

La Unidad de Gestión Clínica de Ronda Norte celebra un grupo socioeducativo para ayudar a mujeres a afrontar los problemas diarios

Esta iniciativa, desarrollada en Serrato, pretende potenciar las habilidades personales de las participantes y mejorar su estado de salud

La Unidad de Gestión Clínica (UGC) de Ronda Norte del Área de Gestión Sanitaria Serranía de Málaga ha llevado a cabo en la localidad de Serrato un grupo socioeducativo dirigido a mujeres para potenciar sus habilidades personales, así como la adquisición de herramientas para superar las dificultades que se encuentran en el día a día. Esta acción de promoción de la salud, denominada GRUSE, ha estado integrada por ocho sesiones semanales, contando con la participación de siete mujeres con edades comprendidas entre los 50 y 60 años. Las mujeres que han formado parte de este proyecto han manifestado un alto grado de satisfacción y una alta percepción de utilidad para su vida.



Esta actividad, desarrollada por la trabajadora social de la mencionada UGC, Ana María Navarrete, aborda 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 asuntos. Así, este grupo se presenta como un punto de encuentro y apoyo, en el que se dan oportunidades para reflexionar y compartir experiencias en común. Entre las actividades desarrolladas se llevó a cabo un videoforum con motivo de la reciente celebración del Día Internacional para la Eliminación de la Violencia de Género, en el que no sólo participaron las personas que han formado parte del GRUSE, sino que fue abierto a la población en general, contando 21 asistentes.

El perfil de las participantes en estos grupos socioeducativos es una mujer adulta que acude a consulta en el centro de salud de atención primaria y que necesita apoyo para enfrentarse a la vida diaria con mayores oportunidades de éxito, especialmente aquéllas que presenten síntomas de malestar físico o emocional sin explicación fisiológica aparente, junto a una percepción de incapacidad para hacer frente a situaciones adversas.

De este modo, las mujeres que participan en estos grupos se benefician de un espacio de encuentro que facilita la potenciación de sus habilidades emocionales para crear las condiciones individuales, sociales y ambientales que permitan el desarrollo psicológico óptimo que aumente la calidad de vida de las participantes. Así, se pretende fomentar los activos en salud de estas mujeres mediante una estrategia predefinida para introducir cambios en su vida y conducirla de una forma más saludable.

Por otro lado, señalar el carácter participativo de las mujeres que han formado parte del GRUSE, que han demostrado un gran interés por aprender y adquirir nuevas habilidades. Por último, destacar la colaboración de la concejalía de Mujer, Salud y Consumo del citado municipio en el desarrollo de esta iniciativa.

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). 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.