

GUÍA DIDÁCTICA

MODALIDAD

LA EDUCACIÓN

**TERAPÉUTICA PARA LA
GESTIÓN EFICAZ DE LA
PROPIA SALUD**

9 DE DICIEMBRE DE 2021 A 8 DE ABRIL DE 2022



Junta de Andalucía
Consejería de Salud y Familias
Escuela Andaluza de Salud Pública

Docencia y Tutoría

<i>Alejandra Adalid Ortega.</i>	Enfermera. DS Valle del Guadalhorce. Málaga.
<i>Ana Ruiz Bernal</i>	Técnica de apoyo al PITA. Distrito Sanitario Atención Primaria Sevilla.
<i>Antonio Olry de Labry Lima</i>	Técnico Especialista CADIME. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada.
<i>Begoña Isac Martínez.</i>	Técnica de proyectos. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada
<i>Carmen Lineros González.</i>	Profesora. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada.
<i>Daniel Moreno Sanjuan</i>	Estrategia de Cuidados de Andalucía. Málaga
<i>Emilia Rosa Camacho.</i>	Enfermera. Medicina Interna y Educadora en Diabetes. Hospital Costa del Sol. Marbella. Málaga
<i>Eva Martín Ruiz.</i>	Técnica de proyectos. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada
<i>Leopoldo Palacios Gómez.</i>	Enfermero gestor de casos. DS Huelva Costa. Huelva.
<i>Lucía Túnez Rodríguez.</i>	Equipo de Coordinación de la Red Consejo Dietético. D.S. Almería.
<i>M^a Ángeles Prieto Rodríguez</i>	Profesora. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada.
<i>Manuela López Doblaz</i>	Técnica de proyectos. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada.
<i>Maria José Ariza Conejero.</i>	Enfermera de la UCAMI. Experta en Coaching.
<i>Nieves Lafuente Robles</i>	Directora de la Estrategia de Cuidados de Andalucía. Consejería de Salud. Sevilla
<i>Nuria Luque Martín</i>	Técnica de proyectos. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada.
<i>Pablo García - Cubillana de la Cruz.</i>	Coordinador Plan Andaluz de Vida Saludable. Sevilla
<i>Rafael Ángel Maqueda.</i>	Equipo de Coordinación de la Red Consejo Dietético. D.S. Málaga
<i>Serafín Fernández Salazar.</i>	Enfermero. Estrategia en Cuidados de Andalucía. Consejería de Salud. Sevilla.
<i>Susana Rodriguez Gomez.</i>	Estrategia de Cuidados de Andalucía. Sevilla.

Coordinación Docente

<i>Susana Rodríguez Gómez</i>	Enfermera. Estrategia de Cuidados de Andalucía. Sevilla
<i>Daniel Moreno Sanjuan</i>	Enfermero. Estrategia de Cuidados de Andalucía. Málaga
<i>Eva Martín Ruiz</i>	Enfermera. Técnica de proyectos. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada

Secretaría. Apoyo Operativo

Arancha Despujol Mejías	Secretaría de Docencia maranzazu.despujol.easp@juntadeandalucia.es
-------------------------	--

Dirigido a

Enfermeras y enfermeros del SSPA que participen de la Educación Terapéutica de las personas afectadas por problemas de salud crónicos, con especial interés en profesionales del ámbito de la Atención Primaria.

Objetivos

Reflexionar y capacitar al conjunto de profesionales sanitarios en alternativas eficaces para la implementación de la educación terapéutica como intervención aplicada a los procesos de cambios de hábitos y orientación al autocuidado de las personas afectadas por problemas de salud crónicos, con el objetivo de que éstas personas puedan afrontar y gestionar eficazmente los aspectos referidos a su salud.

En este curso se abordarán los contenidos más recientes basados en la evidencia sobre cómo estructurar y organizar los procesos educativos, así como las herramientas e instrumentos necesarios que, como profesionales, hemos de manejar con las personas para ayudarlas a que puedan integrar el manejo terapéutico, así como modificar y adaptar estilos de vida para la mejora de su salud.

Al finalizarlo, el alumnado será capaz de:

- Reconocer los modelos de atención, estrategias y recursos disponibles para mejorar la capacidad de autocuidados y la gestión eficaz de su propia salud de la ciudadanía.
- Manejar los instrumentos y recursos necesarios basados en procesos de Educación para la Salud (EpS) para el desarrollo de activos en salud de la ciudadanía.
- Adquirir competencias profesionales relacionadas con el acompañamiento de personas con problemas crónicos de salud, mediante estrategias de afrontamiento, cambio de hábitos y de gestión eficaz de su propia salud.
- Identificar los métodos que han demostrado su eficacia y efectividad en los procesos de educación para la salud y estrategias de educación terapéutica.
- Aplicar los instrumentos, recursos, métodos y técnicas más adecuados para diferentes situaciones de enseñanza-aprendizaje entre profesionales, y personas con problemas crónicos de salud: Abordaje individual y grupal.
- Relacionar la práctica con el proceso de evaluación y seguimiento de las intervenciones.

Metodología

Se desarrollará un curso íntegramente virtual apoyado en el Campus virtual de la EASP. Se realizará un seguimiento de los procesos de evaluación del aprendizaje alcanzados, y se facilitará el intercambio de experiencias y reflexiones entre el conjunto de participantes y docentes.

El curso está basado en un enfoque constructivista del aprendizaje: el profesorado pone a disposición del conjunto de participantes diferentes recursos didácticos (guía didáctica, documentos de síntesis de contenidos claves, presentaciones, artículos científicos, videos, entre otros posibles), junto a casos y ejercicios de aplicación al ámbito real, sobre los que reflexionar o tomar decisiones, diseñados para el **autoaprendizaje**.

Ha sido diseñado y realizado por un equipo docente, constituido por profesionales de la Escuela Andaluza de Salud Pública y profesionales del Sistema Sanitario Público de Andalucía.

Se trata de un programa de formación abierto, con apoyo tutorial de baja intensidad: respuesta a consultas y retroalimentación de actividades.

Las actividades didácticas consisten en: análisis de videos, consulta y lectura de presentaciones y documentos, realización de ejercicios propuestos y cuestionarios de evaluación del aprendizaje.

Este curso consta de 68 horas de trabajo por parte del alumnado que se desarrollará a través del campus virtual de la EASP, en el que se ha configurado un aula específica. Se orienta al autoaprendizaje, el curso está planificado dentro de unas fechas predeterminadas para su realización, entre diciembre y abril 2021/2022. Dentro de este marco de referencia, cada participante puede elegir su propio ritmo de consulta de materiales y realización de las tareas propuestas.

Igualmente dispondrá de información sobre el seguimiento de su trabajo en cada unidad:

- Actividades pendientes: aún no se han completado.
- Actividades completadas: aquellas que ha superado.

Horas Lectivas

Este curso se desarrollará en 68 horas lectivas que se realizarán de manera íntegramente virtual entre las fechas del 9 de diciembre de 2021 a 8 de abril de 2022.

Se estima que la dedicación por parte del alumnado será de hasta 5 horas semanales.

Inscripción

La inscripción estará disponible hasta **el 22 de noviembre** en el siguiente enlace:

<https://easp.ws/c/57LP21>

Para optar al proceso de selección las solicitudes deben tener la validación de su Organismo.

La selección del curso se comunicará desde la Escuela Andaluza de Salud Pública, mediante correo electrónico a todas las personas solicitantes.

Lugar de Celebración

Campus virtual de la EASP (<http://www.easp.es/virtual/docencia>)

Requisitos para realizar el curso

- Imprescindible disponer de acceso a Internet, cuenta de correo electrónico personal y tener habilidades para el uso de programas informáticos básicos (Office) a nivel de usuario.
- No haber participado en las ediciones anteriores de este curso.
- Haber accedido al curso e **iniciado la actividad antes del 15 de diciembre de 2021.**

Módulos, contenidos y docentes

A continuación, se muestra los distintos módulos que componen este curso virtual, así como la carga lectiva de los mismos, contenidos y el equipo docente.

Módulos	Docentes participantes
<p>Módulo General:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guía del Programa Formativo. - Presentación Institucional del curso 	<p>Nieves Lafuente Robles. Directora de la Estrategia de Cuidados de Andalucía. Consejería de Salud. Sevilla</p> <p>Susana Rodriguez Gomez. Estrategia de Cuidados de Andalucía. Sevilla.</p>
<p>Módulo Introdutorio (opcional):</p> <p>Manejo del Campus Virtual</p> <ul style="list-style-type: none"> - Módulo de entrenamiento en la plataforma virtual 	<p>Begoña Isac Martínez. Técnica de proyectos. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada</p> <p>Eva Martín Ruiz. Técnica de proyectos. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada</p>
<p>Módulo 1: Modelo de atención de base comunitaria: Promoción de la salud y estilos de vida saludables.</p> <p>(20 horas lectivas)</p> <p>Contenidos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modelos de Atención de base comunitaria y activos comunitarios: Educación para la Salud para el desarrollo de activos efectivos en la mejora de la salud de nuestros pacientes y la ciudadanía. - Mapas de Activos Locales: identificación de los recursos comunitarios e incorporación a planes locales de salud. - Estrategia de Promoción de una Vida Saludable y Plan Integral de Tabaquismo: actividad física, alimentación saludable, bienestar emocional y abandono del hábito tabáquico - Metodología Escuela de Pacientes con apoyo grupal y estrategia de aprendizaje inter pares para el autocuidado, manejo, afrontamiento y gestión eficaz de la propia salud de las personas afectadas por un proceso crónico. - El Paciente activo– Paciente Empoderado. 	<p>Carmen Lineros González. Profesora. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada.</p> <p>Daniel Moreno Sanjuan. Estrategia de Cuidados de Andalucía. Málaga.</p> <p>Pablo García - Cubillana de la Cruz. Coordinador Plan Andaluz de Vida Saludable. Sevilla</p> <p>Lucía Túnez Rodríguez. Equipo de Coordinación de la Red Consejo Dietético. D.S. Almería.</p> <p>Rafael Ángel Maqueda. Equipo de Coordinación de la Red Consejo Dietético. D.S. Málaga</p> <p>Ana Ruiz Bernal. Técnica de apoyo al PITA. Distrito Sanitario Atención Primaria Sevilla.</p> <p>Mª Ángeles Prieto Rodríguez. Profesora. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada.</p> <p>Nieves Lafuente Robles. Directora de la Estrategia en Cuidados de Andalucía. Consejería de Salud. Sevilla.</p> <p>Nuria Luque Martín. Técnica de proyectos. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada.</p> <p>Susana Rodriguez Gómez. Estrategia de Cuidados de Andalucía. Sevilla.</p>
<p>Módulo 2: Acompañando a la persona y a su entorno: intervenciones dirigidas al afrontamiento, vivencia con la enfermedad,</p>	<p>Maria José Ariza Conejero. Enfermera de la UCAMI. Experta en Coaching. Sevilla.</p>

estilos de vida y autocuidados para la gestión eficaz de la salud.

(10 horas lectivas)

Contenidos

- La persona en el centro de las intervenciones saludables y en su proceso de cambio. Aprendiendo a desaprender.
- El Coaching en Salud y Manejo de Emociones. Health– Coaching Centrado en Soluciones.
- Estrategias para mejorar el afrontamiento de la enfermedad, los estilos de vida, la adaptación y vivencia con problemas de salud crónicos, la capacidad de autocuidados y la gestión eficaz de la salud.
- Acompañando a pacientes y a su entorno durante el afrontamiento en los procesos de enfermedad.

Ana Ruiz Bernal. Técnica de apoyo al PITA. Distrito Sanitario Atención Primaria Sevilla.

Módulo 3: Educación terapéutica orientada al autocuidado y la gestión eficaz de la propia salud en los procesos de EPOC, Insuficiencia Cardíaca y Diabetes.

(30 horas lectivas)

Contenidos

- Programa de autocuidados en personas con enfermedades crónicas
- El Rol de la enfermera en el acompañamiento de personas con problemas crónicos de salud específicos. Oportunidades para mejorar las intervenciones.
- El abordaje estructurado de la atención a población con problemas crónicos de salud: Educación terapéutica como competencia esencial en la atención a los problemas de salud crónicos de EPOC, Insuficiencia Cardíaca y Diabetes.
- Intervenciones de Educación Terapéutica de la Enfermera en problemas de salud específicos: EPOC, IC, Diabetes

Alejandra Adalid Ortega. Enfermera. DS Valle del Guadalhorce. Málaga.

Leopoldo Palacios Gómez. Enfermero gestor de casos. DS Huelva Costa. Huelva.

Emilia Rosa Camacho. Enfermera. Medicina Interna y Educadora en Diabetes. Hospital Costa del Sol. Marbella. Málaga

Susana Rodriguez Gómez. Enfermera. Estrategia de Cuidados de Andalucía. Sevilla.

Módulo 4: Importancia y uso de la evidencia para la mejora de la salud de las personas.

(8 horas lectivas)

Contenidos

- Introducción a la práctica enfermera basada en la evidencia.
- Herramientas basadas en TICs para la educación terapéutica.
- Evidencias que han demostrado resultados positivos en los procesos de educación para la salud y estrategias de educación terapéutica.

Serafín Fernández Salazar. Enfermero. Estrategia en Cuidados de Andalucía. Consejería de Salud. Sevilla.

Eva Martín Ruiz. Técnica de proyectos. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada.

Antonio Olry de Labry Lima. Técnico Especialista CADIME. Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada.

En esta actividad formativa, contamos con materiales didácticos elaborados por el equipo docente, así como por otras personas que han colaborado en dicha actividad a lo largo de las diferentes ediciones. Nuestro más sincero agradecimiento por el trabajo realizado:

- Carlos Belda Grindley. Psicólogo.
- César Hueso Montoro. Enfermero.
- Concepción Cruzado Álvarez. Enfermera.
- Daniel J. López Vega. Psicólogo.
- Jose Luis Bimbela Pedrola. Psicólogo.
- José Luis Gómez Urquiza. Enfermero.
- Juana Delgado Pacheco. Enfermera.
- M^a Ángeles López Valverde. Enfermera.
- M^a Garcia Lopez Moyano. Enfermera.
- Margarita Reina Sánchez. Enfermera
- María Teresa Hernández López. Enfermera.
- Mariano Hernán García. Profesor
- Marisa Amaya Baro. Enfermera
- Rafael Martínez de la Peña. Enfermero.
- Sandra Milena Hernández Zambrano. Enfermera.

Entre otras muchas otras personas que de un modo u otro, han contribuido con sus aportaciones y sugerencias en los contenidos y materiales de este curso.

Plan de Acción Tutorial de esta actividad.

Plan de Acción Tutorial		
Actividades	Participantes	Equipo docente
Transversales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Participar activamente en el curso ○ Realizar las actividades de aprendizaje obligatorias ○ Revisar los recursos y materiales didácticos (incluidos los complementarios) reflexionando sobre los temas planteados ○ Visualizar los recursos multimedia ○ Contribuir, con aportaciones fundamentadas, a los debates grupales ○ Responder a las cuestiones planteadas ○ Revisar la retroalimentación del equipo docente ○ Contribuir al aprendizaje grupal 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Acompañar en el proceso de aprendizaje ➤ Responder y aclarar dudas ➤ Atender a las dificultades de aprendizaje ➤ Realizar el seguimiento de las personas del grupo de aprendizaje ➤ Orientar y asesorar, individual y grupalmente ➤ Encauzar los problemas e inquietudes ➤ Facilitar la cooperación ➤ Fomentar actitudes participativas
Específicas		
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tareas de entrenamiento en el entorno virtual 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Realizar las tareas consultando, si es preciso, los tutoriales o al equipo de apoyo. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Presentarse al grupo ➤ Resolver dudas ➤ Familiarizarse con el grupo e identificar actuaciones para adaptar el curso a las características y expectativas del alumnado
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Revisión de materiales didácticos, documentos de apoyo, presentaciones y videos 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Identificar puntos clave ➤ Reconocer diferentes puntos de vista sobre el tema ➤ Extraer conclusiones de la revisión de materiales didácticos ➤ Valorar críticamente los argumentos y experiencias que se ofrecen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Presentar los materiales ➤ Ofrecer orientaciones para su revisión y lectura ➤ Responder y aclarar dudas ➤ Atender a las dificultades en el aprendizaje
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Participación en el Foro de debate 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Responder a las cuestiones planteadas de manera reflexiva, teniendo en cuenta el contenido de los materiales didácticos revisados y la propia experiencia ➤ Leer reflexivamente las aportaciones del resto de personas del grupo ➤ Contribuir al debate aportando información y opiniones 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Estimular el debate animando a la participación ➤ Señalar los diferentes puntos de vista ➤ Introducir interrogantes ➤ Aclarar aspectos confusos ➤ Proporcionar recursos para enriquecer el debate ➤ Sintetizar las aportaciones

	fundamentadas	destacando los puntos de mayor interés para el aprendizaje
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Resolución de actividades de aprendizaje 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Consultar los materiales y/o actividades realizadas durante el curso ➤ Transferir, a la luz de lo aprendido en el curso, aspectos de mejora a su actividad profesional 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Orientar y asesorar ➤ Responder y aclarar dudas ➤ Atender a las dificultades ➤ Evaluar los trabajos y facilitar retroalimentación.

Distribución Horaria

El desarrollo de este curso comprenderá las fechas comprendidas entre el 9 de diciembre y 8 de abril de 2022. Será cada participante quien, dentro de dichas fechas, establecerá su propio ritmo de aprendizaje y desarrollo de las actividades propuestas.

Con un carácter OPCIONAL, se sugiere la siguiente calendarización para el seguimiento y realización de los diferentes módulos que componen este curso.

Fechas propuestas para su realización (opcional)	
Módulo general e introductorio al manejo del campus virtual	Del 9 al 12 de diciembre
Módulo 1. (20 horas lectivas)	Del 13 de diciembre al 24 de enero
Módulo 2. (10 horas lectivas)	Del 25 de enero a 7 de febrero
Módulo 3. (30 horas lectivas)	Del 8 de febrero a 28 de marzo
Módulo 4. (8 horas lectivas)	Del 29 de marzo al 7 de abril
Cumplimentación test final y Encuesta de satisfacción	Del 4 al 8 de abril

Sistema de Evaluación

El sistema de evaluación se compone de:

- **Seguimiento de la participación y realización de actividades propuestas.** La realización del 95% las lecturas y tareas obligatorias es un requisito ineludible para obtener la certificación del curso con aprovechamiento, emitido por la Escuela Andaluza de Salud Pública y acreditado por la Agencia de Calidad Sanitaria de Andalucía.
- Realización con éxito del Test final de Evaluación del Aprendizaje incluido.
- **Evaluación de la satisfacción:** se llevará a cabo a través del Cuestionario de Evaluación de la Calidad Docente de la Escuela Andaluza de Salud Pública (instrumento aplicado de manera obligatoria tras la finalización de cualquier actividad formativa en la institución).

Desarrollo de las unidades: Guía didáctica

En el inicio de este curso, es necesario la revisión de las **condiciones de participación y certificación**, junto con la realización del **cuestionario previo de conocimientos**. Dicho cuestionario es de carácter obligatorio su realización, aunque no es evaluable.

En la finalización del curso, será requisito indispensable para la certificación, la superación del cuestionario final de conocimientos.

Para el desarrollo de esta actividad contamos con 4 módulos, de diferente duración y contenidos, en los que básicamente se encuentran materiales de similar formato:

- **Documentos de carácter principal** con la información más relevante y las recomendaciones basadas en la evidencia disponible sobre los temas tratados en las distintas unidades y módulos.
- **Presentaciones, videos** en los que se presentan distintos aspectos de la educación terapéutica de cada unidad/ módulo, añadiendo o complementando la información aportada.
- Se incluyen además en **“Para saber más”** documentación y referencias a textos de interés en la materia, así como recursos que podemos usar en nuestra práctica diaria.
- Para finalizar, **cada módulo cuenta con un cuestionario de evaluación** sobre aspectos tratados en el curso. Hay varios intentos y superarlos son requisito indispensable para obtener el certificado de aprovechamiento.



Junta de Andalucía

Consejería de Salud y Familias

Escuela Andaluza de Salud Pública