

Mejorar la salud y el bienestar en el municipio



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

LOGO DEL MUNICIPIO

**Jornada de presentación de la adhesión de XXXXX
a la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS**

XXXXX, XX de XXXX de XXXX



Presentación para la población

Cada municipio puede realizar la presentación pública a la población de la adhesión a la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención como considere pertinente.

Esta presentación es una propuesta (con comentarios a cada diapositiva en página de notas) que pretende ayudar a los municipios a presentar a la población la adhesión y las acciones que se van a realizar en el marco de la implementación local de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS.

Es conveniente adaptar su contenido a la realidad del municipio, diputación o CCAA correspondiente. En este sentido, se han señalado en rojo aquellas partes que podrían ser completadas, con datos específicos o información propia del trabajo en los municipios, diputaciones o CCAA.



Esquema de la presentación

1. La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

- ¿Por qué es necesaria?
- ¿En qué consiste?

2. El ámbito local y la salud de la población

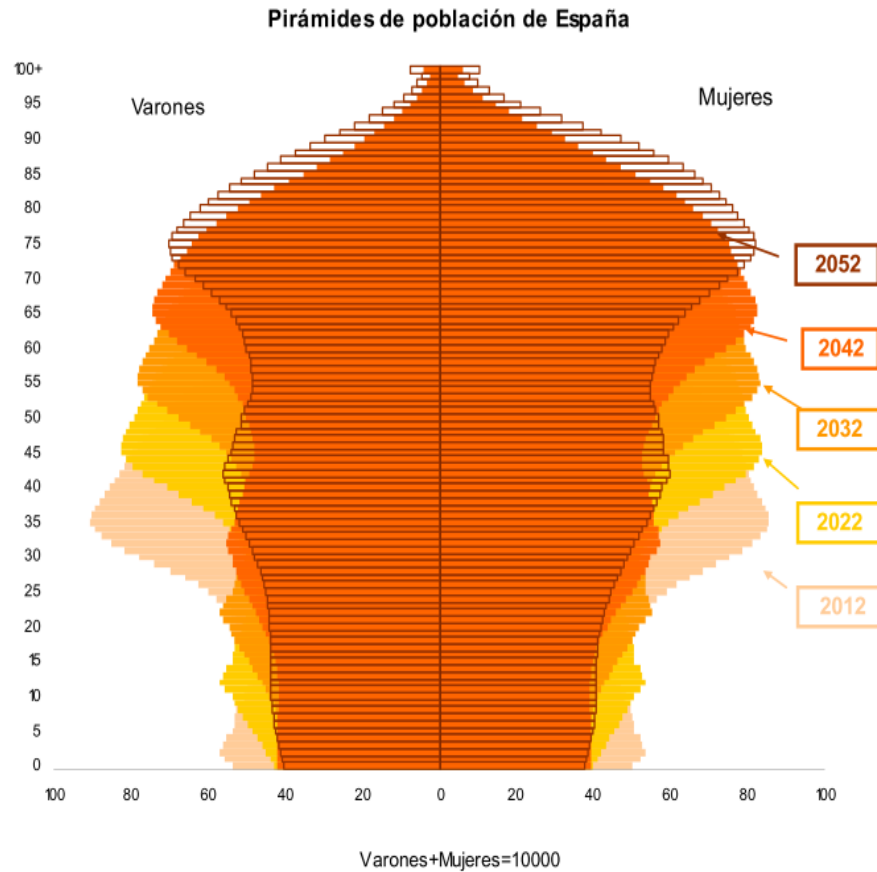
- El papel del municipio en la salud.
- ¿Qué se ha hecho hasta ahora en **nuestro municipio?**

3. **XXX** se adhiere a la Estrategia

- Mesa de coordinación intersectorial.
- Mapa de recursos comunitarios para la salud.
- Cronograma.

1. La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

¿Por qué es necesaria la Estrategia?



Fuente: Proyección de Población a Largo Plazo

Pirámides poblacionales de España. Proyecciones 2012-2052

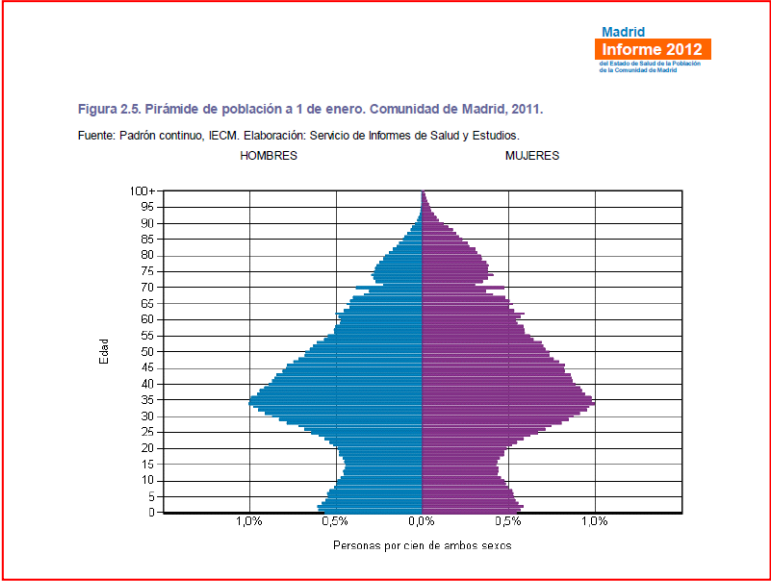


1. La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

¿Por qué es necesaria la Estrategia?

- Población total (año): **XXXXXXXXXX**
 - Hombres **XX %**
 - Mujeres **XX %**

0-14 años	15-29 años	30-64 años	65-79 años	> 79 años	Total
38	122	405	170	87	822
5%	15%	49%	21%	11%	100%



Pirámide poblacional de **XXX**. Año **XXX**.



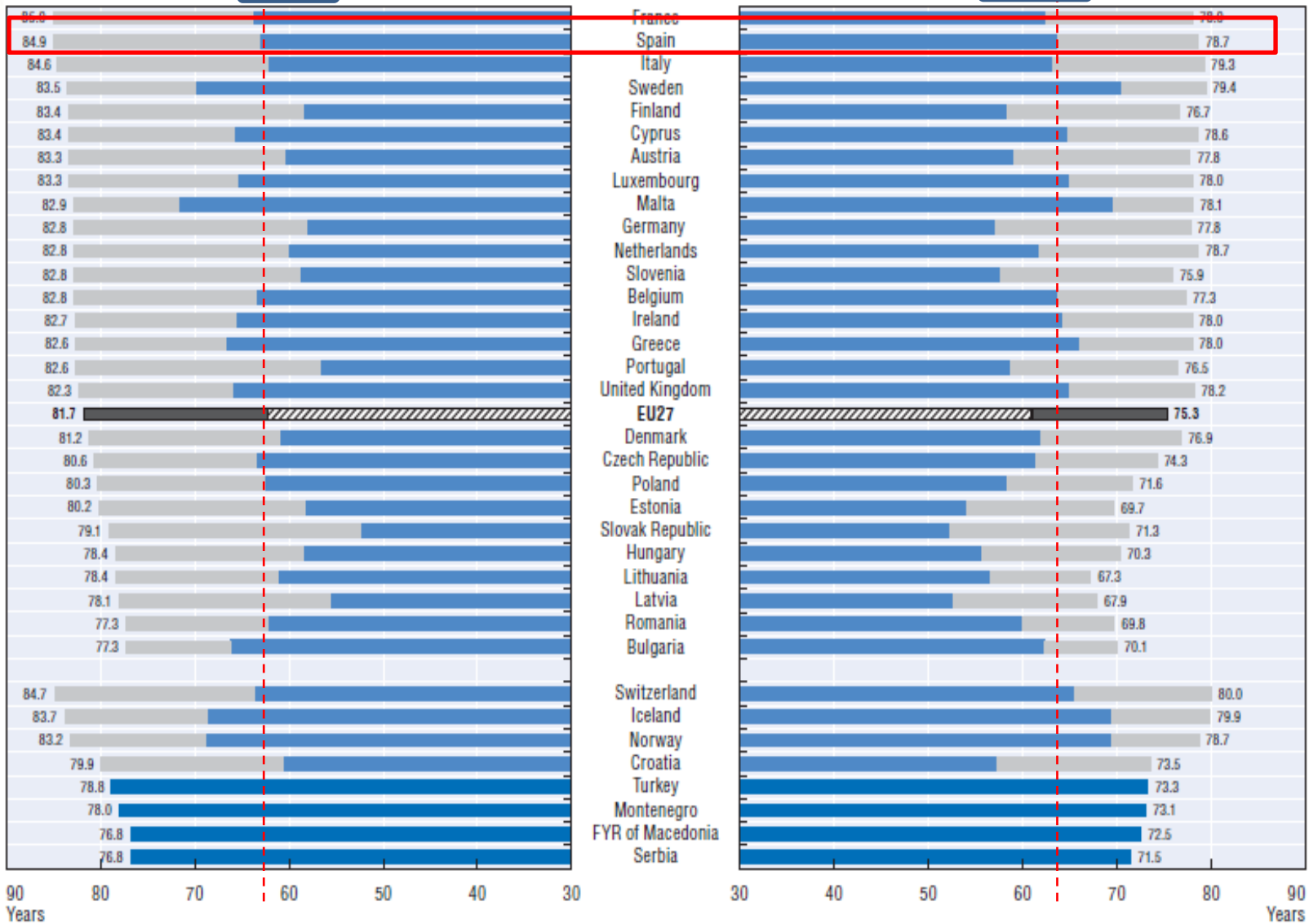
Esperanza de vida con buena salud

Esperanza de vida con limitación de la actividad

Esperanza de vida

Mujeres

Hombres



Esperanza de vida y años de vida en buena salud, por sexo

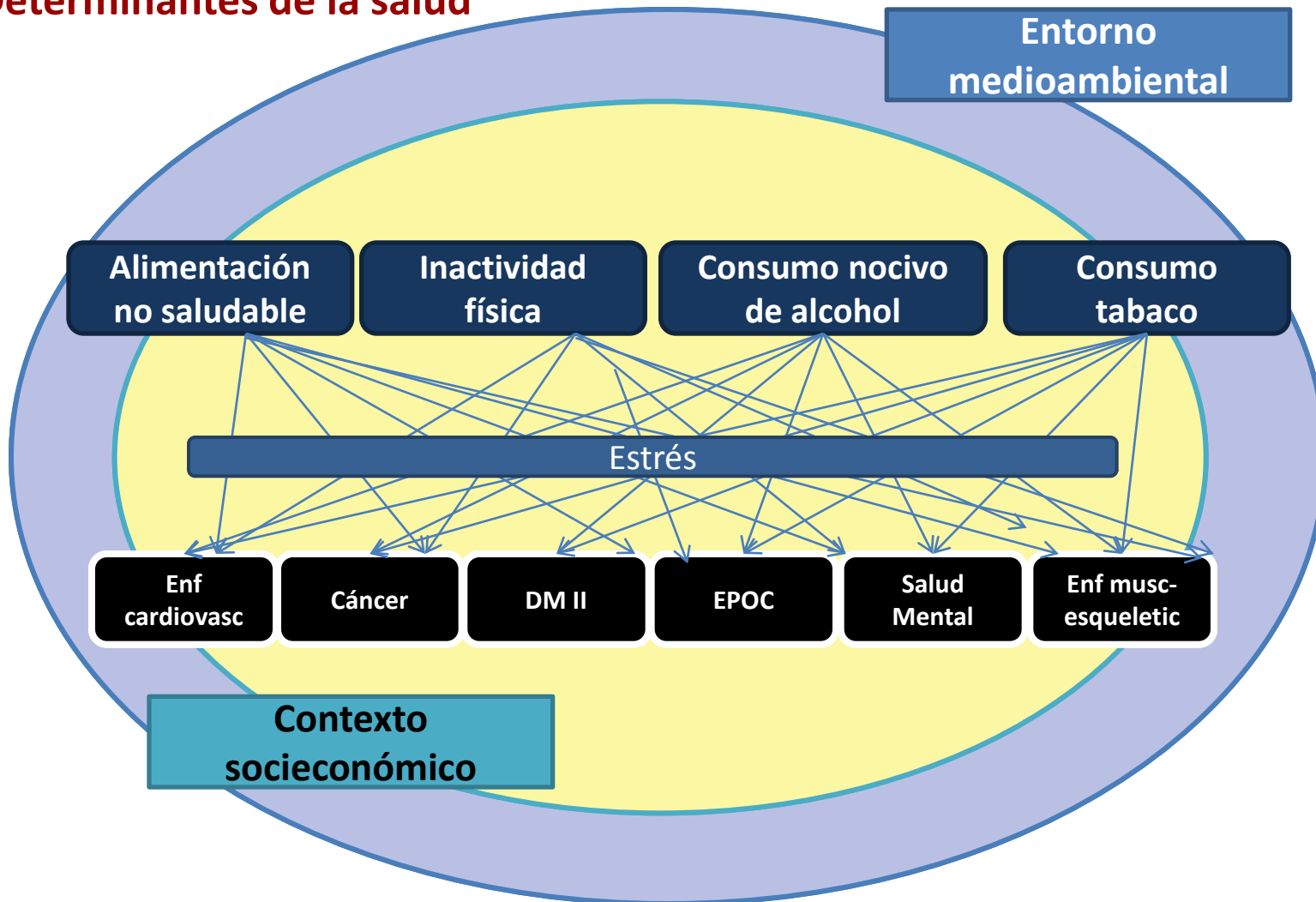
Source: Eurostat Statistics Database; Joint Action: EHLEIS (2012)



1. La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

¿Por qué es necesaria la Estrategia?

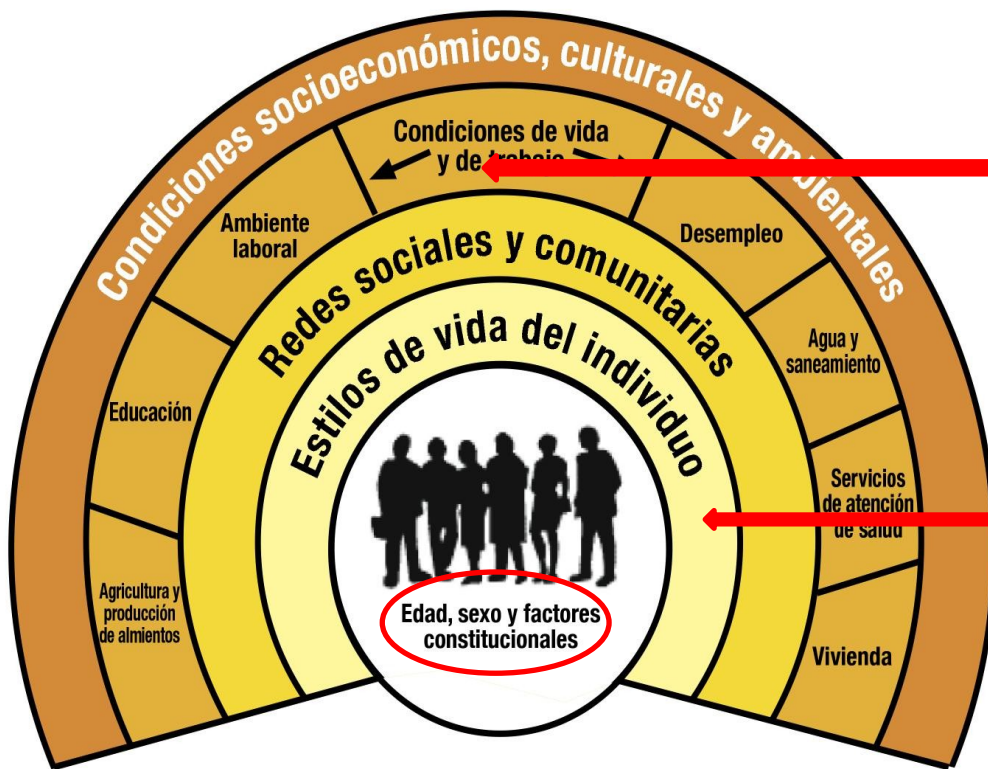
Determinantes de la salud



1. La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

¿Por qué es necesaria la Estrategia?

Modelo Socioeconómico de Salud



¿Pero cuales son las **“causas de las causas”**?

Las enfermedades crónicas tienen **“causas cercanas”**:

- Alimentación no saludable.
- Inactividad física
- Consumo de alcohol
- Consumo de tabaco
- Estrés

Dahlgren y Whitehead 1991

1. La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

¿Por qué es necesaria la Estrategia?

EJEMPLO: Estrategia para disminuir el consumo nocivo de alcohol

Políticas y programas orientados a las **personas**

Políticas y programas orientados al **contexto** donde viven las personas

Riesgos para individuo y sociedad

Nula oferta de recreación alternativa


Publicidad incitante y permanente

Acceso muy fácil al alcohol: precios, venta libre

Disponibilidad legal y comercial de alcohol

Tolerancia a conducir con alcohol

Pobreza, desempleo, baja educación



1. La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

¿En qué consiste?

Objetivo

Fomentar la **salud y el bienestar** de la población promoviendo los estilos de vida saludables y potenciando la seguridad.

Oportunidad

Integrar y **coordinar** los esfuerzos de promoción de la salud y prevención entre todos los niveles, sectores y actores implicados.

Estrategia de promoción de la salud y prevención en el SNS

En el marco del abordaje de la cronicidad en el SNS

Estrategia aprobada por el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud el 18 de diciembre de 2013

INFORMES, ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN 2014
MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD

<http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/estrategiaPromocionyPrevencion.htm>



1. La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

¿En qué consiste?

Poblaciones

- Menores de 15
(incluyendo embarazo)
- Población adulta
(especialmente mayores de 50 años)

Factores priorizados

1. Actividad física
2. Alimentación saludable
3. Consumo de tabaco
4. Consumo de alcohol
5. Bienestar emocional
6. Seguridad del entorno

Entornos

- Sanitario
- **Comunitario**
- Educativo

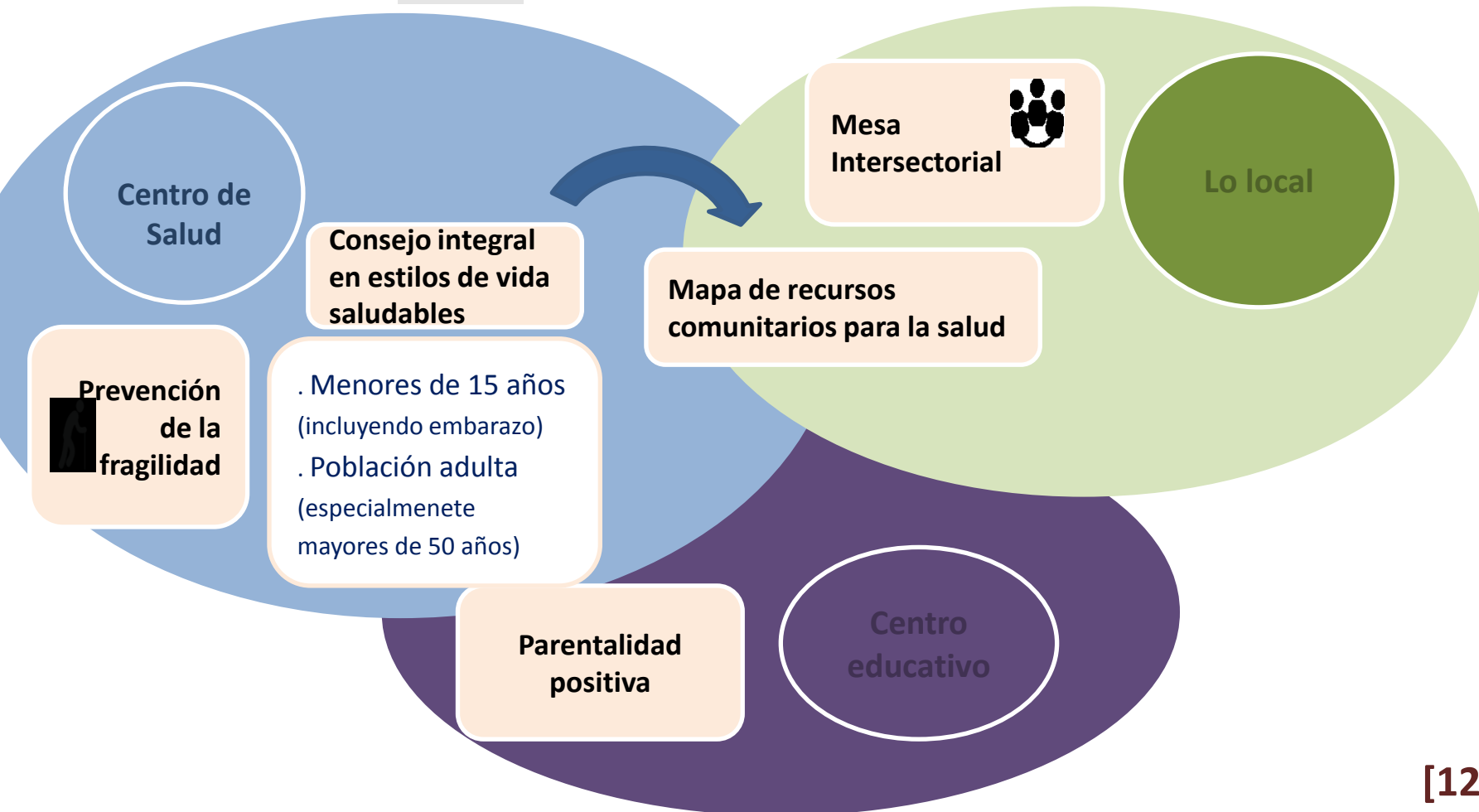



1. La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

¿En qué consiste?



Página web de la Estrategia y capacitación "on line"



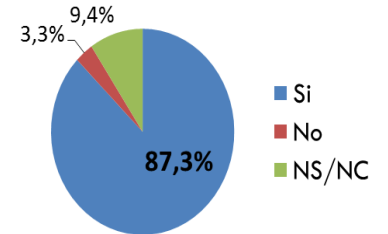


1. La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

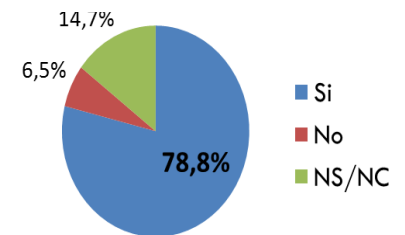
Consulta pública

Resultados

Pregunta 1: En líneas generales, ¿cree que esta estrategia es necesaria para mejorar la salud de la población en España?



Pregunta 2: ¿Cree que las acciones de esta estrategia pueden ayudar a mejorar sus estilos de vida hacia opciones más saludables?



Conclusiones

- ✓ Se necesita un **marco común que potencie la coordinación y la intersectorialidad**.
- ✓ Las intervenciones para promocionar la salud y prevenir la enfermedad y la discapacidad basadas en la **evidencia** científica, eficaces y factibles deben implementarse de manera **universal**.
- ✓ La **participación de la ciudadanía y el trabajo intersectorial son elementos clave** para ganar salud.
- ✓ La **capacitación de los profesionales** y la participación de la población son esenciales para conseguir más años de vida saludable.



2. El ámbito local y la salud de la población

El papel del municipio en la salud

El ámbito local es un entorno esencial para la mejorar la salud y el bienestar de la población



El entorno local **es el más cercano a la población**, y en él las personas viven, trabajan, estudian, acceden a servicios, disfrutan del ocio, etc.

Desde el entorno local, **podemos contribuir a mejorar la salud de la población mediante las políticas locales** de salud, educación, bienestar social, transporte, medio ambiente, cultura, urbanismo, vivienda, deportes, seguridad, etc.



2. El ámbito local y la salud de la población

El papel del municipio en la salud

Salud en todas las políticas

Para posibilitar esta mejora de la salud y bienestar de la población es necesaria la implicación y coordinación de sectores que desarrollan políticas y actividades con impacto en salud como educación, bienestar social, medioambiente, trabajo e inmigración, urbanismo y planificación del territorio, transporte y movilidad activa, o economía y hacienda.

Participación ciudadana

Y es necesario que desde el entorno local trabajemos juntos, articulando los mecanismos necesarios para participar en la mejora de nuestro municipio.



2. El ámbito local y la salud de la población

¿Qué se ha hecho hasta ahora en nuestro municipio?

Qué se ha hecho para mejorar la salud en el **municipio**

- Sector de transporte y movilidad
 - ✓ Desde 2012: **Carril bici** para facilitar el desplazamiento y la circulación por la ciudad. Y aumento de aparcamientos para bicis.
 - ✓ Desde 2011: **Calle peatonal** en las proximidades del parque principal de la ciudad para facilitar su acceso y reducir la contaminación en la zona.
- Sector educación
 - ✓ Curso 2012-2013: Programa para promover el **transporte activo al colegio**: andando o en bici a través de rutas seguras (en colaboración con sector transportes)
 - ✓ Desde 2009: Acuerdo de **educación con los agricultores locales** para provisión de frutas en colegios (en colaboración con sector de agricultura)
- Sector agricultura
 - ✓ Desde 2013: Impulsada la creación de **huertos comunitarios**
- Sector de Sanidad
 - ✓ Desde 2012: Puesta en marcha de un equipo que ofrece **terapia para dejar de fumar** en el municipio



3. **XXX** se adhiere a la Estrategia

Queremos expresar nuestro compromiso institucional con la implementación local de la Estrategia Nacional de Promoción de la Salud y Prevención del SNS

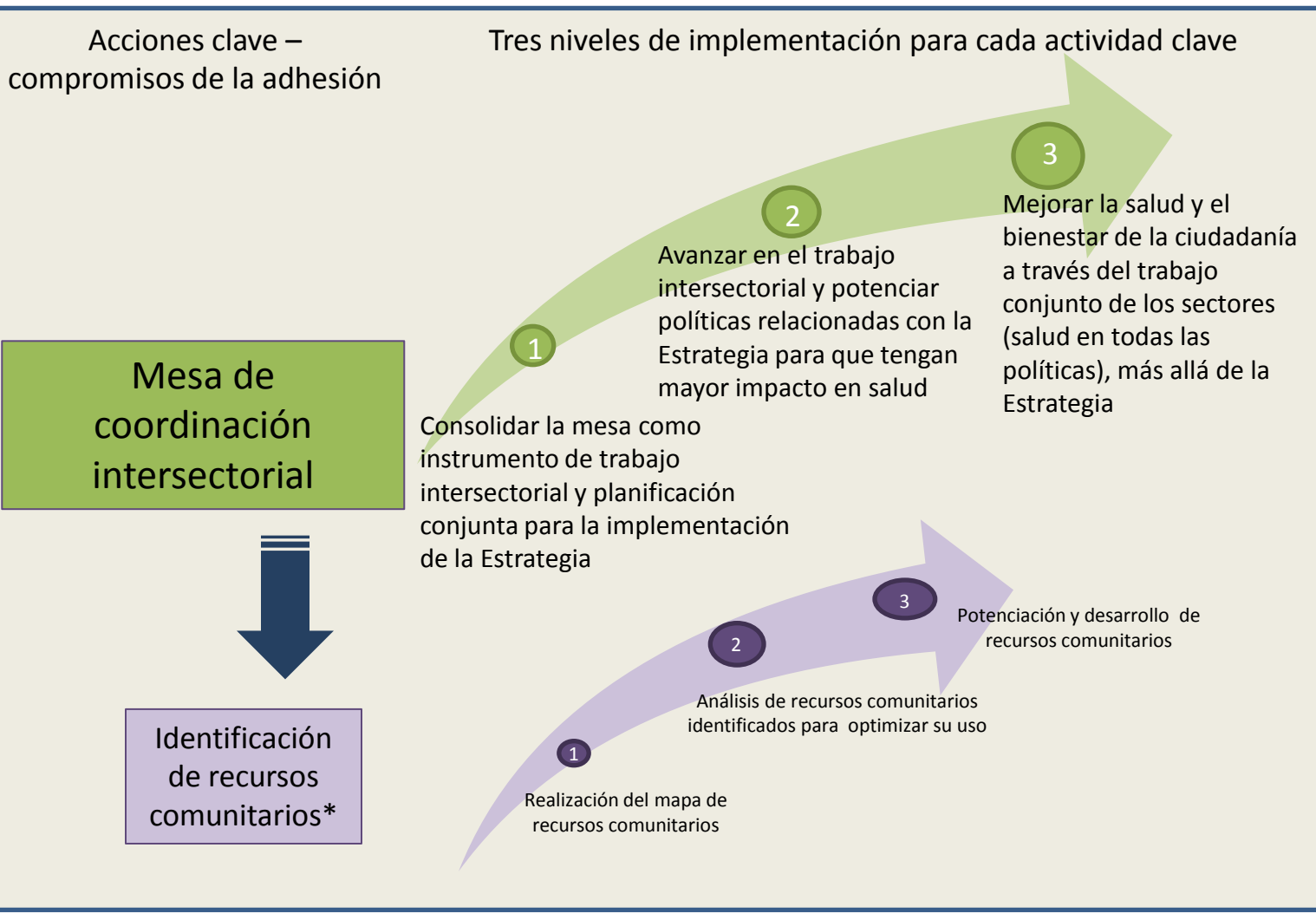


¿A qué nos comprometemos?

1. Constitución de una **Mesa de coordinación intersectorial**
2. Elaboración del **Mapa de recursos** de nuestro municipio



ESQUEMA DE LA IMPLEMENTACIÓN LOCAL DE LA ESTRATEGIA



Coordinación entre administraciones
Integración de equidad en las acciones municipales
Participación social
Seguimiento y monitorización. Evaluación

*Por su relevancia, se considera una actividad clave en sí misma, pero la mesa intersectorial, entre sus funciones, coordinará y planificará la identificación de recursos comunitarios



3. **XXX** se adhiere a la Estrategia

1. Mesa de coordinación intersectorial

La función de la Mesa es adaptar las acciones de la Estrategia a nuestra realidad, realizando la coordinación, el seguimiento y la evaluación de la implementación de la Estrategia en **nuestro municipio**.

Sectores clave identificados

- Salud
- Educación
- Bienestar social
- Transporte



- Urbanismo
- Deportes
- Medio ambiente
- Otros sectores

La mesa ayudará a que las políticas y acciones del municipio tengan un **impacto positivo en la salud y el bienestar** de nuestros vecinos.



3. **XXX** se adhiere a la Estrategia

2. Mapa de recursos comunitarios para la salud

***Definición** : Un recurso comunitario es un bien que puede ser usado para mejorar la calidad de vida de las personas que forman una comunidad.*

- **Identificar los recursos** para la salud de nuestro municipio.
- Esos recursos se difundirán en un **Mapa on line**, accesible en internet y desde la web municipal.
- **Y será también de utilidad para los profesionales de la salud que puedan ofrecer información de recursos para la salud a la población:** consejo integral en estilos de vida vinculado a recursos comunitarios.

¿Es necesario potenciar o desarrollar algún recurso?

¿Hay algún grupo poblacional al que no se esté llegando?



Mapa de recursos comunitarios

Actividad física

- Centros deportivos con programas para mejorar la salud
- Paseos organizados por vecinos
- Parques y rutas para caminar e ir en bici

Alimentación saludable

- Asociación de un barrio que organiza talleres de cómo comer más sano
- Huertos activos
- Comedores
- Escuelas/Institutos /Universidades

Parentalidad positiva

- Escuelas infantiles/ludotecas
- Escuelas de padres y madres
- Centros culturales con actividades para familias

Bienestar emocional

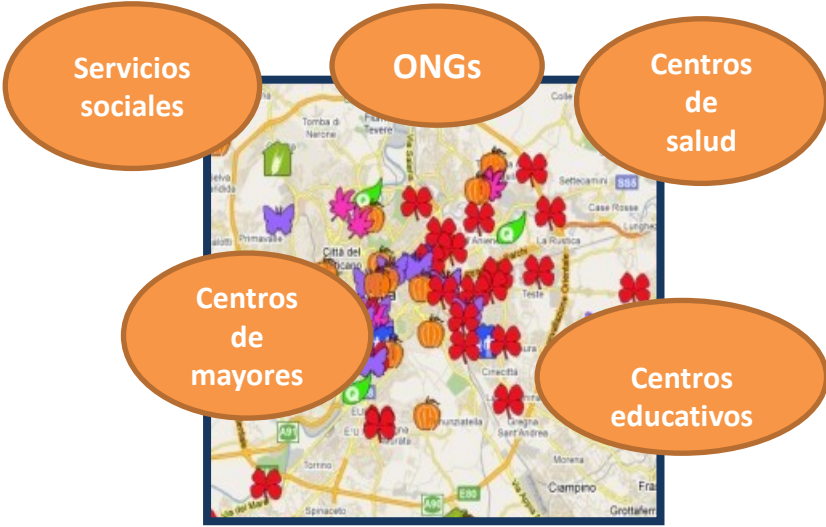
- Redes informales de cuidadores
- Grupos de apoyo
- Escuelas/Institutos /Universidades

Prevención consumo nocivo de alcohol

- Instituciones culturales que ofrecen ocio saludable
- Centros juveniles

Prevención tabaco

- Centro que ofrezca talleres para dejar de fumar
- Escuelas/Institutos /Universidades
- Ayuntamiento: Normativa y ordenanzas



Fragilidad

- Centros de mayores donde se desarrollen programas de actividad física

Otros recursos transversales

Mapa inicial

Búsqueda de recursos para la salud ⓘ

Introduce una dirección y te mostraremos los recursos más próximos

Mostrar

Escriba el nombre del municipio...

Provincia

Comunidad Autónoma

Buscar por uno o varios temas de interés

Buscar por grupos de población

Gratuidad

Localizar Mostrar listado

Tipos de recursos

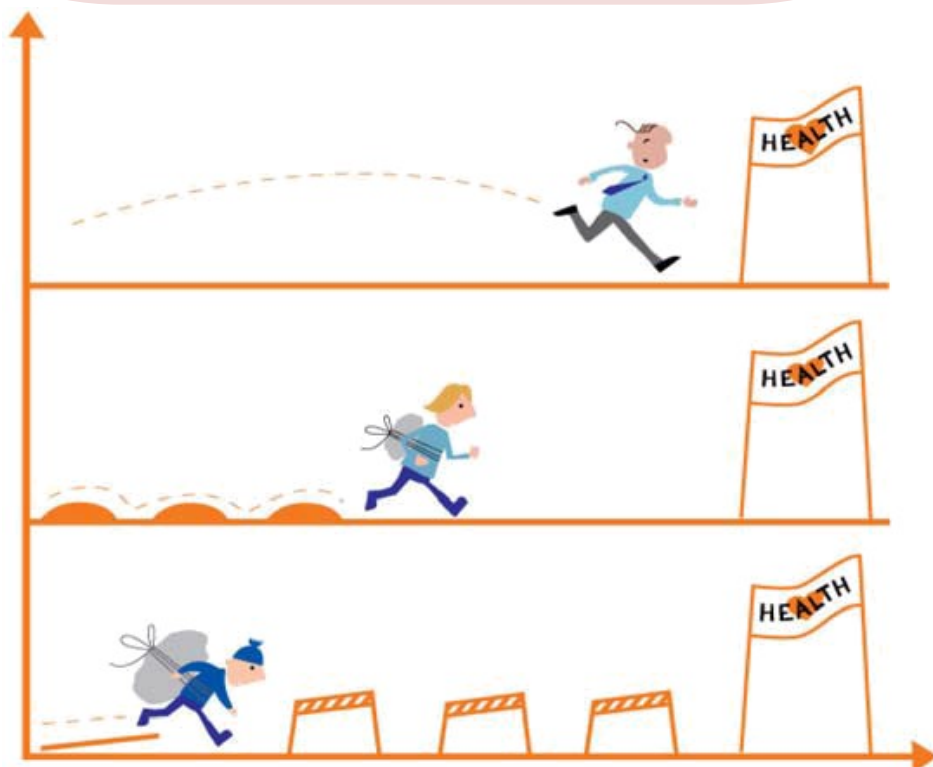
- Recursos de organizaciones 
- Recursos de asociaciones 
- Recursos físicos de un área 
- Otro tipo de recursos 





3. **XXX** se adhiere a la Estrategia

Salud para toda la ciudadanía



Guía metodológica para
integrar la Equidad en las
Estrategias, Programas y
Actividades de Salud



Fuente: Norwegian Ministry of Health and Care Services (2006). National Strategy to Reduce Social Inequalities in Health. Report No. 20 (2006–2007) to the Storting



3. **XXX** se adhiere a la Estrategia

3. Cronograma para avanzar en la mejora de la salud

Acciones clave	Actividades	Fecha o periodo previsto de realización
1.Adhesión a la EPSP	Acuerdo del Pleno de la Adhesión	
	Nombramiento del/a coordinador/a	
	Presentación y difusión a la población	
2.Mesa Intersectorial	Constitución de la mesa de coordinación intersectorial	
	Dinamización de la participación ciudadana	
3.Mapa de recursos comunitarios	Identificación y recogida de la información de los recursos comunitarios	
	Difusión del mapa de recursos comunitarios	
4.Seguimiento y monitorización	Actualización anual de la información de los recursos comunitarios y Hoja de seguimiento	
	Presentación pública del seguimiento de la implementación local de la EPSP.	

EPSP: Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS



Página web de la Estrategia y capacitación "on line"



Estilos de vida saludable

Actividad Física y Sedentarismo | Tabaco | Alimentación saludable | Consumo de riesgo y nocivo de alcohol | Seguridad y lesiones no intencionales | Bienestar emocional

Actividad Física y Sedentarismo

Actividad física
Ser físicamente activo es muy importante para tu salud. Consulta las recomendaciones en función de tu edad y encuentra propuestas sencillas para moverte.

Sedentarismo
Descubre propuestas y trucos para ser menos sedentario y para reducir el tiempo que pasamos delante de pantallas.

Presentación
La actividad física asocia múltiples beneficios para la salud en todas las personas, a cualquier edad y tanto en mujeres como en hombres.
Sin embargo, cada vez hay más gente que no se mueve lo suficiente, y esto se debe, en gran parte, a que hemos cambiado nuestro estilo de vida hacia un modelo más sedentario.
[Más información](#)

LOCALIZA salud
Mapa de recursos para la salud

Enlaces de interés

¿Eres realmente activo?
Descúbrelo aquí >>>>



Parentalidad positiva

Centro educativo

La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS



Página web de la Estrategia y capacitación "on line"



Recomendaciones sobre Actividad Física, Sedentarismo y Tiempo de pantalla



GRUPOS DE EDAD		RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA	OBSERVACIONES	REDUCIR EL SEDENTARISMO	LIMITAR EL TIEMPO DE PANTALLA ¹
Menores de 5 años	Los que aún no andan	Varias veces al día. Cualquier intensidad.		Minimizar el tiempo que pasan sentados o sujetos en sillas o carritos, cuando están despiertos, a menos de una hora seguida.	< 2 años: No se recomienda pasar tiempo delante de una pantalla. De 2 a 4 años: el tiempo de pantalla debería limitarse a menos de una hora al día.
	Cuando ya andan	Al menos 180 minutos al día. Cualquier intensidad.			
5 a 17 años		Al menos 60 minutos al día. Intensidad moderada y vigorosa.	Incluir, al menos 3 días a la semana, actividades de intensidad vigorosa y actividades que fortalezcan músculos y mejoren masa ósea.	Reducir los periodos sedentarios prolongados. Fomentar el transporte activo ² y las actividades al aire libre.	Limitar el tiempo de uso de pantallas con fines recreativos a un máximo de dos horas al día.
Personas adultas		Al menos 150 minutos de actividad moderada a la semana o 75 minutos de actividad vigorosa a la semana o una combinación equivalente de las anteriores. Estas recomendaciones pueden alcanzarse sumando periodos de al menos 10 minutos seguidos cada uno.	Realizar, al menos 2 días a la semana, actividades de fortalecimiento muscular y mejora de la masa ósea y actividades para mejorar la flexibilidad. Los mayores de 65 años, especialmente con dificultades de movilidad: al menos 3 días a la semana, realizar actividades de fortalecimiento muscular y para mejorar el equilibrio.	Reducir los periodos sedentarios prolongados de más de 2 horas seguidas, realizando descansos activos cada una o dos horas con sesiones cortas de estiramientos o dando un breve paseo. Fomentar el transporte activo.	Limitar el tiempo delante de una pantalla.

Recomendaciones sobre Actividad Física, Sedentarismo y Tiempo de pantalla. Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS. MSSSI, 2015.

¹ El término "tiempo de pantalla" se refiere al tiempo que se pasa frente a una pantalla (televisión, ordenador, teléfonos móviles, tabletas, consolas de videojuegos, etc.) y se identifica como un periodo sedentario, ya que se utiliza muy poca energía durante el mismo.

² El término "transporte activo" se refiere a sustituir el desplazamiento en transporte motorizado por caminar o ir en bici, lo que conlleva un gasto energético mayor, y contribuye tanto a alcanzar las recomendaciones de actividad física como a reducir el sedentarismo.

ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD Y REDUCCIÓN DEL SEDENTARISMO. RECOMENDACIONES PARA LA POBLACIÓN

ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN EN EL SNS
(En el marco del abordaje de la cronicidad en el SNS)



La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS



Página web de la Estrategia y capacitación "on line"



Centro de Salud

Prevención de la fragilidad



(especialmente mayores de 50 años)

Parentalidad positiva

Centro educativo

La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS



GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD



ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN EN EL SISTEMA NACIONAL DE SALUD

La **Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud (SNS)**, en el marco del abordaje de la cronicidad, fue aprobada el 18 de diciembre de 2013 por el Consejo Interterritorial del SNS. El objetivo general de esta Estrategia es fomentar la salud y el bienestar de la población, promoviendo **entornos y un estilo de vida saludable**.

Uno de los pilares necesarios para su implementación, es el desarrollo de un plan de **capacitación de los profesionales** que van a desarrollar intervenciones de promoción de la salud y prevención primaria cuyo objetivo es empoderar a la población para ganar salud.

Esta capacitación, está basada en **metodología online** y consta de distintos módulos formativos dirigidos a profesionales sanitarios, técnicos de ayuntamientos, educadores, ONGs, y otros profesionales y personas que pueden contribuir a alcanzar los objetivos de esta Estrategia.

Todos los módulos dirigidos a profesionales sanitarios del SNS, van a contar con la **acreditación de la Comisión de Formación Continuada del SNS**.

Los módulos, van a ser ofertados de manera progresiva según se vayan desarrollando, ya que no es preciso seguir un orden determinado en este proceso formativo, al ser a su vez, independientes y complementarios.

A continuación se presentan los siguientes módulos:

Metodología del Consejo Breve de Salud Sobre Estilo de Vida	Disponible	Acreditado con 3,1 créditos
Educación para la Salud Individual Sobre Estilo de Vida	En desarrollo	Pendiente de acreditar
Educación Grupal	En desarrollo	Pendiente de acreditar
Detección y Manejo de Fragilidad y Caídas en las Personas Mayores	En desarrollo	Pendiente de acreditar
Programa de Parentalidad Positiva Desde el Nacimiento Hasta los Tres Años de Edad	En desarrollo	Pendiente de acreditar
Salud Local. Módulo Fundamental	En desarrollo	Pendiente de acreditar

ACCESIBILIDAD

A- A A+

R A A A

Desplegar ATbar (barra AT)

(¿siempre?)

NAVEGACIÓN

Página Principal

- ▀ Área personal
- Páginas del sitio
- Mi perfil
- Mis cursos

ADMINISTRACIÓN

- Ajustes de mi perfil

“Que las elecciones más sanas sean las más fáciles”
Organización Mundial de la Salud



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

LOGO DEL MUNICIPIO