

PREMIOS ENFERMERÍA EN DESARROLLO

CATEGORÍA:

Promoción del autocuidado

TÍTULO:

Escuela de Salud: “Aprendiendo a vivir...”

RESUMEN:

La Escuela de Salud es una iniciativa gestionada por enfermeros, donde el “rol de enfermería” de todo nuestro sistema autonómico de salud asume el papel más importante. Este proyecto se encuadra dentro de la línea estratégica “*ser plataforma de participación de ciudadanos, pacientes y asociaciones de pacientes*” de nuestra organización. Es un punto de encuentro entre todas las personas que intervienen en la salud y en la enfermedad.

La asignatura troncal es el empoderamiento del ciudadano (promover su salud) y el empoderamiento del paciente (corresponsabilizar al paciente en el autocuidado de la salud y en la toma de decisiones compartidas a partir de una información de calidad y científicamente contrastada).

El objetivo fundamental ha sido crear un espacio virtual y presencial donde pacientes, familiares y profesionales puedan: compartir información, acceder a una formación estandarizada sobre la enfermedad, recibir y prestar soporte entre iguales a través de comunidades virtuales de pacientes gestionadas y monitorizadas por enfermeros; y disponer de una batería de recursos didácticos (videos, guías, informes, redes sociales en dispositivos digitales: smartphone y tableta).

Toda la población de la Comunidad Autónoma se beneficia de la Escuela de Salud. En nuestro primer año de andadura hemos proporcionado formación acerca de mil personas, 27.000 nos han visitado en la web, y hemos obtenido más de 4000 visualizaciones de nuestros videos en Youtube. Ponemos a disposición de nuestros seguidores más de 300 documentos informativos sobre educación para la salud y autocuidado y contamos con la colaboración de medio centenar de profesionales como colaboradores. Actualmente estamos ya educando en 25 problemas de salud y 20 conductas saludables, y el número va creciendo a medida que

incorporamos nuevos profesionales colaboradores, todos ellos pertenecientes a nuestro sistema autonómico de salud.

La Escuela de Salud aborda la educación y la promoción de la salud, en cuatro ámbitos de trabajo: la población en su conjunto, los pacientes, los cuidadores y el entorno escolar. Igualmente, de forma transversal disponemos de un espacio dedicado a las poblaciones con necesidades especiales, colectivos vulnerables que necesitan una adaptación de materiales pedagógicos y de la información de sus necesidades individuales (inmigrantes, gitanos, discapacitados y personas con enfermedades raras).

La Escuela favorece la evolución hacia un nuevo modelo en el que el paciente es el centro del sistema sanitario y forma parte del equipo de salud, de ahí, que sea imprescindible incluir a las asociaciones de pacientes tanto en el diseño metodológico de nuestras actividades como en su ejecución. Con este objetivo, desde el inicio del proyecto se constituyó, mediante concurrencia competitiva a través del Boletín Oficial Autonómico, una Comisión Asesora Participativa, del a que forman parte 20 entidades de la sociedad civil, de las cuales 10 son asociaciones de pacientes y las otras 10 sociedades científicas, colegios profesionales, ayuntamientos y resto de agentes sociales con alguna participación en salud.

Nuestro compromiso se encuentra alineado con los objetivos estratégicos del Plan de Salud Autonómico, el Plan de Salud Mental, el Plan de Atención a la Cronicidad, el Plan de Salud de la Infancia y la Adolescencia y el Plan de Inclusión Social.

Las acciones formativas que desarrollamos están basadas en la evidencia científica y estructuradas en diferentes líneas básicas:

1. Alfabetización sanitaria
2. Empoderamiento de las personas
3. Toma de decisiones compartidas
4. Autocuidado y autogestión de la enfermedad
5. Seguridad clínica
6. Innovación social a través de las tecnologías de la información y comunicación (TICs), las redes sociales y la formación virtual.

En la programación de esta iniciativa se plantearon los siguientes objetivos:

- Divulgar conocimientos de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.
- Promover el papel de una sociedad activa y responsable de su cuidado.
- Adquirir conocimientos y competencias técnicas en cuidados y autocuidados.
- Desarrollar espacios y herramientas para que pacientes y cuidadores compartan información y experiencias y se presten apoyo social.
- Facilitar la participación de la población en el sistema de salud, aportándole información sobre el funcionamiento y actividad de los servicios sanitarios públicos.

- Promover la capacitación de los profesionales en habilidades metodológicas y psicopedagógicas con el fin de mejorar la alfabetización y el empoderamiento de pacientes/usuarios.
- Compartir en la página web 2.0 instrumentos y herramientas pedagógicas elaborados en colaboración con asociaciones de ayuda, colectivos de pacientes, sociedades científicas, entidades locales, profesionales sanitarios, etc. y ser un espacio de referencia para las mismas.

Durante el curso académico en la Escuela se llevaron a cabo las siguientes acciones:

- Crear y desarrollar la Escuela de Salud para ciudadanos.
- Ser un referente informativo imprescindible para cualquier persona que necesite información o ayuda sobre salud, alimentación, recursos existentes, etc. a través de la página web 2.0.
- Generar aulas virtuales con guías digitales y audiovisuales, experiencia de pacientes, cursos, actividades y blogs.
- Adaptar documentos a las poblaciones vulnerables.
- Integrar personal con discapacidad auditiva al equipo de la Escuela para adaptación de la documentación al lenguaje de signos.
- Establecer programas de información y formación en salud en los diferentes niveles de la pirámide de -"Kaiser"- según la estratificación de la población de nuestra comunidad.
- Realizar convenios con la Universidad para recoger datos mediante encuestas de alfabetización en salud en la comunidad.
- Realizar convenios con todas las asociaciones de pacientes de la comunidad para integrarlas en una única red de información al ciudadano, potenciando sinergias.
- Integrarse como Comité de Gestión en la Red Nacional de Escuelas.

JUSTIFICACION:

La política europea de la Organización Mundial de la Salud (OMS) dentro del -"Horizonte 2020"- incluye la mejora de la capacitación en salud y la autogestión de la enfermedad, lo que implica un empoderamiento de las personas y de los diferentes colectivos de la comunidad. Igualmente, la legislación de los diferentes países aborda de manera amplia los derechos y deberes de la ciudadanía en relación con la salud y la atención sanitaria y se hace eco del mandato constitucional sobre la participación de la ciudadanía tanto en la formulación de la política sanitaria como en su control.

En España, la estrategia para el abordaje de la cronicidad tiene entre sus objetivos impulsar y reforzar la capacitación de las personas y de la comunidad para promover la autonomía, el autocuidado y los estilos de vida saludables.

- La Ley 3/2005, de 8 de julio, de información sanitaria y autonomía del paciente establece que la autoridad sanitaria velará por el derecho de los ciudadanos a recibir la información de forma veraz, clara, fiable, actualizada, de calidad y basada en el conocimiento científico actualizado.
- Y la Ley 33/2011, de 4 de octubre, General de Salud Pública, recoge dentro de las actuaciones ministeriales la promoción de la salud, con acciones dirigidas a incrementar las capacidades y conocimientos de las personas y el apoyo a la creación y fortalecimiento de redes.

El envejecimiento de la población aumenta la demanda de asistencia sanitaria a la vez que disminuye la población activa e incrementa el gasto sanitario con costes directos e indirectos.

Estas proyecciones pueden cambiar si actuamos favoreciendo un envejecimiento saludable, mediante la adopción de medidas para promover la salud de la población.

DESARROLLO:

Se realizó una revisión de la literatura científica en diferentes bases de datos, empleando palabras clave: programas de formación/capacitación para pacientes y ciudadanos en Educación para la Salud, tecnologías e instrumentos fundamentales de acción comunitaria en materia de salud y modelos de cronicidad. Tras la clasificación de los diferentes artículos científicos, se establecieron tres fases (Anexo 1-2):

A. Fase de partida

- Conocer los antecedentes y la situación actual del tema.
- Establecer un plan detallado de trabajo.
- Elaborar una plataforma informática que sirva de base para homogeneizar la visión de la Escuela (en función de los resultados obtenidos en la búsqueda bibliográfica, se estableció una “DEMO” para realizar una puesta en común con la ciudadanía y se determinaron criterios de mejora consensuados.

B. Fase de desarrollo

Para conocer la situación de salud-enfermedad de la población se recogieron datos de:

- Encuesta Nacional de Salud.
- Barómetro Sanitario.
- Estudios llevados a cabo por los grupos de investigación comunitarios.
- Información cualitativa proporcionada por la Comisión Asesora Participativa.

Simultáneamente, se estratificó a la población a través de un sistema ad-hoc que permite clasificar a los habitantes de la comunidad de acuerdo con sus necesidades de cronicidad.

La página web se ha convertido en un referente informativo imprescindible para cualquier persona que necesite información o ayuda sobre salud.

RESULTADOS:

Entre el 1 mayo de 2014 y el 1 de mayo de 2015 se identificaron 18.167 usuarios de 169 ciudades, que generaron 27.492 visitas y 128.637 páginas vistas, con un 54,08% de rebote y un 65,68% de nuevas visitas. La duración media de la visita es de 4 minutos y 7 segundos.

Un 54.15% de las personas que visitaron la web de la Escuela eran hombres frente un 46.85% de mujeres.

En las redes sociales lo más destacado son los 123 eventos anunciados y las 22.400 visitas en google+.

Las visitas se realizan en su mayoría desde dispositivos fijos y ordenadores portátiles (13.518), seguida por las que se hacen desde móviles (2.732) y tableta (1.400).

Durante el primer año se han generado cinco aulas virtuales con guías digitales y audiovisuales, experiencias de pacientes, cursos, actividades, blogs y canal Youtube: diabetes, ictus, personas cuidadoras, consejo genético en cáncer familiar y población con necesidades especiales (Anexo 3).

El canal de Youtube de la Escuela se creó el 29 de mayo de 2014. Desde esa fecha se han subido 22 vídeos con un total de 2.597 reproducciones (Anexo 4).

En la actualidad contamos también con seis blogs activos.

Además, hemos puesto a disposición de los ciudadanos un total de 300 documentos informativos una vez evaluados y validados.

Para establecer programas de formación en salud en los diferentes niveles (pirámide de - "Kaiser"-) según la estratificación de la población de nuestra comunidad, se realizó un cuestionario de necesidades formativas (Anexo 5). Cabe destacar:

- Todas las materias propuestas para la formación resultaron interesantes en más del 80% de encuestados.
- Las que menos interés suscitaron fueron las relacionadas con el conocimiento del sistema de salud (54%).
- Las más elegidas, con un 93%, fueron las de conductas saludables, información sobre prevención de enfermedades y promoción de la salud.

- Otros temas no planteados como información sobre Primeros Auxilios y Reanimación Cardio-Pulmonar (RCP), han sido demandados por la población e incorporados actualmente al catálogo de cursos de la Escuela (Anexo 6).

Cursos realizados durante el año 2014 de promoción del autocuidado y evaluación. (Anexo 7).

Tabla 1:

Catálogo de actividades formativas presenciales

Tipo de formación / presencial	Total
Sistema de retención Infantil. Programa de Educación Maternal	196
Movilización y transferencias de pacientes. Utilización de productos de apoyo	9
Programa envejecimiento activo. Haciendo memoria a carcajadas	38
Programa de envejecimiento activo. Mente activa y salud II	83
Salud emocional y bienestar	127
Información biomédica para profesionales sanitarios de asociaciones de pacientes	9
Alimentación y salud	37
Autocuidado de los pies en el paciente diabético	10
Jornada sobre dependencia	73
Curso autonomía y desarrollo personal	32
Jornada de alfabetización en salud. Determinantes para un envejecimiento activo y saludable	140
Total	754

Tabla 2:

Grado de satisfacción de la actividad formativa

Valoración de la actividad formativa	%
Objetivos y contenidos	76,27%
Metodología	84,75%
Organización del curso	89,83%
Utilidad del curso	96,61%
Valoración del profesorado	91,53%
Animaría a otro a realizar el curso	93,22%

C. Fase de evaluación

- Continuar con el ciclo de la mejora continua, buscando una homogeneización del funcionamiento de la Escuela, siempre con el fin de cumplir con las necesidades y expectativas de la población (evaluación del cumplimiento de los objetivos y planes de acción de mejora).

CONCLUSIONES:

Todas las iniciativas de la Escuela de Salud pretenden influir en nuestro Sistema Sanitario Público:

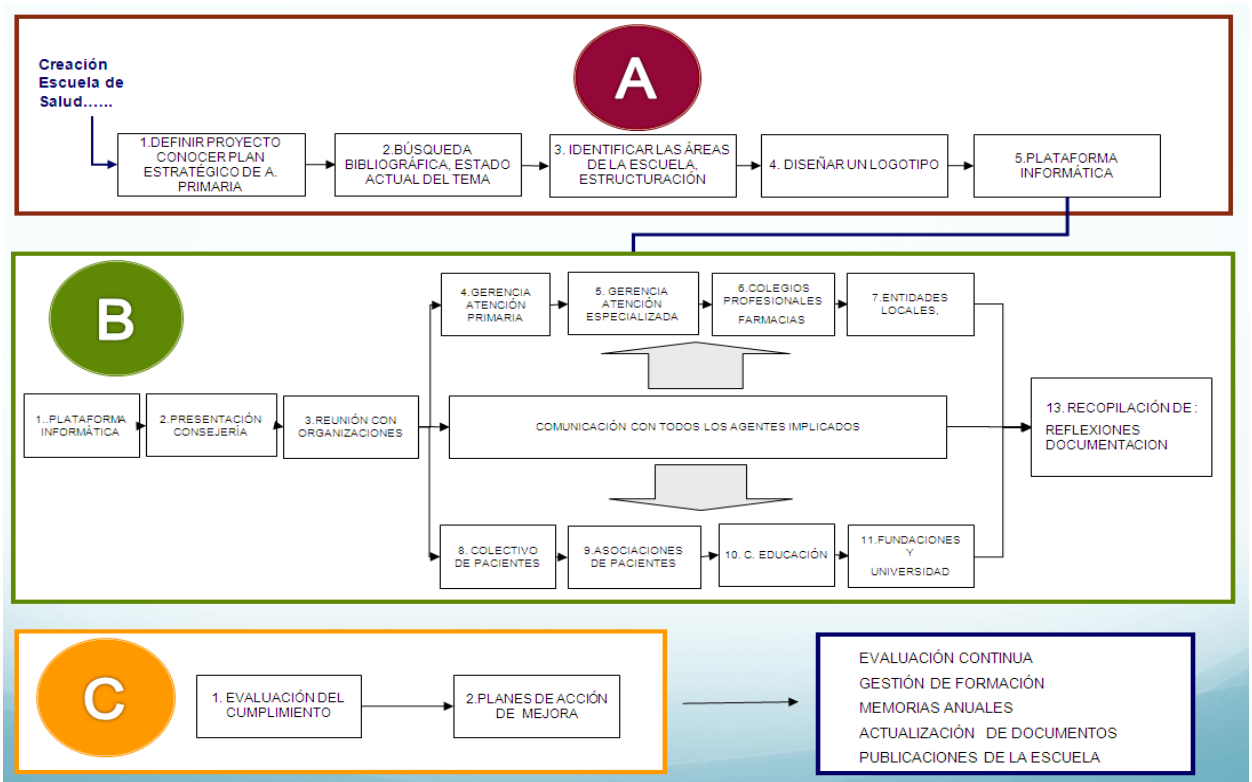
- Fomentando la participación de las personas crónicas al pasar de un modelo clínico a otros de capacitación personal y social, que empoderan y motivan a la persona para tomar sus propias decisiones en el cuidado de su salud y basan su actuación en la concienciación y autogestión del paciente como centro del sistema sanitario.
- Estos modelos de gestión de la cronicidad fomentan el uso de las TICs generando un nuevo modelo de paciente informado y dispuesto a compartir información y conocimiento (e-paciente).
- La información obtenida con el sistema de estratificación de la población permite adecuar la oferta de servicios al perfil de morbilidad de los pacientes, mejorando su asistencia sanitaria en términos de calidad y eficiencia.
- Las personas competentes en el manejo de su salud favorecen la sostenibilidad del sistema sanitario.

En consecuencia, son necesarias innovaciones permanentes para asegurar la sostenibilidad del sistema sanitario, por lo que parece pertinente que desde la Consejería de Sanidad autonómica se impulse, a través de las TICs, el desarrollo de la Escuela de Salud.

ANEXOS:



Anexo 1. Fases de la Escuela de Salud



Anexo 2. Estructuración de las diferentes fases de la Escuela de Salud



¿Sabes
reconocer los
síntomas de
un ictus?

Más información
sobre el ictus,
otras enfermedades y
conductas saludables en...

SÍNTOMAS DE UN ICTUS O ATAQUE CEREBRAL

-  Brusca pérdida de fuerza o parálisis en un lado del cuerpo
-  Brusca pérdida de sensibilidad o entorpecimiento en un lado del cuerpo o de la cara
-  Brusca pérdida de la visión en uno o ambos ojos
-  Brusca dificultad para hablar o comprender el lenguaje
-  Brusca inestabilidad, desequilibrio e incoordinación para caminar, a veces asociada a vértigo
-  Dolor de cabeza repentino y muy intenso, no habitual

ANTE ESTOS SÍNTOMAS, AUNQUE SEAN PASAJEROS

llame al 1061
o acuda al hospital

ES UNA URGENCIA MÉDICA

Anexo 3. Folletos informativos.

Estos vídeos forman parte de una serie de guías audiovisuales para pacientes de nuestro canal Youtube.



Para ver este vídeo pulse [aquí](#)



Para ver este vídeo pulse [aquí](#)

Anexo 4. Videos.

CUESTIONARIO NECESIDADES FORMATIVAS PARA LA PROGRAMACIÓN DE CURSOS

Éste es un cuestionario anónimo y confidencial cuya finalidad es elaborar una oferta de cursos formativos de acuerdo a las transferencias de los potenciales alumnos.

A continuación, se formularán 5 preguntas. Elija la respuesta que mejor se adapte a sus necesidades y preferencias. Su opinión es fundamental para diseñar este programa de cursos de formación.

Gracias por su colaboración.

*Obligatorio

DATOS PERSONALES:

1. Sexo*:

- Hombre
- Mujer

2. Edad*:

- Menos de 20 años
- De 20 a 35 años
- De 36 a 50 años
- Más de 50 años

3. ¿Forma parte de alguna asociación o fundación?*

- Sí, como equipo directivo
- Sí, como equipo técnico
- Sí como miembro asociado (pero no trabajo en ella)
- No

CUESTIONARIO:

4. ¿Cree que la formación es...?

- Muy necesaria
- Bastante necesaria
- Poco necesaria
- Nada necesaria

5. En caso de optar a realizar alguno de los cursos organizado por la Escuela de Salud ¿qué modalidad elegiría?

- Presencial
- Semipresencial
- En línea (Online)

6. Según su disponibilidad ¿qué horario preferiría para desarrollar los cursos?*

- Mañana
- Tarde
- Indiferente

7. A la hora de desarrollar el curso ¿Qué formato le parecería más interesante?*

- Conferencia informativa
- Jornada de intercambio de experiencias entre pacientes y profesionales
- Taller teórico-práctico
- Otros (especifique cuál):

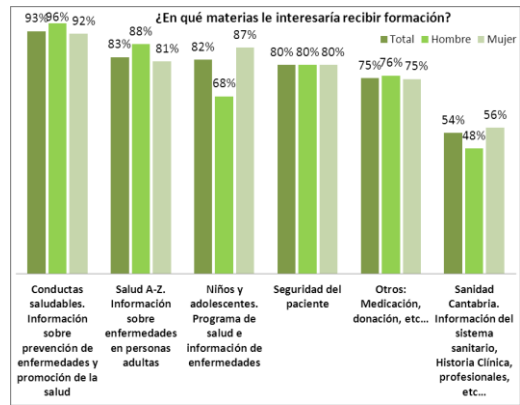
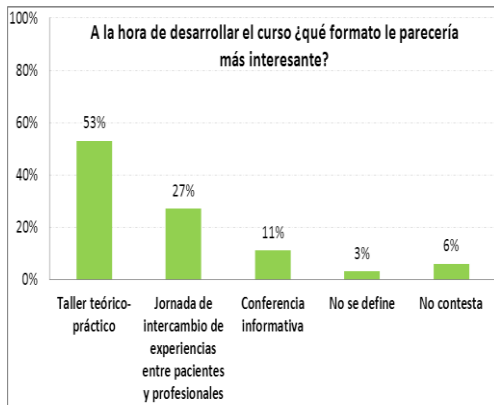
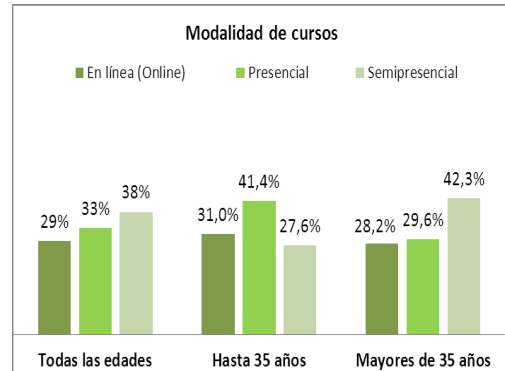
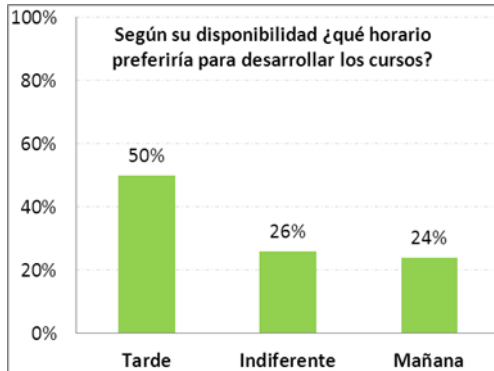
8. ¿En qué materias le interesaría recibir formación? (señale las casillas correspondientes)*

	Nada	Poco	Bastante	Mucho
Información del sistema sanitario, Historia Clínica, profesionales etc...				
Conductas saludables. Información sobre prevención de enfermedades y promoción de la salud				
Niños y adolescentes. Programa de salud e información de enfermedades				
Salud A-Z. Información sobre enfermedades en personas adultas				
Seguridad del paciente.				
Otros: Medicación donación, etc				

9. Otras temáticas de formación:

10. Sugerencias:

Anexo 5. Cuestionario de necesidades formativas



Anexo 6. Resultados del cuestionario de necesidades formativas.



Anexo 7. Cursos y talleres de formación en autocuidado.