

Profesionales sanitarios de Cañete de las Torres desarrollan el Proyecto GRUSE para mejorar la salud mental de los ciudadanos

Esta actividad se enmarca en el Plan de Participación Ciudadana y Educación para la Salud de la Unidad de Gestión Clínica, dirigido a los usuarios de los municipios de la zona

Profesionales sanitarios del centro de salud de Cañete de las Torres, perteneciente a la Unidad de Gestión Clínica (UGC) de Bujalance (Córdoba) están desarrollando durante los meses de octubre, noviembre y hasta el 8 de diciembre el proyecto de talleres GRUSE (grupos socioeducativos) para mejorar la salud mental de los ciudadanos.

Los GRUSE son actividades de promoción de salud, destinada a fomentar los activos en salud mental de la población en general, así como de grupos de usuarios, para un afrontamiento saludable de las dificultades de la vida cotidiana. En concreto y como inicio de la experiencia, la población diana son mujeres adultas que acuden a consulta en el centro de salud y que necesitan apoyo para enfrentarse a la vida diaria con mayores oportunidades de éxito.

El taller conducido por la trabajadora social de la UGC, Mercedes Martínez, está constituido por nueve mujeres y entre sus objetivos se encuentran crear un espacio de encuentro grupal, autoconocimiento y autoapoyo para mujeres que se pueden beneficiar de una reflexión sobre la dificultad que las lleva a sentirse mal, y en particular, sobre la forma en que la construcción social de género y "los mandatos de género" influyen en su bienestar.

Asimismo, se busca atender con metodología grupal, la salud emocional de la mujer desde el ámbito de la Promoción de la Salud, favoreciendo la reflexión sobre los recursos con los que cuenta y las posibilidades de interaccionar con el sistema sanitario, con su comunidad y proponer cambios.

Por otro lado, entre los objetivos de los grupos socioeducativos está también ayudar al aprendizaje, aprovechamiento y adquisición de habilidades para un mejor afrontamiento de factores de riesgo, como el manejo de conflictos en relaciones familiares, habilidades de solución de problemas, control de pensamientos negativos, entre otros. Permitir asimismo, que emerjan, saber manejar y aportar apoyo antes el estrés y malestar que puede producir la expresión en las sesiones grupales de situaciones relacionadas con dificultades reales de la vida de estas personas. Identificar otras demandas y transmitir las mismas a los dispositivos y servicios sanitarios/sociales.

Esta línea de actuación se incluye dentro del Plan Integral de Salud Mental, impulsado por la Consejería de Salud, y que plantea entre sus estrategias la sensibilización, promoción y prevención, enfatizando la colaboración entre los diferentes niveles asistenciales y sectores implicados, principalmente la Atención Primaria y Equipos de Salud Mental comunitarios.