

PROYECTO CRIDA'M

Promoción de autocuidados y apoyo social telefónico en personas mayores que viven solas

Motivo inicial

Desde el Área de Servicios Sociales e Innovación Social del Ayuntamiento de Alzira se ha detectado en las personas mayores de más de 70 años que viven solas la alteración y desajustes en sus hábitos producidos por la pandemia que estamos viviendo.

Por esa razón desde la Unitat d'Atenció Psicològica del Área de Servicios Sociales se inició durante el confinamiento el seguimiento telefónico como medida de apoyo social.

Fundamentación

En Alzira, en 2019, 1.945 personas mayores de 65 años viven solas. Con la declaración del estado de alarma por la Covid-19 y las medidas preventivas adoptadas las personas mayores viven situaciones de soledad, de limitación de las actividades fuera del domicilio y de las relaciones sociales que repercuten negativamente en su salud.

Desde la Unidad de Atención Psicológica se ha contactado con 272 personas que viven solas, 196 mujeres y 76 hombres, de ellas 109 son mayores de 80 años y 174 viven solas.

Son personas que presentaban algunos desajustes de salud previos y que, con motivo de las medidas preventivas adoptadas durante el confinamiento y la desescalada, se ha agravado su situación. Los principales problemas detectados son: desajustes en los hábitos del sueño y de la alimentación y en los horarios; alteraciones del estado de ánimo con sintomatología depresiva e inactividad que ha originado dificultades para las actividades básicas de la vida diaria (como el aseo personal y la movilidad).

En dichos contactos, se valoró su situación de riesgo, sus necesidades físicas y emocionales, se ofreció información y consejo y se destinaron recursos de apoyo como *menjar a casa*, Servicio de Ayuda a Domicilio o teleasistencia.

Necesidad de trabajo en red

Dado que los servicios sociales asumen la emergencia social derivada de la pandemia, se hace necesario generar alianzas desde los sectores y recursos comunitarios que ofrezcan una intervención más duradera en el tiempo dando respuestas a las necesidades detectadas.

De ahí que el proyecto lo presentáramos el Área de Servicios Sociales y el Proyecto RIU a la convocatoria de subvenciones de la Direcció General de Salut Pública para la promoción de salud en poblaciones en situación de vulnerabilidad y fuera aprobado con vigencia hasta el mes de diciembre de 2020.

Se desarrolla desde el Centre de Participació Ciutadana (CPC), centro al que está adscrito el Proyecto RIU el cual interviene desde la salud comunitaria en barrios vulnerables gracias al convenio con el Centre de Salut Pública de Alzira y FISABIO.

Proyecto de carácter integral que contempla el trabajo colaborativo entre:

- el Área de Servicios Sociales (CPC y la Unitat d'Atenció Psicològica)
- con la colaboración del Departamento de Deportes del Ayuntamiento de Alzira
- así como el Departamento de Salud Pública (Proyecto RIU)
- el Departamento de Atención Sanitaria (Geriatría, Fisioterapia, Nutrición Y Enfermería)
- y un grupo de 4 agentes de salud, ya formadas en ediciones anteriores del Proyecto RIU y vecinas de Alzira, que junto a una coordinadora realizan la parte práctica del proyecto.

Objetivo

El proyecto que se presenta, de nueva implantación, está orientado a la atención de un grupo de 20 personas seleccionadas.

Con el fin de trabajar sobre la alfabetización sanitaria y seguimiento de las personas mayores que viven solas para promover una alimentación e hidratación adecuada, la actividad física y la higiene del sueño, como hábitos alterados detectados contacto telefónico durante el estado de alarma decretado por la pandemia de la Covid-19 y en las que se han identificado cambios en los autocuidados que ponen en riesgo su salud.

Trabajo a realizar por el equipo de agentes de salud

- Apoyo y seguimiento telefónico cada una a 5 personas. Se mantendrán 2 conversaciones telefónicas maximod e 45 misnutos con cada una de ellas por semana.
- Instrumentos: guión de entrevista + cuestionarios sencillos sobre los temas a tratar + Fichas de cada conversación telefónica que se volcara en una base de datos en ordenador para su evaluación
- Derivación a servicios: Cuando sea necesario se derivará a la persona al servicio correspondiente (p.ej. a su médico de familia en el centro de salud) y cuando sea necesario contactaréis con estos servicios para hablar del caso
- Resúmenes semanales en ordenador para servicios sociales: Semanalmente tendréis que hacer un breve resumen del estado de cada persona mayor y las

recomendaciones que se le han dado. También si es necesario derivarlas a algún otro servicio

- Reuniones de coordinación con las personas de los distintos servicios que participan en el proyecto (servicios sociales y deportes del ayuntamiento, salud pública, servicios de Nutrición, Gerontología y Fisioterapia del hospital de La Ribera, asociaciones) y con la coordinadora del proyecto
- Evaluación del proyecto

Formación necesaria para las agentes de salud

- El equipo ha recibido formación en los temas a abordar con la colaboración de los diferentes dpts del Hospital de la Ribera (Geriatría, Fisioterapia, Nutrición)
- También ha recibido formación en habilidades de comunicación telefónica

Histórico de la promoción de salud en Alzira

El Ayuntamiento de Alzira pertenece a la Red de Ciudades Saludables, está adherido a la Estrategia de Promoción de Salud y Prevención del Sistema Nacional de Salud del Ministerio de Sanidad y a la red de municipios de la Comunitat Valenciana adheridos al IV Plan de Salud de la Comunitat, XarxaSalut.

El equipo del proyecto tiene amplia experiencia en el diseño, ejecución y evaluación de proyectos de acción comunitaria en salud basados en la intersectorialidad, las metodologías participativas y el trabajo con poblaciones en situación de elevada fragilidad. Desde 2011 el Ayuntamiento de Alzira desde el CPC impulsa el “Proyecto RIU: Un riu de cultures, un riu de salut”, subprograma de promoción de salud en entornos vulnerables del Centro de Salud Pública de Alzira, gracias al convenio de colaboración con la fundación FISABIO.

En RIU, se ha generado una red de trabajo intersectorial formada por personal de salud pública, asistencia sanitaria, bienestar social (servicios sociales e igualdad), educación, medio ambiente y tercer sector. Otro ejemplo es el proyecto “Alzira Somriu: promoció de la salut bucodental i l'alimentació saludable” llevado a cabo en 2019.

También desde el pasado año, se desarrolla el proyecto “Alzira Camina” para promover la actividad física impulsado por el departamento de salud de La Ribera y apoyado por el ayuntamiento en el cual colaboran salud pública, atención primaria, servicios sociales y deportes.

También está en activo el “Grup Local d'Envelliment Actiu” es un grupo asesor, creado en 2015, de las políticas sociales del gobierno local en materia de envejecimiento saludable que participa en la consulta, elabora propuestas y sugerencias y asesora a la Regidoria de Servicios Sociales.