

Programa Pacient Actiu. Taller Tomando Control de su Salud

Red adscrita  Observatorio Valenciano de Salud

Temas

Formación.

Descripción

¿QUÉ ES EL PROGRAMA PACIENT ACTIU?

Es un programa de apoyo a las personas que viven con alguna enfermedad crónica, para ayudarles a adquirir un mejor autocuidado de su salud.

Se desarrolla a través de talleres donde se facilita el intercambio de conocimientos entre personas que comparten la experiencia de alguna enfermedad crónica, con la finalidad de mejorar su calidad de vida.

¿A QUIÉN SE DIRIGE?

A aquellas personas que presentan una o varias enfermedades crónicas como diabetes, enfermedades cardiovasculares, respiratorias, con dolor crónico u otras enfermedades físicas o mentales de larga duración; y también a las personas cuidadoras de pacientes dependientes.

¿CUÁLES SON LOS OBJETIVOS?

Apoyar y capacitar a las personas que acuden a los talleres para:

- Mejorar sus habilidades, motivación y confianza para manejar los síntomas de la enfermedad
- Favorecer hábitos de vida más saludables (alimentación, ejercicio...)
- Cumplir mejor las recomendaciones y tratamientos.
- Mejorar los resultados en salud
- Mejorar la comunicación con los profesionales sanitarios
- Utilizar los recursos sanitarios de forma eficiente

¿EN QUÉ CONSISTE?

Los talleres, basados en la formación entre iguales, son impartidos por 2 tutores que son profesionales y pacientes afectados por enfermedades crónicas, que han sido formados y acreditados por la Universidad de Stanford de EEUU.

A través de diferentes actividades, empiezan a lograr pequeños cambios, aumentando la confianza en sus habilidades para manejar los síntomas y problemas causados por la enfermedad. Aprenden a manejar el dolor, resolver conflictos, adecuar su alimentación, aumentar su nivel de actividad física, controlar el estado de ánimo y la manera en que la enfermedad influye en sus relaciones personales.

DURACIÓN DE LOS TALLERES

Cada taller tiene una duración 6 semanas consecutivas, con sesiones de 2 horas y media semanales. Las personas que participen, deben estar motivadas y comprometerse a acudir.

TIPOS DE TALLERES

- TALLER TOMANDO CONTROL DE TU SALUD (TCS): para personas con enfermedades crónicas, en los que se tratan características comunes a la mayoría de ellas.

¿DÓNDE SE REALIZAN?

En diferentes puntos de la Comunidad Valenciana, tanto en centros sanitarios como en otras sedes.

¿CÓMO PUEDO SOLICITARLO?

Cumplimenta el formulario de solicitud puedes encontrar en la web de Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública y remítelo a la dirección de correo electrónico de tu departamento de salud.

01-Vinaròs promoció_n_benicarlo@gva.es

02 - Castelló unitat_docent@gva.es

03 - La Plana pacientactiu_laplana@gva.es

04 - Sagunt pacientactiu_sagunto@gva.es

05 - València Clínic/Malva-Rosa PacientActiu_Clinico-Malvarrosa@gva.es

06 - València Arnau V.-Lliria pacientactiu_arnauilliria@gva.es

07 - València La Fe dirap_dslafe@gva.es

8 - Requena promoció_n_utiel@gva.es

09 - València H. General

10 - València Doctor Peset

11 - La Ribera pacientactiu_laribera@gva.es

12 - Gandia promoció_n_gandia@gva.es

13 - Dènia csp_denia@gva.es

14 - Xàtiva-Ontinyent promoció_n_xativa@gva.es

15 - Alcoi pacientactiu_alcoi@gva.es

16 - Marina Baixa pacientactiu_dsmb@gva.es

17 - Alacant-S.Joan d'Alacant pacientactiu_dep17@gva.es

18 - Elda unidadpromoció_n_elda@gva.es

19 - Alacant-H. General pacientactiu_dep19@gva.es

20 - Elx H. General promoció_n_cspelx@gva.es

21 - Orihuela csp_orihuela@gva.es

22 - Torrevieja promoció_n_orihuela@gva.es

23 - Manises pacienteactivo@hospitalmanises.es

24 - Elx-Crevillent promoció_n_cspelx@gva.es

Nos pondremos en contacto contigo.

Si necesitas más información, pregunta al personal sanitario o al correo PacientActiu@gva.es.

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (Personas con enfermedades crónicas y/o sus cuidadores)

Persona de contacto

Programa Pacient Actiu (961928004) (PacientActiu@gva.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública

Fecha de última actualización de la actividad

18/08/2021

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Calle Micer Mascó 31 46010 Valencia Valencia/València Comunidad Valenciana España



Página web del proyecto

<http://www.san.gva.es/web/dgas/programa-pacient-actiu>

http://www.twitter.com/Pacient_Actiu