21 CONGRESO NACIONAL DE HOSPITALES Y GESTIÓN SANITARIA
Innovación: camino de sostenibilidad | Innovación: camiño da sustentabilidade
Santiago de Compostela | 8, 9 y 10 de mayo de 2019
Organizan: sedisa sociedad española de directivos de la salud · ANDE Asociación Nacional de Directivos de Enfermería

Hermanas Hospitalarias
HOSPITAL SAN RAFAEL

DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD A LA CERTIFICACIÓN DE EMPRESA SALUDABLE EN UN HOSPITAL GENERAL

AUTORES: Sánchez, E.; Pérez, A.C.; Rodriguez, L.; Torrecillas, S.; Valenzuela, M.; Baena, E.

Hospital Sant Rafael. Barcelona

Fem Salut!
Campanya de promoció de la salut a l'Hospital Sant Rafael.

Introducción

- El Hospital Sant Rafael de Barcelona incorpora en su Plan Estratégico la Promoción de la Salud para sus trabajadores.
- En 2015 se inició el proyecto "Fem Salut" con una programación anual de objetivos y actividades de promoción de la salud, con la participación de los propios profesionales, tanto para la creación y organización del proyecto, como para la realización de sus acciones a través de un grupo impulsor liderado por la Dirección de Personas.
- En 2018 hemos obtenido la certificación del modelo de "Empresa Saludable" en categoría Oro.

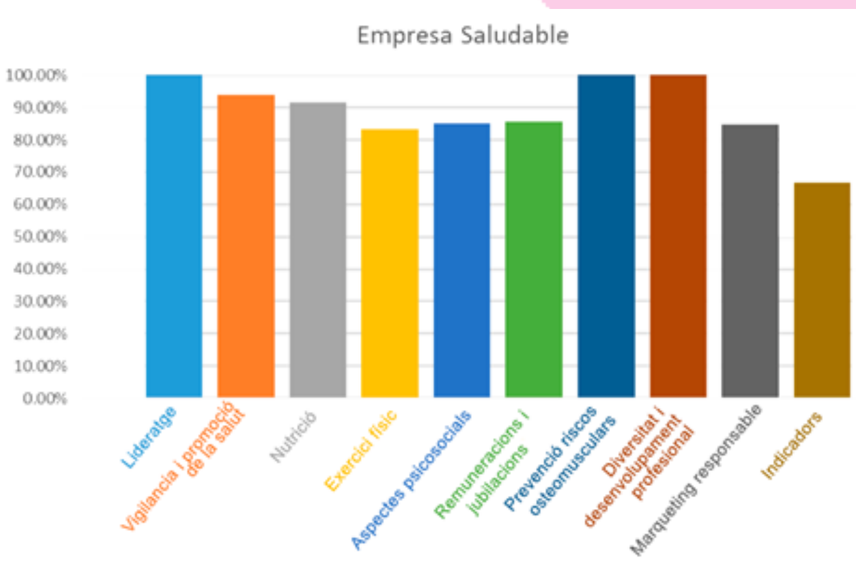
Objetivo

1. Desarrollar un Programa de objetivos y actividades de promoción de la salud dirigidas a los profesionales.
2. Conseguir la certificación del modelo de "Empresa Saludable"
3. Evaluar el impacto de las acciones realizadas

Material y método

Fases del plan de implantación del Proyecto **Fem Salut**

1. Creación del grupo impulsor y lema para el proyecto.
2. Definición de 5 dimensiones seleccionadas por su impacto: NUTRICIÓN, ACTIVIDAD FÍSICA, BIENESTAR EMOCIONAL, PREVENCIÓN y COMUNIDAD.
3. Diseño del material gráfico del programa.
4. Diseño de la campaña de difusión a los profesionales.
5. Elaboración del programa anual de acciones.
6. Elaboración de fichas de actividades y buenas prácticas.
7. Evaluación del impacto de las acciones.
8. Presentación a la certificación de Empresa Saludable.



Resultados

Acciones realizadas por dimensión:

NUTRICION: Día de la fruta, sesiones informativas, artículos en intranet.

ACTIVIDAD FISICA: grupos de Pilates en el Hospital, formación y salidas de Marcha Nórdica.

BIENESTAR EMOCIONAL: Mindfulness y compasión, formación en balance de vida.

PREVENCIÓN: Campañas de cáncer de colon, lesiones de piel, exploración de mama.

COMUNIDAD: sesiones informativas y apertura de espacios del Hospital a la comunidad

Para la evaluación del impacto:

- Valoración de la formación y experiencia personal en el entrenamiento de la compasión.
- Encuestas antes y después de las sesiones de alimentación saludable.
- Participación de las campañas de prevención.
- Encuestas de satisfacción de las actividades de ejercicio físico.

Conclusiones

- El Hospital es un lugar apropiado para promocionar la salud y los hábitos de vida saludables en el colectivo de profesionales.
- Incorporar la promoción de la salud en los objetivos estratégicos del Hospital es un elemento fundamental para impulsar el proyecto.
- La certificación como "Empresa Saludable" refuerza el compromiso y esfuerzo del Hospital en ser un lugar promotor de la salud.