

# **ESCUELA DE SALUD**

**AYUNTAMIENTO DE SALAMANCA**

## **ÍNDICE**

### 1.- Datos de la solicitud

### 2.- Adecuación de prioridades de la convocatoria

### 3.- Población objetivo

### 4.- Estimación del número de personas beneficiarias

### 5.- Descripción de la actuación realizada

### 6.- Objetivos

#### 6.1. Objetivos generales

#### 6.2. Objetivos específicos

### 7.- Actividades

#### 7.1 Taller de promoción de salud para escolares

#### 7.2. Cursos oficiales de curso DESA (Desfibrilador semiautomático) inicial

#### 7.3. Cursos oficiales de curso DESA (Desfibrilador semiautomático) renovación

#### 7.4. Jornada formativa: Uso de las redes sociales y marketing social

#### 7.5. Cursos de Primeros Auxilios y Reanimación Cardiopulmonar

#### 7.6. Jornada de promoción de la salud: "Promoción de la salud desde el apoyo mutuo"

#### 7.7. Guía digital sobre alimentación saludable

### 8.- Recursos humanos, infraestructuras y materiales necesarios para el desarrollo de la actuación

### 9.- Cronograma

### 10.- Evaluación

### **1.- Datos de la solicitud**

Convocatoria de ayuda a Entidades locales 2024 en el marco del convenio entre el Ministerio de Sanidad y la FEMP para la potenciación de la red Española de Ciudades Saludables y la implementación local de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS.

Las actuaciones desarrolladas en esta convocatoria se han ejecutado desde el 4 de julio de 2024 al 31 de octubre de 2024.

### **2.- Adecuación de prioridades de la convocatoria**

Prevención de enfermedades crónicas

### **3.- Población objetivo**

La población que ha sido objeto es la que reside en Salamanca aquejados o no de una enfermedad crónica. La gran variabilidad de patologías incluidas como “enfermedades crónicas” y el progresivo aumento de personas que las padecen, ha requerido de actuaciones precursoras de determinantes y factores salutogénicos para prevenir la cronicidad y mejorar la calidad de vida de la población. El instrumento como es la Escuela de Salud Municipal ha pretendido prevenir la enfermedad y las lesiones que se pueden generar los ataques cardiacos, por eso pretende capacitar y por eso pretende capacitar a la población de la ciudad con formación en Primeros Auxilios, RCP y cursos de manejo de los desfibriladores que tiene el Ayuntamiento de Salamanca colocados por la ciudad.

Además de incidir en el trabajo con los menores aprovechando los centros educativos como espacios promotores de salud.

### **4.- Estimación del número de personas beneficiarias**

Este proyecto ha abarcado diferentes actuaciones en las que han participado de manera directa 12.000 personas y su entorno.

## **5.- Descripción de la actuación realizada**

La Escuela Municipal de Salud de Salamanca es el proyecto que desarrolla actividades durante todo el año, dirigidas a diversos Sectores de la Población trabajando a nivel comunitario, con niños, mayores, padres, profesores, con población vulnerable y en desigualdad en Salud y con mediadores y agentes de Salud comunitarios. Destacamos el apoyo a las actividades de las Asociaciones de Ayuda mutua de la ciudad.

Se ha propuesto éste marco de actuación para que hayan sido objeto de esta subvención actividades realizadas por la Escuela (en el marco sus objetivos, y los de la Estrategia Nacional de promoción de la salud ) en los meses de Julio, Agosto, Septiembre y Octubre, plazo de ejecución de la ayuda.

Se ha pretendido dotar a la población de la ciudad para que sean agentes promotores de su propia salud y de la de sus conciudadanos y formarles para prevenir lesiones, trabajando en diferentes entornos como es el educativo, el de agentes mediadores de salud, el comunitario y el de las Asociaciones de Ayuda Mutua y Salud.

Se han realizado las siguientes actividades:

Cursos de formación en primeros auxilios y Reanimación cardiopulmonar y para uso de los desfibriladores automáticos situados en dependencias municipales,  
Jornadas formativas y participativas para Asociaciones de Ayuda mutua en Salud, una sobre buenas prácticas en salud y otra sobre Uso y manejo de redes sociales,  
Talleres escolares sobre hábitos saludables en los centros educativos, así como la realización y difusión de una guía digital sobre alimentación Saludable, elaborada en colaboración con las Asociación de ayuda Mutua de la ciudad

## **6.- Objetivos**

Mediante las actuaciones llevadas a cabo por la Escuela de salud se ha pretendido dotar a la población de la ciudad para que sean agentes promotores de salud y formarles para prevenir lesiones trabajando en diferentes entornos como es el educativo y el comunitario con las Asociaciones de ayuda Mutua y Salud.

### **6.1. Objetivos generales**

Los objetivos generales de este proyecto han sido:

- Potenciar como agentes de promoción de salud a las asociaciones de Ayuda Mutua y salud de la ciudad de Salamanca.
- Promover la salud con las Asociaciones de Ayuda Mutua y Salud.
- Promover la salud en los centros educativos de Salamanca.
- Prevenir lesiones en el entorno formando a la población general y menores en los centros educativos.
- Prevenir lesiones en el entorno priorizando las situaciones provocadas por las paradas cardíacas.

### **6.2. Objetivos específicos**

Para la consecución de los objetivos generales se han propuesto los siguientes objetivos específicos:

- Formar a las Asociaciones de ayuda Mutua y Salud en el uso de redes sociales y marketing social.
- Fomentar la divulgación de las buenas prácticas en salud realizadas en nuestra ciudad.
- Dotar de formación oficial de Curso DESA (Desfibrilador Semiautomático) de renovación a personal municipal y personal de las entidades que tenga que renovar el curso de desfibriladores.
- Capacitar a la población general y a la población infanto-juvenil en primeros Auxilios y Reanimación Cardiopulmonar.
- Dotar de formación oficial de Curso DESA (Desfibrilador Semiautomático) inicial a población de la ciudad.

## 7.- Actividades

### 7.1 Taller de promoción de salud para escolares

Talleres de promoción de salud impartidos por profesionales en los centros escolares de Salamanca utilizando recursos digitales y audiovisuales y empleando una metodología participativa.

Se han realizado tres talleres de promoción de hábitos saludables:

- Aprendo a cuidar mi higiene
- Mi espejo: Iniciación a las redes sociales.
- Higiene postural y del sueño.

**APRENDO A CUIDAR MI HIGIENE**




**DESCRIPCIÓN:**  
EL LAVADO DE MANOS CON AGUA Y JABÓN ES UNA DE LAS MANERAS MÁS EFECTIVAS DE PREVENIR ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES Y RESPIRATORIAS. EL CUIDADO DE LA SALUD BUCODENTAL.

**OBJETIVOS:**  
SENSIBILIZAR Y DIFUNDIR UNA PRÁCTICA HIGIÉNICA CLAVE EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y EN LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES. MEJORAR LAS CONDICIONES DE SALUD DENTAL MEDIANTE EL CONTROL DE LOS FACTORES DE RIESGO TALES COMO LA REDUCCIÓN DEL CONSUMO DE AZÚCAR Y UNA HIGIENE ORAL EFICAZ.

**COMPETENCIAS CLAVE:**

- APRENDER A APRENDER.

**CONTENIDOS**

- ADQUISICIÓN DE HÁBITOS RELACIONADOS CON LA HIGIENE CORPORAL (CONTROL DE ESFÍNTERES, LAVADO DE MANOS E HIGIENE BUCAL...), LA ALIMENTACIÓN Y EL DESCANSO.
- GUSTO POR ESTAR LIMPIO Y POR DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES EN ENTORNOS LIMPIOS Y ORDENADOS.
- IMPORTANCIA DE PROMOVER HÁBITOS HIGIÉNICOS EN EL CUIDADO DENTAL.

**GRUPOS:**



3º  
EDUCACIÓN INFANTIL

**DURACIÓN:**



1 SESIÓN  
1 HORA

**ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN EN EL SNS:**



**HABILIDADES PARA LA VIDA:**








## MI PRIMER ESPEJO: INICIACIÓN A LAS REDES SOCIALES



### DESCRIPCIÓN:

EL TALLER PRETENDE FACILITAR A LOS ESCOLARES LA INFORMACIÓN Y LOS ELEMENTOS DE JUICIO NECESARIOS PARA TOMAR DECISIONES CONVENIENTES EN EL USO DE LAS REDES SOCIALES Y LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS. APRENDER A MANEJAR EL AGENTE EDUCATIVO EN EL QUE SE HA CONVERTIDO INTERNET. DIFERENCIAR LA INFORMACIÓN VERDADERA Y FALSA.

### OBJETIVOS:

- FOMENTAR EL USO RESPONSABLE DE LAS REDES SOCIALES
- FORMAR AL ALUMNADO SOBRE EL MANEJO ÓPTIMO DE ESTAS HERRAMIENTAS
- PREVENIR LAS CONSECUENCIAS NEGATIVAS DE SU ABUSO
- INFORMAR SOBRE LOS PELIGROS DE LA RED
- ENSEÑAR A DETERMINAR LA INFORMACIÓN FALSA DE INTERNET.
- FOMENTAR LA FORMACIÓN DEL AUTOCONCEPTO Y LA AUTOESTIMA FUERA DE LOS ESPACIOS VIRTUALES DE INTERNET.

### COMPETENCIAS CLAVE:

- APRENDER A APRENDER.
- COMPETENCIA SOCIAL.
- CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES.



### CONTENIDOS:

- RIESGOS ASOCIADOS A LA INTERACCIÓN EN LA RED: FRAUDE, SUPLANTACIÓN DE IDENTIDAD, PÉRDIDA DE LA PRIVACIDAD, ACCESO A CONTENIDOS INADECUADOS Y ACOSO.
- FAKE NEWS. FALSEDAD DE LA INFORMACIÓN.
- AUTOESTIMA Y AUTOCONCEPTO OFFLINE.
- PROTECCIÓN DE LA INTIMIDAD Y LA SEGURIDAD PERSONAL EN LA INTERACCIÓN EN ENTORNOS VIRTUALES.
- REDES. TIPOLOGÍA. LA INFLUENCIA DE LOS INFLUENCERS.



### GRUPOS:



5º Y 6º  
EDUCACIÓN  
PRIMARIA

### DURACIÓN:



1 SESIÓN  
1 HORA

### ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN EN EL SNS:



### HABILIDADES PARA LA VIDA:



## HIGIENE POSTURAL Y DEL SUEÑO



¡NUEVO!



### DESCRIPCIÓN:

EL TRASTORNO DEL INSOMNIO ES UNO DE LOS PROBLEMAS MÁS FRECUENTES EN LOS NIÑOS Y NIÑAS. UNA BUENA HIGIENE POSTURAL SE CONSIGUE MANTENIENDO UNA CORRECTA POSICIÓN MIENTRAS SE ESTÁ SENTADO EN CLASE Y TRANSPORTANDO DE FORMA ADECUADA EL MATERIAL ESCOLAR, PARA EVITAR QUE APAREZCAN PROBLEMAS DE ESPALDA, CONTRACTURAS MUSCULARES Y DOLORS EN EL CUELLO.

### OBJETIVOS:

- ENSEÑARLES A CREAR BUENOS HÁBITOS DE SUEÑO Y DESCANSO, EN UN AMBIENTE ADECUADO Y RESPETANDO LOS HORARIOS.
- ACONSEJARLES CÓMO HAY QUE SENTARSE EN EL COLEGIO, A NO ABUSAR DE LA VIDA SEDENTARIA DELANTE DE LOS APARATOS ELECTRÓNICOS Y A REPARTIR EL PESO EN LA MOCHILA.

### COMPETENCIAS CLAVE:

- APRENDER A APRENDER.



### CONTENIDOS:

- TOMA DE CONCIENCIA DEL PROPIO CUERPO EN RELACIÓN CON LA TENSIÓN Y LA RELAJACIÓN.
- CONTROL DEL TONO MUSCULAR Y DE LA RELAJACIÓN GLOBAL Y SEGMENTARIA DEL CUERPO.
- ADQUISICIÓN DE HÁBITOS BÁSICOS DE HIGIENE CORPORAL, POSTURAL Y DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE.
- PRÁCTICA HABITUAL DE LAS RUTINAS DE CALENTAMIENTO Y DE RELAJACIÓN.
- ADQUISICIÓN DE HÁBITOS POSTURALES Y ALIMENTARIOS SALUDABLES RELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD FÍSICA Y CONSOLIDACIÓN DE HÁBITOS DE HIGIENE CORPORAL.

### GRUPOS:



2º Y 3º  
EDUCACIÓN  
PRIMARIA

### DURACIÓN:



1 SESIÓN  
1 HORA

### ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN EN EL SNS:



### HABILIDADES PARA LA VIDA:





- **Resultados**

<b>NOMBRE TALLER</b>	<b>Nº TALLERES</b>	<b>Nº HORAS</b>	<b>Nº CENTROS ESCOLARES</b>	<b>Nº ASISTENTES</b>
APRENDO A CUIDAR MI HIGIENE	23	23	16	411
HIGIENE POSTURAL Y DEL SUEÑO	29	29	17	556
MI PRIMER ESPEJO: INICIACIÓN A LAS REDES SOCIALES	8	8	7	245
<b>TOTALES</b>	<b>60</b>	<b>60</b>	<b>40</b>	<b>1.212</b>

## **7.2. Cursos oficiales de curso DESA (Desfibrilador semiautomático) inicial**

Formación en el uso del desfibrilador semiautomático (DESA) para la obtención del certificado de utilización según el Decreto 9/2008 de 31 de enero por el que se regula el uso del desfibrilador semiautomático por personal no sanitario en Castilla y León.

Atendiendo a la normativa, se han programado los cursos iniciales con una duración de 8 horas y un número máximo de 8 personas.

La captación de los participantes ha sido principalmente personal municipal, personal de espacios deportivos y asociaciones de ayuda mutua de la ciudad al desempeñar las funciones en espacios dotados con estos dispositivos.



- **Resultados:**

<b>NOMBRE TALLER</b>	<b>Nº TALLERES</b>	<b>Nº HORAS</b>	<b>Nº ASISTENTES</b>
<b>INICIAL EN USO DEL DESA</b>	5	40	40

### **7.3. Cursos oficiales de curso DESA (Desfibrilador semiautomático) renovación**

El Decreto 9/2008 de 31 de enero por el que se regula el uso del desfibrilador semiautomático por personal no sanitario en Castilla y León indica que la obtención del certificado que habilita al uso del dispositivo, está supeditada a la renovación de los conocimientos cada dos años a través de un curso de reciclaje de cuatro horas de duración.

- **Resultados:**

<b>NOMBRE TALLER</b>	<b>Nº TALLERES</b>	<b>Nº HORAS</b>	<b>Nº ASISTENTES</b>
<b>RECICLAJE USO DEL DESA</b>	9	36	68

#### 7.4. Jornada formativa: Uso de las redes sociales y marketing social

Se han desarrollado una jornada formativa presencial impartida por una profesional Social Media Manager. El objetivo de estas formaciones es que las Asociaciones de Ayuda Mutua y Salud conozcan las nuevas herramientas de difusión y adquieren conocimientos sobre el uso de las principales redes sociales y habilidades sobre marketing para difundir ideas y conocimientos que beneficien a la sociedad.

Para facilitar la asistencia, la formación se ha realizado en horario de mañana y de tarde, el primero se impartió el día 18 de septiembre a las 12:00 horas y el segundo el día 19 de septiembre a las 17:00 horas.

Con el objeto de controlar la asistencia a ambas sesiones formativas, se habilitó un documento de inscripción en la página web de la Escuela Municipal de Salud ([www.saludsalamanca.es](http://www.saludsalamanca.es)), y previo a las sesiones formativas se controló mediante firma en listados de asistencia.

- **Programa:**



- **Objetivos de la formación**

- Comprender las características de las principales redes sociales.
- Identificar el público objetivo de cada plataforma.
- Aprender a utilizar herramientas básicas.
- Explorar estrategias de contenido.

- **Contenidos de la formación:**

- Impacto de las redes sociales.
- Objetivos de las redes sociales.
- Importancia para las asociaciones.
- Principales redes sociales.
- Estrategia de contenido en redes sociales.
- Herramientas básicas para redes sociales.
- Consejos para redes sociales.

- **Participación:**

En total asistieron a los talleres formativos 17 personas de 13 asociaciones de Ayuda Mutua y Salud.

- **Difusión:**

La difusión de la jornada se realizó por correo electrónico y a través de las redes sociales de la Escuela Municipal de Salud.

@ casa.asociaciones@ayt osalamanca.es	Lista distribución Asociaciones de Ayuda Mutua y Salud de Salamanca
Web Escuela Municipal de Salud	<a href="https://saludsalamanca.es/apuntate-al-curso-sobre-redes-sociales-y-marketing-social/">https://saludsalamanca.es/apuntate-al-curso-sobre-redes-sociales-y-marketing-social/</a>
Facebook Escuela Municipal de Salud	<a href="https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid0gyzq5AdAkKJbnTrjyYpd5sqYyrLkcLWY8uKn88vN3K61ymTbk4Tmvh6Xfj39Jx8FI&amp;id=100063404036504&amp;locale=es_LA">https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid0gyzq5AdAkKJbnTrjyYpd5sqYyrLkcLWY8uKn88vN3K61ymTbk4Tmvh6Xfj39Jx8FI&amp;id=100063404036504&amp;locale=es_LA</a>
Instagram Escuela Municipal de Salud	<a href="https://www.instagram.com/p/C_xu_ddRLGg/?hl=es">https://www.instagram.com/p/C_xu_ddRLGg/?hl=es</a>



- **Evaluación:**

Cuestionario de evaluación online:

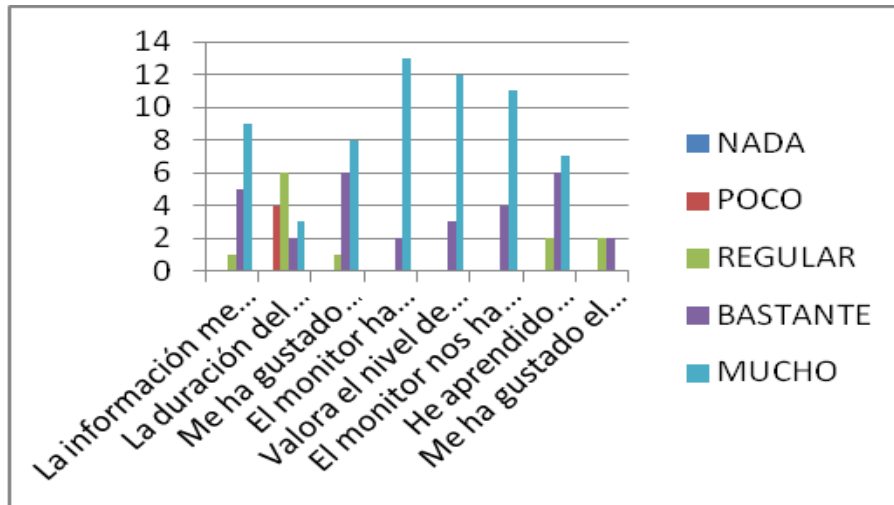
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdWhFbW-](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdWhFbW-Xi3GZWvV7pIHfx4YVNHpNx_TCyq4GFJnhHEZDH54w/viewform?usp=sf_link)

[Xi3GZWvV7pIHfx4YVNHpNx\\_TCyq4GFJnhHEZDH54w/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdWhFbW-Xi3GZWvV7pIHfx4YVNHpNx_TCyq4GFJnhHEZDH54w/viewform?usp=sf_link)

Incluye 18 ítems y escala de valoración liker de cinco puntos: nada, poco, regular, bastante y mucho.

- **Resultados:**

Han contestado la encuesta 15 personas lo que nos indica un alto porcentaje de participación (88,24%). La edad predominante de los/as participantes se concentra en los tramos de entre 46 y 60 años (33,3%) y más de 60 años (33,3%), con respecto al género, una amplia mayoría de encuestados son “mujer” (86,7%), y una 60 % tienen diagnosticada alguna dolencia. Con respecto a la valoración del taller, es muy positiva, sobre todo en relación a la monitora; por contrario, la duración se considera inadecuada:



Sobre el tema tratado en el taller, el 100% de encuestados está de acuerdo en que les resulta interesante, el 80% han cambiado la opinión que tenían al respecto, la gran mayoría pondrá en práctica lo aprendido (73,3% en este momento y 20% en el futuro) y el 100% va a transmitir los conocimientos que han adquirido.

La valoración general es muy positiva, el 86,7% le da la máxima puntuación y al 13,3% restante le ha gustado bastante.

En el cuestionario se ha incluido una apartado para que los participantes expongan observaciones, han aportado las siguientes:

- Bastante instructivo, pero corto.
- Un poco intenso
- No incluir tanto contenido
- Detallar en el cartel del taller los contenidos
- ¡Buen trabajo! Espero poder participar en próximos talleres que amplíen lo explicado en esta ocasión
- Muy corto
- Hay que dedicar más tiempo a casa una de las funciones
- Habría que hacer talleres prácticos de cada Red social
- Me gustaría más talleres de este tipo

## 7.5. Cursos de Primeros Auxilios y Reanimación Cardiopulmonar

Talleres de primeros auxilios básicos y reanimación cardiopulmonar para escolares, entidades y población general con metodología activa y adaptada a cada grupo participante.

Abierto a población general → previa inscripción\*

# CURSO PRIMEROS AUXILIOS

JUEVES 4 DE JULIO DE 2024

Impartido por:  
**Cruz Roja**

\*Abierta hasta completar grupos

Grupo I: **turno de mañana** 9:30-13:30 horas  
Grupo II: **turno de tarde** 16:30-20:30 horas

Sala 1. **Casa de las Asociaciones. C/Gran Capitán, 53**

Certificado de asistencia  
**PLAZAS LIMITADAS**

Ayuntamiento de Salamanca, RECS, Ayuntamiento de Salamanca, GOBIERNO DE ESPAÑA, MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD, SALUD

SALAMANCA  
RCP DESA  
CARDIOPROTEGIDA

## FORMACIÓN EN PRIMEROS AUXILIOS Y RCP

**29 DE OCTUBRE 2024**  
16:00 a 21:00 horas.  
Casa de las Asociaciones

- Actuación ante una emergencia.
- Detección de parada cardíaca.
- Cadena de supervivencia.
- Reanimación cardiopulmonar.

**INSCRIPCIÓN PREVIA EN:**  
Desde las 9:00h. del jueves 24 hasta completar aforo  
[WWW.SALUDSALAMANCA.ES](http://WWW.SALUDSALAMANCA.ES)

Ayuntamiento de Salamanca, RECS, Ayuntamiento de Salamanca, GOBIERNO DE ESPAÑA, MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD, SALUD

- **Resultados:**

NOMBRE TALLER A POBLACIÓN GENERA	Nº HORAS	Nº ASISTENTES
PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS GRUPO MAÑANA	4	25
PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS GRUPO TARDE	4	21
PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS GRUPO ÚNICO	5	18
TALLERES EN ESCOLARES	19	172
<b>TOTALES</b>	<b>32</b>	<b>236</b>

- **Difusión:**

Instagram Escuela Municipal de Salud:

[https://www.instagram.com/p/DBqov\\_RuwCf/?utm\\_source=ig\\_web\\_copy\\_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA==](https://www.instagram.com/p/DBqov_RuwCf/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA==)

## **7.6. Jornada de promoción de la salud: "Promoción de la salud desde el apoyo mutuo"**

Con el objetivo de difundir buenas prácticas en salud que desarrollan las Asociaciones de Ayuda Mutua y Salud, además de promover su formación en diferentes aspectos que les van a permitir mejorar, se ha celebrado la jornada Promoción de la salud desde el apoyo mutuo el día de septiembre en el salón de actos del CMI Julián Sánchez el Charro.

- **Programa**

La jornada se dividió en tres mesas en las que intervinieron diferentes profesionales especializados en los temas tratados y las asociaciones de ayuda mutua y salud exponiendo sus experiencias:

Mesa 1: Las asociaciones de apoyo mutuo.

Mesa 2: Profesionalización y crecimiento de las asociaciones.

Mesa 3: Planificación y financiación.



**JORNADA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD DESDE EL APOYO MUTUO**

20 de septiembre de 9:30 a 13:15 horas  
Salón de Actos  
CMI Julián Sánchez "El Charro"

**9:30 h - 9:40 h** **Bienvenida.**  
D<sup>a</sup> María de la Vega Villar Gutiérrez de Ceballos  
Concejala de Salud Pública y Consumo del Ayuntamiento de Salamanca

**9:40 h - 10:40 h** **Mesa 1: Las Asociaciones de Apoyo Mutuo**  
**Modera:** D<sup>a</sup> María de la Vega Villar Gutiérrez de Ceballos. Concejala de Salud Pública y Consumo del Ayuntamiento de Salamanca  
**Gestión de una asociación:** D<sup>o</sup> Gonzalo Grande. Director de YMCA Salamanca.  
**Participación y dinamización:** D<sup>a</sup> Marián Galán. Educadora de calle del Plan Municipal de Adicciones y de la Asociación de Desarrollo Comunitario Buenos Aires (ASDECOBA)

**10:40 h - 11:10 h** **Descanso café**

**11:15 h - 12:15 h** **Mesa 2: Profesionalización y crecimiento de las asociaciones**  
**Modera:** D<sup>a</sup> María Jesús García García. Responsable de Salud Pública del Ayuntamiento de Salamanca  
**Participantes:** D<sup>o</sup> José Manuel Bermejo. trabajador social de la Asociación ASPERGER-TEA Salamanca y D<sup>a</sup> Soraya García. trabajadora social de la Asociación contra la Leucemia y Enfermedades de la Sangre (ASCOL)

**12:15 h - 13:15 h** **Mesa 3: Planificación y financiación**  
**Modera:** D<sup>o</sup> Francisco Javier Campiñez Robustillo. Técnico de Salud Pública del Ayuntamiento de Salamanca  
**Elaboración de proyectos:** D<sup>o</sup> Jorge de Dios. Área de proyectos de la Fundación Asprodes Plena Inclusión Castilla y León.  
**Experiencias:** D<sup>a</sup> Teresa Marfín, presidenta de la Asociación Parkinson Salamanca, D<sup>a</sup> Pepa Pérez, psicóloga colaboradora y socia de la Asociación de Fibromialgia y Síndrome de la Fatiga Crónica de Salamanca (AFIBROSAL) y D<sup>a</sup> Miguel Jarrín, vocal de EIPacienteXperto.

**OBLIGATORIA INSCRIPCIÓN**  
AFORO LIMITADO

[www.saludsalamanca.es](http://www.saludsalamanca.es)

Con la colaboración de:

Para controlar la asistencia a la jornada y proporcionar justificantes de asistencia y de ponencias, se habilitó enlace de inscripción en la web de la Escuela municipal de Salud.

- **Participación**

A la jornada asistieron 37 personas de 21 entidades del ámbito social y se emitieron certificados/justificantes de asistencia y ponencia.

- **Difusión**

@ casa.asociaciones@ayt osalamanca.es	Lista distribución Asociaciones de Ayuda Mutua y Salud de Salamanca
Web Escuela Municipal de Salud	<a href="https://saludsalamanca.es/jornada-de-promocion-de-la-salud-desde-el-apoyo-mutuo-2/">https://saludsalamanca.es/jornada-de-promocion-de-la-salud-desde-el-apoyo-mutuo-2/</a>
Facebook Escuela Municipal de Salud	<a href="https://www.facebook.com/photo/?fbid=1004236905033101&amp;set=pcb.1004236978366427&amp;locale=es_LA">https://www.facebook.com/photo/?fbid=1004236905033101&amp;set=pcb.1004236978366427&amp;locale=es_LA</a>
Instagram Escuela Municipal de Salud	<a href="https://www.instagram.com/p/DAAY57nRcgj/?hl=es">https://www.instagram.com/p/DAAY57nRcgj/?hl=es</a>
Prensa local	<a href="https://www.salamancahoy.es/salamanca/ciudad/cmi-charro-acoge-jornada-promocion-salud-apoyo-20240918132404-nt.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F">https://www.salamancahoy.es/salamanca/ciudad/cmi-charro-acoge-jornada-promocion-salud-apoyo-20240918132404-nt.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F</a>  <a href="https://salamancartvaldia.es/noticia/2024-09-18-salamanca-jornada-de-promocion-de-la-salud-desde-el-apoyo-mutuo-354704">https://salamancartvaldia.es/noticia/2024-09-18-salamanca-jornada-de-promocion-de-la-salud-desde-el-apoyo-mutuo-354704</a>
Otros	<a href="https://aytosalamanca.es/w/el-cmi-el-charro-acoge-este-viernes-la-jornada-de-promoci%C3%B3n-de-la-salud-desde-el-apoyo-mutuo-abierta-a-toda-la-poblaci%C3%B3n?p_I_back_url=%2Fbusqueda%3Fcategory%3D39292%26delta%3D20%26start%3D82&amp;p_I_back_url_title=B%C3%BAsqueda">https://aytosalamanca.es/w/el-cmi-el-charro-acoge-este-viernes-la-jornada-de-promoci%C3%B3n-de-la-salud-desde-el-apoyo-mutuo-abierta-a-toda-la-poblaci%C3%B3n?p_I_back_url=%2Fbusqueda%3Fcategory%3D39292%26delta%3D20%26start%3D82&amp;p_I_back_url_title=B%C3%BAsqueda</a>



- **Evaluación**

Se facilita acceso a cuestionario online mediante código QR habilitado en la sala:  
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeGcBEJm2UYRagKA7qd9XJUecQaaP\\_6t9uSsFxrpw3eGETVTg/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeGcBEJm2UYRagKA7qd9XJUecQaaP_6t9uSsFxrpw3eGETVTg/viewform?usp=sf_link)

El documento de evaluación consta de 10 items y dos apartados en los que los participantes pueden aportar sugerencias, e incluye escala de valoración liker de 5 puntos: 0, 1, 2, 3 y 4 (4 es la máxima puntuación).

- **Resultados**

El cuestionario lo responden tan solo 4 personas lo que representa tan solo el 10,81% de los asistentes, se sugiere, que en posteriores jornadas se coloque el acceso a la evaluación en lugares más visibles y se anime a la participación.

Las edades de los participantes oscilan entre 48 y 67 años y el 75% son mujeres.

Con respecto a valoraciones sobre la jornada, en general son muy positivas, el 75% otorga la máxima puntuación a la organización, la duración, los temas tratados, el espacio de celebración, la utilidad de esta y la valoración general, y el 100% coincide en la importancia de que se realicen este tipo de actividades.

Los apartados de sugerencias reflejan las siguientes opiniones:

¿Qué otras jornadas te gustaría realizar?

Experiencias prácticas / modelos de gestión

¿Tienes otras sugerencias?

Prepararla con más tiempo

Buenas experiencias

## **7.7. Guía digital sobre alimentación saludable**

La alimentación es uno de los factores de riesgo prioritarios para la prevención y control de las enfermedades no transmisibles y el fomento de la promoción de la salud. Con el objetivo de ampliar los conocimientos sobre alimentación saludable y la adquisición de hábitos saludables se ha desarrollado esta iniciativa.

Promover estilos de vida saludable y en concreto, integrar una alimentación sana en nuestros hábitos requiere de la implicación de sectores relacionados con la salud, motivo por el cual, el desarrollo de esta guía ha sido en colaboración con las Asociaciones de Ayuda Mutua y Salud de Salamanca.

- **Guía Alimentación y Salud**

Acceso:

<https://drive.google.com/file/d/10yaLzY8FNxkJNpVab7XyKG6GQZ4NnwV/view?usp=sharing>



- **Participación**

Las entidades que han participado en la elaboración de esta guía son:

ACECALE. Asociación de Celiacos de Castilla y León

ADE. Asociación Diabetológica Salamantina

AFIBROSAL. Asociación de Personas con Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica de Salamanca

ASCOL. Asociación contra la Leucemia y Enfermedades de la Sangre

ASEA. Asociación Salmantina de Espondilitis Anquilosante y otras Espondiloartritis

ASENBAR. Asociación Española de Enfermos de Esófago de Barret

ATRA Y OBESIDAD. Asociación de Trastornos alimenticios y Obesidad de Salamanca

DOWN SALAMANCA. Asociación Síndrome de Down Salamanca

SALUD MENTAL SALAMANCA-AFEMC

- **Difusión**

@ casa.asociaciones@ayt osalamanca.es	Lista distribución Asociaciones de Ayuda Mutua y Salud de Salamanca
Web Escuela Municipal de Salud	<a href="https://saludsalamanca.es/guia-de-alimentacion-y-salud/">https://saludsalamanca.es/guia-de-alimentacion-y-salud/</a>
Facebook Escuela Municipal de Salud	<a href="https://www.facebook.com/photo?fbid=1048691800587611&amp;set=pcb.1048695747253883&amp;locale=es_LA">https://www.facebook.com/photo?fbid=1048691800587611&amp;set=pcb.1048695747253883&amp;locale=es_LA</a>
Instagram Escuela Municipal de Salud	<a href="https://www.instagram.com/p/DCjZ4OLxJ_n/?hl=es&amp;img_index=1">https://www.instagram.com/p/DCjZ4OLxJ_n/?hl=es&amp;img_index=1</a>
Prensa local	<a href="https://www.salamanca24horas.com/local/alimentacion-salud-manual-digital-con-dietas-habitos-alimenticios-recomendable-salmantinos-llevan-vida-saludable_15132810_102.html">https://www.salamanca24horas.com/local/alimentacion-salud-manual-digital-con-dietas-habitos-alimenticios-recomendable-salmantinos-llevan-vida-saludable_15132810_102.html</a>  <a href="https://www.cyltv.es/videoSH/f7b0da4a-1b5c-4421-a413-4ca66823b950/El-Ayuntamiento-publica-una-guia-digital-sobre-alimentacion-y-salud">https://www.cyltv.es/videoSH/f7b0da4a-1b5c-4421-a413-4ca66823b950/El-Ayuntamiento-publica-una-guia-digital-sobre-alimentacion-y-salud</a>  <a href="https://www.europapress.es/castilla-y-leon/noticia-ayuntamiento-salamanca-publica-guia-digital-alimentacion-difundir-conocimientos-saludables-20241118135244.html">https://www.europapress.es/castilla-y-leon/noticia-ayuntamiento-salamanca-publica-guia-digital-alimentacion-difundir-conocimientos-saludables-20241118135244.html</a>
Otros	<a href="https://aytosalamanca.es/w/el-ayuntamiento-edita-la-gu%C3%ADa-digital-e-interactiva-alimentaci%C3%B3n-y-salud-para-facilitar-a-los-salmantinos-conocimientos-y-recursos-para-una-vida-saludable">https://aytosalamanca.es/w/el-ayuntamiento-edita-la-gu%C3%ADa-digital-e-interactiva-alimentaci%C3%B3n-y-salud-para-facilitar-a-los-salmantinos-conocimientos-y-recursos-para-una-vida-saludable</a>

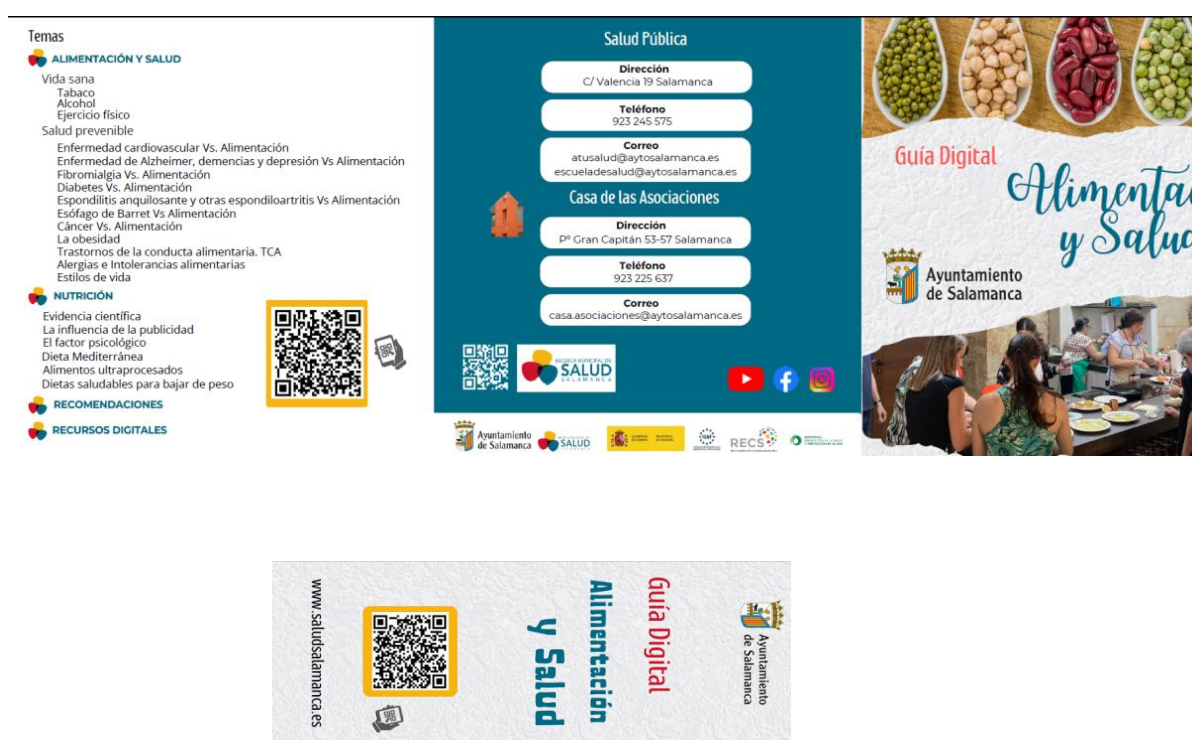


- **Material publicitario**

Se han impreso:

2.500 Uds. marca páginas con información y acceso a la guía mediante código QR.

1.000 Uds. Folletos con información y acceso a la guía mediante código QR.



## **8.- Recursos humanos, infraestructuras y materiales necesarios para el desarrollo de la actuación**

Las actividades han sido coordinadas y organizadas por técnicos municipales de promoción de Salud, en concreto por dos funcionarios y por dos técnicos de la Asesoría de Salud.

Los cursos de primeros auxilios y de formación en uso del DESA han sido impartidos por profesionales titulados para poder impartir la formación de DESAS y Primeros Auxilios, que aporta una empresa contratada.

Los monitores para los talleres de los niños, la organización de las jornadas y la elaboración participativa de la guía de alimentación está contratado por el

Ayuntamiento con una empresa especializada en Promoción de la Salud

Se ha priorizado el uso de espacios municipales para el desarrollo de las actividades, excepto las que se han impartido en los centros educativos que se han realizado en los propios centros.

Se ha priorizado el uso de materiales propios del Consistorio para el desarrollo de las actividades que se plantean: equipos tecnológicos, material de papelería...

### 9.- Cronograma

	JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Jornada Formativa: Uso de redes sociales y marketing social																
Jornada de promoción de la Salud: Promoción de la Salud desde el apoyo Mutuo																
Guía digital sobre alimentación saludable: Alimentación y Salud																
Talleres de promoción de salud para escolares																
Cursos de Primeros Auxilios y RCP																
Cursos oficiales del curso DESA inicial																
Cursos oficiales del curso DESA renovación																



## 10.- Evaluación

Las actividades que se ha propuesto se implementado correctamente, cada una de ellas está con un seguimiento técnico muy estrecho que permite el que las actividades sean adaptadas a los intereses de los destinatarios, ya que se hace un trabajo de recogida de sugerencias muy sistemático.

En las actividades que se han desarrollado en este proyecto se ha contado con la participación de las entidades de salud y ayuda mutua tanto para la guía de alimentación, lo que denominamos campaña, cómo para la Jornada de Buenas Prácticas, ya que han colaborado en la organización, y desarrollo de las mismas.

Pasamos a mostrar la consecución de los objetivos de manera cuantitativa, con una tabla:

ACTUACIÓN	DESCRIPCIÓN IOV	CUMPLIMIENTO
<b>Jornada Formativa: Uso de redes sociales y marketing social</b>	Una jornada para las Asociaciones de Ayuda Mutua y Salud de Salamanca	100%
<b>Jornada de promoción de la Salud: Promoción de la Salud desde el apoyo Mutuo</b>	Una jornada para exponer y formar en buenas prácticas en salud	100%
<b>Guía digital sobre alimentación saludable: Alimentación y Salud</b>	Una campaña de promoción de salud sobre alimentación con formato guía	100%
<b>Talleres de promoción de salud para escolares</b>	60 horas de talleres de promoción de salud en los centros escolares de Salamanca	100%
<b>Cursos de Primeros Auxilios y RCP</b>	32 cursos (horas) de Primeros Auxilios y Reanimación Cardio Pulmonar	114%
<b>Cursos oficiales del curso DESA inicial</b>	5 cursos DESA iniciales impartidos	100%
<b>Cursos oficiales del curso DESA renovación</b>	9 cursos DESA renovación impartidos	100%

- **Conclusiones**

Se ha continuará con las formaciones de primeros auxilios y de DESA, ya que por un lado ha habido una gran demanda y por otro lado se pretende generar una estrategia de ciudad denominada "Salamanca Cardioprotegida".

Por otro lado el trabajo comunitario con las entidades de Ayuda mutua está generando sinergias que promueven recursos y formaciones útiles y necesarias para el desarrollo y la actividad de las entidades de la ciudad que trabajan en la promoción de la salud.