

DR. VICENTE CABALLERO PAJARES

COORDINADOR DE LA ESCUELA DE SALUD DE CASTUERA



EL PASADO 9 DE MAYO DE 2013 SE INICIÓ EN LA LOCALIDAD DE CASTUERA UN PROYECTO NOVEDOSO, PARTICIPATIVO Y GLOBALIZADOR DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD. CUENTA CON PROFESIONALES SANITARIOS Y NO SANITARIOS DE ESTA LOCALIDAD, COORDINADOS POR EL DR. VICENTE CABALLERO PAJARES, MÉDICO DEL EAP DEL C.S. DE CASTUERA Y CON LA COLABORACIÓN INESTIMABLE DEL AYUNTAMIENTO.

Dichos profesionales pretenden formar e informar a la ciudadanía en hábitos saludables, manejo de patologías crónicas, talleres en habilidades prácticas, etc., mediante sesiones presenciales y el empleo de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TICs).

Para su inauguración contamos con la presencia del Dr D. Juan Luis Cordero Carrasco, director general de Salud Pública (SES); el Dr. D. Pedro Hidalgo Fernández, presidente del Ilustre Colegio de Médicos de la Provincia de Badajoz y D. Paolo Atalaya de Tena, alcalde-presidente del Ayuntamiento de Castuera.

¿Cómo surge esta iniciativa?

Tras conversaciones mantenidas con el Sr. alcalde de la localidad, quisimos dar un salto cualitativo a la asistencia sanitaria ofertada en el centro de salud, pretendíamos implicar a la población en el autocuidado de su salud.

Medité un proyecto, inédito en Extremadura, que implicase a profesionales sanitarios, ciudadanos e instituciones, a fin de mejorar el bienestar físico, psíquico y social de la población a la que va dirigido.

Queríamos establecer un foro de debate con la ciudadanía, ofertando información médica, resolviendo dudas, desterrando mitos, entrenando en hábitos saludables, etc., en un ambiente dirigido, distendido y participativo.

¿De qué medios dispone la Escuela de Salud?

Contamos con un amplio grupo de profesionales que de forma desinteresada participa en la iniciativa: seis médicos, cuatro enfermeros, una fisioterapeuta, una matrona, dos farmacéuticos, un veterinario, una psicóloga, una nutricionista, un trabajador social, un experto en redes sociales y un diseñador gráfico. Este último ha creado nuestra imagen corporativa y el diseño de la cartelería para nuestros eventos.

La logística de las sesiones presenciales, es desempeñada por trabajadores de la Universidad Popular y del Ayuntamiento de Castuera. Para llevar a cabo nuestro proyecto, hemos desarrollado las siguientes herramientas:

1. Grupo o boletín de noticias (newsletter): se solicita el correo electrónico a los participantes en las sesiones para incorporarlos a nuestra base de datos. Periódicamente me

encargo de remitir al grupo información de interés sanitario, guías, protocolos de autocuidado, etc., estableciendo de forma telemática un feed-back continuo a través de nuestra dirección de correo electrónico (*), acercándonos al concepto novedoso de telemedicina o teleasistencia.

2. Ponencias, charlas o talleres, impartidas en las aulas de la Universidad Popular de Castuera, apoyados por todo tipo de medios audiovisuales.

3. El anuncio de las actividades se realiza mediante cartelería distribuida por toda la localidad, el boletín de noticias y a través de las redes sociales facebook y twitter.

Está en proyecto la puesta en marcha de una página web que sirva como nexo de comunicación e información entre profesionales y usuarios.

Hemos recibido el apoyo de asociaciones de pacientes, desde dentro y fuera de la localidad, haciéndonos eco de sus necesidades formativas y divulgativas, para elaborar en un futuro charlas orientadas a sus demandas particulares.

¿Cuáles son sus objetivos?

En un mundo globalizado, inmerso en las nuevas tecnologías de la información, no podemos obviar las necesidades formativas e informativas de nuestros pacientes-usuarios. Considero que el individuo formado en materia sanitaria contribuirá de forma eficaz y decidida a su propio autocuidado, contando con el apoyo del profesional sanitario. Desgraciadamente, esta labor se me antoja harto difícil, como consecuencia de la presión asistencial, falta de tiempo en las consultas y nuestro férreo modelo asistencial, que no

Contamos con un amplio grupo de profesionales que de forma desinteresada participa en la iniciativa: seis médicos, cuatro enfermeros, una fisioterapeuta, una matrona, dos farmacéuticos, un veterinario, una psicóloga, una nutricionista, un trabajador social, un experto en redes sociales y un diseñador gráfico.

escueladesaludcastuera@gmail.com

contempla la educación para la salud como actividad cotidiana y prioritaria.

El objetivo último de la Escuela de Salud es complementar la parcela formativa e informativa, insuficiente en nuestra labor profesional habitual, fomentando hábitos saludables en el individuo y proporcionar herramientas útiles a los pacientes que presentan principalmente patologías crónicas, mejorando así el bienestar de nuestros conciudadanos.

¿Qué actuaciones se han llevado a cabo hasta el momento?

Se han realizado -entre talleres prácticos y charlas- ocho sesiones presenciales con una temática variada: diabetes Mellitus tipo 2, alimentación sana y equilibrada, enfermedades respiratorias (asma y epoc), resucitación cardiopulmonar básica, vacunación antigripal, etc. La media de asistentes ha sido de unas cuarenta personas.

Se han remitido a través del grupo de noticias veinte documentos en PDF y otros tantos enlaces vía Internet, sobre temas de educación para la salud.

Se han contestado, vía mail, unos cuarenta correos, a usuarios de la Escuela de Salud, que solicitaban información particular sobre patología concretas, resolución de problemas, dudas prácticas, etc.

Contamos con alrededor de unos cincuenta seguidores en las redes sociales, a los cuales se remite de forma periódica información médica y anuncios de próximos eventos.

Se han incorporado a la Escuela de Salud dos médicos de familia y una psicóloga.

Planificamos nuevas charlas atendiendo a demandas por parte de asociaciones de pacientes, tanto locales como a nivel regional.

¿Cuáles son los proyectos de futuro?

Durante el próximo año 2014 realizaremos una tarea de consolidación de la estructura: diseñar actividades presenciales de forma continuada, implicar aún más a la población de Castuera en el desarrollo de su Escuela de Salud, ampliar los ponentes de los que disponemos, adaptar la temática a las necesidades que se solicitan por parte de los usuarios, difundir la nueva página web de la escuela, etc.

Se baraja la posibilidad de realizar jornadas fuera de las aulas de la Universidad Popular de Castuera, como charlas a jóvenes en colegios e IES, asociaciones vecinales, etc.

¿Qué ha aportado a Extremadura el proyecto?

Hemos llevado el conocimiento médico fuera de nuestras consultas, aportando a la salud un valor añadido, que impulse el autocuidado para implicar a la población en la atención de su propia salud. Nos hacemos eco de las demandas de los pacientes en temas formativos e implicamos a éstos en su responsabilidad en relación a sus procesos patológicos. Se han establecido todo tipo de cauces de comunicación, tanto físicos como a través de las nuevas tecnologías, para así desterrar la ignorancia en temas sanitarios.

La implantación y desarrollo de la Escuela de Salud de Castuera ha suscitado interés tanto entre profesionales sanitarios como entre instituciones públicas. Médicos de otras localidades han recabado información para intentar exportar nuestro proyecto a otros municipios como Zafra, Badajoz, Don Benito y Trujillo.

Existe un grupo de trabajo, a nivel de la Consejería de Salud de la Junta, liderado por la Dirección General de Salud Pública, para la puesta en marcha de Escuelas de Salud en toda la región. Se pretende que, en colaboración con los ayuntamientos, los profesionales sanitarios realicen actividades de educación para la salud, manteniendo un flujo constante de intercambio de información y material divulgativo entre dichos profesionales.

¡ TU COLEGIO DE MÉDICOS EN TU MOVIL!

Busca el icono  en www.combadajoz.com y descárgate tu APP del Colegio, para **Android y iPhone**.

NOTA IMPORTANTE: Para Android tendrás que activar en ajustes apartado seguridad la opción "orígenes desconocidos" y permitir la instalación de aplicaciones desde fuentes que no sean play store, y una vez terminada la instalación de la app, debes volver a desactivar esta pestaña para la seguridad de tu móvil.

