



## PROYECTO SALUD PARA PIÑONES: Uniendo esfuerzos para mejorar la salud de Piñones

En el año 2009, un grupo de líderes comunitarios, religiosos, y miembros de la Oficina de Investigación Clínica y Salud Comunitaria del Centro Dotal de Investigaciones de Servicios de Salud de la Escuela de Medicina del Recinto de Ciencias Médicas (RCM) se unieron para formar una alianza con el fin de entender y tratar los problemas de salud en esta comunidad. Esta alianza se le llamó como el **Proyecto Salud para Piñones**. Desde sus inicios este proyecto ha logrado realizar, una evaluación comprensiva de necesidades de salud y dos proyectos pilotos de investigación de participación activa comunitaria. Además, se han realizado varias actividades de enlace comunitario con enfoque educativo y preventivo.

Les invitamos a que lean algunos de los resultados de esta iniciativa tan importante para su Comunidad, y de la cual ustedes han sido partícipes.

Agradecemos a todos los miembros de la comunidad que han colaborado en las actividades del Proyecto Salud para Piñones, en especial a: Sra. Maricruz Rivera, Sra. Carmen París, Sr. Ángel Clemente, Sr. Oscar Carrasco, Sra. Yolanda Pizarro, Sra. Esther Cruzado, Sra. Milagros Quiñones, Sra. Dámasa Cruz, Pastora Marilyn Torres, Sr. Héctor Pérez, Pastora Nidia Salgado, Sra. Samarys Lugo, Pastor José Cruz ,Sra. Iriselis Ortiz, Sra. Irene Pizarro y Sra. Gloria Romero. Además, a los colaboradores del Proyecto: Corporación Piñones se Integra (C.O.P.I.), Concilio de Salud Integral de Loíza, Inc. (CSILO), Programa de Residencia de Medicina de Familia, Escuela de Medicina-Recinto de Ciencias Médicas, División para la Prevención y Control de las Enfermedades Crónicas, Departamento de Salud de P.R., Personal del Bosque Estatal de Piñones, Oficina de la Primera Dama y Asuntos de la Comunidad del Municipio de Loíza, Iglesia Universal de Jesucristo, Iglesia Buen Samaritano, División de Bienestar Comunitario, Triple SSS/Mi Salud, Asociación de Estudiantes de Medicina de P.R., Asociación de Estudiantes al Servicio de la Comunidad, entre otros colaboradores.

Para mayor información sobre esta iniciativa comuníquese a la Oficina de Investigación Clínica y Salud Comunitaria (CDISS) de la Escuela de Medicina del RCM al teléfono: 787-701-1121.

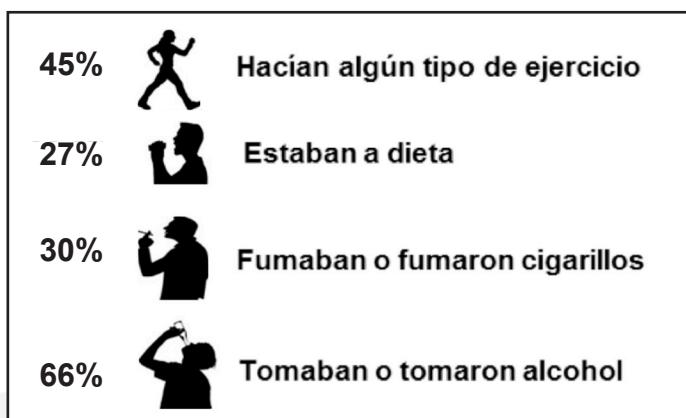


## Salud en los ADULTOS de Piñones

Un grupo de residentes participaron en la encuesta realizada en el año 2010. Más de la mitad de las personas entrevistadas eran mujeres mayores de edad. La mayoría no tenían empleo, tenían un ingreso menor a \$1,000 al mes, y tenían el plan médico del gobierno.

Más de la mitad de los residentes entrevistados dijeron tener algún problema de salud (69%). Cerca de 61% usaban medicamentos recetados y el 48% utilizaban productos naturales para tratar sus problemas de salud. La mayoría de los residentes de Piñones tenían un profesional de la salud para atenderlo cuando lo necesitaban. Las enfermedades más comunes en los adultos de la comunidad fueron: hipertensión, diabetes y asma. La hipertensión y la diabetes fueron más comunes en personas que tenían 65 años de edad. Mientras que, el asma fue mayor en personas que tenían entre 25-44 años de edad.

Tabla 1: Estilos de vida de los adultos de Piñones



## Salud en los NIÑOS y los JÓVENES de Piñones

Para el año 2011, vivían cerca de 929 menores de 21 años de edad en la comunidad de Piñones. Del grupo que participó en la encuesta la mitad eran niñas y la otra mitad eran niños. La mayoría estaban en sobrepeso ó eran obesos/as y tenía al menos una condición de salud. Cerca del 30% usaban medicamentos recetados, y/o necesitaban más cuidados de salud que otros/as niños/as de la misma edad.

### Enfermedades más comunes en los niños y los jóvenes fueron:

1. Asma
2. Alergias
3. Problemas de visión
4. Pérdida de audición
5. Déficit de atención con hiperactividad (ADHD)

### Otros enfermedades identificadas incluyen:

1. Pre-diabetes y Diabetes
2. Hipertensión
3. Epilepsia, entre otras

Tabla 2: Estilos de vida de los niños y jóvenes de Piñones



## PROYECTO DE PROMOTORAS DE SALUD\*

Como parte de las iniciativas de Salud para Piñones, en el año 2013 se comenzaron los trabajos del proyecto piloto de investigación de auto-manejo de enfermedades crónicas en Piñones. El propósito de éste fue crear una intervención que tomara en consideración las características de los pacientes de diabetes e hipertensión de Piñones, y, además, evaluar cuán aceptable y viable resultaba la intervención para esta Comunidad. La intervención consistió en talleres educativos y, para algunos de los participantes, visitas al hogar de parte de promotoras de salud. Los talleres y las visitas al hogar iban dirigidos a mejorar el conocimiento y las prácticas relacionadas con el manejo de la diabetes y la hipertensión.

En el proyecto de promotoras participaron 32 residentes de Piñones, entre las edades de 43 a 87 años. La mayoría de los participantes eran mujeres, tenían un ingreso menor a \$1,000 al mes, y tenían plan médico del gobierno. Del total de los participantes, el 87% padecía de hipertensión y el 58% padecía de diabetes.

### Este proyecto piloto ayudó a que participantes:

1. Se midieran la presión arterial y la azúcar y utilizaran un registro para anotar los resultados con mayor frecuencia
2. Se informaran sobre los medicamentos recetados que utilizaban para sus condiciones de salud
3. Realizaran actividad física y aumentaran su seguridad para mantenerse activos/as físicamente
4. Mantuvieran una alimentación saludable
5. Disminuyeran el consumo de sodio en su alimentación
6. Obtuvieran mayor apoyo de familiares/amigos/ conocidos para el control de sus condiciones crónicas.

ACTIVIDADES COMUNITARIAS REALIZADAS		
Actividad	Servicios	Asistentes
1. Clínica de Salud Pediátrica (Colaboración con la Asociación de Estudiantes de Medicina de Puerto Rico (AEMPR) y Asociación de Estudiantes al Servicios de la Comunidad (AESCO))	Servicios médicos preventivos y educación de salud	96 niños
2. Feria de Salud (Colaboración con la AEMPR y AESCO)	Servicios médicos preventivos y educación de salud	234 personas
3. Entrenamiento de CPR y primeros auxilios (Auspiciado por la Escuela de Medicina-UPR)	Adiestramiento en CPR y primeros auxilios	17 voluntarios
4. Clínica "Niños consentidos" (Organizado y auspiciado por la Fundación Ronald McDonald)	Cernimiento de agudeza visual y auditiva	35 niños
5. Clínicas de cernimiento de cáncer de seno (Auspiciado por la Fundación Susan G. Komen)	Mamografías y educación sobre cáncer de seno	86 mujeres
6. Taller educativo "Cuidado a tu pareja" (Auspiciado por la Fundación Susan G. Komen)	Educación sobre cuidado de cáncer de seno	17 personas
7. Huerto escolar y actividades de estilo de vida saludable (Múltiples auspiciadores)	Desarrollo de huerto escolar, y talleres educativos sobre estilos de vida saludables	50 niños
8. Talleres de automanejo de enfermedades crónicas (Auspiciado por Depto. Salud y el Puerto Rico Clinical & Translational Research Consortium)	Adiestramiento sobre auto-manejo de condiciones crónicas, como la diabetes y la hipertensión.	53 personas
9. Actividad de cierre- Proyecto de Promotoras de salud (Múltiples auspiciadores)	Educación sobre estilo de vida saludable y cernimiento de presión arterial y glucosa	32 personas

\*Auspiciado por el Puerto Rico Clinical and Translational Research Consortium, grant 8U54MD007587-03, y el Centro Dotal de Investigaciones de Servicios de Salud, grants 5S21MD000242 and 5S21MD000138, del National Center on Minority Health and Health Disparities.