

El Distrito Sevilla Norte ha coordinado seis grupos socioeducativos para mejorar la calidad de vida de las mujeres

Gracias al proyecto denominado GRUSE, 60 mujeres han podido desarrollar y potenciar habilidades personales para afrontar las dificultades diarias de la vida cotidiana

El Distrito sanitario Sevilla Norte ha coordinado seis grupos socioeducativos para mejorar la calidad de vida de las mujeres dentro del proyecto denominado GRUSE. Durante 2012, un total de 60 mujeres han podido desarrollar y potenciar habilidades personales para afrontar las dificultades diarias de la vida cotidiana.

El proyecto GRUSE forma parte de la estrategia de promoción de la salud mental y prevención de los trastornos mentales del Plan Integral de Salud Mental de Andalucía (PISMA). Los grupos se han realizado en los municipios de Alcalá del Río, Cazalla, Carmona, La Rinconada, Guillena y Santa Olalla de Cala, todos ellos pertenecientes al Distrito Sanitario Sevilla Norte.

El programa GRUSE aborda igualmente todos los determinantes socioculturales y psicosociales que, con frecuencia condicionan los síntomas de malestar existentes. La edad media de las participantes oscilaba entre 40 a 50 años y en todos los grupos la satisfacción de las participantes ha sido muy alta, manifestando su agradecimiento y deseo de continuidad. En los distintos grupos se han hecho ocho sesiones, de una hora y media a dos horas de duración donde los contenidos se han orientado a la modificación de comportamientos y conductas capaces de influir sobre los determinantes en salud.

Con esta iniciativa se pretende crear espacios de encuentro grupal, autoconocimiento y autoapoyo para mujeres que, mediante talleres interactivos puedan beneficiarse de una reflexión sobre la conflictiva que las lleva a sentirse mal.

La promoción de la salud mental tiene como objetivos proteger, promover y mantener el bienestar emocional y social y se ha definido como el conjunto de actuaciones que implican crear las condiciones individuales, sociales y ambientales que permitan el desarrollo psicológico y psicofisiológico óptimo, aumentando la calidad de vida de las personas.

Por otro lado, y coincidiendo con las actividades organizadas por el Ayuntamiento de Alcalá del Río, con motivo de la celebración del Día Internacional de Violencia de Género, el proyecto GRUSE fue incluido en el programa por la delegación de Igualdad, entregándose un diploma de felicitación a las mujeres por parte del alcalde de la localidad en agradecimiento a su participación en los grupos socioeducativos.