

El centro de salud de La Carlota finaliza su segundo grupo socioeducativo dirigido a mujeres con objeto de mejorar su salud

A través de esta iniciativa, las participantes adquieren herramientas para potenciar sus habilidades personales y autoestima

La Unidad de Gestión Clínica La Carlota del Distrito Sanitario Córdoba y Guadalquivir pone en marcha su segundo grupo socioeducativo 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.

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 grupo, formado por un total de 12 mujeres de edades comprendidas entre los 35-60 años, ha estado dirigido por María José Pérez, trabajadora social de la Unidad Clínica de la Carlota con la colaboración de otros profesionales sanitarios como la médica de familia, Leonor García de Vinuesa. Se han desarrollado un total de 8 sesiones entre los meses de mayo, junio y julio valorando las participantes de una forma muy positiva esta iniciativa al igual que en el primer grupo realizado en 2012.

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.