

GOBIERNO DE NAVARRA

DESARROLLO ECONÓMICO

DERECHOS SOCIALES

HACIENDA Y POLÍTICA FINANCIERA

PRESIDENCIA, FUNCIÓN PÚBLICA,  
INTERIOR Y JUSTICIARELACIONES CIUDADANAS E  
INSTITUCIONALES

EDUCACIÓN

SALUD

CULTURA, DEPORTE Y JUVENTUD

DESARROLLO RURAL, MEDIO  
AMBIENTE Y ADMINISTRACIÓN LOCAL

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

## La Escuela de Pacientes 2017 comienza en Tudela con talleres para personas cuidadoras y con enfermedades crónicas

*El Instituto de Salud Pública y Laboral ampliará en junio las actividades de la Escuela de Salud con una Escuela de Mayores y una Escuela de Padres y Madres*

Jueves, 02 de febrero de 2017

La programación de la Escuela de Pacientes de Navarra arranca este año en Tudela con un taller sobre enfermedades crónicas y otro sobre cuidado y autocuidado dirigido a personas que tienen a su cargo a pacientes con Alzheimer y otras demencias. Estos cursos, de carácter gratuito y abiertos a toda la ciudadanía, constan de cuatro sesiones cada uno y darán comienzo en febrero y marzo, respectivamente.



La iniciativa ha sido presentada hoy en Tudela.

La Escuela de Pacientes tiene previsto ofertar un total de once talleres en los próximos meses, en los que se abordarán temas como el cuidado de las enfermedades cardiovasculares o la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), la alimentación saludable en pacientes con enfermedades crónicas y la dieta y el ejercicio adecuados en caso de padecer diabetes, además de los temas ya citados para los cursos de Tudela. La inscripción puede realizarse a través del teléfono [848 42 19 54](tel:848421954) (de 8 a 15 horas) o en la página web [www.escueladepacientes.navarra.es](http://www.escueladepacientes.navarra.es), donde próximamente se publicarán las fechas y localizaciones del resto de cursos previstos para el primer semestre del año.

El consejero de Salud, Fernando Domínguez Cunchillos, y la directora gerente del Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra (ISPLN), María José Pérez Jarauta, han presentado hoy estos talleres en el Centro de Salud de Tudela Este, donde han anunciado que la Escuela de Salud, en la que están enmarcadas las actividades de la Escuela de Pacientes, se ampliará en junio con la puesta en marcha de la Escuela de Mayores y la Escuela Parental, dirigida a padres y madres.

### Nuevas escuelas

La Escuela de Mayores pretende convertirse en un organismo de

referencia frente al “desafío personal y comunitario” que supone el envejecimiento de la población Navarra, que registra una de las esperanzas de vida más altas del mundo (81 en los hombres y 86,6 años en las mujeres, según datos de 2015), aunque no es tan alta la esperanza de vida con buena salud. El objetivo es promover un envejecimiento saludable, con el máximo de capacidad funcional, autonomía y calidad de vida, previniendo la dependencia. La Escuela de Mayores pretende contribuir a este fin fomentando talleres de autocuidados físicos, mentales y sociales, desde el empoderamiento y participación de las personas conforme van cumpliendo más años. Esta Escuela de mayores es una línea de acción fundamental de la Estrategia de todo el Gobierno de Navarra de envejecimiento activo y saludable, que se presentará próximamente.

La infancia y adolescencia constituyen una prioridad para la salud pública porque en ellas se construye la salud del futuro. La Escuela Parental nace con el objetivo de convertirse en un apoyo a la función protectora y educativa de padres y madres, promoviendo el desarrollo de sus capacidades y medios para educar y cuidar, con autonomía, seguridad y autoconfianza. Este foro busca aportar informaciones y promover reflexiones en torno a la maternidad y paternidad actual, teniendo en cuenta cómo son los hijos e hijas en distintas edades y partiendo de las experiencias, vivencias y conocimientos de los propios protagonistas. La Escuela Parental forma parte del plan de Infancia que tres Departamentos del Gobierno están desarrollando: Políticas sociales, Educación y Salud.

Según ha explicado Pérez Jarauta, el ISPLN ya ha iniciado “la fase de formación de formadores” para la creación de estas dos nuevas escuelas, a las que en 2018 está previsto que se sumen una cuarta Escuela de Jóvenes y otra destinada específicamente a cuidadores y cuidadoras, con lo que se completarían las cinco áreas que pretende abarcar la Escuela de Salud.

### **Cerca de 400 participantes en dos años**

Las nuevas escuelas seguirán la pauta de trabajo de la Escuela de Pacientes, que desde su creación en 2015 ya ha organizado 23 talleres, en los que han participado más de 350 personas. La Sección de Promoción de la Salud y Salud en todas las Políticas del ISPLN se encarga de la coordinación de las actividades de la Escuela de Pacientes, para lo que cuenta con la colaboración de diferentes asociaciones, equipos de Atención Primaria, Hospitales y servicios sociales de base.

Cada taller cuenta con un profesional de salud y un paciente experto como docentes. Con la selección de este perfil de formadores y formadoras se busca combinar el punto de vista sanitario con el de las experiencias en primera persona, a fin de enriquecer el contenido de los cursos, un factor que suele ser muy valorado por los asistentes en las encuestas de evaluación finales.

El objetivo de las actividades programadas es incrementar la calidad de vida de pacientes y ciudadanos, mejorando su grado de autocuidado y el cumplimiento de las indicaciones terapéuticas, así como reducir las complicaciones e ingresos y aumentar la confianza en sí mismos y en los profesionales. En Navarra hay más de 92.887 personas con al menos una de las patologías incluidas en la Estrategia de Atención Integrada a Crónicos y Pluripatológicos.

### **Talleres de Tudela**

Para la programación de los talleres presentados hoy en Tudela se ha contado con la participación del Hospital Reina Sofía, los equipos de Atención Primaria, los servicios sociales y las asociaciones de pacientes de la zona.

El primero de los talleres, titulado ‘Cuando te diagnostican una enfermedad crónica importante’, tendrá lugar en el Hospital Reina Sofía de Tudela los días 15, 20, 22 y 27 de febrero, de 17:00 a 19:00 horas. Va dirigido a personas a las que se les ha diagnosticado una enfermedad crónica importante o han vivido un episodio de salud grave, con repercusiones en su vida diaria, como puede ser un infarto, diabetes, ictus, insuficiencia renal, EPOC, fibromialgia, esclerosis múltiple, Parkinson o artritis.

En las sesiones se abordarán aspectos como los sentimientos que aparecen a partir del diagnóstico, las limitaciones y cambios que plantea la enfermedad o los cuidados que requiere, con el

objetivo de ayudar a los participantes a que desarrollen capacidades para afrontar y manejar mejor su dolencia.

El segundo de los talleres, titulado 'Cuidar y cuidarse', se celebrará en el Centro de Salud de Tudela Oeste (c/ Gayarre, 17) los días 14, 23, 27 de marzo y 4 de abril, de 17:30 a 19:30 horas. El curso va dirigido a personas encargadas del cuidado de pacientes con Alzheimer y otras demencias. El objetivo es ayudarles a desarrollar capacidades para el cuidado de las personas que tienen a su cargo y para cuidarse a sí mismas, un punto considerado también muy importante.