

FICHA DE BUENA PRÁCTICA

IDENTIFICACIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

Nombre: ESCUELA DE SALUD PARA LOS MAYORES

Responsable: Carlos de Arpe. Coordinador Servicio Salud. Estrella Turrero. Responsable del Servicio de Salud

Colaboradores (internos y externos):

Fecha de inicio: 2016

Conceptos Fundamentales de la Excelencia: Añadir valor al colectivo de mayores. Fomentar el envejecimiento activo y saludable.

ENFOQUE:

Antecedentes:

En el **Plan Estratégico Diseña Alcobendas 2020, La ciudad que queremos**, el cual fue aprobado por el Equipo de Gobierno Municipal en Diciembre del 2013, uno de los objetivos generales es desarrollar estrategias preventivas de bienestar social en materia de salud, educación, formación, empleo y consumo (Eje 4. Objetivo 4.2). Dentro del anterior objetivo, el “Proyecto Motor” nº 26 es el de **Salud el envejecimiento activo**.

El propósito de la creación de **La Escuela de Salud para los Mayores**, es mantener un marco para promover conocimientos y actitudes en los mayores que permitan hábitos saludables adecuados, para mejorar su estado físico, psicológico y su calidad de vida.

Está dirigida esta Escuela no solo a personas de edad avanzada, sino a las personas maduras, ya a partir de los 55 años. Para las personas que ya tienen cierta edad, y les preocupa su bienestar actual y futuro, la Escuela de Salud para los Mayores es un excelente ámbito de encuentro, que ayudará a mejorar conocimientos actitudes y hábitos. Algunos de los cambios debidos a la edad no los podemos evitar, pero otros sí. Una adecuada información sobre las particularidades de la salud en las personas mayores es un factor indispensable para vivir más y, sobretodo, mucho mejor.

Objeto:

La Escuela persigue realizar ciclos de talleres formativos y debates sobre temas que están relacionadas con el envejecimiento activo y saludable un día a la semana en los centro de mayores de nuestro municipio.

Los talleres son desarrollados e impartidos por profesionales del Servicio de Salud del Ayuntamiento de Alcobendas y por especialistas invitados, cuando ello es necesario.

Esta actividad ha tenido gran y creciente éxito de demanda y participación y es muy bien valorada por los participantes.

La Escuela cumple también la función de recoger los intereses de los mayores en el campo de la salud.

Objetivo/s:

El envejecimiento progresivo y la ralentización del crecimiento relativo del número de habitantes son las tendencias que caracterizan de manera más relevante la evolución de la población de Alcobendas. El proceso de envejecimiento se refleja en el intenso y notable incremento que el grupo de personas mayores de 65 años ha tenido en los últimos años de la presente década hasta alcanzar actualmente el 12% del conjunto de población.

Partiendo de lo anterior, **el objetivo general** es fomentar hábitos saludables, prevenir enfermedades e impulsar un envejecimiento activo y saludable, en la población de los mayores.

Los objetivos específicos son:

- *Fomentar en los mayores una visión más positiva de su vida y posibilidades
- *Fomentar en los mayores la Autoestima
- *Fomentar actitudes hacia un envejecimiento activo y saludable
- *Informar sobre las principales medidas preventivas y hábitos de vida necesarios para mantener o mejorar la salud.
- *Dar a conocer los principales controles, revisiones y vacunas necesarios o aconsejables para los mayores
- *Constituir un foro de encuentro e intercambio entre los mismos mayores y entre ellos y los profesionales de la salud.
- *Recoger intereses de los mayores en el campo de la salud.

La Escuela de Salud para mayores está encuadrada dentro de las actividades del Programa de Promoción de la Salud del Servicio de Salud del Ayuntamiento de Alcobendas, se pretende que exista una participación ciudadana creciente del rango de edad al que está dirigida la Escuela de salud para mayores (a partir de los 55 años).

DESPLIEGUE

La Escuela se desarrolla mediante ciclos de charlas y debates sobre temas que fomentan el envejecimiento activo y saludable. Se realiza publicidad intensa y planificada en prensa revista local 7 días, programa de radio en Cadena Ser Madrid- norte y en redes sociales (Facebook, twitter...), así como en la página web del ayuntamiento.

La actividad se comenzó en el año 2016 realizando dos ediciones, de abril a mayo y de octubre a noviembre, todos los jueves, en cada ciclo se impartieron 6 charlas/debate con diferentes temáticas de interés entre la población de mayores.

En el 2017 se realizaron dos ediciones nuevas (Los martes con Salud) y en 2018 se realizaron otras dos nuevas ediciones con temas actuales seleccionados mediante las encuestas de valoración: En 2019 ya se ha llevado a cabo la primera edición.

La Escuela de salud para mayores está impartida por profesionales del Servicio de Salud **en colaboración con el Servicio de Mayores del Ayuntamiento** de Alcobendas, y con la posible participación de especialistas externos cuando es necesario

EVALUACIÓN

Se ha realizado evaluación de la Escuela de Salud para Los mayores, mediante encuestas de satisfacción, en todas las ediciones. Además de evaluar el contenido, los participantes realizan propuestas de temas que les interesan para posteriores ediciones.

RESULTADOS

Desde el comienzo los participantes han valorado la Escuela con 9 puntos sobre 10. En las últimas ediciones se alcanzó la puntuación de 9.98. La participación de los asistentes en la propuesta de temas o posibilidades ha ido en incremento.

PERSONA DE CONTACTO

Nombre: Carlos de Arpe
Puesto: Coordinador de Salud
Dirección: C/ Libertad 6. Servicio de Salud
Teléfono: 916637001 ext: 4014

Fecha de edición: 10/05/2019