

TITULO: I Jornada de la Salud en Laguna de Duero

ÁREA TEMÁTICA 1: Participación en el proceso de atención

ORGANIZACIÓN: CENTRO DE SALUD LAGUNA DE DUERO.

Av. Madrid, 6, 47140 Laguna de Duero, Valladolid

PERSONA DE CONTACTO: MERCEDES GUZMAN PAREDES 669230085
sguzman@saludcastillayleon.es Laguna De Duero (Valladolid) Castilla y León

AUTORES:

Nombre y apellidos	Categoría profesional	Puesto que ocupa
Mercedes Guzmán Paredes	EAP	Enfermera Responsable De Intervención Comunitaria
Laura Saez Lorenzo	EAP	Responsable De Enfermería
M Luisa Barba Mungia	MAP	Responsable De Calidad
Paula Casas Rodríguez	MAP	Responsable De Formación
Mónica Álvarez Muñoz	MAP	Responsable De Investigación
Irene Palomino Ojero	EAP	Responsable De Maletines De Urgencias
Olga Massa Martínez	EAP	Responsable De Lavado De Manos
Rafael García García-Revillo	Higienista dental	

RESUMEN

La "I Jornada de la Salud en Laguna de Duero" es un proyecto de intervención comunitaria diseñado para sacar la Atención Primaria de las consultas y acercarla a la población, fomentando el autocuidado, el empoderamiento del paciente y la prevención desde un enfoque humanizado y accesible.

Para su ejecución se creó un grupo de trabajo formado por enfermeras, médicos AP, fisioterapeutas, dentistas, higienistas, TCAES y administrativos. También intervinieron la policía local y la asociación Vallkirias Pisuerga.

Para el desarrollo de la jornada se organizaron varios stands en los que a través de actividades y talleres se impartían píldoras informativas de 20 minutos máximo. Los stands fueron: actividades preventivas, hábitos saludables (alimentación y ejercicio físico), primeros auxilios, medicación y prevención de caídas, higiene bucodental y de manos, seguridad y Vallkirias Pisuerga.

La jornada tuvo una duración de tres horas, en la que los participantes que previamente se habían repartido en grupos de 15 a 10 personas iban pasando por los 8 stand.

Además, hubo una yincana infantil con una duración de tres horas, en la que niños de 6 a 12 años aprendieron hábitos saludables, salud bucodental y primeros auxilios.

Pudimos valorar el resultado a través de la encuesta a 66 personas que participaron.

JUSTIFICACIÓN

El pilar base de la Atención primaria es la prevención de la enfermedad y promoción de la salud.

En la consulta del día a día se dan indicaciones, consejos y educación para la salud individual, pero la intervención comunitaria sobre alimentación, ejercicio físico, primeros auxilios, actividades preventivas, higiene dental o riesgo de caídas es algo positivo para la población que además abarca todas las edades y es necesario para la prevención de ciertas patologías y la actividad grupal es más efectiva.

Con esta jornada se pretendió desarrollar un proyecto de humanización y buenas prácticas que desarrollasen hábitos y conocimientos para generar cierta autonomía en sus cuidados, así como difundir las buenas prácticas mediante intervención comunitaria que llevase a salir del análisis del problema de cronicidad individual para realizar un abordaje comunitario que abarque pacientes crónicos y pacientes sanos de todas las edades: niño, adulto y anciano. Indirectamente se intentó con ellas acercar a la población al trabajo del equipo de salud, mejorar la percepción de su equipo de cuidados en salud y empoderar al paciente en vida saludable y cuidados.

PLANIFICACIÓN Y CRONOGRAMA

Por todo lo anterior expuesto se realizó la I Jornada de la salud a través de diferentes técnicas y actividades, se enseñó a la población a realizar pequeños cambios para aumentar la confianza en sus habilidades e incorporar estilos de vida saludables, generando un buen autocuidado.

La organización comenzó sobre el 12 de enero de 2025 realizando distintas reuniones entre los profesionales que realizaron la jornada y comunicación y reunión constante con ayuntamiento de Laguna de Duero, policía local y asociación Valkirias.

La jornada se llevó a cabo el 31 de mayo de 2025. Se recibió a los participantes a las 9:45 y dieron comienzo los talleres a las 10. Se organizó a los participantes en grupos de máximo 12 personas y a cada grupo se le asignó un número relacionado con un stand para iniciar la rotación por todos ellos. La actividad en cada taller fue de 20 minutos.

ENFOQUE

La intervención comunitaria en buenas prácticas relacionadas con la alimentación, el ejercicio físico, la higiene, la prevención de caídas y los primeros auxilios resulta fundamental para mejorar el nivel de salud de la población. Estas actuaciones permiten reducir factores de riesgo, prevenir enfermedades crónicas y mejorar la calidad de vida. Además, la realización de esta jornada comunitaria ha favorecido la participación activa de la población, el empoderamiento del paciente y el desarrollo de habilidades para el autocuidado, contribuyendo a una atención sanitaria más eficiente y sostenible. Asimismo, esta intervención ha permitido fortalecer el vínculo entre los profesionales sanitarios y la comunidad, favoreciendo un modelo de atención más cercano participativo y centrado en la prevención.

DESARROLLO Y EJECUCIÓN

Se organizaron varios stands en los que han participado profesionales del centro de salud de diferentes categorías (enfermeras, médicos, fisioterapeutas, dentistas, higienistas, TCAES y administrativos). También intervinieron la policía local y la asociación Vallkirias Pisuerga (asociación mujeres, supervivientes de cáncer de mama en Valladolid).

La jornada tuvo una duración de tres horas, en la que los participantes que previamente se habían repartido en grupos de 15 a 10 personas iban pasando por los 8 stand.

Además, hubo una yincana infantil con una duración de tres horas, en la que niños de 6 a 12 años aprendieron hábitos saludables, salud bucodental y primeros auxilios.

El contenido de los stands fue el siguiente:

1 Stand de actividades preventivas

Se presentaron los distintos cribados que se realizan en el centro de salud:

- Cribado de cáncer colorrectal.
- Cribado de cáncer de Cérvix.
- Cribado de cáncer de mama.

Además, el calendario de vacunación y la prevención de ITS.

Al finalizar la actividad se realizó un check-list dinámico utilizando paletas de color verde y rojo en el que se plantearon seis preguntas relacionadas con el contenido arriba mencionado y los participantes levantaban paleta verde cuando la respuesta era correcta y paleta roja cuando la respuesta era incorrecta. Esta dinámica permitió valorar los conocimientos adquiridos en este apartado, así como reforzar el aprendizaje.

2 Stand de Hábitos saludables (alimentación y ejercicio físico)

La alimentación y el ejercicio físico puede modificar el estado de salud-enfermedad y como aplicar a la vida diaria según los determinantes de Lalond. Se realizó la explicación de los diferentes tipos de ejercicio físico cardiovascular y de fuerza adaptándose a cada persona y situación. Se realiza tabla de ejercicios por los monitores y los asistentes al final coloquio con dudas.

3 Stand de Primero auxilios

Definición de emergencia y como reconocerla. Comprobación de consciencia y respiración espontanea. Posición lateral de seguridad y maniobras de RCP. Conceptos básicos sobre el uso de DESA. Logaritmo de la obstrucción de vía aérea por cuerpo extraño y maniobra de Heimlich. Resolución de dudas y sugerencias.

4 Stand de Medicación y prevención de caída

Seguridad en la toma de medicamentos, entender hoja de medicación en la aplicación de SACYL Conecta y explicación de hoja de medicación. Empoderamiento y responsabilidad en la toma de medicación. Rueda de preguntas y dudas. Seguridad en el hogar para la prevención de caídas. Relación de determinadas medicaciones con las caídas. Ejercicios para mejoría del equilibrio y coordinación de la movilidad para evitar caídas.

5 Stand de Higiene bucodental e higiene de manos.

Explican los modelos preventivos con relación a salud oral relacionada con diabetes y enfermedad periodontal, caries dental, boca seca (Xerostomía) como

prevenirla y evitarla. Técnicas de higiene oral y educación para la salud en población adulta. Importancia higiene de manos y técnica correcta.

6 Stand de Seguridad

Los agentes de la policía dieron una charla sobre cómo detectar las distintas formas de timos que hay a través del teléfono móvil. Alertas y los distintos tipos de ciberacoso que existen. Se aprendieron conocimientos como, la forma de actuación y a quién nos debemos dirigir en estas situaciones.

7 Stand de VALLKIRIAS-PISUERGA

Se realizó una intervención informativa dando a conocer su labor y objetivos. Explicaron quiénes son, el tipo de actividades que desarrollan y los beneficios que aportan a las personas que han padecido o están padeciendo un cáncer de mama. Abordaron el impacto positivo de la actividad que desarrollan en la sociedad destacando la importancia del apoyo emocional social psicológico y sobre todo la importancia que el ejercicio tiene, a través de la práctica del dragón Boa que es una modalidad de piragüismo implicando ejercicio físico beneficioso para la prevención y mejora de linfedema. A su vez contaron experiencias y vivencias de carácter personal.

8 Stand de YINCANA INFANTIL

Explicación teórico-práctica de la técnica de higiene oral y técnicas de cepillado. Demostración y participación activa en la técnica de cepillado adaptado a la población infantil. Explicación de los hábitos saludables relacionados con la salud bucodental. Alimentos criogénicos y cariostáticos a través de juegos, fomentando una alimentación saludable.

Explicación de la RCP y primeros auxilios. Explicación teórico-práctica de la posición lateral de seguridad, maniobra de Heimlich y conceptos básicos de Pas y cadena de supervivencia adoptada a la población pediátrica a través de historias tipo scape room, con premios y recompensas. Resolución y realización de casos prácticos.

Explicación de buena alimentación. Alimentos de consumo diario, alimentos con consumo frecuente y ocasional según la pirámide alimentaria a través de juego semáforo.

Higiene de manos técnicas de los cinco momentos a través de juegos.

DESPLIEGUE

Convocada reunión se crea grupo de trabajo para la realización de dichas jornadas y determinar que profesional va a participar en cada stand.

Se habló con ayuntamiento para solicitar el emplazamiento donde se desarrolló la jornada "la Casa De las Artes" centro para el desarrollo de actividades municipales.

Se contacta con la asociación "Vallkirias" para su participación en dicha jornada

Se habló con gerencia de VAO para facilitar los muñecos para la realización del taller de RCP.

RESULTADOS

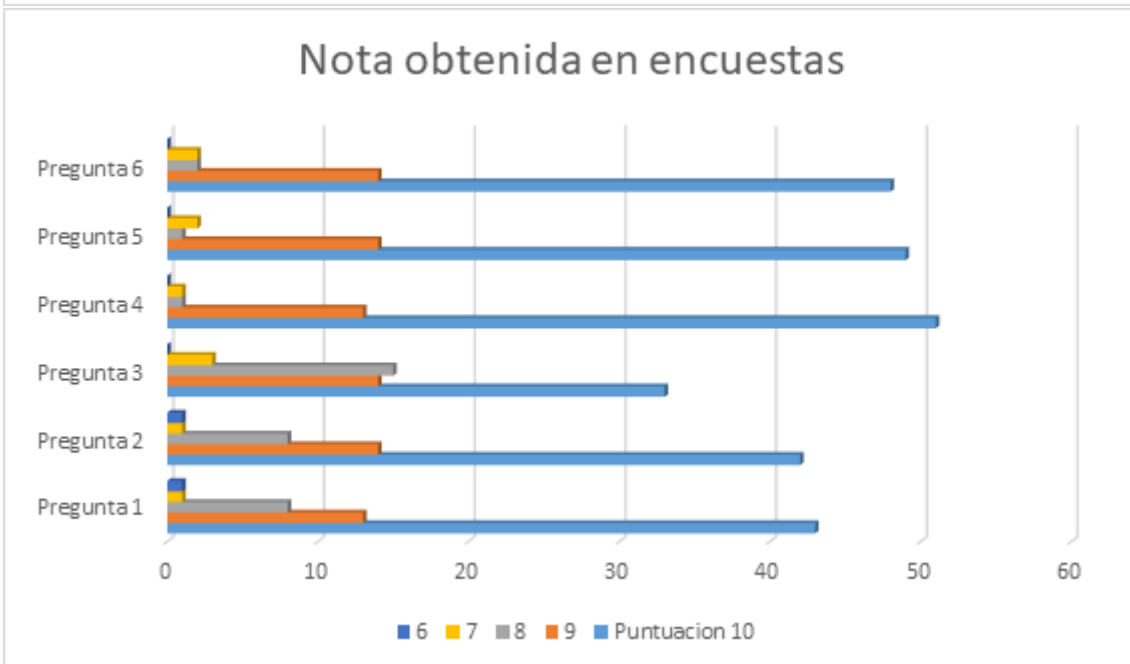
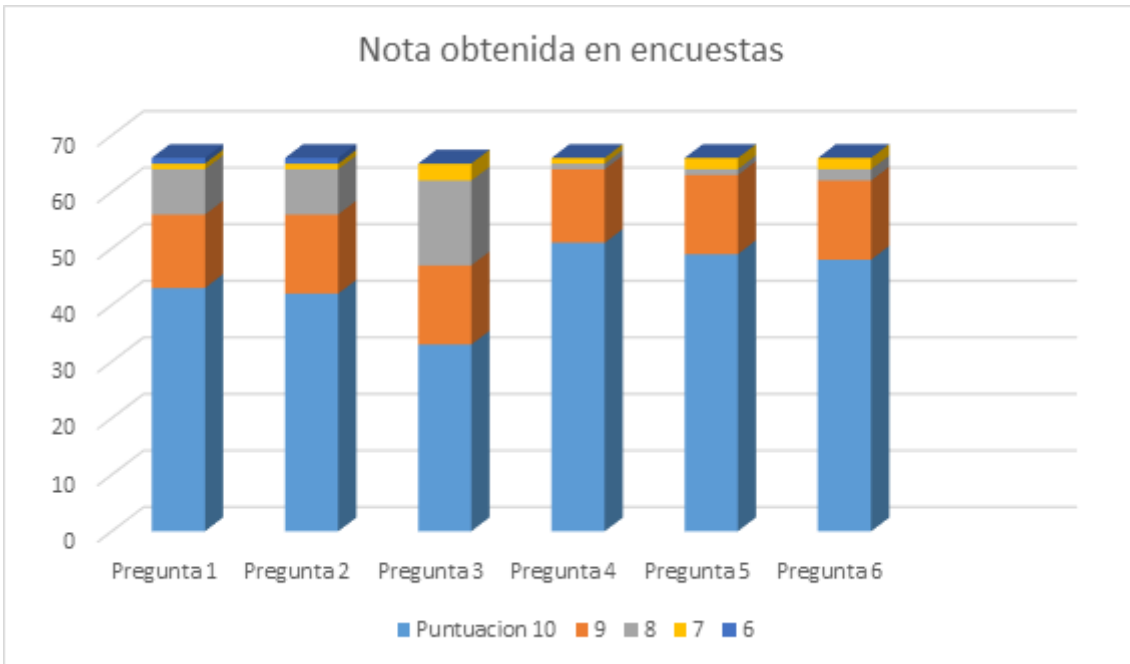
Se pasó encuesta y se recibió la respuesta de 66 participantes con la que se pudo valorar el grado de satisfacción de los participantes y conocimientos adquiridos. Más allá de las encuestas, las jornadas fueron un éxito logrando congregarse alrededor de 120 personas de todas las edades en “la Casa De las Artes” de Laguna de Duero. La opinión pública del municipio fue muy positiva.



02-CSLD-FO-04-03
Encuesta activ. com

EVALUACIÓN Y REVISIÓN

Se evalúa a través de la encuesta mencionada anteriormente y se reciben 66 respuestas con los siguientes resultados:



Se propone como mejoras para nuevas jornadas, la inscripción y la difusión del evento.

CARÁCTER INNOVADOR

Primera jornada realizada en Laguna de Duero con participación activa de la población, profesionales de salud y otras entidades como asociaciones y policía local. Se rompe con el modelo tradicional de educación para la salud (basado en charlas magistrales extensas) apostando por "píldoras informativas" interactivas de 20 minutos. Además, la inclusión de herramientas de

participación activa consigue facilitar el aprendizaje y hacer que la prevención sea atractiva y accesible para todas las edades.

La gran innovación organizativa radica en la colaboración entre el equipo multidisciplinar del centro de salud con agentes externos clave como las Policía Local y la Asociación Vallkirias Pisuegra, promoviendo una visión de la salud integral, horizontal y participativa.

DIVULGACIÓN

Se realiza la divulgación a través de redes sociales y cartelería por la localidad.

NIVEL DE APLICABILIDAD/TRASFERIBILIDAD

El modelo de intervención desarrollado es fácilmente transferible a otros centros de salud y contextos comunitarios, ya que se basa en la utilización de recursos disponibles en Atención Primaria y en la colaboración entre profesionales y entidades locales. La estructura de la jornada, el enfoque multidisciplinar y las actividades educativas pueden adaptarse a las características y necesidades específicas de otras poblaciones, favoreciendo la replicabilidad del programa y su aplicación en diferentes entornos sanitarios.

ANEXOS

BIBLIOGRAFÍA DE APOYO

Portal Salud Castilla y León y ministerio de Sanidad.

HERRAMIENTAS DESARROLLADAS

Adjuntamos dípticos que se entregaron




CALENDARIO DE
VACUNACUION.pc



APRENDEMOS A
SALVAR VIDAS.pdf



GRACIAS POR
LAVARTE LAS MANO 



prevencion ITS.pdf

DECLARACIÓN JURADA

Mediante el presente texto, Dña. Mercedes Guzmán Paredes, actuando como persona de contacto y en representación del equipo de autores del proyecto I Jornada de la Salud en Laguna de Duero, declara bajo juramento que el trabajo presentado es original y no ha sido previamente premiado en otros certámenes, cumpliendo así con los requisitos establecidos en las bases de la convocatoria.