

## MUJER, SALUD Y BIENESTAR: CAMINANDO UNIDAS

Encuentro de participantes en Grupos Socioeducativos de Atención Primaria

ORGANIZA: Distrito Sanitario de Atención Primaria de Sevilla  
Miércoles, 28 de mayo de 2014



<http://www.redsaludandalucia.es/>  
<http://www.saludpublicasevilla.es>  
<http://www.juntadeandalucia.es/salud/gruse>

LUGAR DE CELEBRACIÓN:  
Aula Magna, Decanato de la Facultad de Medicina  
(Hospital Virgen Macarena de Sevilla)



Servicio Andaluz de Salud  
CONSEJERÍA DE IGUALDAD, SALUD Y POLÍTICAS SOCIALES



## Programa

**09:30-09.45h:**

Recepción y entrega de material.

**09:45-10.00h:**

Acto institucional de apertura:

Delegación Territorial de Sevilla, Consejería de Igualdad, Salud y Política Social y Directora Gerente del D.S.A.P. Sevilla

**10:00-11.30h:**

Mesa debate de experiencias "En primera persona". Modera: D<sup>a</sup> Mercedes Amo. Médica de Familia C.A.P. Cisneo Alto.

D<sup>a</sup> Concepción Arévalo González - C.A.P. Cisneo Alto Las Naciones

D<sup>a</sup> Coral Costa Rodero - C.A.P. El Cachorro

D<sup>a</sup> M<sup>a</sup> de los Reyes Orgaz Prieto - C.A.P. Polígono Norte

D<sup>a</sup> Josefa Nuñez Santos - C.A.P. Pino Montano

D<sup>a</sup> Ana M<sup>a</sup> Alonso Robles - C.A.P. El Porvenir

**11:30-12:00h:**

Descanso y confección de cartel GRUSE.

**12:00-13:30h:**

Talleres de carácter experiencial. Estarán orientados a vivir una experiencia positiva y/o incrementar los activos para la salud y el bienestar. Estos talleres también aportarán nuevas herramientas a profesionales.

Taller de Teatro Social, impartido por D. Manuel Muñoz Bellerín

Taller de Risoterapia, impartido por D<sup>a</sup> M<sup>a</sup> Monte Correa Rosa y D<sup>a</sup> Mercedes Sacristán

Taller de Autoestima a Través del Flamenco, impartido por D. Ángel Martín

Taller de Danza, impartido por D. Manuel Cañadas

Taller de Redes Sociales, impartido por D. Raúl Ruiz Álvarez

**13:30-14:00:**

Proyección de montaje de fotos obtenidas durante el Encuentro.

Ejercicio de Relajación en Grupo, dirigido por D. Alejandro Moreno Duran.

Clausura de las Jornadas.

**Inscripción:**

<https://docs.google.com/forms/d/1zPscPDgR7o-09Vp3HCE-RPtK1RPBhK1p7vz4Cy0D8zM/viewform>

*El pasado 28 de Mayo de 2014 , Día Internacional de Acción por la Salud de la Mujer, se celebró el I Encuentro: Mujer, Salud y Bienestar: Caminando Unidas, que reunió a participantes de los Grupos Socioeducativos de Atención Primaria (GRUSE) del Distrito Sanitario de Atención Primaria de Sevilla. El Encuentro se celebró en el Aula Magna del Decanato de la Facultad de Medicina en el Hospital Virgen Macarena mostrando su personal en todo momento una gran acogida a los participantes. El objetivo de este encuentro fue compartir experiencias, vivencias, emociones y todo aquello que ayude a continuar con esta estrategia de promoción de la salud objeto de los grupos, ayudando a incrementar los recursos entre las participantes para mejorar su salud y bienestar.*

*El nº de participantes de los GRUSE en el DSAP Sevilla en 2013 fue de 169 mujeres y al Encuentro acudieron 112 personas, de las cuales 87 eran mujeres, lo que implica que un porcentaje muy importante de las mujeres participantes en los GRUSE asistieron a esta cita.*

*El Encuentro fue inaugurado por la Directora Gerente del DSAP Sevilla: M<sup>a</sup> Angeles Tarilonte Delgado y por la Jefa de Servicio de Promoción de la Salud y Participación de la Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales: Isabel Escalona Labella.*

*Tras la inauguración hubo una mesa de debate coordinada por D<sup>a</sup> Mercedes Amo, Médica de Familia en la que participaron D<sup>a</sup> Concepción Arévalo González del CAP Cisneo Alto Las Naciones, D<sup>a</sup> Coral Costa Rodero del C.A.P. El Cachorro, D<sup>a</sup> M<sup>a</sup> de los Reyes Orgaz Prieto del CAP Polígono Norte y D<sup>a</sup> Josefa Nuñez Santos del CAP Pino Montano y D<sup>a</sup> Ana M<sup>a</sup> Alonso Robles del C.A.P. El Porvenir.*



La mesa fue muy participativa, favoreciendo una importante participación de las mujeres que estaban en el Encuentro, que generosa y voluntariamente quisieron aportar su experiencia, sus vivencias y el efecto que esta estrategia ha tenido en su vida diaria. Se resaltaron los lazos fuertemente creados con las mujeres del grupo, favoreciendo sus activos para superar las dificultades de la vida diaria, empoderarse y ser más feliz. En palabras de la coordinadora de la mesa se elaboró un discurso de igualdad y de libertad. Hubo muchas participaciones que agradecían a los profesionales, y en particular, a trabajadores sociales, todo el apoyo recibido, el respeto y la buena profesionalidad y humanidad con la que se llevaban a cabo el desarrollo de los grupos. También se expusieron algunas peticiones como nuevas iniciativas: tener acceso a libros interesantes, vídeos, plataformas virtuales, nuevas convocatorias y la extensión a otros grupos, como hombres en desempleo.

Durante el descanso se confeccionó el Cartel GRUSE, con aportaciones y reflexiones de las mujeres. Algunos de los mensajes que se colgaron:



“En el grupo he sentido apoyo y sobre todo ha abierto mi mente QUE NO ESTOY SOLA”

“Mi paso por el grupo me aportó serenidad y tomar conciencia del momento”

“Soy más independiente, me siento mejor”

“Es lo mejor que he hecho en mi vida. El curso me ha ayudado a ver la vida de otra manera”

“Somos luchadoras de la vida. Adelante”

*“Tu vida la decides tu, no dejes que nadie decida por ti”*

*“Seguridad”. “Tener más autoestima”. “Quererte”. “A no darte por vencida”. “Cariño”,...*

*Una segunda parte del Encuentro estuvo dedicado a la realización de talleres de carácter experiencial:*

*Risoterapia coordinados por Montserrat Correa Rosa y Merche Sacristán,*

*Teatro social con Dº Manuel Muñoz Bellerín,*

*Danza impartido por Dº Manuel Cañadas ,*

*Autoestima flamenca dirigido por Dº Ángel Martín y*

*Redes sociales dirigido por Dº Raúl Ruiz.*

*Estos talleres se orientaron a vivir una experiencia en grupo positiva y a incrementar los activos para la salud y el bienestar.*



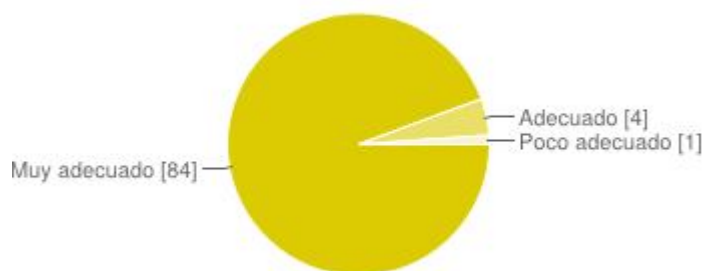


*La jornada se terminó con la visualización del montaje de fotografías obtenidas durante el encuentro por D<sup>a</sup> Lola Aguilera Prieto y una sesión de relajación basada en Mindfulness dirigida por D<sup>o</sup> Alejandro Moreno.*

*Tras la finalización del Encuentro, 90 personas cumplimentaron el cuestionario de evaluación, el 99% mujeres. De ellas, 47 personas tenían entre 51-65 años, 30 personas entre 31-50 años, 10 personas más de 65 años y 1 entre 18-30 años.*

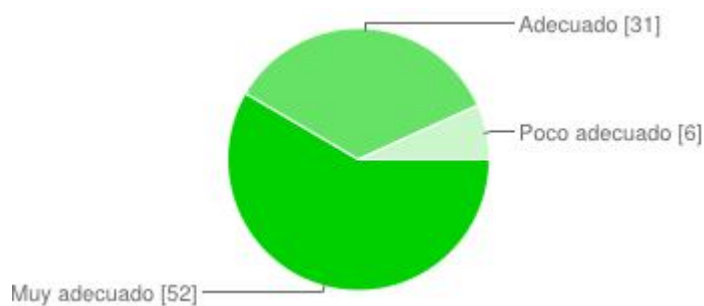
*El 75% eran personas participantes en los GRUSE y el 25 % profesionales.*

*El 94% consideró muy adecuado que se haya organizado un Encuentro de participantes en los Grupos Socioeducativos de Atención Primaria.*

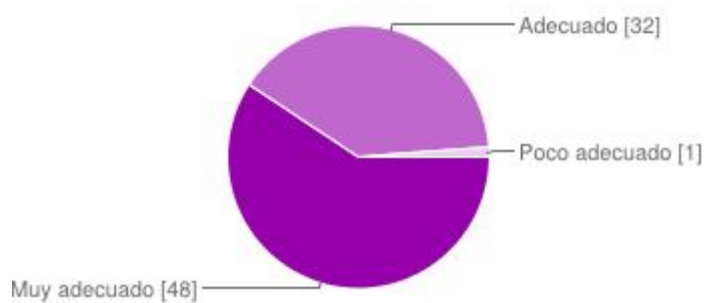


Los motivos que se destacaron con más frecuencia fueron que les había ayudado la experiencia grupal, “el conocer a más gente”, “escuchar a mujeres”, “las vivencias compartidas”. Se destacaron aspectos positivos a nivel emocional “Me he sentido muy bien”, “Dan vida” “Me ha servido para subir mi autoestima”, y de conocimiento “He aprendido mucho” “Hace fluir todos los sentimientos y se aprende de las experiencias”. También se destaca la importancia de hacer visible la actividad.

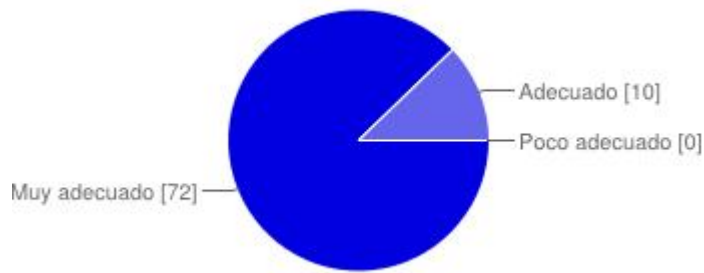
El 58% considera muy adecuado el lugar donde se han hecho las reuniones y el 35% adecuado.



En cuanto al horario, el 59% lo ha valorado muy adecuado y el 40% adecuado.



El 88% estimó muy adecuado los contenidos del encuentro.



*Se destacó aspectos positivos, la participación de las mujeres como “Compartir y aprender de otros, apoyarnos las unas a las otras”, “Las experiencias de las mujeres, y la diversión de los talleres”, “Nos enseñan a disfrutar de nosotros mismos”. Hubo también respuesta sobre la organización de la Estrategia “Hace falta más asistentes sociales y más información en los centros de salud”, “Porque lo convierte en unas jornadas oficiales con importancia”.*

*En relación a los temas trabajados que más habían gustado, destacaron en general tanto la experiencia de las mujeres como los talleres de forma muy positiva. “En general todo”, “Ha sido muy gratificante”, “Todo ha sido excelente”.*

*De forma concreta, se destacó la mesa de experiencias de las mujeres, el taller de risoterapia, el taller de autoestima flamenca y la charla de presentación. También, nos hicieron una petición: “Yo tengo mi marido con 56 años. A los 55 se quedó parado teniendo una vida laboral de 40 años, él piensa que no vale nada. Poner GRUSE para hombres”.*

*Destacamos el buen clima y sintonía que hubo durante todo el evento, que anima a futuras ediciones del mismo.*