

# MEMORIA AÑO 2024

## ESCUELA DE SALUD Y CUIDADOS DE CASTILLA-LA MANCHA



escuela de salud y cuidados  
de castilla-la mancha

# MEMORIA – 2024

## ESCUELA DE SALUD Y CUIDADOS 2024

---

 **Objetivo.** Fomentar el autocuidado y la capacitación de pacientes y sus cuidadores, a través de un espacio y un tiempo en el que se comparte información y experiencias entre pacientes, familiares, personas cuidadoras, asociaciones y profesionales, con respecto a enfermedades crónicas.

---

### 1. LA ESCUELA DE SALUD Y CUIDADOS

La Escuela de Salud y Cuidados de Castilla-La Mancha dependiente de la Consejería de Sanidad, tiene el objetivo de fomentar el autocuidado y la capacitación de personas con alguna patología crónica, así como de sus cuidadores.

Supone un espacio y un tiempo en el que se comparte información y experiencias entre pacientes, familiares, personas cuidadoras, asociaciones y profesionales, con respecto a enfermedades crónicas.

Uno de los mayores fenómenos de los últimos años es el envejecimiento de la población y el aumento de la esperanza de vida. Este auge de las patologías crónicas ha llegado a que se establezcan como la primera causa de mortalidad y discapacidad. Las personas que padecen una enfermedad crónica son el principal factor para generar un proceso de cambio en el modelo de organización y gestión del sistema sanitario. La información y capacitación en salud de los pacientes, familiares y personas cuidadoras son herramientas imprescindibles para adquirir conocimientos, responsabilidad, autonomía y participación, con vistas a un mayor conocimiento sobre su enfermedad, mejor adherencia al tratamiento, un uso más racional de los servicios sanitarios y mejor relación profesional sanitario-paciente; al objeto de mejorar su salud y su calidad de vida y de las personas de su entorno.

La OMS considera enfermedades crónicas las que además de presentar una duración larga y una progresión lenta, no se transmiten de persona a persona. Esta institución destaca cuatro tipos:

- enfermedades *cardiovasculares*
- *cáncer*
- *enfermedades respiratorias crónicas*
- *diabetes*.

Las enfermedades cardiovasculares constituyen la mayoría de las muertes por enfermedades no transmisibles (19 millones cada año) en el mundo, seguidas del cáncer (10 millones), las enfermedades respiratorias (4 millones) y la diabetes (2 millones). Estos cuatro grupos son responsables de más del 80% de todas las muertes prematuras por enfermedades no transmisibles. (DATOS OMS 2021)

## 2. BREVE HISTORIA

En el año 2010, en el Servicio de Salud –SESCAM- y dentro del desarrollo de actividades de participación de pacientes de diferentes colectivos, se empiezan a articular los principios de una Escuela para potenciar el empoderamiento de pacientes con patologías crónicas.

Se inicia en esa fase un contacto con asociaciones relacionadas con patologías crónicas de alta prevalencia.

La Escuela de Salud y Cuidados de Castilla-La Mancha se crea mediante Orden de 3/2018 del 17 de enero de 2018, fue presentada en un acto público por el Consejero de Sanidad.

Hasta la actualidad, la ESACU ha impartido 60 talleres 80 tutores y 75 pacientes expertos, consiguiendo formar a más de 820 pacientes.

Tras su creación, la ESACU pasó a formar parte del **Comité Técnico** de la **Red de Escuelas de Salud para la ciudadanía**, del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Esta Red nace en el seno de dicho Ministerio con la finalidad de aportar a los pacientes, familiares y cuidadores una fuente de información y herramientas de formación, a partir del compromiso de poner a su disposición las mejores evidencias disponibles. Es el producto de una acción colaborativa en la que participan las distintas opciones disponibles en el Sistema Nacional de Salud de España. Se sustenta en las aportaciones de las Escuelas y proyectos de las diferentes Comunidades Autónomas que se han ido incorporando progresivamente a la Red y participan de manera activa en las actividades que desarrolla.

## 3. ESTRUCTURA

La Escuela de Salud y Cuidados está integrada, dirigida y gestionada por la Dirección General de Humanización y Atención Sociosanitaria. La dependencia funcional está sustentada por *Servicio de Atención Sociosanitaria y Recursos* y está compuesta por una coordinadora, un jefe de Sección y un jefe de Negociado.

También realizan funciones colaborativas con la Escuela otros profesionales del SESCAM y de la Dirección General.

La sede de la Escuela se encuentra en la Consejería de Sanidad en la Avenida de Francia nº 4, Toledo-45071. Correo electrónico: [escueladesaludycuidados@jccm.es](mailto:escueladesaludycuidados@jccm.es). Teléfono: **925265663 – 925248567**

Cuenta con un logo corporativo propio:



escuela de salud y cuidados  
de castilla-la mancha

#### 4. PRINCIPIOS Y OBJETIVOS

##### Principios

- 1.- Elevar los niveles de **autocuidado de los pacientes** a fin de conseguir un mayor control de la enfermedad, y facilitar la toma de decisiones.
- 2.- Fomentar el **empoderamiento** del paciente, de modo que deje de ser un receptor pasivo de atención sanitaria para convertirse en agente activo de su propio cuidado.
- 3.- Contribuir a la **corresponsabilidad**, junto con los agentes del sistema de salud, que propicie los cambios de estilo de vida y la búsqueda de información válida.

##### Objetivos

- a) Potenciar y promover la educación para la salud y dotar a la ciudadanía de capacidades para afrontar su enfermedad.
- b) Generar hábitos, actitudes y valores sanos que favorezcan estilos de vida saludables y el equilibrio físico, psicológico y social de las personas.
- c) Promover y mejorar la cultura de la seguridad del paciente, implicando en ello a profesionales, pacientes y ciudadanos.
- d) Incorporar las tecnologías como recurso informativo de los pacientes, familiares y profesionales.
- e) Apoyar a las personas cuidadoras, con especial atención a la detección y prevención del agotamiento del cuidador.
- f) Aumentar y mejorar la autonomía del paciente y fomentar su participación.

#### 5. DESTINATARIOS

Los talleres van dirigidos a las siguientes personas:

- Personas del sistema regional de salud que padezcan alguna patología crónica y deseen ampliar conocimientos sobre su patología y autocuidados, con posibilidad de convertirse en "pacientes expertos".
- Familiares y/o cuidadores de éstos.
- Profesionales que atienden a los pacientes crónicos, interesados en la formación de las enfermedades objeto de la Escuela de Salud y Cuidados.

## 6. APLICACIÓN WEB

La Escuela cuenta con una página WEB específica con contenidos e información sobre los talleres de las diferentes patologías objeto de la Escuela y otros contenidos de interés. En el diseño y desarrollo intervinieron técnicos de informática del Servicio Regional de Salud (SESCAM). Comenzó su puesta en marcha y publicación el 22 de marzo de 2018. A finales de 2019 se hizo una revisión en profundidad de la web con el fin de actualizarla e introducir mejoras.

Está orientada a los pacientes crónicos, cuidadores, familiares y profesionales sanitarios. Prevista como un espacio en la red que sirva para dar información y conocimiento de las distintas patologías, así como de la organización de actividades y talleres.

El número de visitas anuales sobrepasa las 40.000, incrementándose en un 30% el número de visitas del año anterior, siendo el apartado “hablemos de” el más visto con más de 15.000 visitas.

La estructura de la Web es la siguiente, con sus correspondientes apartados:

### Menú superior:

NUESTRA ESCUELA ▾ INFORMACIÓN DE SALUD ▾ ASOCIACIONES ENLACES DE INTERÉS COMPARTIENDO EXPERIENCIAS

### Menú Lateral Izquierdo:

AULAS DE FORMACIÓN
▶ Cáncer de mama
▶ Cardiovascular
▶ Diabetes
▶ Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC)
▶ Enfermedades Raras y Esclerosis Múltiple
▶ Trastorno de Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDAH)
▶ Patología Mental Grave
▶ Parkinson
▶ Trastorno del Espectro Autista (TEA)
▶ Otros talleres

EVENTOS Y TALLERES


**Panel central:**



Se puede acceder al portal a través del enlace siguiente:

<https://escueladesalud.castillalamancha.es>

La imagen de inicio de pantalla del portal es:



## 7. METODOLOGÍA

### ACTIVIDADES

La formación se realiza básicamente por medio de talleres dirigidos a personas afectadas por diferentes enfermedades crónicas, con dos fases cada uno, en línea con el sistema de formación entre iguales:

- **Talleres FASE I:** Son acciones formativas de 15 a 20 horas de duración, impartidas por docentes especializados en una determinada patología, y que se desarrollan a lo largo de la Región.  
El alumnado de estos talleres es tanto personas con una patología crónica concreta (pacientes y/o cuidadores) como profesionales que atienden a este grupo de enfermos.  
La distribución de contenidos es, de manera genérica, la siguiente:
  - a) Presentación acerca de qué es la Escuela de Salud y Cuidados el concepto de paciente experto
  - b) Contenidos psicosociales para reforzamiento personal
  - c) Contenidos teórico-prácticos específicos según la temática del taller objeto de la formación
- **Talleres FASE II:** Talleres impartidos por uno o varios “pacientes expertos”, siempre tutorizados, al menos, por un profesional sanitario o sociosanitario. Es una educación entre iguales donde todos aprenden de los demás. De esta forma se pretende conseguir un mayor alcance geográfico y demográfico (“efecto abanico”) de los objetivos.
- **Formación de formadores:** se trata de cursos de carácter transversal, que incluyen metodología para impartir talleres Fase II y técnicas de comunicación, en dos ediciones diferentes: una para pacientes expertos y otra para profesionales sanitarios.
- **Jornadas:** Espacios de encuentro e intercambio de experiencias entre pacientes y profesionales, con objetivos específicos.

### EVALUACIÓN

Al finalizar cada uno de los talleres, se realiza una evaluación, con recogida de datos en un modelo de ficha unificado, que determina en qué medida los participantes se sienten satisfechos con la formación, su impresión subjetiva del taller y la utilidad del mismo.

La metodología combina evaluación cualitativa y cuantitativa.

Los ítems cuantitativos recogen los siguientes aspectos a través de una *escala Likert*.

- Ambiente de trabajo.
- Experiencia de intercambio enriquecedora.
- Preparación de los ponentes.
- Calidad de los materiales elaborados.
- Utilidad del taller en su vida diaria.
- Satisfacción general con el taller.
- Recomendación del taller a otras personas.

Los ítems Cualitativos recogen preguntas abiertas del tipo:

- ¿Qué es lo que más te ha interesado?
- ¿Qué mejorarías o añadirías?
- Sugerencias y opiniones.

## EVALUACIÓN

Nombre del Taller de la Escuela de Salud y Cuidados:

Lugar:

Fecha:

Número de alumnado que han participado en la evaluación:

**Valoración:**

*Del 1 al 10 (siendo el 10 la mejor puntuación)*

Pregunta	Nota Media
El <b>ambiente de trabajo</b> en el taller ha sido <b>agradable</b>	
La <b>experiencia de intercambio</b> con otras personas en este taller ha sido <b>enriquecedora</b>	
La <b>preparación</b> de las personas que han dirigido el taller	
La <b>calidad de los materiales</b> elaborados (diapositivas, guías informativas...)	
La <b>utilidad</b> de este taller para aplicarlo en su vida diaria	
Su <b>satisfacción general</b> con el taller	

**¿Recomendaría este taller a otras personas?**

15 de las participantes contestaron

1. **De este taller, ¿qué es lo que más le ha interesado, le ha gustado o le puede servir de ayuda?**

-

2. **¿Qué cosas se deberían mejorar, añadir...?**

-

3. **Sugerencias:**

En líneas generales, en los talleres impartidos en 2024, las puntuaciones obtenidas en todas las preguntas de tipo cuantitativo han obtenido resultados entre el 9 y el 9,5 de media.

En las preguntas abiertas lo que más se demanda son más cursos y más tiempo de duración de cada uno de ellos.

## 8. CONTENIDOS FORMATIVOS DE LAS AULAS



### A- TALLERES PRESENCIALES

**ACTIVIDAD 1. Taller presencial de Cuidados para personas diabéticas.**

**Hellín, 12, 13, 14, 19 y 20 de marzo 2024.** Celebrado en el Hospital de Hellín (Albacete). Taller de Fase I, que se ha desarrollado en 5 sesiones en el mes de marzo.

Se han tratado contenidos muy diversos que facilitan la adaptación y el control de la enfermedad para las personas diabéticas.

A lo largo de las 5 sesiones se han tratado contenidos sobre la propia escuela de salud y cuidados, alimentación, ejercicio físico, fármacos, complicaciones, pie diabético y cuidados generales.

En la última sesión, se ha formado en habilidades para la comunicación y en el concepto de paciente experto.

A cargo de cuatro enfermeras de Atención Primaria y una endocrina del Hospital de Hellín.

Asisten al taller 14 personas.



### **ACTIVIDAD 2. Taller presencial de Cuidados para personas con hipertensión arterial.**

**Escalonilla, del 3 al 9 de abril de 2024.** Celebrado en el Consultorio Local de Escalonilla - Toledo. Taller de Fase I, que se ha desarrollado durante el mes de abril.

A lo largo de las 4 sesiones se han tratado contenidos sobre la propia escuela de salud y cuidados, clasificación de la HTA, situaciones especiales, fármacos, complicaciones, alimentación y cuidados generales.

En la última sesión, se ha formado en habilidades para la comunicación y en el concepto de paciente experto.

A cargo de una enfermera y una médica del Consultorio Local de Escalonilla (Toledo).

Asisten al taller 19 personas.



### **ACTIVIDAD 3. Jornada presencial de esclerosis múltiple.**

**Puertollano, 27 de mayo de 2024.**

Celebrado en el salón de actos del centro de juventud de Puertollano en jornada de tarde.

Con la presencia de una enfermera, una neuróloga, una psicóloga, una fisioterapeuta y la experiencia personal de una paciente experta, con la coordinación de una enfermera del Hospital de Puertollano y dirigido a personas con esclerosis múltiple.

La duración de la jornada fue de 4 horas.



### **ACTIVIDAD 4. Jornada presencial de paciente ostomizado**

**Albacete, 23 de octubre de 2024.**

Celebrado en el Hospital de Albacete en jornada de mañana, con la participación de dos enfermeras y dirigido a personas con ostomías.

También ha asistido una persona de la ESACU para explicar nuestras actividades y el concepto de paciente experto.

La duración de la jornada fue de 4 horas, dedicadas a informar de los tipos de ostomías, complicaciones y alimentación.

Asisten a la jornada 10 personas.

### **ACTIVIDAD 5. Taller presencial de Cuidados para personas diabéticas.**

**Carranque, de 14 de noviembre a 5 de diciembre de 2024.**

Celebrado en el Consultorio Local de Carranque (Toledo). Taller de Fase I, que se ha desarrollado en 4 sesiones entre noviembre y diciembre.

A lo largo de las sesiones se han tratado contenidos sobre la propia escuela de salud y cuidados, alimentación, ejercicio físico y manejo de la insulina.

A cargo de una enfermera del Consultorio Local.

Asisten al taller 13 personas.



### **ACTIVIDAD 6. Taller presencial de Cuidados para personas diabéticas.**

**Membrilla, de 4 de noviembre a 16 de diciembre de 2024.**

Celebrado en el aula de formación del Consultorio Local de Membrilla (Ciudad Real). Taller de Fase I, que se ha desarrollado en 7 sesiones entre noviembre y diciembre.

A lo largo de las 5 sesiones se han tratado contenidos muy diversos que facilitan la adaptación y el control de la enfermedad para las personas diabéticas.

A cargo de una enfermera del Consultorio Local.

Asisten al taller 11 personas.



## **B- CURSOS ON-LINE**

---

### **ACTIVIDAD 1.**

**Autocuidados para personas con Patologías Crónicas I: "Hábitos de Vida Saludable" (5ª Edición) Del 18 de noviembre al 19 de diciembre de 2024**

Se ha dirigido a Pacientes con enfermedades crónicas: Cáncer, Diabetes, EPOC, Esclerosis múltiple, Párkinson, Enfermedades Raras u otras y a cuidadores y profesionales de asociaciones que atienden a personas con patologías crónicas.

El objetivo del curso ha sido:

- Adquirir conocimientos y habilidades en hábitos de vida saludable con el fin de mejorar el control de las enfermedades crónicas.

Se persiguen además otros objetivos específicos, como son:

- Mejorar los autocuidados de las personas con patologías crónicas.
- Mejorar la alimentación y la nutrición personal.
- Conocer los beneficios y habilidades del ejercicio físico.
- Mejorar el cumplimiento de los tratamientos sanitarios.

El número de participantes ha sido de 7 personas.



escuela de salud y cuidados  
de castilla-la mancha



Castilla-La Mancha

Curso Online

**AUTOCUIDADOS PARA PERSONAS CON  
PATOLOGÍAS CRÓNICAS (5ª edición):**

**HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE**

Del 18 de noviembre al 19 de diciembre de 2024



## ACTIVIDAD 2

**Autocuidados para personas con Patologías Crónicas II: "Hábitos Psicosaludables" (4ª Edición). Del 4 de noviembre al 5 de diciembre de 2024**

El Objetivo general ha sido:

- Adquirir conocimientos y habilidades psicológicas de afrontamiento de problemas cotidianos y trastornos comunes derivados de enfermedades crónicas: depresión, ansiedad y estrés.

Se persiguen además algunos objetivos específicos como son:

- Conocer mejor las enfermedades mentales comunes: depresión, ansiedad y estrés.
- Mejorar la comunicación con otras personas y motivar el cambio personal.
- Aprender técnicas de afrontamiento y resolución de problemas y conflictos relacionales.
- Conocer técnicas para minimizar los efectos psicológicos adversos derivados de las enfermedades crónicas.
- Complementar la formación recibida en el primer curso de autocuidados para personas con patologías crónicas (I), desde el ámbito de la psicología.

El número de participantes ha sido de 17 personas



escuela de salud y cuidados  
de castilla-la mancha



Castilla-La Mancha

Curso Online

**AUTOCUIDADOS PARA PERSONAS CON  
PATOLOGÍAS CRÓNICAS (4ª edición):**

**HÁBITOS PSICOSALUDABLES**

Del 4 de noviembre al 5 de diciembre de 2024





## C – CURSOS DE FORMACIÓN DE FORMADORES

### Actividad 1. Curso de formación para formadores específico pacientes ICS de Talavera de la Reina, los días 27 y 28 de mayo

Impartido en el Instituto de Ciencias de la Salud de Talavera y dirigido a pacientes con vocación para organizar talleres para otros pacientes dentro del sistema de educación entre iguales. El curso ha durado dos días, con sesiones de 8 horas cada uno, y ha tratado sobre la motivación y empoderamiento para la formación, técnicas y habilidades para la organización de talleres Fase II. El número de participantes fue de 11 pacientes.

### Actividad 2. Curso de formación para formadores específico para profesionales sanitarios ICS de Talavera de la Reina, los días 1 y 2 de octubre

Impartido en el Instituto de Ciencias de la Salud de Talavera y dirigido a profesionales de la salud interesados en impartir talleres Fase la pacientes con enfermedades de carácter crónico. El curso ha tenido una duración de 2 días, con 8 horas de clase cada uno. Se han impartido contenidos sobre recursos de dinamización, motivación y empoderamiento para la comunicación, así como técnicas de habilidades comunicativas.

El número de asistentes ha sido de 25 profesionales.



## D – COMPARTIENDO EXPERIENCIAS

Vídeos sobre enfermedades concretas para un aprendizaje significativo, desde lo puramente fisiológico hasta lo necesario para un desarrollo emocional saludable para la persona enferma y las personas que están a su cuidado.

ESCLEROSIS LATERAL AMIOTRÓFICA, con entrevista a Javier Gil Sanchís, paciente experto y Prado Arriero Tizón en calidad de cuidadora.

**ESPACIO FORMATIVO:  
AULA ABIERTA**

El espacio virtual "Aula Abierta", incluye los "DIÁLOGOS PARA LA SALUD".  
*Contiene en formato video información sobre enfermedades crónicas para el aprendizaje emocional, la comprensión y el afrontamiento psicológico.*

**1er Video: Esclerosis Lateral Amiotrófica – Diálogo con Javier Gil Sanchís y Prado Arriero Tizón**

Logos: escuela de salud y cuidados de castilla-la mancha, Castilla-La Mancha



PACIENTE EXPERTO, con testimonios de pacientes expertos.

**COMPARTIENDO EXPERIENCIAS**

**"Conoce en este video el testimonio de personas como tú"**

**SER PACIENTE EXPERTO MERECE LA PENA**

Paciente experto es un paciente activado, informado y responsable, que ayuda a otros pacientes crónicos en el proceso de aprendizaje para conseguir llegar a su mismo nivel de autonomía sobre su enfermedad.

Logos: escuela de salud y cuidados de castilla-la mancha, Castilla-La Mancha



DAÑO CEREBRAL, con entrevista a Emilia Osorio López, paciente experta.



escuela de salud y cuidados de castilla-la mancha

**ESPACIO FORMATIVO:  
AULA ABIERTA**

Castilla-La Mancha

El espacio virtual "Aula Abierta", incluye los "DIÁLOGOS PARA LA SALUD".  
Contiene en formato video información sobre enfermedades crónicas para el aprendizaje emocional, la comprensión y el afrontamiento psicológico.

1er Video: Daño Cerebral – Diálogo con Emilia Osorio López

## E – DINAMIZACIÓN DE LA PÁGINA WEB

**ACTIVIDAD 1.** Publicación en la web de la Conmemoración de 33 Días Mundiales de enfermedades crónicas, con documentación de consulta sobre la enfermedad concreta:

13ene- Depresión

4feb- Cáncer



12feb- Epilepsia

15feb- Cáncer Infantil

29feb- Enfermedades Raras

14mar- Riñón

17mar. Sueño

31mar.- Cáncer colon



2ab.- Autismo

7ab.- Día Mundial Salud

11ab.- Parkinson

29ab.- Inmunología



4may.- Espondilitis

5may. Higiene manos

7may.- Asma

10may- Lupus



12may.- Fibromialgia

17may.- Hipertensión arterial

30may.- Esclerosis múltiple

13jun.- Cáncer piel

21jun.- ELA



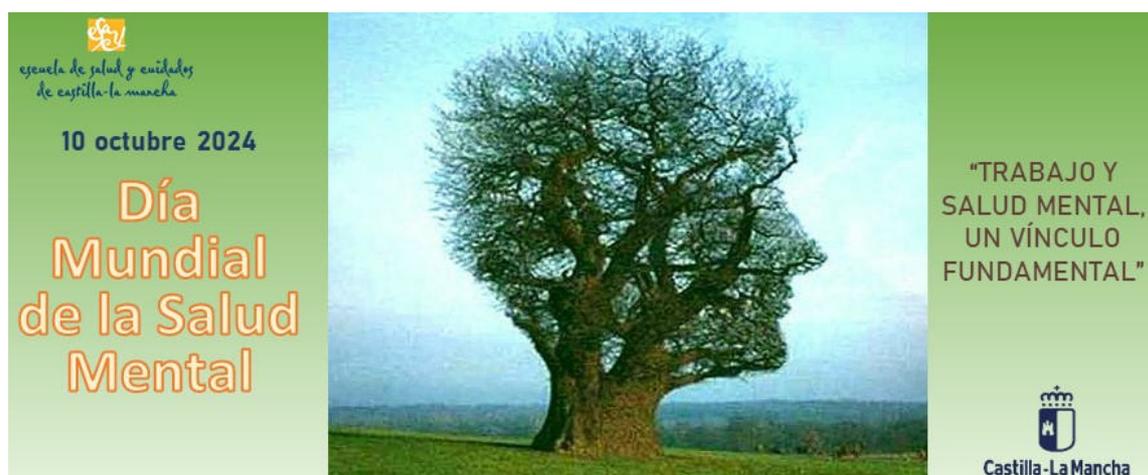
28jul.- Hepatitis Vírica

10sep.- Prevención Suicidio

21sep.- Alzheimer

29sep.- Corazón

10oct.- Salud Mental



12oct.- Cuidados Paliativos



17oct.- Dolor

19oct.- Cáncer de mama

29oct.- Ictus

14nov.- Diabetes



15nov.- Neuromusculares

17nov.- Cáncer Pulmón

21nov.- Espina Bífida.

## Anexo I: Actividad 2024 en imágenes

### Taller de diabetes (Hellín - Albacete)





Taller de Hipertensión (Escalonilla - Toledo)





Taller de diabetes (Carranque - Toledo)





Taller de diabetes (Membrilla – C. Real)





Curso de Formación para formadores para pacientes (Talavera de la Reina)





Curso de formación de formadores para profesionales sanitarios (Talavera de la Reina)



