

ALFABETIZACIÓN PARA LA SALUD Y EL PAPEL DE LA EDUCACIÓN ENTRE IGUALES



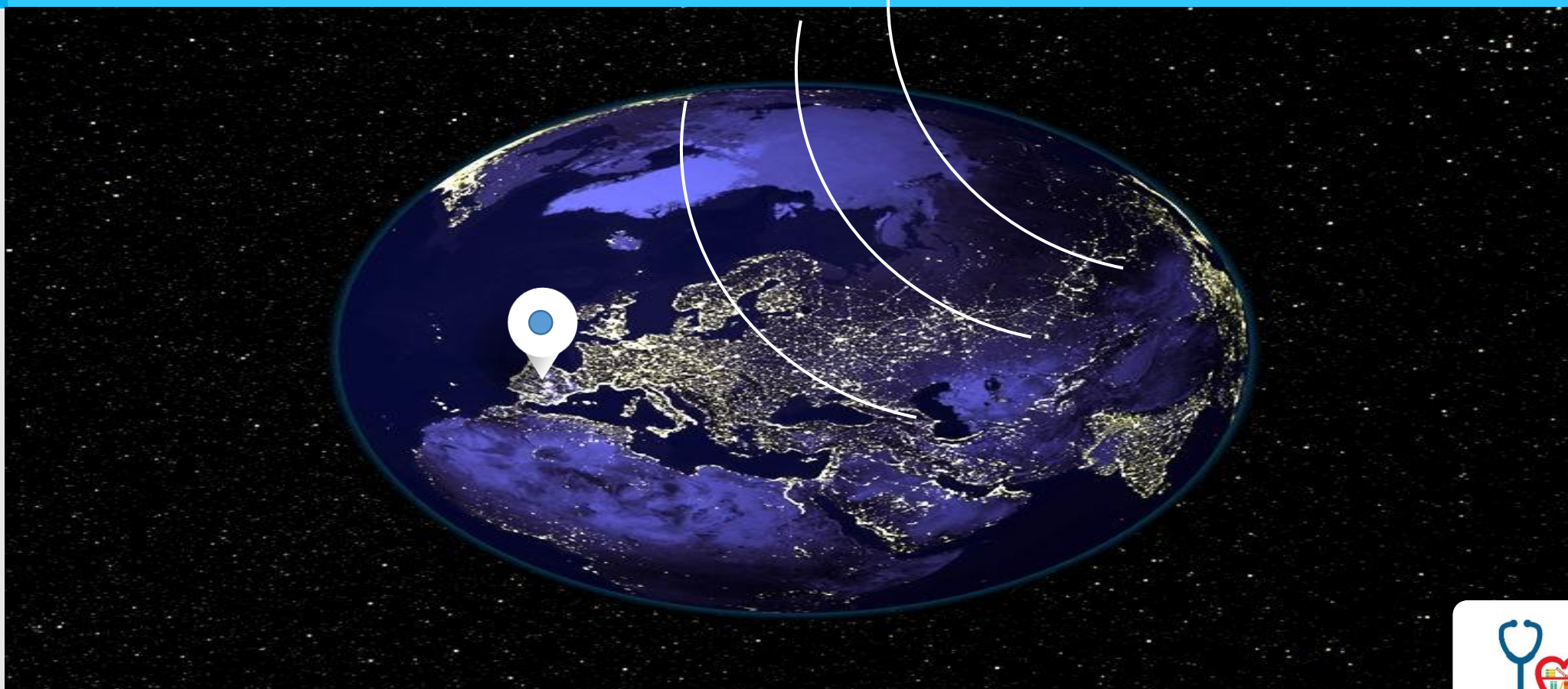
Juana Mateos Rodilla.

Jefa de Servicio de Coordinación de la Escuela Madrileña de Salud.
Consejería de Sanidad. Comunidad de Madrid.

A propósito de tejer...



¿Qué responderíamos...?





Ganar salud

Empoderamiento de las personas y sanidad participativa

¿Qué entendemos por capacitación en salud?



Concepto
clave



“La capacidad de las personas para obtener, interpretar y entender la información básica sobre la salud y los servicios sanitarios que necesitan para la toma de decisiones adecuada”

(Institute of Medicine-IOM-,2004)

Empoderamiento de las personas y sanidad participativa

¿Qué entendemos por capacitación en salud?

“El conjunto de habilidades cognitivas y sociales que determinan la motivación y la capacidad de las personas para acceder, entender y utilizar información encaminada a procurar mantener una buena salud”

(Organización Mundial de la Salud-OMS-,2007)



Conceptos importantes

¿Qué es el proceso de empoderamiento?

El descubrimiento y el desarrollo de la capacidad innata de cada uno de ser responsable de su propia vida

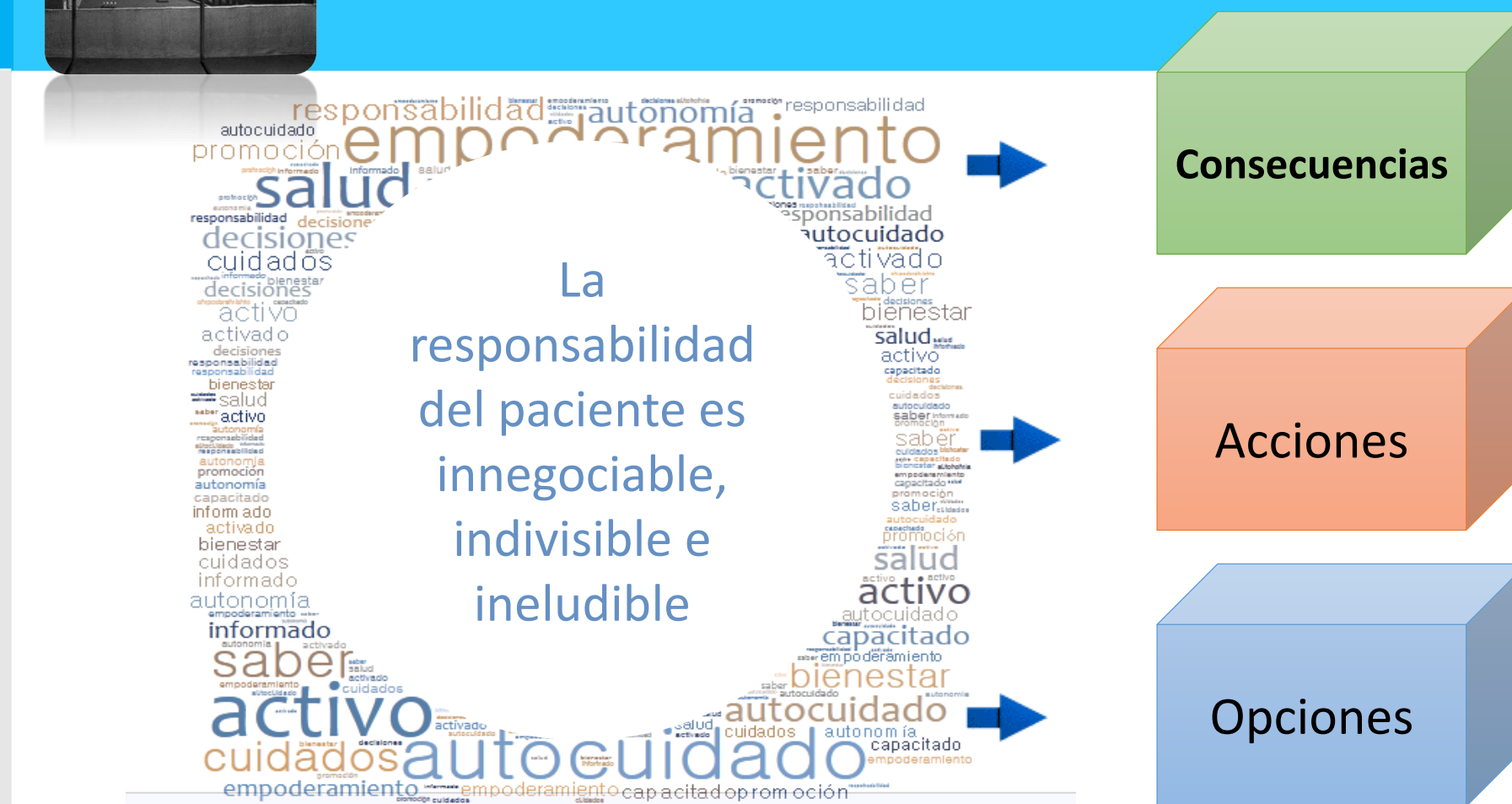


Concepto
clave





Empoderamiento de las personas y sanidad participativa



Paciente activado e informado

Capacidad de buscar, entender y utilizar la información disponible en salud para tomar decisiones informadas



- ✓ Acceso a información sobre salud y a los profesionales
- ✓ Capacidad de entender la información
- ✓ Capacidad para identificar y reconocer los mensajes

- ✓ Facultad de segmentar la información
- ✓ Facultad de distinguir la información correcta y útil
- ✓ Facultad para identificar la aplicabilidad de la misma

- ✓ Disposición a la participación positiva y activa
- ✓ Capacidad de aprender nuevas técnicas y habilidades
- ✓ Actitud y enfoque constructivo

- ✓ Autoevaluación control y comprensión de lo que sucede
- ✓ Planificación de la acción y resolución de problemas

- ✓ Acceso a participación en actividades saludables
- ✓ Confianza para tomar iniciativa en la comunicación con profesionales
- ✓ Apoyo para participar y mantener comportamientos adecuados

Persona activa, persona informada, persona capacitada, persona empoderada

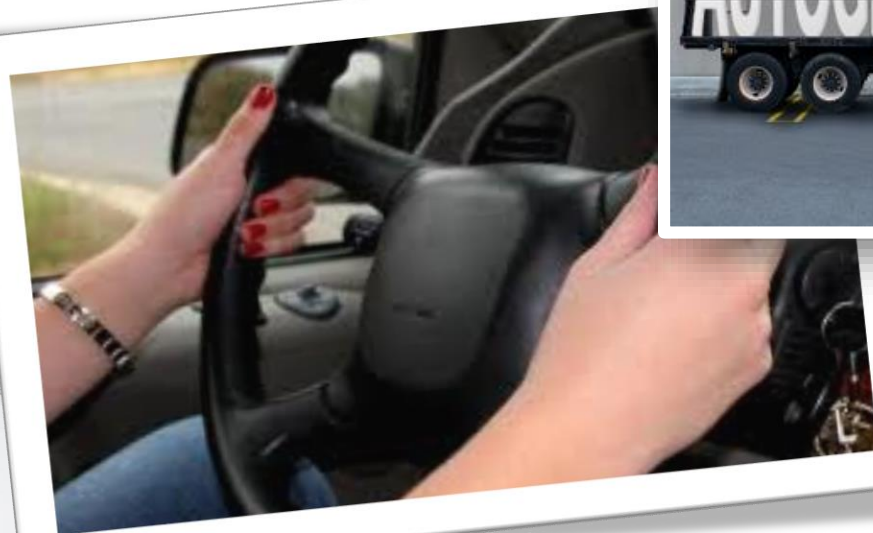
Llevar el
volante de
tu vida



Activar al paciente



Llevo el
volante...

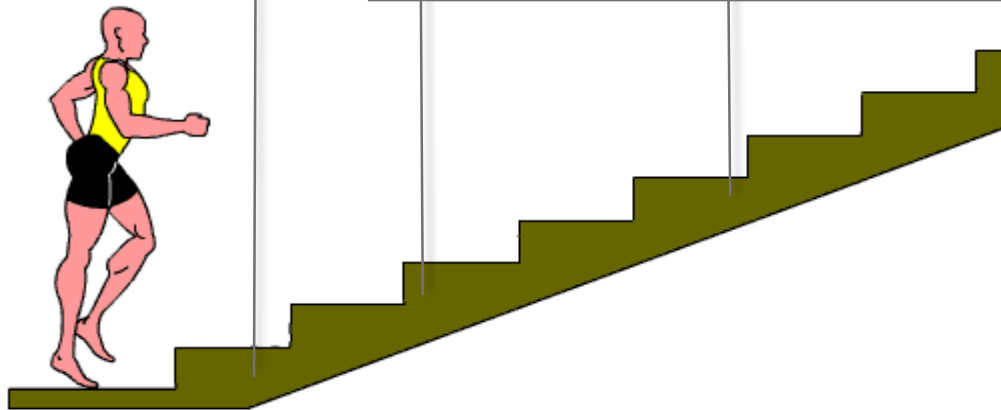


Conceptos importantes

3. LIDERAZGO COMPARTIDO

2. EMPODERAMIENTO

1. ACTIVACIÓN



3 FASES SECUENCIALES PARA LA
ACTIVACIÓN DEL PACIENTE

¿Qué es la alfabetización en salud?

La alfabetización en salud hace referencia a las habilidades sociales y cognitivas que determinan el nivel de motivación y la capacidad de una persona para acceder, entender y utilizar la información de forma que le permita promover y mantener una buena salud” (Definición de la OMS)

Según diversos estudios científicos, las consecuencias de una baja alfabetización en salud son:



<https://alfahealth.es/educacion-en-salud/>

Beneficios de los pacientes bien informados

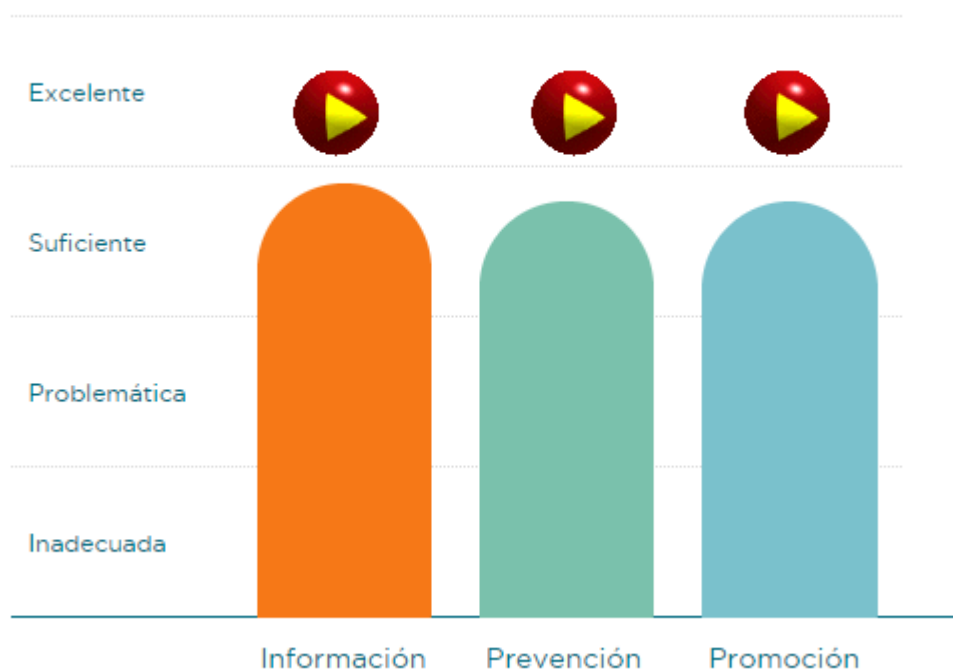
la alfabetización en salud tiene un papel clave en cuanto al manejo efectivo del estado de salud, que ofrece resultados clínicos tangibles y condiciona el uso de los servicios de salud:



<https://alfahealth.es/mapa-interactivo/cuestionario/>

alfahealth

Por una alfabetización en salud excelente



1. Encontrar información sobre los síntomas de las enfermedades que te preocupan

Muy difícil Difícil Fácil Muy fácil NS/NC

2. Encontrar información sobre los tratamientos de las enfermedades que te preocupan

Muy difícil Difícil Fácil Muy fácil NS/NC

3. Saber qué hacer en caso de urgencia médica

Muy difícil Difícil Fácil Muy fácil NS/NC

4. Saber dónde conseguir ayuda profesional cuando te encuentras enfermo (por ejemplo, un médico, enfermera, farmacéutico o psicólogo)

Muy difícil Difícil Fácil Muy fácil NS/NC

CUESTIONARIO
PARA CONOCER
EL NIVEL DE
ALFABETIZACIÓN
EN SALUD

<https://alfahealth.es/mapa-interactivo/cuestionario/>

5. Entender lo que te dice el profesional (médico, enfermera, farmacéutico o psicólogo)

Muy difícil Díficil Fácil Muy fácil NS/NC

6. Entender los prospectos que vienen con tus medicamentos

Muy difícil Díficil Fácil Muy fácil NS/NC

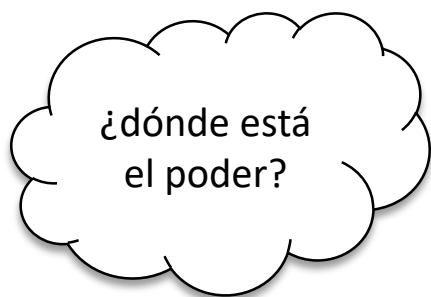
7. Valora por favor tu dificultad para entender las instrucciones de tu médico, enfermera o farmacéutico sobre cómo tomar las medicinas recetadas

Muy difícil Díficil Fácil Muy fácil NS/NC

8. Valorar las ventajas y desventajas de los distintos tratamientos posibles

Muy difícil Díficil Fácil Muy fácil NS/NC

- ☐ Información adaptada y traducida
- ☐ También off line
- ☐ Apoyo a las familias y cuidadores
- ☐ Apoyo a los profesionales



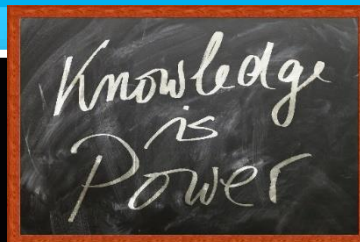
Apoyar (e-) comunidades

Asociar

Empoderar

Involucrar

Informar



Elementos del empoderamiento

- ☐ Co-decisión
- ☐ Co-diseño de consentimientos, protocolos, ensayos.
- ☐ Participación en consejos
- ☐ Paciente experto, formación entre iguales
- ☐ Herramientas de autogestión
- ☐ Escuela de pacientes
- ☐ Coaching
- ☐ Enfermería on line
- ☐ Acceso a datos generados por el paciente
- ☐ Comunicación bidireccional
- ☐ Herramientas de seguimiento
- ☐ Control de síntomas
- ☐ Acceso a la historia clínica
- ☐ Formación, alfabetización en salud
- ☐ Guías
- ☐ Consentimientos
- ☐ Recomendaciones

¿Dónde está el poder?

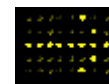
Actores
con poder



Espacios de
interacción



Discursos,
saberes que
otorgan poder



Sanitarios, pacientes, familias,
otros agentes (entorno social)

Espacios de interacción social
que influyen en la salud

Científicos y población.
La vida cotidiana como fuente
de saber

A propósito de tejer...



De una educación para la salud...

...a una educación para la salud

Información acerca de la enfermedad.

El profesional controla los signos y síntomas.

Se informa sobre las particularidades de una enfermedad.

Se educa sobre lo que no hace bien.

Entrenamiento para actuar y resolver los problemas.

El paciente identifica los problemas y sabe cómo actuar.

Se educa teniendo la visión sistémica y holística de la persona, con su comorbilidad, multimorbilidad y complejidad en su entorno y circunstancias.

Se educa sobre sus fortalezas y potencialidades, incrementando la autoeficacia.

Se dan instrucciones,
pidiendo “obediencia”.

Educa el profesional.

No se valoran las preferencias del paciente.

Se transmiten contenidos.

Aprendizaje descontextualizado.

Se hace responsable a la persona de sus cuidados y
se le da soporte y apoyo para ello.

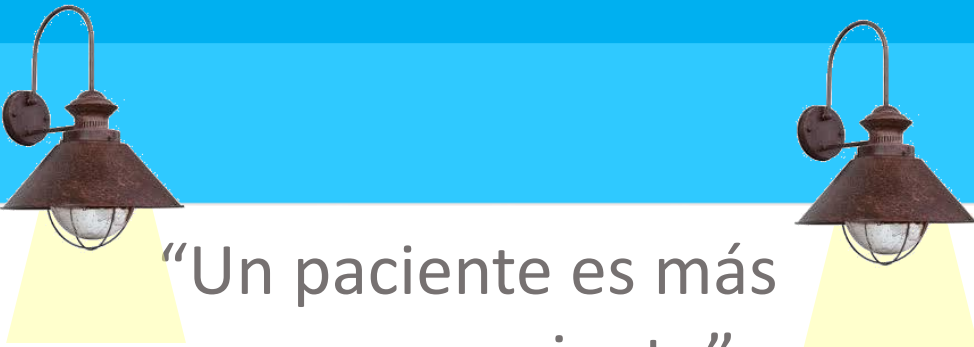
Educa un equipo de profesionales, pacientes
expertos y otros agentes de salud, de distintos
ámbitos y sectores.

Se valora conjuntamente preconceptos, experiencia,
intereses, necesidades y expectativas de las
personas.

Se trabajan las actitudes, se transmiten contenidos y
se desarrollan habilidades.

Aprendizaje integrado en el contexto, con las
demandas de la vida cotidiana.

Ampliando horizontes



“Un paciente es más
que un paciente”

Familia

Valores y
creencias

Entorno social

Religión y
espiritualidad

Nivel
sociocultural

Habilidades y
competencias

Lengua y
lenguaje

Su historia





ENTRENAMIENTO

1. Conocer, comprender, aceptar y elaborar el diagnóstico de la enfermedad.
2. Identificar la respuesta emocional y la actitud ante la misma. 3. Expresar la situación. Reflexionar sobre el área emocional. Analizar diferentes aspectos sobre la vida.
4. Disponer de información sobre la enfermedad, sus signos y síntomas, causas o factores predisponentes, tratamiento y cuidados, signos y síntomas de alerta, evolución, seguimiento y pronóstico, adherencia al tratamiento. Profundizar.
5. Desarrollar habilidades y recursos para cuidarse.
6. Tomar decisiones. Tener un plan de vida. ACTUAR
7. Experimentarlas en la realidad y evaluarlas.



Red de Escuelas de Salud para la Ciudadanía

<https://www.redescuelassalud.es/>



The screenshot shows the homepage of the website. At the top, there is a navigation bar with various links like 'Aplicaciones', 'eROOM', 'Nueva pestaña', 'Plataforma', 'WEB Escuela Madril...', 'SHAREPOINT ESCU...', 'Mantis', 'ForMadrid', 'Genially, la herrami...', 'Abrir itinerario for...', and 'ForMadrid'. Below this, there is a header section with the logos of the 'GOBIERNO DE ESPAÑA' and 'MINISTERIO DE SANIDAD', and the 'Red de Escuelas de Salud' logo. A search bar with the text 'Buscar' and a dropdown menu for 'Castellano' is also present. The main navigation menu includes 'Red de Escuelas de Salud', 'Actividades', 'Aulas virtuales', 'Enfermedades', 'Vida saludable', and 'Directorio de recursos'. The main content area features a large image of a group of people, with a text overlay that reads 'Bienvenido a la Red de Escuelas de Salud para la ciudadanía' and a 'Contactar' button. A small box on the right side of the image says 'Conoce a los miembros de nuestra Red de Escuelas de Salud'.

Marco legal



Bienvenidos Benvinguts Benvidos Ongi etorri Welcome Bienvenue

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE LA PRESIDENCIA

Agencia Estatal Boletín Oficial del Estado

Inicio BOE BORME Legislación Anuncios TEJERONES Tienda La Agencia Buscar a la Carta

Está Vd. en > Inicio > Buscar > Documento consolidado BOE-A-2002-11111

Legislación consolidada

Ley 41/2002, de 14 de noviembre, básica reguladora de la autonomía del paciente y de derechos y obligaciones en materia de información y documentación clínica.

Publicado en: «BOE» núm. 274, de 15/11/2002.
Entrada en vigor: 16/05/2003
Departamento: Jefatura c
Referencia: [BOE-A-2002-11111](#)

publicada el 22/09/2015 Elegir

Derecho a recibir información de calidad y actualizada que permita la participación activa del ciudadano en el mantenimiento y recuperación de su salud



Ampliar el horizonte



vida. salud. bienestar

La escuela de salud para la ciudadanía es **espacio de aprendizaje compartido** con el objetivo de promover la **adopción de hábitos de vida saludables** y fomentar la **corresponsabilidad** de las personas en el cuidado de su salud y en la **autogestión/autocuidados** de su enfermedad

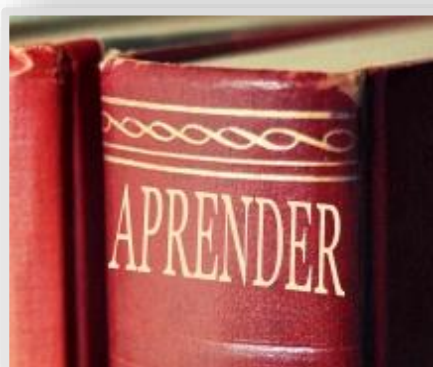


Interacción

Cultura de salud

Compartir

Las escuelas de salud para la ciudadanía



Las escuelas de salud para la ciudadanía

vida. salud. bienestar



Las escuelas de salud para la ciudadanía

Un lugar, un tiempo, una experiencia y una vivencia para:

-  La corresponsabilidad
-  Autocuidados y autogestión de su enfermedad.
-  Intercambiar conocimientos y experiencia.
-  Aprender juntos



Escuela Madrileña de Salud

Encuentros “Construyendo la propuesta de valor”



Plataformas virtuales de aprendizaje o capacitación en salud para la ciudadanía

Ajustar tamaño de letra: A A A  

 **Comunidad de Madrid**  [PREGUNTAS FRECUENTES](#) [CONTACTO](#)   [Acceder](#)



Bienvenido, aquí está tu escuela de salud
¿Qué estás buscando hoy?

[Ir](#)

Si no encuentras lo que estás buscando, [contacta](#) con nosotros



<https://escueladesalud.comunidad.madrid/>

Factores críticos del éxito

Cerillas que encienden otras cerillas

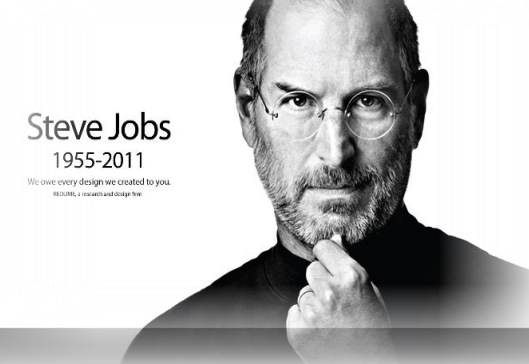


Muchas manos

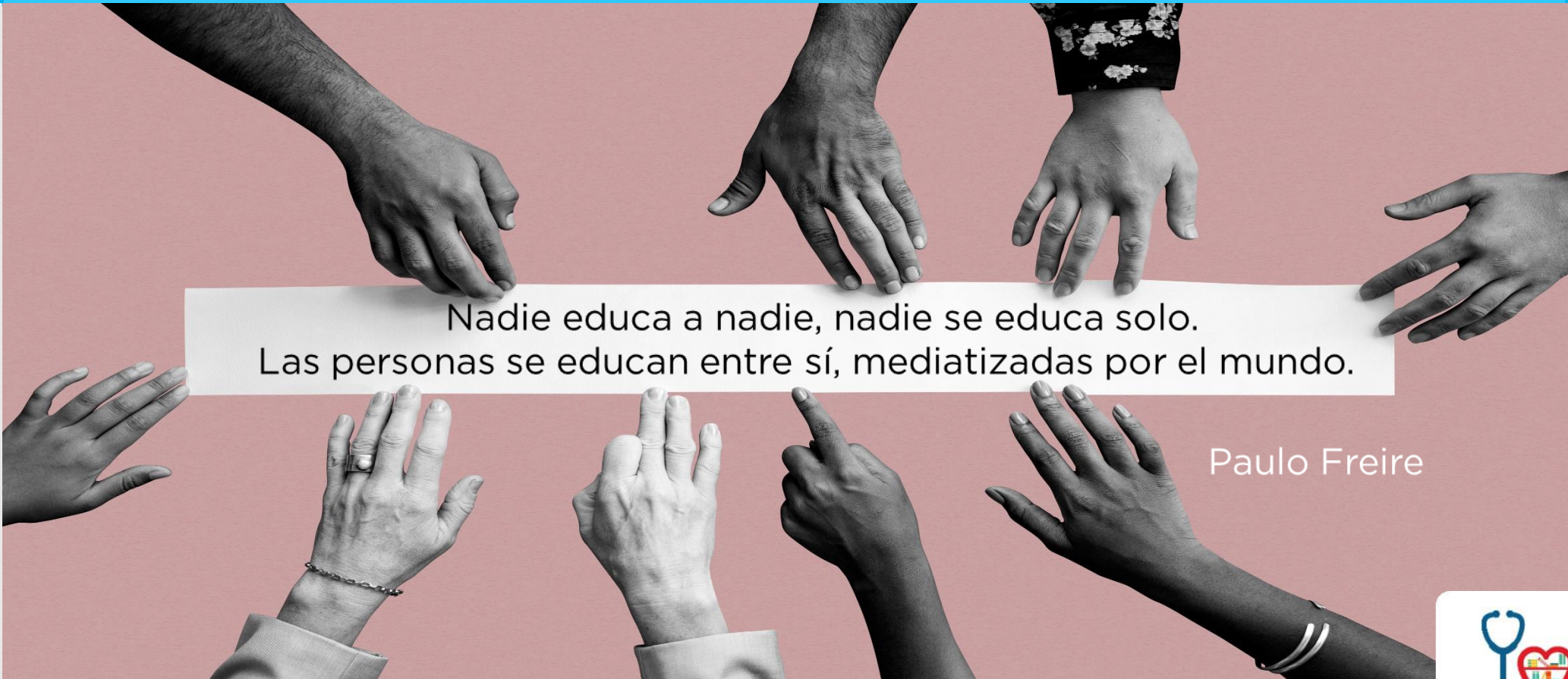
Difusión
Que sea conocida

Que sea un
recurso útil y
sostenible

Steve Jobs siempre hablaba de “conectar los puntos”. Construir es conectar las cosas. No puedes conectar los puntos cuando miras al futuro. Solo puedes conectarlos cuando miras hacia el pasado. Así que debes confiar en que los puntos, de alguna forma, en el futuro terminarán por conectarse. Debes confiar en algo, tu intuición, el destino, el karma... lo que sea. Porque creer que los puntos se unirán en algún momento de tu camino es lo que te dará confianza para seguir adelante.



Gracias...



Nadie educa a nadie, nadie se educa solo.
Las personas se educan entre sí, mediatizadas por el mundo.

Paulo Freire

Gracias...



Contacto: juana.mateos@salud.madrid.org