

Promoción y prevención

Información y formación sobre tu salud

La Escuela Cántabra de Salud cumple su primer año de vida fomentando la educación para la salud entre los ciudadanos

Información y formación de los ciudadanos son las fortalezas de la Escuela Cántabra de Salud, que en abril de 2015 cumple su primer año de funcionamiento. A su frente se encuentran dos enfermeros: Luis Mariano López, como coordinador, y María Socorro Blanco, como técnico. Ellos han sido los encargados de ponerla en marcha como una iniciativa del Observatorio de Salud Pública de Cantabria, con el apoyo de la Consejería de Sanidad y Servicios Sociales.

“Entre nuestros objetivos están la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad entre la población cántabra, prestando especial atención a las personas y colectivos más vulnerables”, expone Luis Mariano López. La educación para la salud entre la población y las personas enfermas, en el ámbito familiar y en la escuela son las cuatro líneas de trabajo en las que la educación para la salud es la clave. “La base de nuestro trabajo es la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, fomentando hábitos y conductas saludables y potenciando el uso adecuado de los recursos sanitarios”, destaca María Socorro Blanco.

El primer trabajo que realizaron los dos enfermeros que integran la escuela fue recopilar toda la documentación que existía en Cantabria. “La clasificamos, valoramos su usabilidad para incluirla en una de las siguientes categorías: alfabetización en salud, autocuidado-autogestión de la enfermedad, toma de decisiones compartidas y seguridad clínica. Después,



LIDERADA POR ENFERMERÍA

Al frente de la Escuela Cántabra de Salud hay dos enfermeros, Luis Mariano López y María Socorro Blanco. “Nuestro Director General de Salud Pública apostó por que este proyecto lo liderase Enfermería, ya que tiene un rol autónomo y se encuentra en una posición privilegiada para trabajar estrechamente con los pacientes y sus cuidadores”, argumenta Luis Mariano, que además es profesor del Departamento de Enfermería de la Universidad de Cantabria. Precisamente

están ubicados en la Escuela de Enfermería, junto con el Observatorio de Salud Pública. Una de sus prioridades es trabajar con otros profesionales en el abordaje de la cronicidad. “Aquí el papel de las enfermeras es clave y fundamental. Podemos liderar el movimiento de cambio para mejorar el desarrollo profesional y colaborar para que la atención sanitaria sea más eficiente y de mejor calidad, con figuras como las enfermeras gestoras de casos”, destaca Mariano.

la pusimos a disposición de los ciudadanos a través de una página web. Una vez creamos las distintas áreas, contactamos con diferentes profesionales para solicitarles su colaboración en la redacción de guías informativas”, explica Mariano. “Antes de publicarlas, enviamos el contenido a las asociaciones de pacientes para valorar si entienden el lenguaje empleado. Por último, con ayuda de una periodista les damos el formato definitivo y las subimos a la web”. Los contenidos de la página, escuelacantabradesalud.es, se completan con cursos, redes sociales y blogs sobre temas como el VIH/Sida. “El anonimato es una de las ventajas de estas herramientas. Por ejemplo, una persona que ha tenido una conducta de riesgo suele tener miedo a acudir a un centro sanitario a resolver sus dudas. En cambio, a través del blog, tiene la posibilidad de resolverlas sin necesidad de identificarse, sabiendo que le está respondiendo el médico responsable de un servicio de infecciosos”, destaca Socorro.

Las líneas de intervención de la Escuela Cántabra de Salud se reflejan en las diversas actividades que están llevando a cabo. **En el ámbito familiar**, han creado el programa cuidador activo en clínicas de auto-

EL PACIENTE, EJE DE TODO



La Escuela Cántabra de Salud trabaja con 58 asociaciones de pacientes. Su creación es fruto del trabajo con ellos.

“Buscamos la experiencia de los pacientes, cómo conviven con su enfermedad. Queremos que transmitan sus emociones y sentimientos”, asegura Mariano López. “Lo primero que debemos trabajar es la salud emocional”.



La web:
www.escuelacantabradesalud.es

cuidados, con la captación de cuidadores de pacientes dependientes. “Es una intervención piloto”, explica Mariano López. “Trabajamos con los familiares de las personas ingresadas. Les informamos y formamos sobre cuidados para que sean capaces de llevar a cabo esta función cuando regresen a casa”.

En el ámbito escolar, trabajan con la red de escuelas saludables de la Consejería de Educación. “Es muy importante porque la infancia y la adolescencia son etapas clave para hacer prevención y favorecer estilos de vida saludable entre los niños”, subraya Socorro.

Con las personas enfermas, van a crear el programa Paciente Activo. “Tienen la experiencia de vivir con la enfermedad. Con la formación entre iguales, los prepararemos para que enseñen a otras personas”.

Mariano y Socorro afirman que su trabajo les resulta muy enriquecedor. “Lo que más nos motiva es lo que nos están enseñando los pacientes. Cuando le preguntas le haces partícipe, te da la solución a su problema”. Consideran que su reto está en que el sistema interiorice que “la educación para la salud es una herramienta muy potente para mejorar los resultados de salud”.

La población vulnerable, eje transversal



Taller destinado a población gitana

Una estrategia transversal de la escuela es la educación para la salud de la población con necesidades especiales, como pacientes con enfermedades raras, discapacitados o inmigrantes, entre otros. “Debido a sus necesidades y características especiales es importante hacer una adaptación de

los materiales pedagógicos y de la información, basada en su idiosincrasia, ya que si no tenemos comprobado que no llegamos a ellos”, argumenta Socorro Blanco. De momento, entre las actividades que han emprendido destaca la creación de un aula para inmigrantes y un taller para población gitana.