

## AlfaMENTizate : Alfabetización en salud a través de las TICs en pacientes con TMG.



### Describe tu iniciativa:

La iniciativa se lleva a cabo en El Hospital de Día de Salud Mental perteneciente al hospital Juan Ramón Jiménez de Huelva, en dicho dispositivo se atiende principalmente a pacientes jóvenes de la provincia con primeros episodios psicóticos y/o con esquizofrenia diagnosticada (considerada Trastorno Mental Grave)

Se diseña e implanta un taller de **Nuevas tecnologías para la Autonomía y educación en salud**, se forma un grupo homogéneo (patología y edades similares) de 10 personas que participan en las actividades del taller durante una hora a la semana a lo largo de 6 meses, periodo establecido para la duración de la actividad. El taller se basa en proporcionar a los usuarios con problemas de salud mental herramientas para obtener la información sanitaria, y realizar las gestiones sanitarias básicas apoyándose en programas, plataformas y dispositivos electrónicos. Durante el desarrollo del taller se han trabajado aspectos tales como, descarga de certificados covid, gestión de citas médicas, realización de dinámicas grupales para el manejo de la jerga médico-sanitaria, manejo de aplicaciones y programas de educación sanitaria, establecimiento de hábitos y rutinas alimentarias y deportivas apoyados por el uso de plataformas y aplicaciones móviles. También se han tenido en cuenta las motivaciones prioridades y dificultades individuales, y los participantes han propuesto temas a tratar durante las sesiones.

### Tuit:

¿que es la salud? ¿como se desarrolla una vida saludable? Para llegar a ser primero hay que entender lo que quieres ser #alfabetizaciónensalud

### **Objetivos generales:**

1. Conseguir y desarrollar estrategias y habilidades para comprender utilizar los términos, herramientas y dispositivos de salud para la toma de decisiones de manera autónoma
2. Empoderar a las personas con TMG en cuanto su proceso sanitario y /o rehabilitador se refiere
3. Implicar a las personas con TMG en la comprensión y toma de decisiones relacionadas con la salud.
4. Mejorar la comprensión y el uso del lenguaje médico- sanitario, para facilitar el entendimiento de las diferentes situaciones clínicas con las que convive la población diana de la iniciativa .
5. Comprender la importancia de las actuaciones en cuanto a salud preventiva se refiere para la prevención de recaídas, estabilización y mejora de los trastornos mentales.
6. Promover de hábitos de vida saludables con el fin de influir en la mejora de su calidad de vida.

### **Público Diana:**

La población susceptible de participación en esta iniciativa son, aquellas personas de la provincia de Huelva diagnosticadas de TMG (trastorno mental grave) que acudan a Hospital de día de salud mental. Hay que tener en cuenta que durante los últimos años tanto la incidencia como prevalencia de la enfermedad mental ha aumentado considerablemente en la población andaluza. Cuando hablamos de cualquier trastorno mental la prevalencia se sitúa en 14,8 % de la población, mientras que si nos centramos en trastornos psicóticos la prevalencia supone un 1,6 % de la población andaluza. Esto extrapolado a la población de la provincia supone alrededor de unas 8.000 personas se pueden beneficiar de el proyecto planteado. (datos obtenidos del PISMA III.)

### **Metodología de la puesta en marcha :**

El desarrollo de actividad grupal de forma dinámica y poniendo en práctica los conocimientos aportados en las sesiones, no llevan a lograr que los usuarios adquieran autonomía en la gestión y comprensión de su situación sanitaria, así como habilidades lingüísticas y de comprensión de la jerga propia del ámbito a tratar.

Las sesiones se estructuran en dos partes, en la primera se desarrollan contenidos teóricos de elaboración propia basados en bibliografía de referencia de acuerdo con el

tema tratado en la sesión específica. Utilizaremos contenido multimedia con videos explicativos y presentación de diapositivas. La segunda parte consiste en la puesta en práctica de lo aprendido en la sesión; se le indica a los usuarios que hagan registros, realicen búsquedas en web o descarguen aplicaciones recomendadas. se utilizarán los recursos de nuestra unidad así como los dispositivos móviles de los/las [usuari@s](mailto:usuari@s).

### Resultados conseguidos:

Para evaluar el proyecto se valorarán datos recogidos de los indicadores, y se hace una comparación estadística con la información obtenida.

Nos centraremos principalmente en la Autonomía para el desempeño de Actividades instrumentales, concretamente en la Actividad de Gestión de los procesos sanitarios personales, Desempeño de hábitos de vida saludables y también se mide la calidad de vida de nuestr@s usuarios@s.

Se analizan los resultandos, previos y posteriores a la implementación del taller, de las diferentes escalas utilizadas (COMP, SF-36 y QLS)

### Innovamos en...

En la provincia de Huelva, en la actualidad, no encontramos ningún otro dispositivo sanitario que intervenga con pacientes con TMG, a través de las prestaciones que nos brindan las TICs para la alfabetización y restablecimiento de la salud.

También ha sido novedoso dentro de nuestro dispositivo tanto por los materiales utilizados como por el enfoque de desarrollo.



*Figura 1: Imagen explicando como configurar Apps de salud y actividad física*



*Figura 2: Imagen descargando App en los dispositivos móviles personales y poniendo en práctica lo aprendido*