

**PLAN DE
ACCIÓN
LOCAL EN
SALUD
2026/2030**



**AYUNTAMIENTO DE
JABUGO**



Plan de Acción Local en Salud Jabugo





ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN

2. INTRODUCCIÓN

3. JUSTIFICACIÓN

4. PERFIL DE SALUD LOCAL

5. PLAN DE ACCIÓN

6. EVALUACIÓN

7. ANEXOS



PRESENTACIÓN

Estimados vecinos y vecinas de Jabugo, para este ayuntamiento, y para mí como alcalde, la salud ha sido siempre un objetivo prioritario. Mejorar la calidad de vida, fomentar hábitos saludables, ejercitar la mente, promover un envejecimiento saludable, y otras muchas acciones emprendidas a lo largo de más de veinte años de duro trabajo, no han tenido otro objetivo que mejorar la salud de todos los jabugueños y jabugueñas.

El documento que ahora presento, es la culminación de nuestro Plan Local de Salud, un Plan que lleva trabajando para mejorar la salud en nuestro municipio desde el año 2018, más de siete años planificando y diseñando estrategias que redunden en beneficio de toda la población.

Con este Plan de Acción, el Área de Salud del Ayuntamiento de Jabugo, pretende planificar las acciones en salud para los próximos años, priorizar intervenciones, marcar unos objetivos claros y las actividades adecuadas para conseguirlos, promocionar la salud y fomentar la educación en salud para todos.

Pero todo esto no será posible sin la participación ciudadana. Es fundamental que todos aportemos nuestro granito de arena para lograr un pueblo saludable. No puede existir un Plan Local de Salud sin la participación y la implicación de las personas. Todos debemos participar de forma activa, continua y aglutinando a todos los colectivos, implicándonos aportando ideas y desarrollando acciones

Así, nuestro Plan Local de Salud desde sus inicios ha sido elaborado contando con la participación de todos los colectivos a través de la figura del Grupo Motor, a cuyos integrantes quiero agradecer desde aquí su trabajo e implicación. En este grupo están representados el sector sanitario, el sector educativo, las Asociaciones y todos los colectivos de nuestro municipio.

En este Plan se van a dar respuestas concretas a las prioridades en materia de salud que el propio Perfil Local de Salud y la ciudadanía han establecido previamente. Estoy seguro, que con ello vamos a mejorar nuestra salud y calidad de vida, logrando un pueblo mucho más saludable. Os animo a participar en las Acciones propuestas y a mantener un Plan útil, activo y abierto a la participación de todos y todas.

Gilberto Domínguez Sanchez

Alcalde de Jabugo

INTRODUCCIÓN

Planificar no es otra cosa que establecer un procedimiento para alcanzar un objetivo determinado. En un Plan Local de Salud este objetivo se sustancia en aumentar el nivel de salud de la ciudadanía del municipio. Implica una continua toma de decisiones en aspectos como la identificación de los determinantes sociales de la salud, establecimiento de prioridades, asignación de recursos (humanos y materiales) y dotarlos de lugar y tiempo.

En los Planes locales de Salud, además es necesario que estas tomas de decisiones se lleven a cabo con la participación y la implicación de la comunidad. Esta debe ser activa, continua y capaz de aglutinar el mayor número de colectivos del municipio, implicándose tanto en la información, que permite recoger sus aportaciones, como en el desarrollo de las acciones que se pongan en marcha. En resumen, un plan Local de Salud debe ser construido para la ciudadanía y con la ciudadanía.

De esta forma constituirá una forma de aunar esfuerzos y voluntades en la búsqueda de una mayor calidad de vida. Ha de ser no sólo un instrumento de coordinación, sino de convergencia en la consecución de los objetivos comunes y atender tanto a la coordinación intramunicipal como institucional.

Proponemos una forma de trabajar basada en los activos en salud, es decir en las capacidades de los individuos y en los elementos positivos que les rodean y que favorecen su mejor nivel de salud física, mental y social; por encima de otros modelos basados en el déficit, los problemas o la enfermedad.

Por todo ello, podemos definir el Plan Local de Acción de Salud como un instrumento para la planificación de acciones en salud en los próximos años, en el que se establecerán las prioridades de intervención en salud, los objetivos y actividades de promoción de salud y educación sanitaria necesarias para mejorar la salud y la calidad de vida de la ciudadanía de Jabugo. En definitiva, hablamos de un documento dinámico con intervención sobre los estilos de vida y el contexto social de los ciudadanos con las siguientes características:

- Impulsado por la voluntad política.
- Establecido entre la corporación local y la ciudadanía.



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

- Orientado hacia el objetivo de elevar el nivel de salud en el municipio.

- Formulado sobre los principios de participación comunitaria, coordinación interinstitucional, intramunicipal e intersectorialidad.

- Centrado en la promoción y protección de la salud y la prevención de las enfermedades.

A modo de resumen, podemos considerar el Plan de Salud como un "contrato", entre la corporación municipal y la ciudadanía, dinámico y capaz de cumplir con su propósito que no es otro que aumentar el nivel de salud de su población.

JUSTIFICACIÓN

MARCO ESTRATÉGICO

➤ Objetivos Estratégicos del Plan de Salud Local de Jabugo.

Una vez puesta de manifiesto la necesidad de proporcionar respuestas a las situaciones concretas y específicas de la población de Jabugo, el Plan Local de Salud se propone centrar los esfuerzos públicos en aquellas circunstancias condicionantes que puedan suponer un mayor impacto en el nivel de salud de su ciudadanía.

Bajo esta premisa, planteamos las siguientes metas o propósitos de carácter general:

1. Promover los canales necesarios para implicar y comprometer a los ciudadanos y ciudadanas con su propia salud, fomentando conductas y estilos saludables de vida.
2. Potenciar políticas intersectoriales para promover la salud en la población, generar entornos saludables de vida, mejorar la calidad del medioambiente y potenciar los mecanismos de prevención y seguridad de la salud colectiva.
3. Disminuir las desigualdades en salud, que en gran parte son causantes de los resultados desfavorables en nuestra salud local.
4. Identificar y promover los "activos" que conducen a la mejora de la salud, y generan bienestar y calidad de vida en nuestros ciudadanos.

Con estas premisas podemos concretar la Misión y la Visión del Plan Local de Salud de Jabugo.

➤ MISIÓN:

Elaborar un plan local de salud que incida de forma activa y positiva sobre los factores determinantes de la salud, ayudando a la ciudadanía a mejorar su nivel de salud.

➤ VISIÓN:

Que el Plan Local de Salud de Jabugo, se convierta en un verdadero instrumento que nos ayude a mejorar la salud y calidad de vida de nuestra ciudadanía, que sea referencial en la gestión y buenas prácticas a la hora de programar con perspectiva de salud y que se constituya en un referente para conocer y utilizar los "activos en salud" que se desarrollan en nuestro municipio.

➤ **TEMPORALIDAD:**

El Plan Local que ahora se presenta debe tener una proyección temporal a largo plazo; de forma que permita un desarrollo sostenido en el tiempo de las acciones, iniciativas y estrategias que se plantean. Por ello se considera adecuado un marco cronológico de 5 años (2026-2030). No obstante, se irán evaluando y revisando anualmente en sus programas y en las acciones planteadas, por medio de una adenda, que incorporará el Plan de Acción de cada año.

➤ **PRINCIPIOS QUE RIGEN EL PLAN DE SALUD DE Jabugo.**

Los principios estratégicos que subyacen a este plan y su proceso de puesta en marcha, que responden a un compromiso común y una visión compartida de todos los agentes intervinientes en la mejora de la salud pública de la ciudadanía de Jabugo, son:

1. Participación.

Según la OMS la participación comprende las acciones colectivas mediante las cuales la población enfrenta los retos de la realidad, identifica y analiza sus problemas, formula y negocia propuestas y satisface las necesidades en materia de salud, de una manera deliberada, democrática y concertada.

Es por tanto, imprescindible obtener la máxima representatividad social de todos los agentes locales en todo el ciclo de vida del plan, que deben formar parte del proceso en todas sus fases, desde el inicio hasta la evaluación final del mismo

2. Intersectorialidad.

Con la intención, como se ha referido, de incluir el valor salud en todas las políticas locales, será necesaria la coordinación y actuación conjunta de las instituciones, entidades, asociaciones y colectivos que desarrollen sus competencias en el territorio. Esta mirada intersectorial pretende alinear las metas de las distintas organizaciones, sus recursos y sus programaciones.

3. Equidad.

Es preciso tener en cuenta la existencia de colectivos desfavorecidos que se encuentran en situación de vulnerabilidad, exclusión e incluso marginalidad en nuestro municipio. Esta situación puede derivar de distintas circunstancias: personas con discapacidad, personas que viven solas, inmigrantes, etnias, consumos de riesgo, mujeres maltratadas, en definitiva personas que encuentran dificultades en el acceso a los servicios y programas de salud, e incluso

Plan de Acción Local en Salud Jabugo

a la información en materia de prevención y promoción de su propia salud.

MARCO NORMATIVO.

➤ ÁMBITO INTERNACIONAL

En el marco internacional, el reconocimiento del poder de acción local en la promoción de las 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 está basado en principios de sostenibilidad, igualdad, cooperación multisectorial, participación, rendición de cuentas y solidaridad.¹ (Fleury, 2015).

La estrategia europea de Salud en Todas las Políticas (STP) consiste en adoptar un enfoque integral de las políticas públicas en el que se tengan en cuenta sistemáticamente las repercusiones en salud de las decisiones políticas, se promuevan las sinergias entre los distintos sectores y se prevean los efectos perjudiciales, con el fin de mejorar la salud de la población

La Agenda 2030, adoptada por los 193 Estados Miembros de las Naciones Unidas en la cumbre sobre el Desarrollo Sostenible celebrada en 2015 en Nueva York, consta de 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) que proporcionan un marco global unificado para el desarrollo sostenible, aplicable por igual a todos los países. En este sentido el ODS 3 es: "Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades".

Esta misma agenda, está totalmente alineada con la Estrategia de salud 2020, que reconoce la importancia de la acción a nivel local y el papel central que pueden desempeñar los gobiernos locales en la promoción de la salud y el bienestar ya que están en una posición única para proporcionar liderazgo en salud y bienestar, además cuentan con la capacidad de influir en la mayoría de los determinantes de salud y las inequidades. Son por tanto la plataforma ideal para la implementación de los ODS a nivel local.

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



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

hacer competitivo el territorio y de dar 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.

ESPAÑA

En España son múltiples y variadas las referencias normativas para enmarcar la relación del ámbito local con la salud y de la salud con el ámbito local como son la Constitución, la Ley Reguladora de las Bases de Régimen Local de 7/1985, la Ley 27/2013 de Racionalización y Sostenibilidad de la Administración Local, la Ley General de Sanidad de 1986, y en Andalucía, el Estatuto de Andalucía, la Ley 2/1998 de Salud de Andalucía, la Ley 5/2010 de Autonomía Local de Andalucía, la Ley 16/2011 de Salud Pública de Andalucía y el Decreto-ley 7/2014 por el que se establecen medidas urgentes para la aplicación de la Ley 27/2013.

La **Ley Reguladora de las Bases de Régimen Local de 7/1985**, es una norma que pese a su antigüedad sigue siendo trascendental en el sentido que podíamos decir que es pionera a la hora de asignar a los Ayuntamientos, competencias en materias relacionadas con los determinantes sociales de la salud: como la seguridad alimentaria, el control del aire, o del agua de consumo, el control de plagas, etc.

Cabría señalar una modificación dictada desde el Gobierno español, que cambia sustancialmente el papel de los Ayuntamientos que es el Decreto-ley 7/2014, de 20 de mayo, por el que se establecen medidas urgentes para la aplicación de la Ley 27/2013, de Racionalización y Sostenibilidad de la Administración Local.

Esta **Ley 27/2013, de 27 de diciembre, de Racionalización y Sostenibilidad de la Administración Local**, efectúa una profunda revisión del conjunto de disposiciones relativas al estatuto jurídico de la Administración Local, con varios objetivos básicos: Clarificar las competencias municipales para evitar duplicidades con las competencias de otras Administraciones; Racionalizar la estructura organizativa de la Administración local de acuerdo con los principios de eficiencia, estabilidad y sostenibilidad financiera; Garantizar un control financiero y presupuestario más riguroso y Favorecer la iniciativa económica privada evitando intervenciones administrativas desproporcionadas.

El **Decreto-Ley 7/2014**, establece que las entidades locales solo podrán ejercer competencias distintas de las propias y de las atribuidas



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

por delegación, cuando no se ponga en riesgo la sostenibilidad financiera del conjunto de la Hacienda municipal, de acuerdo con los requerimientos de la legislación de estabilidad presupuestaria y sostenibilidad financiera y no se incurra en un supuesto de ejecución simultánea del mismo servicio público con otra Administración Pública.

Y en concreto en materia de salud...

La Disposición adicional única, sobre Competencias municipales en materia de educación, salud y servicios sociales establece que:

Las competencias que, con carácter previo a la entrada en vigor de la Ley 27/2013, de 27 de diciembre, de Racionalización y Sostenibilidad de la Administración Local se preveían como propias de los municipios en materia de participación en la gestión de la atención primaria de la salud e inspección sanitaria, en materia de prestación de servicios sociales, y de promoción y reinserción social, así como aquellas otras en materia de educación, a las que se refieren las disposiciones adicionales decimoquinta y transitorias primera, segunda y tercera de la Ley 27/2011, de 27 de diciembre, continuarán siendo ejercidas por los municipios en los términos previstos en las leyes correspondientes, en tanto no hayan sido asumidas por parte de la Comunidad Autónoma.

El resto de competencias en dichas materias atribuidas a las entidades locales por la legislación de la Comunidad Autónoma anterior a la entrada en vigor de la Ley 27/2013, de 27 de diciembre, de Racionalización y Sostenibilidad de la Administración Local, continuarán siendo ejercidas por éstas, de conformidad con las previsiones de la norma de atribución y en los términos establecidos en el artículo 7.2 de la Ley 7/1985, de 2 de abril, Reguladora de las Bases del Régimen Local.

La Estrategia Nacional de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud, aprobada en 2013, busca integrar y coordinar los esfuerzos de promoción de la salud y prevención en todos los niveles sectores y actores implicados, esta estrategia tiene entre sus principios rectores la STP y propone el trabajo en el ámbito local como un aspecto clave para ganar salud.

ANDALUCÍA

Resaltaremos también como relevante en el marco andaluz, la **Ley 2/1998, de 15 de junio de Salud de Andalucía**, que representa un marco legislativo más amplio para la administración sanitaria en materia de protección de la salud de los ciudadanos y ciudadanas, con

Plan de Acción Local en Salud Jabugo

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 a la salud.

El **Estatuto de Autonomía de Andalucía (2007)**, con un gran espíritu municipalista y social, es el que confiere a los Ayuntamientos un mayor protagonismo estableciendo que las competencias propias que le 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 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 16/2011, de 23 de diciembre de Salud Pública 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.

Esta Ley, en su Capítulo II recoge con respecto a la salud pública en el ámbito local:

Artículo 40: La autonomía local en salud pública.

1. Corresponde a los municipios de la Comunidad Autónoma de Andalucía, sin perjuicio de las competencias de las demás administraciones públicas, el ejercicio de las competencias propias establecidas en la legislación básica en materia de entidades locales, en la Ley 5/2010, de 11 de junio, de Autonomía Local de Andalucía, y en el artículo 38 de la Ley 2/1998, de 15 de junio de Salud de Andalucía.

2. Sin perjuicio de las competencias autonómicas, corresponderá a los municipios andaluces velar en sus respectivos territorios por la protección y la promoción de la salud de la población en las

Plan de Acción Local en Salud Jabugo

competencias que puedan asumir, conforme a lo dispuesto en la correspondiente legislación reguladora de esta materia.

3. Los municipios asumen la coordinación de las intervenciones contempladas en el Plan Local de Salud en materia de promoción de salud comunitaria en su territorio incorporando y articulando la acción y participación de la población y de los sectores públicos y privados.

Artículo 41. El Plan Local de Salud

1. El Plan Local de Salud es el instrumento básico que recoge la planificación ordenación y coordinación de las actuaciones que se realicen en materia de salud pública en el ámbito de un municipio o una mancomunidad de municipios. La elaboración, aprobación, implementación y ejecución de este plan corresponden a los municipios, de conformidad con lo dispuesto en el artículo 9.13 de la Ley 5/2010 de 11 de julio, de Autonomía Local de Andalucía.

2. El Plan Local de Salud abordará los siguientes contenidos mínimos:

El hogar y la familia como centro de intervención.

Seguridad y gestión del riesgo: vial, laboral, alimentaria, medioambiental y ciudadana.

Resolución de las desigualdades en salud: socioeconómica, cultural, de género, que afecten a grupos específicos o a personas en situación o en riesgo de exclusión.

Estilos de vida saludable: actividad física, alimentación equilibrada y lucha contra el tabaquismo.

Entornos saludables y estrategias sostenibles: escuelas, lugares de encuentro, ocio y paseo.

Elementos de protección en relación con las garantías en salud alimentaria y salud medioambiental.

Por tanto, a nivel de competencias municipales habría que consultar lo señalado en la **Ley 5/2010, de 11 de junio de Autonomía Local de Andalucía** (LAULA), que en su artículo 9.13, como se ha referido el apartado anterior referente a la Ley de Salud Pública de Andalucía, 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.



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

Todo este corpus normativo que plantea un mayor protagonismo municipal en la creación de mejores condiciones para la salud, se intenta recoger en el **Plan Andaluz de Salud**, elaborado, como expresión de las políticas de salud del Gobierno de Andalucía, en el contexto de la Estrategia de Salud en Todas las Políticas (ESTP). Es decir, un proyecto que sirva de instrumento de implementación de la Ley 16/2011, de 23 de diciembre, de Salud Pública de Andalucía, haciéndola presente desde el marco autonómico hasta el último rincón municipal de Andalucía, para llevar sus objetivos al entorno más próximo de la ciudadanía, a las agendas políticas de los Entes Locales; ya que es allí donde ésta participa de una forma más directa en las decisiones relacionadas con los determinantes que condicionan su salud. A esta etapa la denominamos "Localización del IV Plan Andaluz de Salud", o lo que es lo mismo el traslado a lo local de las políticas en materia de salud de la Junta de Andalucía.

El Consejo de Gobierno de la Junta de Andalucía aprobó el 2 de abril de 2024 la **Estrategia de Promoción de una Vida Saludable en Andalucía (EPVSA)** ([BOJA nº 66, de 5 de abril de 2024](#)), promovida por la Consejería de Salud y Consumo, a través de la Dirección General de Salud Pública y Ordenación Farmacéutica, con el objetivo de mejorar la salud y el bienestar de la población andaluza.

Según la OMS, las enfermedades crónicas no transmisibles matan a 41 millones de personas cada año, lo que equivale al 71% de las muertes que se producen en el mundo. Esta situación adquiere una especial relevancia si se tiene en cuenta que muchos de los factores determinantes que las provocan son evitables, que las estrategias de promoción de la salud cuentan con evidencias para frenar y, a largo plazo, invertir estas condiciones, que el fomento de estilos de vida saludables conduce a beneficios para la salud a un coste mucho más bajo que el tratamiento médico de cualquiera de los factores de riesgo y enfermedades asociadas, y que las estrategias innovadoras de promoción de la salud, centradas en enfoques integrales y transversales, pueden contribuir a crear un mundo más sano, justo y sostenible.



Estrategia de Promoción de una VIDA SALUDABLE en Andalucía



Esta Estrategia pretende promover los hábitos saludables en toda la población y edades, mediante intervenciones en el ámbito local, en todos los entornos de vida y en todas las políticas, y actuaciones sobre los determinantes que generan desigualdades en salud. Así mismo, propone potenciar los activos personales y comunitarios que generan salud a lo largo de la vida, para que la ciudadanía pueda afrontar el día a día con mayores cotas de bienestar.

Grupos de hábitos que aborda

Teniendo en cuenta que ya existen otras iniciativas institucionales que abordan los factores de riesgo más comunes relacionados con hábitos nocivos, esta Estrategia se centra en los siguientes hábitos y comportamientos que generan salud a lo largo de la vida y se relacionan entre sí. Estos hábitos contribuyen a prevenir y afrontar, en su caso, un proceso de enfermedad, convirtiéndose en parte activa de la recuperación del proyecto vital de la persona:

Alimentación saludable: Existiendo un amplio consenso sobre el que se lleva años incidiendo, el fomento de una alimentación saludable continúa siendo una prioridad para todas las políticas públicas de salud. Una dieta saludable ayuda a protegernos de la malnutrición en todas sus formas y de manera especial, del sobrepeso y la obesidad, así como de las enfermedades no transmisibles, como la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer. Las



estrategias deben dar respuesta a la situación social adversa relacionada con los hábitos de alimentación.

Actividad física: El fomento de la actividad física es también una prioridad para las políticas de salud. La OMS recomienda la realización de actividad física regular de intensidad moderada, como caminar, montar en bicicleta o hacer deporte, por sus considerables beneficios para la salud. Volviéndonos más activos a lo largo del día de formas relativamente simples y teniendo en cuenta que cualquier tipo de actividad física es mejor que no realizar ninguna, podemos alcanzar fácilmente los niveles recomendados de actividad física y reducción del sedentarismo.

Sueño saludable: Dormir lo suficiente y con calidad es esencial para la salud. Las necesidades de sueño varían a lo largo de la vida, fundamentalmente en relación con la edad, pero también con diversos factores, tanto individuales como ambientales. El cerebro se mantiene activo durante el sueño y varias actividades que ocurren mientras dormimos ayudan a mantener un buen estado de salud. Cuando los problemas de sueño son duraderos, predisponen a la persona a padecer determinadas enfermedades y a un empeoramiento generalizado de su salud.

Bienestar emocional: El bienestar emocional está íntimamente ligado a la salud general e influido por los mismos determinantes sociales. El concepto de bienestar emocional implica dos elementos fundamentales: sentirse bien y funcionar bien en la vida. Las personas con un nivel bajo de bienestar mental tienen una peor respuesta a los retos de la vida cotidiana y una percepción negativa de su salud. Las estrategias han de fortalecer los activos personales y comunitarios, reducir las barreras estructurales relacionadas y mejorar la calidad del entorno físico.

Sexualidad responsable: La OMS define la salud sexual como un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad. Requiere un enfoque positivo y respetuoso que posibilite tener experiencias sexuales placenteras y seguras a lo largo de nuestra vida, libres de toda coacción, discriminación y violencia. Las formas de vivir la sexualidad, su aceptación y disfrute, todavía se encuentran marcadas por los estereotipos y roles de género tradicionales que determinan el papel de unas y otros en las relaciones sexuales.

Uso positivo de TRIC: Las Tecnologías de la Relación, la Información y la Comunicación (TRIC) no son de por sí buenas o malas, son

Plan de Acción Local en Salud Jabugo

simplemente instrumentos al servicio de las personas y dependen del uso que hagamos de ellas. La presencia de TRIC y su impacto en nuestras vidas las convierten en aliados estratégicos de la salud pública, en la medida que la usamos para la educación, la promoción de la salud y la enseñanza de nuevos comportamientos saludables. No obstante, su abuso puede generar efectos no deseados en la esfera somática, psicológica y social.

MARCO CONCEPTUAL.

➤ SALUD:

La constitución de la OMS de 1948 define la salud como:

Un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia.

Dentro del contexto de la promoción de la salud, la salud ha sido considerada no como un estado abstracto sino como un medio para llegar a un fin, como un recurso que permite a las personas llevar una vida individual, social y económicamente productiva.

La salud es un recurso para la vida diaria, no el objetivo de la vida. Se trata de un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personales, así como las aptitudes físicas.

De acuerdo con el concepto de la salud como derecho humano fundamental, la Carta de Ottawa destaca determinados prerequisites para la salud, que incluyen la paz, adecuados recursos económicos y alimenticios, vivienda, un ecosistema estable y un uso sostenible de los recursos. El reconocimiento de estos prerequisites pone de manifiesto la estrecha relación que existe entre las condiciones sociales y económicas, el entorno físico, los estilos de vida individuales y la salud. Estos vínculos constituyen la clave para una comprensión holística de la salud que es primordial en la definición de la promoción de la salud.

Hoy en día, la dimensión espiritual de la salud goza de un reconocimiento cada vez mayor. La OMS considera que la salud es un derecho humano fundamental y, en consecuencia, todas las personas deben tener acceso a los recursos sanitarios básicos.

Una visión integral de la salud supone que todos los sistemas y estructuras que rigen las condiciones sociales y económicas, al igual que el entorno físico, deben tener en cuenta las implicaciones y el impacto de sus actividades en la salud y el bienestar individual y colectivo.

➤ SALUD PÚBLICA:

La salud pública es un concepto social y político destinado a favorecer la salud, prolongar la vida y mejorar la *calidad de vida* de las poblaciones mediante la *promoción de la salud*, la *prevención de la enfermedad* y otras formas de intervención sanitaria.

Los servicios sanitarios resultan imprescindibles para dar respuesta a los problemas de salud de la colectividad, pues consiguen atenuar los perjuicios de las enfermedades y permiten que se pueda recobrar la salud perdida y mejorar la calidad de vida de las personas enfermas. Pero no es el dispositivo asistencial el principal condicionante de nuestro nivel de salud; la salud se gana y se pierde en otros terrenos: antes del nacimiento pueden producirse exposiciones a distintos factores que de forma indeleble determinen la salud futura, y desde el nacimiento hasta la muerte se van acumulando experiencias vitales positivas o negativas que perfilan la salud. El entorno familiar, la educación, los bienes materiales, las desigualdades sociales y económicas, el acceso al trabajo y su calidad, el diseño y los servicios de las ciudades y barrios, la calidad del aire que se respira, del agua que se bebe, de los alimentos que se comen, los animales con los que convivimos, el ejercicio físico que se realiza, el entorno social y medioambiental de las personas, todo ello determina la salud. Las acciones de gobierno, a cualquier nivel, las intervenciones públicas o privadas, tienen en mayor o menor grado repercusiones sobre la salud. De ahí que el enfoque de la salud pública actual se dirige a conformar acciones que rebasan el ámbito de los servicios sanitarios y por tanto requieren nuevas formas de organización.

➤ PROMOCIÓN DE LA SALUD:

La promoción de la salud permite que las personas tengan un mayor control de su propia salud. Abarca una amplia gama de intervenciones sociales y ambientales destinadas a beneficiar y proteger la salud y la calidad de vida individuales mediante la prevención y solución de las causas primordiales de los problemas de salud, y no centrándose únicamente en el tratamiento y la curación.

La promoción de la salud tiene tres componentes esenciales:

Plan de Acción Local en Salud Jabugo

➤ Buena gobernanza sanitaria

La promoción de la salud requiere que los formuladores de políticas de todos los departamentos gubernamentales hagan de la salud un aspecto central de su política. Esto significa que deben tener en cuenta las repercusiones sanitarias en todas sus decisiones, y dar prioridad a las políticas que eviten que la gente enferme o se lesione.

Estas políticas deben ser respaldadas por regulaciones que combinen los incentivos del sector privado con los objetivos de la salud pública, por ejemplo, armonizando las políticas fiscales que gravan los productos nocivos o insalubres, como el alcohol, el tabaco y los alimentos ricos en sal, azúcares o grasas, con medidas para estimular el comercio en otras áreas. Asimismo, hay que promulgar leyes que respalden la urbanización saludable mediante la facilitación de los desplazamientos a pie, la reducción de la contaminación del aire y del agua o el cumplimiento de la obligatoriedad del uso del casco y del cinturón de seguridad.

➤ Educación sanitaria

Las personas han de adquirir conocimientos, aptitudes e información que les permitan elegir opciones saludables, por ejemplo, con respecto a su alimentación y a los servicios de salud que necesitan. Tienen que tener la oportunidad de elegir estas opciones y gozar de un entorno en el que puedan demandar nuevas medidas normativas que sigan mejorando su salud.

➤ Ciudades saludables

Las ciudades tienen un papel principal en la promoción de la buena salud. El liderazgo y el compromiso en el ámbito municipal son esenciales para una planificación urbana saludable y para poner en práctica medidas preventivas en las comunidades y en los centros de atención primaria. Las ciudades saludables contribuyen a crear países saludables y, en última instancia, un mundo más saludable.

➤ ACTIVOS EN SALUD

Todo aquel factor o recurso que potencie la capacidad de las personas, de las comunidades y de las poblaciones para mantener la salud y el bienestar. En un procedimiento diferente a la práctica de inventariar y diagnosticar los déficits de los individuos y comunidades,



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

esta metodología se centra en los activos, busca las ventajas y reconoce los talentos, habilidades, intereses y experiencias de cada uno.



PERFIL DE SALUD LOCAL

A finales de 2017, Jabugo se dirigía a la Delegación de Salud para solicitar la firma de un Convenio de colaboración mutua, que desembocara en un Plan Local de Salud necesario y útil para todos los vecinos, un Plan Local que ya está ayudando a prevenir y mejorar la salud de todos los jabugueños.

Desde entonces hasta ahora, han sido muchos los pasos dados y las actividades realizadas. Todo ello dirigido al objetivo final que hoy ya tenemos al alcance de la mano: la implantación de nuestro propio Plan Local de Salud.

Dentro de los pasos necesarios para la consecución de este objetivo final, se encuentra la redacción del Perfil Local de Salud, documento que se recoge íntegro en estas páginas.

La participación ciudadana y el compromiso de todos con la salud, han sido vitales para la elaboración del Plan Local de Salud. Solo con la aportación de los ciudadanos podremos conseguir un pueblo sano y unos vecinos con mayor esperanza de vida en condiciones saludables.

El proceso ha sido largo, pero con pasos firmes, sin miedo a alargar los plazos si ello suponía escuchar la opinión de todos los colectivos, responsables y personas interesadas por la salud en Jabugo.

El Ayuntamiento de Jabugo se comprometió con la Delegación de Salud a elaborar y ejecutar su propio Plan Local de Salud. Pero no puede recorrer ese camino solo. Necesita hacerlo de la mano de todos los vecinos, actores necesarios en la redacción de dicho Plan.

Uno de los pasos más importantes, y casi definitivo, es la redacción de este Perfil Local de Salud. Un documento que recoge el análisis de la realidad en materia de salud que vivimos, lo que queremos conservar y todo lo que es necesario transformar entre todos.

Este Perfil se completó en 2020, estando prevista su presentación unos días antes de ser decretado el estado de alarma por la pandemia de COVID 2019. Por diversos motivos y, sobre todo, por las dificultades sobrevenidas tras esta crisis sanitaria mundial, no se ha



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

retomado el Perfil hasta hace unos meses. Una vez actualizado y concluido está prevista su presentación pública para el mes de febrero de 2024.

No obstante, durante los últimos 3 años se ha seguido trabajando intensamente en materia de salud, realizando muchas y muy diversas actividades de prevención y promoción, poniendo en práctica proyectos tan ambiciosos como las “Vacunas Emocionales” y “Jabugo, municipio con bienestar emocional”, o, entre otras muchas iniciativas, trabajando en la construcción de un nuevo Centro de Salud que dé respuesta a todas las necesidades de los jabugueños y jabugueñas en lo que a atención primaria se refiere. Un Centro de Salud que ya ha comenzado a construirse y que será una realidad en los próximos meses.

Tras la presentación de este Perfil el pasado 15 de febrero de 2024, ciudadanos, las distintas áreas municipales, los servicios sanitarios y todas las instituciones competentes en la materia, han tenido ante sí un reto importante en el desarrollo de nuestro Plan Local de Salud, que está llevando a Jabugo a mejorar sanitariamente y, en definitiva, a mejorar la calidad de vida de todos los jabugueños. Un camino que, desembocó el pasado 5 de junio de 2025, en el marco de las V Jornadas de Salud organizadas por el Ayuntamiento de Jabugo, donde, a partir de una técnica de grupo con amplia representación de nuestra sociedad, se eligieron las principales acciones en salud a desarrollar, acciones que se recogen en este Plan que ahora presentamos.

Este Perfil resulta de un proceso de trabajo y de reflexión compartida intersectorial, interdisciplinar y participativa. Basándose en los determinantes de salud, ha identificado los problemas y necesidades sanitarias, así como los recursos y activos existentes en el municipio, ofreciendo recomendaciones sobre las posibles actuaciones a emprender en nuestro pueblo.

El perfil nos ha mostrado el estado de Salud-Enfermedad de Jabugo y sus determinantes, y en él se ha analizado e interpretado la información, se ha realizado una descripción cuantitativa y cualitativa de la salud de la población y de los factores que influyen en ella, acompañándola de gráficos, tablas, mapas, etc., que ofrecen información sobre nuestra comunidad, siendo una importante herramienta para tomar el pulso a la salud de este municipio. Además, fomenta el interés público y el compromiso político y nos permite establecer objetivos para el futuro.

Este documento permitirá a los responsables políticos y a los vecinos conocer la situación real y, en consecuencia, poder elaborar la agenda



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

local en salud, así como tomar las decisiones dirigidas a la acción. Y conseguirá hacer campaña a favor de la salud de los vecinos, involucrando a la gente en sus propias iniciativas locales para mejorarla.

Se trata del paso previo para la implantación del Plan Local de Salud en Jabugo y ha supuesto realizar un arduo trabajo interdisciplinar y multidisciplinar entre administraciones y sectores de población heterogéneos.

El Perfil recoge datos de población y territorio, historia, demografía, evolución y distribución geográfica. También condiciones socioeconómicas, entorno físico, condiciones medioambientales, estilos de vida, morbilidad y mortalidad, desigualdades, infraestructuras y equipamientos sociales, planes, programas y servicios públicos con los que se cuenta, planes y programas de otros sectores públicos o privados y, por supuesto, estructuras de participación ciudadana, colectivos sociales, medios de comunicación locales, redes sociales de interés y necesidades percibidas por la población.

Del perfil de Salud Local en su conjunto cabe resaltar dos grandes líneas de intervención que son las que deberían centrar el Plan Local de Salud de Jabugo:

- Hábitos de vida (Alimentación, actividad física, descanso, adicciones, etc.)
- Bienestar emocional (gestión de emociones, convivencia, soledad no deseada, ocio saludable, equilibrio emocional, etc.)

Todo ello y mucho más conforma el perfil de salud de Jabugo que se adjunta en los Anexos de este documento.



PLAN DE ACCIÓN

LÍNEA DE TRABAJO I HÁBITOS DE VIDA

1. CONDUCTA ALIMENTARIA

OBJETIVO GENERAL

Promocionar la alimentación saludable basada en la dieta mediterránea.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Sensibilizar a la población mediante talleres y jornadas de las ventajas de una alimentación saludable.
- ✓ Coordinar con los distintos centros educativos actividades formativas sobre alimentación.
- ✓ Abordaje del sobrepeso y la obesidad a través de programas específicos

ACCIONES RELACIONADAS

La industria del cerdo ibérico tiene gran importancia para el municipio de Jabugo. Este hecho ha marcado su historia y gran parte de su esencia como pueblo. Por supuesto, también ha marcado su conducta alimentaria y sus formas de vida, volcando ambas desde hace siglos en la industria chacinera artesanal primero e industrial en las últimas décadas de su historia.

En este sentido, en Jabugo se realizan multitud de eventos, talleres y actividades relacionados con la alimentación. Entre ellos podemos destacar los siguientes:

- ✓ Mayor Cocido del Mundo (desde 1998)
- ✓ Corte Solidario de Jamón
- ✓ Las Candelas
- ✓ Precampanadas Ibéricas
- ✓ Concursos de recetas tradicionales en torno al cerdo.
- ✓ Concursos de repostería tradicional.



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

- ✓ En noviembre celebración en todo el municipio del Día de "Las Migas"
- ✓ Fiestas de otoño en torno al Caldillo de Matanza, al Picadillo, etc.
- ✓ Museo de la industria chacinera con exhibiciones de elaboración de embutidos.

Igualmente, en las Jornadas de Salud anuales que este municipio organiza, ha tenido siempre gran relevancia la alimentación y los hábitos de vida saludables relacionados con la comida.

Y la programación del Campamento Cultural de verano, que da servicio cada año a unos 120-130 niños de entre 3 y 14 años, incide de manera constante en la alimentación saludable, siendo incluso tema central en alguna de sus ediciones. En este sentido el Campamento ha incluido talleres de cocina, visitas a huertos del municipio para familiarizarse con los productos de la huerta y sus técnicas de producción, visitas a secaderos y tiendas de jamones, visitas a supermercados para aprender a distinguir los alimentos saludables de los que no lo son, etc.

2. ACTIVIDAD FÍSICA

OBJETIVO GENERAL

Promover la práctica deportiva y luchar contra el sedentarismo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ 2Sensibilizar e informar sobre los beneficios de la actividad física.
- ✓ Programar actividades deportivas dirigidas a la población infantil.
- ✓ 2.1.3 Programar actividades deportivas dirigidas a la población adolescente.
- ✓ 2.1.4 Programar actividades deportivas para adultos.
- ✓ 2.1.5 Programar actividades dirigidas a la mujer.
- ✓ 2.1.6 Programar actividades dirigidas a personas con atención especial y mayores.
- ✓ 2.1.7. Programar actividades en la naturaleza.

ACCIONES RELACIONADAS.

Jabugo, con unos 2.200 habitantes, es uno de los municipios de la Sierra con mayor número de instalaciones deportivas en todo su término municipal. Podemos destacar las siguientes:

- ✓ Pabellón Municipal de Deportes
- ✓ Campo de Fútbol Municipal césped (El Repilado)



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

- ✓ 2 pistas deportivas exteriores con césped (Jabugo y Los Romeros)
- ✓ Pista deportiva cubierta (El Repilado)
- ✓ 2 pistas de pádel (Jabugo)
- ✓ Campo de Fútbol 5
- ✓ Piscina Municipal (Jabugo)
- ✓ Área Circuito Biosaludable (Parque Los Romeros)
- ✓ Área Circuito Biosaludable y Circuito Calistenia (Parque El Repilado)
- ✓ Área Circuito Calistenia (Recinto Multifuncional Jabugo)
- ✓ Pista de Pádel (El Repilado)
- ✓ 5 parques infantiles

Para mantener todas estas instalaciones y dinamizarlas fomentando el deporte, cuenta con un equipo de 4 personas.

Dentro de las actividades de fomento de hábitos de vida saludables relacionados con el deporte, podemos destacar los siguientes:

- ✓ Torneos, maratones y campeonatos: de fútbol, pádel, tenis, etc.
- ✓ Día de la bici
- ✓ Escuelas Deportivas durante todo el curso escolar con más de 100 niños inscritos.
- ✓ Gimnasia de Mantenimiento para adultos.
- ✓ Clases de Zumba
- ✓ Natación
- ✓ Grandes eventos deportivos como la Travesía de Resistencia o la Ruta del Jamón
- ✓ Carreras tradicionales como la San Silvestre.
- ✓ Talleres de juegos tradicionales en la calle.

Del mismo modo, en las Jornadas anuales de Salud y en nuestro Campamento Cultural, el deporte como principal herramienta para fomentar formas de vida saludables, es una parte fundamental de sus contenidos.

3. PREVENCIÓN DE ADICCIONES.

CONSUMO DE TABACO

OBJETIVO GENERAL

Disminuir de manera significativa el consumo del tabaco en sus diferentes formas y atrasar la edad de inicio del consumo en adolescentes.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Realizar campañas de prevención de adicciones al tabaco en adolescentes mediante talleres informativos.
- ✓ Informar adecuadamente a los jóvenes menores sobre las consecuencias de la adicción y el consumo de tabaco en sus diferentes formas, para que tomen decisiones correctas en el futuro, así como a pedir ayuda en el caso que lo necesiten.
- ✓ Realizar campañas de sensibilización a la población general, para que sean conscientes del perjuicio del consumo.

ACCIONES RELACIONADAS

Las acciones que el ayuntamiento de Jabugo lleva a cabo relacionadas con la prevención y reducción del tabaquismo, así como con la reducción de los efectos negativos que este consumo provoca en fumadores y fumadores pasivos, son las siguientes:

- ✓ Jabugo está acreditado por la Consejería de Salud, desde 2021, como municipio adherido a la campaña de espacios públicos sin humo.
- ✓ Declaración de la Piscina Municipal y todas sus instalaciones como espacio libre de humo.
- ✓ Talleres preventivos con menores en las Bibliotecas Municipales en colaboración con los Centros Educativos.
- ✓ Actividades puntuales en las Jornadas de Salud, en el Campamento Cultural de verano, en las Escuelas Deportivas, en Semanas Culturales, etc. relacionadas con esta temática.

CONSUMO DE ALCOHOL

OBJETIVO GENERAL

Disminuir de manera significativa el consumo de alcohol y atrasar la edad de inicio del consumo en adolescentes.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Realizar campañas de prevención de adicción al alcohol en adolescentes mediante talleres informativos.
- ✓ Informar adecuadamente a los jóvenes menores sobre las consecuencias de la adicción y el consumo de alcohol, para que tomen decisiones correctas en el futuro.
- ✓ Realizar campañas de sensibilización a la población general, para que sean conscientes del perjuicio del consumo.

ACCIONES RELACIONADAS

La prevención del consumo abusivo del alcohol ha sido tradicionalmente uno de los temas transversales de las programaciones de actividades de:

- ✓ Escuelas Deportivas
- ✓ Bibliotecas Municipales
- ✓ Campamento Cultural
- ✓ Jornadas de Salud
- ✓ Escuela Municipal de Música

En todas ellas se ha intentado ofrecer a niños y jóvenes alternativas de ocio saludable, e impartido formación sobre los efectos nocivos del consumo del alcohol en todas las edades, pero sobre todo en edades tempranas.

Del mismo modo, desde los Servicios Sociales del ayuntamiento se ofrece apoyo y acompañamiento a aquellas personas que toman la decisión de dejar de consumir bebidas alcohólicas.

CONSUMO DE DROGAS ILEGALES

OBJETIVO GENERAL

Disminuir de manera significativa el consumo de drogas ilegales y atrasar la edad de inicio del consumo en adolescentes.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Realizar campañas de prevención de adicción a drogas ilegales en adolescentes mediante talleres informativos.
- ✓ Informar adecuadamente a los jóvenes menores sobre las consecuencias de la adicción y el consumo de drogas ilegales, para que tomen decisiones correctas en el futuro.
- ✓ Realizar campañas de sensibilización a la población general y en especial a las familias de menores, para que sean conscientes del perjuicio del consumo.

ACCIONES RELACIONADAS

La prevención del consumo de drogas ilegales es parte fundamental también de las programaciones de actividades de:

- ✓ Escuelas Deportivas
- ✓ Bibliotecas Municipales
- ✓ Campamento Cultural
- ✓ Jornadas de Salud
- ✓ Escuela Municipal de Música

En ellas se ha intentado ofrecer a niños y jóvenes alternativas de ocio saludable, e impartido formación sobre los efectos nocivos del consumo



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

drogas ilegales en todas las edades, pero sobre todo en edades tempranas.

Del mismo modo, desde los Servicios Sociales del ayuntamiento se ofrece apoyo y acompañamiento a aquellas personas que toman la decisión de dejar de consumir cualquier tipo de droga.

CONDUCTAS ADICTIVAS SIN SUSTANCIAS

OBJETIVO GENERAL

Evitar que se produzca el consumo irresponsable o conducta adictiva al juego de apuestas, uso de pantallas e internet; y retrasar la edad de inicio.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Realizar campañas de prevención de adicciones sin sustancia en adolescentes mediante talleres informativos.
- ✓ Informar adecuadamente a los jóvenes menores sobre las consecuencias de las adicciones sin sustancia, para que tomen decisiones correctas en el futuro y hagan un uso responsable de pantallas e internet.
- ✓ Realizar campañas de sensibilización a la población general y en especial a las familias de menores, para que sean conscientes del perjuicio del consumo irresponsable y adictivo.

ACCIONES RELACIONADAS

El ayuntamiento de Jabugo es consciente del daño que está haciendo a nuestra sociedad diferentes conductas adictivas relacionadas con hábitos de vida recientes, especialmente con el uso abusivo de internet y de pantallas, o relacionadas con hábitos no tan recientes como el juego y las apuestas.

En este sentido, viene trabajando, en colaboración con Centros Educativos, Servicios Sanitarios, Servicios Sociales y tejido social del municipio, tanto para prevenir este tipo de adicciones, como para prestar el soporte necesario a las personas que dan el paso de abandonar este tipo de conductas nocivas para su salud y para el bienestar de las familias afectadas.

LÍNEA DE TRABAJO II BIENESTAR EMOCIONAL

1. OCIO SALUDABLE

OBJETIVO GENERAL

Lograr que la población conozca los beneficios de un tipo de ocio saludable y las múltiples alternativas existentes al ocio basado en las drogas, el alcohol o la mala alimentación, entre otros.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Ofrecer a los vecinos un amplio y diverso programa de actividades relacionadas con el ocio saludable.
- ✓ Realizar campañas de difusión de este tipo de ocio.
- ✓ Programar actividades para todas las edades basadas en el ocio saludable.

ACCIONES RELACIONADAS

En los últimos años, especialmente a raíz de la pandemia, Jabugo ha dado prioridad a la salud mental y al bienestar emocional, poniendo en marcha para ello diferentes programas como las "Vacunas Emocionales", o "Jabugo, municipio con bienestar emocional".

En lo referente al ocio saludable son muchos los proyectos que este Ayuntamiento ha desarrollado y que han tenido como uno de sus objetivos principales fomentar este tipo de ocio. Podemos destacar los siguientes:

- ✓ Proyecto "Jabugo de cuento" (que fomenta el senderismo, las actividades en familia o con amigos y el cuidado de la naturaleza)
- ✓ Senderos guiados y/o teatralizados.
- ✓ Oficina de Turismo Municipal
- ✓ Actividades de las Bibliotecas Municipales, escuelas Deportivas y Escuela Municipal de Música.
- ✓ Jornadas de Salud
- ✓ Programación cultural del Área de Cultura: cine, teatro, presentaciones de libros, Ciclos de Música, narración oral, etc.



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

2. COMBATIR LA SOLEDAD NO DESEADA

ACCIONES RELACIONADAS

OBJETIVO GENERAL

Reducir la soledad no deseada de las personas mayores y dependientes de nuestro municipio

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Programar actividades para mayores que fomenten la convivencia y la sociabilización.
- ✓ Acompañar a aquellos que no pueden salir de sus casas.
- ✓ Ofrecer servicios, como el préstamo de libros a domicilio, que incluyan un rato de compañía a las personas que lo necesiten

ACCIONES RELACIONADAS

Jabugo forma parte de lo que se ha venido en llamar “La España vaciada”. Uno de los efectos de esta situación, es el progresivo envejecimiento de su población que viene sufriendo desde hace años. Y esto hace que cada vez haya más población mayor con necesidades muy específicas a las que el ayuntamiento tiene que dar respuesta.

La soledad no deseada es uno de los grandes males que muchos de nuestros mayores vienen sufriendo. Jabugo, al igual que en otros muchos pueblos rurales de España, tiene cada vez más mayores sin familia o con familiares que por razones de trabajo principalmente no pueden estar presentes, que pasan mucho tiempo solos. Esta soledad no deseada suele ser la causa de otros muchos problemas de salud derivados de esta situación.

La Biblioteca Pública Municipal ha sido pionera en Jabugo en este sentido, programando una serie de actividades encaminadas a reducir esta soledad no deseada de los mayores, a fomentar su inclusión social y, a ofrecerles herramientas básicas para un envejecimiento saludable y una mayor calidad de vida. Entre las propuestas de las bibliotecas destacamos las siguientes:

- ✓ Talleres de Memoria
- ✓ Charlas +60
- ✓ Sala +60
- ✓ Actividades intergeneracionales

Además, las diferentes programaciones de actividades culturales, deportivas y sociales, tienen cada vez más en cuenta esta circunstancia, fomentando con ellas la inclusión de nuestros mayores

Plan de Acción Local en Salud Jabugo

y la reducción de la soledad no deseada (viajes, teatro, música, cine, narración oral, etc.)

En las últimas ediciones de las Jornadas de Salud, la soledad de los mayores se ha convertido en un reto y en una cuestión a tener en cuenta.

3. FORMACIÓN PARA LA GESTIÓN DE EMOCIONES

OBJETIVO GENERAL

Concienciar sobre la importancia de la Salud Emocional como factor clave en el bienestar de la ciudadanía.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Dar a conocer los recursos que inciden en la Salud Emocional existentes en el municipio.
- ✓ Promover la participación de la ciudadanía en las actividades que tienen un efecto beneficioso en la Salud Emocional.

ACCIONES RELACIONADAS

Dentro de la preocupación de nuestro municipio por el bienestar emocional, la formación es parte fundamental.

Por ello se han realizado los siguientes Programas:

- ✓ "Jabugo, municipio con bienestar emocional".
- ✓ Vacunas emocionales"

Ambos programas han incidido en la gestión emocional, ofreciendo las herramientas necesarias para conocer bien nuestras emociones y para saber afrontarlas.

Además, los materiales derivados de estos programas, se encuentran disponibles en internet de forma permanente para todas las personas que puedan necesitarlo. Así como un gran abanico de recursos y profesionales a los que podemos acudir.

Y, los completos programas de actividades desarrolladas a lo largo de todo el año en nuestro municipio, ayudan también a la salud emocional de los vecinos y vecinas de Jabugo.

En varias Jornadas de Salud, este tema ha tenido especial relevancia, contando con la participación de respetados profesionales en este campo que han venido a compartir sus conocimientos con los asistentes.

4. EQUILIBRIO EMOCIONAL

OBJETIVO GENERAL

Proporcionar herramientas útiles que faciliten el manejo de situaciones estresantes y permitan mantener el equilibrio emocional.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Proporcionar a la ciudadanía técnicas adecuadas de expresión de las emociones.

ACCIONES RELACIONADAS

En lo relativo a la expresión de emociones son muchas las actividades que Jabugo tiene en este sentido. Podemos destacar las siguientes:

- ✓ Concurso de Relatos Cortos
- ✓ Concurso de Poesía "Federico Martín"
- ✓ Programación cultural: música, teatro, cine...
- ✓ Campamento Cultural de verano
- ✓ Programaciones de actividades de las Bibliotecas Municipales
- ✓ Programaciones de Actividades de las Escuelas Deportivas
- ✓ Programaciones de Actividades de la Escuela de Música

5. CONVIVENCIA

OBJETIVO GENERAL

Favorecer un buen clima de convivencia en el municipio.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Formar para canalizar problemas de convivencia de los diferentes colectivos sociales.
- ✓ Desarrollar estrategias para la prevención y resolución pacífica de los conflictos.

ACCIONES RELACIONADAS

Una de las principales herramientas de un ayuntamiento para fomentar la convivencia entre sus vecinos son los eventos lúdicos, las fiestas patronales, las actividades culturales, etc. Son momentos de convivencia donde las personas se relacionan en un ambiente relajado



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

que fomenta la buena convivencia. Destacamos carnavales, fiestas patronales, romerías, cruces de mayo, verbenas, festivales de música, cabalgatas, etc.

En lo referente a la prevención y resolución de conflictos, hacemos una labor destacada desde los Centros Educativos, las Bibliotecas Municipales, las Escuelas Deportivas, la Escuela Municipal de Música, la Banda Municipal de Música, etc.

El Encuentro de Mujeres que realiza este ayuntamiento de forma anual, es también una forma de fomentar la convivencia y la cooperación entre las participantes.

Además, son frecuentes las convivencias de diferentes colectivos, comidas de las Asociaciones, encuentros y demás que ayudan a crear un clima agradable de convivencia en nuestro municipio.

EVALUACIÓN

Con el propósito de propiciar una mejora continua, se evaluarán los distintos objetivos recogidos en el Plan de Acción, al menos una vez cada año, presentando el correspondiente informe de evaluación al conocimiento del Pleno Municipal.

Para ello se utilizará la hoja de evaluación que se adjunta, en la que estos objetivos operativos se descomponen en indicadores que permitirán la evaluación del plan en cada momento. Esta hoja de evaluación aporta indicadores de proceso, de impacto y de difusión, asignados a sus distintos responsables.

Además de estas evaluaciones anuales, las distintas actuaciones llevadas a cabo, se evaluarán a través de lo programado en las agendas trimestrales, con la intención de establecer un proceso de mejora continua.



Plan de Acción Local en Salud Jabugo

ANEXOS