

El Distrito Sanitario Granada desarrolla varios grupos de apoyo social dirigidos a mujeres de entre 30 y 65 años

Con esta actividad se pretende dotar a las participantes de habilidades para afrontar de manera saludable las dificultades de la vida cotidiana

El Distrito Sanitario Granada ha comenzado a desarrollar grupos de apoyo social. Los mismos están dirigidos a mujeres para dotarlas de las habilidades necesarias con las que hacer frente a los problemas de la vida diaria.

En un primer momento comienzan a desarrollarse esta misma semana en los centros de salud de Almanjáyar, Cartuja y Casería de Montijo, todos ellos ubicados en zonas de transformación social. Más tarde se irán incorporando de forma paulatina continuando en Mirasierra-Gongora, La Caleta, Salvador Caballero, Gran Capitán y Zaidín-Sur.

Esta estrategia pretende captar a mujeres de entre 30 y 65 años que acuden a sus consultas con el objetivo de darles apoyo para enfrentarse de manera saludable a las dificultades de su vida cotidiana, desarrollando sus talentos y habilidades.

Esta iniciativa, denominada Grupos Socioeducativos (GRUSE), ha sido organizada por la trabajadora social de cada uno de los centros de salud y forma parte de las estrategias de promoción y prevención de los trastornos mentales incluidas en el Plan Integral de Salud Mental (PISMA) diseñado por la Consejería de Salud y Bienestar Social.

Estos grupos socioeducativos son una actividad más de promoción de la salud, de carácter no asistencial, destinados a fomentar los activos en salud mental de la población en general. Esta actividad está coordinada por los profesionales de Trabajo Social que desarrollan su labor en los dispositivos sanitarios.

La captación de participantes se lleva a cabo por el médico de atención primaria, en el centro de salud, tras lo que las candidatas pasan una entrevista personal con la trabajadora social que será la profesional que coordine el grupo, tras desarrollar un periodo de formación.

Se trata de una iniciativa que sin interferir en el funcionamiento de cada uno de los centros, puede ser realmente operativa y productiva. Con ella se pretende también valorar si este tipo de intervenciones disminuye la frecuentación de esta población a sus centros de salud y con ello los problemas derivados de la hiperfrecuentación.

Los grupos compuesto por 16 mujeres, como máximo, se reúnen una vez a la semana en el mismo centro de salud durante un par de meses. Entre los contenidos incluidos en la sesiones se encuentran la toma de conciencia de las propias oportunidades y recursos (los activos personales y comunitarios en salud), la comunicación eficaz, la autoestima, el control del pensamientos (preocupaciones), el manejo de las emociones, la resolución de problemas, la toma de decisiones y el control del estrés y la ansiedad.

El perfil de la asistente es una mujer adulta sin patología específica de salud mental que frecuenta las consultas en los centros sanitarios con síntomas no diagnosticados de malestar físico o emocional sin explicación fisiológica aparente, junto a una percepción de incapacidad para afrontar situaciones adversas, dado un déficit en el apoyo familiar o social.

Plan Integral de Salud Mental de Andalucía (PISMA)

Esta línea de actuación se incluye en el Plan Integral de Salud Mental (PISMA), impulsado por la Consejería de Salud y Bienestar Social, en el que se recogen las actuaciones que la Junta de Andalucía va a desarrollar en materia de salud mental.

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. Estos aspectos, ya contemplados en el modelo comunitario de atención a la salud mental implantado en Andalucía, se han visto enriquecidos en los últimos años con el enfoque de la salud mental positiva, la recuperación y el fortalecimiento de la ciudadanía.