

Activando Salud. Prototipo de intervención comunitaria basada en activos para el bienestar y la coordinación sociosanitaria



CONTENIDO

1. QUIÉNES SOMOS
2. CONTEXTO Y ORIGEN DEL LABORATORIO
3. PERO... ¿QUÉ ES ESO DE UN LABORATORIO? ¿Y UN PROTOTIPO?
4. LA REALIDAD QUE QUEREMOS TRANSFORMAR
5. NUESTRA IDEA: EL PROTOTIPO
6. IMPACTO ESPERADO
7. DISEÑO Y PLANIFICACIÓN INICIAL
8. PRESUPUESTO INICIAL
9. CONTRIBUCIÓN A LOS ODS



1. QUIENES SOMOS

El laboratorio “Activando Salud” es un espacio colaborativo que reúne a una diversidad de agentes del territorio comprometidos con la mejora del bienestar y la salud comunitaria desde un enfoque participativo y basado en activos.

En el proceso han participado profesionales del **centro de salud** (medicina, enfermería y trabajo social), así como **servicios sociales municipales**, aportando la mirada sociosanitaria y el conocimiento directo de la realidad del barrio.

Junto a ellos, se han implicado **entidades sociales y comunitarias** como **ASPACE, Cruz Roja, AMICA**, así como organizaciones vinculadas al ámbito ambiental como **Ecologistas en Acción y SEO/BirdLife**, incorporando la dimensión social, comunitaria y de conexión con la naturaleza como elemento clave para la salud.

El laboratorio también ha contado con la participación activa del vecindario, pieza fundamental del proceso, aportando su conocimiento del entorno, sus necesidades y propuestas, y contribuyendo a la construcción de soluciones reales y contextualizadas.

Nos une una visión compartida: **avanzar hacia un modelo de salud más cercano, accesible y conectado con la vida cotidiana**, en el que las personas, los recursos del territorio y las redes comunitarias se activen como motores de bienestar.





2- CONTEXTO Y ORIGEN DE LABORATORIO

El LAB Activando Salud surge ante la necesidad de dar respuesta a retos como la soledad no deseada, el sedentarismo o la escasa coordinación entre recursos, apostando por un enfoque de salud comunitaria basado en activos.

Parte de un proceso previo que identifica iniciativas y fortalezas del territorio (programas comunitarios, redes vecinales, acciones de sostenibilidad), evidenciando el potencial de la comunidad para generar bienestar.

En este marco, el laboratorio se impulsa como un espacio de co-creación entre vecindario, centro de salud y entidades, con el objetivo de diseñar una estrategia práctica que conecte a las personas con los recursos de su entorno y mejore su calidad de vida

3. PERO... ¿QUÉ ES ESO DE UN LABORATORIO? ¿Y UN PROTOTIPO?

Un laboratorio de innovación, en espacio de trabajo colaborativo donde:

- Personas y entidades diversas se reúnen
- Se analizan retos reales del territorio
- Se generan ideas y soluciones de forma conjunta
- Se experimenta desde la práctica

Un **prototipo**, es una primera versión de solución que:

- Aterriza las ideas en acciones concretas
- Es realista y aplicable
- Se pone en marcha, se prueba y se mejora (adaptable)



4. LA REALIDAD DE LO QUE QUEREMOS TRANSFORMAR

Nos enfrentamos a una realidad marcada por:

- Soledad no deseada y debilitamiento de redes comunitarias
- Sedentarismo y hábitos de vida poco saludables
- Exceso de medicalización de problemáticas sociales
- Falta de conocimiento y acceso a recursos del entorno
- Débil coordinación entre agentes sociosanitarios y comunitarios

Al mismo tiempo, existe un gran potencial:

- Recursos y activos comunitarios infrautilizados
- Iniciativas locales con capacidad de generar bienestar
- Personas y entidades con voluntad de participar y colaborar
- Un entorno natural privilegiado para potenciar nuestra salud y relaciones sociales



PREGUNTAS DETONADORAS
Si esto funcionara de verdad... ¿cómo se conectaría todo desde el barrio? ¿Qué deberían hacer los profesionales y entidades para que todo funcione de las personas?
¿Qué pasaría en el día a día?

Cuidar la c
Recomendado

1. Fomentar el bienestar físico y cuidar:
 - Recuperar la presencia para los grupos de acción comunitaria
 - Fomentar la actividad física y el deporte
 - Impulsar carriles bici
 - Crear refugios vegetales en la comunidad
2. Mejorar la accesibilidad y el acceso a:
 - Proporcionar ayudas para la movilidad
 - Adecuar calles y servicios
 - Asegurar el mantenimiento
 - Aumentar los puntos de recogida
3. Mejorar la atención y el acceso a:
 - Fomentar el bienestar comunitario
 - Transportar material al centro
 - Fomentar la prevención en la prevención de adicciones en la comunidad
4. Promover la educación y la sensibilización

5. Nuestra Idea

Diseñamos un prototipo de intervención en salud comunitaria que conecta a las personas con los recursos del entorno, activando las fortalezas del territorio

Se basa en tres ejes:

- **Capacitación** de profesionales y agentes comunitarios
- **Creación de una red coordinada** entre salud, servicios sociales y entidades
- **Activación de la participación ciudadana** a través de acciones comunitarias

Una propuesta realista, replicable y sostenible, que transforma la manera de entender la salud: más comunitaria, más preventiva y más conectada con la vida cotidiana.



6. Impacto esperado

En las personas

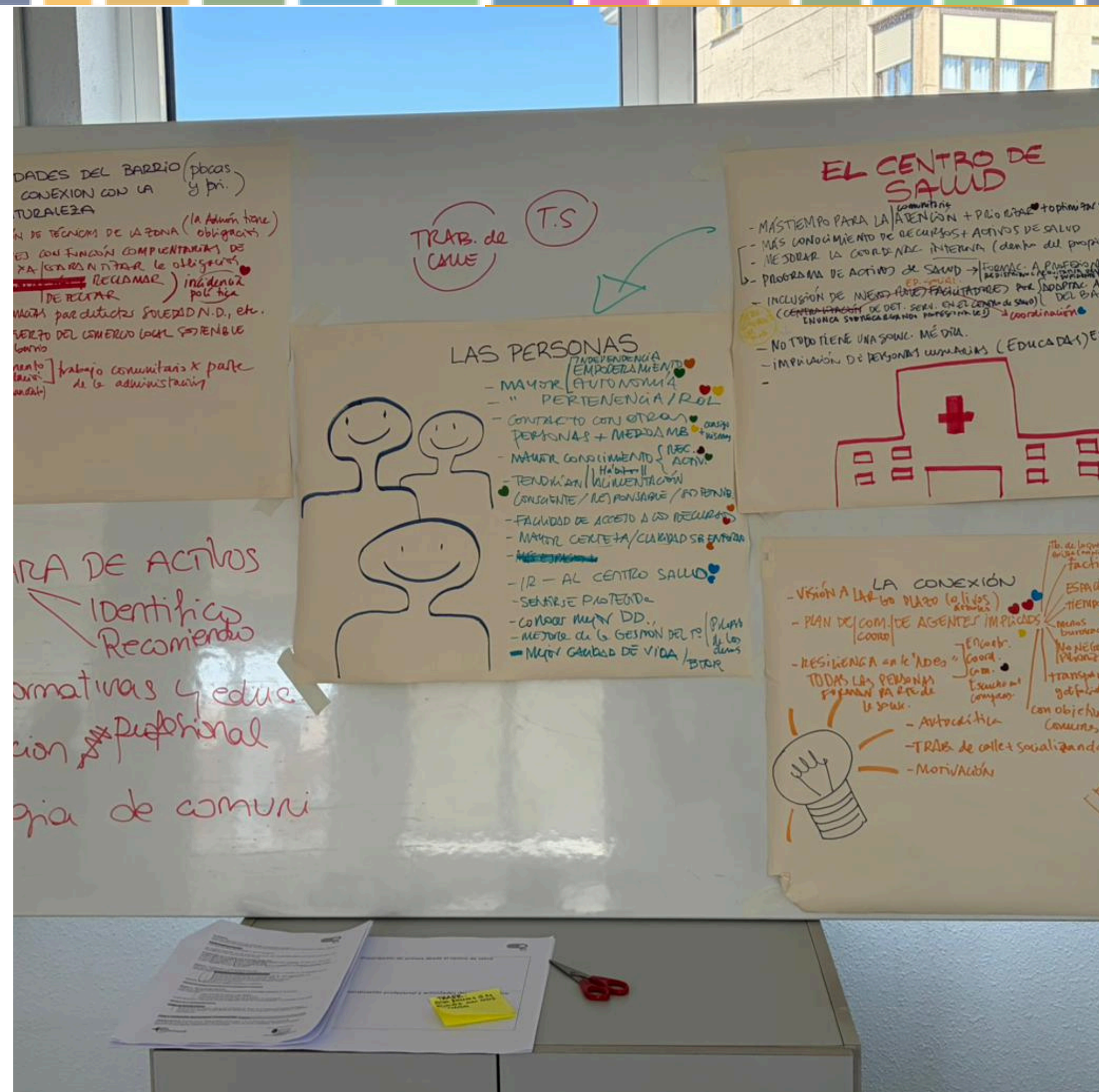
- Mayor autonomía, empoderamiento y calidad de vida
- Mayor conocimiento de recursos y derechos
- Mejores hábitos de vida y conexión con el entorno
- Reducción de la soledad no deseada y menor uso innecesario del centro de salud

En la comunidad

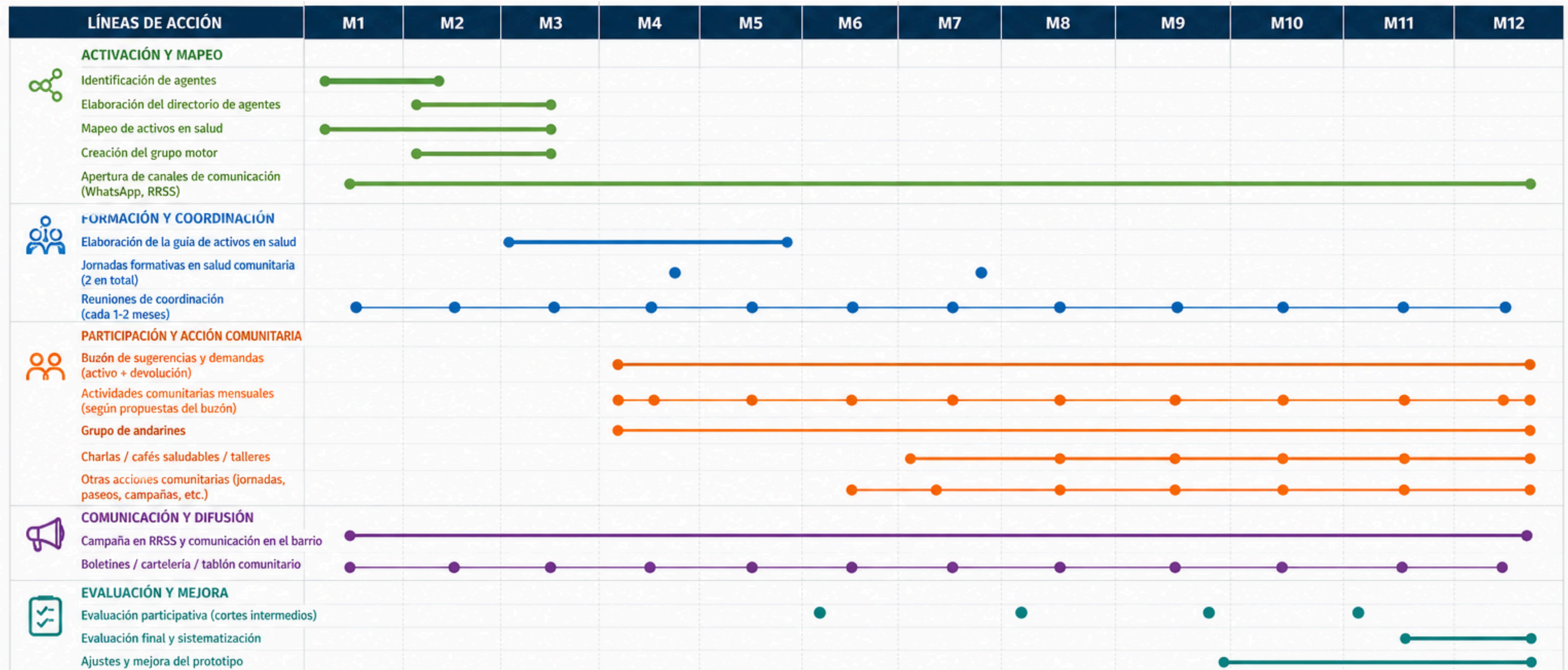
- Mayor participación y sentido de pertenencia
- Red comunitaria más conectada, activa y resiliente
- Mejora en la comunicación y trabajo conjunto entre agentes

En el sistema sociosanitario

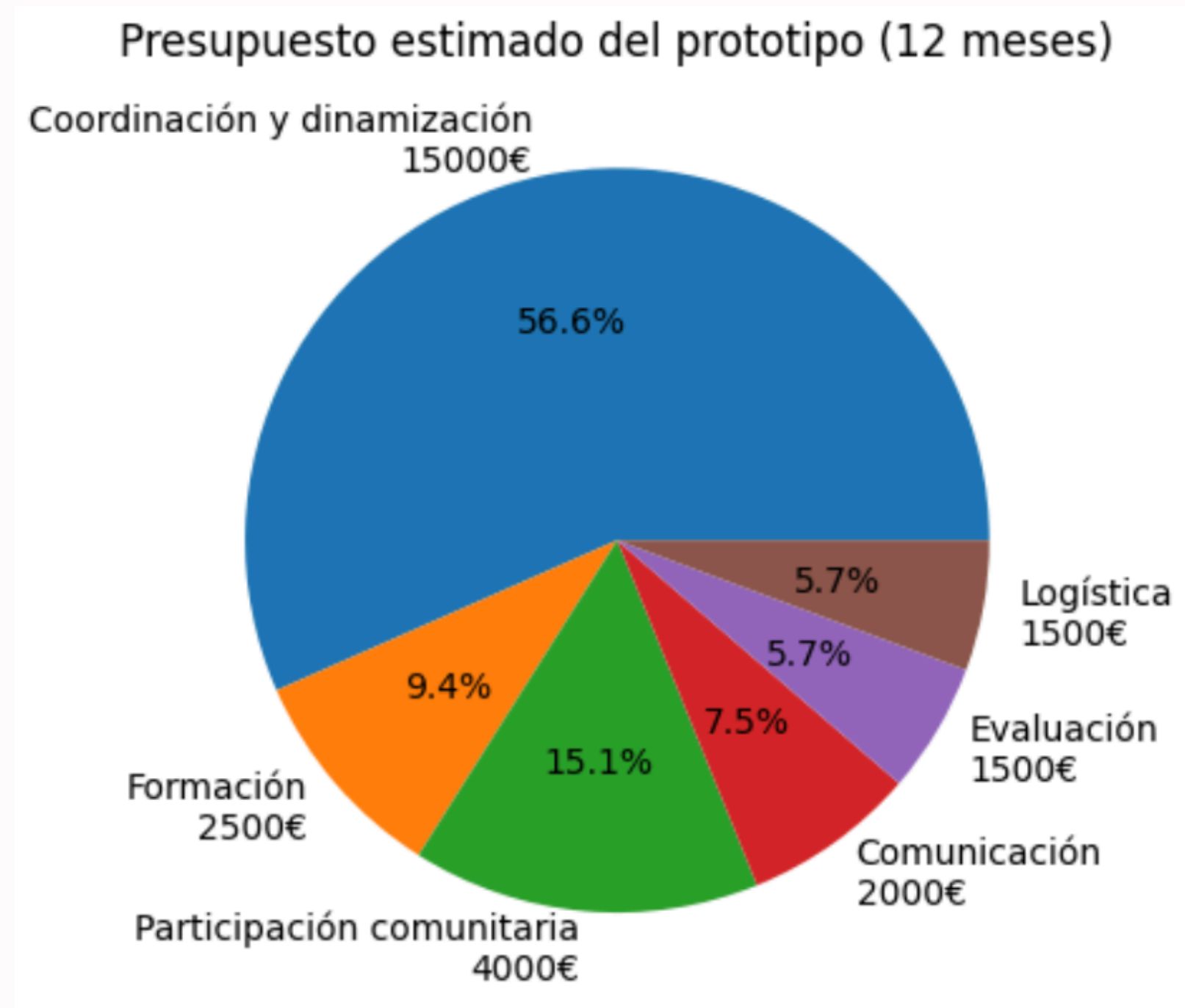
- Mejor coordinación entre centro de salud, servicios sociales y entidades
- Incorporación del enfoque comunitario en la práctica profesional
- Uso más eficiente de los recursos y menor medicalización



7. Diseño y planificación inicial



8. Presupuesto



9. CONTRIBUCIÓN A LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS)



Promovemos hábitos saludables y bienestar desde la comunidad

Facilitamos el acceso a recursos y la participación de todas las personas

Activamos redes vecinales y fortalecemos el entorno como espacio de salud

Fomentamos la conexión con la naturaleza y prácticas sostenibles

Impulsamos la coordinación entre salud, entidades y ciudadanía

¿Te sumas a activar salud en tu comunidad?

- ☞ Contáctanos para conocer el proceso o impulsar iniciativas similares
beatriz.rodriguez@farmamundi.org
- ☞ Visita nuestra web y descubre recursos, experiencias y resultados
<https://saludglocal.org/proyectos/activando-cantabria/>
- ☞ Fórmate en el aula virtual y profundiza en salud comunitaria
<https://aulavirtual.farmamundi.org/>

**Este prototipo es solo el comienzo.
Seguimos construyendo, conectando y aprendiendo desde el territorio.**

