Noticias viernes, 20 de julio de 2012

El centro de salud de La Carlota potencia las habilidades personales de las mujeres mediante un grupo socioeducativo

Las participantes han conseguido aprender herramientas para mejorar su calidad de vida y hacer frente a situaciones difíciles de la vida diaria tratando la autoestima, la asertividad o las emociones

El Centro de Salud de La Carlota, en Córdoba, ha concluido con éxito la puesta en marcha de un grupo socioeducativo dirigido a mujeres para potenciar sus habilidades personales, así como los mecanismos de superación para las dificultades de la vida diaria. La dirección ha estado a cargo de María José Pérez, trabajadora social de la Unidad de Gestión Clínica, y ha contado con la colaboración de otros profesionales sanitarios como la médica, Leonor García de Vinuesa, que ha participado activamente en el proyecto.

El proyecto se ha desarrollado desde el mes de mayo hasta mediados de julio y ha perseguido mejorar la salud de las mujeres que acuden a las consultas de Atención Primaria y que necesitan apoyo a la hora de enfrentarse a situaciones difíciles para lograr mayores oportunidades de éxito. Esta iniciativa ha tenido en cuenta los determinantes socioculturales y psicosociales que, con frecuencia, condicionan las inquietudes de estas mujeres.

El grupo ha estado formado por un total de 15 mujeres, de edades comprendidas entre los 35 y los 60 años, que se han beneficiado de este proyecto. Ha constado de un total de ocho sesiones en horario de tarde, donde se han tratado contenidos tales como la autoestima, las percepciones, los activos en salud, las emociones, la comunicación, las metas y objetivos, la resolución de conflictos y la asertividad, entre otros.

La valoración de las sesiones por parte de las participantes ha sido satisfactoria y han insistido en que deberían continuar en el tiempo ya que han conseguido aprender herramientas para mejorar su calidad de vida y hacer frente a difíciles situaciones que se han encontrando en su día a día.

Grupos socioeducativos (GRUSE)

La puesta en marcha de los Grupos Socioeducativos en Atención Primaria, se encuadra dentro de los Planes y estrategias en salud mental a nivel europeo, nacional y autonómico, tales como el Libro Verde sobre Salud Mental y Pacto Europeo para la Salud Mental y el Bienestar; la Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud y el Plan Integral de Salud Mental de Andalucía 2008-2012 (PISMA).