

# ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN - DE LA SALUD Y PREVENCIÓN - EN EL SNS -

En el marco del abordaje de la cronicidad en el SNS -

## **Resumen divulgativo**

# 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

## Resumen divulgativo



GOBIERNO DE ESPAÑA  
MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES  
E IGUALDAD

SECRETARIA GENERAL  
DE SANIDAD y CONSUMO

DIRECCION GENERAL DE  
SALUD PÚBLICA, CALIDAD E  
INNOVACION

España ha alcanzado una de las esperanzas de vida más altas del mundo (82,4 años), pero otros países de nuestro entorno nos aventajan en la esperanza de vida con buena salud, que en nuestro país es de 61,5 años para los hombres y 59,4 para las mujeres (60,4 de media). Con el objetivo de conseguir ganar años de vida en buena salud y libre de discapacidad, el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, junto con las CCAA ha elaborado la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud (SNS).

La estrategia se enmarca en el plan de implementación de la Estrategia para el Abordaje de la Cronicidad en el Sistema Nacional de Salud. Las enfermedades crónicas, como la diabetes, el cáncer, las enfermedades isquémicas del corazón, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica o las enfermedades cerebrovasculares como el ictus, son actualmente la principal causa de mortalidad y morbilidad prevenibles, así como la principal causa de pérdida de calidad de vida.

Estas enfermedades crónicas tienen una relación importante con algunos factores que las pueden producir y también las pueden agravar, como son el consumo de tabaco, la inactividad física, la alimentación, el consumo nocivo de alcohol o el bienestar emocional. Estos factores pueden formar parte del estilo de vida de las personas y están determinados no solamente por lo que una persona hace sino también por el entorno en el que vive.

Por ello, la estrategia propone el desarrollo progresivo de intervenciones dirigidas a prevenir las enfermedades, lesiones y la discapacidad, actuando sobre estos factores a lo largo del curso de vida de las personas y teniendo en cuenta los entornos en los que la gente vive.

### **¿Cuáles son las primeras medidas que se pondrán en marcha?**

En la primera fase de esta Estrategia se han priorizado para la acción dos poblaciones: la infancia (menores de 15 años) y las personas mayores de 50 años.

Para su elaboración se ha empleado una metodología participativa con la implicación de sectores profesionales relacionados con la salud así como de las administraciones sanitarias central y autonómica. Se han identificado las buenas prácticas en promoción de la salud y prevención de la enfermedad implantadas en las comunidades autónomas. Y un riguroso proceso de evaluación, priorización, integración y ordenación, en base a su importancia y factibilidad, ha permitido priorizar las mejores prácticas disponibles a universalizar en todo el Sistema Nacional de Salud.

Las actuaciones que se han priorizado para poner en marcha en el periodo comprendido entre 2014-2015 y que lleguen a todas las personas son:

1. Facilitar en las consultas de Atención Primaria información y recursos que pueden utilizar las personas para desarrollar estilos de vida saludables. Es decir, dar recomendaciones y apoyo a la ciudadanía sobre cómo hacer que sus estilos de vida sean más saludables. A esto le llamamos “consejo integral en estilos de vida saludables”. Sus principales características serán:
  - Ofrecer recomendaciones individualizadas sobre los factores que tienen más relación con el desarrollo de enfermedades crónicas y, por tanto,

con su prevención: actividad física, alimentación, tabaco, alcohol, lesiones y bienestar emocional.

- Esto se hará tanto en las consultas de medicina de familia, enfermería, pediatría de Atención Primaria y ginecología como en actividades grupales.
  - A su vez, desde el ámbito sanitario se dispondrá de un mapa de recursos de la zona para facilitar el tener estilos de vida más saludables; esto es lo que llamamos vincular el consejo a los recursos comunitarios existentes. De este modo, se coordinarán los esfuerzos que se realizan desde el entorno sanitario, con los que se llevan a cabo en la comunidad y en el entorno educativo.
  - Se hará en población infantil, durante el embarazo y la lactancia y en población adulta.
2. Para la población infantil y con la finalidad de promover el bienestar emocional, se pondrán en marcha programas de parentalidad positiva. Estos programas consisten en establecer instrumentos para la formación y capacitación a padres y madres u otros adultos con responsabilidades educativas, para promover las habilidades sociales, emocionales, intelectuales, del lenguaje y del comportamiento en los niños y niñas, desde el embarazo hasta los 14 años. Prestando especial atención al tipo de información y apoyo que se necesita en distintas situaciones y en las diferentes etapas de la vida. Todo ello desarrollando un entorno de crianza segura y un ambiente sin conflictos para los niñas y niños.
- La parentalidad incluye aspectos de muy diversos ámbitos. Los aspectos relacionados más directamente con la salud se desarrollarán conjuntamente con las actuaciones anteriores sobre estilos de vida saludables en Atención Primaria. Para otros aspectos que están relacionados con el trabajo que se realiza desde el sector educativo, social o deportes se trabajarán conjuntamente con ellos.
3. Para la población mayor de 75 años, se desarrollarán planes de prevención y seguimiento individualizado para la mejora de la salud y la prevención de la fragilidad, entendida como la aparición de una serie de factores de riesgo de enfermedad, discapacidad y dependencia en los mayores. La finalidad es que la población mayor de 75 años mantenga el mayor nivel de independencia y autonomía el máximo de tiempo posible.

### **¿Cómo se va a llevar a cabo?**

Para la puesta en marcha de esta estrategia, se tienen previstas las siguientes acciones:

- ❖ El desarrollo de las intervenciones (a partir de las mejores prácticas identificadas), promoviendo que puedan ser accesibles a todas las personas, y la coordinación eficaz entre salud pública y atención primaria. Todo ello para **garantizar la equidad en su implementación.**

- ❖ **El diseño de un plan de formación de los profesionales** en metodología del cambio y educación en estilos de vida saludables, que incluye el consejo breve, educación intensiva individual/grupal y educación comunitaria. La capacitación estará basada fundamentalmente en metodología “on-line”.
- ❖ **La capacitación de la población** a través del diseño de una plataforma web sobre estilos de vida saludables.
- ❖ La generación de alianzas, que contempla:
  - Un **Plan de desarrollo local**, para la optimización y coordinación de recursos. Uno de sus elementos clave será la realización de mapas “on-line” que permiten identificar a nivel local los recursos comunitarios existentes para la promoción de la salud y prevención.
  - Un trabajo conjunto con el entorno educativo, que pretende reforzar las intervenciones de manera coordinada y universal en dos ámbitos concretos: por un lado la actividad física y la alimentación saludable, y por otro lado el bienestar y salud emocional.
  - Un trabajo conjunto con el sector deportivo, en dos líneas de actuación: programas de formación en actividad física (dirigidos a profesionales de los ámbitos sanitario, educativo y comunitario) y el apoyo a todas las intervenciones de la estrategia que contemplen la actividad física como instrumento para ganar salud.
  - El trabajo con otros sectores, como urbanismo, transporte, medio ambiente... para que los entornos en los que vivimos y trabajamos nos ayuden a tener estilos de vida más saludables.

En definitiva se trata de:

Reorientar el sistema sanitario, los sistemas de información y la investigación hacia la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad

Que las actividades de otros sectores tengan en cuenta la salud de la ciudadanía.

Facilitar información y apoyo relevante y de calidad a la ciudadanía para que pueda modificar sus estilos de vida

Mejorar los entornos donde vivimos y trabajamos para que posibiliten estilos de vida más saludables.

Implicar a toda la sociedad en el desarrollo de esta Estrategia.