Aracena

Plan Estratégico de Salud

2013 - 2017

calidad de vida ciudadanía participación salud hábitos saludables bienestar social ciudadanía estilos de vida redes familia entorno acción intersectorialidad comunicación integración cercanía ciudadanía actuaciones alimentación actividad física recursos sanitarios adicciones salud emocional salud ambiental accesibilidad infancia objetivos hombres y mujeres salud personas mayores personas con discapacidad calidad de vida participación hábitos saludables bienestar social ciudadanía estilos de vida redes familia entorno acción intersectorialidad comunicación integración cercanía objetivos actuaciones alimentación actividad física recursos sanitarios adicciones compromiso salud ambiental redes infancia juventud participación personas mayores personas con discapacidad calidad de vida participación salud hábitos saludables bienestar social ciudadanía estilos de vida redes familia entorno acción intersectorialidad comunicación integración cercanía objetivos actuaciones alimentación comunicación recursos sanitarios salud emocional salud ambiental accesibilidad infancia juventud hombres y mujeres personas mayores personas con discapacidad calidad de vida participación salud hábitos saludables bienestar social ciudadanía estilos de vida redes familia entorno acción intersectorialidad comunicación integración cercanía objetivos actuaciones alimentación actividad física recursos sanitarios adicciones salud emocional salud ambiental accesibilidad infancia juventud hombres y mujeres personas mayores personas con discapacidad calidad de vida participación salud hábitos saludables bienestar social ciudadanía estilos de vida redes familia entorno acción intersectorialidad comunicación integración cercanía objetivos actuaciones alimentación actividad física recursos sanitarios adicciones salud emocional salud ambiental accesibilidad infancia juventud hombres y mujeres personas mayores personas con discapacidad calidad de vida participación salud hábitos saludables bienestar social ciudadanía estilos de vida redes familia entorno acción intersectorialidad comunicación integración cercanía objetivos actuaciones alimentación actividad física recursos sanitarios adicciones salud emocional salud ambiental accesibilidad infancia juventud hombres y mujeres personas mayores personas con discapacidad calidad de vida participación salud hábitos saludables bienestar social ciudadanía estilos de vida redes familia entorno acción intersectorialidad comunicación integración cercanía objetivos alimentación actividad física recursos sanitarios adicciones salud emocional salud ambiental accesibilidad infancia juventud hombres y mujeres personas mayores personas con discapacidad calidad de vida participación salud hábitos saludables bienestar social ciudadanía estilos de vida redes familia entorno acción intersectorialidad comunicación integración cercanía objetivos alimentación actividad física recursos sanitarios adicciones salud emocional salud ambiental accesibilidad infancia juventud hombres y mujeres personas mayores personas con discapacidad calidad de vida participación compromiso salud hábitos saludables actividad física ciudadanía recursos sanitarios redes familia entorno acción intersectorialidad comunicación integración cercanía objetivos infancia alimentación actividad física recursos sanitarios adicciones salud emocional salud ambiental accesibilidad infancia juventud hombres y mujeres personas mayores personas con discapacidad calidad de vida participación salud emocional hábitos saludables bienestar social ciudadanía estilos de vida redes familia entorno acción intersectorialidad comunicación integración juventud objetivos actuaciones alimentación personas mayores recursos sanitarios adicciones salud emocional salud ambiental accesibilidad infancia juventud hombres y mujeres personas mayores personas con discapacidad calidad de vida accesibilidad salud

Exemo. Ayuntamiento de Aracena

Plan Estratégico de Salud

Aracena, 2013 - 2017

- **PRESENTACIÓN.**

- **PREÁMBULO.**

  Marco Teórico.

  Marco Legislativo.

  Metodología.

- **MARCO DE ACCIÓN.**

  Objetivo General.

  Áreas Prioritarias de Actuación.

  Áreas Transversales.

    Línea Estratégica: Alimentación Saludable.

    Línea Estratégica: Actividad Física.

    Línea Estratégica: Recursos Sanitarios.

    Línea Estratégica: Adicciones.

    Línea Estratégica: Salud Emocional.

    Línea Estratégica: Salud Ambiental y Accesibilidad.

  Áreas Sectoriales.

    Línea Estratégica: Infancia.

    Línea Estratégica: Juventud.

    Línea Estratégica: Hombres y Mujeres.

    Línea Estratégica: Personas Mayores.

    Línea Estratégica: Personas con Discapacidad.

- **AGENTES.**

- **SEGUIMIENTO y EVALUACIÓN.**

- **ANEXOS.**

SALUD LOCAL Aracena

Presentación.

"El objeto del gobierno es la felicidad de la Nación, puesto que el fin de toda sociedad política no es otro que el bienestar de los individuos que la componen"

Constitución Española de 1.812, art. 13.

Tal como fijaban con acierto hace poco más de 200 años las Cortes de Cádiz, toda sociedad debe buscar la felicidad y el bienestar de cuantos la integran, siendo ese el fin principal del Plan Estratégico de Salud que aquí presentamos, ya que sin salud, entendida en la más amplia de sus acepciones, no es posible que ninguna persona se sienta bien, ni sea feliz.

Tradicionalmente, las políticas de salud desarrolladas por las administraciones competentes (estatal y autonómica, en nuestro caso) han tenido un carácter reparativo, es decir, de atención a la enfermedad a través de un sistema sanitario cuyo carácter público, universal y gratuito y cuya calidad debemos de preservar y mejorar, aún en momentos de dificultad económica como el actual. Sin embargo, en los últimos años, y ante la certeza de que en torno al 50% de las patologías podrían evitarse cuidando nuestros hábitos y estilos de vida, se ha ido tomando conciencia de la importancia de la prevención, de que atajar las causas de la enfermedad, para evitar que esta aparezca o minimizar sus efectos, es más rentable, en términos de ahorro económico, para el Sistema Público de Salud, pero, más aún, en términos de ahorro de sufrimiento y de aumento del bienestar, para las personas.

Y es justamente ahí, en las políticas preventivas, donde el papel de las corporaciones locales, como administración más cercana al ciudadano, adquiere un papel más relevante y necesario. Con esa convicción, nuestro Ayuntamiento ha sido pionero en la puesta en marcha de programas dirigidos a la promoción de la salud a través de la divulgación, la formación y el fomento de conductas saludables, proporcionando a la población aracenense herramientas y recursos para mejorar su calidad de vida.

Consecuencia de todo ello y de la voluntad de avanzar, es este Plan Estratégico de Salud que aquí presentamos, elaborado desde la experiencia del camino recorrido pero, sobre todo, con la participación y el consenso de los agentes locales que, desde variadas perspectivas, actúan en el ámbito de la salud en nuestro municipio, y cuyo trabajo y colaboración quiero agradecer expresamente.

A ellos y a todas y todos los aracenenses os convoco desde aquí a seguir trabajando juntos para lo que, sin duda, será más importante: desarrollar los contenidos de este plan y alcanzar sus objetivos, porque de ello dependerá que Aracena, con sus aldeas, sea una ciudad más saludable, con mejores niveles de salud física, psíquica y emocional y con mayores oportunidades para vivir mejor y ser feliz.

Manuel Guerra González. Alcalde de Aracena.

Exmo. Ayuntamiento de Aracena

Preámbulo

4

SALUD LOCAL Aracena

- Plan Estratégico de Salud -

Marco Teórico.

La Salud Pública se define como "el esfuerzo organizado por la sociedad para prevenir la enfermedad, proteger, promover y restaurar la salud, y prolongar la vida", tiene la misión de "trabajar por mejorar la salud de la población".

Las sociedades desarrolladas hemos alcanzado un nivel de salud importante, ahora nos enfrentamos a un nuevo modelo de vida y de crecimiento donde los problemas reclaman nuevas respuestas.

Hemos creado una sociedad en la que lo importante es el "aquí" y "ahora", en la que la información, el consumo y las comunicaciones marcan el eje de nuestros estilos de vida; y en la que aparecen nuevas formas de desigualdad y exclusión social.

En lo que respecta a la salud, la ciudadanía demanda tener acceso a una atención sanitaria de calidad que resuelva sus problemas de salud y vivir en un entorno saludable.

Aunque podemos hablar de tradición democrática municipal consolidada, el objetivo es garantizar la continuidad de las políticas de mejora de la salud y la calidad de vida de la ciudadanía.

Para ello es necesario contribuir en torno a los cuatro grandes determinantes de la salud: el sistema sanitario, el medioambiente (físico y social), la genética, y los estilos de vida, de forma coordinada con otros sectores e instituciones en diferentes líneas de trabajo:

- La creación de las condiciones de vida de la población más favorecedoras para la salud.

- Promover las conductas individuales y estilos de vida más saludables.
- Luchar contra la enfermedad y minimizar la pérdida de la salud.

Este proceso va a requerir cambios en los distintos niveles del sistema tanto al nivel más local como del Sistema Sanitario Público de Andalucía, integrando la perspectiva innovadora de la salud pública y desarrollando la perspectiva intersectorial y social de los servicios de salud.

En este contexto, se concibe un campo de trabajo local, en el espacio de encuentro más cercano a la ciudadanía, donde ésta desarrolla su convivencia, establece sus relaciones y construye su entorno.

Es además donde los ciudadanos y ciudadanas toman sus decisiones sobre los aspectos determinantes de su salud a nivel individual, familiar y colectivo.

Es el lugar que sirve de soporte a las iniciativas económicas y empresariales, siendo el ámbito local en donde se adoptan ciertas decisiones y medidas en materia de protección de la salud.

En el municipio de Aracena confluyen una serie de factores que favorecen las actuaciones coordinadas en materia de salud, como son:

- El Ayuntamiento cuenta con una Concejalía de Salud, que da cobertura al proyecto de trabajo.
- El movimiento asociativo es muy dinámico y colaborador.
- Tiene experiencia en el trabajo local en Red y en otros programas como la Red de Ciudades Saludables, la Red de Ciudades ante las Drogas.
- Existen diferentes órganos intersectoriales en materia de género y juventud que facilitan la participación interconectada de agentes de distintas instituciones.

- Cuenta con 3 Consejos de Participación Ciudadana: Consejo Local de Bienestar Social, Consejo Municipal de Salud y Consejo Municipal Escolar, por lo que la dinámica de colaboración y participación desde distintos sectores en proyectos comunes tienen recorrido entre los/as ciudadanos/as, entidades y agentes clave de la comunidad.

De esta manera, el Plan Estratégico de Salud de Aracena supone un instrumento eficaz del que dispone la Administración Local para poder llevar a cabo políticas de modificación de los determinantes de salud y constituye un espacio de coordinación de esfuerzos e iniciativas que entidades y ciudadanos de la localidad realizan por mejorar su propia salud.

Marco Legislativo.

En el marco internacional, el reconocimiento del poder de acción local en la promoción de ciudades saludables, ha generado en Europa un movimiento de articulación de los alcaldes y representantes locales que se expresó a través de un conjunto de declaraciones, de compromiso de estas autoridades europeas con la promoción de la salud para todos. El esfuerzo estaba basado en principios de sostenibilidad, igualdad, cooperación multisectorial, participación, rendición de cuentas y solidaridad1 (Fleury, 2005).

La **Carta Europea de Autonomía Local**2 identifica en los municipios la capacidad de ordenar y gestionar bajo la propia responsabilidad una parte sustancial de los

1 The Milan Declaration on Healthy Cities, 1990; The Athens Declaration for Healthy Cities, 1998; Mayor's Statement of the WHO Healthy Cities Network in Phase II, Denmark, 2000; The Belfast Conference, 2003

2 Consejo de Europa: Carta Europea de la Autonomía Local, hecha en Estrasburgo el 15 de octubre de 1985. Ratificada por España el 20 de enero de 1988 (BOE núm. 47, de 24 de febrero de 1989)

asuntos públicos mediante el impulso de políticas propias. Esto se sustenta sobre el ejercicio del liderazgo político del gobierno local para que tanto los actores públicos como privados, desde sus propios ámbitos, formen una red capaz de hacer competitivo el territorio y de dar una respuesta adaptada a la realidad de la sociedad a la que representa. Su ratificación por parte del Reino de España implica a toda la municipalidad del Estado.

En Andalucía, la **Ley de Salud** (1998), representa un marco legislativo más amplio para la administración sanitaria en materia de protección de la salud de los ciudadanos y ciudadanas, con el que, además, se pretende regular el campo de actuación y relación con el sector privado, siempre dentro del ámbito competencial de la administración local. Con ella se potencia el papel de los municipios, con el principal objetivo de regular las actuaciones que hacen efectivos los derechos y deberes de la ciudadanía respecto al sector salud, se fomenta la participación, y consecuentemente la corresponsabilidad en el derecho a la protección de la salud.

El **Estatuto de Autonomía Andaluz** (2007), con un gran espíritu municipalista y social, es el que confiere a los Ayuntamientos un mayor protagonismo y, sobre todo, establece que las competencias propias que les son asignadas deben conllevar la necesaria suficiencia financiera. Esto significa una apuesta de adecuación a una sociedad más actual, en la que la ciudadanía goce de muchos más derechos en los que trabajar de forma cercana y activa, de ahí que el mayor protagonismo de los Ayuntamientos sea algo previsible.

La **Ley de Salud Publica de Andalucía** (2011), en su preámbulo, recalca la importancia de impulsar las competencias y el liderazgo de los municipios en el desarrollo de la acción local en salud, como estrategia para mejorar la salud de la ciudadanía y hacer factible su participación real. Para ello, esta ley establece como instrumento el Plan Local de Acción en Salud que, partiendo de la valoración de la situación de salud local, plantea las acciones concretas, adaptadas al espacio territorial donde se desenvuelve la vida de las personas, con implicación intersectorial y con la participación real de la población que va a ser protagonista.

Finalmente, señalar que la **Ley de Autonomía Local de Andalucía** (2010), en su artículo 9.13, recoge las competencias de los municipios en relación con la promoción, defensa y protección de la salud pública, incluyendo en su primer apartado la elaboración, aprobación, implantación y ejecución del Plan Local de Salud.

Metodología.

La elaboración de este Plan Estratégico de Salud se ha basado en la organización, coordinación y planificación, y se ha desarrollado en las siguientes fases:

A) Fase de **identificación** de problemas de salud.

Esta tiene como fin identificar los principales problemas de salud que afectan a la ciudadanía de Aracena, y por lo tanto, los que debería abordar el Plan. Para ello, se han conjugado informes técnicos con la opinión que tienen los distintos colectivos de ciudadanos/as y profesionales de distintos sectores de Aracena.

El estudio técnico consiste en un informe de salud, realizado por la Unidad de Gestión Clínica de prevención, promoción y vigilancia de la Salud del Área Sanitaria Norte de Huelva (Anexo 1).

El estudio de la opinión de los distintos colectivos acerca de los principales problemas de salud de Aracena se ha realizado a través de dos herramientas:

- Un cuestionario elaborado ex profeso (Anexo 2) por parte de la

comisión ejecutiva, que fue distribuido entre los diversos sectores de la población, teniendo en cuenta que representaran a personas de distintas edades, sexo, asociaciones y sectores profesionales implicados en la salud pública municipal.

- Un grupo nominal (técnica aplicada en la investigación cualitativa) que se sustancia en la generación de un debate abierto sobre los problemas de salud de la población, que se realizó entre personas elegidas por su posición como agentes clave entre la ciudadanía, por su capacidad de argumentación, por su labor relacionada con la salud, y por su actitud proactiva hacia los temas de salud. Esta segunda técnica permite complementar los resultados extraídos de la primera, dotándolos de significación y añadiendo discurso explicativo a la frialdad de los datos.

B) Fase de **priorización** participativa.

Una vez identificados los principales problemas de salud, se solicitó a los miembros del Consejo Municipal de Salud que los priorizaran siguiendo un sistema de valoración de los mismos a través de los siguientes criterios:

- Factibilidad.
- Importancia para el proyecto.
- Riesgos que se corren si no se hace nada.
- Visibilidad del problema.
- Posibilidad de cambio.

Se pidió a los componentes del Consejo que puntuaran cada uno de los criterios (con un mínimo de 1 punto y un máximo de 5) para cada problema de salud identificado. Con este procedimiento se obtuvo un valor promedio de los resultados de todos los criterios y de la estimación de todos los miembros del Consejo. Este valor promedio de todos los componentes se incorporó al modelo como factor multiplicador de las frecuencias de identificación, lo que permitió

discriminar entre los problemas identificados por la población en función de criterios operativos, que situarán en las posiciones de máxima prioridad aquellos ítems que reúnan todos los criterios o su mayor parte. Priorización resultante:

1. Patologías relacionadas con determinantes sociales de salud.
2. Adicciones.
3. Problemas juveniles.
4. Estilos de vida.
5. Salud emocional.
6. Problemas Centro de Salud.
7. Salud ambiental.
8. Uso inadecuado recursos sanitarios.
9. Colectivos vulnerables.
10. Coyuntura socioeconómica.

C) Fase de **diseño** del marco de acción.

Una vez realizada la identificación y priorización de problemas, la comisión ejecutiva ha diseñado un documento-borrador del marco de acción del nuevo plan de salud, traduciendo los problemas de salud en las líneas estratégicas del plan y proponiendo actuaciones generales para desarrollarlas. Este documento ha sido presentado a los grupos de trabajo sectoriales, y se han integrado sus propuestas.

D) Fase de **aprobación**.

La siguiente fase ha consistido en la presentación del borrador del Plan Estratégico de Salud al Consejo Municipal de Salud para recoger sus aportaciones y aprobar su contenido. Consejo celebrado el día 13 de diciembre de 2012.

Exmo. Ayuntamiento de Aracena

Marco de Acción

12

SALUD LOCAL Aracena

- Plan Estratégico de Salud -

Objetivo General.

Mejorar la salud y la calidad de vida de los ciudadanos y ciudadanas de Aracena.

Áreas Prioritarias de Actuación.

Áreas Transversales

Alimentación Saludable

Actividad Física

Recursos Sanitarios

Adicciones

Salud Emocional

Salud Ambiental y Accesibilidad

Áreas Sectoriales

Infancia

Juventud

Hombres y Mujeres

Personas Mayores

Personas con Discapacidad

Áreas Transversales.

Línea Estratégica: ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Descripción: La mala cultura alimentaria sigue siendo uno de los problemas identificados por los ciudadanos y las ciudadanas de Aracena; la alimentación ha cambiado notablemente en las últimas décadas y se orienta hacia un patrón menos saludable. Algunos estudios recientes ponen de manifiesto cómo el consumo promedio de grasas saturadas y de colesterol de la población española sobrepasa las recomendaciones de una dieta prudente.

La actual tendencia a la obesidad y a otras enfermedades ligadas a una mala alimentación continúa en ascenso imparable; por ello es preciso abordar las graves consecuencias de esa cultura alimentaria que se va generalizando en nuestro medio.

Es difícil eliminar las influencias negativas de los factores macroambientales (publicidad engañosa, intereses de la industria alimentaria, ...) pero se podrá modificar y contrarrestar sus efectos a través de una acción educadora de carácter general. Educar desde los primeros meses modificando los hábitos nutricionales inadecuados presentes en el ámbito familiar y social es apuntar hacia el cambio social y cultural necesario para mejorar la salud y la calidad de vida de toda la población.

Objetivo General: Concienciar a la población de Aracena de la importancia de la alimentación como determinante de la salud y de la calidad de vida de las personas.

Objetivos Específicos:

- Educar para una alimentación saludable.
- Difundir los beneficios de la alimentación equilibrada así como aquellas recomendaciones concretas para conseguirlo.
- Ampliar la oferta de menús saludables en el sector de la hostelería.

Actuaciones Propuestas:

- Desarrollar programas de formación en nutrición y alimentación.
- Campañas informativas en los medios de comunicación.
- Marca Establecimiento Saludable.

Línea Estratégica: ACTIVIDAD FÍSICA

Descripción: Existe una sólida evidencia científica acerca de los efectos beneficiosos para la salud de la práctica regular de actividad física en las personas. Además se ha demostrado que los efectos beneficiosos de la actividad física siempre van a presentarse y son independientes del sexo, etnia o edad de la persona. Actualmente esta idea está bastante extendida y reconocida por buena parte de la población. Sin embargo, todavía son muchas las personas que por diversos motivos (ambiental, psicológico, laboral) no asumen la necesidad de implicarse en su práctica regular, o bien les resulta dificultoso iniciarse o mantenerse en la misma. Paralelo a ello, predominan los estilos de vida de marcado carácter sedentario (electrodomésticos, la utilización de ascensores,

escaleras mecánicas y vehículos de transporte y en relación con el ocio, la adherencia a la televisión, el ordenador, Internet, la videoconsola y otros esparcimientos sedentarios).

Como aspecto favorable es necesario señalar el marco incomparable que ofrece Aracena a las personas que desean realizar distintas actividades físicas: desde los senderos y parajes que ofrece el municipio y alrededores, hasta el amplio abanico de instalaciones deportivas existentes: piscina climatizada, campos de deportes colectivos, pistas de atletismo, gimnasio al aire libre, etc.

A esto hay que unir el extenso programa de actividades físicas que desarrolla el Patronato Municipal de Deportes, en donde se contemplan actividades adaptadas a todas las edades.

Objetivo General: Promocionar la práctica de actividad física entre los ciudadanos y las ciudadanas de Aracena como medida para prevenir la enfermedad y mejorar la calidad de vida.

Objetivos Específicos:

- Facilitar la práctica de actividades físicas.

Actuaciones Propuestas:

- Potenciar los programas de actividades deportivas de las distintas entidades.
- Puesta en marcha de actividades físicas a practicar en familia.
- Identificación, catalogación y señalización de rutas saludables.
- Realizar actividades de formación e información comunitaria sobre la importancia del ejercicio físico.

Línea Estratégica: RECURSOS SANITARIOS

Descripción: Las personas usuarias del sistema sanitario deben concienciarse de que los recursos sanitarios son limitados y que deben implicarse en el buen uso de los mismos para contribuir a que la sanidad mejore día a día, teniendo el deber de hacer un uso adecuado de las prestaciones sanitarias. La utilización correcta, adecuada y responsable de los recursos, los servicios y las prestaciones que ofrece el sistema sanitario, que se fundamenta tanto en motivos de solidaridad social como en razones de eficiencia económica en la asignación de los recursos, es un deber de todos/as los/as ciudadanos/as. En un contexto de recursos limitados, la exigencia de que los recursos se utilicen de forma correcta y adecuada a las necesidades responde a un principio de justicia. Este principio de justicia tiene que contribuir a la equidad efectiva del sistema sanitario y a su sostenibilidad futura.

En cuanto a los medicamentos, su uso excesivo, insuficiente o indebido tiene efectos nocivos para el paciente y constituye un desperdicio de recursos, la OMS calcula que más de la mitad de los medicamentos se prescriben, dispensan o venden de forma inapropiada, y que la mitad de los pacientes no los toman correctamente. Este uso incorrecto puede adoptar la forma de un uso excesivo, insuficiente o indebido de medicamentos de venta con o sin receta. De aquí que se deba incidir especialmente en esta problemática.

Objetivo General: Fomentar el uso responsable de los recursos sanitarios.

Objetivos Específicos:

- Concienciar a los ciudadanos y las ciudadanas de que los recursos sanitarios son limitados y que deben implicarse en el buen uso de los mismos.

- Promover el uso de medicamentos en condiciones de responsabilidad, efectividad y seguridad.

Actuaciones Propuestas:

- Divulgar acciones de prevención, promoción y protección de la salud.
- Actividades de formación e información sobre salud, utilización de los recursos sanitarios y uso adecuado de medicamentos.
- Establecer líneas de coordinación con el equipo de atención primaria del Centro de Salud.

Línea Estratégica: ADICCIONES

Descripción: Las adicciones son un problema de principal importancia en la sociedad actual. El origen de las mismas es multifactorial, entre los que podemos mencionar factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales. Según los expertos las adicciones no pueden limitarse exclusivamente a las conductas generadas por sustancias químicas, como los estimulantes, los alucinógenos, la nicotina o el alcohol. De hecho, existen hábitos de conducta aparentemente inofensivos que pueden convertirse en adictivos e interferir gravemente en la vida cotidiana de las personas afectadas, por ejemplo: juegos de azar, relaciones personales, comida, sexo, ... Con este enfoque pretendemos abordar un problema (el de las conductas adictivas) atendiendo a la tendencia y realidad actual.

Para trabajar el tema de las adicciones es fundamental educar y participar en las actividades preventivas. La prevención es una tarea fundamental para evitar el desarrollo de adicciones. Las acciones de prevención buscan, en términos

generales, dotar a las personas de las herramientas necesarias para que sean conscientes de los riesgos que conlleva las adicciones y puedan, libremente, rechazarlas.

Objetivo General: Prevención de adicciones y promoción de conductas saludables.

Objetivos Específicos:

- Ofrecer herramientas y recursos a la ciudadanía para la prevención y tratamiento de las adicciones.

Actuaciones Propuestas:

- Promover y difundir los programas de deshabituación tabáquica y otras adicciones puestos en marcha por el Centro de Salud, el Servicio de Atención a las Drogodependencias y Adicciones y otras entidades.
- Realizar actividades informativas/formativas sobre las adicciones.
- Impulsar los programas preventivos en el ámbito educativo.

Línea Estratégica: SALUD EMOCIONAL

Descripción: En la actualidad para nadie es un secreto el papel que juegan las emociones humanas en la concepción de la salud integral, y desde luego, en el desarrollo de las enfermedades. La Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) afirma que más del 90% de las enfermedades tienen un origen psicosomático, de hecho, las características de personalidad, el manejo de las emociones y la manera de lidiar con el estrés, conflictos, fracasos y frustraciones pueden

potenciar o desarrollar diversas enfermedades.

La salud emocional es el manejo responsable de los sentimientos, pensamientos y comportamientos; reconociéndolos, dándoles un nombre, aceptándolos, integrándolos y aprovechando la energía vital que generan para que estén al servicio de los valores.

El equilibrio emocional hace que las personas se sientan bien consigo mismas y tengan buenas relaciones con los demás, creando un ambiente favorable para enfrentar los problemas, el estrés y los conflictos de la vida cotidiana. Parte de la salud integral de cualquier persona es la parte emocional, que debe mantenerse sana al igual que la parte física.

Objetivo General: Contribuir al bienestar emocional, psíquico y social de las personas.

Objetivos Específicos:

- Dotar a las personas de las herramientas necesarias para afrontar de forma adecuada los retos, desafíos y dificultades que se presentan en la vida.
- Reforzar los recursos y habilidades de madres y padres para facilitar el desarrollo positivo e integral de sus hijos e hijas.
- Promover la participación activa de los/as ciudadanos/as en actividades que favorezcan la salud integral.

Actuaciones Propuestas:

- Actividades formativas dirigidas a mejorar las capacidades de las personas para manejar sus emociones y afrontar las dificultades de la vida.

- Promocionar las actividades que se realizan en la localidad para el bienestar físico, psíquico y social de las personas.

Línea Estratégica: SALUD AMBIENTAL Y ACCESIBILIDAD

Descripción: En los últimos años, asistimos a un aumento de la inquietud de los/as ciudadanos/as ante las posibles implicaciones sanitarias derivadas de problemas medioambientales. Salud y el medio que nos rodea están íntimamente relacionados; el aire que respiramos, el agua que bebemos, el entorno de trabajo o el interior de los edificios tienen una gran implicación en nuestro bienestar y nuestra salud.

La OMS define la salud ambiental como "el conjunto de aspectos de la salud humana que están condicionados por factores ambientales físicos, químicos, biológicos, sociales y psicosociales". La OMS confirma que la cuarta parte de la morbilidad mundial depende de factores ambientales y que ambientes saludables contribuyen a la prevención de múltiples enfermedades. Por este motivo, la calidad y la salubridad de nuestro entorno son vitales para una buena salud.

En cuanto a la accesibilidad, es preciso destacar que referida al entorno urbano es concebida ya como una condición que deben cumplir los espacios, servicios y equipamientos municipales para garantizar su uso y disfrute de forma cómoda, segura y autónoma a todos/as los/as ciudadanos/as en igualdad de condiciones. Es indispensable e imprescindible, ya que se trata de una condición necesaria para la participación de todas las personas independientemente de las posibles limitaciones funcionales que puedan tener, de forma temporal o permanente. Y no solamente se trata de personas que padecen algún tipo de

discapacidad sino que también se ven afectada gravemente: personas mayores, personas con carritos de niños, mujeres embarazadas, personas que trasladan bultos o equipajes, personas obesas o con dificultad para desplazarse, niños/as, personas con lesiones porque han sufrido algún tipo de percance, y en general toda la población, porque todos/as estamos sujetos/as a padecer alguna discapacidad en algún momento de nuestra vida. Apostar por una ciudad accesible, es apostar por una mayor calidad de vida, en medida que los equipamientos, servicios y espacios son más cómodos, más seguros y más fáciles de usar y por lo tanto, promueven la autonomía de las personas.

Objetivo General: Prevenir aquellos factores en el medio ambiente y entorno urbano que puedan potencialmente afectar adversamente la salud.

Objetivos Específicos:

- Promover un medio ambiente saludable.
- Apostar por una ciudad accesible, garantizando así la no discriminación por razón de edad, discapacidad o características funcionales de las personas.

Actuaciones Propuestas:

- Favorecer la puesta en marcha de las medidas integradas en el Plan de Acción Medioambiental.
- Seguimiento del Plan Municipal de Accesibilidad.
- Campañas de concienciación a la población en general a favor de una ciudad más accesible, insistiendo en el respeto a los derechos de las personas con movilidad reducida.

Áreas Sectoriales.

Línea Estratégica: INFANCIA

Descripción: La infancia representa una etapa decisiva de la vida. Es crucial en el desarrollo de las capacidades físicas, intelectuales y emotivas de cada niño y niña, y es la etapa más vulnerable del crecimiento, puesto que es la etapa en la que los humanos muestran gran dependencia, motivo por el cual requieren especial protección.

La responsabilidad del adulto y de la sociedad frente a la infancia consiste en favorecerle la experiencia vital y la mejora de la realidad en que vive, asegurando su crecimiento, desarrollo de sus potencialidades y protegiéndola a todos los niveles: físicos, psíquicos, educativo, social y emocional.

Las características que se dan en la infancia suelen ser reflejo de la sociedad en que vivimos los adultos. De hecho, en esta etapa, se asumen los valores y principios que le transmitimos en la mayoría de los ámbitos que les afectan: familiar, social, educativo, cultural y sanitario.

Por tanto no es extraño que los principales problemas de salud detectados en esta etapa de la vida serán similares a los que padece el resto de la sociedad: alimentación poco saludable, vida sedentaria, frustración por las cambiantes situaciones socioeconómicas que pueden sufrir las familias, etc. A todos ellos hay que darles una respuesta que sea, en la medida de lo posible, saludable para que el desarrollo integral de los niños y niñas se haga efectivo.

Objetivo General: Promover que los niños y las niñas adquieran hábitos de vida saludables.

Objetivos Específicos:

- Introducir la actividad física en las acciones habituales de los/as niños/as.
- Impulsar la práctica de actividad física.
- Mejorar la coordinación de los programas de prevención de la obesidad infantil que se desarrollan en el medio educativo y en el sanitario.
- Promover la alimentación saludable en las edades tempranas.
- Impulsar la atención y participación de los/as niños/as mediante una actuación integrada y polivalente.

Actuaciones Propuestas:

- Programa “ir al cole juntos”.
- Programas Deportivos del Patronato de Deportes.
- Diseño de espacios para juegos en las calles y parques públicos.
- Actuaciones comunitarias sobre obesidad infantil.
- Impulsar los programas de alimentación saludable y actividad física existentes para el medio educativo (programa alimentación saludable, programa fruta y verdura, comedores saludables...).
- Elaboración del Plan Municipal de Infancia.

Línea Estratégica: JUVENTUD

Descripción: Si bien el estado de salud de los jóvenes es globalmente satisfactorio, aspectos tales como la nutrición, la actividad física, el abuso de alcohol y la salud sexual y mental siguen siendo motivo de preocupación. Explorar la relación entre salud y juventud hoy conlleva revisar ciertos temas, como la actividad física, la salud mental y la promoción de estilos de vida saludables. En este contexto, es esencial promover un modo de vida sano, adoptar medidas de prevención y tomar en consideración las cuestiones de género.

Determinados factores vinculados a las condiciones de vida pueden poner en peligro la salud y el bienestar de los jóvenes. Un entorno físico y social sano es fundamental para el desarrollo de la salud de los jóvenes.

Existen fuertes interacciones entre la salud y el bienestar de los jóvenes, y su inclusión social y nivel educativo. Por lo tanto, es importante sensibilizar a los jóvenes respecto de los efectos positivos de un modo de vida sano, y ayudarlos a hacerse más responsables de su propia salud y a aumentar su autonomía en este sentido.

Objetivo General: Promover la capacitación y formación de los/as jóvenes de Aracena en hábitos y conductas saludables.

Objetivos Específicos:

- Acercar la promoción de salud a los lugares frecuentados habitualmente por los/as jóvenes.
- Involucrar a los/as jóvenes en actividades de formación, mediación y promoción de hábitos de vida saludable dirigidas a sus iguales.

- Establecer medidas para la participación social de los jóvenes.
- Dotar a los jóvenes de las herramientas necesarias para que sean conscientes de los riesgos que conllevan las conductas de riesgo para la salud.
- Fomentar los espacios juveniles.
- Prevenir el desarrollo de adicciones.

Actuaciones Propuestas:

- Seguir trabajando en el Programa Forma Joven.
- Elaboración de un Plan de Formación de Mediadores Juveniles en coordinación con la Casa de la Juventud, el Instituto, las instituciones de la localidad con competencia en materia de formación en valores de jóvenes y otras entidades como el Instituto Andaluz de la Juventud, Diputación, ...
- Talleres para jóvenes (sexualidad, adicciones, ...) .
- Seguir ofreciendo el recurso de la Casa de la Juventud como espacio de ocio alternativo y encuentro de jóvenes.
- Potenciar la creación de un grupo de voluntarios deportivos y sociales, estableciendo líneas de coordinación entre el Servicio de Juventud, Cruz Roja y Patronato de Deportes.
- Velar por el cumplimiento de la legislación vigente sobre el acceso de los menores de edad a bebidas alcohólicas.
- Utilizar y difundir los estudios existentes sobre estilos de vida en jóvenes a la hora de planificar las actividades.

- Impulsar el desarrollo del Programa "a no fumar me apunto" en el Instituto.

- Continuar desarrollando las líneas de trabajo establecidas en el 1er Plan de Juventud de Aracena.

Línea Estratégica: HOMBRES Y MUJERES

Descripción: Una sociedad sostenible es la que tiene en cuenta las necesidades de los seres humanos y su calidad de vida. En ese sentido, la igualdad de género no es un asunto que pretenda beneficiar exclusivamente a las mujeres. La igualdad de género es un requisito irrenunciable para la construcción de un modelo social igualitario que apuesta por la sostenibilidad social y la calidad de vida.

Es evidente que hay que reorganizar la estructura social a fin de que las personas puedan compatibilizar sus tiempos para atender todas sus responsabilidades. Se trata de conseguir que la conciliación signifique poder hacer compatible tener familia, tener trabajo y disponer de tiempo libre, para ambos sexos. O lo que es lo mismo, que hombres y mujeres puedan conciliar sus vidas porque comparten los espacios y los tiempos, especialmente los que implican atención a terceras personas, desde la corresponsabilidad. Y una apuesta más ambiciosa aún, que haya tiempo personal para ambos. Para esto es imprescindible implicar a los hombres y a las mujeres, fomentando los encuentros y la formación como personas, como pareja, como padres, etc.

Y aunque ésta sea la línea principal de trabajo, no podemos obviar un problema que sigue afectando gravemente a las mujeres: la violencia de género. Hay que fomentar las relaciones saludables con actuaciones que promuevan la igualdad y el respeto entre hombres y mujeres.

Objetivo General: Promover el desarrollo integral como personas de los hombres y mujeres de Aracena para avanzar hacia una sociedad mas igualitaria, saludable y humana.

Objetivos Específicos:

- Fomentar la equidad entre hombres y mujeres.
- Dotar a las parejas de las herramientas necesarias para conseguir una relación de pareja saludable.
- Propiciar espacios donde trabajar estrategias y herramientas individuales para afrontar de manera correcta problemáticas y dificultades personales y sociales.
- Reforzar el potencial educativo de las familias.
- Mejorar la atención a mujeres víctimas de violencia de género.

Actuaciones Propuestas:

- Desarrollar actividades encaminadas a promocionar la igualdad y favorecer encuentros entre hombres y mujeres.
- Desarrollar actuaciones formativas relacionadas con la vida en pareja: comunicación, sexualidad, resolución de conflictos, corresponsabilidad de las obligaciones domésticas, ...
- Actividades formativas dirigidas a mejorar las capacidades de madres y padres en la educación de sus hijos/as.
- Taller de Habilidades Sociales.

- Atención Psicológica a Mujeres Víctimas de Malos Tratos.
- Taller de Apoyo Psicológico "cuidarse como cuidador/a".
- Taller de Gestión de Recursos para Familias Desfavorecidas.
- Impulsar las Escuelas de Familia.
- Sensibilización de los profesionales que atienden a víctimas de violencia de género.

Línea Estratégica: PERSONAS MAYORES

Descripción: Las personas mayores representan un sector creciente en las sociedades desarrolladas. Es un gran desafío poder responder a sus necesidades de atención en salud, relaciones o pensiones, pero no lo es menos que sigan activos y aportando a su entorno la valiosa experiencia de sus años. Según la OMS el envejecimiento activo es aquel en el que se aprovechan al máximo las oportunidades para tener un bienestar físico, psíquico y social durante toda la vida. El objetivo es extender la calidad y esperanza de vida a edades avanzadas.

Hay aspectos determinantes que inciden en el envejecimiento activo; algunos tienen que ver con la persona, como la genética y los factores psicológicos; otros se relacionan con la conducta, como el tabaquismo, la actividad física, la alimentación sana o el consumo de alcohol. Es por ello que las personas tienen que tomar consciencia de que, en parte, son actores y responsables de su propio envejecimiento, y que por tanto, deben aprender a potenciar sus capacidades respondiendo a un envejecimiento activo en los cuidados de su cuerpo y su mente, desarrollar la participación social, impulsar la solidaridad intergeneracional y continuar creando y formando parte de la sociedad actual.

Objetivo General: Promover el envejecimiento activo.

Objetivos Específicos:

- Promover el bienestar y la calidad de vida de las personas mayores.
- Conseguir una imagen objetiva y real de personas mayores útiles, activas y saludables.

Actuaciones Propuestas:

- Establecer líneas de coordinación socio-sanitaria con el Equipo de Atención Primaria del Centro de Salud para impulsar medidas de promoción de hábitos saludables.
- Crear programas para la prevención y el tratamiento de problemas que afectan a las personas mayores: taller de memoria, ...
- Divulgar el Programa de Termalismo Social del Imserso por su eficacia preventiva y terapéutica entre las personas mayores.
- Potenciar las actividades sanitarias, culturales, deportivas, y otras, para el mantenimiento de las facultades físicas y psíquicas en los/as mayores.
- Desarrollar el II Plan Integral de Personas Mayores.

Línea Estratégica: PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Descripción: La discapacidad es un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias y las barreras debidas a la actitud y al entorno que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás. Hoy por hoy, una de las dificultades más grandes a las que se enfrentan las personas con discapacidad sigue siendo la de trascender los prejuicios y los estereotipos que reducen o cancelan las oportunidades de acceso a una cotidianidad que les permita integrarse de manera efectiva a una vida social de carácter regular. La inclusión de todos los miembros de una sociedad, y la aceptación de su diversidad es un valor intrínseco de la misma que potencia su cohesión y enriquecimiento social.

Los principios que establece la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad tienen que ser la base de todo el trabajo que se realice con este sector de población: - el respeto de la dignidad inherente a la persona con discapacidad materializándose en la promoción y defensa de la autonomía individual en todos los campos de la actividad humana, incluida la libertad de tomar las propias decisiones y la independencia de las personas en los distintos marcos sociales de actuación. - la participación e inclusión plenas y efectivas en la sociedad, continuando el camino hacia la accesibilidad universal y estableciendo el principio de no discriminación para todas las personas con discapacidad - el respeto por la diferencia y la aceptación de las personas con discapacidad como parte de la diversidad y la condición humanas. - el respeto a la evolución de las facultades de los niños y las niñas con discapacidad y de su derecho a preservar su identidad y desarrollarse plenamente.

Objetivo General: Mejorar la calidad de vida y promover el bienestar de las personas con discapacidad, teniendo en cuenta sus necesidades específicas.

Objetivos Específicos:

- Promover la autonomía e integración laboral de las personas con discapacidad.

- Favorecer las oportunidades que permitan la mayor integración, normalización y participación activa de las personas con discapacidad en la sociedad.
- Promover la toma de conciencia respecto de las capacidades y aportaciones de las personas con discapacidad.

Actuaciones Propuestas:

- Establecer medidas que originen una integración laboral real de las personas con discapacidad.
- Facilitar y promover la participación de personas con discapacidad en actividades deportivas, sociales y culturales.
- Desarrollar campañas de sensibilización social.

Exmo. Ayuntamiento de Aracena

Agentes

33

SALUD LOCAL Aracena

- Plan Estratégico de Salud -

- Área de Igualdad y Bienestar Social del Ayuntamiento de Aracena.
- Unidad de Gestión Clínica Aracena.
- Área de Gestión Sanitaria Norte de Huelva.
- Asociaciones relacionadas con la salud: Asociación de Lucha Contra el Cáncer – Asociación de Lucha Contra Las Drogas – Asociación de Enfermos de Fibromialgia – Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y Otras Demencias – Asociación MASA.
- Cruz Roja.
- Asociaciones de Mujeres.
- Asociación "Hombres por la Igualdad".
- Asociación Hogar del Pensionista "Las Maravillas".
- Asociaciones de Madres y Padres de Alumnos/as.
- Centros Educativos: Guardería "La Jara" - Guardería "La Colmenita" - Centro de Educación Infantil "La Julianita" - Centro de Educación Primaria "José Nogales" - Instituto de Enseñanza Secundaria "San Blas" - Centro de Educación Permanente "Arcilasis".

- Servicios Sociales Comunitarios.
- Servicio de Atención a las Drogodependencias y Adicciones.
- Unidad de Salud Mental Comunitaria de Aracena.
- Patronato Municipal de Deportes.
- Servicio Deportes Agrupados Sierra.
- Áreas del Ayuntamiento de Aracena: Medioambiente – Juventud – Urbanismo - Educación – Desarrollo Local.
- Policía Local.
- Dinamizadores de las Aldeas.
- Cáritas Parroquial.
- Residencias de Personas Mayores.
- Federación Onubense de Empresarios.
- Farmacias.
- Medios de Comunicación: Telearacena – Radio Sierra de Aracena – Prensa comarcal y provincial.

Exmo. Ayuntamiento de Aracena

Seguimiento y Evaluación

SALUD LOCAL Aracena

El impulso, seguimiento y evaluación del Plan Estratégico a lo largo de su vigencia constituyen aspectos claves que le confieren un valor añadido. Las funciones del proceso de seguimiento y evaluación son garantizar la pertinencia y eficacia del Plan, dotar de visibilidad las múltiples actuaciones dirigidas a la población, reconducir los objetivos específicos de las medidas en relación con las necesidades, dotar de flexibilidad al proceso de implantación del mismo, y en definitiva, promover la participación y la mejora de la calidad de vida de los ciudadanos y ciudadanas de Aracena.

El seguimiento del Plan ha de ser permanente a través de la recogida sistemática y continuada de datos de las actuaciones realizadas, contemplando la evaluación los siguientes indicadores:

Generales del Plan:

- Número de actuaciones realizadas.
- Número de actividades desarrolladas en cada una de las actuaciones planteadas.
- Número de personas participantes.
- Nivel de satisfacción de las personas beneficiarias.
- Nº de entidades implicadas.

Específicos por Actividad:

- Número de personas participantes.
- Entidades implicadas.
- Evaluación propia de la actividad.

El Plan Estratégico de Salud no es un documento cerrado y terminado, se trata de un plan dinámico, flexible y abierto, que irá incorporando e integrando todas las nuevas aportaciones, modificaciones, etc que se produzcan.

Exmo. Ayuntamiento de Aracena

Anexos

SALUD LOCAL Aracena

- Plan Estratégico de Salud -