

Cartera de servicios de Salud

del Ayuntamiento de Getafe

Octubre 2024



Getafe te cuida.

Índice

Centro Municipal de Salud (CMS)

01

PROGRAMAS ASISTENCIALES

- 1.1 Programa juventud, salud y sexualidad
- 1.2 Programa de planificación familiar
- 1.3 Programa de menopausia
- 1.4 Programa nosotras
- 1.5 Programa de diversidad sexual

02

PLAN MUNICIPAL DE SALUD MENTAL

- 2.1 Programa de atención a la vulnerabilidad (atención psicológica)
- 2.2 Otros proyectos

03

PROGRAMAS Y TALLERES DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN CENTROS EDUCATIVOS Y COMUNIDAD

- 3.1 Programa de hábitos saludables: higiene
- 3.2 Programa de alimentación
- 3.3 Programa de primeros auxilios
- 3.4 Programa de educación sexual
- 3.5 Talleres
- 3.6 Programas de prevención de las drogodependencias y otras adicciones
 - 3.6.1 Reto: tecnologías libres de adicción
 - 3.6.2 Con el alcohol y el tabaco... Pasa palabra
 - 3.6.3 Gestión de las emociones y consumo de cannabis
 - 3.6.4 Apuesta por ti
- 3.7 Programa de actividades alternativas en los fines de semana
"Objetivo 0,0 Diversión sin Alcohol"

04

SALUD PÚBLICA: Inspección sanitaria

05

PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LA COMUNIDAD

- Estrategia Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud (EPSPNS)
- Mapa de recursos
- Semana de la Salud de Getafe
- Días internacionales de salud
- Consejo de salud
- Fomento derechos sanitarios
- Apoyo dispositivos municipales: cross escolar y práctica de tiro policial

06

CANALES DE CONTACTO A RECURSOS DEL CMS

Centro de Tratamiento de Adicciones (CTA)

07 PRESENTACIÓN

08 PROGRAMA DE ASISTENCIA A PERSONAS CON PROBLEMAS DE DROGODEPENDENCIAS Y OTRAS ADICCIONES. CARTERA ASISTENCIAL:

- 8.1. Servicio de Orientación e Información
- 8.2. Servicio de Valoración, Diagnóstico y Plan Terapéutico
- 8.3. Servicio de Seguimiento y Control Terapéutico
- 8.4. Servicio de Atención Familiar
- 8.5. Coordinación con Recursos Asistenciales Locales

09 PROGRAMA DE INTERVENCIÓN Y ATENCIÓN TEMPRANA DE LAS DROGODEPENDENCIAS Y OTRAS ADICCIONES

- 9.1. Detección e intervención con menores en situación de consumo
- 9.2. Asesoría sobre drogas y otras adicciones
- 9.3. Curso de Formación a familias: "Adolescentes y Adicciones, Prevención desde las Familias"

10 CANALES DE CONTACTO A RECURSOS DEL CTA

Salud y Deportes

11 PROGRAMA PARQUES ACTIVOS

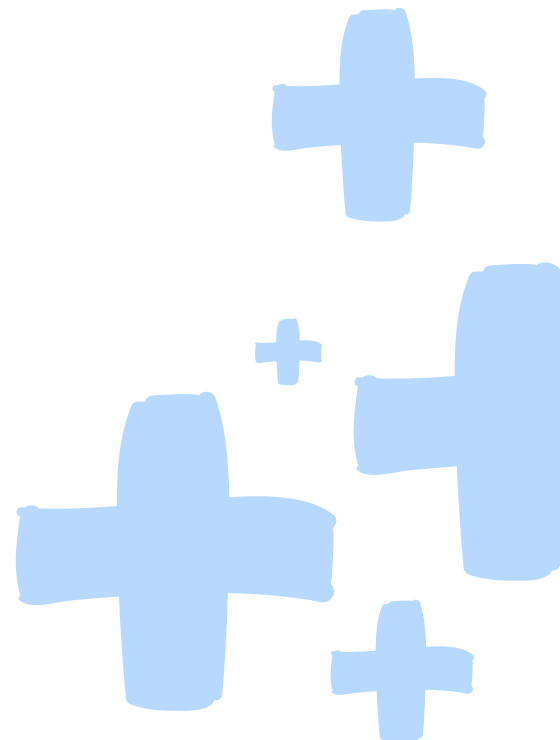
12 PROGRAMA MUJER ACTIVA

13 PROGRAMA MOVIMIENTO ES SALUD

14 PROGRAMA DE FRAGILIDAD

15 PROGRAMA ACTIVO

16 CANALES DE CONTACTO DE RECURSOS DE SALUD Y DEPORTES



Centro Municipal de Salud (CMS)

01 PROGRAMAS ASISTENCIALES

1.1 PROGRAMA DE JUVENTUD SALUD Y SEXUALIDAD

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Personas hasta los 30 años de edad incluidos, independientemente del método anticonceptivo usado y aunque no utilice ningún método anticonceptivo.
- Se podrán incluir en el programa a todas las personas siguientes:
 - Empadronadas en Getafe.
 - Estudiantes en Getafe, independientemente del empadronamiento.
- Este servicio es gratuito para las personas menores de 24 años; a partir de esa edad tiene coste según las tasas municipales establecidas en la norma reguladora nº 5.1 de precios públicos por prestación de servicios de salud del Ayuntamiento de Getafe.

SERVICIOS

- Dispensación de píldora postcoital gratuita para pacientes, empadronadas o estudiantes de Getafe, menores de 30 años. La dispensación vendrá acompañada de una asesoría personalizada con cada persona, valorándose la apertura de historia clínica por parte de medicina.
- Consultas de medicina y enfermería:
 - Se realizará una apertura de la historia clínica en la primera visita donde se dejará constancia de los datos personales, antecedentes médicos y ginecológicos, historial obstétrico y de salud reproductiva, antropometría, así como otros datos de salud relevantes o pruebas diagnósticas previas.
 - Prescripción y/o administración de métodos anticonceptivos hormonales: inyectable, píldora, anillo vaginal, parche, dispositivo intrauterino, doble método, etc.
 - Realización de revisiones ginecológicas periódicas, cada 2 años aproximadamente, siempre y cuando sean mayores de 18 años y tengan un histórico de relaciones sexuales frecuentes de más de un año. Estas pruebas consistirán en citología vaginal para el diagnóstico precoz de cáncer de cuello de útero, ecografía vaginal y/o exploración mamaria.
- Dispensación gratuita de anticonceptivos de barrera: preservativo de pene y preservativo de vagina
- Se realizan test de embarazo para detectar gestaciones no deseadas, ante un fallo del método anticonceptivo habitual o no uso de ningún método.
- Asesoría y derivación de embarazos no deseados para posibles interrupciones voluntarias de embarazo y su posterior revisión.

- Consulta psicológica y emocional a personas susceptibles de inclusión en el programa. Intervención clínica breve y *counselling*.
- Derivación a otros servicios de atención a la salud sexual y reproductiva de índole público y asociativo.

1.2 PROGRAMA DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Personas mayores de 30 años de edad hasta edad menopaúsica.
- Empadronadas en Getafe o trabajadoras del propio Ayuntamiento de Getafe.
- Utilización de un método anticonceptivo hormonal y/o que requiera seguimiento y control médico periódico o encontrarse en situación de querer iniciarlo. Los métodos anticonceptivos de inclusión al programa son los siguientes: anticoncepción hormonal oral, vaginal y dérmica, inyectable, implante subdérmico y dispositivos intrauterinos hormonales o de cobre.
- Quedan excluidas de este programa las personas que utilicen los siguientes métodos: preservativo de pene o vagina, vasectomía o ligadura de trompas y método Essure.
- Este servicio tiene coste según las tasas municipales establecidas en la norma reguladora nº 5.1 de precios públicos por prestación de servicios de salud del Ayuntamiento de Getafe.

SERVICIOS

- Consultas de medicina y enfermería:
 - Se realizará una apertura de la historia clínica en la primera visita donde se dejará constancia de los datos personales, antecedentes médicos y ginecológicos, historial obstétrico y de salud reproductiva, antropometría, así como otros datos de salud relevantes o pruebas diagnósticas previas.
 - Prescripción y/o administración de métodos anticonceptivos hormonales: inyectable, píldora, anillo vaginal, parche, dispositivo intrauterino, doble método etc
 - Realización de revisiones ginecológicas periódicas cada 2 años aproximadamente. Estas pruebas consistirán en citología vaginal para el diagnóstico precoz de cáncer de cuello de útero, ecografía vaginal y/o exploración mamaria.
 - Otras pruebas complementarias: colposcopias, polipectomías, eco-doppler e inserciones de dispositivos intrauterinos hormonales y de cobre.
- Dispensación gratuita de anticonceptivos de barrera: preservativo de pene y preservativo de vagina
- Asesoría y derivación de embarazos no deseados para posibles interrupciones voluntarias de embarazo y su posterior revisión para planificación familiar.
- Derivación a otros servicios de atención a la salud sexual y reproductiva de índole público, privado y asociativo.

1.3 PROGRAMA DE MENOPAUSIA

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Personas con un año consecutivo sin menstruación, independientemente de la edad.
- Empadronadas en Getafe o trabajadoras del propio Ayuntamiento de Getafe.
- Este servicio tiene coste según las tasas municipales establecidas en la norma reguladora nº 5.1 de precios públicos por prestación de servicios de salud del Ayuntamiento de Getafe.

SERVICIOS

- Consultas de medicina y enfermería:
 - Se realizará una apertura de la historia clínica en la primera visita donde se dejará constancia de los datos personales, antecedentes médicos y ginecológicos, historial obstétrico y de salud reproductiva, antropometría, así como otros datos de salud relevantes o pruebas diagnósticas previas.
 - Realización de densitometrías óseas para la prevención y diagnóstico precoz de osteoporosis.
 - Realización de revisiones ginecológicas periódicas cada 2 años aproximadamente. Estas pruebas consistirán en citología vaginal para el diagnóstico precoz de cáncer de cuello de útero (hasta los 65 años de edad), ecografía vaginal y/o exploración mamaria.
 - En personas con histerectomía se realizarán revisiones cada 3 años con toma única citológicas, hasta los 65 años de edad.
 - Otras pruebas complementarias: colposcopias, polipeptomías, eco-doppler e inserciones de dispositivos intrauterinos hormonales y de cobre.
- Derivación a otros servicios de atención a la salud sexual y reproductiva de índole público, privado y asociativo.

1.4 PROGRAMA NOSOTRAS

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Personas en situación de prostitución y/o explotación sexual. Estas personas podrán acceder al servicio por demanda propia o a través de una derivación de cualquier otro recurso público.

SERVICIOS

- Se realizarán revisiones ginecológicas, las cuales constarán de una citología vaginal con el fin de un diagnóstico precoz del cáncer de cuello de útero; así como ecografías vaginales para realizar un chequeo de las estructuras internas del aparato reproductor. También se realizarán test de gestación, asesoramiento y dispensación gratuita de anticonceptivos de barrera, así como la prescripción de anticonceptivos hormonales si la persona lo demanda o precisa.

1.5 CONSULTA DE DIVERSIDAD SEXUAL

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Personas mayores de 16 años de edad

SERVICIOS

- Asesorías sobre diversidad sexual.
- Psicoeducación.
- Intervenciones individuales y grupales.
- Pruebas rápidas de sífilis y/o VIH.
- Acompañamiento en el diagnóstico precoz de VIH, derivación a centros donde se proporcione tratamiento antirretroviral como profilaxis previa a exposición (PreP) o postexposición (PEP); así como otros recursos sanitarios donde se traten otras infecciones de transmisión sexual y su seguimiento.
- Atención a personas trans en el ámbito sociosanitario.
- Asesoramiento en casos de personas en situación irregular y/o sin tarjeta sanitaria que requieran atención sanitaria o prescripción de tratamientos, y derivación a otros recursos que cubran estos casos, si procede.
- Atención en situaciones de consumo intencionado de drogas con fines sexuales (chemsex).
- Talleres sobre diversidad sexual.
- Derivación a otros servicios de atención a la salud sexual y reproductiva de índole público, privado y asociativo.

02 PLAN MUNICIPAL DE SALUD MENTAL

2.1 PROGRAMA DE ATENCIÓN A LA VULNERABILIDAD (atención psicológica)

Este programa busca la promoción de la salud mental, emocional y social, para ello se interviene con aquellas personas que lo soliciten tanto de manera grupal como individual, siendo cada intervención adaptada a la demanda y necesidad de cada persona o grupo. El programa está dirigido a procurar una atención escalonada a las personas y grupos de población de Getafe, especialmente a aquellas que se encuentran en situación de vulnerabilidad o dificultad que definimos como debilidad, flaqueza, susceptibilidad, riesgo y/o amenaza. El objetivo es promover y facilitar la recuperación de su bienestar superando en la mayor medida posible estas dificultades, fortaleciendo la protección y adquiriendo para ello herramientas y habilidades.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Personas empadronadas en Getafe mayores de 16 años.
- En el caso de menores de 16 años de edad, se requiere consentimiento de sus responsables legales y, para recibir atención individual, que no esté recibiendo otro tratamiento psicológico simultáneamente, además de haber sido informado de la finalidad y objetivos de la intervención, comprendiendo que es

un servicio de promoción de la salud mental y prevención de la enfermedad. No incluye atención a trastornos mentales graves.

- No se incluye la atención psicológica individual a personas que estén participando en un proceso terapéutico similar de ámbito privado. Los casos relacionados con procesos públicos serán considerados individualmente.

ÁREAS DE ATENCIÓN

- Duelo.
- Malestar general.
- Soledad no deseada.
- Gestión emocional.
- Ideación suicida.
- Gestión emocional de la menopausia.
- Jubilación.
- Técnicas de relajación.
- Sueño saludable.
- Habilidades para afrontar el estrés diario.
- Dejar de fumar.
- Sintomatología ansiosa leve.
- Sintomatología depresiva leve.
- Enfermedades.
- Incidentes críticos.
- Logopedia.

SERVICIOS

- El primer nivel de atención que se encuentra cualquier persona al contactar con el servicio, es la información facilitada por el psicólogo o psicóloga que atienda a dicha persona. Este contacto puede ser vía telefónica o vía correo electrónico. En él, se facilita toda la información sobre el servicio y las funciones que se llevan a cabo, y se recogen datos de la persona para poder crear su ficha.
- Posteriormente, la persona que solicita la información, si así lo valora, es citada con el psicólogo o psicóloga para poder comentar su caso y realizar así una exploración psicológica y correspondiente triaje. Valorando el caso se le indica y facilita información sobre la ayuda recomendable para su situación.
- El proceso de triaje para determinar la elegibilidad de los usuarios para el servicio de atención a situaciones de vulnerabilidad psicológica consta de la siguiente evaluación psicológica: registro de usuario, entrevista semiestructurada y cuestionarios de evaluación.
- Cada persona recibe un proceso de atención e intervención específico a su situación, recogiendo la demanda y facilitando la accesibilidad a quien lo necesite, que se realiza en el marco de las especificaciones siguientes:

- La atención tiene siempre presente la necesidad de trabajar con una visión global del usuario/a y de su entorno, así como de su problemática, demandas y posibilidades, actuando desde una orientación comprometida con apoyar de un modo relevante a cada persona, de acuerdo a sus necesidades y capacidades para la mejora de su estado anímico y de su funcionamiento psicológico.
- El acceso al servicio se realizará buscando siempre la progresiva implicación y participación activa del usuario/a en su propio proceso de atención.
- Cada persona de este servicio tendrá un proceso individualizado, integral y gradual de atención psicológica, encaminado a superar la experiencia vital sufrida procurando su recuperación con el mayor grado posible de integración y calidad de vida en su entorno social.
- Este programa va dirigido a procurar una atención integral a las personas y grupos que han sufrido eventos negativos y se encuentran en situación de vulnerabilidad o dificultad.
- El objetivo es promover y facilitar la recuperación de su bienestar superando en la mayor medida posible estas dificultades.
- Se realizará, posteriormente, a la finalización del acompañamiento terapéutico una encuesta de satisfacción sobre el tratamiento recibido.

CANALES DE INTERVENCIÓN

- Asesoría/consultoría telemática: a través del correo electrónico, teléfono y WhatsApp.
- Correo electrónico atencionpsicologica@ayto-getafe.org.
- Teléfonos de contacto 900 770 112 y 680 700 327.
- Psico-educación con material informativo como guías y dípticos.
- Talleres grupales y píldoras breves.
- Asistencia individual.
- Grupos estables de salud emocional y duelo.
- Derivación a otros recursos.

2.2 OTROS PROYECTOS

Proyecto viernes saludables

Tiene por objetivo ofrecer talleres conducidos por profesionales capacitados donde se pretende fomentar la creatividad y el bienestar a través de la expresión artística y otras actividades lúdicas. Dirigido a adultos, jóvenes y a la infancia.

Arte y Psicología

El proyecto "Arte y Psicología" busca explorar la intersección entre el arte y la psicología, utilizando el arte como una herramienta terapéutica para abordar cuestiones emocionales. A través de diversas actividades artísticas (cartón corrugado y papel maché), se pretende fomentar la expresión creativa, el

autoconocimiento y el bienestar emocional de los participantes. Este proyecto busca integrar el arte y la psicología como medios para promover la salud mental y el crecimiento personal.

Proyecto de incidentes críticos

Este proyecto se realiza de forma conjunta con el CTA y abordamos incidentes críticos, consumo de sustancias en jóvenes y conducción bajo los efectos de las drogas. El Servicio de Atención Psicológica atiende los incidentes críticos y colabora con talleres preventivos del consumo de sustancias y la conducción. En relación con los incidentes críticos, el servicio se dirige a personas y colectivos mayores de edad afectados por situaciones estresantes o de crisis. El objetivo es proporcionar un espacio de soporte, acompañamiento y ventilación emocional. También se brinda apoyo a intervinientes expuestos profesionalmente, familiares directos y la población general, y se realizan talleres de elaboración emocional (debriefing) en centros educativos y otros espacios relevantes.

Grupos de apoyo estable

Grupo estable de apoyo al duelo y grupo estable de autoayuda.

03 PROGRAMAS Y TALLERES DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN CENTROS EDUCATIVOS Y COMUNIDAD

Prioritariamente se desarrollan con población escolar pero también se imparten en otros contextos como centros cívicos, asociaciones juveniles o de otra índole, así como en otros espacios municipales.

3.1 PROGRAMA DE HÁBITOS SALUDABLES: HIGIENE

OBJETIVO GENERAL

Promover hábitos de higiene saludable para prevenir enfermedades. Dotar al alumnado y profesorado de las habilidades y conocimientos necesarios para aumentar sus capacidades relacionadas con la higiene.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Aumentar la salud de la población en edad escolar de Getafe.

Informar a las familias de la labor realizada en el centro educativo y la necesidad de su apoyo desde casa.

Promover hábitos saludables sobre higiene corporal, postural y de los alimentos.

Informar a las familias del alumnado sobre hábitos saludables que fomenten su salud.

METODOLOGÍA

El programa se dirige al alumnado de 5º de Primaria y 1º de Educación Secundaria. Se realizará 1 sesión donde se realizarán técnicas expositivas y demostrativas de los diferentes contenidos del programa: higiene corporal, postural y de los alimentos. Además se facilitará material informativo y de trabajo en el aula adaptado a las diferentes edades: "Cuaderno de trabajo", "Cómics", etc

ACTIVIDADES

Secundaria, 1º ESO: la actividad consiste en una presentación del programa al profesorado, alumnado y/o familias. Realización de charlas-coloquios sobre higiene corporal, postural y de los alimentos. Entrega de material informativo y educativo.

Primaria 5º: presentación del programa al profesorado, alumnado y/o familias: realización de charlas-coloquios sobre higiene corporal, postural y de los alimentos y entrega de material informativo y divulgativo.

3.2 PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN

OBJETIVOS

- Fomentar la alimentación saludable en los escolares de Getafe.
- Estimular la necesidad de realizar un desayuno adecuado.
- Fomentar el consumo de productos saludables en el recreo.
- Conocer la situación del alumnado de 3º de primaria en relación con la alimentación.
- Conocer la situación del alumnado de 2º de ESO en relación con la alimentación.

METODOLOGÍA

- Presentación del programa a profesorado, alumnado y familias.
- Realización de una encuesta sobre alimentación
- Educación para la salud.
- Entrega al profesorado del material informativo para trabajar las actividades propuestas con el alumnado.
- Se informará al alumnado sobre el resultado de las encuestas, aprovechando la charla-coloquio para aclarar dudas, y se hará hincapié en los aspectos saludables de la alimentación.
- También se ofertará a las familias la oportunidad de realizar charlas-coloquio con las familias.

3.3 PROGRAMA DE PRIMEROS AUXILIOS

OBJETIVO GENERAL

Dotar al alumnado de las habilidades y conocimientos necesarios para una eficaz respuesta ante situaciones de urgencia y emergencia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Instruir en el desarrollo de habilidades y actitudes para evitar accidentes.
- Dar a conocer las diferentes causas de accidentes.
- Aprender las medidas esenciales de las curas iniciales en urgencias sin riesgo vital.
- Aprender de forma práctica las medidas de reanimación cardiopulmonar básica.
- Aprender de forma práctica cómo actuar en caso de ahogamiento, maniobra de Heimlich si fuera necesario.

METODOLOGÍA

El programa está dirigido a alumnos de 1º de la ESO de Getafe.

Se realizarán 2 sesiones en el aula de aproximadamente 50 minutos, donde se realizarán técnicas expositivas y demostrativas de los diferentes contenidos del programa. La primera sesión es teórica y la segunda práctica, en la cual se entrena lo aprendido en la formación anterior.

3.4 PROGRAMA DE EDUCACIÓN SEXUAL

OBJETIVO GENERAL

Contribuir a mejorar la salud en la adolescencia y apoyar al profesorado, alumnado, familias y jóvenes en cuestiones de Educación para la Salud y Sexualidad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Deducir el desarrollo sexual humano a nivel psíquico, físico y social.
- Fomentar la adquisición de conocimientos en torno al uso correcto de métodos anticonceptivos.
- Propiciar formación sobre prevención de infecciones de transmisión sexual.
- Analizar sentimientos y emociones en relación con la diversidad sexual y el buen amor.
- Explicar habilidades que permitan identificar y afrontar posibles situaciones de riesgo en relación con su sexualidad.
- Descubrir los distintos recursos locales en relación a la educación sexual.

METODOLOGÍA

El programa está dirigido a jóvenes estudiantes de Getafe que cursan 6º de Primaria, 2º o 3º de Secundaria, Formación Profesional Básica, enseñanzas especiales, y asociaciones juveniles.

Se realizan en torno a 2 sesiones en el aula de aproximadamente 50 minutos cada una, donde se realizarán técnicas de acción directa como charlas, entrevistas, debates dirigidos etc. Así como metodología expositiva o demostrativa de los diferentes contenidos del programa. En las sesiones es necesario contar con la presencia del profesorado en el aula.

3.5 TALLERES

ÍNDICE	FORMATO ACTIVIDAD	DURACION (HORAS)	DESTINATARIO
Programa de actividades alternativas saludables en los fines de semana	AC	-	CE
Escape room habitación del humo	AC	1	CE
Reto: tecnologías libres de adicción	SE	3	CE
Con el alcohol y el tabaco... pasa palabra	SE	3	CE
Gestión de la emociones y consumo de cannabis	SE	3	CE
¿Y tú, fumas?	SE	1	CE
Apuesta por tí	SE	3	CE
Programa de alimentación	SE	1	CE
Programa de Hábitos Saludables: Higiene	SE	1	CE
Programa de Juventud, Salud y Sexualidad	SE	2	CE
Programa de Primeros Auxilios	SE	2	CE
Prevención de la conducta suicida y autolesiva en el entorno educativo	TA	1,5	CE
Escuela de cuidados	TA	5	CE
Taller de primeros auxilios	TA	1	CE
Prevención consumo pornografía y sexualidad saludable	SE	1	CE
Educación Sociosanitaria para la Prevención de ITS y VIH en Jóvenes	SE	1	CE
Hablemos de diversidad y derechos humanos	TA	2	CE
Rehabilitación de suelo pélvico	SE	2	OT
Menopausia: síntomas y afrontamiento de esta nueva etapa	SE	2	OT
Osteoporosis: prevención	SE	2	OT
Autoexploración de mamas	SE	2	OT
Alimentación	SE	2	OT
Etiquetado de alimentos	SE	2	OT
Diabetes	SE	2	OT
Manejo del desfibrilador y Soporte Vital Básico	SE	2	OT
Claves para la detección de adicciones con adolescentes y jóvenes	TA	2	OT
Adolescentes y adicciones, prevención desde las familias	CU	4	OT
Apuesta por tí, el papel de la familia	TA	2	OT
Cannabis y gestión de emociones, el papel de la familia	TA	2	OT
Con el alcohol... ¡Pasa palabra!, el papel de la familia	TA	2	OT
Desmontando mitos sobre drogas	TA	2	OT
Reto: tecnologías libres de adicción, el papel de la familia	TA	2	OT
¿Por qué fuman tus hijos? Orientado a familias	SE	1	OT
Nuevos dispositivos de tabaco y su impacto en la salud. Orientado a familias	SE	1	OT
Superando la tormenta: taller de manejo de la ansiedad y depresión	TA	8	OT
Brilla desde adentro: autoestima y desarrollo personal	TA	8	OT

ÍNDICE	FORMATO ACTIVIDAD	DURACION (HORAS)	DESTINATARIO
Bienestar emocional: “ríe cuando puedas, llora cuando lo necesites	TA	8	OT
Descubre la calma interior	SE	1	OT
Climaterio, menopausia y emociones	TA	8	OT
Conectando con la soledad	SE	1	OT
Criando con amor	SE	1	OT
Cuidando al cuidador	SE	1	OT
Llorar, recordar y sanar: herramientas para afrontar el duelo	TA	8	OT
De la tensión a la tranquilidad: vence el estrés y aprende a relajarte	TA	4	OT
Despídete del humo: taller para dejar de fumar	TA	8	OT
Gestión emocional: “bailando bajo la lluvia	TA	8	OT
Llorar, recordar y sanar	SE	1	OT
Lo que no nos cuentan sobre la mapaternidad: cómo afrontar esta nueva etapa	TA	8	OT
Mapaternidad positiva: “criando con amor”	TA	8	OT
Viviendo con resiliencia	SE	1	OT
Respira profundo	SE	1	OT
Dulces sueños: herramientas para dormir mejor	SE	1	OT
Luces de esperanza	SE	1	OT
Enfrentando las tinieblas	SE	1	OT
Cultivando mi felicidad	SE	1	OT
Construyendo conexiones contra la soledad no deseada	TA	8	OT
Viernes saludables	AC	2	OT
Viviendo con resiliencia	SE	1	OT
Grupo de salud emocional	SE	2	OT
Grupo de duelo	SE	2	OT

AC: ACTIVIDADES

SE: SESION

TA: TALLER

CU: CURSO

CE: CENTRO EDUCATIVO

OT: OTROS ESPACIOS (CENTRO CIVICOS, DELEGACIONES MUNICIPALES, ESPACIOS DE ASOCIACIONES ETC)

Algunos de estos talleres son desarrollados en colaboración con instituciones externas.

3.6 PROGRAMAS DE PREVENCIÓN DE LAS DROGODEPENDENCIAS Y OTRAS ADICCIONES

3.6.1 'RETO: TECNOLOGÍAS LIBRES DE ADICCIÓN'

El programa consta de dos sesiones en horario de tutoría para el alumnado y una sesión de una hora y media para las familias interesadas. Además, se ofrece la formación a las familias de alumnas y alumnos de 6º de Primaria del municipio. La aplicación del programa la realiza el Equipo de Prevención del CTA. Se pide la presencia del tutor o tutora en las sesiones.

Dirigido a alumnado de 1º de ESO.

Objetivos:

- Conocer el efecto de las pantallas en el cerebro y cómo pueden llegar a producir adicción.
- Promover la reflexión sobre el equilibrio entre lo real y lo virtual. Identificar señales de uso problemático o de adicción a las TIC y disponer de alternativas de afrontamiento.
- Profundizar en los aspectos psicológicos que se juegan en el uso de redes sociales, móvil y videojuegos.
- Disponer de los pasos y las estrategias necesarias para hacer un uso de las tecnologías (móvil, redes sociales, videojuegos) sin riesgo de adicción y elaborar un plan individual de uso saludable.

Contenidos:

La intervención con los alumnos y alumnas se estructura en base a dos talleres:

Primer taller: Disfrutar sin abusar. Presentación del Programa "Objetivo 0,0 Diversión sin alcohol" y "Asesoría de adicciones online". Cerebro y adicción a las TIC. Pasos y estrategias de prevención de la adicción a las TIC mediante concurso de preguntas y respuestas. Visionado del vídeo "Móvil y videojuegos: disfrutar sin abusar".

Segundo taller: Es tu turno: cuidate, identifica, actúa. Comprendiendo los videojuegos y las redes sociales: información y reflexiones. Señales de alerta: ¿Cómo actuar? Ejercicio: "Cuéntanos tu plan" consistente en la elaboración y puesta en común de un plan individual de prevención de adicción a las TIC.

De forma paralela e integrada, y con el objetivo de reforzar la intervención preventiva en esta área trabajando el autocontrol desde el entorno familiar, se ofrecerán los siguientes contenidos:

Sesión para familias: Hablaremos sobre cómo influyen los dispositivos en el cerebro adolescente y los pasos más importantes para ayudar a nuestros hijos y a nuestras hijas en el autocontrol de estas herramientas (móvil, redes sociales, videojuegos), repletas de usos positivos. También identificaremos las señales de alarma de una adicción a las tecnologías y veremos cómo actuar ante ellas.

3.6.2. 'CON EL ALCOHOL Y EL TABACO... PASA PALABRA'

Consta de dos sesiones de formación en horario de tutoría. Las sesiones son conducidas por los y las profesionales del CTA. Se pide la presencia del tutor/a en las sesiones. Información relevante sobre el alcohol, el tabaco y otras formas de fumar (vaper, cachimba,...), Aprender a tomar decisiones para no beber alcohol ni fumar.

Dirigido a alumnado de 2º de ESO.

Objetivos:

- Disponer de información relevante sobre el alcohol, el tabaco y otras formas de fumar (vaper, cachimba...), partiendo de lo que saben los y las jóvenes, diferenciando las ideas falsas de la realidad y conociendo los efectos y consecuencias de su consumo.
- Identificar las motivaciones de los y las menores para beber y fumar desde una perspectiva de género. Contrastar esas motivaciones con la realidad que los/as jóvenes perciben.
- Aprender a tomar decisiones para no beber alcohol. Soluciones alternativas ante situaciones de consumo de alcohol.
- Saber ser asertivo en situaciones de presión a beber alcohol y/o fumar tabaco.

Contenidos:

Sesión 1. ¿Qué sabes sobre el alcohol, el tabaco y otras formas de fumar?. Presentación del Programa "Objetivo 0,0 Diversión sin alcohol" y "Asesoría de adicciones online". Información sobre alcohol, tabaco y otras formas de fumar mediante juego por equipos "Pasa Palabra" (adicción, efectos, consecuencias, creencias erróneas, mitos, vaper y cachimba ¿más saludables?, consumo y redes sociales, reflexiones sobre las motivaciones para beber de las y los jóvenes...)

Sesión 2. Aprendiendo a ser asertivo frente al alcohol, tabaco y otras formas de fumar. Los estilos de relación; agresivo, pasivo y asertivo. Ventajas de comportarse asertivamente. Influencia de los modelos de consumo de tabaco y alcohol: iguales, familiares, publicidad, otros "referentes". Identificando situaciones de presión al consumo. ¿Qué hacemos ante esas situaciones? Maneras de decir no. ¿Qué hacer ante las críticas? Lo practicamos con elaboración en grupo de guiones de situaciones de ofrecimiento de sustancias y ejercicios de rol playing con feed-back posterior.

De forma paralela e integrada, y con el objetivo de reforzar la intervención preventiva en esta área desde el entorno familiar, se ofrecerán los siguientes contenidos:

- **Sesión para familias:** Hablaremos sobre cómo influye el consumo de estas sustancias en el cerebro adolescente y los pasos más importantes para ayudar a nuestros hijos y a nuestras hijas. También identificaremos las señales de alarma y veremos cómo actuar ante ellas.

3.6.3 'GESTIÓN DE LAS EMOCIONES Y CONSUMO DE CANNABIS'

Programa que dos sesiones de formación en horario de tutoría. La aplicación del programa la realizará el Equipo de Prevención del CAID. Se pide la presencia del tutor/a en las sesiones.

Dirigido a alumnado de 3º de ESO.

Objetivos:

- Ofrecer informaciones objetivas sobre el cannabis, que faciliten la toma de decisiones razonadas.
- Desarrollar las capacidades para reconocer, comprender y regular las emociones propias como factores de protección ante el consumo de cannabis.

Contenidos:

Sesión 1. Información sobre cánnabis. Presentación del Programa "Objetivo 0,0 Diversión sin alcohol" y "Asesoría de adicciones online". Debate respecto a las creencias sobre el cánnabis: "droga natural e inocua", "más sana que el tabaco", "cura enfermedades", apoyado con el visionado de diferentes videos. Información contrastada sobre el uso de derivados del cánnabis como el CBD.

Sesión 2. Mirando las emociones. Cánnabis y manejo emocional Cuestionar la categorización de las emociones como positivas y negativas. Dinámica de grupo: "Emociones mensajeras" en la que se trabaja la función adaptativa de todas las emociones (las que nos gustan y las que no) y las consecuencias de huir de ellas, por ejemplo, a través del consumo de cánnabis. Saber aceptarlas para saber lo que nos pasa y tomar decisiones adecuadas. A partir del visionado de vídeos de situaciones concretas de consumo, identificar la función de fumar y sus consecuencias. Ofrecer alternativas de manejo desde las fortalezas personales de cada persona. Aprender sobre un caso real de una joven adicta al cánnabis (vídeo).

De forma paralela e integrada, y con el objetivo de reforzar la intervención preventiva en esta área desde el entorno familiar, se ofrecerán los siguientes contenidos:

- **Sesión para familias:** Hablaremos sobre cómo influye el consumo de estas sustancias en el cerebro adolescente y los pasos más importantes para ayudar a nuestros hijos y a nuestras hijas. También identificaremos las señales de alarma y veremos cómo actuar ante ellas.

3.6.4 'APUESTA POR TI'

El Programa "Apuesta por ti" quiere prevenir en los y las jóvenes el inicio en los juegos de azar y apuestas, adelantando las consecuencias más graves y la adicción a estos juegos. La aparición de nuevas modalidades de juego potencialmente más adictivos, algunos tipos de juego on line, las nuevas formas de ludopatía (trading, criptomonedas...), la incorporación cada vez más temprana a este mercado con un preocupante descenso de la edad de desarrollo de adicción, y las estrategias para incitar al juego (publicidad agresiva, bonos, escuelas de póquer, tipsters etc.), justifican la realización de este Programa. Programa que consta de dos sesiones de formación en horario de tutoría. La aplicación del programa la realiza el Equipo de Prevención del CAID.

Dirigido a alumnado de 4º ESO, 1º de Formación Profesional GM, 1º FP Básica y ACE.

Objetivos:

- Desarrollar en el alumnado factores de protección que les doten de herramientas y habilidades (información, actitudes y pautas de acción), que les protejan de los riesgos que conlleva el juego excesivo y patológico.
- Disponer de información objetiva y adecuada sobre los juegos de azar y apuestas y su potencial adictivo.
- Conocer las características del juego online que le hacen potencialmente más adictivo.
- Dar herramientas a los jóvenes para ser críticos frente al uso intensivo de la publicidad y de la promoción de las apuestas y juego de azar online.

Contenidos:*1ª sesión: ¿Qué sabes sobre los juegos de azar y apuestas?*

- Características, diferencias entre "gambling", "betting" y "gaming"
- El juego de azar como negocio. Las matemáticas de las apuestas: cómo nuestro cerebro nos engaña en los cálculos de probabilidad de ganar.
- Tipología de los jugadores.
- Los nuevos juegos a través de Internet (apuestas deportivas; juegos de casino: ruleta, blackjack; póquer online y slots) ¿Por qué son más adictivos?
- De la diversión a la adicción. Similitudes con las drogas. Proceso de adicción al juego, vemos las distintas fases a través del vídeo de un testimonio de un joven de 21 años.

2ª sesión: Publicidad y marketing (últimas modificaciones por Ley). Nuevas formas de ludopatía (trading, criptomonedas)

- Sesgos cognitivos implicados en la adicción y presentes en la publicidad. Visionado de anuncios publicitarios con posterior debate y análisis, promoviendo un actitud crítica ante estos contenidos.
- Marketing y técnicas promocionales en las redes. "¿Qué es un tipster? Conocemos la realidad de esta figura jugando a "¿quién quiere ser millonario?"
- Trading y criptomonedas: comprensión del origen reciente de esta adicción, sus efectos y consecuencias, fundamentalmente en población joven. Información objetiva y veraz de la evolución de este fenómeno en el último año, favoreciendo el desarrollo de un criterio propio ante esta realidad.

De forma paralela e integrada, y con el objetivo de reforzar la intervención preventiva en esta área desde el entorno familiar, se ofrecerán los siguientes contenidos:

- **Sesión para familias:** Hablaremos sobre cómo influye el consumo de estas sustancias en el cerebro adolescente y los pasos más importantes para ayudar a nuestros hijos y a nuestras hijas. También identificaremos las señales de alarma y veremos cómo actuar ante ellas.

3.7. Programa de actividades alternativas en los fines de semana.

“Objetivo 0,0 diversión sin alcohol”

Objetivo:

Aumentar las opciones de ocio saludable para los/as adolescentes en las tardes/noches de los fines de semana, fomentando estilos de vida saludables.

Actividades:

- Deportivas: torneos deportivos,...
- Culturales/musicales: Conciertos "Sin Drogas", Talleres estables,...
- Lúdicas/de impacto: Survival zombie, Sesiones light, Fiesta del agua, Carrera de colores...

La presente edición centra su acción principal en cuatro aspectos:

- Menores.
- Alcohol, tabaco 0,0 y TIC.
- Perspectiva de Género: igualdad, diversidad y contra la violencia de género.
- Prevención de los riesgos y consecuencias del juego patológico.

Se trabaja conjuntamente con la participación de Asociaciones Juveniles y otras entidades públicas y privadas.

Se dirige prioritariamente a jóvenes de Getafe entre los 12 y los 17 años de edad. Algunas actividades están dirigidas a jóvenes de menos edad, a jóvenes mayores de edad, a familias y a población en general.

04 SALUD PÚBLICA: Inspección sanitaria

En el marco de las funciones atribuidas a los municipios se desarrolla el servicio de inspección sanitaria que entre otros elementos interviene en casos de Diógenes, Síndrome de Noé y similares, además de desarrollar actuaciones en materia de salubridad pública.

05 PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LA COMUNIDAD

Estrategia Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud (EPSPSNS)

Getafe es desde hace unos años una ciudad adherida al acuerdo marco de ciudades saludables que promueve el Ministerio de Sanidad, en este contexto además de desarrollarse un diagnóstico de las situaciones de salud en el municipio, se analizan los activos de salud estableciendo una guía de recursos, se desarrolla una mesa estable de coordinación con participación de delegaciones municipales, entidades de salud, salud pública, atención primaria y especializada para coordinar actuaciones.

Encuesta de Salud Municipal

Recogida y análisis periódico de datos sanitarios, así como las necesidades de la ciudadanía relacionadas con la salud, con el objetivo de implementar estrategias de promoción de la salud para fomentar el autocuidado, además de fomentar la participación ciudadana en las mismas.

Semana de la Salud de Getafe

Con el objetivo de hacer promoción de la salud y fomentar la prevención una vez al año normalmente en abril-mayo desarrollamos una semana completa de actividades en la calle con talleres, stands informativos, conferencias o cursos entre otras posibles actividades. En este contexto se desarrolla también un premio a programas saludables que desarrollen las asociaciones de salud del municipio.

Días internacionales de salud

Existe un protocolo marcado y un calendario compartido para la visibilización de las enfermedades, con distintas actividades que pueden comprender desde la iluminación de espacios significativos de la ciudad ligados al color conmemorativo de la enfermedad o día internacional, la emisión de mensajes preventivos o informativos, el desarrollo de manifiestos o la realización de actividades en la calle o en otros espacios ligados a las entidades de salud.

Consejo de salud y subvenciones de salud

Se desarrolla un intenso trabajo de seguimiento de las entidades de salud registradas en el municipio y que desarrollan en el mismo sus actuaciones, tienen espacios cedidos como el centro de asociaciones de salud; nos reunimos periódicamente con ellas en el marco del consejo de salud donde pueden llevar sus iniciativas y se hace una programación conjunta de actuaciones. Así mismo todos los años se convocan subvenciones que refuercen su tarea fundamental.

Desarrollo de espacios de formación y jornadas sanitarias

Fomento derechos sanitarios

Difusión de los derechos sanitarios en la población, ayuda a su reivindicación y cumplimiento de los deberes.

Apoyo dispositivos municipales

Como la cobertura sanitaria en el campeonato de cross escolar o en las prácticas de tiro policial; colaboración con protección civil, actuaciones en soledad no deseada en persona mayores (programa contigo) y otras.

Campaña 'Yo con la salud'

Convenio de colaboración dirigido a la ciudadanía que padezca alguna incontinencia sanitaria y que requiera el uso de los WC de las dependencias municipales y/o de los comercios del municipio que se adhieran al programa. Estos últimos, estarán identificados con un pictograma para que las personas que requieran utilizar el servicio puedan reconocer el recurso.

Campaña 'A subir por las escaleras, me apunto'

Iniciativa en colaboración con el Ministerio de Sanidad que consiste en promocionar la actividad física en el lugar de trabajo. Consiste en señalar, de forma que resulte visible, los accesos a las escaleras con carteles de pared y fomentar el uso de las mismas mediante huellas en el suelo y contrahuellas en los escalones.

Premio Juan Antonio Illescas

Galardón anual que premia y conmemora las actuaciones sanitarias de alguna entidad o institución que desarrolle sus actividades en el municipio.

06

CANALES DE CONTACTO A RECURSOS DEL CMS

Presencial

Centro Municipal de Salud, plaza Alcalde Juan Vergara, s/n - 1ª Planta (Getafe)

Telefónicamente

91 202 79 62

Telemáticamente

centro.salud@ayto-getafe.org


www.getafe.es/sanidad

Asesoría sexual online, vía whatsapp 603 692 878

Redes sociales

 Salud Getafe/Objetivo 0,0

 @SaludGetafe/@Objetivo00

 salud_getafe

Centro de Tratamiento de Adicciones

07 PRESENTACIÓN

El Centro de Tratamiento de Adicciones (CTA), anteriormente Centro de Atención Integral a las Drogodependencias (CAID), es un servicio municipal del Ayuntamiento de Getafe que tiene como misión entender y atender, como punto central y como razón de ser, a cada persona concreta con enfermedad de drogodependencia u otros trastornos adictivos ofreciéndole el tratamiento profesional integral que necesita para su solución final.

También ofrece especial atención a las necesidades de los jóvenes de Getafe para la gestión de su vida en relación al consumo de alcohol, drogas y otras adicciones sin sustancia.

En Getafe tenemos este centro público de excelente calidad. Cada día más competente y eficaz, como así atestiguan los certificados obtenidos.

Asumimos como responsabilidad social corporativa, a través de su aportación asistencial y preventiva, hacer un Getafe más sano y saludable.

El CTA surge de un convenio entre el Ayuntamiento con la Comunidad de Madrid (Consejería de Sanidad, SERMAS, Oficina Regional de Coordinación de Salud Mental y Adicciones, en la actualidad).

08 PROGRAMA DE ASISTENCIA A PERSONAS CON PROBLEMAS DE DROGODEPENDENCIAS Y OTRAS ADICCIONES. CARTERA ASISTENCIAL

8.1. Servicio de Orientación e Información ¹

Criterios de inclusión:

- Personas con trastornos adictivos por consumo de sustancias (drogas) según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5.
- Personas con otros trastornos adictivos (sin sustancias/comportamentales), según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5, o con uso problemático de estas tecnologías en jóvenes.
- Familias de personas con trastornos relacionados con sustancias u otros trastornos adictivos
- Profesionales, organizaciones, asociaciones y ciudadanos en general.

Contenidos:

- Orientación a las familias.
- Orientación a profesionales.
- Información sobre la Red Asistencial de Adicciones.
- Información sobre el Centro de Tratamiento de Adicciones (CTA).
- Información sobre el tratamiento de la adicción.
- Información sobre sustancias con potencial adictivo.

¹ Según se establece por el SERMAS pero integrando los Procesos de Calidad incluidos previamente por el CAID

- Información de la adicción sin sustancia.
- Información sobre sanciones y medidas de seguridad.

Encuesta de Satisfacción de Usuarios

El centro informará cada tres meses de la satisfacción de los usuarios del servicio, en cuanto a la calidad de la información recibida. Es compromiso del Centro proporcionar, en el día, información y asesoramiento sobre drogodependencias a toda persona que lo solicite.

8.2. Servicio de Valoración, Diagnóstico y Plan Terapéutico

Criterios de inclusión:

- Se prestará asistencia a todos los ciudadanos y ciudadanas del municipio de Getafe y de la zona de influencia que lo soliciten con diagnóstico de trastorno relacionado con sustancias u otras adicciones. No obstante lo anterior, no podrá denegarse la asistencia a ningún paciente que la demande aunque no esté empadronado en la zona de influencia en función de lo previsto en la Ley 6/2009, de 16 de noviembre, de Libertad de Elección en la Sanidad de la Comunidad de Madrid.
- Consumidores de drogas interesados en realizar tratamiento de deshabituación.
- Personas con uso problemático de nuevas tecnologías, compras, juego... y cualquier actividad potencialmente adictiva interesadas en realizar tratamiento de deshabituación.
- Pacientes en tratamiento que necesitan ser reevaluados.
- Pacientes que son derivados por otros recursos (otros CTAs, Hospitales, Salud Mental, Atención Primaria, etc.), para su valoración por los facultativos del CTA y si procede para la realización del tratamiento.
- Se establece la limitación de 12 años para ser atendidos en tratamiento. En jóvenes menores de 14 años se considerará el tratamiento dirigido a sus familiares o tutores, no al menor (salvo expresa valoración por el técnico).
- En el caso de pacientes menores de 16 años con adicción o en alto riesgo de padecerla, necesitan del consentimiento de sus responsables legales para realizar tratamiento, no así en aquellos que presenten menos riesgo y que reciban asesoramiento y/o apoyo psicoeducativo por el Equipo de Atención Temprana.

Contenidos:

De cada paciente los facultativos abrirán una Historia Clínica que será integrada y comprenderá el conjunto de los documentos relativos a los procesos asistenciales con la identificación de los medios y de los profesionales que intervienen.

Se entiende aquí por historia clínica integrada aquella que está centrada en el paciente y que recoge toda la atención recibida, en cada uno de los aspectos del proceso asistencial, respetando, en todo caso, el principio de competencia y garantizando la correcta identificación del profesional que efectúa cada anotación.

Las actuaciones asistenciales que los sanitarios realizan sobre cada paciente en la historia sanitaria de los mismos quedarán registradas en la aplicación AP-Madrid cuando esta aplicación esté disponible.

Diagnóstico:

Se entiende aquí por **diagnóstico**, el juicio clínico emitido por un facultativo sanitario, médico, psicólogo clínico o psiquiatra siguiendo los requisitos recogidos en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, DSM-5.

Además, el juicio debe extenderse al estado orgánico, a la situación mental y considerar también otros problemas con importancia clínica. Por ello es preciso integrar aportes relevantes de personal de enfermería y otros profesionales sanitarios y del trabajo social.

Para este cometido el Centro dispondrá de diferentes protocolos:

Un Protocolo para el **Diagnóstico de la Adicción y para Agrupación por perfil diagnóstico**. A tal efecto tendrá en cuenta el DSM-5 y para ordenar los trastornos, en caso de que concurren dos o más de dos en el mismo paciente, analizará: los años de evolución en cada uno de los trastornos, la gravedad, la remisión, el consumo actual (frecuencia, vía de consumo, cantidad, compulsión).

Un Protocolo para **Valorar Otras Patologías Concomitantes** que incluya Diagnóstico Mental, Orgánico y de Otros problemas que puedan ser objeto de atención clínica.

Un protocolo de **Atención temprana en jóvenes** consumidores de sustancias

Un Protocolo de **Adicciones Comportamentales**.

Un protocolo de la **Evaluación de la Eficacia**.

Estos protocolos garantizarán la unidad de actuación del centro en cuanto al diagnóstico de la adicción, jerarquización de los trastornos además de tomar en consideración también, la presencia significativa de otras patologías concomitantes y problemas objeto de atención clínica.

Plan Terapéutico:

Todos los pacientes para ser tratados dispondrán de diagnóstico y de un plan terapéutico, ambos se realizarán por los facultativos del centro en un plazo inferior a 6 días a contar desde la admisión. En caso de ser aceptado el Plan Terapéutico, el paciente firmará el contrato de adhesión y los consentimientos informados necesarios

El plan terapéutico se articula en torno a actuaciones calendarizadas de psicoterapia grupal e individual, atención psiquiátrica y médica, atención de enfermería, tratamientos farmacológicos supervisados, dispensación de agonistas, educación para la salud y la pauta de las determinaciones del control del consumo de tóxicos a través de análisis de drogas en orina.

El centro dispondrá de un Protocolo de Tratamiento con prescripciones mínimas según los diferentes perfiles diagnósticos, teniendo en cuenta la situación de los estados frente al consumo.

En todos los casos se confeccionará **el plan individualizado de tratamiento** de cada paciente, dicho plan será sistemáticamente revisado. Tanto la atención psicológica como la determinación del consumo de tóxicos, estarán siempre y en todos los casos presentes en el plan terapéutico.

Encuesta de Satisfacción de Pacientes:

El centro informará cada tres meses de la satisfacción de los usuarios del servicio, en cuanto a: rapidez en dar la primera cita; claridad con la que se explica el proceso de valoración, diagnóstico y tratamiento; trato recibido por parte del personal que le atiende; duración del proceso hasta la propuesta de tratamiento.

8.3. Servicio de Seguimiento y Control Terapéutico**Criterios de inclusión:**

- Pacientes diagnosticados de un trastorno por consumo de al menos una droga a los que se ha establecido un plan terapéutico.
- Pacientes jóvenes y adolescentes que consumen drogas de forma intermitente o experimental sin trastorno por consumo de drogas.
- Pacientes con adicciones comportamentales que han sido diagnosticados, y establecido un plan terapéutico.
- Pacientes jóvenes que presentan uso problemático de las TIC.

Contenidos:

El Seguimiento y Control terapéutico tiene como finalidad los cuidados y la remisión de la adicción en el caso de las adicciones por consumo de drogas y de la ludopatía. En las demás adicciones comportamentales, el objetivo terapéutico consistirá en el reaprendizaje del control de la conducta para un uso racional.

En la Atención Psicológica (individual y grupal) se establecen diferentes actuaciones:

- Psicoterapia individual. Atención personalizada siguiendo el plan de tratamiento establecido.
- Grupo de Motivación. Dirigido a apoyar a la persona con adicción a ser consciente del problema y a tomar decisiones que le ayuden a mejorar su situación.
- Grupo de Prevención de Recaídas. Identificar los riesgos y disponer de estrategias de afrontamiento para evitar la recaída.
- Grupo de Habilidades sociales y manejo de emociones. Reforzar el mantenimiento de la abstinencia y su generalización.

En la Orientación y Seguimiento para la integración socio laboral se contemplan estos Procesos:

- Habilidades ocupacionales.
- Utilización de recursos de ocio y tiempo libre.
- Capacitación profesional y búsqueda de empleo y mejora.

En la Atención Temprana a menores y jóvenes frente al consumo de sustancias, nos planteamos:

La atención temprana, tiene como objeto detener el deterioro de la situación problemática para evitar su progresión hacia estados de mayor gravedad respecto al consumo de sustancias y tratar los síntomas presentes, abordando los aspectos disfuncionales individuales, modificando las pautas conductuales no adaptadas del sujeto y/o las variables ambientales que mantienen o empeoran el problema.

El CTA tendrá una posición proactiva en la detección de menores consumidores, no solo esperando derivaciones de otros recursos (S. Sociales, Policía, Atención Primaria, Urgencias, Salud Mental), sino que desarrollará sistemas propios de detección en C. Educativos u otros entornos, reforzando la cercanía y el conocimiento mutuo a través de una interacción continuada y diversa con los menores y jóvenes (trabajo de las educadoras a través del programa de atención temprana, uso de las Redes Sociales, Programas familiares o fomentando actividades en el ocio y tiempo libre).

Destinatarios:

- Adolescentes y jóvenes que consumen sustancias (consumos iniciales, esporádicos, principalmente de cannabis y/o abusos de alcohol los fines de semana y especialmente de tipo recreativo), con existencia de conductas y factores de riesgo en ellos o la familia que pueden llevar al consumo más problemático y la adicción.
- Adolescentes y jóvenes consumidores de sustancias que cumplen criterios diagnósticos de trastorno por consumo de sustancias según DSM-5 (2 o más síntomas en periodo superior a 12 meses).

Evaluación:

Habrà una fase denominada de “filtraje” o de valoración de las necesidades del caso que nos permitirá identificar a las personas que pudieran requerir una valoración más detallada. Esta valoración se realizaría mediante intervenciones breves llevadas a cabo por el Equipo de Atención Temprana (Psicóloga, T. Social y Educadora).

La fase de evaluación de adolescentes y jóvenes con mayor severidad de consumo de sustancias hace imprescindible un diagnóstico que refleje de manera más fiable la situación real del joven, realizado por un facultativo especialista sanitario, con aportes de otros profesionales.

Plan de tratamiento:

- Si el uso de sustancias es realizado de forma intermitente o experimental, siempre que no se aprecie psicopatología significativa, cuando muestre un desarrollo adecuado de sus tareas educativas y/o ocupacionales y haya ausencia de conducta antisocial, estará indicada una intervención breve, y si es necesario, seguimiento posterior por el Equipo de Atención Temprana o derivación a recursos más adecuados.
- En personas con consumos habituales, progreso constatado en los consumos en los últimos 6 meses, conductas de riesgo en ese mismo periodo (borracheras, aumento del consumo, etc), signos psicológicos negativos como apatía, disforia, ansiedad, alteración cognitiva en funciones ejecutivas, conductas agresivas, conflictos escolares, familiares e interpersonales. En todos estos casos se propone una intervención más estructurada.
- Se prevén intervenciones individuales y en grupo, adaptadas a la gravedad del problema y con diferentes contenidos (toma de conciencia y aceptación del problema, fase de cambio, controles toxicológicos, módulos sobre información y creencias, patrón de consumo, autocontrol y regulación emocional, competencias sociales, ocupación del ocio).

En la Atención a las adicciones comportamentales, además de los pacientes que cumplen criterios diagnósticos de trastorno por juego patológico según DSM-5, los siguientes patrones nos ayudarán a identificar a la población diana objeto de atención:

- Pacientes con un patrón de comportamiento de juego por internet persistente y recurrente que conlleva un deterioro o malestar clínicamente significativo por un periodo de 12 meses (CIE 11).
- Jóvenes que presentan un uso problemático de internet, pantallas digitales y tecnologías de la información y la comunicación independientemente del tiempo de evolución (dentro de esta categoría se incluye el uso desadaptativo de teléfonos móviles, tabletas, internet, redes sociales, etc., fundamentalmente con fines sociales).
- Personas que presentan algún tipo de conducta desadaptativa y con potencial adictivo actualmente reconocido (sexo, compras y ejercicio físico) independientemente del tiempo de evolución.

Evaluación:

Los criterios para el diagnóstico del trastorno por juego son los que se contemplan en el DSM 5 y serán evaluados por un facultativo especialista sanitario.

Los criterios para el diagnóstico de trastorno por uso de videojuegos (internet gaming disorder) son los que se recogen tanto en el DSM 5 como en el CIE-11, con la diferencia que en este último sistema de clasificación se incluyen también los videojuegos que no se conectan a internet.

El diagnóstico de la adicción a las TIC parte del mismo principio que las adicciones a sustancias. Se señalan tres síntomas nucleares:

- Incapacidad de control e impotencia. La conducta se realiza pese al intento de controlarla y/o no se puede detener una vez iniciada.
- Dependencia psicológica. Incluye el deseo, ansia o pulsión irresistible (craving) y la polarización o focalización atencional (la actividad se convierte en la más importante al dominar pensamientos y sentimientos).
- Efectos perjudiciales graves en diferentes ámbitos para la persona (conflicto intrapersonal: experimentación subjetiva de malestar) y/o en su ámbito familiar y social (conflicto interpersonal: trabajo, estudio, ocio, relaciones sociales, etc.).

Plan de tratamiento:**Plan Individualizado de Prevención Indicada (PII)**

El Equipo de Atención Temprana trabajará desde un marco preventivo todas las señales de alarma presentes de un uso problemático de las TIC con la finalidad de que no avancen hacia la adicción.

Se intervendrá sobre las esferas de la información, la sensibilización y el cambio de actitudes, y se abordarán también los factores de riesgo particulares de cada paciente que estén actuando como sostenedores de la conducta problema.

Plan Individualizado de Tratamiento (PIT)

En el ámbito de las adicciones con sustancias o de la ludopatía, la meta terapéutica utilizada suele ser la abstinencia total.

Sin embargo, en la adicción a Internet o las redes sociales la meta es el reaprendizaje del control de la conducta para volver a un uso racional de la misma y en el cambio del estilo de vida.

El plan individualizado de tratamiento se centrará en:

1. Control de estímulos y aprendizaje de respuestas de afrontamiento adecuadas ante las situaciones de riesgo.
2. Exposición programada a estímulos y situaciones de riesgo relacionadas con la conducta adictiva.

Condiciones generales:

Se facilitará en igualdad de condiciones y sin discriminación, el acceso a las prestaciones del tratamiento, según la necesidad individual, prestando una especial atención a aquellos grupos sociales más vulnerables.

Asimismo se desarrollará un marco de tratamiento con perspectiva de género encaminado al tratamiento de la adicción en las mujeres.

Todos los pacientes en tratamiento de una adicción por consumo de drogas, mientras no alcancen una remisión continuada, tendrán terapia psicológica prescrita como mínimo mensual y control de tóxicos en orina también mensual.

Para el tratamiento con sustitutivos opiáceos se tendrán en cuenta las recomendaciones de las guías clínicas y los principios del uso racional de los medicamentos, teniendo en cuenta que dicho tratamiento es coadyuvante al tratamiento de la adicción pero no es el tratamiento de la misma.

El incumplimiento de las prescripciones por parte del paciente, debe ser abordado como un problema de interés central del propio tratamiento.

El centro dispondrá de un Protocolo para Evaluar la Eficacia del Tratamiento considerando los estadios de no respuesta, respuesta, remisión inicial y remisión continuada y los correspondientes indicadores de evolución clínica.

Encuesta de Satisfacción de Pacientes:

El centro informará cada tres meses de la satisfacción de los pacientes del servicio, en cuanto a: frecuencia de la atención psicológica; claridad con la que se explica el diagnóstico y las prescripciones de tratamiento; trato recibido por parte del personal que atiende; número de veces que es visto al mes por el psicólogo.

8.4. Servicio de Atención Familiar

Criterios de inclusión:

Personas del entorno familiar, de personas que tienen adicción sean o no, pacientes del centro.

Contenidos:

- Apoyo a los familiares para el adecuado cuidado y contención del paciente
- Información y soporte de las personas del entorno familiar de especial riesgo. Este servicio va orientado a asesorar y proporcionar a los familiares elementos para la adquisición de actitudes y habilidades en el cuidado y la contención del paciente.

La atención familiar puede conllevar algunas de las siguientes actuaciones, entre otras:

- Educación para la Salud.
- Monitorización de Grupos de autoayuda.

Encuesta de Satisfacción para personas que apoyan el tratamiento de un familiar

El centro informará cada tres meses de la satisfacción de los usuarios del servicio, en cuanto a: trato recibido por parte del personal sanitario, la información clínica recibida, claridad con la que se explica el tratamiento y las pautas, duración de las sesiones y consultas.

El Centro adquiere los mismos compromisos que los referidos a los pacientes y que ya se han señalado anteriormente.

8.5. Coordinación con recursos asistenciales locales (A. Primaria, C. Salud Mental y otros)

En estos momentos ya existen diferentes líneas de trabajo de coordinación del CTA con estos recursos, pero en el medio plazo, lo que se busca es una coordinación más efectiva entre estas redes (CSM, CTA y CS AP), objetivo referido en el nuevo Plan de Salud Mental y Adicciones 2022-24 de la Comunidad de Madrid.

Concretamente respecto a la Coordinación de Salud Mental con el CTA, y según se propone en la línea estratégica 4 del citado Plan de Salud Mental se trabajará en la consecución de los objetivos que se mencionan: integración efectiva de los profesionales en el SERMAS, implementación de protocolos, tratamiento de las adicciones comportamentales, atención al alcoholismo, mejora en la atención a personas con trastorno mental grave y adicciones, protocolos conjuntos en Violencia de Género., buenas prácticas en el uso de medicamentos hipnosedantes y analgésicos opioides y la incorporación de las Asociaciones que trabajan en estos campos. En algunos de estos aspectos ya se está trabajando conjuntamente.

Ante la falta actual de un sistema común de registro y la imposibilidad de consultar las historias clínicas, desde el CTA se han sistematizado fórmulas de comunicación entre los profesionales de ambos servicios (acceso a correos oficiales para coordinar casos concretos de pacientes en común, reuniones programadas donde responsables de cada servicio expone las cuestiones a ir coordinando).

En el nuevo Convenio el SERMAS se compromete a dotar al CTA de la herramienta informática utilizada en Atención Primaria, la AP-Madrid por la que se puede incluir la Historia Clínica de los pacientes y todas las actuaciones asistenciales que los sanitarios del CTA realicen de cada uno de los pacientes (diagnósticos, tratamientos, medicación, evolución de los pacientes, citas con los profesionales, etc.

09

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN Y ATENCIÓN TEMPRANA DE LAS DROGODEPENDENCIAS Y OTRAS ADICCIONES

9.1. Detección e intervención con menores en situación de consumo

Conjunto de actividades dirigidas, fundamentalmente, a la detección de menores con consumos de drogas, contacto con juegos de azar y apuestas y adicción a las TIC, y posterior intervención psico-socioeducativa. Cuando sea necesario se facilitará la derivación al Programa de Intervención Especializada del CTA para tratamiento.

Alumnado y profesorado de Centros de Educación Secundaria de Getafe, de otras formaciones no regladas y población joven de Getafe.

Objetivos:

- Responder a las necesidades del alumnado en estos temas: información y asesoría, de manera presencial o en redes sociales.
- Dar respuesta profesional, individualizada o grupal a aquellos alumnos y alumnas consumidores/as, con indicios de consumo, con señales de abuso de las TIC o juego de azar y apuestas. Asesorar al profesorado en el abordaje de esta problemática. Este trabajo se realizará coordinadamente entre el Centro y el CTA.

Actuaciones posibles:

Formación específica a grupos de riesgo en los IES a demanda del tutor/a, cuyo objetivo es informar/formar sobre cuestiones legales sobre el cannabis, reducción de riesgos en el consumo de alcohol, otras maneras de fumar (váper, cachimba,...), uso racional de las TIC.

Detección de consumos de drogas y/o situaciones de abuso/adicción a TIC: si desde cualquier recurso existen indicios de que un menor puede estar consumiendo, apostando o abusando de las TIC puede ponerse en contacto con las educadoras y se establecerá una cita con el menor. Valoraremos la situación y se establecerá un plan de actuación.

Perfil en redes sociales (Salud Getafe y whatsapp), utilización de las redes sociales, con un uso informativo, educativo y de seguimiento con los jóvenes.

Asesoramiento al profesionales que trabajan con jóvenes en el manejo de situaciones en relación al consumo de drogas, contacto con juego de azar y apuestas por parte del alumnado o de prevención del tráfico de sustancias.

9.2. Asesoría sobre drogas y otras adicciones

Atención individualizada o en grupo reducido a menores y/o sus familiares que necesiten orientación, información o asesoramiento en el ámbito de las drogodependencias y/u otras adicciones.

Lunes y jueves de 17:00 20:00 horas. Bajo petición de cita previa al teléfono 603 692 965 (WhatsApp).

9.3. Cursos de formación: “adolescentes y adicciones, prevención desde las familias: drogas y nuevas tecnologías”

Objetivo:

Entrenamiento en habilidades de comunicación, asertividad, y en otras habilidades para prevenir el consumo de alcohol y otras adicciones: cómo hablar de drogas, ayudar a decir no, prevenir el mal uso de las TIC...

Dirigido a padres/madres/tutores con hijos/as adolescentes familias con menores adolescentes.

Contenidos:

El curso es de 8 horas, repartidas en 4 sesiones de 2 horas/semana. Las sesiones son impartidas por profesionales del CTA, con estos contenidos:

Sesión 1. Prevención y familia: ¿Cuáles son los factores que protegen de desarrollar una adicción con o sin sustancias? ¿Cuáles de ellos se pueden fomentar desde el entorno familiar y cómo hacerlo? ¿Cómo darse cuenta de los primeros signos de un problema adictivo y qué hacer ante ellos?

Sesión 2. Habilidades de comunicación con l@s hij@s adolescentes sobre temas de alcohol y otras adicciones: Saber escuchar, abrir la comunicación, conocer lo que pasó, adelantar soluciones y hacer cumplir las consecuencias.

Sesión 3. Normas y límites que previenen adicciones: ¿Cómo acercarnos al equilibrio entre supervisión y autonomía en la adolescencia? ¿Qué normas protegen frente a las adicciones? ¿Y con las pantallas?

Sesión 4. Asertividad: ¿Cómo enseñar a decir no y a afrontar la presión de grupo? ¿Es posible manejar el conflicto con nuestras hijas e hijos adolescentes siendo firmes y cuidando la relación al mismo tiempo?

Con anterioridad al curso presencial se oferta una charla on line informativa para las familias relacionada con los contenidos trabajados con el alumnado según los niveles de la ESO (en 1ero TIC, en 2º alcohol y tabaco, en 3º cannabis y en 4º juegos de azar y apuestas)

10

CANALES DE CONTACTO A RECURSOS DEL CTA

Presencial

Centro Tratamiento a las adicciones (CTA), plaza Alcalde Juan Vergara, s/n - 1ª Planta (Getafe).

El horario es de lunes a viernes de 9:00 a 15:00 horas y lunes, martes y jueves de 16:00 a 21:00 horas.

Telefónicamente

91 202 79 61

Telemáticamente

drogodependencias@ayto-getafe.org

www.getafe.es/sanidad

Redes sociales



Salud Getafe/Objetivo 0,0



@SaludGetafe/@Objetivo00



salud_getafe

Salud y Deportes

11 PROGRAMA PARQUES ACTIVOS

CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

- Personas sin ningún tipo de contraindicación médica para realizar práctica deportiva al aire libre.
- No requiere matrícula y es gratuito.

SERVICIOS:

Clases de ejercicio físico al aire libre en grupos abiertos.

OBJETIVOS:

- Reducir el nivel de sedentarismo e inactividad física en la población de Getafe.
- Aumentar el conocimiento sobre el beneficio de la práctica regular de actividad física.
- Aumentar la socialización entre las personas participantes en la actividad.

LOCALIZACIÓN:

Parque Castilla-La Mancha y Parque La Alhóndiga.

12 PROGRAMA MUJER ACTIVA

CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

- Mujeres, a partir de 18 años, empadronadas en Getafe, diagnosticadas de cáncer de mama y derivadas desde el servicio de oncología del Hospital Universitario de Getafe o desde su centro de Atención Primaria.
- Requiere matrícula y es gratuito.

SERVICIOS:

- Ejercicio físico grupal controlado y dirigido por profesorado titulado.
- Evaluaciones personales periódicas para comprobar la evolución de la práctica.

OBJETIVOS:

- Mejorar la calidad de vida a través de la práctica de un ejercicio físico controlado.
- Reducir la fatiga crónica y aumentar su capacidad cardiovascular.

LOCALIZACIÓN:

Complejo Deportivo Municipal San Isidro.

13 PROGRAMA MOVIMIENTO ES SALUD

CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

- Personas a partir de 18 años, empadronadas en Getafe, diagnosticadas de obesidad y derivadas desde el servicio de endocrinología del Hospital Universitario de Getafe o desde su centro de Atención Primaria.
- Requiere matrícula y es gratuito.

SERVICIOS:

Ejercicio físico grupal controlado y dirigido por profesor titulado.

OBJETIVOS:

Mejorar la calidad de vida a través de la práctica de un ejercicio físico.

LOCALIZACIÓN:

Complejo Deportivo Municipal San Isidro.

14 PROGRAMA DE FRAGILIDAD

CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

- Personas a partir de 70 años, empadronadas en Getafe, diagnosticadas de fragilidad y derivadas desde el servicio de geriatría del Hospital Universitario de Getafe o su Centro de Atención Primaria de referencia.
- Motivadas para la práctica de actividad física, con nivel de movilidad aceptable para trabajar en grupo y capacidad para desplazarse autónomamente hasta la instalación deportiva (posibilidad de ser acompañada).
- No se incluye pacientes con demencia severa, enfermedad terminal, diagnóstico de infarto de miocardio en los últimos tres meses, enfermedad cardiovascular no controlada o cualquier otro criterio médico que descarte el tipo de intervención física.
- Requiere matrícula y únicamente el pago de la misma, las tasas mensuales son gratuitas.

SERVICIOS:

Intervenciones de ejercicio físico específicas para personas mayores con alto y bajo riesgo de caídas, así como intervenciones complementarias para reducir el riesgo de caídas en el domicilio.

OBJETIVOS:

Promover un envejecimiento saludable para mejorar la salud y prevenir la discapacidad.

LOCALIZACIÓN:

Complejo Deportivo Municipal San Isidro.

15 PROGRAMA ACTIVO

CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

- Personas empadronadas en Getafe, diagnosticadas de cáncer de próstata y derivadas desde el servicio de urología del Hospital Universitario de Getafe.
- Requiere matrícula y únicamente el pago de la misma, las tasas mensuales son gratuita.

SERVICIOS:

Intervenciones de ejercicio físico, adaptadas de forma individual, para mejorar la capacidad aeróbica, fuerza y flexibilidad. Así como para paliar los efectos secundarios del tratamiento oncológico, si existiera.

OBJETIVOS:

Mejorar la calidad de vida de vida de pacientes con cáncer de próstata a través de la mejora de la condición física, mediante la práctica de un ejercicio físico controlado.

LOCALIZACIÓN:

Complejo deportivo municipal San Isidro.

16 CANALES DE CONTACTO A RECURSOS SALUD Y DEPORTES

Presencial

Calle Béjar, 3 (Getafe)

Telefónicamente

91 208 04 51

Telemáticamente

deporteysalud@ayto-getafe.org

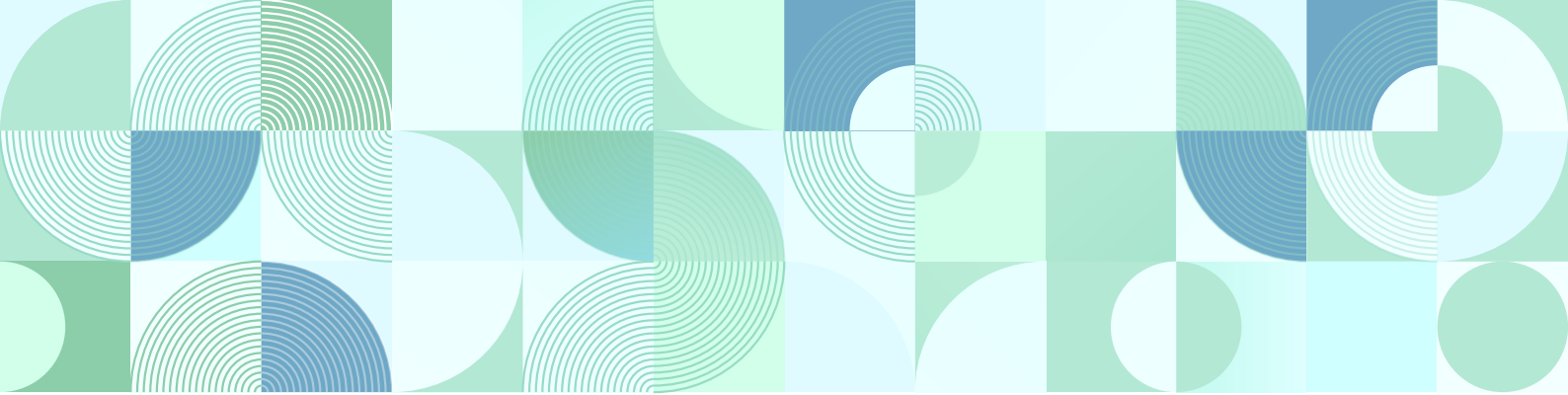
<https://getafe.es/delegaciones/area-social/deportes>

Redes sociales

 Deporte Getafe

 @DeporteGetafe

 deporte_getafe



 **Cartera de servicios
de Salud**
del Ayuntamiento de Getafe

Octubre 2023