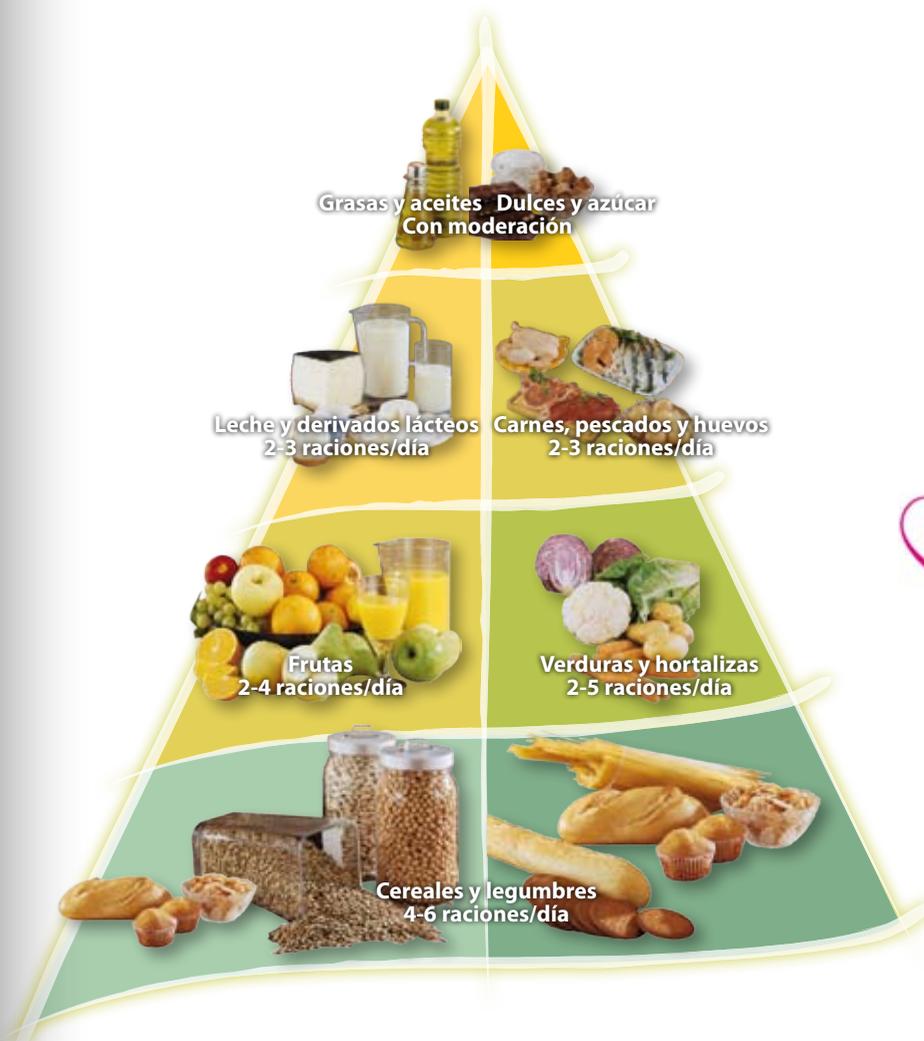


Catálogo de Programas de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad



Programa de detección precoz de Cáncer de MAMA



Una cita importante



Vacunación Infantil



Introducción	7
Salud Materno Infantil.....	9
– Educación para la salud durante el embarazo, parto y puerperio. Cuidados del recién nacido	
– Detección precoz de enfermedades endocrinas y metabólicas	
– Detección precoz de hipoacusia neonatal	
– Vacunaciones infantiles	
Salud en la Etapa Escolar	19
– Educación para la salud en el ámbito sanitario	
– Educación para la salud en el ámbito docente	
– Prevención de la caries dental	
Salud de los Jóvenes	27
– Programa Salud Joven	
– Prevención de la obesidad infanto-juvenil	
– Prevención de los trastornos de la conducta alimentaria	
Salud de la Mujer	35
– Detección precoz de cáncer de mama	
– Educación para la salud en el climaterio	
– Prevención de la violencia de género	
Salud de los Colectivos Desfavorecidos	43
– Educación sanitaria a personas que ejercen la prostitución	
– Atención sanitaria a población inmigrante	
Salud del Adulto	47
– Prevención de enfermedades cardiovasculares	
– Vacunaciones en el adulto	
Anexo I.....	51
– Prevención de la obesidad y el sedentarismo: Estrategia NAOS en Castilla-La Mancha	
Anexo II.....	53
– Campañas sanitarias	
Anexo III	55
– Sanidad mortuoria	
Catálogo de Materiales de Educación para la Salud.....	56

La promoción de la salud se contempla como un enfoque alternativo y a la vez complementario de la atención sanitaria y, en general, como una estrategia clave para la mejora de la salud y la calidad de vida. En la Carta de Ottawa se define la promoción de la salud como “el proceso de capacitar a los individuos y a las comunidades para que puedan aumentar el control sobre los factores que determinan la salud y por lo tanto, mejorar la misma”.

Para desarrollar este campo de trabajo, la Dirección General de Salud Pública y Consumo, a través del Servicio de Promoción de la Salud, ordena las actividades en programas específicos de prevención primaria y secundaria. Este documento recoge la estructura de los programas y las principales líneas de actuación en cada uno de ellos, a modo de fichas que permiten consultar objetivos, actividades y materiales de apoyo.

EDUCACIÓN PARA LA SALUD DURANTE EL EMBARAZO, PARTO Y PUERPERIO. CUIDADOS DEL RECIÉN NACIDO

Descripción

Conjunto de actividades destinadas a fomentar la adquisición de hábitos de salud e higiene durante el embarazo, la preparación al parto y el puerperio, así como para el cuidado del recién nacido y la promoción de la lactancia materna, aportando consejos de educación sanitaria a través de soportes didácticos. Estos materiales complementan y refuerzan los contenidos sanitarios incluidos en los protocolos de los programas asistenciales de seguimiento del embarazo, visita puerperal y controles de salud infantil.

Justificación

La gestación y los primeros meses de vida son etapas fundamentales para el desarrollo humano, por lo que las actuaciones dirigidas a proporcionar cuidados en las mismas suponen una mejora en el nivel de salud y la disminución de la morbilidad materno-infantil.

Objetivo

Aumentar el nivel de salud de la población materno-infantil y disminuir la morbilidad a través de la promoción de la lactancia materna y la educación sanitaria en temas relacionados con los cuidados correctos del recién nacido y la higiene en el embarazo, parto y puerperio.

Año de inicio

1987

Población diana

Gestantes, padres, madres y recién nacidos.



Actividades

- ❖ Elaboración, edición y distribución de material didáctico de apoyo a los contenidos de educación sanitaria incluidos en los protocolos de los programas de seguimiento del embarazo, visita puerperal y controles de salud infantil.
- ❖ Participación en grupos de trabajo conjuntos con el Servicio de Salud para la realización de protocolos.
- ❖ Promoción de la lactancia materna: apoyo y formación de personal sanitario.

Documentos y materiales de apoyo

- Cartilla de salud infantil.
- Carnet de vacunación.
- Cartilla de salud de la embarazada.
- Guía de consejos para la salud de la embarazada.
- Guía de consejos para la salud del recién nacido.
- Guía de consejos para la lactancia materna.
- Guía de consejos para después del parto.

- Vídeo de promoción de la lactancia materna.
- Libros de paritorio.
- Página web: www.castillalamancha.es

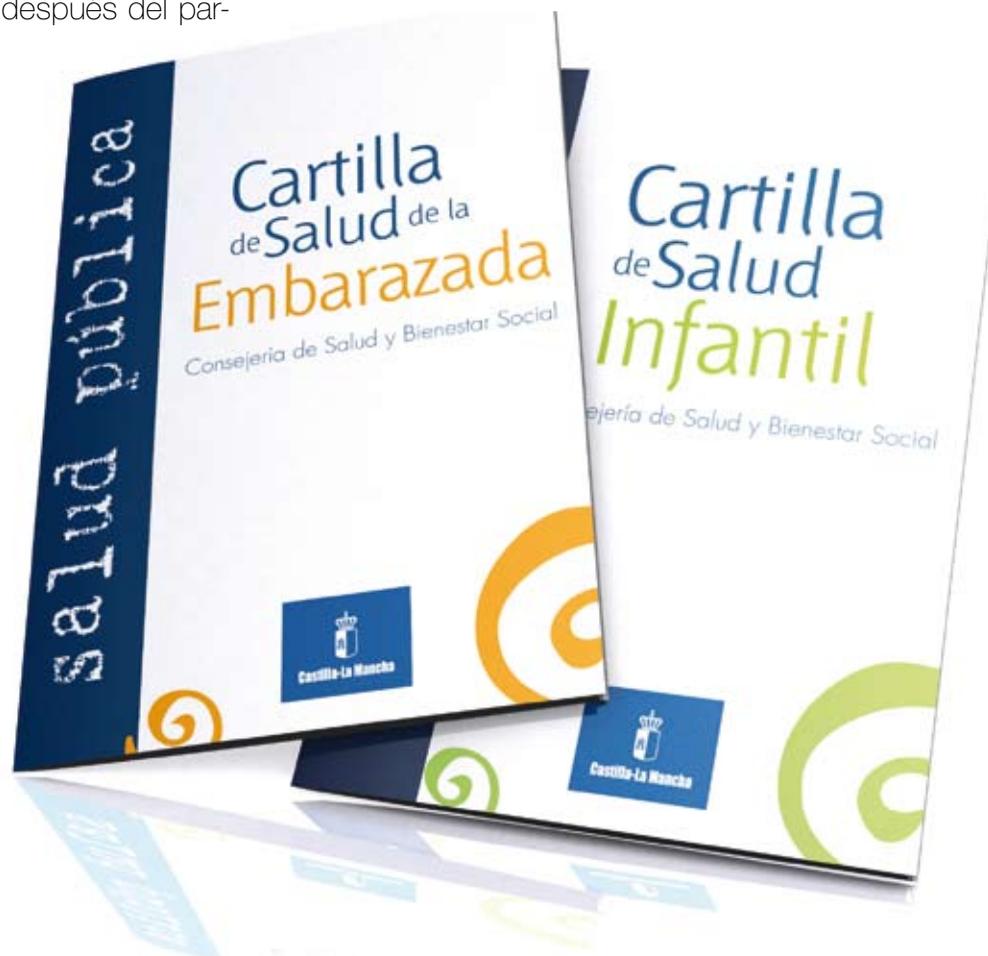
Recursos

Personas:

- Personal de la Consejería de Sanidad y los Servicios Periféricos
- Profesionales de Atención Especializada
- Profesionales de Atención Primaria

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- SESCOAM



DETECCIÓN PRECOZ DE ENFERMEDADES ENDOCRINAS Y METABÓLICAS

Descripción

Programa destinado a la detección precoz de las enfermedades congénitas que reúnen los requisitos necesarios para ser incluidas en el cribado poblacional.

Mediante la realización de un análisis de sangre procedente del talón del recién nacido es posible detectar la presencia de las siguientes enfermedades:

- Trastornos del metabolismo de los aminoácidos.
- Trastornos del metabolismo de los ácidos orgánicos.
- Trastornos del metabolismo de los ácidos grasos.
- Alteraciones endocrinas:
 - Hipotiroidismo congénito.
 - Hiperplasia adrenal congénita.

Justificación

La aplicación de un programa de screening de estas características permite la detección temprana en el recién nacido de enfermedades congénitas de origen genético cuya consecuencia es la aparición de desórdenes metabólicos y endocrinos que en gran parte de los casos se asocia con retraso mental, más acusado cuanto más tarde se ha realizado el diagnóstico e instaurado el tratamiento paliativo.

Objetivo

Disminuir la incidencia de deficiencias psíquicas y físicas ocasionadas por enfermedades congénitas endocrino-metabólicas (ECEM) en los recién nacidos de Castilla-La Mancha mediante la detección precoz y la instauración inmediata de tratamiento.



Año de inicio

1990

Población diana

Recién nacidos en Castilla-La Mancha.

Actividades

- ❖ Elaboración de protocolos de actuación.
- ❖ Coordinación de recursos materiales y humanos.
- ❖ Diseño y manejo de la aplicación informática de gestión.
- ❖ Adquisición de material para recogida de muestras.
- ❖ Elaboración de material didáctico.
- ❖ Toma de muestra de sangre del talón del recién nacido entre el 3º y 5º día de vida (muestreo único extrahospitalario).
- ❖ Mantenimiento del dispositivo de declaración de nacimientos.
- ❖ Realización de determinaciones analíticas. Registro de análisis efectuados y de datos de seguimiento de los casos detectados. Comunicación de resultados a los padres.
- ❖ Derivación de casos positivos al dispositivo asistencial especializado.

Documentos y materiales de apoyo

- Orden DOCM que regula el programa.
- Libros de paritorio.
- Material para recogida de muestra: Ficha, papel filtrante, dispositivo de incisión y sobres.
- Folleto informativo para padres y madres.
- Protocolo del Programa de Detección Precoz de Enfermedades Congénitas Endocrinas y Metabólicas dirigido a profesionales sanitarios.
- Página web: www.castillalamancha.es

Recursos

Personas:

- Personal de la Consejería de Sanidad y los Servicios Periféricos
- Personal del Laboratorio del Instituto de Ciencias de la Salud.
- Profesionales de Atención Especializada
- Profesionales de Atención Primaria

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- SESCOAM
- Oficina de Enfermedades Raras.
- Asociaciones de familias de enfermos metabólicos.

IA DE DETECCION PRECOZ DE ENFERMEDADES CONGENITAS ENDOCRINOMETABOLICAS



PROGRAMA DE DETECCION PRECOZ DE ENFERMEDADES CONGENITAS ENDOCRINOMETABOLICAS

DETECCIÓN PRECOZ DE HIPOACUSIA NEONATAL

Descripción

Cribado universal de déficits auditivos en recién nacidos mediante la realización de la prueba de otoemisiones acústicas a las 48 horas de vida en las maternidades de los hospitales.

Justificación

La detección precoz de hipoacusias en recién nacidos mejora el pronóstico y posibilita la rehabilitación, permitiendo el desarrollo normal del niño y evitando las secuelas y la progresión de la hipoacusia.

Objetivo

Disminuir la incidencia de hipoacusia en los recién nacidos de Castilla-La Mancha.

Año de inicio

2003

Población diana

Recién nacidos en Castilla-La Mancha.

Actividades

- ❖ Elaboración de protocolos de actuación.
- ❖ Coordinación de recursos materiales y humanos.
- ❖ Realización de prueba de otoemisiones a las 48 horas de vida.
- ❖ Derivación a consulta especializada de los casos positivos.

Documentos y materiales de apoyo

- Protocolo del Programa de Detección Precoz de Hipoacusia Neonatal.
- Folleto informativo dirigido a padres.
- Póster protocolo screening hipoacusia.
- Página web: www.castillalamancha.es

Recursos

Personas:

- Personal de la Consejería de Sanidad
- Profesionales de Atención Especializada

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- SESCAM
- Servicios de apoyo familiar de las asociaciones de familiares de afectados de hipoacusia.





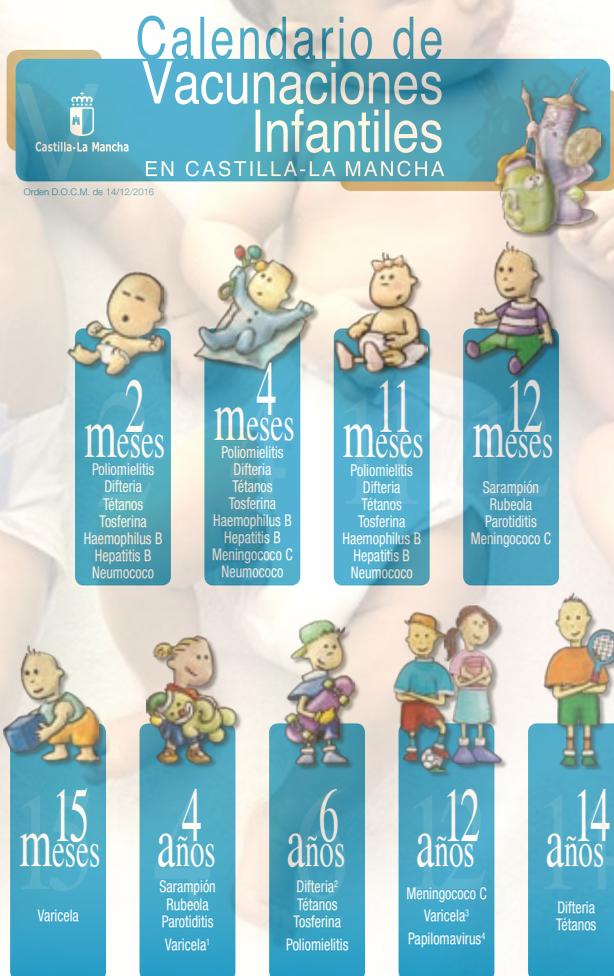
VACUNACIONES INFANTILES

Descripción

Conjunto de acciones destinadas a garantizar la inmunidad individual y colectiva de la población a través de la aplicación del calendario infantil de vacunaciones sistemáticas.

Justificación

Las vacunas constituyen uno de los avances más trascendentales de la medicina, cambiando el patrón epidemiológico de las enfermedades infecciosas en los países desarrollados. Si su administración es correcta y se consigue la suficiente cobertura vacunal, se produce una reducción en la incidencia de la enfermedad. Con un programa continuado es posible la eliminación y erradicación de enfermedades prevenibles por vacunación.



¹ Los nacidos a partir del 1 de enero de 2015 que fueron vacunados frente a varicela a los 15 meses, recibirán la segunda dosis al cumplir 4 años de edad.
² Los nacidos a partir de 1 de enero de 2017 recibirán la vacuna combinada de alta carga al cumplir 6 años de edad.
³ Dos dosis. Sólo para niños y niñas que a los 12 años no hayan pasado la enfermedad y/o recibido ninguna dosis previamente. Los que hayan recibido una única dosis de vacuna antes de los 12 años, completarán la pauta con otra dosis a esta edad.
⁴ Sólo chicas. Dos dosis pauta 0-6 meses.

Cronología

- ❖ 1964: Primer calendario español de vacunación.
- ❖ 1989: La Consejería de Sanidad legisla por primera vez el calendario vacunal para Castilla-La Mancha.
- ❖ 1993: Incorporación de la vacunación frente a Hepatitis B en adolescentes de 13-14 años.
- ❖ 1995: Primera actualización del calendario vacunal: Tos ferina a los 18 meses, Difteria a los 14 años, 2ª dosis de Triple Vírica a los 11 años y supresión de Poliomiélitis a los 14 años.
- ❖ 1999: Segunda actualización del calendario vacunal: Pauta serie básica 2-4-6 meses, Hepatitis B en neonatos, introducción de vacuna frente a Haemophilus influenzae B y administración de la 2ª dosis de Triple Vírica a los 6 años.
- ❖ 2001: Incorporación de la vacuna frente a Meningitis C.
- ❖ 2003: Sustitución de vacuna oral frente a Poliomiélitis por vacuna inactivada inyectable, tras la obtención del certificado de eliminación de la enfermedad en la región europea de la OMS.
- ❖ 2005: Incorporación de vacuna frente a Varicela a los 11 años de edad (para quienes no hayan pasado la enfermedad).
- ❖ 2007: Incorporación de dosis de recuerdo frente a Meningitis C en el segundo año de vida.
- ❖ 2008: Incorporación de la vacuna frente al virus del papiloma (VPH) a las chicas de 14 años.
- ❖ 2012: Adelanto de la 1ª dosis de Triple Vírica a los 12 meses de edad.
- ❖ 2013: Adelanto de la 3ª dosis de Meningitis C a los 12 meses de edad. Adelanto de la 2ª dosis de Triple Vírica a los 4 años de edad.
- ❖ 2014: Cambio de pauta de Meningitis C y adecuación al calendario vacunal unificado.

Población diana

- Recién nacidos y lactantes.
- Niños y jóvenes.



Actividades

- ❖ Elaboración del calendario vacunal y recomendaciones sobre vacunación.
- ❖ Coordinación de recursos materiales y humanos.
- ❖ Participación en grupos de trabajo en el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad (Ponencia de vacunas).
- ❖ Formación continuada de técnicos de salud.
- ❖ Adquisición y distribución del producto vacunal.
- ❖ Control y reposición de elementos de la cadena de frío.
- ❖ Elaboración de material y sistemas de registro (carnet de vacunación y soporte informático).
- ❖ Captación de población diana.
- ❖ Administración de vacunas.
- ❖ Evaluación de coberturas

Documentos y materiales de apoyo

- Ordenes que regulan y actualizan el calendario de vacunaciones infantiles sistemáticas en Castilla-La Mancha.
- Carnet de vacunación infantil.
- Folleto y póster de vacunación infantil.
- Documentos de recomendaciones de vacunación en Castilla-La Mancha.
- SIVAC (aplicación informática de gestión del programa).
- Materiales de la cadena del frío.
- Póster de cadena del frío.
- Página web: www.castillalamancha.es



Recursos

Personas:

- Técnicos de salud pública de la Consejería de Sanidad.
- Sanitarios de los E.A.P.

Instituciones:

- Consejería de Sanidad.
- SESCAM.
- Consejería de Educación.





CONSERVACIÓN DE LAS VACUNAS



EN CASO DE CORTE DE ENERGÍA, MANTENGA CERRADO EL FRIGORÍFICO

TERMOESTABILIDAD DE LAS VACUNAS DE USO FRECUENTE

VACUNA	TEMPERATURA DE ALMACENAMIENTO				OBSERVACIONES
	2-8 °C	22-25 °C	35-37 °C	>37 °C	
Polio Inactivada	Estable durante 1-4 años.	Descenso de la capacidad del antígeno D para el tipo 1 al cabo de 20 días.	Pérdida total del antígeno D para el tipo 1 tras 20 días.		No debe congelarse. Proteger de la luz.
Difteria, tétanos, tos ferina (DTPa)	Almacenamiento satisfactorio durante 18-24 meses, aunque con disminución de su potencia.	Estabilidad variable. Algunas vacunas permanecen estables durante dos semanas.	Estabilidad variable. Algunas vacunas pierden el 50% de actividad después de 1 semana.	A 45 °C pérdida del 10% de potencia por día. A 50 °C pérdida rápida de actividad.	No debe congelarse.
Sarampión, Rubéola, Parotiditis	Estable 18-24 meses.	Mantiene una actividad satisfactoria durante 1 mes.	Mantiene una potencia satisfactoria durante una semana.	50% de pérdida de actividad después de 2-3 días de exposición a 41 °C.	El liofilizado puede congelarse, el disolvente no. Una vez reconstituida debe administrarse inmediatamente. Proteger de la luz.
Toxide Tetánico y Difteria (Td)	Estable durante 3-7 años.	Estable durante dos meses.	Estable por lo menos durante 6 semanas.	A 45 °C estable durante 2 semanas. A 53 °C pérdida de actividad después de pocos días.	No debe congelarse. Punto de congelación entre -5 y -10 °C.
Hepatitis B	Estable durante 2-4 años.	Estable durante 30 días.	Estable durante 7 días.	A 45 °C estable durante 3 días.	No debe congelarse. Punto de congelación a -0,5 °C.
Hepatitis A	Estable durante 2-3 años.	Estable durante 15 días.	Estable durante 1 semana.		No debe congelarse.
Gripe	Válida sólo para el año que se ha preparado.	No debe superar nunca los 20 °C.			No debe congelarse. Proteger de la luz.
Varicela	Estable durante 2 años.	Estable menos de 24 horas.	Inestable.	Inestable.	Debe protegerse de la luz. Una vez reconstituida debe administrarse inmediatamente.
Meningitis C	Estable durante 3 años y medio.	Estable durante 9 meses a temperatura inferior a 25°C.	Estable durante 30 días a temperatura inferior a 40 °C.		No debe congelarse ni permanecer a menos de 2 °C. Proteger de la luz.
VPH	Estable durante 130 meses.		Vida media de 18 meses.	Estable 3 meses por encima de 42 °C.	No debe congelarse.

EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN EL ÁMBITO SANITARIO

Descripción

Actividades destinadas a fomentar la adquisición de conocimientos, por parte de los padres, sobre cuidados de salud durante la etapa infantil y escolar, así como a facilitar la adquisición de actitudes y comportamientos saludables por parte de los niños y niñas a medida que se completa su desarrollo.

Los mensajes de salud se transmiten a través de soportes didácticos que se utilizan como complemento a las actividades de educación para la salud incluidas en el Programa de Salud Infantil.

Justificación

Durante la etapa infantil es necesario realizar una supervisión periódica del estado de salud y el desarrollo de niños y niñas, siendo posible aplicar medidas preventivas eficaces que permitan detectar y corregir las patologías y anomalías más frecuentes a estas edades, evitando pérdidas en el rendimiento escolar y secuelas en la edad adulta.

Las posibilidades de contribuir a la adquisición de hábitos saludables son mayores durante las primeras etapas de la vida, por lo que es preciso incidir en las actividades de educación para la salud con los padres y los hijos.



Objetivos

Contribuir al desarrollo óptimo de niños y niñas desde su nacimiento hasta los 14 años de edad, mediante la promoción de los hábitos de alimentación saludable, desarrollo psicomotriz, higiene general y bucodental, prevención de accidentes, sexualidad, técnicas de estudio, aprovechamiento del tiempo de ocio, relaciones entre padres e hijos y prevención de hábitos nocivos.

Año de inicio

2004

Población diana

- Población con edades comprendidas entre 0 y 14 años en Castilla-La Mancha.
- Padres y madres.



Actividades

- ❖ Coordinación de recursos materiales y humanos.
- ❖ Elaboración, edición y distribución de material didáctico de apoyo a los contenidos de educación sanitaria incluidos en el Programa de Salud Infantil.

Documentos y materiales de apoyo

- Guía de consejos para la salud infantil 0-2 años.
- Guía de consejos para la salud infantil 2-5 años.
- Guía de consejos para la salud de jóvenes y adolescentes 6-14 años.
- Folleto “Contra los piojos...”
- Folleto “Caries, no gracias”.
- Encuesta de Salud Bucodental de Castilla-La Mancha.
- Página web: www.castillalamancha.es

Recursos

Personas:

- Técnicos de salud pública de la Consejería de Sanidad
- Profesionales de Atención Primaria

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- SESCAM



EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN EL ÁMBITO DOCENTE

Descripción

Las actividades de educación para la salud en los centros de enseñanza están contempladas de manera transversal en el currículum escolar. Para potenciar la realización de proyectos de salud en el medio docente, las Consejerías de Sanidad y Asuntos Sociales y Educación conceden subvenciones a proyectos de promoción de la salud realizados en el entorno escolar, en los que se contempla la participación de la comunidad educativa, profesorado, alumnado y familia, así como el apoyo de técnicos de salud pública, para la puesta en marcha y desarrollo

de actividades relacionadas con la alimentación saludable, ejercicio físico regular, higiene general, educación afectivo sexual, prevención de accidentes, salud bucodental, etc.

Objetivo

Facilitar la adopción de hábitos saludables por parte de los escolares de manera atractiva y dinámica, a través de su participación en el desarrollo de proyectos de formación en valores en el ámbito personal.



Actividades

- ❖ Participación en Comité Técnico Interconsejerías y grupo de trabajo del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.
- ❖ Elaboración de materiales didácticos.
- ❖ Coordinación de recursos materiales y humanos.

Documentos y materiales

- Ordenes de subvenciones de proyectos de formación en valores en el ámbito escolar.
- Decreto 164/2002 que regula la coordinación de las distintas Consejerías en materia de educación en valores.
- Guía de Educación para la Salud en el ámbito de la Enseñanza.
- Materiales de apoyo para profesores, orientadores y asesores de CPR.
- Página web: www.castillalamancha.es

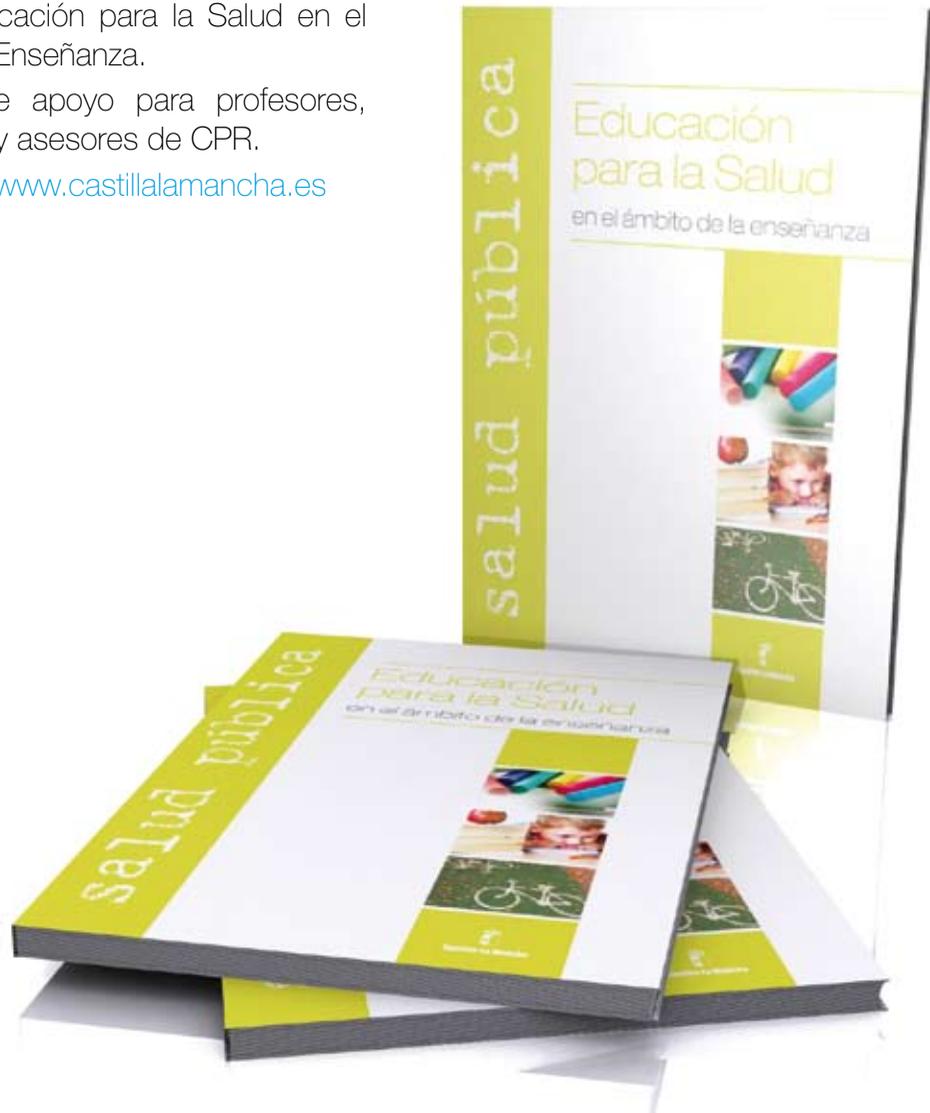
Recursos

Personas:

- Técnicos de Salud Pública de la Consejería de Sanidad
- Personal docente y orientadores de colegios e institutos. Asesores de centros de formación del profesorado.
- Personal de la Consejería de Educación

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- Consejería de Educación



PROGRAMA SALUD JOVEN

Descripción

Programa de educación para la salud dirigido a jóvenes, realizado en colaboración con la Dirección General de Juventud, la Red de Información Juvenil y el Servicio de Salud de Castilla-La Mancha.

Justificación

Los cambios emocionales y físicos experimentados por los jóvenes durante la pubertad originan nuevos sentimientos y percepciones. Dichos cambios tienen lugar a velocidades diferentes y con una intensidad

variable, en función de cada persona. Los jóvenes son muy vulnerables a determinados riesgos, tales como los derivados de hábitos nocivos o conductas relacionadas con la alimentación, el sedentarismo y la sexualidad. En este sentido, formar e informar a los jóvenes sobre las opciones de salud se convierte en un elemento clave para adoptar actitudes y estilos de vida responsables y saludables.



Objetivos

- ❖ Promover hábitos y estilos de vida saludables en los jóvenes aumentando los factores de protección y disminuyendo los factores de riesgo.
- ❖ Proporcionar formación y difundir información sobre aspectos relacionados con la salud y los hábitos de vida de los jóvenes.

Año de inicio

2001

Población diana

Jóvenes y adolescentes de Castilla-La Mancha.

Actividades

1. Sensibilización y difusión de mensajes de salud

Se difunden contenidos de salud a través de: Portal Joven, boletín digital, redes sociales, servicios de información juvenil y Joven TV.

2. Orientación para asesoramiento

El servicio de Consulta Joven de Atención Primaria (SESCAM) atiende la demanda sanitaria planteada por los jóvenes y realiza actividades de educación para la salud.

Áreas de trabajo

- Salud sexual y reproductiva.
- Prevención de enfermedades de transmisión sexual.
- Prevención de embarazos no deseados.
- Prevención de la obesidad y sedentarismo.
- Prevención de los trastornos de la conducta alimentaria.
- Salud e higiene corporal.
- Habilidades sociales y autoestima.



Documentos y materiales de apoyo

- Carteles y folletos informativos.
- Protocolo Programa Salud Joven
- Guía de Métodos Anticonceptivos.
- Díptico Uso correcto del preservativo.
- Tríptico Alimentación saludable.
- Folletos promoción del ejercicio físico.
- Folleto prevención de cáncer de cervix uterino.
- Folleto información sobre tatuajes y piercing.
- Páginas web:

www.castillalamancha.es

www.portaljovencm.com

Recursos

Personas:

- Personal de las Consejerías de Sanidad y Asuntos Sociales y Educación
- Técnicos del Programa Salud Joven
- Equipos de Atención Primaria

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- Consulta Joven (SESCAM)



PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD INFANTO-JUVENIL

Descripción

Conjunto de programas dirigidos a prevenir el exceso de peso en la población infantil y juvenil.

Justificación

La prevalencia de sobrepeso es mayor en la etapa infantil y juvenil. La obesidad infantil es factor de riesgo de padecer exceso de peso durante la edad adulta. A través de estrategias informativas y de actividades basadas en la educación sanitaria y en la participación se pretende prevenir el sedentarismo y facilitar la adopción de hábitos saludables desde la infancia.

Objetivos

- Reducir la incidencia de sobrepeso y obesidad en la población infantil y juvenil
- Incrementar los conocimientos sobre alimentación saludable y equilibrada.
- Fomentar la actividad física regular.



Actividades

- ❖ Programa ENYA (Educación nutricional y actividad física) Talleres sobre hábitos de alimentación y fomento de la práctica regular de ejercicio físico a través de la recuperación de los juegos tradicionales infantiles.
- ❖ Prevención de la obesidad infantil desde las oficinas de farmacia. Sesiones informativas para la población desde este recurso sanitario.
- ❖ Taller NAOS. En colaboración con la FIAB, se desarrolla de modo itinerante en ciudades castellano-manchegas coincidiendo con las festividades.
- ❖ Programa THAO. Actividades comunitarias de ámbito urbano dirigidas a prevenir la obesidad y el sedentarismo.
- ❖ Desayunos saludables. Realización de talleres de promoción del desayuno en colegios públicos.



Prevenir
OBESIDAD
INFANTIL/JUVENIL
para un futuro
saludable



PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

Descripción

Intervenciones de educación para la salud dinámicas y participativas que inciden en los diferentes ámbitos, escenarios y actores con influencia en la aparición y desarrollo de estas patologías.

Justificación

Los trastornos de la conducta alimentaria constituyen un grave problema de salud pública. En la etiopatogenia de estas enfermedades están involucrados múltiples factores predisponentes y de riesgo, tanto de carácter sanitario como social y cultural.

Objetivos

Reducir la morbimortalidad ocasionada por los trastornos de la conducta alimentaria (anorexia y bulimia).

Año de inicio

2000

Población diana

Adolescentes y jóvenes.

Actividades

El programa comprende actuaciones de prevención primaria dirigidas específicamente a los grupos de mayor riesgo (alumnado de 2º de ESO, 13-14 años) y al entorno en que se desenvuelven.

La intervención está destinada a modificar actitudes negativas en relación con la imagen corporal, el peso y los hábitos de alimentación, así como a proporcionar los recursos necesarios para desarrollar la capacidad crítica frente a la cultura de la delgadez, fortalecer la autoestima y la resiliencia (capacidad para enfrentarse a las amenazas del entorno).

5 comidas + 0 picoteos entre horas = peso saludable



Las actividades se realizan mediante una estrategia de intervención grupal cognitivo conductual que incluye explicaciones, debates, role-playing, juegos y ejercicios prácticos apoyados en la proyección de diapositivas y vídeos. Las sesiones se realizan durante el horario escolar y tienen una duración aproximada de cinco horas.

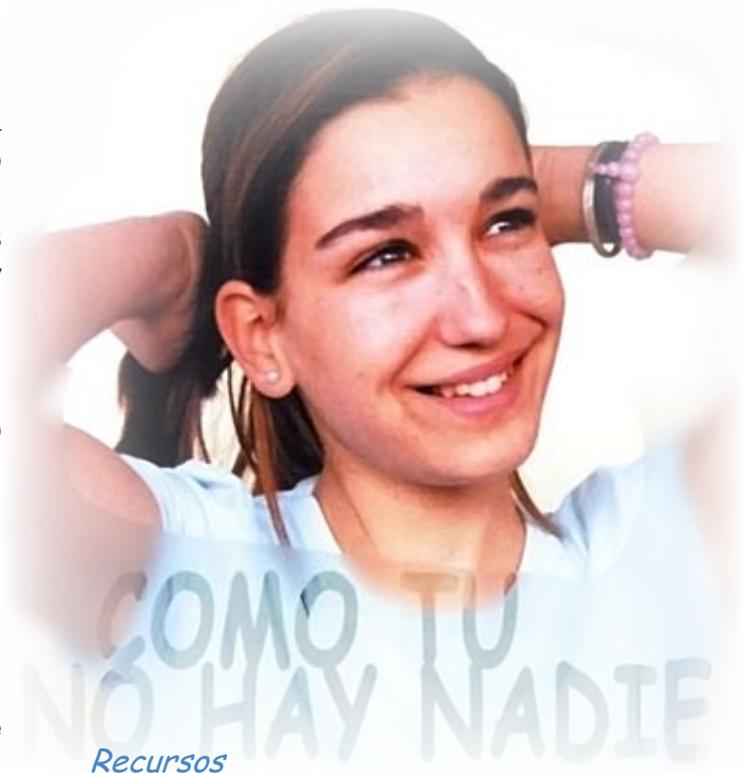
También se realiza una charla-coloquio dirigida a padres y comunidad escolar.

Módulos:

- Adolescencia y desarrollo
- La autoestima
- La imagen corporal
- Los modelos estéticos y los medios de comunicación
- Alimentación saludable
- Los trastornos de la conducta alimentaria

Documentos y materiales de apoyo

- Prevalencia de los trastornos de la conducta alimentaria en jóvenes escolares de Castilla-La Mancha.
- Cuaderno de trabajo en el aula.
- Guía de signos de alarma.
- Página web: www.castillalamancha.es



Recursos

Personas:

- Personal de las Consejerías de Sanidad y Asuntos Sociales y Educación
- Profesionales de Atención Primaria y Especializada
- Personal docente y orientadores de colegios e institutos
- Equipo del programa

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- Consejería de Educación
- AMPAS de centros docentes
- Asociaciones y Grupos de autoayuda

Todos nos movemos...



DETECCIÓN PRECOZ DE CÁNCER DE MAMA

Descripción

Programa destinado a la detección precoz de cáncer de mama mediante la realización de mamografía bilateral con periodicidad bienal.

Justificación

El cribado poblacional permite la detección precoz de cáncer de mama en un estadio menos avanzado del que correspondería a un diagnóstico clínico, lo que supone una considerable mejoría en cuanto a la afectación, pronóstico de la enfermedad y años de vida perdidos.

Objetivo

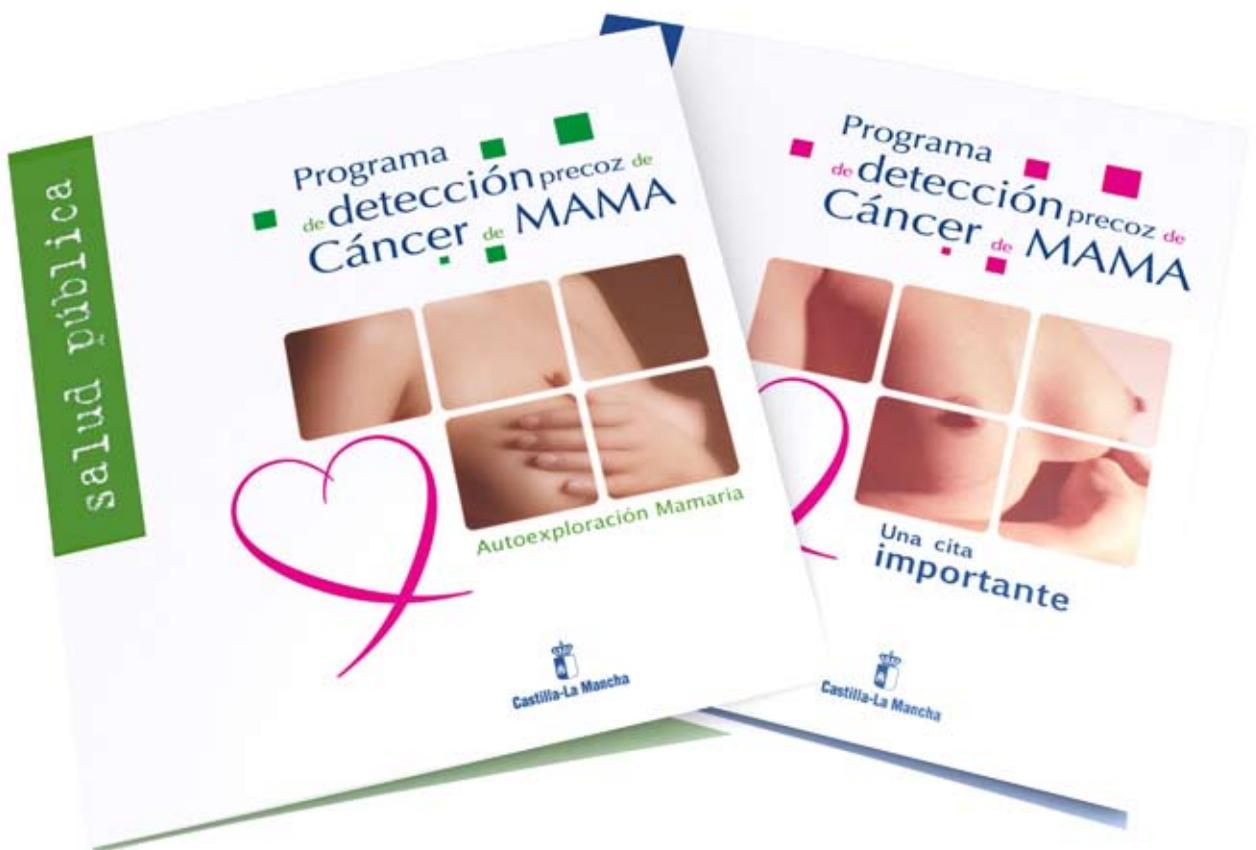
Disminuir la mortalidad por cáncer de mama en las mujeres de 45 a 70 años residentes en Castilla-La Mancha.

Año de inicio

1992

Población diana

Mujeres de 45 a 70 años residentes en Castilla-La Mancha.



Actividades

- ❖ Elaboración de protocolos de actuación.
- ❖ Participación en grupos de trabajo sobre cribado (Ponencia de cribado, Red Española de Programas de Cribado).
- ❖ Coordinación de recursos materiales y humanos.
- ❖ Información y citación personalizada a todas las mujeres que conforman la población diana.
- ❖ Realización de mamografías.
- ❖ Realización de ecografía y pruebas complementarias en mujeres cuya imagen mamográfica sea dudosa o poco concluyente.
- ❖ Comunicación por carta de los resultados radiológicos normales.
- ❖ Citación precoz (6 meses – 1 año) en los casos que necesiten seguimiento más estrecho.
- ❖ Derivación de mujeres con sospecha de patología al centro hospitalario de referencia y seguimiento de las mismas.

Documentos y materiales de apoyo

- Protocolo BIRADS 4ª edición (adaptación en Castilla-La Mancha).
- Sistemas de registro y notificación.
- Orden de 25-06-2013 (DOCM) por la que se determina el régimen jurídico básico del PDPCM.
- Póster, folleto de captación, folleto de autoexploración mamaria, información para decidir y causas de exclusión.
- Guía consejos y cuidados para mujeres mastectomizadas.
- Página web: www.castillalamancha.es



Recursos

Personas:

- Personal de la Consejería de Sanidad
- Radiólogos, A.T.R. y personal administrativo de empresas adjudicatarias.
- Personal de Atención Primaria y Especializada

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- SESCOAM
- Asociación Española contra el Cáncer



EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN EL CLIMATERIO

Justificación

La mujer experimenta a lo largo de la vida numerosos cambios relacionados con el ciclo reproductivo, como parte de un proceso fisiológico normal. Durante el climaterio, se producen modificaciones en la secreción de hormonas sexuales que originan diversos cambios orgánicos y psicológicos a los que es necesario adaptarse.

Objetivo

La mejora de la calidad de vida de la mujer durante el climaterio está determinada por la adopción de estilos de vida saludables. Las actividades de educación para la salud incluyen información y consejos dirigidos a favorecer la adquisición de hábitos que permitan minimizar los efectos de los cambios que se producen en esta etapa de la vida.

Población diana

Mujeres a partir de 40 años de edad.



Contenidos

Información y consejos de salud que complementan y refuerzan las actividades asistenciales incluidas en el Programa de atención al climaterio.

- Síntomas en el climaterio.
- Alteraciones psicológicas
- Incontinencia Urinaria.
- Prevención de la osteoporosis.
- Prevención de las enfermedades cardiovasculares
- Alimentación saludable.
- Práctica regular de ejercicio físico.
- Terapia hormonal sustitutiva.

Documentos y materiales de apoyo

- Guía de consejos para la etapa del climaterio.

Recursos

Personas:

- Técnicos de salud pública
- Profesionales sanitarios de Atención Primaria y Especializada

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- SESCAM



PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

Justificación

La violencia de género constituye un problema social de gran relevancia para la salud pública, que requiere para su abordaje la implementación de actuaciones multidisciplinares e interinstitucionales. Estas estrategias deben incidir sobre las distintas fases de la historia natural del problema, desde su prevención y detección hasta el tratamiento y rehabilitación de las alteraciones biopsicosociales que genera.

Objetivo

Impulsar la implementación de actuaciones y medidas sanitarias dirigidas a la detección precoz y la atención de las víctimas de malos tratos.

Actividades

- ❖ Participación en comités y comisiones interinstitucionales.
- ❖ Diseño de registros y elaboración de indicadores epidemiológicos.
- ❖ Diseño del parte de lesiones unificado.
- ❖ Elaboración y difusión del protocolo de actuación sanitaria.
- ❖ Sensibilización y formación de profesionales sanitarios.

Documentos y material apoyo

- Protocolo de actuación sanitaria en mujeres víctimas de malos tratos.



Recursos

Personas:

- Técnicos de Salud Pública
- Profesionales de Atención Primaria y Especializada

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- SESCAM
- Delegación de Gobierno en Castilla-La Mancha



Salud de los Colectivos Desfavorecidos

EDUCACIÓN SANITARIA A PERSONAS QUE EJERCEN LA PROSTITUCIÓN

Justificación

El ejercicio de la prostitución implica la realización de prácticas que incrementan el riesgo de adquirir infecciones de transmisión sexual, desarrollar enfermedades infecciosas y ocasionar embarazos no deseados.

Objetivo

Reducir los riesgos para la salud de las personas que ejercen la prostitución en Castilla-La Mancha a través de un programa de intervención basado en el desarrollo de actuaciones de prevención primaria, utilizando metodología y técnicas de educación para la salud.

Contenidos

- ❖ Hábitos de aseo e higiene
- ❖ Prevención de infecciones de transmisión sexual
- ❖ Sexo seguro. Uso correcto del preservativo
- ❖ Prevención de la infección tuberculosa y por VIH-SIDA
- ❖ Anticoncepción
- ❖ Acceso al sistema sanitario público

Material de apoyo

- Folletos informativos (varios idiomas)
- Materiales promocionales
- Preservativos
- Informe sobre situación sociosanitaria de las personas que ejercen la prostitución

Recursos

Personas:

- Técnicos de Salud Pública
- Profesionales de Atención Primaria y Especializada
- Equipo de intervención

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- SESCAM
- Delegación de Gobierno en Castilla-La Mancha



Salud de los Colectivos Desfavorecidos

ATENCIÓN SANITARIA A POBLACIÓN INMIGRANTE

Justificación

En los últimos años, el fenómeno de la inmigración ha experimentado un notable incremento. En muchos casos, las condiciones de vida que rodean a los inmigrantes los convierten en una población vulnerable desde el punto de vista sanitario.

Objetivo

Reducir los riesgos para la salud de la población inmigrante originados por las condiciones y hábitos de vida.

Contenidos

- ❖ Atención a las patologías y procesos más frecuentes
- ❖ Manejo en la consulta de atención primaria
- ❖ Inmunizaciones en el inmigrante
- ❖ Entrevista clínica en diferentes idiomas

Material de apoyo

- Guía de actuación en Atención primaria para población inmigrante
- Guía multilingüe pediatría
- Guía multilingüe embarazada
- Hojas de entrevista clínica

Recursos

Personas:

- Técnicos de Salud Pública
- Profesionales de Atención Primaria y Especializada

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- SESCOAM
- Organizaciones de acogida



PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

Justificación

Las enfermedades cardiovasculares son un importante problema de salud por la elevada mortalidad que ocasionan en las sociedades desarrolladas. En su etiopatogenia se encuentran diversos factores relacionados con el estilo de vida (alimentación inadecuada, sedentarismo, stress, hábitos nocivos).

Descripción

Actividades destinadas a la promoción de hábitos de vida saludables referidos a la alimentación, práctica regular de ejercicio físico y abandono de hábitos nocivos, a través de la elaboración y edición de soportes didácticos que sirven de apoyo y complemento a los programas asistenciales de Atención Primaria.

Objetivos

- ❖ Disminuir la morbimortalidad ocasionada por las enfermedades cardiovasculares y comorbilidades (diabetes mellitus, hiperlipidemias, obesidad) en la población de Castilla-La Mancha.
- ❖ Aumentar el nivel de conocimiento de la población sobre los principales factores de riesgo.



Contenidos

- ❖ Factores de riesgo
- ❖ Signos y síntomas
- ❖ Prevención

Documentos y materiales de apoyo

- Guía para la prevención de las enfermedades cardiovasculares

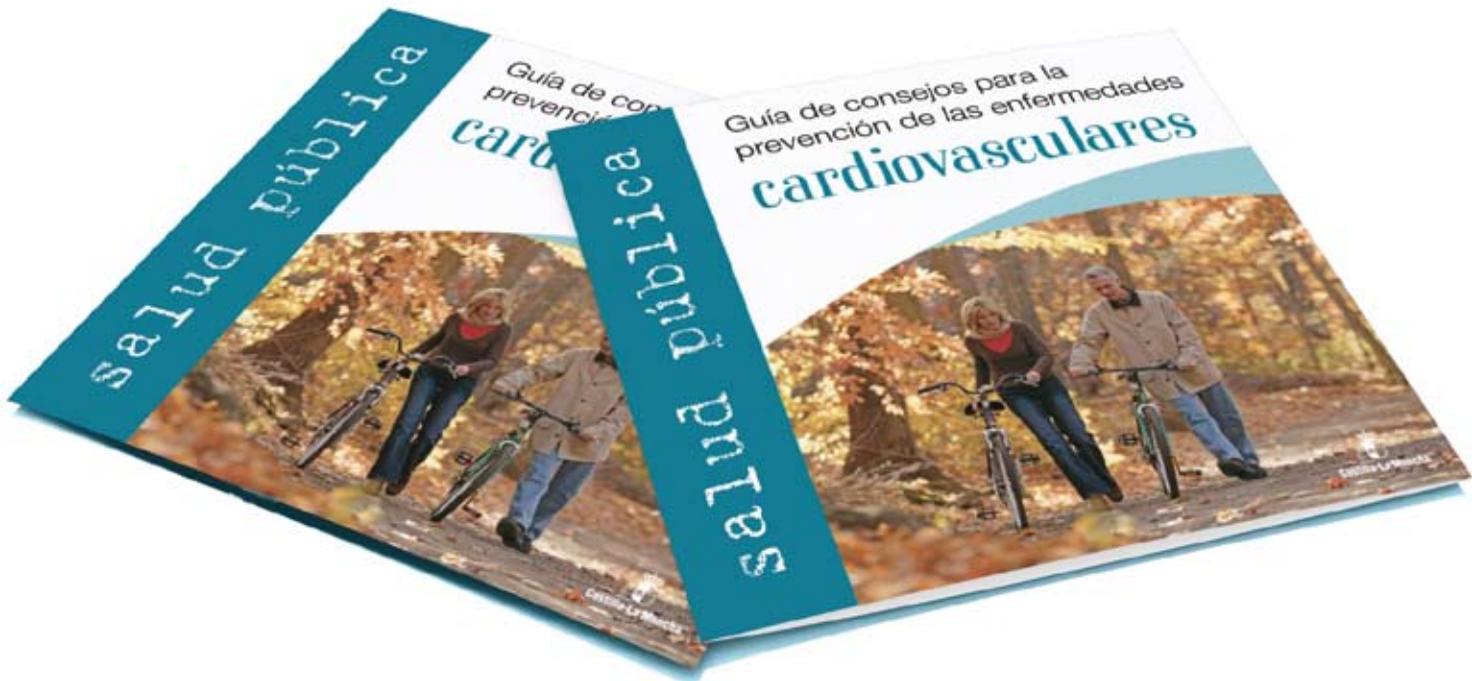
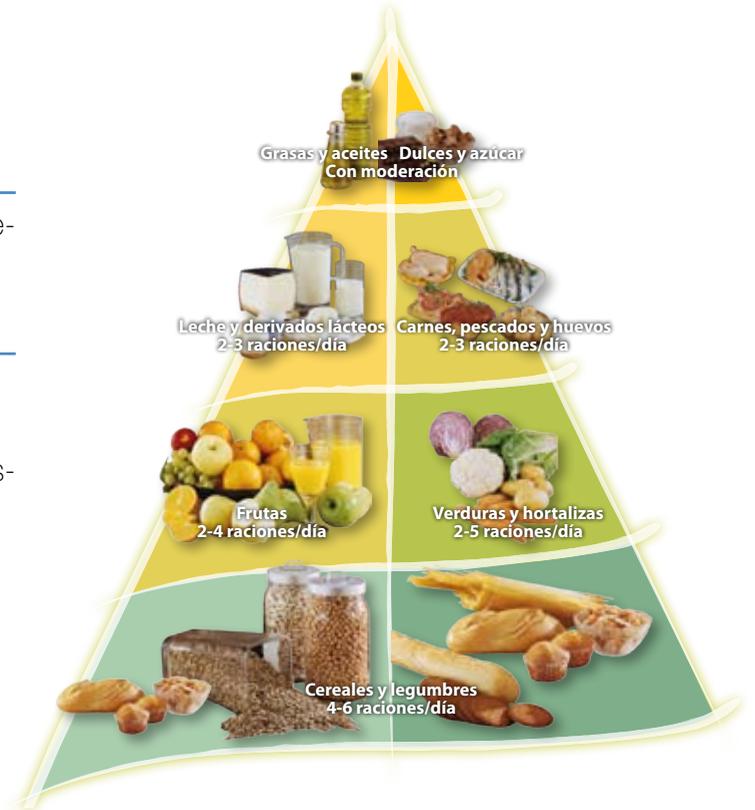
Recursos

Personas:

- Técnicos de Salud Pública
- Profesionales de Atención Primaria y Especializada

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- SESCAM



VACUNACIONES EN EL ADULTO

Descripción

Programa preventivo destinado a garantizar la inmunidad de los adultos pertenecientes a determinados grupos de riesgo.

Población diana

- Adultos con patología previa
- Mayores de 65 años
- Viajeros internacionales
- Personas expuestas en función del medio laboral
- Otras situaciones especiales

Actividades

- ❖ Adquisición y distribución del producto vacunal
- ❖ Control y reposición de elementos de la cadena de frío
- ❖ Captación de población diana
- ❖ Administración de vacunas
- ❖ Registro de datos vacunales
- ❖ Formación continuada técnicos de salud pública

Documentos y materiales de apoyo

- Orden DOCM 04/05/06 de vacunaciones en el adulto
- Recomendaciones de vacunaciones en el adulto
- Materiales informativos de las campañas de vacunación antigripal y neumocócica
- Guía de vacunaciones del adulto



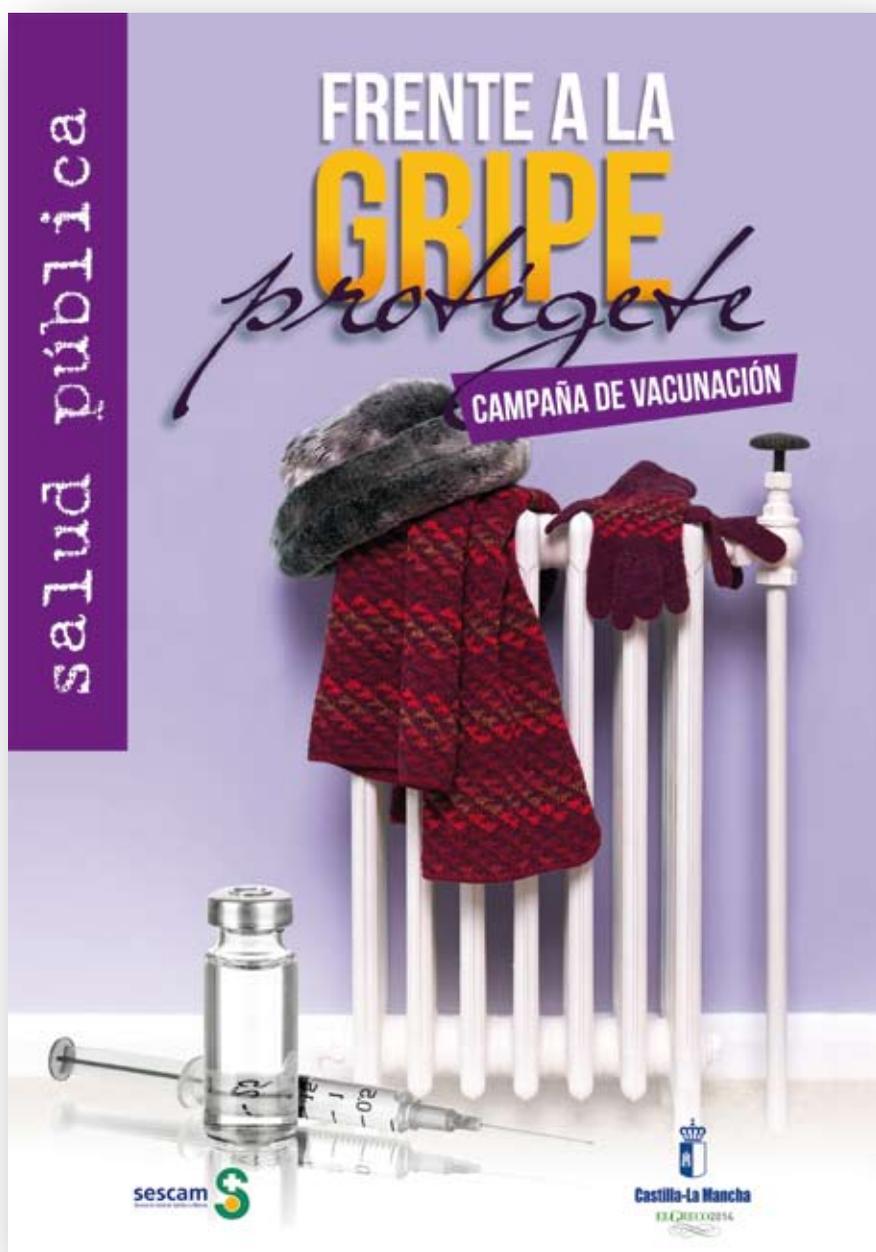
Recursos

Personas:

- Técnicos de Salud Pública
- Profesionales de Atención Primaria y Especializada

Instituciones:

- Consejería de Sanidad
- SESCAM



PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD Y EL SEDENTARISMO: ESTRATEGIA NAOS EN CASTILLA-LA MANCHA

Justificación

La Estrategia NAOS tiene como finalidad contribuir a mejorar los hábitos alimentarios e impulsar la práctica regular de actividad física por los ciudadanos, para invertir la tendencia ascendente de la obesidad y reducir la morbilidad atribuible a las enfermedades crónicas relacionadas.

Objetivos

Disminuir la morbilidad asociada a una alimentación poco sana y a la falta de actividad física a través de la promoción de hábitos de vida saludable y práctica regular de ejercicio físico, mediante estrategias y alianzas de acción intersectoriales y multidisciplinares.

Contenidos

- ❖ **Entorno comunitario:** acciones divulgativas y de sensibilización a través de medios de comunicación, jornadas, seminarios, campañas, colaboración y distribución de materiales didácticos y promocionales. Acciones de información y educación para la salud.
- ❖ **Entorno familiar y educativo:** proyectos de innovación educativa (desayuno saludable, dieta mediterránea, pirámide, etc.), actividades extraescolares (AMPAS) y talleres de educación para la salud. Plan de comedores escolares.

- ❖ **Entorno industrial y empresarial:** difusión de buenas prácticas de elaboración de alimentos, distribución y restauración a través de convenios con las principales agrupaciones empresariales.
- ❖ **Entorno sanitario:** actividades de educación para la salud individual y comunitaria a través de los programas de la cartera de servicios de Atención Primaria. Detección sistemática de sobrepeso y obesidad en los controles de salud infantil.



Material y recursos

- Material de apoyo alimentación saludable: guía de educación alimentaria, posters y folletos. Guías de comedores escolares y elaboración de menús.
- Material de apoyo ejercicio físico: poster, folleto, guía de ejercicio para mayores.
- Materiales promocionales NAOS: camisetas, gorras, mochilas, mandiles de cocina, gorros de cocinero, etc.
- Materiales talleres alimentación saludable.



CAMPAÑAS SANITARIAS

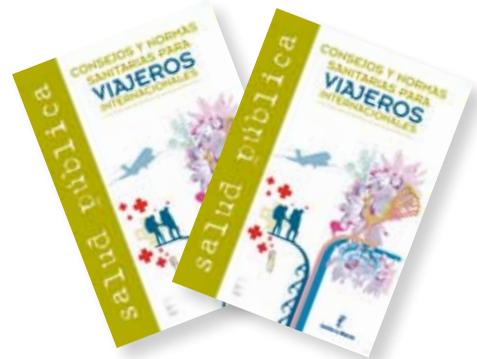
Prevención del cáncer

Decálogo de consejos preventivos contra el cáncer.



Viajes Internacionales

Recomendaciones y medidas preventivas a adoptar en viajes internacionales



Prevención del bocio

Difusión de consejos para la prevención del bocio endémico y utilización de sal yodada.



Consejos para el verano

Consejos sobre alimentación, baño, exposición solar, ejercicio físico, etc. durante el verano.



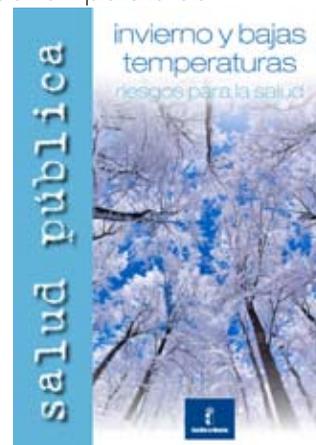
Efectos de las altas temperaturas

Información sobre medidas preventivas a adoptar para evitar los efectos nocivos de la exposición a altas temperaturas en la salud.



Invierno y bajas temperaturas

Consejos para prevenir los efectos nocivos para la salud derivados de la exposición a las bajas temperaturas.



SANIDAD MORTUORIA

Objetivo

Regular la Sanidad Mortuoria en la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha.

Competencias y contenidos

- ❖ Normar las prácticas sanitarias sobre cadáveres.
- ❖ Establecer las condiciones técnico-sanitarias que deben reunir los servicios funerarios (funerarias, crematorios, tanatorios y velatorios).
- ❖ Controlar y establecer las condiciones técnico-sanitarias de los cementerios y demás lugares autorizados de enterramiento.
- ❖ Autorizar cuando proceda, el transporte, inhumación, exhumación y reinhumación de cadáveres, restos humanos y cadauéricos.
- ❖ Ejercer la función inspectora sanitaria sobre servicios y establecimientos mortuorios.
- ❖ Creación y mantenimiento del Registro regional de servicios mortuorios.

Documentos

- Decreto 2263/1974 (BOE 197) que aprueba el Reglamento de Policía sanitaria mortuoria.
- Decreto 72/1999 de 01-06-1999 de sanidad mortuoria (DOCM de 9 de junio 1999).
- Decreto 175/2005 de 25-10-2005 de modificación del Decreto 72/1999 de 1 de junio de sanidad mortuoria.



Catálogo de Materiales de Educación para la Salud editado

TEMA	TÍTULO
<i>Alimentación</i>	Materiales prevención TCA
	Cuadernos de trabajo (Programa ENYA)
	Prevalencia de los trastornos de la conducta alimentaria en jóvenes escol
	Guía de educación alimentaria
	Pirámide de la alimentación básica
	Dieta variada y equilibrada
	Consejos para una alimentación saludable
	<i>Nutrición saludable y prevención de los TCA</i>
	Prevención de la obesidad infantil desde las oficinas de farmacia
	Guía de alimentación para comedores escolares
<i>Detección Precoz del Cáncer de Mama</i>	Una cita importante
	Autoexploración mamaria
	Guía de cuidados para mastectomizadas (AMAC)
	Información para decidir
	Encuesta de satisfacción
<i>Salud Bucodental</i>	Únete a la pandilla de la sonrisa que brilla
	Salud bucodental
	Encuesta de salud bucodental de Castilla La Mancha – 1992
	Encuesta de salud bucodental en escolares de Castilla La Mancha – 200
	Caries, no gracias
<i>Salud Materno Infantil</i>	Cartilla de salud infantil
	Cartilla de salud de la embarazada
	Guía de consejos para la salud de la embarazada
	Guía de consejos para el cuidado del recién nacido
	Guía de consejos de salud para después del parto
	Guía de consejos para la lactancia materna
	Líneas estratégicas de promoción de la lactancia materna
	Guía de consejos de salud infantil para menores de 2 años
	Guía de consejos de salud infantil entre 2 y 5 años
	Guía de consejos de salud infantil entre 6 y 14 años
	Guía de Educación para la Salud en el Ámbito de la Enseñanza
	El pecho no tiene horario
	Programa de detección precoz de metabolopatías
	Programa de detección precoz de metabolopatías
Cuidados del recién nacido lactante	

Las referencias en cursiva son ediciones o distribuciones conjuntas con otras administraciones
 A=Agotado, R=Restringido, D=Disponible, *=Descargable en: <http://www.castillalamancha.es>

... y/o distribuidos por el Servicio de Promoción de la Salud

	FORMATO	DESTINATARIO	
	Cuaderno y folleto	Jóvenes y familia	D*
	Cuadernos	Docentes y alumnado	R
...ares de C-LM (2004)	Libro	Profesionales sanitarios	D*
	Libro	Población general	A*
	Póster	Población general	A*
	Póster	Población general	D*
	Tríptico	Población general	A*
	<i>Libro</i>	<i>Profesores / Escolares</i>	<i>R</i>
	Maletín	Oficinas de farmacia	R
	Libro	Padres y Educadores	A*
	Póster, folleto	Población diana	D*
	Folleto	Población diana	D*
	Cuaderno	Mujeres mastectomizadas	A*
	Cuaderno	Población diana	D*
	Cuaderno	Profesionales sanitarios	D*
	Cuaderno	Población diana	D*
	Díptico, pegatinas	Escolares	D*
	Póster	Escolares	A
	Libro	Profesionales	A
4	Libro	Profesionales	R*
	Folleto	Escolares	D*
	Cartilla	Padres	D
	Cartilla	Gestantes	D
	Cuaderno	Padres	D*
	Libro	Profesionales	D*
	Cuaderno	Padres	D*
	Cuaderno	Padres	D*
	Cuaderno	Padres	D*
	Libro	Profesores	D*
	Vídeo VHS / CD	Padres	D*
	Cuaderno	Profesionales	R*
	Díptico	Padres	D*
	Vídeo VHS	Padres	A

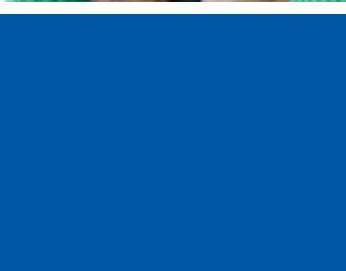
TEMA	TÍTULO
<i>Salud Materno Infantil</i>	<i>Ponle a dormir boca arriba</i>
	<i>Prevención de malformaciones congénitas</i>
	Contra los piojos hay que andar con mil ojos
	Programa de detección precoz de la hipoacusia neonatal
	No des la espalda a tu espalda
<i>Inmunizaciones</i>	Vacunaciones infantiles en Castilla-La Mancha
	Vacunaciones infantiles en Castilla-La Mancha
	Recomendaciones de vacunación en el adulto
	Meningitis. Signos y síntomas de alarma
	Conservación vacunas
	Campaña de vacunación frente a neumococo (adultos)
	Campaña vacunación contra gripe
	Vacunación frente a Varicela
	Guía de vacunaciones en el adulto
	La cadena de frío. Normas de almacenamiento y administración de vacunas
	Prevención de cáncer de cuello de útero
	Medidas higiénicas frente a la Gripe A
<i>Ejercicio Físico</i>	Promoción del ejercicio físico. Prevención y cuidados de la patología lesional
	<i>Actividad física y salud. Guía para padres y madres</i>
	Muévete: el triunfo es tu salud
	Ejercicio físico: Fuente de salud
	Jornadas de Ejercicio Físico y Promoción de la Salud. Libros de ponencia
<i>Juventud</i>	Tu vida no es un juego
	Materiales didácticos Programa Salud Joven
	Si quieres decorar tu cuerpo hazlo sin riesgos
	Guía de métodos anticonceptivos
<i>Mujer</i>	Protocolo de actuación en Atención Primaria para malos tratos
	Guía de consejos para la etapa del climaterio
<i>Adultos</i>	Guía de consejos para la prevención de las enfermedades cardiovasculares
	El bocio puede prevenirse
	Prevención del cáncer. Diez consejos prácticos
	Prevención del cáncer de piel
	Guía de actuación con población inmigrante en atención primaria
	Campañas de salud en el verano
	Invierno y bajas temperaturas. Riesgos para la salud
	Actúa contra el calor de la manera más fácil
	Trastornos de la memoria en las personas mayores
	Consejos y normas sanitarias para viajeros internacionales

Las referencias en cursiva son ediciones o distribuciones conjuntas con otras administraciones
 A=Agotado, R=Restringido, D=Disponible, *=Descargable en: <http://www.castillalamancha.es>

... y/o distribuidos por el Servicio de Promoción de la Salud

	FORMATO	DESTINATARIO	
	<i>Póster, folleto</i>	<i>Padres</i>	A*
	<i>Póster, folleto</i>	<i>Padres</i>	A
	Folleto	Padres	A*
	Díptico, póster	Padres	D*
	Póster, folleto	Escolares	D*
	Póster	Profesionales / Pobl. general	A
	Folleto	Población general	D*
	Póster	Profesionales sanitarios	D*
	Folleto	Población general	A
	Pegatina-Póster	Profesionales	A*
	Folleto	Población general	D*
	Póster, díptico	Población general	D*
	Díptico	Población general	A*
	Libro	Profesionales	D*
nas	Libro	Profesionales	D*
	Díptico	Población general	A*
	Póster, folleto	Población general	D*
onal deportiva	Libro	Profesionales	A
	<i>Cuaderno</i>	<i>Padres</i>	A
	Póster, folleto	Población general	A*
	Díptico	Población general	D*
as	Libro	Profesionales	A
	Díptico	Población general	A
	Guías	Población general	D*
	Folleto	Jóvenes	A*
	Cuaderno	Población general	A*
	Libro	Profesionales	R*
	Cuaderno	Población general	D*
es	Cuaderno	Población general	
	Póster, folleto	Población general	D
	Póster, folleto	Población general	D
	Folleto	Población general	D*
	Cuaderno	Profesionales	D*
	Póster, folleto	Población general	D
	Folleto	Población general	D*
	Folleto	Población general	D*
	Folleto	Tercera edad	D*
	Folleto	Población general	D*





Castilla-La Mancha