“SEMBRANDO HUELLAS PARA LA SALUD”

UNA EXPERIENCIA DE CONSTRUCCIÓN COLECTIVA, EN TERRITORIO Y CON LA COMUNIDAD.

Autores:

- Alonso, Victoria. Residente de Medicina General de 4to año.
 - Dávila, Lorena. Licenciada en Psicología.
- Díaz, Rocío. Residente de Medicina General de 4to año.
- Longoni, David. Residente de Medicina General de 2do año.
- Nygaard, Erika. Residente de Medicina General de 4to año.
- Rea, Laura Elizabeth. Residente de Medicina General de 4to año.

Participantes: Alberta Encina, Alcira Sonoqui, Ana M Morales, Angelica Silva, Sofia Baldomiro (Médica, especialista en Medicina General), Carmen Arjona, Elizabeth Pacheco, Estela Martinez, Fabiola Rochelli, Martita Gómez, Rita Morales, Rocio Gonzalez, Rosa Romero, Stella Pringet .y vecines.

Octubre 2022.

Trabajo inédito.

Tipo de trabajo: Póster con fotos, textos y QR con video.

Centro de Atención Primaria de la Salud N° 3 “Eva Perón”, Miguel Schwartz 876, Villa Concepción, partido de General San Martín, provincia de Buenos Aires. CP 1651.

E-mail: caps3evaperon@gmail.com

Teléfono de contacto: (011) 4830-0723

El equipo de investigación lo conformamos cinco residentes de medicina general de diferentes años, una médica generalista y una psicóloga de nuestro Centro de Salud, quien a su vez acompaña nuestra formación como residentes.

“SEMBRANDO HUELLAS PARA LA SALUD” UNA EXPERIENCIA DE CONSTRUCCIÓN COLECTIVA, EN TERRITORIO Y CON LA COMUNIDAD.

CAPS N°3

Alonso Victoria, Dávila Lorena, Díaz Rocio, Longoni David, Nygaard Erika, Rea Laura.

Centro de Atención Primaria de la Salud N° 3 “Eva Perón”, Miguel Schwartz 876, Villa Concepción, partido de General San Martín, provincia de Buenos Aires. CP 1651.

E-mail: caps3evaperon@gmail.com

Teléfono de contacto: 4830-0723

Imágenes y otras herramientas comunicacionales

Trabajo inédito

El presente trabajo pretende, a través de material audiovisual consistente en una línea de tiempo con fotografías y breves testimonios, dar cuenta del camino transitado entre el equipo de salud y la comunidad en contexto de pandemia y su transición a la nueva normalidad.

Las imágenes corresponden a momentos destacados durante un año de encuentros semanales realizados en la “Plaza de la Memoria” aledaña al CAPS N° 3 (Gral. San Martín, Pcia de Buenos Aires) y en la “Biblioteca popular Murillo”, con actividades de movilidad corporal y lúdico-reflexivas con participación comunitaria.

En los extremos de la línea de tiempo se destacan las palabras que se registraron con mayor frecuencia en el primer encuentro del grupo, en comparación a las expresadas al momento de la evaluación anual realizada de forma colectiva. El tamaño de las palabras se correlaciona directamente con la regularidad de aparición de las mismas.

El propósito de este trabajo es reflejar la importancia del encuentro con la comunidad, entendiendo al mismo como oportunidad para la prevención y promoción en salud desde una mirada integral y construyéndonos como sujetos a través del otro.

Se adiciona código QR que redirecciona a un video para escuchar la experiencia contada por algunas de las protagonistas del espacio.

Palabras claves: Salud integral; Participación comunitaria; Promoción y prevención; Equipo de salud.

La presente experiencia comenzó durante el periodo transicional entre el aislamiento y el distanciamiento físico-social por la pandemia por Covid-19 y continúa hasta el día de hoy, en Villa Concepción, partido de General San Martín, Provincia de Buenos Aires.

El actual "Sembrando huellas" surgió en agosto del 2021 de nuestra percepción de la necesidad de hacernos presentes, como equipo de salud, en el territorio para re-establecer vínculos adormecidos por la pandemia. Dicha necesidad fue registrada en encuestas anónimas¹ realizadas en distintos lugares del barrio y del Centro de Salud (CAPS) en las que preguntamos a la comunidad qué entendía por hábitos saludables, si los llevaban a cabo, si identificaban alguna limitación para hacerlo y si les gustaría que el CAPS propiciara espacios para realizar algunos de ellos. La mayoría de las encuestades relacionaron hábitos saludables a realizar actividad física y comer sano, y manifestaron interés en que el CAPS desarrolle actividades relacionadas a la temática.

El presente trabajo se encuentra dentro del marco institucional como proyecto con la comunidad, y está dirigido a adultes que se referencien con el CAPS, sea de manera asistencial como no asistencial. Si bien el espacio está destinado a adultes en general, la mayoría de los participantes suelen ser mujeres.

El espacio a describir tuvo como propósito la construcción colectiva del mismo, la formación de redes interpersonales entre los participantes y reforzar los vínculos preexistentes entre las personas y la Institución. Otra meta fue el trabajar acerca de hábitos saludables desde una mirada contrahegemónica y de intercambio de saberes con la comunidad, con el objetivo final de acompañar los procesos de salud integral individuales y colectivos.

En un principio sería un encuentro semanal durante un mes, de una hora de duración, en la plaza del barrio; media hora de caminata adaptada a cada persona, y el tiempo restante a una actividad para intercambiar sentimientos, saberes y conocer las expectativas respecto del espacio. En los primeros encuentros las participantes resignificaron el término de "hábitos saludables", relacionándolo a volver a socializar desde la risa, el juego y el compartir con otros, alejándose de la definición que expresaron las encuestades. A lo largo del año, desarrollamos distintos juegos como competencias de chistes, juegos de mesa, adivinanzas, baile y armado de coreografías; procurando reivindicar el derecho a jugar de los adultes, en consonancia con el ejercicio del derecho a la salud. Otra actividad, fue el análisis

¹Link que redirecciona a las encuestas: <https://forms.gle/qtpHFuUGxjZTsUqU7>

crítico y con perspectiva de género de canciones populares, a partir de la cual intercambiamos experiencias y puntos de vista respecto a violencia de género y diversidad. También realizamos jornadas reflexivas en fechas conmemorativas, en muchas de las cuales los debates y temáticas fueron propuestos y desarrollados por las participantes, incluso ocupando roles de dirección. En el período invernal, por las condiciones climáticas y preferencia de las integrantes, se acordó grupalmente cambiar horario y lugar del encuentro, comenzando una hora más tarde y trasladándonos a la Biblioteca popular del barrio, dando cuenta de la adaptabilidad necesaria ante los emergentes que fueron surgiendo.

La participación fue variando con los encuentros, reflejándose en el compromiso, interés y responsabilidades crecientes respecto de la propuesta, planificación de actividades y la ejecución por parte de las participantes, quienes ocuparon roles activos en la coordinación². Intentamos lograr una participación que incluya la toma de decisiones libre e informada respecto a la vida cotidiana y la colaboración con procesos de la vida institucional, lo cual llevó a atravesar procesos de aprendizaje grupal, modificando estructuras de poder hegemónicas. Los debates grupales para la elección del nombre del espacio y la creación colectiva de la bandera representativa del mismo, son reflejo de lo antedicho y del sentido de pertenencia adquirido. Por lo antes descrito, valoramos el pasaje observable en nuestro análisis, de lo individual a la conformación de un colectivo que nos une y que nos funda, en tanto comunidad y equipo de salud, con nombre propio y constitutivo de identidad; entendemos a los encuentros como oportunidad para la prevención y promoción en salud.

La herramienta comunicacional, representa a través de una línea de tiempo formada por huellas que trazan un camino sinuoso, momentos destacados de los encuentros en la “Plaza de la Memoria” y en la “Biblioteca Popular Murillo”, ambas aledañas al CAPS. La forma del sendero refleja el proceso dinámico, variable y no lineal que atravesamos. Las fotografías fueron elegidas por el equipo de salud y la comunidad y los epígrafes corresponden a breves testimonios de las participantes. En los extremos se destacan las palabras registradas con mayor frecuencia en el primer encuentro del grupo, y las expresadas un año después en la evaluación conjunta. El tamaño de las palabras es directamente proporcional a su frecuencia de aparición. El código QR redirecciona a un video para escuchar y ver la experiencia contada por algunas de las protagonistas del espacio.

² Según Rifkin (1990), dicha descripción corresponde al nivel tres en la clasificación de Participación Comunitaria.

Relevancia para la Medicina General, Equipos de Salud y Salud Colectiva

El trabajo territorial con participación ciudadana plantea un gran desafío para los equipos. Las maneras de trabajar por fuera de las estructuras y planificaciones establecidas, son formas de abordarlas desde la incomodidad, pero sin perder el objetivo de promover salud y resignificarla por fuera de las instituciones formales, es decir, acercar el CAPS a la plaza y/o a la biblioteca popular del barrio con la convicción de que allí también se construye salud.

Poniéndolo en palabras de Julio Monsalvo, "salud en manos de la comunidad significa amar y revalorizar esos saberes que se comparten en forma solidaria y se perciben con la potencialidad de poder resolver problemas de este campo, cuidar la misma y algo más: ganar en salud". Creemos que a lo largo de esta experiencia tuvimos momentos en los cuales lo logramos desde esta perspectiva, recuperando raíces territoriales, historias individuales e historia colectiva.

Los autores consideramos que este espacio fomentó el intercambio de saberes, intentó garantizar a cada uno su derecho a ejercer ciudadanía y de construir instancias comunitarias de salud, trascendiendo lo individual y fortaleciendo lo vincular.

Evocando a H. Spinelli queremos resaltar la importancia de la participación ciudadana como pilar fundamental, entendiendo a la salud desde una perspectiva de derechos. Apostamos así a mantener vínculos más humanizados, participativos y sobre todo con énfasis en la promoción y prevención, o facilitando la accesibilidad al ámbito asistencial en caso de ser necesario.

Es importante como equipos de salud conformarnos desde la interdisciplina, con una mirada integral, siendo dinámicos en nuestro funcionamiento, con roles móviles entre los integrantes y repensándonos desde la flexibilidad a la hora de planificar las actividades extramuro. Con una práctica sostenida en el tiempo, revisionista, crítica y reflexiva, evaluando objetivos y teniendo como meta la mayor participación de la comunidad en ella. Entendemos que esto enriquece y fortalece los espacios de intercambio, de intersaberes e interhaceres.

Pensamos que "Sembrando huellas" conlleva un efecto multiplicador, siendo las mismas participantes quienes realizaron la convocatoria invitando a nuevas personas a un espacio que consideran valioso. Esta modalidad resultó más efectiva y con mayor

repercusión que las estrategias institucionales implementadas, como folletería e invitaciones en sala de espera y consultorios.

Tanto en quienes escribimos este relato como en quienes participaron de él, está presente el deseo de compartir la experiencia de un año de trabajo focalizando en la importancia del antes mencionado “efecto multiplicador” de las prácticas de cuidado implementadas. Dichas prácticas, como parte de los procesos comunitarios, las vimos reflejadas en el desarrollo de factores que consideramos protectores tales como resolución de conflictos, socialización, acuerdos grupales, cooperación, solidaridad y toma de decisiones colectivas entre otros, posibilitando que las personas sean protagonistas y no espectadoras de su propia salud.

Retomando ideas desarrolladas por J. Monsalvo resignificamos la idea de “Vivencia de la salud pública”, que remite a lo real y lo que verdaderamente se está sintiendo, permitiendo aprehender qué es salud desde la perspectiva de cada cultura, desde cada comunidad y sus características identitarias a partir de lo vivido, construyendo así salud pública como salud de los pueblos.

Creemos que las bases de esta experiencia pueden ser replicadas en otras comunidades con características y necesidades distintas, contando con la flexibilidad por parte del equipo de salud como parte esencial del proceso, asumiendo el compromiso de construir un sistema solidario y en redes de salud, de modo colectivo y con base en la comunidad, desde una perspectiva garante de derechos, visibilizando y amplificando las “voces del territorio”.

A modo de conclusión, y como reflejo de lo transitado, queremos compartir algunos testimonios de las protagonistas del espacio, que dan cuenta de lo que significó para ellas:

“Estoy esperando los miércoles, me encantan, es un espacio de salud porque compartimos momentos, nos divertimos, hacemos ejercicio, me gusta mucho, a mi me hizo bien porque yo estuve con una depresión, y con esto salí adelante” (Ana).

“Sigo viniendo porque me gusta compartir, reír, disfrutar del aire y estar libre” (Carmen)

“Me gusta venir porque me encuentro muy a gusto, entre amigas, compañeras, vecinas y me siento muy cómoda, muy reconfortada estando acá, me renuevo cada

miércoles. Esto es único, muy especial, un momento mágico, que lleva al éxtasis del espíritu y del alma, tiene mucha energía, da mucha vitalidad al que está decaído” (Rita)

“una persona puede tener problemas físicos, pero también es importante atender la parte emocional y mental, suponiendo que somos un todo, no un pulmón, un hígado, etc.” (Stella)

“Me ayuda mucho, a la mente, a la salud, distracción, divertirme sanamente, y hacer ejercicio que es lo que más necesito” (Alberta)

“Si estás triste lo ponés en palabras y te alivias, liberás la angustia; y si estás de buen humor le generás alegría a todos (...) lo que no se dice queda atrapado en el cuerpo y genera, muchas veces, enfermedades (...) sólo medicar no es la única alternativa” (Estela)

A partir del análisis de la experiencia evidenciamos que, con tan sólo un encuentro semanal de una hora de duración, se produjo un impacto positivo en la salud integral de las participantes un crecimiento colectivo a través de la construcción y apropiación del conocimiento comunitario, que nos enriqueció tanto a la comunidad como al equipo de salud, fortaleciendo el vínculo entre los integrantes del mismo y del CAPS con la población.

Como reflexión final, tenemos la convicción que es imperioso luchar en pos de una nueva y más equitativa redistribución de los recursos en políticas públicas sanitarias, que contemple como prioridad acciones destinadas a la promoción y prevención en salud, haciendo eco de las voces de la comunidad y así favorecer el ejercicio del derecho a la salud por parte de los ciudadanos.

Bibliografía.

- *LIBRO: Salud Pública, propuestas desde las vivencias-Julio Monsalvo.* (s/f). Com.ar. Recuperado el 28 de octubre de 2022, de http://www.altaalegremia.com.ar/contenidos/libro_salud_publica.html
- iSel, T. V. [iseltv2013]. (2013, septiembre 13). *Dr. Hugo Spinelli - Salud Colectiva - ISEL TV.* Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=45HhHHgc3k>
- Mag. Carlos E. Gatti, M. R. D. V., Molina, L. G., & Alegría, L. H. (2017). *Módulo 7, Salud y Participación comunitaria.* <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/modulo-7-salud-y-participacion-comunitaria>
- Reiner Hernández, L., Cruz Caballero, B. A., & Orozco Muñoz, C. (2019). La participación comunitaria como eje de la atención primaria de la salud. *Edumecentro*, 11(1), 218–233. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742019000100218
- Ferrer Herrera, I. M., Borroto Zaldívar, T. E., Sánchez Cartaya, M. E., & Álvarez Vázquez, J. (2001). La participación de la comunidad en salud. *Revista cubana de medicina general integral*, 17(3), 268–273. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252001000300011&lng=es&nrm=iso&tlng=es