

**INFORME DE
EVALUACIÓN**

**PROGRAMA
ESTACIONES
SALUDABLES
DE LA CIUDAD
AUTÓNOMA DE
BUENOS AIRES**

[2014]

**ESTACIONES
SALUDABLES**

EVALUACIÓN DEL PROGRAMA:
ESTACIONES SALUDABLES
DE LA CIUDAD AUTÓNOMA DE BUENOS AIRES

Febrero 2014



Asociación Conciencia nace en 1982 con el propósito de propagar en la gente los derechos de la democracia poniendo foco en la educación como el derecho que garantiza el desarrollo y la igualdad de posibilidades para avanzar socialmente. Desde entonces desarrolla programas basados en el desarrollo y la inclusión social, y se ha involucrado en proyectos sociales tanto en el sector público como en el ámbito privado.



Fundación el otro, desde su creación en 1990, ha trabajado con el Estado y con organizaciones de la sociedad civil -sociales, empresarias, universitarias- en programas que promovieran la participación activa de los ciudadanos en los asuntos públicos, la responsabilidad social de las empresas y la posibilidad para toda persona de incluirse en las cadenas de creación de valor económico.



Red Puentes Internacional (RPI), asociación de organizaciones de la sociedad civil y líderes sociales, fue formada en 2002 para contribuir a la sustentabilidad global a través de la promoción de cambios en el actuar de las organizaciones que permitan asegurar el respeto de los derechos humanos y del medio ambiente, la equidad, la transparencia, el cumplimiento de la legalidad y la participación de los grupos de interés en la toma de decisiones que los afectan.

Buenos Aires, febrero 2014

Coordinación del proyecto: Susana Arranz de Finger

Expertas a cargo de la investigación de campo: Cristina C. López; Paula Isabel Acuña

Revisión final: Alexis Estevez

Equipo de evaluación		
Nombre	Institución	Email
Paula I. Acuña	Fundación el otro	paula.acuna@elotro.org.ar
Cristina C. López	Fundación el otro	clopez@elotro.org.ar
Susana Finger	Asociación Conciencia	susanafinger@yahoo.com
Alexis Estevez	Asociación Conciencia	aestevez@conciencia.org

Nuestro agradecimiento a los coordinadores y todo el personal de las ES visitadas quienes facilitaron la realización del trabajo de campo.

Publicado por:

Asociación Conciencia y Fundación el otro – Red Puentes Internacional

E- mail: argentina@redpuentes.org

Sitios web: www.conciencia.org; www.elotro.org.ar; www.redpuentes.org

El estudio que dio lugar al presente informe, se llevó a cabo de forma independiente. La metodología diseñada y aplicada para el mismo, ha tomado en consideración el peso de posibles sesgos interpretativos, por lo que incluye múltiples instancias de verificación de las conclusiones parciales y finales de los diferentes análisis realizados.

Asociación Conciencia y Fundación el otro no aceptan responsabilidad alguna por las consecuencias de la utilización de los contenidos del presente informe para otros fines o en otros contextos.

© 2014 Asociación Conciencia y Fundación el otro.

Todos los derechos reservados.

INDICE

RESUMEN EJECUTIVO.....	7
SOBRE ESTE ESTUDIO	8
1. Antecedentes:	8
2. El Programa Estaciones Saludables	8
3. Fundamentación de la evaluación del PES	10
4. Objetivos generales y específicos de la evaluación	10
5. Esquema de la intervención	11
6. Estructura de la evaluación	13
7. Metodología de trabajo y criterios utilizados	13
8. Estrategia de identificación	14
9. Diseño de las encuestas	15
10. Etapas del proceso	15
MARCO DE REFERENCIA INTERNACIONAL	17
1. Marco conceptual OMS y FAO sobre hábitos saludables y prevención de enfermedades crónicas	17
2. El modelo de intervención privilegiado	18
3. Motivar el cambio en los hábitos	20
4. Implementar el cambio de dieta y de estilo de vida	20
5. Monitoreo y evaluación	21
HALLAZGOS DE LA EVALUACIÓN	22
1. Perfil de los usuarios de las ES.....	22
2. Grado de conocimiento que los vecinos tienen respecto al PES	22
3. Servicios mayoritariamente utilizados por los vecinos	24
4. Servicios de interés que podrían incorporarse al PES.....	26
5. Calidad de los servicios prestados en la ES.....	29
6. Razones por las cuales los vecinos utilizan los servicios del PES	35
7. Conocimiento de los problemas de salud asociados a malos hábitos	36
RECOMENDACIONES	38
CONCLUSIONES Y PROPUESTAS DE ACCIÓN.....	40

Anexos

- I - Guía orientadora del focus group
- II- Formulario de encuesta al vecino
- III- Formulario de encuesta al usuario de la ES
- IV- Esquema de entrevista a referente de la ES
- V- Memoria de los Focus Group
- VI- Memoria de las Entrevistas a referentes de las E/S

RESUMEN EJECUTIVO

La presente evaluación tiene como objetivo identificar las expectativas del vecino en relación a la utilización del Programa Estaciones Saludables (PES) implementado desde el gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA), observando tanto la percepción del vecino respecto al servicio como sus motivaciones para acercarse a utilizarlo.

Este estudio analizó las Estaciones Saludables (ES) correspondientes a tres parques: Parque Saavedra, Parque Centenario y Parque Patricios. Para poder recabar la información necesaria se realizaron 48 encuestas, 3 focus group y 6 entrevistas a referentes de las ES.

Uno de los resultados que se destacan en esta evaluación es que el PES brinda servicios de muy alta calidad. El profesionalismo de los recursos humanos fue subrayado por los vecinos al igual que su buena predisposición para el trato.

Dentro de las oportunidades de mejora encontradas, el aspecto más importante que recomendamos revisar es la priorización de la población destinataria del PES. Hacemos esta afirmación debido a que actualmente las ES son usadas principalmente por adultos mayores y por personas que ya tienen una patología. El perfil del usuario actual dificulta la realización de acciones preventivas en materia de salud. Contar con mayor claridad respecto a cuáles son los grupos que el PES quiere priorizar tendrá como consecuencia la modificación de actividades, horarios y productos comunicacionales.

También encontramos otros espacios de mejora y en algunos de ellos vemos la posibilidad de colaborar para potenciar este programa.

En el ámbito de promoción y difusión, podemos colaborar en la generación de articulaciones de las ES con empresas y colegios de la CABA.

En el ámbito de la gestión, podemos colaborar a través del diseño de un programa de coaching que las ES dirigirán a los vecinos, en el marco del cual se podrán organizar grupos orientados a la incorporación de hábitos saludables en nutrición.

En el ámbito del control de gestión y la rendición de cuentas, podemos colaborar en el desarrollo de indicadores de gestión específicos y orientativos de los resultados que se propone alcanzar el PES.

1. Antecedentes:

La implementación del Programa Estaciones Saludables (en adelante, PES) comenzó en los primeros meses del año 2012 en el marco de la Dirección General de Desarrollo Saludable, que depende de la Secretaría de Desarrollo Ciudadano, que a su vez está bajo la órbita de la Vicejefatura del Gobierno de la CABA.

Autoridades de la Vice Jefatura de Gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires se pusieron en contacto con Asociación Conciencia en el mes de agosto de 2013, con el propósito de solicitar un trabajo, a ser realizado entre los meses de octubre y diciembre de 2013, que permitiera identificar las expectativas de los vecinos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, en relación a la utilización de los servicios del programa.

2. El Programa Estaciones Saludables

- Necesidades a las que responde el programa

Las Estaciones Saludables son puestos de prevención de enfermedades y promoción de la salud donde enfermeros y nutricionistas realizan controles básicos de salud (medición del peso y talla, nivel de glucosa en sangre, presión arterial, colesterol, monóxido de carbono (CO) en aire espirado) y consejería en alimentación saludable.

- Objetivos

El programa tiene por objetivo la prevención de enfermedades y promoción de la salud, realizado por un equipo de profesionales enfermeros y nutricionistas.

Actualmente dispone de 34 estaciones saludables distribuidas en puntos estratégicos de la ciudad, las que están dispuestas para que todas las personas que circulan por la zona puedan acceder libre y gratuitamente.

- Componentes

Se encuentran distribuidas en 34 puntos estratégicos y están dispuestas para que todas las personas que circulan por la Ciudad puedan acceder libre y gratuitamente.

De las 34 estaciones, 23 son móviles e intermedias y once de ellas son fijas, las que cuentan con una variada oferta de clases de – entre otras - gimnasia, yoga, baile, rollers (articuladas con la Secretaria de Deportes); actividades lúdico-educativas para niños y actividades para adultos mayores. En ellas también se organizan caminatas aeróbicas, bicicleteadas, clases y charlas abiertas de cocina y alimentación saludable, y se brinda servicio de casilleros y cambiadores para los que necesiten guardar sus cosas o cambiarse antes de salir a ejercitarse.

➤ Política de cobertura y acceso

El servicio está pensado para todas las personas que circulan por la Ciudad de Buenos Aires sin importar su lugar de residencia y es completamente gratuito.

Los profesionales de salud solicitan, a la hora de atender, varios datos personales (DNI, Nombre y apellido, fecha de nacimiento, teléfono, barrio de residencia y correo electrónico) pero ninguno de ellos son condición necesaria para prestación del servicio. Es decir que si una persona NO quiere proporcionar su teléfono o correo electrónico (o mismo su DNI) podrá atenderse igual en las estaciones. En este sentido, los datos solicitados tienen como principal fin el estadístico y análisis de la situación antropométrica de la población de CABA.

➤ Canales de comunicación con el vecino

Los referentes de las Estaciones Saludables son los encargados de promover y difundir las actividades en la zona de influencia con entrega de folletería y mantenimiento diario de la cartelera informativa.

Adicionalmente el PES dispone de un canal virtual de comunicación con los vecinos a través de Facebook y Twitter.

Controlá tu salud durante todo el año en diferentes puntos de la Ciudad.

EN TODAS LAS ESTACIONES PODÉS:

- + **Cuidar tu salud**
Pasá por las estaciones para controlar gratis tu:
 - + Peso.
 - + Presión arterial.
 - + Glucemia.

Y ADEMÁS, ACERCATE A LAS ESTACIONES FIJAS PARA:

- + **A los juegos**
Acercate a las Estaciones Saludables fijas con tus chicos para averiguar las actividades que se realizan durante los fines de semana y feriados. Hay juegos tradicionales, deportes, plaza blanda para los más chiquitos y juegos donde participa toda la familia. ¡Estar en movimiento hace bien! Generale a tus hijos hábitos saludables desde chicos.
- + **Actividades de nutrición**
Un equipo de nutricionistas te espera en las Estaciones Saludables fijas para brindarte consejería en alimentación saludable, donde recibirás información necesaria para mejorar tus hábitos alimentarios. También podés participar de encuentros grupales, con temáticas diferentes cada mes, orientadas a prevenir enfermedades crónicas no transmisibles y cuidar tu salud.
- + **Actividades para adultos mayores**
Despertar Saludable es un espacio donde se brindan actividades físicas como caminatas, ritmos latinos y yoga para adultos mayores en 10 Estaciones Saludables de la Ciudad. También hay juegos de ingenio y de memoria para ejercitar la mente y generar vínculo con los vecinos. Acercate a averiguar qué actividad hay en la Estación Saludable más cercana a tu casa. Todas las actividades se realizan los fines de semana y feriados durante la mañana.
- + **Realizar actividad física**
Te ofrecemos actividades gratuitas, en diferentes días y horarios para incorporar el deporte a tu rutina. Elegí lo que más te gusta hacer: gimnasia, *running*, caminatas, elongación, yoga, bicicleta y mucho más.

Acercate a la estación más cercana para consultar los horarios.

3. Fundamentación de la evaluación del PES

Para este trabajo se tomaron en consideración las percepciones de los vecinos de la Ciudad con respecto al PES. A través de diferentes metodologías se indagaron las motivaciones, intereses e inquietudes que impulsan a los vecinos a utilizar/no utilizar los servicios que ofrece el PES.

El objetivo del presente estudio es el de ser utilizado por parte del equipo del programa para realizar los ajustes en la implementación que considere necesarios a fin de alcanzar los efectos e impactos que el mismo se propone, entendiendo que los impactos se vinculan con el conocimiento, la toma de conciencia y el cambio de los hábitos de los vecinos con respecto a la alimentación y la actividad física, se darán en el mediano y largo plazo.

4. Objetivos generales y específicos de la evaluación

El presente estudio responde a la solicitud realizada por la Vice Jefatura de Gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires con el fin de evaluar ciertos aspectos particulares de la iniciativa. A continuación, enunciamos el objetivo general y los objetivos específicos acordados:

Objetivo General:

Identificar las expectativas del vecino en relación a la utilización del PES.

Objetivos Específicos:

OE1: Analizar la percepción del vecino de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires con respecto al PES.

OE2: Indagar sobre las motivaciones que impulsan al vecino a utilizar los servicios del PES.

Líneas de acción:

OE1: Análisis de percepción

1. Evaluar el grado de conocimiento que tienen los vecinos del PES.
2. Analizar qué servicios del PES son utilizados mayoritariamente por los vecinos.
3. Indagar si existen otros servicios de interés para el vecino que podrían sumarse al PES.
4. Identificar la percepción del beneficiario sobre la calidad de los servicios prestados en la Estación Saludable que utiliza.

OE2: Análisis motivacional

1. Identificar las razones por las cuales los vecinos utilizan los servicios del PES.
2. Describir el conocimiento de los vecinos con respecto a los problemas de salud asociados a la mala alimentación y al sedentarismo entre otros hábitos poco saludables.

5. Esquema de la intervención

➤ Unidades de intervención

Estaciones Saludables Fijas	Estaciones Saludables Móviles
Plaza Rubén Darío (Libertador y Austria)	Retiro (Ramos Mejía y Libertador)
Parque Patricios (Patagones y Monteagudo)	Constitución (Brasil y J. de Garay)
Parque Centenario (Díaz Vélez y Patricias Argentinas)	Puente Pacífico (Santa Fe y Bullrich)
Parque Chacabuco (E. Mitre y Asamblea)	Plaza Miserere (Mitre y Pueyrredón)
Parque Indoamericano (Castañares y Escalada)	Chacarita (Lacroze y Corrientes)
Plaza Sudamérica (Piedrabuena y F. de la Cruz)	Parque Rivadavia (Rivadavia y Doblas)
Parque Avellaneda (Lacarra y Directorio)	Parque Lezama (Brasil y Defensa)
Parque Saavedra (García del Río y Melián)	Diagonal Norte y Florida
Parque Centenario (Díaz Vélez y Patricias Argentinas)	Pza. Nueva Pompeya (Sáenz y Traful)
Parque Chacabuco (E. Mitre y Asamblea)	Corrientes y Uruguay
Parque Indoamericano (Castañares y Escalada)	Pza. Irlanda (Gaona y Donato Álvarez)
Plaza Sudamérica (Piedrabuena y F. de la Cruz)	La Redonda (Juramento y Vuelta de Obligado)
Parque Avellaneda (Lacarra y Directorio)	Pza. Flores (Fray Cayetano Rodríguez e/Rivadavia y Yerbal)
Parque Saavedra (García del Río y Melián)	Pza. Ricchieri (Beiró y Quevedo)
Golf de Palermo (Adrés Bello casi esq. Tornquist)	Pza. Aristóbulo del Valle (Cuenca y Nogoyá)
Rosedal (Iraola y Sarmiento)	Pza. Martín Rodríguez (Pareja y Helguera)
Parque Los Andes (Dorrego y Corrientes)	Pza. Casal (Roosevelt y Triunvirato)
	Parque Las Heras (Coronel Díaz y Peña)

➤ Unidad de análisis

UA	Mujeres				Hombres			
	18 a 29	30 a 45	46 a 64	65 y mas	18 a 29	30 a 45	46 a 64	65 y mas
Usuarios de E/S	2	5	14	8	-	2	3	3
Personas en tránsito	1	1	1	-	3	3	1	1
Coordinadores	-	1	-	-	-	1	-	-
Enfermera/s	-	-	-	-	-	-	-	-
Nutricionista/s	-	1	-	-	-	-	-	-
Profesores de educación física de Secretaria de Deportes	-	1	-	-	-	2	-	-

➤ Cobertura del estudio

Cobertura	Usuarios de E/S	Personas en tránsito	Coordinadores	Enfermera/s	Nutricionista/s	Profesores de ed. física
Parque Centenario	10	4	-	-	1	1
Parque Saavedra	14	4	1	-	-	1
Parque Patricios	13	3	1	-	-	1

6. Estructura de la evaluación

Se realizaron las siguientes acciones de cumplimiento:

- Recopilación y análisis de toda la información existente.
- Realización de encuestas dirigidas a los vecinos de la Ciudad.
- Procesamiento de resultados obtenidos.
- Realización de un Informe de avance.
- Generación de dinámicas de grupos focales con los vecinos de la Ciudad.
- Desarrollo de entrevistas a referentes en campo del Programa de Estaciones Saludables.
- Procesamiento de resultados obtenidos en las actividades propuestas.
- Análisis de los resultados cuantitativos y cualitativos.
- Propuestas de mejora.
- Realización de un Informe final en función a las conclusiones obtenidas.

7. Metodología de trabajo y criterios utilizados

En la primera parte de la presente evaluación se han realizado 30 encuestas en los parques de las ES seleccionadas.

La encuesta es una técnica cuantitativa de investigación a partir de la cual se busca obtener datos, utilizando un cuestionario pre-diseñado¹. Los datos se obtienen a partir de realizar un conjunto de preguntas normalizadas dirigidas a una muestra representativa.

Las mismas fueron realizadas en los parques correspondientes a las siguientes tres Estaciones Saludables fijas en las fechas que se detallan a continuación:

ES de Parque Centenario (zona centro), el 26/10/2013 y el 30/10/2013.

ES de Parque Saavedra (zona norte), el 3/11/2013.

ES de Parque Patricios (zona sur), el 14/11/2013.

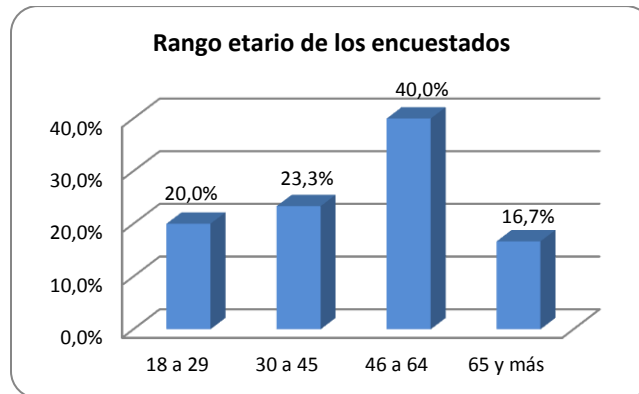
Se han realizado 10 encuestas en cada ES seleccionada.

De los 30 encuestados, 15 son mujeres y 15 son varones.

La mitad de las encuestas fueron realizadas a usuarios, en el momento en el que salían de un control o de una actividad y la otra mitad a personas al azar que pasaban por los parques.

Se buscó que los encuestados representaran distintos rangos etarios. La distribución de los encuestados según rango etario es la siguiente:

¹ Se adjunta el cuestionario como Anexo 1, al final de este documento.



En la segunda etapa de esta evaluación se realizaron 3 focus group, uno en cada una de las tres ES seleccionadas. Los tres fueron organizados a la salida de clases de gimnasia organizadas por la ES. Al finalizar cada focus group entregamos a algunos de los presentes encuestas personalizadas para con el objeto de obtener información sobre la edad, el nivel educativo, el tipo de actividad laboral que realizan y el tipo de cobertura médica.

En Parque Centenario el focus group fue realizado el día 9/1/2014. Participaron en el mismo 5 mujeres y 1 varón, todos de 65 años y más.

En Parque Saavedra el focus group fue realizado el día 15/1/2014. Participaron en el mismo 8 mujeres, de edades variadas.

En Parque Patricios el focus group fue realizado el día 22/1/2014. Participaron en el mismo 5 mujeres y 1 varón. Los participantes eran de edades variadas.

8. Estrategia de identificación

El trabajo de campo para la obtención de la información se realizó a través de entrevistas, encuestas y focus group.

Sobre los grupos de intervención

➤ Identificación

La definición de los grupos de intervención fue sugerida por la Dirección General de Desarrollo Saludable que depende de la Secretaria de Desarrollo Ciudadano de la Vice-Jefatura del gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

➤ Procedimiento

Se realizaron encuestas explicativas personales de dimensiones temporales combinadas cuyo contenido se centró en hechos, opiniones, actitudes y sentimientos de los participantes.

➤ Características

A través de las entrevistas y encuestas exploratorias realizadas se procuró una búsqueda sistemática de información preguntando a los investigados sobre el contenido de los criterios establecidos para este estudio, los que posteriormente se reunieron para obtener durante la evaluación datos agregados.

➤ Muestra

Se seleccionó una muestra representativa para garantizar la generalización de los resultados.

➤ Control

Con el objetivo de determinar las relaciones de causa y efecto entre los fenómenos todas las investigaciones explicativas comenzaron describiendo la realidad analizada. Para ello resultó imprescindible el control de las posibles explicaciones alternativas, siendo necesario considerar detalladamente todas las variables intervinientes en la investigación y la ponderación de la representatividad y aleatorización del muestreo.

9. Diseño de las encuestas

Una vez establecidas las técnicas estadísticas a utilizar y definida la disponibilidad de recursos financieros, humanos, tecnológicos y el tiempo estimado para su realización se procedió al diseño de los cuestionarios con la consigna de que los mismos proporcionaran información simple que pudiera ser procesada de un modo sencillo.

Las características priorizadas fueron la precisión y claridad de las preguntas, el orden lógico en función de las temáticas, se cuidó la utilización de un vocabulario adecuado y consideró a posibilidad de que los propios entrevistados sugirieran nuevas preguntas.

En todos los casos se procuró realizar preguntas abiertas de manera que el entrevistado pudiera expresarse libremente de modo de poder obtener la mayor información posible sobre los elementos clave a indagar.

Luego se seleccionó la muestra y se eligió adecuadamente a los informantes clave, es decir aquellos individuos cuya posición o características les permiten proporcionar información que otras personas desconocen o darían incompleta, como es el caso de los encargados de las Estaciones Saludables.

10. Etapas del proceso

La metodología de trabajo incluyó las siguientes etapas:

1. Selección de la muestra de Estaciones Saludables foco y de los grupos de referencia a entrevistar.
2. Diseño de las planillas de volcado de los resultados de las encuestas.

3. Desarrollo de las encuestas y focus group.
4. Elaboración de conclusiones y recomendaciones.
5. Redacción y edición del informe.

1. Marco conceptual OMS y FAO sobre hábitos saludables y prevención de enfermedades crónicas

Un informe de expertos de la Organización para la Agricultura y la Alimentación junto con expertos de la Organización Mundial de la Salud, ambos organismos de Organización de las Naciones Unidas, expone que la nutrición está pasando a estar en un primer plano, como factor determinante de enfermedades crónicas. El tipo de dieta que cada persona lleva adelante influye en su salud a lo largo de toda la vida, tanto de forma positiva como de forma negativa. No se trata sólo de la influencia que los desajustes alimentarios pueden tener en el momento de hacerlos, sino también de las consecuencias que pueden tener en el mediano y largo plazo: favorecer enfermedades como el cáncer, la diabetes o enfermedades cardiovasculares².

El informe también explica que otro de los factores que está fuertemente vinculado a la prevención de enfermedades es el desarrollo de actividades físicas. La realización de actividades físicas tiene gran influencia en la cantidad de grasa, de músculos y de tejido óseo que componen el cuerpo. La actividad física interactúa con los nutrientes que se ingieren e influyen en el riesgo de varias enfermedades crónicas³.

Muchas enfermedades son parcialmente evitables: ECV, EPOC, asma, cáncer, diabetes, obesidad, osteoporosis y ciertos problemas odontológicos, entre otros.

Es posible reducir el prevalencia de estas enfermedades, su gravedad y las complicaciones y consecuencias que éstas causan, en muchos casos independientemente de la edad, pero para ello es esencial cambiar los hábitos de vida como el tabaquismo, la inactividad física y las dietas poco saludables. Es decir, es fundamental considerar los estilos de vida.

Por las razones antes mencionadas es que el informe afirma:

“Para lograr los mejores resultados en la prevención de enfermedades crónicas, las estrategias y las políticas que se apliquen deben reconocer plenamente la importancia fundamental de la dieta, la nutrición y la actividad física.”⁴

El documento también hace hincapié en la importancia de tener en cuenta que los estilos de vida están fuertemente influenciados por las condiciones de vida: el nivel de ingreso, la educación, el entorno social, cultural y el lugar de trabajo, así como los entornos de desarrollo. Es por ello que los grupos desfavorecidos son más propensos que otros a ser afectados por diversas

² Organización Mundial de la Salud, Informe de una consulta mixta de expertos OMS/FAO, “Dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas”, Serie de informes técnicos; 916. Ginebra, 2003, p. 14.

³ Op. Cit., pp. 14-15.

⁴ Op. Cit., pp. 14-15.

enfermedades. Por esta razón el informe plantea que este tipo de estrategias debe concentrarse en las necesidades de los grupos de población más pobres⁵.

Por otra parte, el informe explica que para asegurar el éxito de las estrategias locales en materia de salud pública deben reunirse algunos requisitos: “Estos incluyen una función de liderazgo, una comunicación eficaz, alianzas operativas y un entorno favorable.”⁶. Vinculado a esto agregan que “la comunicación es eficaz cuando es capaz de crear conciencia, mejorar los conocimientos e inducir cambios a largo plazo de los comportamientos individuales y sociales”⁷, lo que implica que los que reciben la comunicación comiencen a consumir alimentos sanos e incorporen la actividad física en sus vidas.

El informe también afirma que los mayores logros “se han conseguido mediante el establecimiento de una relación de trabajo entre las comunidades y los gobiernos: la aplicación de legislación e iniciativas locales relacionadas con las escuelas y los lugares de trabajo; la participación de las asociaciones de consumidores y la implicación de los productores de alimentos y la industria de elaboración de alimentos.”⁸. O sea, destaca la necesidad de un enfoque multisectorial, en el cual se comprometan distintos sectores de la sociedad, para llevar adelante este tipo de políticas.

2. El modelo de intervención privilegiado

La adopción de un estilo de vida saludable depende tanto de factores individuales como de la estructuración de los factores ambientales sobre los cuales las personas tienen poco o ningún control directo.

La experiencia internacional muestra que para intervenir eficazmente y llevar un cambio sostenible en el estilo de vida, hay que actuar tanto sobre el comportamiento individual como sobre los factores del medioambiente al que pertenece. De otro modo no podrán cumplirse los objetivos y para ello se debe propender a realizar elecciones de salud que resulten amigables y fáciles, y que permitan ser sostenibles en el tiempo.

Para lograr este objetivo es necesario articular con todas las partes interesadas, los del campo de la promoción de la salud y la prevención y los que prestan atención y apoyo a personas con enfermedades crónicas.

El modelo canadiense, que guía la acción en este campo, promueve actividades de colaboración con los entornos sociales individuales, acompañado de estrategias de educación para la salud. Estas actividades y estrategias deben ser apoyadas por políticas de gobierno favorables, actividades sociales y campañas de comunicación (incluyendo el marketing social, medios de comunicación y espectáculos públicos)⁹.

⁵ Op. Cit., p. 138.

⁶ Op. Cit., p. 139.

⁷ Op. Cit., p. 139.

⁸ Op. Cit., p. 146.

⁹ Baum, F., *The New Public Health*, Second Edition, Victoria (Australia), Oxford University Press, 2002, p. 607.

COMPONENTES PARA ELEGIR LA INTERVENCIÓN DE UN ENFOQUE AMBIENTAL O PERSONAL		
	Enfoque ambiental	Enfoque individual
Actores	<p>Los tomadores de decisiones en salud, educación, municipios, la industria de alimentos, transporte, trabajo, ocio, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Población • Empresa 	Sistemas de atención y servicios de prevención
Objetivos	Mejora de las políticas y los entornos que promueven la salud y los estilos de vida saludables	Integración de la prevención en la oferta de servicios
Estrategias	<p>Acciones intersectoriales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definición de Políticas • Comunicación de campañas • Apoyo a los grupos vulnerables • Desarrollo de la Comunidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Prácticas clínicas preventivas (detección de casos, proyección, asesoramiento breve e intensivo). • Educación para la Salud
Ámbitos de incidencia	<ul style="list-style-type: none"> • Instituciones y Servicios Educativos de guardia • Los municipios, las comunidades e instituciones de rehabilitación • Entorno familiar • Lugares de trabajo • Barrios desfavorecidos • Asociaciones de grupos vulnerables o personas con discapacidad • Los establecimientos de la red de salud 	<ul style="list-style-type: none"> • E/S (en diferentes entornos intervención) y otras instituciones de la red de salud • Centros médicos y profesionales de la salud • Asociaciones de personas con problemas de salud

3. Motivar el cambio en los hábitos

Se considera que uno de los factores determinantes para decidir un cambio en la dieta es sea la percepción de la necesidad de hacerlo. Las personas suelen tener una percepción equivocada respecto a su comportamiento, que generalmente está asociada al convencimiento de que los mensajes orientados a la alimentación sana están orientados a personas más vulnerables. Este fenómeno tiene importantes implicancias prácticas para la salud y para la promoción del cambio de dieta, porque la falta de conciencia en el comportamiento personal se asocia a una escasa motivación para cambiar los propios hábitos.

Diversas evaluaciones a nivel internacional afirman que las campañas de información tienen buenos resultados en términos de favorecer la toma de conciencia y en comprender qué significa una alimentación saludable. Sin embargo, pareciera que no logran generar un cambio de conducta¹⁰.

4. Implementar el cambio de dieta y de estilo de vida

Una vez que la persona identifica la necesidad de cambio, una de las barreras para la adopción de una alimentación más sana está representada por las preferencias de gusto. La mayoría de las personas considera que las dietas saludables son monótonas, desagradables o que no satisfacen el apetito. La falta de tiempo es a menudo citada entre las causas que llevan a no seguir los consejos nutricionales, sobre todo para las personas jóvenes e instruidas. Otras barreras comunes que se han señalado son la renuncia a los alimentos favoritos y la falta de voluntad.

A pesar de los beneficios documentados, consumir una mayor cantidad de frutas y verduras es muy difícil para la población general. Aspectos prácticos, tales como el costo, la preparación y la dificultad de tenerlos en el ambiente de trabajo son algunos de los obstáculos más comunes a los cambios recomendados. Por esta razón, es necesario facilitar a los ciudadanos las alternativas saludables, ya sean en términos de comida sana a disposición o de entornos favorables para la realización de actividad física.

Generar un entorno que permita la adopción de elecciones para un estilo de vida más saludable es especialmente importante para aquel sector de la población que cuenta con estructuras recreativas insuficientes o excesivamente caras y con entornos poco seguros para caminar o andar en bicicleta.

Programas internacionales trabajaron en educación en nutrición, a través de sugerencias sobre cómo sustituir los alimentos que se consumen habitualmente por frutas y verduras, mostrando que esto puede lograrse sin que implique más tiempo de preparación o un mayor costo. Los esfuerzos de los gobiernos, las autoridades de salud pública, los fabricantes y los comercios para

¹⁰ Kaiser FG & Schultz PW, The attitude-behavior relationship: a test of three models of the moderating role of behavioral difficulty. *J Appl Soc Psychol* 39, (2009), pp. 186–207.

promover platos de frutas y verduras con una buena relación precio-calidad pueden contribuir de forma muy positiva en el cambio en la dieta.

La falta de conocimiento sobre la importancia de una alimentación sana no es percibida por los consumidores como un obstáculo importante para el cambio de la dieta, aunque en realidad lo es. También hay dificultades en la comprensión de las etiquetas de los envases de alimentos, sobre el concepto de porción y faltan conocimientos sobre la forma de llevar adelante una dieta equilibrada. Por esta razón, las campañas de educación nutricional contribuyen a brindar a las personas los conocimientos necesarios para tomar decisiones informadas.

5. Monitoreo y evaluación

Diversas investigaciones evidencian que es cada vez más necesario contar con indicadores para medir resultados y para poder hacer comparaciones entre países y promover correcciones en los programas. Planificar estratégicamente aplicando indicadores permitirá optimizar la utilización de los recursos públicos evitando la puesta en marcha de intervenciones que no tienen efectos significativos.

HALLAZGOS DE LA EVALUACIÓN

1. Perfil de los usuarios de las ES

A continuación detallamos algunas características de los usuarios de los distintos servicios de las ES:

- Los usuarios de las ES son, principalmente, adultos mayores.
- Los servicios vinculados con controles básicos de la salud son utilizados mayormente por personas que saben que tienen una patología y buscan llevar un control.
- La mayoría de las personas entrevistadas que realizan actividades físicas comentaron que ya realizaban actividades de este tipo antes de hacerlas en el parque.
- Casi la totalidad de las personas que realizan actividades físicas son mujeres.

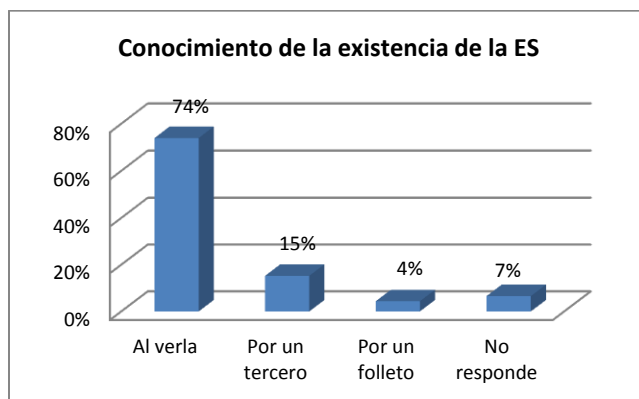
2. Grado de conocimiento que los vecinos tienen respecto al PES

Conocimiento de la existencia de la ES

Al investigar de qué forma los vecinos conocieron la ES obtuvimos los siguientes resultados:

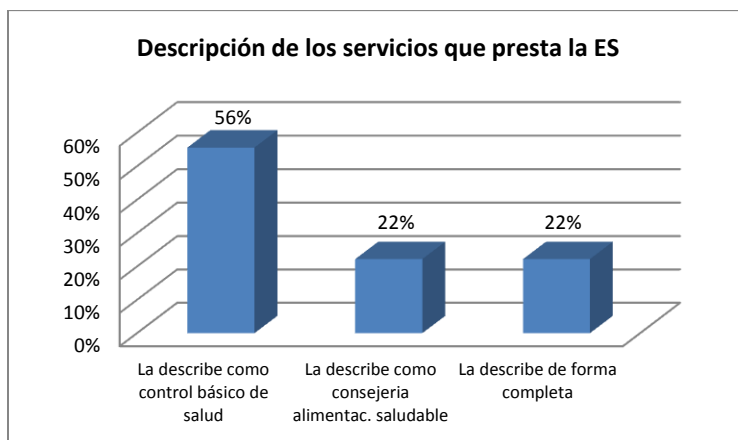
- El 74% de los encuestados que conocían las ES se enteró de su existencia al verla.
- El 15% se enteró por un tercero.
- Un 4% tomó conocimiento gracias a la folletería.
- El 7% no respondió.

De las 16 personas encuestadas en tránsito, sólo 2 no conocían las ES. Ambas personas tenían residencia en Provincia de Buenos Aires.



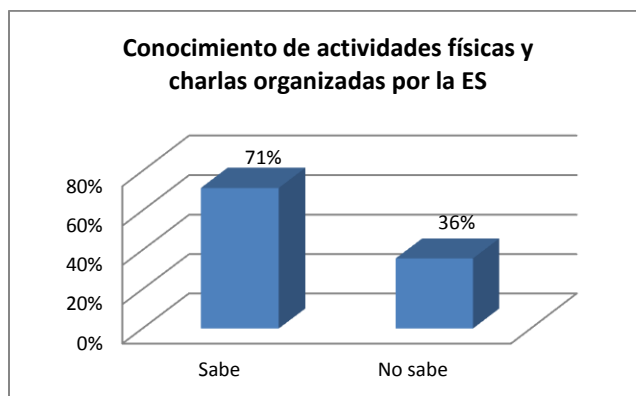
Descripción de los servicios que presta la ES

Cuando se solicitó a los encuestados que no utilizan las ES que describieran los servicios que creían que prestan las mismas un 56% dijo que se trataba de un control de salud. Un 22% explicó que se trataba de un control de salud y de consejería en alimentación. Y el restante 22% hizo una descripción completa de los servicios de la ES.



El 93% de los encuestados que conocían las ES contaba con información sobre el servicio de controles básicos de salud.

El 71,4% de los encuestados que conocían la ES contaba con información sobre el servicio de organización de actividades físicas y charlas.



Cómo hacer conocer las ES según los resultados de los focus group

Al preguntarles sobre cómo harían conocer las ES a las personas que aún no las conocen, los vecinos que participaron en los focus group respondieron:

- Difundiendo información sobre los servicios a través de los medios de comunicación masiva.

- Agregando música en todas las actividades físicas (sólo hay en algunas clases), ya que las personas cuando escuchan música se acercan.

- Con folletería en los comercios.

Apreciaciones

A continuación desarrollaremos nuestras apreciaciones, basadas en el análisis de la información tomada de encuestas, entrevistas y focus group expresada en este capítulo.

Vinculadas con la forma de operar de la ES:

A partir de analizar que la mayoría de los encuestados conocen la ES por haberla visto, se puede inferir que es más probable que conozcan las ES las personas que utilizan los parques como lugares de esparcimiento, a que la conozcan las personas que no circulan por los mismos. A esta observación hay que agregarle el hecho de que las ES son utilizadas principalmente por adultos mayores y por personas que ya tienen una patología. Este análisis nos lleva a preguntarnos, ¿el PES estableció cuáles son los grupos de población destinataria que quiere priorizar? En caso de que no exista una priorización, recomendamos que sea establecida y que las actividades propuestas se adapten a dicha priorización.

Vinculadas con Comunicación:

En línea con el punto anterior, en caso de que exista una priorización de los destinatarios del PES, nos surge la siguiente inquietud: ¿la comunicación está organizada de forma de alcanzar a los diferentes públicos?

A partir de analizar cómo describen los vecinos encuestados a las ES (un poco más de la mitad de los encuestados la describió como un control básico de salud) aparece como desafío la necesidad de mejorar la comunicación para difundir la existencia del servicio de consejería en alimentación saludable, de las charlas, de las actividades para niños y de las actividades físicas.

3. Servicios mayoritariamente utilizados por los vecinos

Acercamiento del vecino a la ES por primera vez

Al consultarles a los referentes de las ES cuáles eran las razones por las cuales los vecinos se acercan por primera vez respondieron que el acercamiento se debe a:

- curiosidad,
- recomendación,
- gratuidad,
- promoción,
- que el tiempo que les llevará realizarse los controles es corto (eso se les explica en la promoción),

- que el equipo de la ES está formado por profesionales.

En el marco de la entrevista a los referentes de la ES de Parque Patricios, se nos informó que hay vecinos que se acercan a la ES buscando otro tipo de servicios, por ejemplo: pediatría, primeros auxilios, medicina clínica y vacunación.

Respecto a las clases de actividad física, los referentes de las mismas y las personas que participan en ellas nos informaron que los vecinos se acercan cuando:

- ven al grupo haciendo la clase y
- hay música.

“Sólo en la clase de los domingos hay música, sería bueno que hubiera también los demás días de la semana”, (mujer, Parque Saavedra, 15/1/2014).

Principal interés del vecino

De las entrevistas realizadas a referentes de las ES se desprende que el control de la presión es uno de los servicios que generan más interés en el vecino y que, en general, todos los controles de enfermería que se ofrecen llaman la atención.

Dos de los referentes nos informaron que la medición del colesterol en sangre era algo que atraía mucho y agregaron que los vecinos siguen preguntando por el servicio. Por razones fundadas, que nos fueron explicadas desde Secretaría de Desarrollo Ciudadano, el servicio de medición del colesterol se discontinuó.

Una de las referentes mencionó que también los controles de glucemia y de peso y la asesoría en alimentación generan interés en el vecino.

Los vecinos, en particular las personas que viven solas, le dan mucha importancia a la posibilidad de socialización que dan las distintas actividades físicas y los grupos para adultos mayores.

Apreciaciones

A continuación desarrollaremos nuestras apreciaciones, basadas en el análisis de la información tomada de encuestas, entrevistas y focus group expresada en este capítulo.

Vinculadas con la forma de operar de la ES:

Consideramos que es importante destacar que dentro de las tres ES que tiene como alcance la evaluación, fue en la ES de la zona sur en la única en la que se mencionó que a veces los vecinos se acercan buscando servicios que el PES no brinda. Es sabido que en la zona sur de la ciudad la proporción de vecinos sin cobertura privada de salud es mayor que en la zona centro o en la zona norte. Es posible que este hecho afecte la forma de operar de las ES de la zona sur. Recomendamos que a la hora de revisar los destinatarios priorizados por el PES, las diferencias socioeconómicas que presentan las diferentes zonas sean tenidas en cuenta.

Los intereses de los vecinos están directamente relacionados al perfil de los usuarios de las ES. Esto nos lleva a retomar la recomendación ya planteada que refiere a la necesidad de priorizar los grupos de población destinataria del PES.

Vinculadas con comunicación:

Recomendamos comunicar a través de cartelería y a través del FB cuál es la razón por la cual se decidió no seguir realizando la medición del colesterol en sangre.

4. Servicios de interés que podrían incorporarse al PES

Servicios que podrían incorporarse según la visión de los referentes de las ES

A continuación presentamos un listado de los servicios que podrían incorporarse en las ES según los referentes entrevistados:

- Consejería psicológica bajo la forma de terapias grupales, ya que muchos de los vecinos presentan evidentes problemas psicológicos que actualmente sobrepasan la capacidad de contención de la ES. Esta observación coincide con los resultados de los focus group donde muchos de los vecinos resaltaron la importancia que para ellos representa su pertenencia al grupo como espacio de socialización.
- Más actividades orientadas a niños y adultos mayores, ya que los vecinos preguntan por las actividades orientadas a los mismos.
- Un servicio de pediatría, en especial porque las familias más vulnerables en general tienen muchos hijos. Algunos referentes también comentaron que hay vecinos que preguntan por médicos y servicio de primeros auxilios. Del mismo modo, en la ES de Parque Saavedra los referentes comentaron que algunos vecinos preguntan por la posibilidad de medirse el oxígeno en sangre y que tal vez ese es otro servicio que se podría incorporar en la enfermería.
- Clases de yoga. Los referentes comentan que antes se ofrecía esa clase y se desconoce la razón por la cual se discontinuó.

Servicios que podrían agregarse según los vecinos encuestados

Ante la pregunta referida a si consideraban que la ES debía agregar algún servicio el 35,7% de los encuestados que conocían las ES dio algún tipo de recomendación. El 28,6% respondió que no agregaría nada. Los demás encuestados no supieron qué responder. Las sugerencias más relevantes de los vecinos estuvieron orientadas a:

- la modificación de horarios para favorecer la participación de las personas que trabajan.
- facilitar el acceso a agua potable a las personas que realizan actividad física.
- agregar carteles con el detalle de actividades de la ES.

- mejorar las estrategias de derivación de la ES hacia otras instituciones de salud.

Algunos comentarios de los vecinos tomados en forma textual:

“Sería bueno que hicieran una modificación en los horarios, ya que muchas actividades son en días de semana, sería bueno que agregaran actividades para el fin de semana y para el verano”, (varón entre 30 y 45 años, Parque Centenario, 26/10/2013).

“Me gustaría que brindaran la posibilidad de refrescarse cuando hace mucho calor. Y que brinden acceso a agua potable”, (varón de 18 a 29 años, Parque Centenario, 30/10/2013).

“Deberían agregar más carteles que indiquen actividades, que sean más grandes, más vistosos que los de ahora. No daría tanta folletería chica, uno la pone automáticamente en la cartera y después la tira.”, (mujer entre 65 y más, Parque Patricios, 14/11/2013).

“Entiendo que no puedan hacer aquí el análisis de HIV pero sería bueno si pudieran informar dónde es posible hacerlo. Yo pregunté y no supieron decirme”, (mujer entre 18 y 29 años, Parque Centenario, 26/10/2013).

“Me encanta el teatro, tal vez talleres de teatro”, (mujer entre 65 y más años, Parque Centenario, 26/10/2013).

“Podrían agregar clases de tango y meditación”, (mujer entre 46 y 64 años, Parque Saavedra, 03/11/2013).

“Deberían publicitar más lo que tienen”, (varón entre 30 y 45 años, Parque Saavedra, 03/11/2013).

“Me gustaría que enseñaran primeros auxilios.”, (varón entre 65 y más años, Parque Centenario, 30/10/2013).

“Tal vez se podría agregar un servicio de oftalmología”, (varón entre 30 y 45 años, Parque Patricios, 14/11/2013).

“Me gustaría que de alguna forma pudieran detectar la diabetes. Con estos controles no la detectan, sólo miden si el azúcar en sangre es alta o baja”, (varón entre 46 y 64, Parque Patricios, 14/11/2013).

Servicios que podrían agregarse según el resultado de los focus group

En dos de los tres focus group realizados se destacó la necesidad de habilitación de baños, en especial para las personas que realizan actividades físicas: *“Algunas señoras usan el del subte, tiene que pagar el boleto para poder entrar”* (mujer de 65 o más, Parque Patricios, 22/1/2014). Esta necesidad planteada por los vecinos coincide con lo mencionado por algunos de los referentes, que, conversando sobre propuestas de mejoras recomendaban la incorporación de este servicio.

En dos de los tres focus group realizados los vecinos sugirieron que se vuelvan a ofrecer clases de yoga.

En uno de los tres focus group realizados apareció la inquietud de contar con un espacio cerrado para llevar adelante las actividades físicas sin que las mismas se vean afectadas por el clima. Esta misma inquietud también fue planteada en las entrevistas por algunos de los referentes de actividad física.

Articulación de las ES con otros organismos

A continuación expresamos las articulaciones que las ES podrían tener con otros organismos, según los referentes que fueron entrevistados:

- Con los hospitales y vinculando las bases de datos entre el PES y otros sistemas de salud.
- Con los Centros de Gestión y Participación Comunal (CGPC) para contar con informes elaborados por ellos y poder así responder algunas de las consultas que realizan los vecinos.
- Con otros programas de la CABA, para contar con información para facilitar derivaciones (por ejemplo, hacia paradores nocturnos para personas en situación de calle) y para optimizar recursos (incorporando en un mismo parque diversos servicios de la CABA)
- Con las Estaciones de Bicicletas, para poder realizar nuevas propuestas en actividades físicas (bicicletas).
- Con el Programa Escuelas Saludables, analizando la posibilidad de incorporar escuelas privadas a dicho programa.
- Con las empresas cercanas a cada ES, por ejemplo, proponiendo recreos activos para el personal.
- Con las ferias barriales, para poder brindarles el cronograma y la ubicación de las mismas a los vecinos que tengan interés en comprar alimentos a un costo más accesible que en los negocios comunes.
- Articulación con los Centros de día para adultos mayores de la CABA.

Apreciaciones

A continuación desarrollaremos nuestras apreciaciones, basadas en el análisis de la información tomada de encuestas, entrevistas y focus group expresada en este capítulo.

Vinculadas con la forma de operar de la ES:

La incorporación de un servicio de acompañamiento psicológico/ coaching agregaría valor a la ES y se constituiría en una actividad convocante para los vecinos. En el marco de ese acompañamiento se podrían organizar grupos orientados a la incorporación de hábitos saludables en nutrición.

Recomendamos evaluar la posibilidad de incorporar servicios médicos preventivos adecuados a las distintas edades (niños, adolescentes, jóvenes, adultos), en línea con la misión del PES.

Recomendamos definir una estrategia respecto a cuáles son las principales disciplinas deportivas orientadas a la mejora de la salud física y adecuadas a los distintos rangos etarios priorizados por el PES.

Vinculadas con articulaciones con otros organismos:

Es importante que los equipos de las ES puedan contar con teléfonos y, en algunos casos, direcciones, para derivar al ciudadano hacia otros organismos vinculados a la salud. Sin embargo, contar con información de otros organismos que no están vinculados a la cuestión de salud puede ser contraproducente. Tendría como riesgo que la ES pierda el foco que debe tener en sus objetivos.

Recomendamos promover una mayor articulación entre el PES y el programa “Escuelas Saludables”.

Recomendamos promover una articulación con las empresas de la CABA, para favorecer la incorporación de hábitos saludables entre los recursos humanos de las mismas.

Recomendamos realizar una articulación con las Ferias Barriales, o al menos contar con información sobre su ubicación y horarios.

5. Calidad de los servicios prestados en la ES

Apreciación del servicio por el vecino

Todos los encuestados que utilizaron alguna vez algún servicio de la ES afirmaron haberlo recibido tal como lo que esperaban. Todos dijeron que la información recibida fue clara. Todos plantearon que fueron atendidos enseguida o tuvieron que esperar un tiempo razonable. Todos asintieron con respecto a que el trato del personal es respetuoso. En este punto, la mayoría de los encuestados resaltaron que se trataba de un trato “muy respetuoso” y destacaron valores como ser la cordialidad, la amabilidad y la solidaridad en el personal.

El 89,5% de los encuestados que utilizaron alguna vez algún servicio de la ES manifiesta que el personal tiene suficiente formación como para realizar su trabajo. El 10,5% restante respondió no saber.

Algunos comentarios de los vecinos tomados en forma textual:

“La atención es muy buena. En la farmacia te cobran por controlarte la presión y acá no. Si ven problemas te recomiendan ir al médico. Estoy registrada en el sistema, comparando con la farmacia, es un servicio más serio”, (mujer entre 65 y más, Parque Centenario, 26/10/2013).

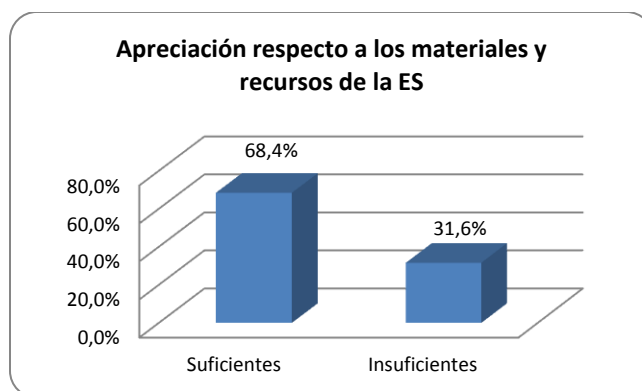
"Yo tenía un problema de obesidad. Comencé un tratamiento con la nutricionista a principios de este año y ya logré bajar mucho de peso", (mujer entre 46 y 64, Parque Centenario, 26/10/2013).

"Yo le llevo a mi cardiólogo el informe que me dan acá. Me evita hacer colas en el hospital. Me evita pagar 3 pesos en la farmacia para que me tomen la presión. La nutricionista de acá me abrió

más la cabeza que otras nutricionistas que he consultado”, (mujer entre 65 y más, Parque Patricios, 14/11/2013).

Materiales y recursos

El 68,4% de los encuestados que conoce la ES afirma que los materiales y recursos con los que la misma cuenta son suficientes. El 31,6% manifiesta que han visto faltantes de materiales o recursos alguna vez.



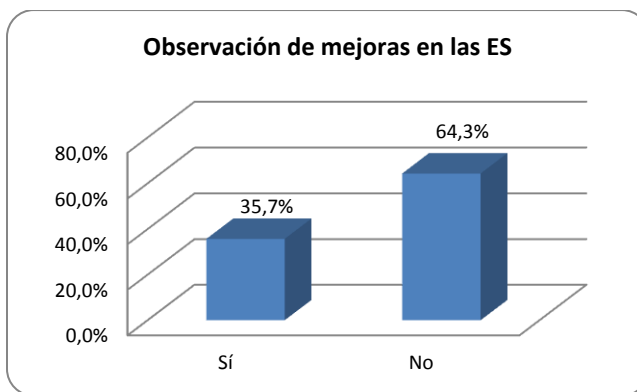
Casi todos hacen referencia puntualmente al faltante del material que permitiría realizar el control del colesterol. Por razones fundadas, que nos fueron explicadas desde Secretaría de Desarrollo Ciudadano, el servicio de medición del colesterol se discontinuó.

Un solo caso hace referencia a que en un momento, en una clase de gimnasia en la que se utilizaban accesorios, los mismos no eran suficientes para todos: *“Antes hacíamos flexiones y las colchonetas no eran suficientes, ahora no se están haciendo actividades que necesiten colchoneta. Tampoco alcanzaban los bastones.”*, (varón entre 30 y 45 años, Parque Centenario, 26/10/2013).

Un referente de actividad física mencionó que sería de utilidad incorporar más colchonetas (con relleno, diferenciándolas de las alfombras de goma).

Mejoras observadas

Del total de los encuestados que conocen la ES un 35,7% considera haber visto que la ES ha mejorado en el tiempo.



Las mejoras más valoradas por los vecinos fueron:

- Infraestructura y estabilidad de las ES fijas.
- Informatización de las fichas de cada vecino.
- Incorporación de nuevas actividades.
- Incorporación de accesorios para las clases de gimnasia.
- Agregado de cartelera para comunicar horarios y actividades.
- Incorporación de sillas para la espera.

Algunos comentarios de los vecinos tomados en forma textual:

“Antes eran puestos móviles chiquitos -se levantaban fácilmente y los cambiaban de lugar-. Ahora es más completo y es estable, no hay que buscarlo.”, (mujer entre 65 y más, Parque Centenario, 26/10/2013).

“Ahora hay sillas por si hay que esperar.”, (mujer entre 46 y 64, Parque Saavedra, 3/11/2013).

“Antes era una carpita y ahora tienen todo esto.”, (varón entre 46 y 64 años, Parque Patricios, 14/11/2013).

“Ahora tienen aire acondicionado. Antes era un toldito, carpita, pobrecitos.”, (mujer entre 46 y 64 años, Parque Patricios, 14/11/2013).

“Agregaron sillas para la espera y un aparato para estacionar las bicicletas.”, (mujer entre 65 y más años, Parque Patricios, 14/11/2013).

“Mejoraron la tecnología. Antes te daban una ficha-librito, ahora es computarizado y te mandan mails. Esto es más ágil. Está tu control ahí.”, (mujer entre 46 y 64 años, Parque Centenario, 30/10/2013).

“Ahora te ponen en la compu. Das tu DNI y tienen todos tus datos.”, (mujer entre 46 y 64 años, Parque Saavedra, 3/11/2013).

“Ahora tienen todo computarizado y le mandan a uno los resultados por mail, antes daban una libretita. Hacen un seguimiento.”, (varón entre 46 y 64 años, Parque Saavedra, 3/11/2013).

“Ahora están los horarios publicados.”, (mujer entre 65 y más, Parque Centenario, 26/10/2013).

“Hay folletos. Fueron agregando cada vez más información”, (mujer entre 46 y 64, Parque Centenario, 26/10/2013).

“Hay más actividades ahora. Hay un cartel más visible con los horarios y actividades.”, (mujer entre 46 y 64 años, Parque Saavedra, 3/11/2013).

“Agregaron carteles”, (mujer entre 65 y más años, Parque Patricios, 14/11/2013).

“Reparten bolsas”, (mujer entre 46 y 64, Parque Centenario, 26/10/2013).

“Creo que hay más personal.”, (mujer entre 65 y más años, Parque Patricios, 14/11/2013).

“Cada vez veo más personas utilizando el servicio.”, (mujer entre 18 y 29 años, Parque Patricios, 14/11/2013).

Cómo mejorar los resultados de cada ES según sus referentes

Los referentes entrevistados destacan que las ES alcanzaron los siguientes resultados:

- Aumento de la cantidad de visitas.
- Hábito de utilizar la estación.
- Aumento de la tasa de re-visita. Seguimiento.
- Contención emocional.
- Detección de diabetes, hipertensión, patologías cardíacas.
- Mejora en la calidad de vida para el vecino.

Para mejorar los resultados los referentes de las ES entrevistados recomendaron:

- Aumentar la difusión de las actividades a través de la promoción cara a cara con volantes y a través de medios de comunicación masiva.
- Ampliar la cantidad de ES fijas.
- Optimizar la supervisión de los coordinadores de las ES.
- Atraer otros grupos poblacionales (por ejemplo, proponer fútbol 5 como actividad física para que se acerquen varones).

Cómo mejorar la atención al vecino según los referentes de cada ES

Para mejorar la atención al vecino los referentes de las ES entrevistados recomendaron:

En infraestructura:

- “Sería deseable poder contar con baños en el parque. Hay personas que se retiran antes de las clases de actividad física porque necesitan ir al sanitario.”
- “Mejorando el espacio. Estaría bueno que la ES fuera más grande, más comfortable. Que haya lugar para que las personas que esperan se sienten adentro, actualmente lo hacen pero hay poco lugar. El aire acondicionado que tenemos no alcanza para enfriar el espacio al tener las puertas abiertas. Tal vez se podría colocar una cortina plástica transparente para aislar un poco más del calor a la ES.”
- “Cuando hay que retirar a alguien por ambulancia se hace dificultoso, porque la ambulancia no puede entrar al parque. Eso obliga a bajar a la persona en camilla o silla de ruedas por escaleras. Las veredas en esta parte del parque tienen algunas roturas.”
- “Sería útil tener un botiquín de primeros auxilios bueno. Tenemos uno pero es muy chiquito. No necesariamente para promocionar que lo tenemos, pero para tener los elementos en caso de necesidad.”
- “Sería bueno poder contar con un espacio cerrado para hacer actividad física para protegerse de factores climáticos.”

En la forma de operar la ES:

- “A muchas de las personas que utilizan la consejería en nutrición les gustaría tener un tratamiento más amplio y profundo y eso es algo que todavía no podemos brindar. Tal vez nuestro servicio podría complementarse con capacitaciones sobre nutrición.”
- “Sería bueno que se pudiera facilitar la hidratación de alguna forma.”
- “Para sostener un buen servicio al vecino es importante poder mantener a los recursos humanos del equipo. Al mantenerlos, las personas que ya los conocen se sienten cómodas y se quedan. La importancia de esto se nota mucho con los profesores de actividad física (cuando cambian mucho los profesores la participación se vuelve más inestable)”.
- “Sería bueno poder orientar las actividades físicas a distintos grupos etarios. Notamos que las personas más jóvenes se aburren en las clases. Sería genial poder contar con escuelas deportivas en los parques.”

- “Sería útil que hubiera un kinesiólogo que acompañe al profesor de actividad física. Cuando empecé tenía pareja pedagógica, ahora ya no tengo. Con algunos de los vecinos hay que hacer un trabajo individualizado y cuando vienen muchos se dificulta.”

En tecnología:

- Realizar las charlas sobre alimentación utilizando micrófono y pantalla gigante, para atraer más público.
- Cambiar algunos equipos (en referencia a los aparatos que se utilizan en enfermería, por ejemplo, el tensiómetro).

En comunicación:

- Una de las referentes mencionó que la promoción de la ES a través del control del peso, que está presente en algunos carteles, puede ser contraproducente. La idea del ser controlado no genera una buena respuesta, más aún cuando ese control se realiza delante de otras personas. La balanza está a la vista y cuando una persona se pesa las demás pueden verla y eso genera pudor en algunas personas. Para acercarse a las personas sería preferible hacer referencia a una alimentación saludable.

Otras:

- “Sería bueno generar un espacio en el cual las personas puedan hacer una tarea social. El año pasado juntábamos tapitas para reciclar. A las personas les gusta colaborar con un fin más grande.”

Apreciaciones

A continuación desarrollaremos nuestras apreciaciones, que se desprenden del análisis de la información tomada de encuestas, entrevistas y focus group expresada en este capítulo.

Vinculadas con la forma de operar de la ES:

Es destacable la calidad del servicio prestado por las ES. Los vecinos encuestados se mostraron muy conformes con los mismos.

Consideramos que es importante que la ES identifique qué tipo de controles preventivos se pueden hacer, diferenciándolos según las características de la población objetivo y que los mismos se realicen cuidando la privacidad del usuario.

Consideramos que es prioritario desarrollar indicadores de gestión específicos y orientativos de los resultados que se propone alcanzar el PES para su rendición periódica por parte de los coordinadores de las ES.

Recomendamos revisar los horarios de la ES para facilitar que las personas puedan acercarse después del horario laboral y aumentar la oferta de actividades físicas durante el fin de semana.

Recomendamos tener presente la necesidad de hidratación que tienen las personas que realizan actividad física.

Vinculadas con comunicación:

Recomendamos incorporar más cantidad de carteles y folletería que detallen el horario y tipo de actividades que promueve la ES.

Vinculadas con infraestructura:

Recomendamos revisar la infraestructura básica de las ES, evaluar la incorporación de más cantidad de baños (para uso de los vecinos que realizan actividades en la ES), incorporar elementos de primeros auxilios y evaluar la posibilidad de articular con otras instituciones para contar con espacios cerrados para el desarrollo de actividades.

Recomendamos evaluar la necesidad de incorporación de más cantidad de accesorios (colchonetas, bastones, etc) para la realización de las actividades físicas.

Vinculadas con tecnología:

Recomendamos la incorporación de tecnología que permita realizar eventos o presentaciones masivas y revisar la aparatología médica con la que cuentan las ES.

Recomendamos incorporar música en todas las clases de actividad física para favorecer el acercamiento de más personas a las clases.

6. Razones por las cuales los vecinos utilizan los servicios del PES

Al conversar en los focus group con los vecinos sobre qué valor tiene para ellos la actividad física respondieron que le dan una gran importancia al grupo. Aparece como una solución a problemas vinculados a la soledad, como espacio de contención y de pertenencia. Algunas personas manifiestan haber podido salir de procesos depresivos gracias al grupo. Comentan que festejan los cumpleaños y organizan salidas sociales. Algunas personas que viven lejos de los parques se acercan de todas formas para la clase por el grupo. Varios lo encuentran como un espacio fundamental, que les cambió la vida.

Uso de los servicios de las ES con regularidad/periodicidad

El 42,1% de los encuestados que ha utilizado alguna vez la ES, hace uso de algún servicio regularmente.

De ese total, el 50% utiliza regularmente sólo el servicio de controles básicos de salud. El 25% utiliza regularmente sólo la consejería en alimentación saludable.

A los encuestados que utilizaban algún servicio con regularidad se les preguntó cuál era la razón por la cual lo hacían. Los que utilizan los servicios de enfermería respondieron mayormente que lo hacen “por cuestiones de salud” mientras que los que participan en las actividades físicas respondieron “porque me hace sentir bien”, aunque el cuidado de la salud también es un objetivo, para muchos de ellos.

Apreciaciones

A continuación desarrollaremos nuestras apreciaciones, que se desprenden del análisis de la información tomada de encuestas, entrevistas y focus group expresada en este capítulo.

Vinculadas con la forma de operar de la ES:

Gracias a cubrir la necesidad de socializar que tienen estas personas, el gobierno de la CABA está generando un beneficio extra en la salud. Recomendamos incorporar en las comunicaciones de la ES este impacto que las actividades están teniendo en la salud psíquica y desarrollar más actividades para profundizarlo.

Teniendo en cuenta que los vecinos que se acercan a las ES son personas que ya tienen una patología es esperable que al preguntarles por qué se realizan los controles básicos ofrecidos en la ES respondan que se debe a que quieren cuidar su salud. En línea con lo dicho en capítulos anteriores, recomendamos que el PES realice una priorización de sus grupos destinatarios, teniendo en cuenta en cuáles de ellos sería más necesaria la medicina preventiva.

7. Conocimiento de los problemas de salud asociados a malos hábitos

Todos los encuestados salvo uno afirmaron que los malos hábitos pueden generar enfermedades. La mayoría pudo dar ejemplos concretos de alguna enfermedad relacionada a los malos hábitos aunque con diferente nivel de detalle y claridad.

Los referentes de las ES entrevistados manifestaron que para generar la toma de conciencia es necesario dar información y para el cambio de hábitos es necesaria la insistencia. Comentaron también que el profesionalismo que tienen los equipos de las ES es un punto a favor, ya que ayuda a generar confianza en el vecino.

Al preguntar en los focus groups sobre si los presentes han cambiado algunos hábitos después de comenzar con las actividades las respuestas son diversas. Algunos dicen que sí, que cambiaron la alimentación, que toman más agua, que caminan más y que lo hacen porque sienten que esos cambios los hacen sentir mejor mientras que otros plantean que todavía tienen dificultades para modificar sus hábitos.

Apreciaciones

A continuación desarrollaremos nuestras apreciaciones, que se desprenden del análisis de la información tomada de encuestas, entrevistas y focus group expresada en este capítulo.

Vinculadas con la forma de operar de la ES:

Recomendamos priorizar la población objetivo del PES e incorporar mecanismos de medición a través de la elaboración de indicadores que reflejen la tasa de cambio de hábitos.

Vinculadas con articulaciones con otros organismos:

Dado que el cambio de hábitos en las personas es uno de los desafíos más difíciles de lograr dentro de lo que el PES se propone nos parece importante recordar que para facilitar este tipo de resultados es necesario contar con políticas integradas. Esto implica no trabajar sólo en educación alimentaria sino también facilitar el acceso a alimentos saludables y facilitar la realización de actividades físicas. También es fundamental lograr regular la publicidad de alimentos, en especial aquella orientada a los menores de edad.

RECOMENDACIONES

En base a los hallazgos explicados en el capítulo anterior se desprenden las siguientes recomendaciones.

En la forma de operar la ES:

1. Recomendamos que se establezca o se revise la priorización de los grupos destinatarios del PES y que las actividades de las ES sean alineadas en función de dicha priorización. Es importante que al realizar esa priorización se tenga en cuenta cuáles son los grupos que necesitan mayor atención en materia de salud preventiva y también que se contemplen las diferencias socioeconómicas de las diferentes zonas de la ciudad.
2. Recomendamos incorporar un servicio de acompañamiento psicológico / coaching, en el marco del cual se puedan organizar grupos orientados a la incorporación de hábitos saludables en nutrición.
3. Recomendamos evaluar la posibilidad de incorporar servicios médicos preventivos adecuados a las distintas edades, en línea con la misión del PES y que los mismos se realicen cuidando la privacidad del usuario.
4. Recomendamos definir una estrategia respecto a cuáles son las principales disciplinas deportivas orientadas a la mejora de la salud física y adecuadas a los grupos etarios priorizados por el PES.
5. Sugerimos revisar los horarios de la ES para facilitar que las personas puedan acercarse después del horario laboral y aumentar la oferta de actividades físicas durante el fin de semana. Analizar también la posibilidad de unificar los horarios de las estaciones, de manera de que la población sepa que en determinado horario encuentra actividad, sin importar de cual estación se trate.
6. Sugerimos elaborar algún mecanismo de fidelización para favorecer la tasa de revisita.
7. Recomendamos desarrollar indicadores de gestión específicos y orientativos de los resultados que se propone alcanzar el PES para su rendición periódica por parte de los coordinadores de las ES.

En articulaciones con otros organismos:

8. Recomendamos realizar articulaciones con empresas para favorecer entre sus recursos humanos la incorporación de hábitos saludables.
9. Sugerimos aportar recursos (como por ejemplo, folletería) a los profesionales de enfermería para que puedan realizar derivaciones a centros de salud específicos.

10. Recomendamos facilitar información (cronograma y ubicación) sobre Ferias Barriales a los referentes de las ES, para que puedan aconsejar a los vecinos que se acerquen a las mismas para conseguir mercadería a un costo más accesible que en los negocios comunes.

11. Sugerimos Profundizar el vínculo con el Programa Escuelas Saludables, promoviendo que las escuelas visiten las ES.

En comunicación:

12. Recomendamos alinear la comunicación con la priorización de grupos de población destinataria.

13. Sugerimos aprovechar cada actividad que realiza la ES para dar información y promocionar las otras actividades. Por ejemplo: en los controles de salud informar y promocionar las actividades físicas y charlas que organiza la ES.

14. Recomendamos colocar más cantidad carteles en los parques y aumentar el alcance de la folletería, detallando las actividades y sus horarios.

15. Sugerimos comunicar a través de cartelera y a través del FB cuál es la razón por la cual se decidió no seguir realizando la medición del colesterol en sangre.

16. Recomendamos incorporar en el mensaje que la socialización es parte de la salud. Explicitar de alguna forma el aporte que la ES realiza en la salud desde lo psicológico.

17. Recomendamos incorporar las Estaciones Saludables como “mapa temático” en el Mapa digital de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

En infraestructura y tecnología

18. Recomendamos revisar la infraestructura básica de las ES, evaluar la incorporación de más cantidad de baños (para uso de los vecinos que realizan actividades en la ES), incorporar elementos de primeros auxilios y evaluar la posibilidad de articular con otras instituciones para contar con espacios cerrados para el desarrollo de actividades.

19. Sugerimos evaluar la necesidad de incorporación de accesorios (colchonetas, bastones, etc) para la realización de las actividades físicas.

20. Recomendamos la incorporación de tecnología que permita realizar eventos o presentaciones masivas y revisar la aparatología médica con la que cuentan las ES.

21. Recomendamos facilitar la disponibilidad de agua potable a las personas que realizan actividades físicas organizadas por la ES.

22. Recomendamos incorporar música en todas las clases de actividad física para favorecer el acercamiento de más personas a las clases.

CONCLUSIONES Y PROPUESTAS DE ACCIÓN

Uno de los resultados que se destacan en esta evaluación es que el PES brinda servicios de muy alta calidad. El profesionalismo de los recursos humanos fue subrayado por los vecinos al igual que su buena predisposición para el trato.

El aspecto más importante a revisar por el PES para mejorar la gestión es revisar es la priorización de la población destinataria.

También encontramos otros espacios de mejora y en algunos de ellos vemos la posibilidad de colaborar para potenciar este programa.

En el ámbito de promoción y difusión, podemos colaborar en la generación de articulaciones de las ES con empresas y colegios de la CABA.

En el ámbito de la gestión, podemos colaborar a través del diseño de un programa de coaching que las ES dirigirán a los vecinos, en el marco del cual se podrán organizar grupos orientados a la incorporación de hábitos saludables en nutrición.

En el ámbito del control de gestión y la rendición de cuentas, podemos colaborar en el desarrollo de indicadores de gestión específicos y orientativos de los resultados que se propone alcanzar el PES.

Anexo I - Guía orientadora del focus group				E/S PARQUE PATRICIOS E/S PARQUE CENTENARIO E/S PARQUE SAAVEDRA		
Fecha y hora:		Sexo:		mujeres:		varones:
¿Hacen esta actividad u otra de manera periódica/regular?						
	Qué tipo de actividad?	Cuál es el valor de esta actividad para Uds.? (por una cuestión de salud, conocer gente, sentirse bien)	Realizaba anteriormente esta actividad?	Desde que estas haciendo esta actividad cambiaste tus hábitos (para que sean mas saludables)?	Desde que conocés las Estaciones Saludables, ¿observaste alguna mejora en la actividad?	De qué manera creés que se podría mejorar el servicio?
	Controles de salud:					
	Actividades:					
	Charlas:					
¿Cómo creen que las E/S podrían hacerse conocer mas, sobre todo para aquellas personas que no vienen habitualmente al parque?						

Anexo II - Formulario de encuesta al vecino		E/S PARQUE PATRICIOS E/S PARQUE CENTENARIO E/S PARQUE SAAVEDRA	
Fecha y hora:	Número de encuesta:	Sexo: mujer varón	
¿Podrías describir qué son las Estaciones Saludables? ¿Me dirías qué servicios se prestan en las Estaciones Saludables?			
¿Cómo te enteraste de la existencia de las Estaciones Saludables?			
¿Sabés que en la Estación Saludable se hacen controles de peso, altura, glucemia, colesterol y presión?		si / no	
¿Estás enterado de las actividades físicas y charlas que se realizan en la Estación Saludable?		si / no	
¿Utilizaste algún servicio de las Estaciones Saludables?		si / no	
Si la respuesta es sí, ¿cuál/es servicio/s?			
¿Hacés alguna actividad en la ES de manera periódica/regular? Para qué?		si / no	
porque quiero bajar de peso			
para conocer gente			
por una cuestión de salud			
porque me hace sentir bien			
otra			
¿Te parece que las Estaciones Saludables deberían agregar algún servicio? ¿Cuál?		charla de actividad de control de	
Cuándo te acercaste a la Estación Saludable por primera vez, ¿te dieron el servicio que esperabas?		si / no	
¿Cómo fue la información que recibiste?		clara medianamente clara confusa	
¿Cuánto tiempo tuviste que esperar para ser atendido?		me atendieron en seguida esperé un tiempo razonable esperé más de lo que hubiera querido	
¿El personal que atiende en la Estación Saludable tiene un trato respetuoso?			
¿El personal que atiende en la Estación Saludable tiene suficiente formación para realizar ese trabajo?			
En base a tu experiencia, ¿creés que los recursos y los materiales de la Estación Saludable son suficientes?			
Desde que conocés las Estaciones Saludables, ¿observaste alguna mejora?			
¿considerás que el sedentarismo puede favorecer la aparición de alguna enfermedad? ¿cuál/es?			
¿considerás que la falta de una dieta equilibrada puede favorecer la aparición de alguna enfermedad? ¿cuál/es?			
Rango etario		18 a 29 65 y más	30 a 45 46 a 64
Barrio de residencia		Capital	/ PBA

Anexo III - Formulario de encuesta al usuario de la ES		E/S PARQUE PATRICIOS E/S PARQUE CENTENARIO E/S PARQUE SAAVEDRA
Sexo	<ul style="list-style-type: none"> - Femenino - Masculino 	
Edad		
Educación	<i>Marcar la opción que corresponda:</i> <ul style="list-style-type: none"> - Primario completo - Secundario completo - Terciario completo 	
Actividad que desarrolla	<i>Marcar la opción que corresponda:</i> <ul style="list-style-type: none"> - Desempleado/a - Ama de casa - Monotributista o Autónomo - Empleado/a en relación de dependencia - Otro 	
Obra social	<i>Marcar la opción que corresponda:</i> <ul style="list-style-type: none"> - No tiene - Sí tiene. ¿Cuál?..... 	
Barrio en el que vive		
¿Cómo se enteró de la existencia de la Estación Saludable?		
¿Qué actividad/es hace en la Estación Saludable?		
¿Cada cuánto la hace?		
¿Por qué la hace?	<i>Marcar la opción que corresponda:</i> <ul style="list-style-type: none"> - Porque quiero bajar de peso - Para conocer gente - Por una cuestión de salud - Porque me hace sentir bien - Otra razón. Cuál?..... 	

Anexo IV - Esquema de entrevista a referente de la ES

De acuerdo a tu experiencia, ¿por qué se acercan por primera vez los vecinos a la E/S?

Qué es lo que provoca más interés en el vecino y contribuye a que utilice los servicios que ofrece?

Los vecinos solicitan algún tipo de servicio/actividad? Qué otros servicios de prevención creés que deberían ser incluidos?

Ante la emergencia provocada por los cortes de luz, ¿la Estación Saludable dio algún tipo de servicio específico?

Creés que una mayor integración con otros organismos (hospitales, centros de salud, obras sociales) podría contribuir a la mejora del servicio? Con qué organismos o programas? De qué modo?

Cómo creés que podría generarse más conciencia para la adopción de hábitos saludables por parte de la gente?

Qué resultados creés que se obtienen con las actividades que desarrolla la E/S?

En tu opinión ¿cómo se podrían mejorar estos resultados?

De qué modo se podría mejorar la atención al vecino?

Anexo V – Memoria de los Focus Group

Focus group en Parque Centenario

Fecha: 9/1/2014

El focus group se realizó a la salida de una clase de gimnasia. Participaron cinco mujeres y un varón, todos de 65 y más.

Qué tipo de actividad realizan?

La mayoría de las actividades que la ES ofrece.

Baile, newcom (similar al vóley), gimnasia.

Control de presión.

Charlas sobre nutrición, sobre diabetes.

Festejamos los cumpleaños.

Hacemos salidas a teatros.

La hacen de manera periódica / regular?

Sí. Todos.

Cuál es el valor de esta actividad para ustedes?

Me cambió la vida, representó un cambio anímico grande.

Me resulta indispensable, por el grupo humano. Fundamental para sentirme bien.

Me mejoraron los parámetros de salud.

Nos reímos mucho.

Si estás enfermo los profesores te llaman y te preguntan cómo estás.

Si estás muy colorado te mandan a sentar.

Hacen cadena de teléfono entre ellos.

Realizaba anteriormente esta actividad?

Sí.

Desde que están haciendo esta actividad, cambiaron sus hábitos?

Intentamos.

Tratamos de modificar lo que comemos.

Cambio anímico al 100%.

Desde que conocen las ES, observaron alguna mejora en las actividades?

El grupo se muestra muy conforme.

Se incorporaron materiales (por ejemplo, colchonetas) para las actividades físicas.

De qué manera creen que se podría mejorar el servicio?

Pedido de lugar cerrado para poder hacer las actividades físicas sin que el clima interfiera.

Hay un centro de jubilados cerca, que tal vez podría usarse.

No hay yoga y antes había.

Cómo creen que las ES podrían hacerse conocer más, sobre todo para aquellas personas que no vienen habitualmente al parque?

Con más publicidad.

Focus group en Parque Saavedra

Fecha: 15/1/2014

El focus group se realizó a la salida de una clase de gimnasia. Participaron ocho mujeres. Las participantes eran de edades variadas.

Qué tipo de actividad realizan?

Gimnasia, caminata, baile y yoga. También asisten a las charlas y utilizan el servicio de enfermería y la consejería en nutrición.

La hacen de manera periódica / regular?

Sí.

Cuál es el valor de esta actividad para ustedes?

Es muy importante para la salud.

“Prefiero esto al gimnasio”

Es gratuito.

El grupo humano es importante. Nos hicimos amigas de personas del barrio. Nos apoyamos. Tenemos un lugar de pertenencia acá.

“Yo vivo lejos y vengo por el grupo”

Venir me estimula, me da ganas.

Valoramos que sea un espacio abierto. Venimos hasta en invierno, salvo que haga muy bajas temperaturas.

Realizaba anteriormente esta actividad?

Sí. De hecho la mayoría hacíamos caminatas por nuestra cuenta alrededor del parque y supimos de estas actividades físicas porque nos repartieron folletos.

Desde que están haciendo esta actividad, cambiaron sus hábitos?

Sí. En lo alimenticio. En consumir más líquido. En caminar más.

Desde que conocen las ES, observaron alguna mejora en las actividades?

Sí, se nota que incorporaron más elementos para las clases de actividad física (colchonetas, pesas).

De qué manera creen que se podría mejorar el servicio?

Habilitando los baños.

Que mantengan lo que tienen. Con los mismos profesionales.

“Que le paguen mejor a los profesores”.

Me gustaría que el tiempo de caminata previo a la clase de gimnasia sea más corto.

Cómo creen que las ES podrían hacerse conocer más, sobre todo para aquellas personas que no vienen habitualmente al parque?

Difundiendo a través de los medios masivos.

Haciendo más difusión por mail y por Facebook.

Con folletería en los comercios.

La música es importante. Las personas que circulan por el parque cuando escuchan la música se acercan. Sólo en la clase de los domingos hay música, sería bueno que hubiera también los demás días de la semana.

“Las clases de los días de semana no tiene música pero no son aburidas”.

Otros comentarios:

Casi siempre somos todas mujeres en las clases de actividad física. Algunos hombres empiezan pero dejan.

La consejería en nutrición es muy buena, asesoran sobre dietas de forma personalizada. Sin esperas ni turnos, como sería en el hospital.

Los profesores de actividad física son muy profesionales.

Focus group en Parque Patricios

Fecha: 22/1/2014

El focus group se realizó a la salida de una clase de gimnasia. Hubo cinco participantes mujeres y un hombre. Los participantes eran de edades variadas.

Qué tipo de actividad realizan?

Gimnasia, controles de salud (pasamos a controlarnos antes de hacer actividad física), participación en charlas (de nutrición, de hidratación).

La hacen de manera periódica / regular?

Sí.

Cuál es el valor de esta actividad para ustedes?

Nos hace sentir bien.

Los profesores son excelentes.

La atención es buena.

El grupo humano. A veces vamos a comer juntos, festejamos los cumpleaños.

Realizaba anteriormente esta actividad?

Sí. De forma particular.

Desde que están haciendo esta actividad, cambiaron sus hábitos?

Sí. Porque nos sentimos mejor, por las charlas, porque te dan la información.

Desde que conocen las ES, observaron alguna mejora en las actividades?

Progresaron con la computación, pusieron una máquina de frutas y un dispenser de agua caliente.

De qué manera creen que se podría mejorar el servicio?

Faltaría un baño. Sería indispensable. Algunas señoras usan el del subte, tiene que pagar el boleto para poder entrar.

Cómo creen que las ES podrían hacerse conocer más, sobre todo para aquellas personas que no vienen habitualmente al parque?

La gente nos ve haciendo la clase y se acerca. Le preguntan al profesor.

ANEXO VI – Memoria de las Entrevistas a referentes de las E/S

Entrevista a la nutricionista de la ES de Parque Centenario

Fecha: 9/1/2014

De acuerdo a tu experiencia, ¿por qué se acercan por primera vez los vecinos a la E/S?

El principal interés es el control de la presión arterial.

Qué es lo que provoca más interés en el vecino y contribuye a que utilice los servicios que ofrece?

Control de presión, de glucemia, de peso y asesoría en alimentación.

Los vecinos solicitan algún tipo de servicio/actividad? Qué otros servicios de prevención creés que deberían ser incluidos?

La gente pregunta por las clases de actividades físicas (en especial por “yoga”, que antes se estaba dando y ahora no), por las clases para adultos y por actividades con niños.

Creés que una mayor integración con otros organismos (hospitales, centros de salud, obras sociales) podría contribuir a la mejora del servicio? Con qué organismos o programas? De qué modo?

Por ahora no contamos con una articulación con hospitales. Sí podemos llamar a una ambulancia (siempre con el consentimiento de la persona).

Cómo creés que podría generarse más conciencia para la adopción de hábitos saludables por parte de la gente?

Hay charlas y consejería en distintos temas para generar mayor conciencia.

Sería bueno captar público joven para hacer prevención. Los que vienen actualmente a la ES, ya tienen la patología (45 y más, 60 y más).

Qué resultados creés que se obtienen con las actividades que desarrolla la E/S?

Aumentó la cantidad de personas que visitan la ES.

Antes no querían pesarse o hacer actividades de prevención. No se acercaban.

En tu opinión ¿cómo se podrían mejorar estos resultados?

Hacer algo para reforzar la tasa de consulta (la entrevistada se refiere a que los vecinos vengan por segunda vez).

De qué modo se podría mejorar la atención al vecino?

La demanda directa es enfermería, para nutrición hay que atraerlos (menciona la existencia del dispenser de frutas, como atractivo para la consejería en nutrición).

A muchas personas no les gusta pesarse delante de otras. Lo del peso ahuyenta un poco. El foco debería estar puesto en “si querés tener una alimentación saludable...”.

Entrevista al profesor de actividad física en el Parque Centenario

Fecha: 9/1/2014

De acuerdo a tu experiencia, ¿por qué se acercan por primera vez los vecinos a la E/S?

Por el boca a boca, por el control de la presión arterial.

Qué es lo que provoca más interés en el vecino y contribuye a que utilice los servicios que ofrece?

El control de la presión arterial.

Muchos en la enfermería averiguan por las clases de actividad física. Eso nos beneficia, desde que está la Estación Saludable, las clases de actividad física son más conocidas.

Los vecinos solicitan algún tipo de servicio/actividad? Qué otros servicios de prevención creés que deberían ser incluidos?

Solicitan yoga, una clase que antes se daba pero se discontinuó.

Creés que una mayor integración con otros organismos (hospitales, centros de salud, obras sociales) podría contribuir a la mejora del servicio? Con qué organismos o programas? De qué modo?

La articulación con educación sería buenísima. Que los chicos conozcan la estación ya que luego lo multiplicarán a los padres.

Cómo creés que podría generarse más conciencia para la adopción de hábitos saludables por parte de la gente?

Más difusión a través de medios masivos.

Qué resultados creés que se obtienen con las actividades que desarrolla la E/S?

El hábito de usar la Estación.

En tu opinión ¿cómo se podrían mejorar estos resultados?

Antes una chica salía a volar y no lo hacía solo dentro del parque, sino también por las veredas del parque.

De qué modo se podría mejorar la atención al vecino?

Seguir con las charlas, con micrófono y pantalla. Eso ayuda a que más personas se sumen a la actividad.

Otros comentarios:

Antes cada persona se traía sus elementos para hacer gimnasia, ahora en cambio la Estación Saludable nos provee de colchonetas y otros elementos para la clase de gimnasia.

Entrevista conjunta al coordinador de la ES de Parque Saavedra y a la profesora de actividad física en dicho parque

Fecha: 15/1/2014

De acuerdo a tu experiencia, ¿por qué se acercan por primera vez los vecinos a la E/S?

Por curiosidad, por la promoción y difusión.

Qué es lo que provoca más interés en el vecino y contribuye a que utilice los servicios que ofrece?

Los controles y la calidad de atención.

Es una pena que se haya sacado el control del colesterol, era un atrayente.

Los vecinos solicitan algún tipo de servicio/actividad? Qué otros servicios de prevención creés que deberían ser incluidos?

La gente está conforme.

Algunas personas preguntan para medirse el oxígeno en sangre. Eso es algo que podría hacerse.

Sería fundamental incorporar terapias grupales, una consejería psicológica, ya que muchas de las personas que recibimos están muy solas. La Estación se convierte en un espacio para relacionarse. Muchas de ellas presentan problemas psicológicos que actualmente la Estación no está en condiciones de abordar, nos sobrepasan.

Creés que una mayor integración con otros organismos (hospitales, centros de salud, obras sociales) podría contribuir a la mejora del servicio? Con qué organismos o programas? De qué modo?

Tenemos línea directa con el SAME.

Nuestra base de datos debería estar conectada con la de salud y viceversa. Debería haber un solo sistema unificado.

Sería bueno contar con un informe del Centro de Gestión y Participación Comunal (CGPC) para poder responder algunas de las consultas que nos realizan los vecinos. Para muchos la ES es vista como un anexo del CGPC.

Sería bueno poder articular con el Programa Ciudad Verde. Se pensó en un momento que la ES reciba materiales reutilizables pero después notamos que no tenemos capacidad para recibir tantos materiales. Tal vez se podrían sumar en el parque, cerca de la ES, un puesto de Ciudad Verde y otros servicios del gobierno de CABA.

Sería bueno organizar más actividades que promuevan el ejercicio físico. Por ejemplo, una bicicleteada en el parque. Para eso sería bueno contar con una estación de bicicletas en el parque (actualmente no hay ninguna cerca).

Existe el programa Escuelas Saludables, que transmite la importancia de la dieta saludable y la actividad física en las escuelas, pero está orientado solo a las públicas. Sería positivo incorporar a las privadas.

También se podría trabajar con empresas, en los recreos activos.

La comunicación interna en la oficina podría mejorarse.

Cómo creés que podría generarse más conciencia para la adopción de hábitos saludables por parte de la gente?

Hay que explicar las razones y seguir insistiendo.

Desde las clases de actividad física les solemos insistir que traigan agua.

Cambiar de hábitos al principio genera resistencia.

Qué resultados creés que se obtienen con las actividades que desarrolla la E/S?

Lo emocional es crucial.

Hemos detectado casos de diabetes.

Hemos detectado patologías cardíacas.

Se ven resultados reales. Se realiza un seguimiento de cada persona.

Se repregunta, respecto al registro de los resultados.

Hay un libro de actas, pero los datos no tendrían validez al no estar firmados.

En tu opinión ¿cómo se podrían mejorar estos resultados?

Habría que ampliar la cantidad de Estaciones Saludables fijas.

A nivel de coordinador hacia arriba debería haber una mayor supervisión. Sería bueno que hubiera supervisores recorriendo las Estaciones Saludables. Actualmente realizan muchas actividades de oficina y de logística).

De qué modo se podría mejorar la atención al vecino?

Con respecto a los servicios que brindamos estamos muy bien. Tal vez sería bueno contar un cambio de equipos (se refiere a los aparatos que se utilizan en enfermería, por ejemplo, el tensiómetro).

Sería bueno generar un espacio en el cual las personas puedan hacer una tarea social. El año pasado juntábamos tapitas para reciclar. A las personas les gusta colaborar con un fin más grande. Tal vez se podría incorporar como charla la optimización de recursos y el reciclaje.

A muchas de las personas que utilizan la consejería en nutrición les gustaría tener un tratamiento más amplio y profundo y eso es algo que todavía no podemos brindar. Tal vez nuestro servicio podría complementarse con capacitaciones sobre nutrición.

Sería bueno que se pudiera facilitar la hidratación de alguna forma.

También sería deseable poder contar con baños en el parque. Hay personas que se retiran antes de las clases de actividad física porque necesitan ir al sanitario.

Para sostener un buen servicio al vecino es importante poder mantener a los recursos humanos del equipo. Al mantenerlos, las personas que ya los conocen se sienten cómodas y se quedan. La importancia de esto se nota mucho con los profesores de actividad física (cuando cambian mucho los profesores la participación se vuelve más inestable).

Sería bueno poder orientar las actividades físicas a distintos grupos etarios. Notamos que las personas más jóvenes se aburren en las clases. Sería genial poder contar con escuelas deportivas en los parques.

Otros comentarios:

Al observar a las personas que realizan la clase de gimnasia se nota que, aunque hay una mayoría de adultos mayores, también hay personas más jóvenes. Todas las participantes son mujeres.

Entrevista a la coordinadora de la ES de Parque Patricios

22/1/2014

De acuerdo a tu experiencia, ¿por qué se acercan por primera vez los vecinos a la E/S?

Se acercan cuando los convocás.

Porque es gratuito.

Porque el tiempo que les llevará realizarse los controles es corto (eso se les explica en la promoción).

Porque somos profesionales.

Por curiosidad.

Por recomendación.

Qué es lo que provoca más interés en el vecino y contribuye a que utilice los servicios que ofrece?

El control de presión.

En su momento generaba mucho interés la medición del colesterol, pero ya no se realiza. La gente sigue preguntando por ese control.

La enfermería en general llama la atención.

Algunos se acercan pensando que damos otro tipo de servicios, como primeros auxilios, por ejemplo. O piensan que somos un centro de salud, consultan para vacunar acá a sus hijos.

Los vecinos le dan mucha importancia al valor del grupo, de la pertenencia en las clases de gimnasia y en las actividades para la tercera edad.

Los vecinos solicitan algún tipo de servicio/actividad? Qué otros servicios de prevención creés que deberían ser incluidos?

Sería excelente que hubiera pediatría.

Algunos vecinos piden médicos, por ejemplo, traen un estudio para que lo revisemos y nosotros no hacemos diagnóstico.

Primeros auxilios podría incluirse.

Estos tres servicios tienen demora en los hospitales.

Creés que una mayor integración con otros organismos (hospitales, centros de salud, obras sociales) podría contribuir a la mejora del servicio? Con qué organismos o programas? De qué modo?

Sí. Más allá de que articulamos con el SAME sería bueno poder tener una mayor articulación con los hospitales, en especial con las guardias, tal vez con algún médico en particular. Que si la ambulancia lleva a una paciente enviado por la Estación Saludable, el mismo sea atendido rápidamente. Las guardias están excedidas y eso implica tiempos largos de espera.

Abrieron un Centro de Día para adultos mayores acá cerca. Con ellos podríamos articular más.

El año pasado me acerqué a una escuela técnica, que no estaba todavía recibiendo los talleres de "escuelas saludables" e hicimos 11 charlas sobre alimentación saludable con el personal de la Estación.

Me imprimí los datos de los paradores nocturnos, para personas en situación de calle, porque algunos se acercan y nos preguntan.

Ahora también tengo el listado de los centros de día.

Sería interesante tener datos sobre negocios donde se pueda comprar más barato. Y tener el cronograma y la ubicación de las ferias barriales, para recomendarle a los vecinos que se acerquen.

Cómo creés que podría generarse más conciencia para la adopción de hábitos saludables por parte de la gente?

Para trabajar en la prevención hay que transmitir información.

Las personas nos conocen, nos identifican y confían, creen en nosotros. Eso es fundamental para promover un cambio de hábitos.

El que tiene el problema, la patología, tiene interés en mejorarla.

Actualmente la mayoría de los vecinos que nos visitan son adultos mayores, pero ellos traen a sus hijos y a sus nietos.

Los jóvenes creen que no les pasará nada. El baile sí les interesa, principalmente a las mujeres. Antes de la clase de baile hacemos que se controlen (para ello articulamos con el profesor de actividad física, de la Secretaría de Deportes), así las personas van tomando el hábito.

Qué resultados creés que se obtienen con las actividades que desarrolla la E/S?

Contención. Continuidad en la atención (lograr que los vecinos sigan viniendo a utilizar los servicios). Lograr el seguimiento del paciente es un resultado.

Algunos detectaron aquí su diabetes, su hipertensión.

En tu opinión ¿cómo se podrían mejorar estos resultados?

Para incorporar a los hombres estaría bueno proponer alguna actividad física en especial, por ejemplo el fútbol. O algo con los aparatos con los que cuenta la plaza.

Si se propusieran más actividades orientadas a niños y a jóvenes, este lugar se llenaría.

De qué modo se podría mejorar la atención al vecino?

Los vecinos que utilizan la ES piden que incorporemos baños.

Mejorando el espacio. Estaría bueno que la ES fuera más grande, más comfortable. Que haya lugar para que las personas que esperan se sienten adentro, actualmente lo hacen pero hay poco lugar. El aire acondicionado que tenemos no alcanza para enfriar el espacio al tener las puertas abiertas. Tal vez se podría colocar una cortina plástica transparente para aislar un poco más del calor a la ES.

Dando charlas con pantalla gigante.

Cuando hay que retirar a alguien por ambulancia se hace dificultoso, porque la ambulancia no puede entrar al parque. Eso obliga a bajar a la persona en camilla o silla de ruedas por escaleras. Las veredas en esta parte del parque tienen algunas roturas.

Sería útil tener un botiquín de primeros auxilios bueno. Tenemos uno pero es muy chiquito. No necesariamente para promocionar que lo tenemos, pero para tener los elementos en caso de necesidad.

Entrevista al profesor de actividad física en el Parque Patricios

22/1/2014

De acuerdo a tu experiencia, ¿por qué se acercan por primera vez los vecinos a la E/S?

Por cuestiones de salud.

Qué es lo que provoca más interés en el vecino y contribuye a que utilice los servicios que ofrece?

Que es gratuito, que pueden disponer del servicio cuando quieren.

Los vecinos solicitan algún tipo de servicio/actividad? Qué otros servicios creés que deberían ser incluidos?

Faltan colchonetas. Hay alfombras de goma, pero no es lo mismo.

Creés que una mayor integración con otros organismos (hospitales, centros de salud, obras sociales) podría contribuir a la mejora del servicio? Con qué organismos o programas? De qué modo?

Sí. Hace algún tiempo hicimos contacto con el Hospital Penna, con el CESAC de 24 de Noviembre, con algunas obras sociales también promocionamos al principio, también hicimos charlas de primeros auxilios. Tal vez se puede trabajar más con otras entidades de gobierno.

Cómo creés que podría generarse más conciencia para la adopción de hábitos saludables por parte de la gente?

Es un trabajo cultural. Veo que los adultos mayores no son perseverantes con la actividad física. Vienen y dejan. Hay resistencia. A veces es el médico el que les recomienda no hacer ejercicio físico.

Qué resultados creés que se obtienen con las actividades que desarrolla la E/S?

Poder brindarle algo al barrio. Generar una mejor calidad de vida en los vecinos.

Hay personas que dejaron de venir pero sabemos que sigue haciendo actividad, ya incorporó el hábito.

En tu opinión ¿cómo se podrían mejorar estos resultados?

Hacer más promoción en distintos lugares del gobierno: en geriátricos, en hospitales. Sería bueno poder contar con un espacio cerrado para hacer actividad física para protegerse de factores climáticos.

De qué modo se podría mejorar la atención al vecino?

Sería útil que hubiera un kinesiólogo que acompañe al profesor de actividad física. Cuando empecé tenía pareja pedagógica, ahora ya no tengo. Con algunos de los vecinos hay que hacer un trabajo individualizado y cuando vienen muchos se dificulta.