



G CONSELLERIA  
O SALUT  
I DIRECCIÓ GENERAL  
B SALUT PÚBLICA  
/ PARTICIPACIÓ

# Estrategia Social para la promoción de la Salud



Jornada

**Consulta preliminar al mercat**

Estratègia social de promoció de la salut

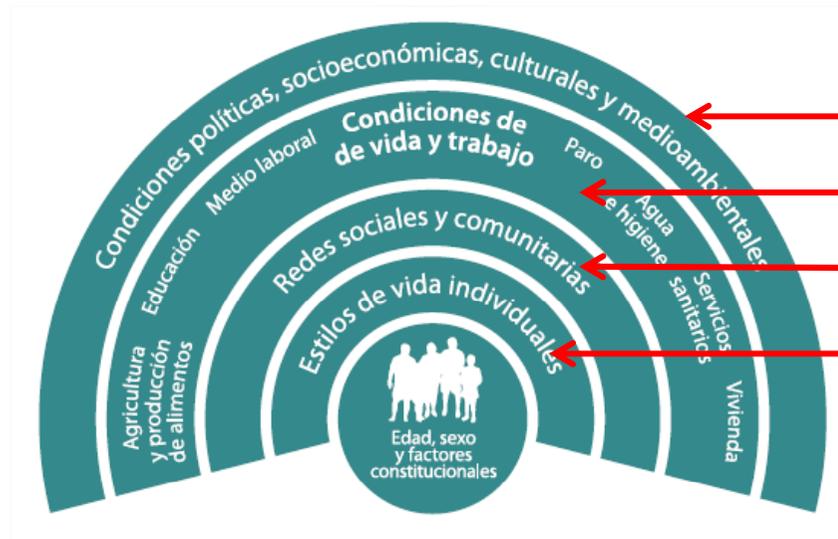
Compra pública d'innovació 2017



G CONSELLERIA  
O SALUT  
I DIRECCIÓ GENERAL  
B SALUT PÚBLICA  
/ PARTICIPACIÓ

Palma, 19 de desembre de 2017

# Marco conceptual de promoción de la Salud: Modelo de Determinantes Sociales de la Salud



Fuente: Whitehead & Dahlgren

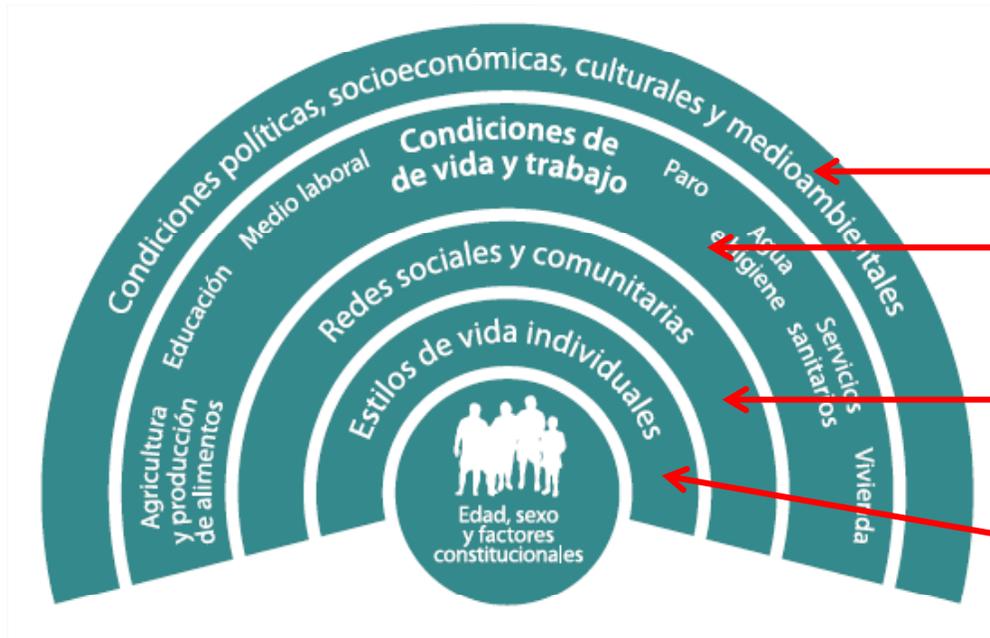
## Líneas estratégicas

- Establecer una política pública saludable
- Crear entornos que apoyen la salud
- Fortalecer la acción comunitaria para la salud
- Desarrollar las habilidades personales

Los determinantes sociales de la salud son las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen

A quién?

## A QUIÉN?



- Decisores políticos y técnicos
- Colectivos "formales": centros educativos, empresas, centros sanitarios
- Colectivos "informales": plataformas ciudadanas etc.
- Ciudadanía: sana y enferma

# Qué?

“ampliar el conocimiento de la población en relación con la salud y desarrollar los valores y habilidades que promuevan salud”



Proceso de capacitación

# **EpS**

**Educación para la salud**

## 1. Educar mas que informar

Educar no es informar y tampoco persuadir. Su finalidad no es que se lleven a cabo comportamientos definidos y prescritos por el “experto”, sino **facilitar que las personas desarrollen capacidades que les permitan tomar decisiones conscientes y autónomas**

## 2. Aprender mas que enseñar

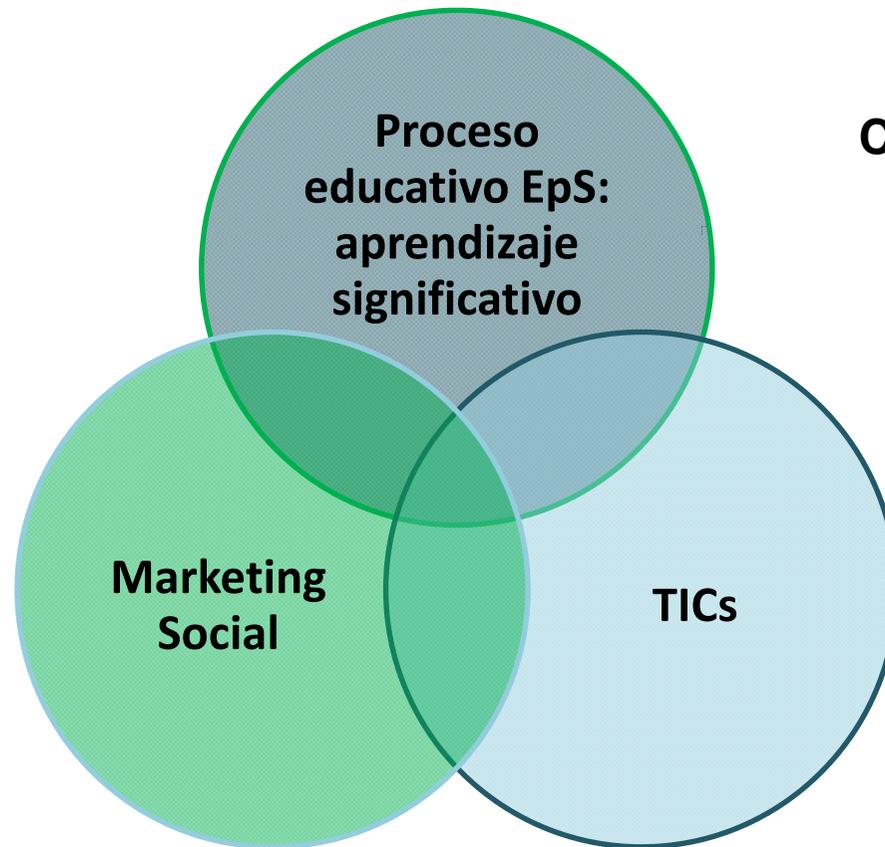
La persona aprende desde sus experiencias, vivencias y modelos cognitivos, reorganizándolos y modificándolos ante las nuevas informaciones o experiencias que se dan en el proceso educativo.  
**Enseñar a aprender**

## **Proceso de aprendizaje:**

- 1. Conocer y expresar su situación: Saber mas para decidir mejor**
- 2. Profundizar en ella: Cómo puedo mejorar mis actuaciones**
- 3. Actuar: Qué recursos puedo necesitar para.....?**

Cómo?

# Reto: 3 Elementos Clave



Como se resuelve??

Cuestionarios de autoevaluación, apps, mensajes de refuerzo por correo, espacios de formación on line.... Reto global....

**Que se de de mi entorno?**

**Cuales son los problemas de salud de mi barrio?**

**Puedo hacer algo por la salud de mis trabajadores?**

**Cómo afectan las decisiones que tomo en mi trabajo en la salud de los ciudadanos?**

**Influyen las condiciones de las viviendas en la salud de los ciudadanos? Como puedo saberlo?**



**Pensando en dejar de fumar?**

**Pensando en hacer mas actividad física?**

**Que puedo hacer para dejar de fumar?**

**Como sano?**

**Que tipo de AF debería de hacer teniendo diabetes?**

**Tomo mi medicación correctamente?**

Qué es lo que  
**NO** queremos?

- Actividad Física y Sedentarismo
- Prevención del Tabaquismo
- Alimentación saludable
- Consumo de riesgo y nocivo de alcohol
- Seguridad y lesiones no intencionales
- Bienestar Emocional



#### Novedades

El Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad lanzó el 4 de Noviembre esta página web sobre estilos de vida saludable dirigida a toda la población. Esta página web surge como parte de las acciones de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud y su finalidad es proporcionar información útil y de calidad, ajustada a las diferentes necesidades de la ciudadanía, en ella podrás encontrar recomendaciones, herramientas interactivas, vídeos y otros materiales y recursos de utilidad para hacer más saludables nuestros estilos de vida.

- Embarazo
- Población adulta
- Menores
- Personas mayores
- Jóvenes

#### Herramientas interactivas

- ¿Eres realmente una persona activa? Descúbrelo aquí
- ¿Cómo es mi alimentación? Descúbrelo aquí
- ¿Cuál es tu consumo de alcohol? Descúbrelo aquí
- ¿Cuál es tu consumo de tabaco? Descúbrelo aquí

#### Mapa de recursos



#### Propóntelo

**HOY**  
 puede ser un buen día para empezar una vida más saludable.  
 ¿Dejar de fumar? ¿comer más saludable? ¿beber menos? ¿moverte más? ¿cortar más tiempo?

Curso online:  
Ganar salud y bienestar

de 0 a 3 años

# ONE YOU

HOW ARE YOU? QUIZ

- CHECKING
- SMOKING
- DRINKING
- EATING
- MOVING
- SLEEP
- STRESS
- MORE TOPICS -
- OFFERS
- APPS

FOLLOW ONE YOU

## HOW ARE YOU?

Our lifestyles can be more unhealthy than we think. Start the fight back to a healthier you. Take the One You quiz and see how you score.

START QUIZ



### SMOKING

Quitting is the best thing you'll ever do! Find out how it will change your life for the better.

LEARN MORE



### DRINKING

Choosing to drink less booze can bring lots of health benefits.

LEARN MORE



### EATING

What you eat is so important for your health and your waistline. Find out how to eat well every day.

LEARN MORE

