

Granada, 25 y 26 de mayo, 2017

Autores: Marta I. Villamil Díaz*, Belén García Busto*, Elena Menéndez Feito**, Patricia Martínez Pérez**

“EN RUTA POR MI SALUD”

*C. S. Cudillero-Asturias,

**Ayuntamiento Cudillero-Asturias

El importante papel de la ciudadanía, su capacidad de generar salud y promover conductas y hábitos, es una realidad. Con esta experiencia rompimos un poco, y por primera vez, las barreras invisibles que nos separaban de la comunidad :

Centro de salud+ Ayuntamiento+Grupo de montaña.

Cudillero caminando por la salud.

METODOLOGÍA

Desde los Servicios sociales municipales contactaron con el Centro de Salud para que participásemos en la “semana de la salud” .También había programada una caminata intergeneracional junto con un grupo de Montaña “La Chiruca” y queríamos celebrar el “Día mundial sin Tabaco” ofreciendo una cooximetría a los asistentes .

Unimos todas las ideas, personas y entidades en esta actividad



OBJETIVOS

-Iniciar la **colaboración intersectorial** de ciudadanos, servicios sociales y sanitarios, poniendo una primera piedra en promoción de la salud desde una actividad social comunitaria.

-Celebrar el **día Mundial sin tabaco** con una actividad participativa para prevención del tabaquismo entre los más jóvenes y de deshabituación entre los fumadores participantes en la ruta.

-Elevar el **ejercicio físico en grupo** al rango de prescripción de salud



CONCLUSIONES.

- 1.- Otras formas de participación en Promoción de la salud son posibles.
- 2.- En la comunidad hay recursos que habitualmente los sanitarios desconocemos y desaprovechamos.
- 3.- La participación activa de los ciudadanos en actividades de promoción de la salud es más probable que genere cambios positivos a conductas más saludables.



RESULTADOS.

Con la **cooximetría** objetivamos diferencias de CO2 en aire expirado, incluso en niños que habían caminado junto a fumadores y ofrecimos recursos de ayuda a la deshabituación en el Centro de Salud.

Encontramos un espacio donde participar sanitarios y agentes sociales en promoción de la salud,

Iniciamos un camino que actualmente seguimos, **poniendo en valor los recursos comunitarios, las condiciones de vida y el entorno habitual de las personas.**