

El Área Sanitaria Serranía de Málaga ha celebrado cinco grupos socioeducativos para mujeres durante el pasado 2013

Las participantes han adquirido herramientas para mejorar su calidad de vida y potenciar la autoestima y la asertividad o las emociones

El Área Sanitaria Serranía de Málaga ha desarrollado a lo largo del pasado año cinco grupos socioeducativos dirigido a mujeres para potenciar sus habilidades personales, así como la adquisición de herramientas para superar las dificultades de la vida diaria. Las Unidades de Gestión Clínica (UGC) de Ronda Sur – Santa Bárbara, Ronda Norte y Algatocin han realizado un grupo cada una y la UGC de Benaolán ha llevado a cabo dos.



Este proyecto de promoción de la salud, denominado GRUSE, es llevado a la práctica por las trabajadoras sociales del área sanitaria y está destinado a mujeres que acuden de forma reiterada a consulta, presentando síntomas inespecíficos de malestar físico y/o emocional sin explicación fisiológica aparente, junto a una percepción de incapacidad para afrontar o manejar situaciones adversas.

De este modo, se ha contado con la participación de un total de 41 mujeres, de las que 35 han finalizado todas las sesiones planificadas. Del total de participantes, 13 fueron derivadas desde Atención Primaria, 9 a petición propia, y 19 procedentes de otras derivaciones.

En esta actividad, con una media de ocho sesiones grupales, se abordan contenidos relativos a los activos personales y comunitarios, la comunicación eficaz, la autoestima y la autopercepción, el manejo de las emociones, la resolución de problemas y el trabajo en equipo, entre otros aspectos. En este sentido, este foro se presenta como un espacio de encuentro y apoyo, en el que se dan oportunidades para reflexionar y compartir.

Así, las mujeres que participan en estos grupos se benefician de un lugar de encuentro que facilita la potenciación de sus habilidades emocionales y permite el abordaje de los determinantes de género asociados al malestar que sienten. Destacar por último, que todas las asistentes señalan su alto grado de satisfacción con esta actividad y la recomendarían a otras personas.

Grupo socioeducativos (GRUSE)

La puesta en marcha de los Grupos Socioeducativos en Atención Primaria forma parte de la estrategia de promoción de salud mental y prevención de los trastornos mentales del Plan Integral de Salud Mental de Andalucía (PISMA) de la Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales. Dicho plan está definido desde una perspectiva integral y no aborda exclusivamente cuestiones asistenciales ya que incorpora la perspectiva de la salud pública.

El Plan Integral de Salud Mental de Andalucía apuesta decididamente por estrategias de sensibilización, promoción y prevención, enfatizando la colaboración entre los diferentes niveles asistenciales y sectores implicados. Además, el modelo comunitario de atención a la salud mental implantado en Andalucía ya incorporaba desde sus inicios estos principios, enriqueciéndose en los últimos años con el enfoque de la salud mental positiva, la recuperación y el empoderamiento de la ciudadanía.