

# KWIZERA Y MAR BÁLTICO HACIA LA PROMOCIÓN DEL AUTOCUIDADO

García del Río Isabel, Pérez Medina Aránzazu, Morgado Mazón Marisol, Martín García Rosario, Castro Molina Mariano, Gómez Sánchez Francisco Javier

## INTRODUCCIÓN

Kwizera es: “tener esperanza” de hacer sonar una partitura escrita por profesionales sanitarios e interpretada por voluntarios de la asociación.

Desde hace 22 años, profesionales sanitarios del centro de salud Mar Báltico, colaboramos con la asociación desarrollando intervenciones dirigidas a ganar salud y a prevenir enfermedades, las lesiones y la discapacidad en ancianos de alto riesgo sociosanitario, realizando diversos proyectos para mejorar el autocuidado.

## OBJETIVO

**Fomentar la salud y el bienestar de los usuarios , promoviendo estilos de vida saludables, potenciando la seguridad y el autocuidado**



## METODOLOGIA



Desde hace dos años, el centro de salud ha implantado un nuevo proyecto de mejora con el que se pretende fomentar y mejorar las actividades y relaciones con la asociación a través de diversas acciones de mejora.

- Detección en consulta de medicina y enfermería de Ancianos Frágiles o con alto riesgo, valorados por la trabajadora social del centro de salud y derivados a la asociación u otro recurso si procede.
- Taller de promoción de hábitos de vida saludable, mejora del bienestar y de la seguridad , cada 15 días, dirigidos por profesionales sanitarios del centro de salud.
- Formación a los voluntarios de la asociación y colaboración en los problemas sociosanitarios.

La asociación se financia con donaciones privadas de los socios, aportaciones de la CAM, local y celador. Asociada al centro de mayores de San Blas.

## EVALUACIÓN

A través de cuestionarios autoadministrados

- ✓ La valoración de los **usuarios**:  
Muy útil (90%)                      Muy satisfactoria (81%)
- ✓ La **junta directiva /voluntarios** de la asociación nos valoraron en una escala del 1 al 10:  
Valoración global (9)                      Grado de utilidad (9 )  
Valoración de la mejora del autocuidado (9)

Los indicadores de resultados:

- EPS a usuarios: 30 sesiones, 7 talleres.
- EPS a voluntarios: 4 sesiones.
- Participación profesionales: 17
- Nº reuniones con la AK: 5
- Consulta de la TS en la AK: cada 30 días

Problemas detectados: polimedicación , especialmente los **errores de medicación** en el uso y la no adherencia.

## CONCLUSIONES

La valoración por parte de usuarios y profesionales sanitarios , de este programa, nos indica que el objetivo marcado se está cumpliendo.

Tras varias reuniones entre asociación y sanitarios se decide incidir en algunos talleres sobre uso correcto de la medicación, formar a los voluntarios en nociones básicas de medicación y crear una nueva figura de enlace entre la asociación, los usuarios y centro de salud.

Finalmente, resaltar la importancia de la colaboración entre profesionales sanitarios y comunidad.

**“La Promoción es cosa de todos”**