



Código del programa

**P08**

Nombre del programa

**Promoción de hábitos saludables en los centros de servicios sociales***Línea estratégica relacionada*

LE1.- Promoción de hábitos de vida saludable mediante intervenciones en políticas y entornos y dinamización de activos comunitarios para la salud

*Objetivos estratégicos a los que contribuye*

OE1.1. Incrementar los niveles de lactancia materna y el consumo de alimentos saludables en detrimento de los no saludables

OE1.2. Aumentar los niveles de actividad física y disminuir los hábitos sedentarios

OE1.3. Incrementar las horas y la calidad del sueño en la población

OE1.4. Incrementar la percepción de calidad de vida y de bienestar emocional

OE1.5. Incrementar la percepción de satisfacción con las relaciones sexuales para todas las partes, independientemente de su sexo, orientación o identidad sexual

OE1.6. Disminuir el tiempo dedicado al uso de aparatos electrónicos, en detrimento del tiempo dedicado a familiares y amistades

OE1.7. Incrementar las recomendaciones a la ciudadanía sobre activos comunitarios que facilitan una vida saludable

*Objetivos del Programa*

1. Promocionar los hábitos de vida saludable en los centros de servicios sociales de Andalucía.
2. Implantar mecanismos de regulación para que los alimentos y bebidas suministrados en los centros de servicios sociales sean saludables.
3. Regular la publicidad y la oferta de alimentos y bebidas en los centros de servicios sociales de Andalucía.
4. Fomentar que los centros de formación profesional para el empleo sean espacios saludables.

*Descripción del Programa*

En este programa se incluyen las acciones generales y las medidas estructurales para fomentar los hábitos saludables en los centros de servicios sociales, así como las correspondientes actuaciones específicas, en función de la modalidad de centro:

- Los centros de día y residenciales para la población infantil y adolescente, así como en los dispositivos de recepción a personas menores no acompañadas.
- Los centros de día, de noche, residenciales y de participación activa para personas mayores, incluyendo las previstas en el marco del “Programa de humanización y vida saludable en los centros residenciales de personas en situación de dependencia”, que incorporan las siguientes actuaciones:
  - a) Adquisición y mantenimiento de hábitos de vida saludables: incorporación de una dieta saludable, realización regular de actividad física y mental para preservar las capacidades de las personas residentes y evitar su deterioro, y fomento del sueño reparador. En este apartado se incluyen las actividades a realizar en el marco de la iniciativa “Andalucía Muévete”
  - b) Programación de actividades encaminadas a mejorar el bienestar emocional, entre ellas la organización de grupos socioeducativos en los que se trabajará el aprovechamiento de los activos comunitarios y personales con los que cuentan las personas residentes, contando con la colaboración de profesionales sanitarios de Atención Primaria.





*Medidas y acciones a desarrollar*

- c) Programación de actividades para potenciar las relaciones sociales entre las personas residentes y sus familias o amistades, permitiendo las actividades grupales y el uso de las zonas comunes dentro del centro asegurando el cumplimiento de las medidas de prevención y protección.
- Los centros de día, de noche y residenciales para personas con discapacidad (centros para población infantil/adolescente, población adulta y/o personas mayores), incluyendo las previstas en el marco del “Programa de humanización y vida saludable en los centros residenciales de personas en situación de dependencia”.
- Los centros de día y residenciales para personas sin hogar.
- Los centros residenciales (casa de acogida, centro de emergencia y piso tutelado) para mujeres víctimas de violencia de género y sus hijos e hijas.

**A. Medidas generales y estructurales:**

1. Desarrollo de un programa de fomento de hábitos saludables en los centros de servicios sociales, con el apoyo de profesionales de atención primaria de salud, coordinados por la Enfermera Gestora de Casos (EGC) de referencia del centro.
2. Incorporación de la promoción de hábitos saludables a los planes individuales de atención.
3. Programación de actividades físicas y deportivas en los centros de servicios sociales adaptadas a la población de los distintos centros, facilitando la utilización de instalaciones próximas o espacios accesibles en la naturaleza.
4. Establecimiento de protocolos de coordinación intersectorial (Consejerías implicadas, Ayuntamientos, etc.) para el desarrollo de programas específicos de fomento de hábitos saludables en estos centros y garantizar la realización de acciones en todo tipo de centros.
5. Creación de equipos o persona referente de promoción de salud en aquellos centros que por sus características lo precisen.
6. Adhesión de los centros de servicios sociales a los programas de hábitos saludables que desarrollan otras administraciones, aportando recursos humanos y materiales para su implementación.
7. Identificación de necesidades en materia de promoción de salud de las personas usuarias, familiares y profesionales.
8. Puesta en marcha de actuaciones grupales de fomento del bienestar emocional.
9. Creación de campañas, talleres y materiales divulgativos de promoción de hábitos de vida saludable en estos centros, siguiendo recomendaciones de lectura fácil, adaptados por personas expertas en esta materia.
10. Formación a profesionales sociosanitarios que desarrollan su trabajo en este tipo de centros, en materia de promoción de hábitos saludables, contando a su vez con el apoyo y asesoramiento de profesionales sanitarios.
11. Formación en promoción de hábitos de vida saludable a las personas cuidadoras y a profesionales cuidadores en los domicilios.
12. Establecimiento de convenios de colaboración entre estos centros y los Ayuntamientos para el uso de huertos municipales por parte de las personas usuarias. Extender los huertos a cualquier tipo de centro residencial o de día que cuente un espacio adecuado para ello.





13. Fomento del uso de zonas verdes cercanas a estos centros para promover el ejercicio y la actividad física al aire libre.
14. Habilitación de espacios adecuados para facilitar la práctica de la lactancia materna en los centros de servicios sociales.
15. Oferta de alimentos saludables y sostenibles siguiendo el patrón de dieta mediterránea, en base a la normativa o recomendaciones vigentes, por parte de las empresas que presten servicios de restauración sirviendo menús en los centros de servicios sociales.
16. Oferta de una carta de productos saludables y sostenibles en estos centros, en base a la normativa o recomendaciones vigentes, por parte de las empresas responsables de restauración y de mantenimiento de máquinas expendedoras de alimentos y bebidas envasadas.
17. Instalación y mantenimiento de fuentes de agua potable de la red de abastecimiento en estos centros, incorporando de manera visible la leyenda «*El agua potable procedente de la red de abastecimiento es saludable y sostenible*».
18. Implantación de planes de movilidad sostenible en estos centros.

#### **B. Centros de servicios sociales destinados a la infancia y la adolescencia:**

19. Diseño de actividades inclusivas y de accesibilidad universal de hábitos de vida saludable para facilitar la equidad en estos centros.
20. Adhesión al *Programa Forma Joven en otros entornos* de aquellos centros que se puedan beneficiar de sus actividades.
21. Desarrollo de iniciativas que promuevan la integración de las y los jóvenes migrantes en el entorno de la localidad donde se encuentren acogidos
22. Desarrollo de actividades de sensibilización sobre alimentación y sueño saludable y buen uso de las tecnologías, así como sesiones de actividad física adaptadas a la población de estos centros, talleres para la prevención de adicciones, talleres de sexualidad, etc.
23. Diseño e inclusión de tablas de indicadores sobre hábitos saludables en el instrumento de valoración del riesgo en menores (VALORAME).

#### **C. Centros de servicios sociales para personas mayores:**

24. Programación de actividades en el marco del “Programa de humanización y vida saludable en los centros residenciales de personas en situación de dependencia”, abordando actividades tales como:
  - Fomento del bienestar emocional de la población usuaria haciéndoles partícipes de actividades comunitarias y organización de grupos.
  - Realización de actividades de formación/ acción dirigidas a las personas residentes en las que adquieran conocimientos sobre alimentación saludable y participen en la elaboración de algunos menús recuperando recetas tradicionales.
  - Fomento de talleres grupales en los centros sobre actividad física, sexualidad, prevención de caídas, baile, costura, teatro, risoterapia, etc., tras la evaluación previa de intereses y adaptado a cada perfil.
25. Implementación de las acciones previstas en el proyecto “Andalucía Muévete”, que lideran las Consejerías de Turismo, Cultura y Deporte, y Salud y Consumo, en colaboración con la Consejería de Inclusión Social, Juventud,





- Familias e Igualdad, haciendo uso de una plataforma online para el envejecimiento saludable, a través del desarrollo de programas de actividad y ejercicio físico, adaptados a población mayor, que se han desarrollado en el marco del mencionado proyecto.
26. Implementación de otras medidas ya previstas en los programas de envejecimiento activo para potenciar el ejercicio físico en estos centros, contando con el asesoramiento de personas profesionales expertas.
  27. Difusión de la plataforma “En buena edad” y sus mensajes de promoción de salud y envejecimiento saludable.
  28. Organización de talleres/actividades de formación y sensibilización dirigidos al personal de los centros residenciales en las siguientes materias: en actividad física enfocada al ejercicio multicomponente (movilidad, fuerza, equilibrio, aeróbico); en promoción de una alimentación saludable y de prevención de los déficits nutricionales y de un sueño reparador; en la elaboración de planes de atención individualizada desde el modelo de humanización o de atención integral y centrada en la persona.
  29. Promoción de actividades intergeneracionales, entre personas mayores y menores de edad.
  30. Realización de programas de estimulación física y cognitiva.
  31. Impulso a la creación del Plan Gerontológico Municipal en el marco de los Planes de Acción Local en Salud.
  32. Implantación de Programas de Promoción de Salud en los Centros de Día para personas mayores.
  33. Detección de problemas de soledad involuntaria en los diferentes centros para personas mayores y desarrollo de medidas de acompañamiento y voluntariado para disminuir sentimientos de soledad no deseada de las personas mayores usuarias estos de centros.
  34. Acciones para generar actitudes positivas de la sociedad hacia las personas mayores.

#### **D. Centros de servicios sociales para personas con discapacidad:**

35. Programación de actividades en el marco del “Programa de humanización y vida saludable en los centros residenciales de personas en situación de dependencia”, abordando actividades para la adquisición y mantenimiento de hábitos de vida saludable en relación a alimentación saludable, actividad física, sueño saludable, sexualidad, bienestar emocional y relaciones sociales.
36. Sensibilización de profesionales de los centros de servicios sociales de personas con discapacidad, en la importancia de la promoción de una vida saludable a través de la organización de talleres de formación sobre: actividad física enfocada al ejercicio multicomponente (movilidad, fuerza, equilibrio, aeróbico); promoción de una alimentación saludable y de un sueño reparador.
37. Diseño y desarrollo de programas específicos de actividad física para personas con discapacidad contando con el asesoramiento de personas profesionales expertas.





38. En el caso de la infancia y la adolescencia con discapacidad, programación de actividades para madres, padres, tutores y tutoras para la promoción de hábitos de vida saludables en el ámbito familiar.
39. Difusión de la información sobre activos comunitarios, recursos y recomendaciones sobre hábitos saludables en otros centros donde acuden las personas con discapacidad (por ejemplo, en los Centros de Valoración y Orientación).

#### **E. Centros de servicios sociales para personas en situación o riesgo de exclusión social:**

40. Programación de actividades para la adquisición y mantenimiento de hábitos de vida saludable, adaptadas a las características de la población usuaria de estos centros.
41. Desarrollo de actividades de fomento del bienestar emocional de la población residente en estos centros, abordando los condicionantes sociales a los que se ven sometidos las personas usuarias de estos centros.

#### **F. Centros de servicios sociales para personas víctimas de violencia de género:**

42. Programación de actividades para la adquisición y mantenimiento de hábitos de vida saludables para la población usuaria de los centros de servicios sociales para personas víctimas de violencia de género (mujeres y sus hijos e hijas): incorporación de una dieta saludable, realización regular de actividad física y mental y fomento del sueño reparador. Por ejemplo, a través de talleres de cocina y alimentación saludable, de compra saludable económica, de orientación para la actividad física, de educación para la salud, y de programas de autocuidado y de habilidades maternofiliales, etc.
43. Programación de actividades encaminadas a fortalecer el bienestar emocional de las mujeres víctimas de violencia de género y sus hijos e hijas, abordando los condicionantes sociales a los que se ven sometidas.

*Población destinataria*

Población usuaria de los centros de servicios sociales.

*Indicadores claves de realización*

- Nº de iniciativas/programas/acciones estructuradas de promoción de hábitos saludables dirigidas a la población usuaria de cada modalidad de centros de servicios sociales:
  - Infancia y adolescencia.
  - Personas mayores.
  - Personas con discapacidad.
  - Personas sin hogar.
  - Mujeres víctimas de violencia de género.

*Indicadores claves de resultados (alcance)*

- Porcentaje de centros de servicios sociales, diferenciando las distintas modalidades de centro, que desarrollan iniciativas/programas/acciones estructuradas de promoción de hábitos saludables.
- Porcentaje de centros de servicios sociales con oferta alimentaria de cualquier tipo, diferenciando las distintas modalidades de centro, que han implantado medidas para proporcionar una oferta alimentaria saludable y sostenible en base a las evidencias y normativas vigentes.





*Organismo responsable de su implantación y seguimiento*

- Consejería de Salud y Consumo
- Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad
- Consejería de Turismo, Cultura y Deporte
- Agencia de Servicios Sociales y Dependencia de Andalucía

*Organismos y entidades colaboradoras*

- Instituto Andaluz de la Mujer
- Empresas privadas
- Asociaciones y ONGs
- Escuela Andaluza de Salud Pública
- FAMP
- Instituto Mixto Universitario Deporte Salud (IMUDS) de la Universidad de Granada
- Centros residenciales para personas mayores
- Ayuntamientos

*Temporalización*

2024-2030

*Presupuesto*

Las medidas y acciones previstas se financiarán con los presupuestos propios de los organismos públicos responsables del programa.

