

# Taller de Mindfulness en Atención Primaria

Red adscrita  **OBESA** 

---

## Temas

Mujeres, Hombres, Salud mental/Bienestar emocional.

---

## Descripción

En 2014, la Gerencia del Área V del SESPA aprobó la implantación de talleres de Mindfulness en los centros de Atención Primaria (AP) como medida de promoción de la salud y prevención de la enfermedad mental y como coadyuvante al tratamiento farmacológico en pacientes de Atención Primaria con trastornos de ansiedad codificados según el CIAP P74. Para ello se formaron 30 enfermeras de AP en la dinámica de grupos de Mindfulness y desde 2015 hay enfermeras capacitadas para impartir los talleres en 12 centros de salud del área sanitaria.

---

## Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera (Pacientes entre 18-75 años con algún diagnóstico que implique malestar emocional o que se encuentren en riesgo por encontrarse en situación de crisis vital.)

---

## Persona de contacto

Anaí Izaguirre Riesgo (985160301) (anai.izaguirre@sespa.es)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Centros de salud : El Llano, Parque-Somío, Zarracina, El Coto, Candás, Villaviciosa, Montevil, Perchera, Calza I, Natahoyo, Contrueces y Severo Ochoa., Gerencia de Atención Primaria del Servicio de Salud del Principado de Asturias

---

## Fecha de última actualización de la actividad

03/02/2020

---

## Situación actual de la actividad

Histórica

---

## Localización

Calle Juan Álvargonzález 95 33209 Centro de Salud Gijón Asturias Asturias España

