

Más de 60 mujeres participan en el primer encuentro de Grupos Socioeducativos desarrollado en el Hospital de Baza

El Área de Gestión Sanitaria Nordeste de Granada ha organizado esta actividad consciente de la eficacia de estos grupos que facilitan el intercambio de experiencias positivas

Más de 60 mujeres han participado en el primer encuentro de Grupos Socioeducativos (GRUSE) desarrollado en el Hospital de Baza, adscrito al Área de Gestión Sanitaria Nordeste de Granada, organizador de esta actividad. Con el encuentro, al que han acudido las mujeres participantes en estos grupos, familiares y profesionales sanitarios, se pretende por un lado destacar la pertinencia y eficacia de los grupos socioeducativos y, por otro, posibilitar el intercambio de experiencias y crear lazos de conexión con otras mujeres participantes y profesionales implicados en esta actividad.



Durante el encuentro se ha desarrollado una mesa de debate bajo el título "¿Qué me ha hecho más fuerte?" en la que han participado cuatro mujeres de diferentes grupos GRUSE que han contado sus vivencias desde diferentes perspectivas, aportando su visión personal y transmitiendo también, en la medida de lo posible, las experiencias de sus compañeras de grupo.

Así mismo se han realizado dos talleres simultáneos, coordinados por profesionales del área: "Tu cuerpo te habla, escúchate" y de la Federación de Asociaciones de Mujeres del Altiplano: "Mindfulness, un camino para la atención plena". Ambos con el objetivo de potenciar el desarrollo de habilidades y activos personales que mejoren la capacidad de afrontamiento de la vida cotidiana de las mujeres a través de la meditación, la autoestima, la gestión emocional y la risa.

Los Grupos Socioeducativos (GRUSE) de Atención Primaria pretenden fomentar los activos para la salud y el bienestar emocional de las mujeres previniendo problemas de salud mental y empoderando a este colectivo. Estos grupos, compuestos por un máximo de 15 personas, son coordinados por los trabajadores sociales en los centros de salud e intentan desarrollar habilidades personales para afrontar de forma saludable los problemas de la vida cotidiana. Los mismos se desarrollan en los centros de salud de las siete Unidades de Gestión Clínica que componen el área sanitaria.

El director gerente en funciones, José Alarcón, la subdirectora médica, Fabiola Cabrerizo y la subdirectora de Enfermería, María del Mar García, han sido las personas encargadas de abrir este encuentro, destacando todos ellos que estos grupos ayudan a "desarrollar y potenciar talentos y habilidades de las personas participantes, para que puedan afrontar de manera saludable las dificultades de la vida cotidiana". Además se abordan los determinantes socio-culturales y psicosociales que, con frecuencia, condicionan la aparición de síntomas físicos de malestar.

Estos grupos se orientaron en una primera fase a la población femenina, ya que un alto porcentaje de las personas tratadas por problemas de depresión o similares en los centros de atención primaria son mujeres, con cargas familiares, y edades comprendidas entre los 30 y los 65 años. Este trabajo en grupo se ha demostrado efectivo para evitar el aislamiento social, mejorar la autoestima y el manejo de las emociones.

El área de Gestión Sanitaria comenzó a realizar esta actividad en 2013. Desde entonces han participado cerca de 300 mujeres en los grupos que se han llevado a cabo hasta el momento. Ahora se trabaja en la puesta en marcha de un grupo socioeducativo dirigido a hombres. Iniciativa que está desarrollando el trabajador social, Ildfonso Leroy. El acceso a estos grupos se realiza mayoritariamente a través de los trabajadores sociales, si bien los participantes también pueden acudir mediante derivación de otros profesionales de atención primaria o por iniciativa propia.