Centros Comunitarios de Salud Familiar de SaludQuillota, lanzan plan “Conectados por tu Salud”

“Conectados por tu Salud” se denomina el programa diseñado por los Centros Comunitarios de Salud Familiar (Cecosf) Ruta Norte, Cerro Mayaca y Santa Teresita, dependientes de SaludQuillota, que incluye la participación de la comunidad y que tiene como objetivo sensibilizar a los vecinos, sobre la importancia de la alimentación y actividad física en nuestra salud en tiempos de pandemia.

En la iniciativa participa además la Dirección de Desarrollo Comunitario (Dideco), a través del Plan Comunal de Promoción de Salud de la Municipalidad de Quillota.

Anuncio Patrocinado

Según explicó Anabella Leyton Fuentes, trabajadora social del Cecosf Ruta Norte, la principal característica de este plan es que es diseñado y ejecutado por los propios vecinos de los sectores beneficiados.

“Este proyecto surge en base a la preocupación del deterioro físico y el deterioro de la alimentación producto de la pandemia y la crisis social económica que conlleva, y de cómo esto impacta en la salud mental de las personas. La principal característica es que es ejecutada por los mismos vecinos de los territorios donde están ubicados los centros de salud”, indicó Anabella Leyton.

Desde la Dirección de Desarrollo Comunitario (Dideco), la encargada del Plan Comunal de Promoción de Salud, Valeria Quijada Uribe, explicó que este proyecto es un trabajo intersectorial, que se relaciona con las líneas de trabajo del programa, relacionadas con la alimentación consciente y los beneficios de la actividad física.

“A partir de esta necesidad de hablar, explicar y dar a conocer lo que es una alimentación saludable, pero de una manera consciente y también los beneficios del cuidado del cuerpo, pensando en el tema de la actividad física, y los beneficios que esto trae de manera integral para la calidad de vida de las personas. Desde ese punto de vista el Plan Promoción potencia esos lineamientos”, agregó Valeria Quijada.

La iniciativa contempla transmisiones a través de radio Cumbre, además de las redes sociales, como Facebook Live, entre otras.

Anabella Leyton del Cecosf Ruta Norte, agregó que “se abordarán temas como alimentación consciente, la relación entre emociones y alimentación, la relación entre origen de alimentos y la salud, la importancia de la actividad física y su

relación con la estabilidad y equilibrio integral de las personas”.

Trabajo integrado

Debido a la pandemia de Covid19, los equipos de salud determinaron que los efectos de la crisis no sólo estaban en la salud física de las personas, sino también en el ámbito de la salud mental, además de los efectos sociales, económicos y comunitarios.

En ese contexto, los profesionales de los Cecosf Ruta Norte, Cerro Mayaca y Santa Teresita, dependientes de SaludQuillota, decidieron coordinar sus esfuerzos para apoyar a sus respectivas comunidades.

“Tenemos poblaciones similares, equipos similares, territorios con características comunitarias similares y nos dimos cuenta que estábamos en condiciones parecidas y que teníamos recursos particulares de cada territorio. El objetivo general de la estrategia es articular la red de recursos inter Cecosf, en el ámbito de la salud mental con enfoque comunitario, focalizando la acción en los grupos más vulnerables”, indicó Anabella Leyton.

Lo anterior contempló la coordinación en la atención clínica, la derivación de personas y el reforzamiento del trabajo comunitario, por parte de equipos multidisciplinarios de salud.

y tú, ¿qué opinas?