Noticias martes, 12 de febrero de 2013

El Área Sanitaria Norte de Córdoba potencia las habilidades personales de las mujeres a través de grupos socioeducativos

Las participantes adquieren herramientas para mejorar su calidad de vida y potenciar la autoestima y la asertividad o las emociones

El Área Sanitaria Norte de Córdoba ha desarrollado en su zona de influencia el proyecto GRUSE-M, grupos socioeducativos para mujeres, con el objetivo de mejorar la salud de mujeres adultas que necesitan apoyo para enfrentarse a la vida diaria. A través de esta iniciativa se trabaja en el desarrollo de acciones de prevención y promoción de la salud mental que permitan a sus participantes mejorar su calidad de vida y su bienestar a través de la potenciación de sus habilidades personales.

A lo largo de 2012 se han desarrollado varios grupos en los que han participado un total de cuarenta mujeres que a lo largo de ocho semanas se han beneficiado de sesiones semanales de dos horas conducidas por la trabajadora social de cada Unidad de Gestión Clínica de Atención Primaria: Pozoblanco, Peñarroya-Pueblonuevo, Hinojosa del Duque y Villanueva de Córdoba.

En estas sesiones se abordan, a través de una estrategia grupal, cuestiones como la comunicación eficaz, el análisis del proyecto de vida o la identificación de sentimientos y emociones con el objetivo de desarrollar y potenciar recursos de la comunidad, talentos y habilidades personales así como proporcionar técnicas para afrontar las dificultades del día a día. Además, en los GRUSE se abordan los determinantes socioculturales y psicosociales que, con frecuencia, condicionan síntomas de malestar.

El perfil de la asistente es una mujer adulta que frecuenta las consultas en los centros sanitarios, especialmente aquellas que presenten síntomas no diagnosticados de malestar físico o emocional sin explicación fisiológica aparente, junto a una percepción de incapacidad para afrontar situaciones adversas.

Grupos Socioeducativos en Atención Primaria (GRUSES)

El Proyecto GRUSE forma parte de la estrategia de promoción de salud mental y prevención de los trastornos mentales del Plan Integral de Salud Mental (PISMA) impulsado por la Consejería de Salud y Bienestar Social. En él se apuesta decididamente por el desarrollo de estrategias de sensibilización, promoción y prevención de estas patologías, además de poner énfasis en la colaboración entre los distintos niveles asistenciales y sectores implicados.

Además, el modelo comunitario de atención a la 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 positiva y el empoderamiento de la ciudadanía.