



Guía de Promoción de la Salud en el ámbito Municipal

Bernabé Galán Sánchez
Olga Rico Verdejo



Ilre. Colegio de Médicos Córdoba / Excma. Diputación Provincial Córdoba





Guía de Promoción de la Salud en el ámbito Municipal

Índice

	Página
Presentación	4
1. Introducción, justificación y objetivos	6
2. Determinantes de la Salud de la población	8
2.1. Medio Ambiente	8
2.2. Estilos de Vida y Conductas Saludables	10
2.3. Sistema de Asistencia Sanitaria	11
2.4. Biología Humana	12
3. Actuaciones preventivas y de promoción de la Salud a nivel local	14
3.1. Elaboración por el Ayuntamiento de un Plan de Acción Local en Salud.	14
3.2. Implementación por el Ayuntamiento de actuaciones en materia de Medio Ambiente, que redunden positivamente en la Salud.	15
3.3. Actuaciones sobre los estilos de vida y conductas.	16
3.4. Colaboración entre el Ayuntamiento y el Sistema Sanitario.	17
4. Conclusión	18

Presentación

Para esta Diputación y para mi, como responsable de la Delegación de Cohesión Social, Consumo, Participación Ciudadana y Protección Civil, es fundamental poner de relieve el trabajo que nuestros municipios desarrollan en materia de promoción de la salud, ya que ésta se constituye como un elemento clave para la creación de Ciudades y Sostenibles, que tengan herramientas que favorezcan la cohesión social del territorio. Por otro lado, la situación actual de pandemia provocada por la expansión del SARS-Cov2, ha puesto de manifiesto que los Ayuntamientos son una pieza esencial y clave a la hora de afrontar el conjunto de medidas impuestas por las autoridades sanitarias durante esta crisis; siendo el cauce fundamental para su implementación, así como en la concienciación ciudadana y respuesta a las necesidades generadas en el conjunto de la ciudadanía .

Los poderes públicos, junto con los organismos oficiales y privados, tenemos el deber de trabajar en la consecución del derecho a la protección de la salud, como recoge nuestra Constitución Española. Una de las líneas de trabajo de esta Diputación, que tiene ya continuidad en el tiempo, es el Certamen del Pueblo Saludable; que con el objeto de reconocer el trabajo de promoción de la salud en el ámbito municipal que se realiza en nuestra provincia, pone de relieve esa labor y la hace visible a toda la ciudadanía cordobesa.

Este año, en la búsqueda constante de la mejora del trabajo desarrollado desde la Diputación y en estrecha colaboración con el Ilustre Colegio Oficial de Médicos de la Provincia de Córdoba, editamos esta Guía. Una guía que se constituye como una herramienta de trabajo, un manual, que orientará a nuestros municipios en la consecución del objetivo de promoción de la salud; que tiene vocación de mejora, de evolución y de adaptación a las necesidades que vayan surgiendo, que estará viva, y por eso se publica en formato digital, para constituirse en una herramienta dinámica que pueda asimilar las mejoras y aportaciones que, desde instituciones, entidades de promoción de la salud, centros sanitarios y participación ciudadana, se realicen.

Desde aquí invito a todos los municipios de nuestra provincia y a la ciudadanía cordobesa, a trabajar en esta materia, de modo que se convierta en un pilar más entre los que potencian el desarrollo económico y social de su ámbito territorial, que sirva de elemento de control y disuasión y que evite, en la medida de lo posible, el despoblamiento rural de nuestros pueblos.

Rafael Llamas Salas.

*Diputado Delegado de Cohesión Social,
Consumo, Participación Ciudadana y Protección
Civil de la Diputación de Córdoba.*



Como Presidente del Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Córdoba es para mí de gran satisfacción haber participado en la creación de esta “Guía de Promoción de la Salud en el ámbito Municipal” puesto que entre los objetivos principales de nuestra Institución está el velar por la salud de la población, en cumplimiento de nuestra función como reguladores de la profesión médica, y nuestra total predisposición a la colaboración con los poderes públicos y organismos oficiales y privados, en la consecución del derecho a la protección de la salud de la ciudadanía.

Sirva pues esta Guía para ayudar a los Ayuntamientos a concienciar a la población de que debe empoderarse en el cuidado de su propia salud y de la de sus vecinos y vecinas, así como cuidar del medio ambiente, ya que entre los determinantes de nuestra salud, no solo están la atención sanitaria que recibe la ciudadanía y la carga genética que portamos o los factores biológicos que nos definen, sino que nos influyen sobremanera los estilos de vida que tenemos y cómo nos relacionamos con el medio ambiente y nuestro entorno social.

Bernabé Galán Sánchez

Presidente del Colegio Oficial de
Médicos de Córdoba

1. Introducción, justificación y objetivos

La SALUD como concepto de matices positivos, es definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no sólo la simple ausencia de enfermedad o invalidez ¹.

Para la OMS, la PROMOCIÓN DE LA SALUD “se ha convertido en elemento común para todos aquellos que admiten la necesidad de un cambio en nuestro modo de vida y en nuestros hábitos con la finalidad de mejorar el estado de salud. La promoción de la salud aparece como una estrategia de mediación entre la población y su entorno, operando la síntesis entre las elecciones individuales y la responsabilidad de la sociedad en el ámbito de la salud”².

La SALUD requiere más que una definición biológica. Tiene que abarcar todos los factores que la condicionan: ecología-medio ambiente, sociedad, cultura, género, sexualidad, familia, higiene, vivienda, alimentación, actividad física-descanso, prevención de enfermedades, seguridad, situación laboral, comunicación, etc.) La idea que la gente tiene de su salud no es siempre la correcta y además está siempre limitada por el marco social en que se actúa.

Para conseguir lo anterior consideramos necesaria la conjunción de esfuerzos entre organismos oficiales y la participación ciudadana, que es uno de los objetivos



¹ Galán Sánchez B. Modificación de las actitudes higiénicas con la Educación para la Salud. Tesina de licenciatura. Universidad de Córdoba 1989.

² Rochon A. Educación para la Salud. Barcelona: Edit. Masson S. A., 1991.

del Colegio Oficial de Médicos de la Provincia de Córdoba³ y por ello, en colaboración con la Excm. Diputación Provincial de Córdoba, se elabora esta Guía que pretende ser una herramienta que oriente a los municipios de la provincia de Córdoba en este cometido: un esquema a seguir para la elaboración de una memoria de actividades o un plan para la promoción la Salud en sus respectivos municipios.

La vinculación entre Promoción de la Salud y Sesarrollo Sostenible es fundamental ya que este solo sería posible si los gobiernos, a todos los niveles, tienen en cuenta en sus decisiones políticas las implicaciones que -para la salud de los pueblos- tienen las mismas. Todos los sectores, tanto educación, política fiscal, desarrollo urbano, comercio, agricultura, etc., tienen grandes posibilidades para mejorar la salud de la ciudadanía.

La mayoría de las decisiones que afectan a la salud y a la habitabilidad de las poblaciones se toman en el ámbito municipal. Por ello, y ante la amenaza de la despoblación de nuestra zona rural, es fundamental apoyar a los pueblos en el logro de un grado óptimo de salud para sus habitantes, empoderándolos en el conocimiento del autocuidado de su salud, aportándoles información y competencias para poder utilizarlas especialmente en personas marginadas o desfavorecidas.



³ Estatutos del Colegio Oficial de Médicos de la Provincia de Córdoba. Art. 4.1 d.

2. Determinantes de la Salud de la población

Los determinantes de la salud de las personas y de las poblaciones, dependen solo un 11 % del Sistema Sanitario y el 89 % de otros factores que dependen de los individuos y de la colectividad. Podemos clasificarlos en cuatro grandes grupos⁴:



Medio Ambiente



Estilos de Vida y Conductas Saludables



Sistemas de Asistencia Sanitaria



Biología Humana

2.1. Medio ambiente

Contaminación física, química, biológica, entorno socioeconómico, cultural y urbano.

El impacto que tienen los factores ambientales en las personas y las poblaciones, ha demostrado la interacción de los elementos naturales y sociales en los riesgos y problemas de salud. Por otro lado

el conjunto de valores y de normas de una sociedad determina de diferentes maneras la salud y la consecución de mayores cotas de bienestar de la población. Así mismo los factores en el entorno creado por el hombre como la seguridad en la vivienda, el lugar de trabajo, la comunidad y el trazado de los caminos, también constituyen influencias importantes.

⁴ Lalonde, M. (1974). A new perspective on the health of Canadians. Ottawa, ON: Minister of Supply and Services Canada. Retrieved from Public Health Agency of Canada website: <http://www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/pdf/perspect-eng.pdf>



2.2. Estilos de vida y conductas saludables

Abuso de sustancias, sedentarismo, nutrición, estrés, violencia, actividades de riesgo.

El estilo de vida saludable es un conjunto de patrones de conducta relacionados con la salud, determinado por las elecciones que hacen las personas de las opciones disponibles acordes con las oportunidades que les ofrece su propia vida⁵.

La conducta personal en determinados aspectos influye enormemente en el binomio salud-enfermedad. Los comportamientos y los hábitos de vida condicionan no sólo la salud, sino la situación sanitaria de las poblaciones y los recursos a ellas destinados.



Guía de Promoción de la Salud en el ámbito Municipal

⁵ Cockerham WC. New directions in health lifestyle research. *International Journal of Public Health*. [Editorial Material]. 2007;52(6):327-8.

2.3. Sistema de asistencia sanitaria



Tipo de servicios sanitarios, equidad y utilización de los mismos, accesibilidad.

Los recursos que un país destina a la Salud, así como los resultados de estos, pueden medirse mediante diversos indicadores (índices y valores numéricos), cuyo estudio y correcta interpretación es fundamental para una adecuada política sanitaria. La asistencia sanitaria -encaminada a diagnosticar y tratar a la persona individualmente-, no tiene demasiado efecto sobre la salud de la población. Sin embargo los programas de salud dirigidos a un grupo social más amplio elevan el nivel de salud de la sociedad.



2.4. Biología humana

Carga genética, resistencia a la enfermedad, edad, sexo.

Los factores biológicos son inherentes a la fisiología humana y son menos susceptibles de modificación que los demás factores enumerados anteriormente. Vemos cómo en las sociedades desarrolladas, estos factores influyen de forma muy relevante en la mortalidad de niños y niñas menores de un año, pues, al estar muy controladas las enfermedades infecciosas, las causas más frecuentes de mortalidad infantil son las

alteraciones congénitas y hereditarias, disminuyendo ostensiblemente a partir de cierta edad la importancia de estos factores como causantes de enfermedades.

Vemos, por tanto la importancia de la Promoción de la Salud, que debe ser apoyada por los gobiernos estratégicamente, mediando entre la población y su entorno y operando teniendo en cuenta y respetando las elecciones individuales y la responsabilidad de la sociedad en el ámbito de la Salud⁶.

⁶ Promotion de la santé: Étude du concept et des principes. Groupe de travail de l'OMS sur la promotion de la santé. Sélection Santé de l'Association canadienne de santé publique. 77 (6) p. 425-431. 1986





3. Actuaciones preventivas y de promoción de la salud a nivel local

A continuación se recogen todo un conjunto de actuaciones de prevención y promoción de la salud, que se pueden desarrollar a nivel local, en relación con los condicionantes de salud que hemos mencionado, para mejorar el estado de salud de la ciudadanía de nuestros municipios:

3.1. Elaboración por el Ayuntamiento de un Plan de Acción Local en Salud

Se trata de un documento que a partir de la priorización de Objetivos en Salud recoge los compromisos relativos a las actuaciones y acciones a emprender en la localidad y surge de un proceso de construcción compartida. Es un guión que recoge lo que se decide hacer. Incluye, en forma de Líneas Estratégicas, Objetivos y Acciones, los compromisos a emprender en la localidad. Lo lleva a cabo el Grupo Motor,

de manera participada con la ciudadanía y por profesionales y personas de otros sectores, áreas o temáticas implicadas que formando parte de diferentes grupos de trabajo conformarán la Red local en salud. Existe un documento elaborado por la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía, en el que se explica paso a paso cómo elaborarlo e implementarlo.^{7 8}



Plan de Acción Local.

Este Plan de Acción Local se puede recoger formalmente en un documento del Ayuntamiento e incluso por acuerdo de Pleno.

Promoción de la Salud y Educación Sanitaria.

El Ayuntamiento puede diseñar y poner en marcha proyectos a largo plazo en promoción de la salud y educación sanitaria..

Protección Civil.

Es positivo también tener organizado el equipo de Protección Civil.

⁷ Guía rápida para elaborar un Plan de Acción Local en Salud: <https://www.redlocalsalud.es/project/guia-rapida-elaboracion-plan-local-salud/>

⁸ Manual para la elaboración de Planes Locales de Salud: https://www.redlocalsalud.es/wp-content/uploads/2017/03/Planes_Locales_de_Salud2_indice_final.pdf

3.2. Implementación por el Ayuntamiento de actuaciones en materia de Medio Ambiente, que redunden positivamente en la Salud

Están relacionadas con:

- ✔ Medidas para un correcto reciclado de basuras.
- ✔ Medidas de lucha contra la contaminación acústica.
- ✔ Medidas para tener una adecuada calidad del agua potable y depuración de aguas residuales.
- ✔ Aspecto general del pueblo, como por ejemplo: la blancura de sus fachadas, calles limpias, conservación de monumentos, viviendas y solares.
- ✔ Adopción de medidas de seguridad de los edificios.
- ✔ Medidas en materia de Educación vial y civismo.
- ✔ Utilización de los medios de comunicación y redes sociales al servicio de la Promoción de la Salud.
- ✔ Medidas de desratización y desinsectación y contra la contaminación física, química, biológica y radiactiva.



3.3. Actuaciones sobre los estilos de vida y conductas

Podemos citar, entre otras:

- ✔ La existencia de Guarderías municipales y residencias de ancianos donde se promuevan hábitos saludables, nutrición correcta, actividad física, etc.
- ✔ Apoyo a las actividades saludables y culturales que surgen o se organizan por parte del tejido asociativo local.
- ✔ Colaboración en la lucha contra la obesidad, sedentarismo, drogadicción, tabaquismo y actividades de riesgo.
- ✔ Medidas de tratamiento de la igualdad,



3.4. Colaboración entre el Ayuntamiento y el Sistema Sanitario

En este caso, podemos señalar:

- ✓ La Participación del Ayuntamiento en Comisiones de Salud del Distrito Sanitario.
- ✓ La Atención del municipio a mayores y personas en estado de dependencia.
- ✓ La Colaboración del Ayuntamiento, a través de actividades o programas diversos, con asociaciones de donantes de órganos.
- ✓ Apoyo a ONG que desarrollen iniciativas y proyectos de promoción de la Salud (por ejemplo: el teléfono de la Esperanza).
- ✓ El desarrollo e impartición de Talleres de inteligencia emocional, coaching, mindfulness, etc.
- ✓ La Promoción de la lactancia materna y vacunaciones.
- ✓ La Colaboración en la equidad y accesibilidad a los centros sanitarios.
- ✓ El desarrollo de actividades conjuntas con el Centro de Salud.
- ✓ El Apoyo o colaboración en las estructuras e infraestructuras sanitarias.
- ✓ La Colaboración en proyectos promovidos por el Centro de Salud especialmente los de uso racional de los servicios sanitarios y de los medicamentos.

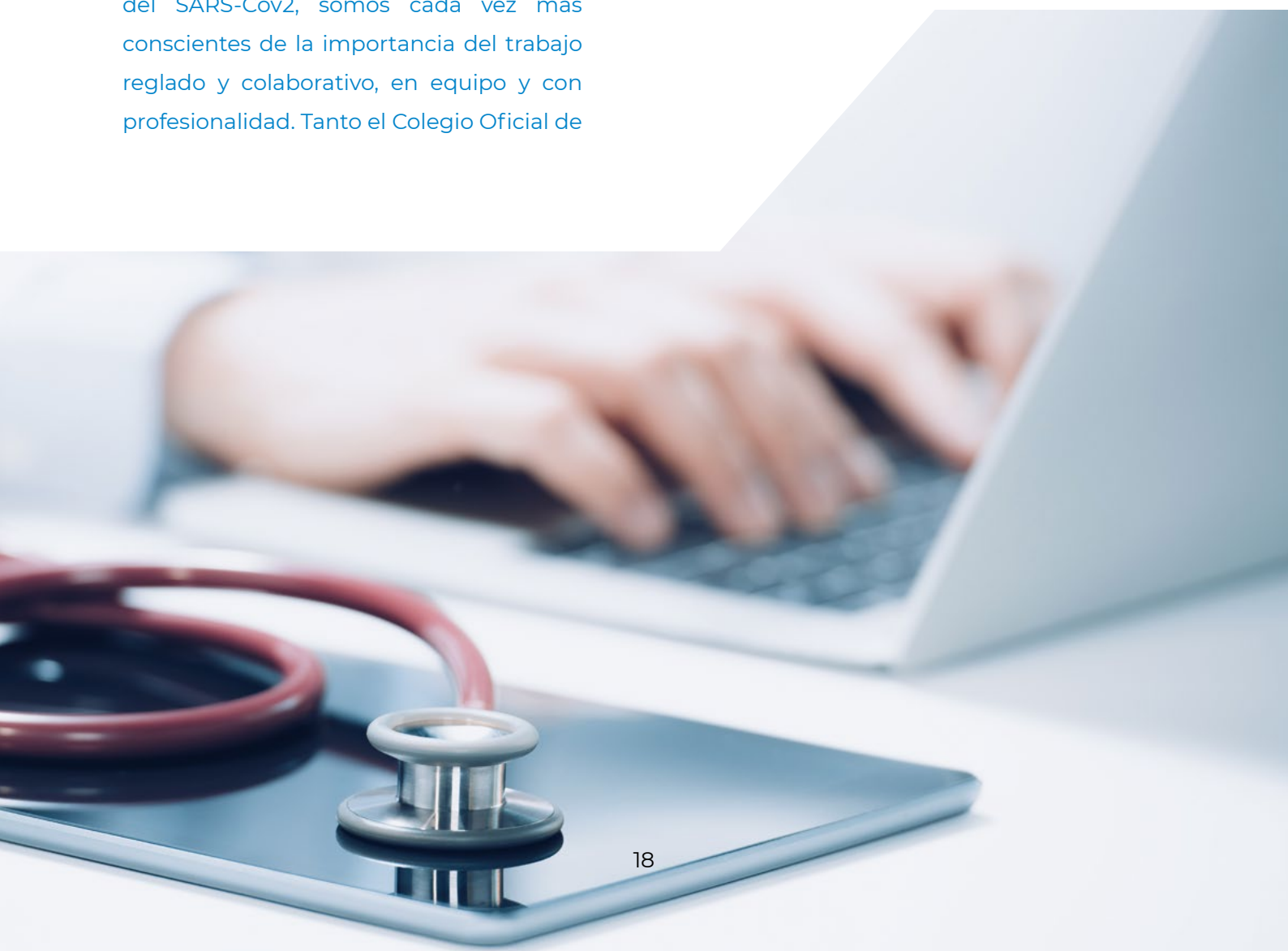


4. Conclusión

Como CONCLUSIÓN y a modo de RESUMEN, queremos apuntar que esta guía pretende ayudar a los Ayuntamientos a seguir velando por la salud de sus vecinos y vecinas, a la par que queremos animarlos a participar en la misma, bien instando a sus municipios a desarrollar programas de promoción de salud, a mejorar los existentes, o incluso haciendo las aportaciones que consideren oportunas.

Por otro lado, tras la experiencia sufrida recientemente debido a la pandemia provocada por la expansión mundial del SARS-Cov2, somos cada vez más conscientes de la importancia del trabajo reglado y colaborativo, en equipo y con profesionalidad. Tanto el Colegio Oficial de

Médicos de Córdoba como la Diputación de nuestra Provincia queremos dejar claro que esta es una Guía abierta a la participación de todo el mundo y agradecemos la colaboración en su perfeccionamiento, por lo que reiteramos nuestra llamada a la participación y agradecemos toda muestra de colaboración que, desde instituciones, entidades de promoción de la salud, centros sanitarios y ciudadanía, se realicen.







ILUSTRE COLEGIO OFICIAL
DE MÉDICOS DE CÓRDOBA



Diputación
de Córdoba

Guía de Promoción de la Salud en el ámbito Municipal