

APORTE ACCIONES ENTORNO COMUNITARIO - PLAZAS DE MERCADO

Entorno Comunitario – Acciones de Bienestar en Plazas de Mercado

En el marco del Modelo de Atención en Salud MAS Bienestar, el entorno comunitario constituye un escenario estratégico para el desarrollo de acciones de promoción de la salud, prevención de riesgos y fortalecimiento de capacidades individuales, familiares y comunitarias. Las plazas de mercado, como espacios de alta interacción social y comunitaria, favorecen el acercamiento de la oferta institucional a la población, permitiendo implementar intervenciones integrales orientadas al autocuidado, la gestión de los riesgos en salud, la participación social y el acceso oportuno a los servicios. Desde este enfoque, las Acciones de Bienestar se desarrollan mediante estrategias educativas, tamizajes, actividades de información y sensibilización, así como procesos de articulación intersectorial, contribuyendo al mejoramiento de la calidad de vida y al bienestar integral de la población del Distrito Capital.

Con base en lo anterior, desde el entorno comunitario se proponen las siguientes Acciones de Bienestar para su implementación en las plazas de mercado:

1. Sesiones educativas

Espacios de educación para la salud dirigidos a las personas que transitan, trabajan o permanecen en las plazas de mercado, orientados al fortalecimiento de conocimientos, habilidades y prácticas de autocuidado. A través del diálogo de saberes, el intercambio de experiencias y la reflexión colectiva, se promueve la adopción de comportamientos saludables y la prevención de riesgos en salud.

Estas sesiones abordan temáticas priorizadas desde los componentes de Salud Ambiental, Salud Mental y Seguridad Alimentaria y Nutricional, entre las que se incluyen:

- Disposición adecuada de residuos sólidos.
- Importancia del lavado de manos y otras prácticas de higiene.
- Alimentación saludable.
- Manejo adecuado del tiempo libre.
- Fortalecimiento de redes de apoyo comunitarias y familiares.
- Promoción de la salud mental.
- Identificación y prevención de la depresión.
- Manejo de emociones y del estrés.
- Otros temas definidos de acuerdo con las necesidades identificadas en el territorio.

2. Jornadas de tamizaje para la salud pública "Cuídate, Sé Feliz"

Estrategia orientada a la identificación temprana de factores de riesgo y condiciones de salud prioritarias a nivel cardiovascular, mediante la realización de tamizajes y valoraciones básicas, facilitando la orientación, educación y derivación hacia los servicios de salud cuando se requiera.

Las actividades incluyen, entre otras:

- Toma de tensión arterial.
- Medición de peso, talla y perímetro abdominal.
- Evaluación del riesgo asociado a enfermedades crónicas no transmisibles.
- Asesoría en alimentación saludable y actividad física.
- Educación para el autoexamen de mama.
- Orientación sobre prácticas de autocuidado y estilos de vida saludables.
- Entre otros temas de interés en salud pública.

3. Jornadas de prevención y detección temprana de factores de riesgo para infecciones de transmisión sexual (ITS)

Acciones orientadas a acercar a la comunidad servicios de promoción, prevención y detección temprana de infecciones de transmisión sexual, favoreciendo el acceso oportuno al diagnóstico, la asesoría y la gestión del riesgo.

Durante estas jornadas se desarrollan actividades de:

- Información y educación sobre salud sexual y reproductiva.
- Asesoría individual para la prevención de ITS.
- Tamizajes y pruebas de detección temprana para VIH, sífilis y hepatitis B, de acuerdo con los lineamientos técnicos vigentes.
- Orientación y remisión a los servicios de salud cuando los resultados o condiciones identificadas así lo requieran.

4. Sesiones "Cuidarte, Cuidándonos a través del Arte"

Estrategia socioeducativa que utiliza las expresiones artísticas y culturales como herramienta para promover el bienestar emocional, la convivencia, la participación comunitaria y el fortalecimiento del tejido social.

Estas sesiones se desarrollan en escenarios comunitarios como parques, plazas, plazoletas, ciclovías, instituciones educativas y otros espacios públicos, propiciando procesos de creación colectiva que favorecen la expresión de experiencias, valores, necesidades y aspiraciones de la comunidad. Mediante metodologías participativas se fortalecen habilidades para la vida, el reconocimiento del otro, la inclusión social, el diálogo y el empoderamiento comunitario como factores protectores de la salud y el bienestar.

Elaboro: Sandra Patricia Rojas Avila/Contrasta/Subdirección de Acciones Colectivas