en centros educativos, hábitos saludables en el alumnado. Además, ofrecen formación a docentes, madres y padres.

Destinatarios:

Alumnado, profesorado, madres y padres de escuelas infantiles y Casas de Niños.

OBJETIVOS

Dar a conocer el papel de los estilos de vida como determinantes de salud y fomentar la adquisición y mantenimiento de hábitos saludables en la población escolarizada.

Impulsar en el municipio proyectos de educación para la salud elaborados por docentes y profesionales sanitarios.

Asesorar al profesorado en temas de salud para la introducción de la educación para la

salud en el currículo escolar. Fomentar la participación de madres y padres en la Promoción de la Salud.

Participar en la coordinación intra e interinstitucional, con el fin de optimizar los recursos, trabajar multidisciplinariamente y facilitar la implantación estable de la educación y promoción de la salud en el ámbito educativo.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan talleres a demanda durante el curso escolar: "A diario vive sano"; "Cuidando nuestra salud"; "Contribuye a conducir tu salud"; "Vamos creciendo sanos" y "Hábitos saludables para estudiar mejor".

Se ofertan cursos con la finalidad de dotar a madres y padres de conocimientos acerca de cómo favorecer la adquisición de hábitos sa-

ludables y aplicar técnicas de cambio de conducta. Se da asesoría al profesorado en temas de salud, aclarando aspectos nuevos y complementando su formación.

También se participa en los Programas de Educación para la Salud que organiza cada Colegio Público de Educación Infantil y Primaria.

RESULTADOS

Se ha conseguido la implantación estable de proyectos de educación para la salud en los centros educativos.

Los profesionales del centro municipal de salud se han convertido en referentes para asesoría en salud del profesorado.

Ayuntamiento de Sant Feliú de Llobregat (Barcelona)

Salud en las escuelas

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto multidisciplinar, persigue sensibilizar y formar a los alumnos de centros educativos en la prevención de las drogas, los hábitos de carácter higiénico más saludables, así como ofrecer clases de primeros auxilios.

Destinatarios:

Alumnos de ciclo inicial, medio y superior y 4º de Enseñanza Secundaria Obligatoria.

OBJETIVOS

Informar sobre la naturaleza de las drogas más presentes en su entorno y de los riesgos asociados a su consumo.

Generar hábitos higiénicos saludables.

Dar nociones básicas sobre primeros auxilios a los alumnos.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan diversos talleres y programas para los alumnos, con temáticas como hábitos bucodentales, prevención del consumo de drogas y primeros auxilios.

Las personas encargadas de estas acciones son los tutores, técnicos especializados o técnicos de la Cruz Roja

RESULTADOS

En total se han impartido talleres en ocho centros, con la asistencia de 694 alumnos.

Los alumnos que han participado en las diferentes acciones han asimilado los aprendizajes propuestos y han participado de forma muy activa.



Ayuntamiento de Segovia

Aulas de Salud

Breve descripción del proyecto:

Las Aulas de Salud de Segovia persiguen fomentar los hábitos saludables de las personas mayores de 60 años, a través de actividades psicomotoras.

Destinatarios:

Personas mayores de 60 años.

OBJETIVOS

Los objetivos principales de las Aulas de Salud son los siguientes:

Promover la promoción de la salud y el mantenimiento de la autonomía personal por el mayor tiempo posible de las personas con edad superior a los 60 años, mediante la activación y entrenamiento de sus capacidades psicomotoras.

Compensar los déficits funcionales atribuibles a la edad, mediante el entrenamiento de estrategias cognitivas e implantación de hábitos

sustitutivos y derivar a tratamientos especializados cuando sea preciso.

Promover el valor de ser mayor apoyando el mantenimiento, mejora o recuperación de la autoestima.

Incorporar actividades concretas de carácter intergeneracional, como metodología novedosa dentro de la actividad, que potencien el enriquecimiento y crecimiento personal de los participantes.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se desarrolla el trabajo en un equipo interdisciplinar en el que participan al menos cuatro diplomados en Magisterio de Educación Física,

Instituto Nacional de Educación Física o equivalente, que implementen en los grupos las actividades, y al menos dos psicólogos.

RESULTADOS

Ha habido una mejora notable de la motricidad en las y los participantes. La actividad destaca como un estímulo condicionado del ánimo de las y los participantes.

Hay una demanda creciente de participantes aquejados de trastornos de la ansiedad y del estado de ánimo, así como incipientes casos de trastornos cognoscitivos.

6

Plan Municipal de Salud



Ayuntamiento de Aranda de Duero (Burgos)

I Plan Municipal de Salud 2009-2011

Breve descripción del proyecto:

El I Plan de Salud de Aranda de Duero nace como una herramienta fundamental para incrementar el nivel de salud y calidad de vida de los ciudadanos.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los objetivos que persigue el primer Plan de Salud son: potenciar el desarrollo de una asistencia sanitaria de calidad; ayudar en la reducción de las desigualdades en salud de los distintos grupos de población; impulsar la educación ambiental de la población; contribuir a la prevención de enfermedades transmisibles;

favorecer las actividades preventivas de enfermedades no transmisibles en los diferentes grupos de edad, y potenciar el desarrollo de medidas destinadas a prevenir la morbimortalidad producida por accidentes y otras causas externas.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Los objetivos del Plan son alcanzados mediante una serie de acciones, enmarcadas en las siguientes áreas de actuación:

- ÁREA 1: Colaboración en el desarrollo de estrategias en salud pública del municipio.
- ÁREA 2: Reducción de las desigualdades en salud en los distintos grupos de población: realización de talleres, jornadas, foros, etc. de diversa índole (hábitos saludables, ejercicio físico, alimentación saludable, educación sexual, de prevención de la violencia de género, promoción de líneas de trabajo sobre salud y género, convivencia intercultural, etc.) para distintos grupos de población.
- ÁREA 3: Desarrollo y colaboración en la prevención de patologías relevantes: dispo-

sición de información y sensibilización acerca del consumo de tabaco, alcohol u otras drogas: materiales divulgativos; campañas institucionales; programa de prevención familiar; jornadas formativas para mediadores juveniles; programa extraescolar de prevención del consumo de drogas.

- ÁREA 4: Contribuir a la consecución de un entorno saludable y escolar: la Agenda 21; boletín informativo sobre sostenibilidad "Planeta Aranda".
- ÁREA 5: Disminuir la morbilidad y mortalidad producida por accidentes y otras causas externas: talleres de reducción de accidentes de tráfico relacionados con el consumo de alcohol y cannabis; programa de dispensación/venta responsable de bebidas alcohólicas.

Ayuntamiento de Astillero (Cantabria)

I Plan Municipal de Salud de Astillero 2007-2010

Breve descripción del proyecto:

El Plan Municipal de Salud nace con el objetivo de elevar el nivel de salud del municipio de Astillero, de manera planificada y coordinada, entre los ciudadanos y la administración local.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Se establecen una serie de objetivos generales en el primer Plan de Salud del municipio:

- Crear un entorno de vida saludable

- Mejorar los estilos de vida
- Envejecimiento saludable.

RESULTADOS

Los resultados obtenidos son los siguientes:

- Mejora de la limpieza urbana y recogida de residuos domésticos.
- Mejora de la seguridad.
- Mejora de la accesibilidad.
- Conservación y recuperación de espacios naturales.

- Mantenimiento y ampliación de instalaciones deportivas.
- Mejora del tráfico y aparcamiento.
- Promover la actividad física y mejora de hábitos alimenticios.
- Mejora calidad de vida de nuestros mayores.

6



I Plan de Salud 2010-2015

Breve descripción del proyecto:

El primer Plan de Salud de Burgos tiene como fin desarrollar una serie de áreas de intervención para la promoción de la salud de los ciudadanos.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Se establecen los siguientes objetivos generales:

Integrar los temas de salud en todas las políticas y actividades municipales y facilitar la coordinación de actuaciones relacionadas con la salud; promover acciones encaminadas a la prevención de enfermedades de alta prevalencia más importantes; aumentar el número de años de vida libre de enfermedad y discapacidad promoviendo políticas que conduzcan a

formas de vida más sanas; impulsar y reforzar las actuaciones destinadas a la promoción de hábitos saludables; colaborar en la reducción de las desigualdades sociales en salud y en la mejora de la atención a los colectivos más vulnerables; promover la participación ciudadana en los programas de salud y fomentar la transversalidad y coordinación entre las distintas administraciones, departamentos y organizaciones.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El Plan establece una serie de áreas de intervención prioritaria:

- La promoción de la vida saludable a edades avanzadas, complementando las prestaciones ya existentes con programas de fomento de hábitos saludables, actividad física y voluntariado para mayores en diversos ámbitos.
- La prevención del consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, a través del Plan Municipal sobre Drogodependencias, ya implantado.
- La salud en los colectivos desfavorecidos, con la ejecución de programas y actuaciones para mejorar la calidad de vida de estas personas.
- La prevención del riesgo cardiovascular, contribuyendo a evitar sus factores de riesgo: obesidad, hipertensión, hiperlipidemia, mediante talleres, jornadas y promoción de la actividad física.
- Prevención de los tumores más frecuentes (pulmón, mama, colon) mediante formación y sensibilización, contribuyendo a evitar sus factores de riesgo y a incrementar la detección temprana.
- Prevenir embarazos no deseados, a través de formación y orientación, y violencia de género, apoyando el Plan específico ya implantado.

Ayuntamiento de Manresa (Barcelona)

Plan de Salud 2011-2015

Breve descripción del proyecto:

Con este Plan se pretende garantizar una asistencia sanitaria de calidad, unos servicios accesibles y una política sanitaria que fomente y promueva la salud como valor individual y colectivo; en definitiva, que Manresa disponga de un programa sanitario y una política de salud de primer nivel.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los objetivos a alcanzar son: conseguir unos servicios asistenciales sanitarios y socio-sanitarios de calidad; avanzar en la construcción de una ciudad saludable a través de fomentar una visión integral de la salud y la necesidad

de un trabajo en red; desarrollar un sistema de salud pública funcional y moderno y reducir las desigualdades en materia de salud, con la máxima información y participación de toda la ciudadanía.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Entre todas las acciones previstas en el Plan, se destacan las siguientes:

- Control de los vertidos de aguas residuales y mejora de su aprovechamiento. Control de zoonosis y legionelosis. Estudio de la capacidad del cementerio y de posibles mejoras.
- Desarrollo del Plan de Movilidad. Mejora de la accesibilidad para superar los desniveles existentes en la ciudad.
- Campaña de sensibilización de la importancia del reciclaje. Fomento del uso de energías renovables. Incremento de los espacios verdes.
- Colaboración con la Generalitat en la información a la población de los servicios y recursos sanitarios.

- Realización de campañas de promoción de estilos de vida saludables entre niños y jóvenes y campañas de sensibilización dirigidas a los colectivos más vulnerables. Aumento del apoyo a los familiares de enfermos crónicos y asociaciones.
- Creación de una mesa de coordinación entre los diferentes niveles asistenciales. Colaboración con entidades sanitarias para reducir daños derivados del consumo de drogas.
- Mayor formación de profesionales de los ámbitos sanitarios, educativos y sociales. Establecimiento de más y mejores servicios asistenciales para las personas mayores. Emprendimiento de acciones educativas para la prevención de todo tipo de violencia, etc.

Ayuntamiento de Móstoles (Madrid)

Plan Estratégico Municipal de Salud 2009-2014

Breve descripción del proyecto:

El II Plan municipal de salud de Móstoles pretende promover hábitos saludables entre los ciudadanos del municipio.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Se establecen una serie de objetivos generales en el primer Plan de Salud del municipio: la promoción de la participación ciudadana en la consecución de una ciudad saludable; la adecuación de los recursos socio-sanitarios a las necesidades de la población, con especial

énfasis en la prevención y en la promoción de estilos de vida saludables; la promoción de medidas encaminadas a mejorar la calidad de vida de todos los ciudadanos, y por último, la promoción y el desarrollo de una planificación urbana saludable.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para la consecución de los objetivos se han llevado a cabo una serie de acciones:

- Se ha insistido en la implicación y fomento del trabajo en equipo de todas las Instituciones relacionadas con la salud.
- Se ha realizado una evaluación de las necesidades de la población, informado acerca de los recursos sanitarios y sociales, ampliado la infraestructura en Atención Primaria, además de aumentado los recursos asistenciales, etc.
- Se ha desarrollado un proceso de evaluación y seguimiento del Plan Municipal sobre las adicciones y del plan de formación e información ciudadana.
- Se han creado lugares de encuentro, así como incrementado las actividades culturales y de ocio.
- Fomento de la integración de las diferentes culturas que conviven en el municipio y colaborar con las asociaciones.
- Promoción del transporte público, incrementando la frecuencia y accesibilidad, eliminando barreras arquitectónicas.
- Celebración de campañas de concienciación hacia el reciclaje en colegios e institutos, sanciones para los dueños de animales que no cumplan con la normativa, etc.

Plan Municipal de Salud

Breve descripción del proyecto:

El Plan de Salud del municipio de Ourense se basa en varias líneas de trabajo en pro de la mejora, tanto de los servicios sanitarios, como de la salud en todos los ámbitos de su población.

Destinatarios:

Población en general.

OBJETIVOS

El objetivo prioritario del plan es intervenir en los factores determinantes de la salud, tales como los estilos de vida y los factores medioambientales, eliminando o por lo menos reduciendo los negativos y reforzando y forta-

leciendo los positivos, en el marco de las políticas de prevención y protección de la salud física, psíquica y social, haciendo partícipe a toda la población de su propia salud y del municipio.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La metodología de trabajo se orienta a elevar el nivel de salud en el municipio tras un proceso de planificación formulado sobre una serie de principios (participación, coordinación, normalización, dinamización, planificación, respaldo político, integración y globalización).

Teniendo en cuenta estos principios se ha seguido una metodología de trabajo integrada por cinco etapas: análisis de la situación, establecimiento de prioridades, determinación

de objetivos, actuaciones e indicadores de la evaluación.

Las áreas de intervención del Plan son: medio ambiente, enfermedades cardiovasculares y cáncer, enfermedades transmisibles, tiempo libre y ejercicio físico, alimentación y nutrición, salud mental (apoyo familiar y social), drogodependencias, sexualidad y otras situaciones de vulnerabilidad (tercera edad, discapacidad, personas sin techo, mujeres en situación de desamparo, inmigrantes).

RESULTADOS

Se ha obtenido la participación de distintos profesionales y ha existido un alto interés en los temas de salud que afectan al municipio.

II Plan Municipal de Salud

Breve descripción del proyecto:

El Plan Municipal de Salud de Salamanca es una estrategia destinada a mejorar las condiciones de vida de la ciudadanía y lograr un mayor nivel de bienestar.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

- Reducir el número de enfermedades asociadas al sedentarismo y la alimentación.
- Disminuir los riesgos para la salud, y las enfermedades asociadas al consumo de tabaco.
- Promocionar hábitos de vida saludable relacionados con la prevención del consumo de drogas, especialmente el alcohol.
- Promover actuaciones que favorezcan o mejoren la salud mental.
- Prevenir y reducir el número de accidentes laborales, de tráfico y domésticos.
- Prevenir las diversas formas de violencia, tanto la intrafamiliar como la comunitaria y la dirigida contra uno mismo, especialmente en grupos y personas de mayor riesgo.
- Reducir las prácticas de riesgo en las relaciones sexuales de la juventud.
- Establecer un sistema de información y vigilancia en salud pública para la ciudad de Salamanca.
- Apoyar a los grupos de ayuda mutua de la ciudad en su labor de promoción de salud de las personas afectadas por alguna enfermedad y sus familias.
- Reducir diferencias de nivel en la población en riesgo de sufrir desigualdades en salud.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para alcanzar los objetivos descritos, se proponen una serie de acciones a realizar: establecimiento de programas de educación nutricional para niños, jóvenes, personas mayores, etc. así como programas de ejercicio físico; continuación de las acciones contempladas en el Plan de Drogodependencias; realización de programas como "Educación de calle" para mayores

en situación de soledad, servicio de consultas en materia de salud, etc.; puesta en marcha del programa de formación para población inmigrante e implantación de programas de sensibilización y prevención sobre los riesgos relacionados con el consumo de alcohol y los accidentes de tráfico, programas de sensibilización contra la violencia etc.

II Plan Municipal de Salud

Breve descripción del proyecto:

Este Plan, en proceso, se encuadra dentro de la estrategia de la Red Española de Ciudades Saludables y por tanto, de las prioridades del Centro Europeo para la Salud Urbana de la Oficina Regional Europea de la Organización Mundial de la Salud, que intenta fomentar las acciones integrales para la salud en el ámbito local.

Destinatarios:

Mujeres, adolescentes, niños, jóvenes, tercera edad, escolares, población general y desfavorecidos.

OBJETIVOS

En el II Plan Municipal de Salud se pretenden alcanzar los siguientes objetivos:

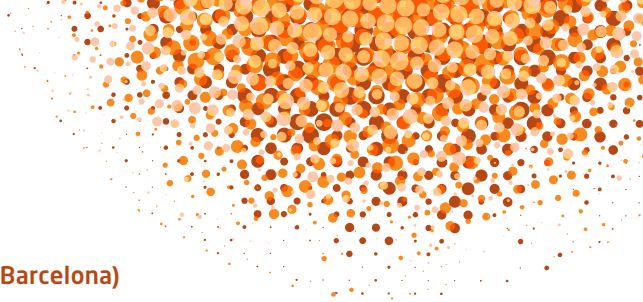
- Ofrecer condiciones y oportunidades que permitan estilos de vida saludable.
- Reducir desigualdades en salud de población desfavorecida.
- Facilitar la inclusión social.
- Promover un urbanismo saludable.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se plantea el trabajo en Comisión Técnica y Comisión Política, así como trabajo con ciudadanos.

Las Comisiones técnicas y políticas creadas son:

- De formación y divulgación, Educación para la Salud, Coordinación con Agenda 21, Participación Ciudadana, Evaluación de impacto en salud.
- Comisión política: Liderada por Concejalía de Salud y con representación de Delegaciones Municipales.



Ayuntamiento de Sant Andreu de La Barca (Barcelona)

I Plan de Salud Municipal 2005-2009

Breve descripción del proyecto:

El I Plan de Salud de Sant Andreu de la Barca pretende optimizar los hábitos saludables de la población, a través de los principios que se definen en la Red Española de Ciudades Saludables.

Destinatarios:

Mujeres, adolescentes, niños, jóvenes, tercera edad, escolares, población general, personas mayores, inmigrantes, discapacitados y otros colectivos de personas desfavorecidas.



OBJETIVOS

Como objetivos generales, se plantean los siguientes: mejorar la salud y la calidad de vida de la población a través de la mejora de la salud medioambiental y la salud pública general; incidir sobre los factores determinantes de salud

convencionales, incorporando en el ámbito de la salud otros nuevos determinantes; implicar en el Plan a todas las concejalías municipales, haciendo de la salud uno de los ejes principales del programa municipal.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El I Plan de Salud se desarrolla en 4 etapas, cumpliéndose los requisitos de multi-sectorialidad y participación comunitaria:

- 1ª fase: obtención del análisis de la situación o diagnóstico de salud del municipio.
- 2ª fase: priorización de los problemas o aspectos susceptibles de mejora.

- 3ª fase: definición de los objetivos, las intervenciones y las acciones de los aspectos priorizados previamente.
- 4ª fase: ejecución y posterior evaluación.

RESULTADOS

Se ha obtenido una herramienta de trabajo que ha permitido trabajar de manera organizada, priorizada y realista. Se ha puesto en marcha una metodología interna de trabajo en la que la participación intersectorial y ciudadana es fundamental.

Se ha hecho de la salud uno de los ejes principales en torno al cual gira el desarrollo de la ciudad. Se ha implantado la filosofía del movimiento de ciudades saludables.



I Plan de Salud 2011-2013

Breve descripción del proyecto:

El desarrollo del Plan de Salud Municipal persigue que la ciudad de Segovia sea cada vez más saludable, a través de la participación de todos los agentes implicados en salud.

Persigue prevenir la exclusión asociada a la enfermedad minimizando su efecto en las oportunidades de participación activa de toda la ciudadanía.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los principales objetivos que se tratan de alcanzar mediante el Plan de Salud son los siguientes:

- Incrementar la sensibilidad por la salud como valor activo de la comunidad
- Concienciar a la población de la necesidad de una participación activa, en relación a la me-

jora de su propia salud física y la prevención de la enfermedad

- Coordinar la intervención de las distintas entidades, organizaciones y agentes sociales implicados reduciendo la brecha en salud de los colectivos en riesgo de exclusión

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Entre las actividades contempladas en el Plan, se destacan las siguientes:

- Como tarea primordial, se promocionará la actividad ordinaria de las diferentes Asociaciones y Entidades en materia de salud de la ciudad. Se promoverán actividades conjuntas con objetivos sinérgicos y complementarios en las que se implicará la Administración local. Por último, se identificarán necesidades formativas comunes.
- Se dirigirán campañas específicas a los jóvenes y colectivos en riesgo de exclusión a los que se facilitará información en materia de educación para la salud y a los que se acercará a las campañas de nivel supramunicipal

de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

- Se transmitirá a la población las características e implicaciones de las diferentes enfermedades crónicas o de mayor prevalencia para lo que se potenciará la función comunitaria de las entidades relacionadas con el ámbito de la salud.
- Se promocionará la práctica deportiva entre ciudadanos con mayores factores de riesgo.
- Se mantendrán programas de ocio activo y saludable dirigidos al conjunto de la población, a lo largo de todo el año.
- Se potenciará la actividad y las actuaciones del Plan Municipal sobre Drogas.



7

Salud Pública



Ayuntamiento de Burguillos (Sevilla)

Plan de Salud 2011-2013

Breve descripción del proyecto:

El plan pretende evitar problemas de salubridad local.

Destinatarios:

Todos los vecinos de Burguillos.

OBJETIVOS

Como objetivos fundamentales a abordar, se pueden destacar los siguientes:

- Proporcionar información a los vecinos, sobre el mantenimiento y limpieza del saneamiento
- Tipo de insecticidas y fulmicidas que se pueden utilizar en el interior de viviendas y los usos nocivos para la salud.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La metodología que se sigue a lo largo del curso es la siguiente, por calles del pueblo hasta que se llegue a la totalidad de ellas:

- Elección de calle.
- Visita y explicación vivienda a vivienda.
- Desratización de la red de alcantarillado público.

RESULTADOS

Se han reducido considerablemente las poblaciones de blatodeos en el interior de viviendas y de ratas en las calles.



Ayuntamiento de Molina de Segura (Murcia)

Programa local saludable

Breve descripción del proyecto:

El programa local saludable consta de inspecciones sanitarias a los locales que lo solicitan con el objeto de obtener un distintivo de calidad en higiene y sanidad.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Como objetivo general se propone mejorar las condiciones higiénico-sanitarias de todos los

establecimientos que sirven o venden alimentos en el municipio.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

El programa es voluntario, y en él se invita a participar a todos los locales de hostelería, comercios minoristas de alimentación y centros educativos con comedor del municipio.

Se realizan inspecciones sanitarias verificando el cumplimiento íntegro de un protocolo preestablecido con 153 ítems.

Los locales que lo superan al 100% obtienen el distintivo que tiene validez por un año y que se puede colocar de forma visible al público.

RESULTADOS

En sólo cuatro años se ha conseguido que 159 locales del municipio sean distinguidos como local saludable, colocando dicho distintivo de

cara al público que identifica qué locales lo han obtenido y cuáles no.



Ayuntamiento de Oviedo (Asturias)

Protección de la salubridad pública

Breve descripción del proyecto:

En este programa se llevan a cabo inspecciones en locales e instituciones con objeto de prevenir y controlar cualquier tipo de problema de carácter higiénico-sanitario.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

El objetivo principal del programa es el cumplimiento de las competencias marcadas en la Ley 7/1985, de Bases de Régimen Local.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

La metodología consiste en la realización de visitas de control e inspección protocolizadas.

El contenido del programa es el siguiente:

- Control y comprobación de nuevas actividades.
- Control y comprobación periódica de actividades de riesgo (comedores colectivos, lugares de convivencia como hoteles, pensiones, establecimientos de estética).
- Control y comprobación de denuncias de situaciones de insalubridad.
- Control de plagas.

RESULTADOS

Se ha apreciado, con este programa, un incremento progresivo de las condiciones de salubridad.



Ayuntamiento de Pinto (Madrid)

Control de agua de consumo

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto persigue realizar un correcto control higiénico-sanitario del agua potable.

Destinatarios:

Población general del municipio de Pinto.

OBJETIVOS

Control de agua de consumo en grifo de consumidor.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Inicialmente se elabora un cronograma anual de trabajo de los puntos de muestreos y las fechas para realización de las muestras.

Se realizan 24 muestras anuales de obligado cumplimiento por el número de habitantes suministrados del análisis de control de grifo del consumidor según el Real Decreto 140/2003, por el que se establecen los criterios sanitarios de la calidad del agua de consumo humano.

Posteriormente, se efectúa la recogida, traslado, transporte y análisis de las muestras de agua de consumo por un laboratorio acreditado por la norma UNE-EN ISO/IEC 17025.

Se emiten los boletines de análisis en papel y soporte informático, y en formato xml para facilitar la carga de datos del Sistema de Información de Agua de Consumo.

A los establecimientos o dependencias donde se hayan realizado las muestras se envía carta de información de calidad de agua apta para el consumo.

Finalmente, se elabora un informe anual y memoria de resultados y se cargan éstos en formato xml en el Sistema de Información Nacional de Aguas de Consumo.

RESULTADOS

Se establece una vigilancia y control del agua que consume la población dentro del municipio, asegurándonos de que es apta para el consumo humano. Además, se elabora periódicamente un informe sobre los resultados obtenidos y memoria anual.

Los resultados se cargan en el Sistema Nacional de Aguas de Consumo, para garantizar la calidad higiénico sanitaria, acorde a la normativa.

Ayuntamiento de Pinto (Madrid)

Lucha antivectorial

Breve descripción del proyecto:

La iniciativa pretende reducir y controlar las plagas que se pudieran dar en los locales y edificios del municipio de Pinto, de manera ambientalmente sostenible.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

La iniciativa tiene como fin el control integral de plagas del municipio de Pinto con un mínimo impacto ambiental y mínimo impacto en salud.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Primeramente se establecen unas medidas de prevención sobre elementos estructurales y constructivos.

Se utilizan métodos de monitorización con trampas adhesivas con atrayente alimentario o feromonas y cebos de detección y métodos mecánicos de control vectorial.

Se realiza una selección de biocidas en base a criterios de eficacia, selectividad para la especie diana, menor toxicidad para el ser humano y especies no diana, técnica de aplicación del menor impacto ambiental, dando prioridad a tratamientos localizados.

RESULTADOS

Se ha logrado el control y reducción de vectores por debajo del umbral mínimo para la mejora de la habitabilidad del municipio con el mínimo impacto ambiental y en salud.

7



Ayuntamiento de Pinto (Madrid)

Prevención y control de legionelosis

Breve descripción del proyecto:

El programa "Prevención y control de Legionelosis" trata de prevenir y controlar las plagas de legionella en la ciudad.

Destinatarios:

Población general del municipio de Pinto.

OBJETIVOS

El objetivo principal del plan es la prevención y control de la legionelosis.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para iniciar el programa, se identifican previamente las instalaciones susceptibles de proliferación y dispersión del legionella en nuestras dependencias municipales y aquellas de interés concreto.

A continuación se diseña un plan de análisis de peligros y puntos de control críticos y se adoptan las medidas necesarias para prevenir o minimizar los riesgos.

En base al diagnóstico, se informa de las mejoras estructurales o funcionales y las medidas a adoptar para subsanarlas.

Se ejecuta entonces el plan integral de prevención y control de legionelosis: mantenimiento, revisión, limpiezas, desinfecciones, control analítico (en cada una de las instalaciones). El desarrollo del plan se asigna a una empresa cualificada.

Por último, se actualiza el libro de mantenimiento de las actividades realizadas y resultados obtenidos.

RESULTADOS

Se ha conseguido la prevención y control de la legionelosis en todas las instalaciones que utilizan agua en su funcionamiento y producen aerosoles en instalaciones de dependencia municipal o en las que el Ayuntamiento tenga un interés concreto.

También se ha garantizado la calidad microbiológica y físico-química del agua en las instalaciones con probabilidad de proliferación y dispersión de legionella y la calidad microbiológica y físico-química del agua fría de las instalaciones que contienen depósitos intermedios.

Ayuntamiento Pozuelo de Alarcón (Madrid)

Control de plagas

Breve descripción del proyecto:

Este proyecto pretende prevenir y controlar la aparición de plagas, mediante la realización de campañas e inspecciones.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

La finalidad del proyecto es el control de las plagas de roedores e insectos principalmente en el ámbito municipal.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se realizan cuatro campañas anuales de control de las plagas en el alcantarillado municipal (insectos y roedores) durante los meses de Febrero, Mayo, Agosto y Noviembre.

Cada una consiste en un tratamiento general de la totalidad del municipio, actuando principalmente en la red general de saneamiento, rejillas pluviales, desagües de colectores, vertederos y escombreras, solares sin urbanizar, zonas ajardinadas y parques públicos, márgenes de acequias y registros de luz y agua.

Se fijaron o repusieron los puntos de control del alcantarillado para poder realizar un segui-

miento exhaustivo del estado poblacional de los roedores del municipio.

Se realiza un diagnóstico de situación de la zona, realizando revisiones mensuales en distintos puntos-control. Para un mejor control se ha dividido el término municipal en diez sectores.

Se atienden todos los avisos que los vecinos dan a través del 010 y se contralan las plagas de los edificios municipales y de los colegios públicos, realizando diagnóstico de situación y sólo tratando en caso de detectarse infestación.

RESULTADOS

Desde el inicio del proyecto, ha habido un aumento de la información sobre las medidas higiénicas para evitar la proliferación de las

plagas y una disminución de la infestación en algunas zonas.

Ayuntamiento Pozuelo de Alarcón (Madrid)

Campaña de vacunación de perros y gatos

Breve descripción del proyecto:

El proyecto consiste en la realización de una serie de actuaciones encaminadas a mejorar la seguridad de la población en lo relacionado con los animales de compañía.

Destinatarios:

Propietarios de animales de compañía.

OBJETIVOS

Los objetivos prioritarios son la prevención de zoonosis como la rabia o la hidatidosis y la información a los propietarios de perros y gatos

de la necesidad de censar a sus animales en el Ayuntamiento.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Las actividades efectuadas dentro de la campaña de son: vacunación antirrábica de perros (obligatoria) y gatos (voluntaria), desparasitación, identificación de los animales de com-

pañía: microchip e inscripción en el censo de animales de compañía del Ayuntamiento si no estaban censados.

RESULTADOS

Ha habido un claro aumento del número de animales censados.

Se han detectado perros potencialmente peligrosos no inscritos en el Registro de la Comunidad de Madrid.



Ayuntamiento de Silla (Valencia)

Sanidad animal

Breve descripción del proyecto:

Se trata de poner en marcha una serie de medidas para disminuir los problemas asociados a la tenencia de mascotas.

Destinatarios:

Población en general.

OBJETIVOS

Los objetivos generales del programa son:

- Coordinar y realizar el control de los problemas de sanidad y las molestias que generan los animales de compañía, así como la aplicación de la normativa que lo regula.
- Control de la zoonosis, vectores y censo animal.
- Tramitación de denuncias.
- Aplicación de la normativa de animales de compañía.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Las actividades se centran en controlar el número de indicadores que se utilizan:

- Número de animales censados.
- Número de actas de inspecciones.
- Número de denuncias tramitadas.

RESULTADOS

Ha habido una disminución de la problemática relacionada con los animales de compañía.

Se ha podido realizar un control del censo de animales de compañía.

Ayuntamiento de Silla (Valencia)

Salubridad Pública

Breve descripción del proyecto:

Se realizan en este proyecto acciones encaminadas a la prevención y control de la salubridad pública en el municipio de Silla.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

Los objetivos generales de este proyecto son los siguientes:

- Realizar inspecciones de control de Salubridad Pública e incrementar el nivel higiénico-sanitario relacionado con el agua potable, la contaminación atmosférica, actividades empresariales, medio construido y actividades y productos de bebidas y alimentación.
- Controlar y analizar el agua potable y el agua de la piscina pública.
- Controlar la contaminación atmosférica urbana.
- Conseguir una elevada higiene de alimentos.
- Desinfección, desinsectación y desratización del medio urbano.
- Controlar la normativa sanitaria en actividades cualificadas inocuas y espectáculos.
- Realizar inspecciones sanitarias de actividades recreativas y espectáculos.
- Efectuar inspecciones higiénico-sanitarias de viviendas, solares y sanidad ambiental.
- Control sanitario y policía mortuoria.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Primeramente se efectúa una campaña informativa de las acciones de salubridad pública.

Se da a conocer el servicio al ciudadano a través de folletos, horario de visitas, publicaciones en diarios locales y la unidad de control de contaminación.

RESULTADOS

La satisfacción de la ciudadanía ha aumentado en materia de salud pública.

Se ha conseguido una coordinación entre el veterinario, farmacéutico y el técnico de medio ambiente del municipio de Silla.

Ayuntamiento de Tres Cantos (Madrid)

Control de colonias felinas

Breve descripción del proyecto:

El programa realiza una campaña de control del crecimiento de colonias felinas en el municipio de Tres Cantos, con el objetivo de preservar la seguridad higiénica.

Destinatarios:

Población general.

OBJETIVOS

El objetivo principal se centra en mantener el número de colonias felinas controladas de animales sanos y esterilizados, compatible con el medio donde residen, reduciendo al máximo

las molestias al vecindario, al tiempo que se reorienta la actividad de las personas que se ocupan de su alimentación mediante su participación en el proyecto.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Para comenzar la campaña, se recaba toda la información disponible de la colonia: censo, hábitos, alimentadores.

Se realiza una captura y traslado de todos los animales al Centro de Intervención y custodia de animales. Se efectúa un control sanitario y actuación clínica según programa: esterilización, desparasitación, marcaje de animales sanos y sacrificio de enfermos, hospitalización post-operatorio.

A los animales sanos se les realiza una evaluación para saber si son aptos para adopción. Los animales esterilizados no aptos para adopción se liberan en una zona adecuada próxima a su zona de procedencia.

Se establecen nuevas pautas de alimentación para los colaboradores que cuidarán de la colonia.

RESULTADOS

Se ha reducido considerablemente el crecimiento de colonias felinas sin control.



Ayuntamiento de Zamora

Tenencia responsable de mascotas

Breve descripción del proyecto:

La iniciativa persigue concienciar y formar a la población en la tenencia responsable de mascotas, a través de charlas y folletos informativos.

Destinatarios:

Todos los alumnos de Educación Primaria, niños y escolares.

OBJETIVOS

Mejorar la calidad de vida de los animales de compañía favoreciendo sus cuidados, mejorar su convivencia con los demás y con sus pro-

pietarios a través del aprendizaje, protección y control de animales abandonados.

CONTENIDO Y ACTIVIDADES

Se organizarán charlas en aulas que tendrán lugar en horario establecido por el colegio, cuya duración será de aproximadamente 1 hora (teórico-práctico), impartidas por un veterinario. Se hará entrega de pegatinas sobre educación canina y un folleto ilustrativo del programa.

También se entrega un tríptico a todos los colectivos, clínicas veterinarias y asociaciones de vecinos para su difusión.

Colaboración con policía municipal.

RESULTADOS

Los talleres se han celebrado en varios colegios, alcanzándose a un total de 400 alumnos.

Con esta iniciativa se ha logrado la concienciación y educación para la tenencia y cuidados

de mascotas dirigido a los aproximadamente 7.000 propietarios de perros censados en la ciudad.