

# MEMORIA DEL PROYECTO

## 1. Denominación del Proyecto

**Belén Junkiverso 2025: Promoción del Bienestar Emocional y los Hábitos de Vida Saludable en el Ámbito Comunitario**

## 2. Centro Responsable

**Centro de Salud Poniente Junquillos**

Distrito / Área de Gestión Sanitaria: **Campo de Gibraltar Este**

Localidad: **La Línea de la Concepción**

## 3. Marco Estratégico y Normativo

El proyecto se enmarca dentro de las líneas estratégicas de la **Consejería de Salud y Consumo de la Junta de Andalucía** y del **Servicio Andaluz de Salud**, alineándose específicamente con:

- **Estrategia de Promoción de una Vida Saludable en Andalucía**, incorporando el enfoque de autocuidado, bienestar emocional, participación comunitaria y entornos saludables.
- **Plan Integral de Salud Mental y Adicciones de Andalucía (PESMAA)**, actualmente en proceso de revisión, promoviendo acciones de prevención, promoción del bienestar emocional y salud mental comunitaria.
- **Plan Andaluz de Humanización del Sistema Sanitario Público**, reforzando la atención centrada en las personas, la empatía y la participación activa de la ciudadanía.
- **Objetivos de Desarrollo Sostenible (Agenda 2030)**, especialmente ODS 3, 11, 12 y 13.

## 4. Justificación

La evidencia científica y las estrategias autonómicas vigentes reconocen el **bienestar emocional y los hábitos de vida saludable** como determinantes fundamentales de la salud integral.

En este contexto, el proyecto **Belén Junkiverso 2025** surge como una intervención comunitaria de bajo coste y alto impacto, que utiliza una actividad simbólica y cultural para:

- Facilitar la educación para la salud en un entorno accesible y emocionalmente significativo.
- Favorecer la participación activa de profesionales y ciudadanía.
- Reforzar la humanización y la cohesión de los equipos de Atención Primaria.

## 5. Objetivos

### 5.1 Objetivo General

Promover el bienestar emocional y la adopción de hábitos de vida saludable en la comunidad y en los profesionales sanitarios, en coherencia con las estrategias autonómicas de salud mental, vida saludable y humanización.

### 5.2 Objetivos Específicos

- Potenciar la participación comunitaria e interdisciplinar en actividades de promoción de la salud.
- Favorecer la expresión emocional, la creatividad y el autocuidado como herramientas de prevención.
- Sensibilizar sobre la importancia de hábitos saludables: actividad física, descanso, alimentación equilibrada, relaciones saludables y gestión emocional.
- Fomentar la sostenibilidad ambiental mediante el uso de materiales reciclados.
- Consolidar el centro de salud como entorno promotor de salud y bienestar comunitario.

## 6. Población Diana

- Profesionales del Centro de Salud Poniente Junquillos (todas las categorías profesionales).
- Personas usuarias del centro de salud.

- Familias, especialmente población infantil y adolescente atendida en el área de Pediatría.
- Comunidad del entorno del centro de salud.

## 7. Metodología

El proyecto se desarrolló mediante una **metodología participativa, comunitaria e interdisciplinar**, basada en la implicación activa de profesionales y ciudadanía.

### 7.1 Fases de Desarrollo

1. **Planificación y diseño**
  - Definición del eje temático: bienestar emocional, hábitos de vida saludable y sostenibilidad.
  - Coordinación entre los distintos profesionales del centro.
2. **Ejecución**
  - Elaboración artesanal del Belén con materiales reciclados.
  - Integración de mensajes simbólicos relacionados con el autocuidado y la salud emocional.
3. **Sensibilización y difusión**
  - Exposición del Belén en espacios comunes del centro.
  - Uso de cartelería y mensajes educativos en salas de espera y consultas.
4. **Participación comunitaria**
  - Implicación activa de la población usuaria y familias, con especial dinamización desde Pediatría.

## 8. Recursos Utilizados

### 8.1 Recursos Humanos

- Profesionales de medicina de familia, enfermería, TCAE, pediatría.
- Trabajo social.
- Personal administrativo.
- Celadores
- Personal de limpieza.
- Personal de seguridad.
- Participación voluntaria de usuarios y familias.

### 8.2 Recursos Materiales

- Materiales reciclados y reutilizados.
- Espacios comunes del centro de salud.
- Material gráfico y educativo de elaboración propia.

## 9. Resultados

- Alta participación interdisciplinar y comunitaria.
- Mejora del clima laboral y fortalecimiento del trabajo en equipo.
- Mayor visibilización del bienestar emocional como parte esencial de la salud.
- Refuerzo del papel del centro de salud como agente activo en la promoción de hábitos de vida saludable.
- Sensibilización ambiental y alineación con la Agenda 2030.

## 10. Evaluación

La evaluación se realizó mediante:

- Observación directa del grado de participación.
- Valoración cualitativa del impacto en profesionales y usuarios.
- Análisis del cumplimiento de los objetivos planteados.

Los resultados obtenidos permiten considerar la iniciativa como **buenas prácticas en promoción de la salud y humanización**.

## 11. Conclusiones y Propuestas de Continuidad

El proyecto **Belén Junkiverso 2025** ha demostrado ser una intervención eficaz para integrar bienestar emocional, hábitos de vida saludable y participación comunitaria en el ámbito de Atención Primaria.

Se propone:

- Mantener la iniciativa en futuras ediciones.
- Incorporar nuevas temáticas vinculadas al bienestar emocional, autocuidado y estilos de vida saludables.
- Valorar su replicabilidad en otros centros sanitarios.