

TALLERES DE EJERCICIO FÍSICO: CRIBA DE INTERESES EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

9ª Jornadas Salud Pública Granada 2015

Antonio Manuel Barbero Radío. Bárbara Badanta Romero. Rocío de Diego Cordero.

MARCO CONCEPTUAL

La Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) considera la salud como un recurso para la vida cotidiana y no como el objetivo por el cual vivir; implicando a la población en su conjunto y en el contexto de vida diaria, en lugar de dirigirse sólo a grupos de población con riesgo de enfermedades específicas. Un claro ejemplo son los talleres de ejercicio físico para población joven, adulta y/o mayor; de gran aceptación en la sociedad actual. En relación ¿hay inquietud por el cuidado entre los usuarios? De ser así los convertiría en agentes ideales para con el proceso de capacitación "Educación para la Salud".

Palabras clave:

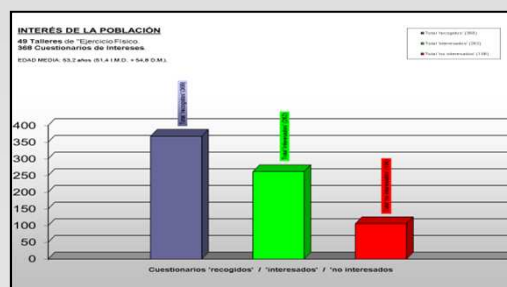
Intereses / Promoción de la Salud / Ejercicio Físico

OBJETIVOS

Explorar la inquietud de la población por la salud pública y conocer la preferencia temática en Promoción de la Salud con tal de optimizar el proceso educador al efecto.

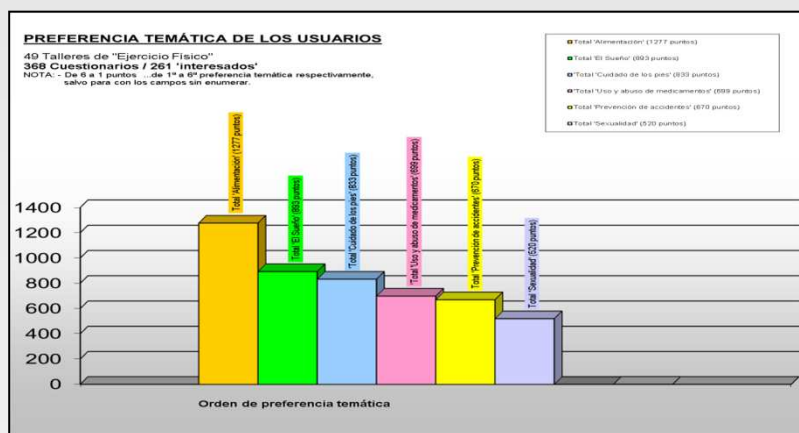
METODOLOGÍA

Trabajo en red con los 49 talleres de Ejercicio Físico en su variedad, del distrito municipal Bellavista-La Palmera de Sevilla (curso 2012-13); 27 del Instituto Municipal de Deportes (I.M.D.) y 22 del propio Distrito Municipal (D.M.); mediante el reparto exhaustivo de un cuestionario de 6 temáticas a seleccionar por orden de interés: A) Alimentación y Nutrición, B) Trastornos del Sueño, C) Uso y abuso de Medicamentos, D) Prevención de accidentes, E) Educación Afectivo Sexual y F) Cuidado de los Pies.



RESULTADOS

Se pasa el cuestionario a 368 usuarios de 53,2 años de media; resultando 107 no interesados y 261 interesados (adultos y mayores en mayor parte). De éstos, el baremo de preferencias atiende a 6, 5, 4, 3, 2 y 1 punto de la 1ª a la 6ª preferencia respectivamente; salvo para los campos sin enumerar. El resultado de preferencias temáticas contempla el siguiente orden: A) 1277 puntos, B) 893 puntos, F) 833 puntos, C) 699 puntos, D) 670 puntos, E) 520 puntos; seguidas de estas otras temáticas: Primeros auxilios / Artrosis / Osteoporosis / Accidentes cerebrovasculares / Memoria / Drogas / Terapias alternativas / Risoterapia / Desarrollo personal / Violencia de género.



CONCLUSIONES

La práctica regular de ejercicio físico sugiere inquietud por el autocuidado y la prevención; y a mayor edad, mas interés por formación en promoción de la salud; especialmente en temas relacionados con el ejercicio físico: alimentación y nutrición en atención al gasto energético, trastornos del sueño en relación a la hiperactividad, y cuidados de los pies por molestias y/o cansancio de los mismos.

REFERENCIAS

1. Abecia Inchaurregui LC, Aibar Remón C, Benach Rovira JB, Hernández Díaz JC, Davó Blanes MC, Galindo Casero A, et al. Promoción de la Salud y Cambio Social. Colomer Revuelta C and Álvarez-Dardet Díaz C., editores. Barcelona. España: Masson; 2000.
2. Costa M, López E. Educación para la Salud. Una estrategia para cambiar estilos de vida. Madrid. España: Pirámide; 2000.

