

17/11/2021

DIVERSIFICANDO LA SALUD
Promoción de la salud mental, sexual y
reproductiva para mujeres con
enfermedades crónicas y/o
discapacidad

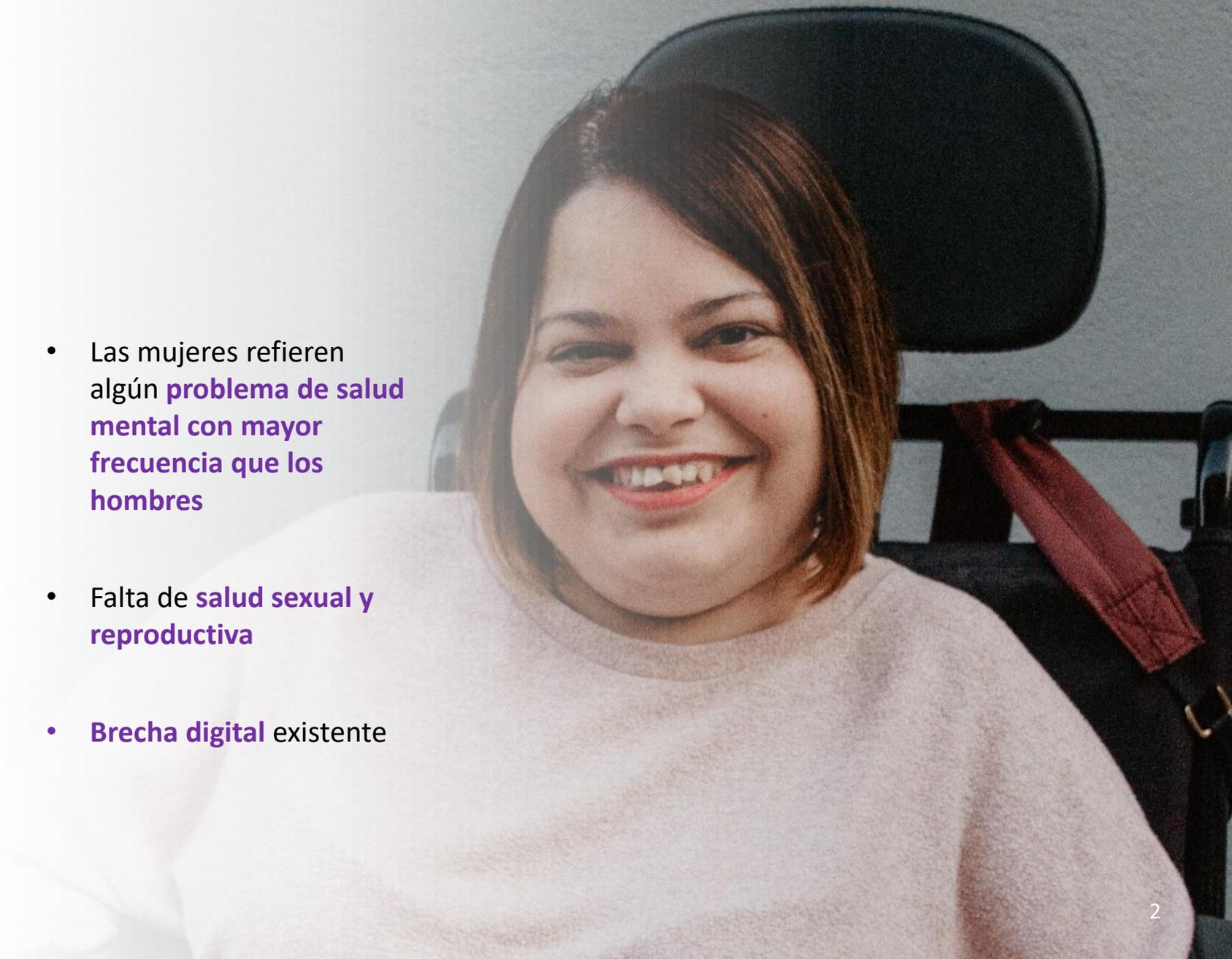
TRABAJANDO EN RED
POR LA EDUCACIÓN DEL
PACIENTE

Isabel Toro Soriano
Trabajadora social de Amanixer



Contexto y necesidades

- Cuatro de cada diez mujeres sufren enfermedades crónicas y el 19% perciben su salud como regular o mala
- Empeoramiento de la salud mental en la población en general tras la pandemia
- Las mujeres refieren algún problema de salud mental con mayor frecuencia que los hombres
- Falta de salud sexual y reproductiva
- Brecha digital existente





Recursos

- Información, atención y apoyo social
- Asesoría sexológica → Tabús/falta de información y acceso a los recursos

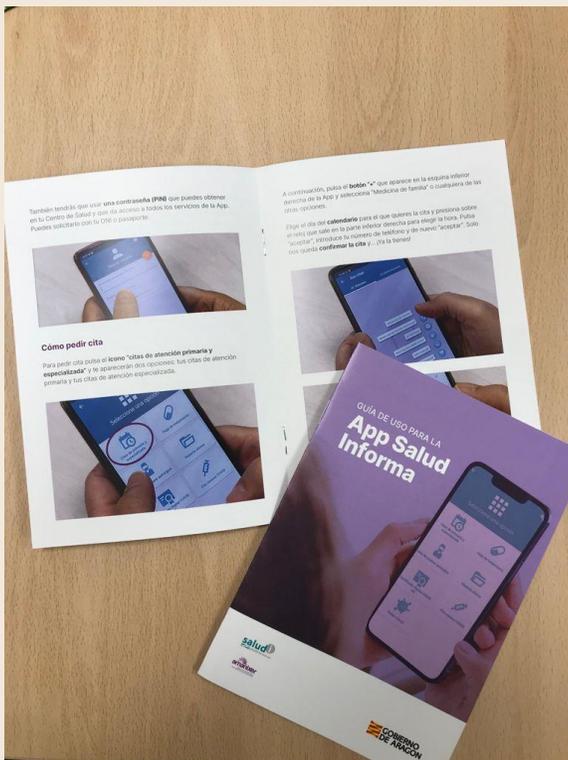


Ciclo de talleres para promoción de la salud

- Taller de diversidad sexual y de género
- Taller de menstruación y métodos anticonceptivos
- Taller de cuidado y fortalecimiento de suelo pélvico



Alfabetización de la salud



- Taller utilización de la APP salud Informa
- Realización de guía para la utilización del Salud informa.

Resultados

Una **mejor salud mental** así como herramientas para manejar las **ansiedad, el estrés y el dolor crónico**

Conocimientos sobre la **utilización de la App del Salud informa** así como el buen uso de la misma

Información sobre la realidad del **suelo pélvico y de sus ciclos menstruales**, favoreciendo una buena salud sexual reproductiva

Herramientas sociales para gestionar nuevas enfermedades y dolencias, así como enfermedades crónicas





Otros servicios de Amanixer Importancia del Apoyo mutuo

- Grupos de apoyo mutuo mensuales
- Café tertulia
- Creación de redes de apoyo y grupos fuera del tejido asociativo
- Terapia psicológica individual



Importancia del trabajo en red

- Relación con otras entidades
- Presidimos CEMUDIS (Confederación estatal de Mujeres con Discapacidad)
- Secretaría de COCEMFE Zaragoza y Aragón
- Consejo Asesor de Atención a la Salud de la Mujer del Gobierno de Aragón y en su Grupo de Accesibilidad.
- Consulta ginecológica accesible
- Trabajadoras sociales de los centros de salud

Conclusiones

- Importancia de redes de apoyo mutuo y acompañamiento en enfermedades crónicas
- Insuficiencia de recursos para la salud mental
- Necesidad de mejorar de la salud sexual y reproductiva en mujeres con discapacidad
- Trabajo en red e información por parte de los profesionales sanitarios.



Gracias por
vuestra
atención



Info@amanixer.es
682 728 686