



Hospital Regional
Universitario
de Málaga

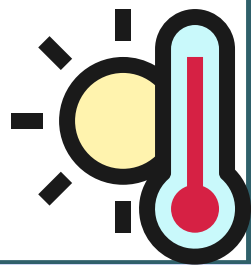
Activos en salud y trabajo enfermero en la prevención del golpe de calor en personas con trastorno mental grave

María Esperilla Belinchón¹, Beatriz González González¹, Mar Zájara Mellado¹, Lorena Morote Sinsaez¹, Sonia de la Torre Moyano¹

1: Residente de enfermería de Salud Mental Hospital Regional Universitario de Málaga

INTRODUCCIÓN

Las altas temperaturas representan un problema de salud pública que aumenta la morbilidad y la mortalidad, especialmente al superar ciertos umbrales térmicos. El cambio climático y las olas de calor han incrementado los trastornos por calor, afectando sobre todo a grupos vulnerables como ancianos, niños, pacientes con enfermedades mentales y trabajadores expuestos. Frente a ello, la prevención es esencial, y la labor de la enfermería resulta clave en la educación sanitaria, la detección temprana y la intervención ante los riesgos del calor extremo



OBJETIVO

Promover el cuidado integral de la salud y la adopción de hábitos saludables para prevenir los efectos del calor extremo, con especial atención a las personas más vulnerables.

METODOLOGÍA

En el Plan Comunitario de Palma-Palmilla (Málaga), una enfermera especialista en salud mental realizó una sesión de promoción de la salud junto al Comedor Social Santa Teresa de las Hijas de la Caridad. Con apoyo de la AEESME, que aportó sombreros y difusión del proyecto, la actividad de dos horas empleó recursos visuales y un lenguaje adaptado para facilitar la comprensión y participación de los asistentes.

DESARROLLO

La intervención, realizada en el Comedor Social Santa Teresa, se basó en la participación activa, el aprendizaje entre iguales y el apoyo mutuo para fomentar hábitos saludables y afrontar problemas derivados del calor. Participaron 20 personas (15 usuarias y 5 trabajadoras), en una dinámica diseñada con enfoque comunitario y salutogénico. La enfermera especialista en salud mental actuó como facilitadora, promoviendo la autonomía, el intercambio de experiencias y un vínculo cercano con los asistentes.



Este verano, "¡Cuídate cubriendo la azotea!"

La Salud Mental nos mueve

CONCLUSIONES

La actividad obtuvo una valoración muy positiva por parte de participantes y trabajadoras, quienes destacaron su utilidad y adecuación a las necesidades del grupo. Realizarla en el entorno comunitario permitió llegar a personas con menor acceso a los servicios sanitarios y reforzar el enfoque de cuidados comunitarios. Como mejoras, se sugirió adelantar el horario e incluir contenidos sobre alimentación y recetas saludables. En conjunto, la experiencia demostró que acercar la promoción de la salud mental al ámbito comunitario favorece la participación, la autonomía y una atención integral y accesible

BIBLIOGRAFÍA

