

## RESUMEN ESTRUCTURADO

**Título:** LA PROMOCIÓN DE LA SALUD. ALGUNAS TEORÍAS Y HERRAMIENTAS PARA LA PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DE INTERVENCIONES SOBRE LOS ESTILOS DE VIDA

**Autores:** Rueda JR, Manzano I, Darío R, Pérez de Arriba J, Zuazagoitia J, Zulueta G.

**Palabras clave:** *promoción de la salud, teorías, determinantes sociales de la salud*

**Fecha:** Febrero 2008

**Páginas:** 80

**Referencias:** 43

**Lenguaje:** Español, resúmenes en inglés y euskera.

**ISBN:** 978-84-457-2823-9

### INTRODUCCIÓN

El estilo de vida constituye uno de los determinantes que más influencia ejerce en el estado de salud de una población. La promoción de estilos de vida saludables es uno de las áreas prioritarios para conseguir mejoras de salud en nuestra población, tanto a nivel general, como en distintas personas y colectivos con peores niveles de salud.

### OBJETIVOS

El objetivo de este estudio es plantear bases conceptuales y metodológicas a tener en cuenta para el diseño, planificación y evaluación de intervenciones de promoción de la salud, con especial atención a lo relacionado con los estilos de vida, resumiendo algunas de las principales teorías sobre esta área.

### MATERIAL Y MÉTODOS

Se ha realizado una búsqueda en Internet en páginas de la Organización Mundial de la Salud y la Comisión Europea, así en como las bases de datos de organizaciones como la International Union for Health Promotion and Education, el US Task Force on Community Preventive Services y la CDC Prevention Guidelines Database, Medline y Cochrane Library, búsquedas terminadas a fecha de 16 de febrero de 2.005.

**Análisis económico:** SÍ

NO

**Opinión de Expertos:**  SÍ

NO

### RESULTADOS

Se resumen las siguientes teorías o modelos de promoción de la salud: el modelo de los determinantes de la salud y las políticas de salud; el modelo de creencias de salud; la teoría de la acción razonada y la teoría de la conducta planificada; el modelo transteorético de las etapas de cambio; el modelo del proceso de precaución - adopción; la teoría del aprendizaje social; la teoría de la difusión de innovaciones;

el marketing social; modelos comunitarios y grupales de promoción de salud; un modelo de promoción de la salud basado en el empoderamiento; la teoría del género y el poder; el desarrollo comunitario; el modelo de marketing de la promoción de salud. Se resumen algunas herramientas para la planificación y la evaluación de la promoción de la salud, como el modelo de planificación PRECEDE-PROCEDE y el modelo RE-AIM, y se plantea una lista con los distintos aspectos necesarios para resumir y analizar intervenciones de promoción de salud.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

1. Los programas de promoción de salud que se planteen la mejora de problemas de salud relacionados con los estilos de vida exigen la combinación de distintas intervenciones multifactoriales: enfocadas a individuos concretos, a grupos específicos, a la sociedad en su conjunto; de cambio de leyes y normativas; de educación sanitaria. Ninguna teoría, modelo o herramienta es siempre adecuada para todas las situaciones posibles; asimismo, distintas teorías pueden ser útiles y complementarias para comprender y abordar un tema de manera integral.
2. Las desigualdades económicas y sociales son un importante determinante de la salud. Para conseguir el objetivo de mejorar la salud de la población es clave que se planteen estrategias específicas para conseguir mejorar la salud de los grupos sociales con peores indicadores de salud, que en general son los ligados a ingresos económicos bajos y peores condiciones de vida.
3. Distintos grupos, subgrupos o colectivos se encuentran en circunstancias diferentes que exigen un análisis separado de cómo operan distintos determinantes de la salud en cada uno de ellos. Es por ello necesario analizar las características específicas, creencias, actitudes, motivaciones, refuerzos o barreras sociales,... en que se encuentra cada colectivo. Los mensajes, métodos, medios, estímulos e incentivos no tienen por qué ser iguales para todos y deberán adaptarse para cada uno de los distintos colectivos.
4. Las intervenciones de educación para la salud, que deben seguir jugando un papel importante, se deberán enfocar a proporcionar información veraz y a potenciar el empoderamiento tanto individual como colectivo, prestando especial cuidado en evitar la culpabilización de quienes tienen y soportan estilos de vida menos saludables.
5. Los programas o intervenciones de promoción de salud deben plantear claramente cuales son los determinantes de la salud sobre los que pretenden incidir, así como qué otros determinantes de la salud quedan fuera de su objetivo o alcance. De esa manera, no se crearán falsas expectativas respecto a su previsible impacto y se evitarán posteriores sensaciones de fracaso al evaluar los cambios producidos por las actividades de promoción de la salud.