

Trabajadores sociales de atención primaria se forman en la creación de grupos de ayuda a mujeres con problemas de salud

Esta estrategia, denominada GRUSE-M, busca desarrollar y potenciar habilidades en las pacientes para afrontar dificultades en su vida cotidiana

Un grupo de 15 trabajadoras sociales de atención primaria de la provincia de Huelva ha asistido a un curso organizado por la Delegación de Salud con el objetivo de desarrollar el proyecto GRUSE-M (grupos socioeducativos de mujeres), que persigue mejorar la salud de usuarias adultas que acuden a las consultas de los centros de salud y que necesitan apoyo para enfrentarse a la vida diaria.

Este proyecto 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). Se trata de una actividad destinada a fomentar los activos en salud mental de la población en general y de grupos vulnerables en particular. Mediante una estrategia grupal socioeducativa se pretenden así potenciar recursos de la comunidad, talentos y habilidades individuales de las personas destinatarias para afrontar de forma saludable las dificultades de la vida cotidiana. Además, en los GRUSE se abordan los determinantes socioculturales y psicosociales que, con frecuencia, condicionan síntomas de malestar.

Esta iniciativa consiste en una actividad grupal que se desarrolla en el ámbito de la atención primaria y se celebra en ediciones de ocho sesiones como mínimo. En cada edición, se forma un grupo de un máximo de 15 personas, que durante un período de ocho semanas asisten a una sesión inicial, seis sesiones de contenidos para potenciar sus activos en salud mental y una última sesión de cierre.

Los trabajadores sociales han abordado durante la primera fase del curso los siguientes contenidos: conceptos básicos en promoción de salud mental y perspectiva de género, habilidades para el manejo de grupos, aspectos organizativos para la implementación de los grupos en atención primaria, contenidos de los GRUSE, gestión de dinámicas de los talleres, "feedback", evaluación y propuestas de mejora.

La segunda fase consistirá en la planificación y puesta en marcha por parte de cada uno de los participantes de un grupo socioeducativo para mujeres en un centro de salud, con la supervisión de un equipo de tutores que les prestarán apoyo y al que podrán consultar a través de vía telemática, correo electrónico y la plataforma virtual GRUSE.

El desarrollo de esta acción va a permitir que las mujeres integrantes de ellos se beneficien de un espacio que facilita la potenciación de sus habilidades emocionales y aborde los determinantes de género asociados al malestar que sienten.

En general, la estrategia GRUSE va dirigida a cualquier persona que pueda beneficiarse de un enfoque basado en incrementar sus activos de salud. Como primera experiencia para desarrollar estos grupos se ha elegido a las mujeres adultas que frecuentan las consultas en los centros sanitarios, incluyendo en concreto a las que presentan síntomas inespecíficos de malestar físico y/o emocional sin explicación fisiológica aparente, junto a una percepción de incapacidad para afrontar situaciones adversas.

Grupos socioeducativos

El proyecto GRUSE forma parte de las estrategias de promoción y prevención recogidas en el Plan Integral de Salud Mental de Andalucía (PISMA). Dicho plan está definido desde una perspectiva integral y no aborda exclusivamente cuestiones asistenciales, ya que también incorpora la perspectiva de la salud pública.

El PISMA apuesta así por iniciativas de sensibilización, promoción y prevención, enfatizando la colaboración entre los diferentes niveles asistenciales y sectores implicados. Además, el modelo comunitario de 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.