



¡BIENVENIDOS!

Antes de comenzar, abra una nueva ventana separada o use su teléfono para iniciar sesión en Mentimeter.



Paso 1: Vaya a www.Menti.com o escanee el código QR code con su teléfono

Paso 2: Ingrese el código **85203818**

Iremos yendo y viniendo entre Zoom y Mentimeter durante esta sesión.

Comenzaremos la sesión momentáneamente.

Promoviendo Decisiones Saludables y Cambios en la Comunidad

Un curso de aprendizaje en línea para promotores de salud

Módulo 1



November 22, 2022

Introducciones

- Nombre
- Título
- Organización





Jose Leon, MD
Gerente de Calidad Clínica



**Fide Pineda Sandoval,
CHES**
Analista de Investigaciones de Salud

Instrucciones de Zoom

- Todos los participantes serán silenciados al ingresar
- Participar en el chat
- Levanta la mano para participar y dialogar
- La reunión se está siendo grabada



Participación a través de múltiples plataformas



- **Zoom**
 - Lecturas
 - Conversaciones en chat
 - Encuestas de evaluación
 - Discusiones en grupo



- **Mentimeter**
 - Encuestas
 - Preguntas prueba
 - Videos
 - Casos de estudio y audios



- **NCHPH Página Web**
 - Diapositivas
 - Grabaciones
 - Documentos
 - Recursos

Agenda

- Introducción a NCHPH
- Propósito de este taller
- ¿Qué es una decisión saludable?
- ¿Qué cosas afectan las decisiones que tomamos?
- Sala de reuniones
- ¿Cómo hablo con otras personas sobre las decisiones saludables?
- Repaso breve
- Anuncios



National Center for Health in Public Housing

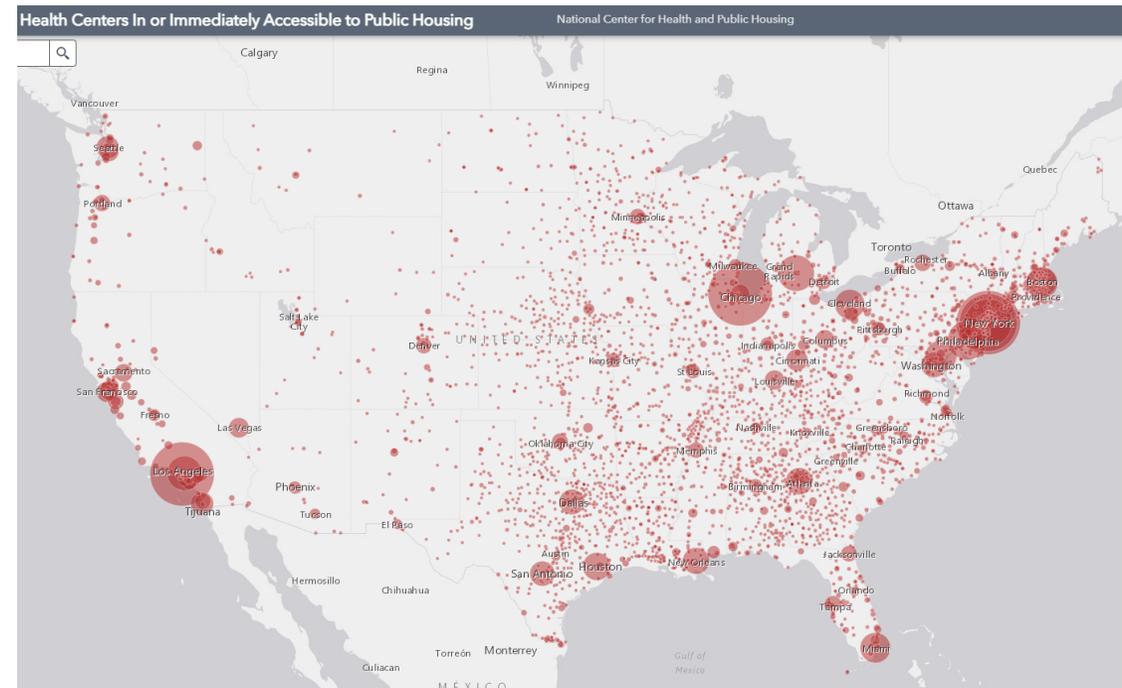
- El Centro Nacional de Salud en Vivienda Pública (NCHPH), cuenta con el apoyo de la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS) bajo el número de subvención U30CS09734, un Socio Nacional de Capacitación y Asistencia Técnica (NTTAP) por \$ 2,006,400, y está financiado al 100% por esta subvención. Esta información o contenido y conclusiones son los del autor y no deben interpretarse como la posición o política oficial de, ni deben inferirse ningún respaldo por parte de HRSA, HHS o el Gobierno de los Estados Unidos.
- La misión del Centro Nacional de Salud en Vivienda Pública (NCHPH) es fortalecer la capacidad de los centros de salud de Atención Primaria de Vivienda Pública (PHPC) financiados con fondos federales y otros beneficiarios de centros de salud al proporcionar capacitación y una variedad de asistencia técnica.



Centros de Salud Cercanos a Viviendas Públicas

- **1,373** Centros de Salud Federalmente Calificados (FQHC) = 30 millones de pacientes
- **458** FQHC en o inmediatamente accesibles a la vivienda pública = 5,7 millones de pacientes
- **108** Vivienda Pública Atención Primaria (PHPC) = 911.683 pacientes

Fuente: [2021 Health Center Data](#)



Fuente: [Health Centers in or Immediately Accessible to Public Housing Map](#)

Demografía de Vivienda Pública



1.5 Millón
Residentes



2 Personas por
Hogar



38%
Desabilitados



52%
Blancos



91% de Bajos
Ingresos



43%
Afroamericanos



26% Latinx



19% Ancianos



36% Niñas(os)



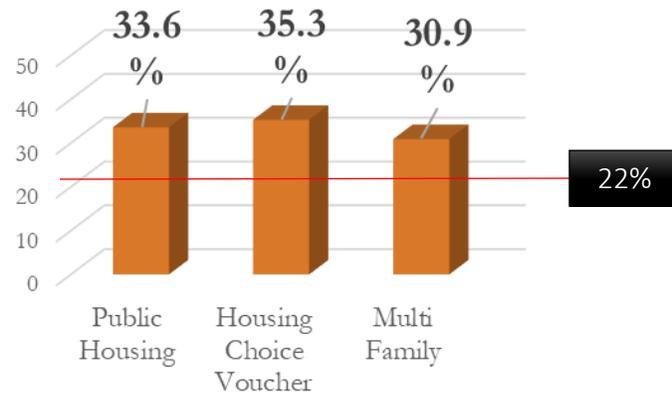
32% Hogares
encabezados por
mujeres con hijos

Fuente: [2022 HUD Resident Characteristics Report](#)

Una Imagen de Salud de los Adultos Asistidos por HUD, 2006 -2012

Los adultos en viviendas asistidas por HUD tienen tasas más altas de afecciones de salud crónicas y son mayores utilizadores de la atención médica que la población general.

Fumadores adultos con asistencia de vivienda



Fuente: [Helms, V. E., 2017, Sperling, J., & Steffen, B. L.](#)

	Asistido por HUD	Inquilinos de bajos ingresos	Todos los adultos
Regular/Mala Salud	35.8%	24%	13.8%
Sobrepeso / Obesidad	71%	60%	64%
Discapacidad	61%	42.8%	35.4%
Diabetes	17.6%	8.8%	9.5%
EPOC	13.6%	8.4%	6.3%
Asma	16.3%	13.5%	8.7%

Propósito de este Taller de Capacitación

- Incrementar el conocimiento sobre como promover decisiones y cambios saludables
- Nivel individual y comunitario
- Mejorar resultados de salud en comunidades de viviendas publicas de habla hispana
- Para todo tipo de promotores de salud
- Certificado de participación disponible



**THINK
CULTURAL
HEALTH**

Fuente: <https://thinkculturalhealth.hhs.gov/education/promotores>

Objetivos generales

- Módulo 1 - Cómo entender las decisiones saludables
- Módulo 2 - Cómo ayudar a las personas a tomar decisiones saludables
- Módulo 3 - Cómo entender los cambios en la comunidad
- Módulo 4 - Cómo ayudar a las personas a hacer cambios en la comunidad



Después de completar todo el programa de capacitación, los proveedores deben poder:



Entender que son decisiones saludables



Ayudar a las personas a tomar decisiones saludables



Entender cambios en la comunidad



Acceder recursos para mayor conocimiento para promotores de salud

Módulo 1 - Cómo Entender las Decisiones Saludables

Parte 1 Decir cuál es la diferencia entre una decisión saludable y una decisión no saludable.

Parte 2 Reconocer cosas que nos pueden hacer difícil tomar decisiones saludables.

Parte 3 Aprender cuál es la mejor manera de hablar con las personas en su comunidad sobre las decisiones saludables.

Parte 1

¿Qué es una decisión saludable?



¿Qué es una decisión saludable?

- Una **decisión saludable** es una opción que nos ayuda a alcanzar una meta para mejorar nuestra salud.
- Una **decisión poco saludable** es una opción que no ayuda a alcanzar una meta para mejorar nuestra salud.



¿Por qué son importantes las decisiones saludables?

- Nos ayuda a alcanzar metas de salud
- Todos los días tomamos decisiones que nos afectan
- Las decisiones que tomamos diariamente se suman y pueden hacer una diferencia en nuestra salud



¿Por qué son importantes las decisiones saludables?

- Darnos cuenta de cuales son nuestro hábitos.
- **Hábito:** Una manera usual de hacer algo.
- Tomamos decisiones como parte de un hábito.



¿Por qué son importantes las decisiones saludables?

- ¿Que piensa usted?
- Piense en las decisiones que tomó ayer
 - Cuales fueron decisiones saludables?
 - Cuales fueron decisiones poco saludables?



¿Por qué son importantes las decisiones saludables?



- Tenemos el poder y la responsabilidad de tomar decisiones saludables.
- ¡Nuestra salud esta en nuestras propias manos!

Parte 2

¿Qué cosas afectan las decisiones que tomamos?



¿Qué cosas afectan las decisiones que tomamos?

- No siempre es fácil tomar decisiones correctas
- **Barrera:** Algo que hace que sea más difícil que alcancemos una meta
- Promotores de salud ayudan a identificar barreras y como superarlas



¿Que piensa usted? Actividad de sala de reunión

- Que barreras se pueden interponer en lograr nuestras metas? Como comer alimentos saludables.
- Barreras:
 - **Información**
¿Cuánto sabe sobre cómo elegir alimentos saludables en el supermercado?
 - **Costo**
¿Cuánto cuesta comprar alimentos saludables para cocinar en la casa comparado con lo que cuestan los alimentos no saludables para cocinar en la casa?
 - **Acceso**
¿Cuántos lugares en su vecindario venden más alimentos saludables?
 - **Tiempo**
¿Cuánto tiempo tarda preparar una comida saludable?



¿Qué afecta las decisiones que tomamos?

- Escoger lo que comemos es ejemplo de muchas decisiones que tomamos
- Todos los días tomamos decisiones
- Enfrentamos barreras cuando tomamos decisiones

La Historia de Rosa

- Rosa inmigró a los Estado Unidos con su dos hijos.
- Su historia ayudará a aprender que hace sea más difícil tomar decisions saludables.
- Piense en las barreras: información, costo, acceso y tiempo.



La Historia de Rosa

- ¿Le resulta conocida?
- Muchos enfrentan barreras al intentar tomar decisiones saludables
- Cosas importantes al decidir comer alimentos saludables:
 - Conocimientos sobre nutrición
 - Costo de alimentos saludables
 - La facilidad en conseguir alimentos saludables
 - Tiempo para hacer comidas saludables



Parte 3

¿Cómo hablo con otras personas sobre las decisiones saludables?



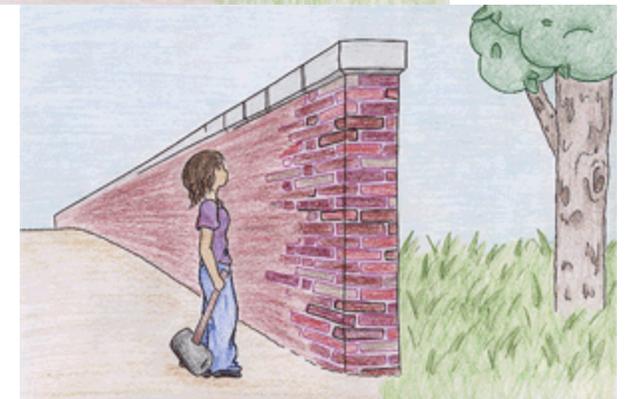
¿Cómo hablo con otras personas sobre las decisiones saludables?

- Aprenderemos:
 - Todos somos responsables por nuestras decisiones
 - Nuestras decisiones tienen un efecto en nuestra salud
 - Obtener información
 - Entender opciones para tomar decisiones saludables
 - Usar información para tomar decisiones saludables



¿Cómo hablo con otras personas sobre las decisiones saludables?

- A veces hay barreras que dificultan nuestras decisiones saludables.
- Promotores de salud ayudan a que otros:
 - Tengan el poder para tomar decisiones saludables
 - Tengan una responsabilidad en proteger su salud
- Ayudamos que otros entiendan “Por Qué” deben tomar decisiones saludables.
- Estas decisiones se toman cuando:
 - Hay una meta para alcanzar
 - Se dan cuenta que las decisiones pueden ayudar



La Historia de Rosa



La Historia de Rosa

- ¿Qué notó sobre la manera en que le hablaron a Rosa?
- Verdaderamente escuchó lo que decía Rosa
- Hablo de forma amable y respetuosa
- Le ayudaron a ver la importancia sobre tomar decisiones saludables.



Imagine que usted es Rosa

- ¿Qué sentiría si le faltara el respeto diciéndole que era una mala madre por darle alimentos fritos a sus hijos?
- ¿Qué sentiría si la criticara por ser demasiado perezosa para cocinar la cena para su familia?
- ¿Qué hubiera pasado durante nuestra conversación?
- ¿Querría seguir intentando tomar decisiones saludables después de eso?



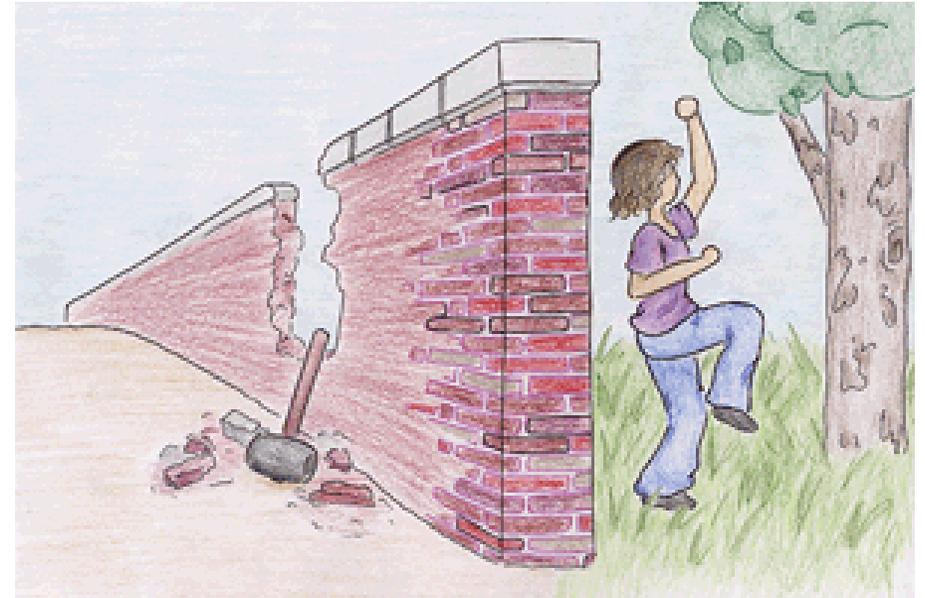
¿Que aprendimos sobre La Historia de Rosa ?



- Rosa se dió cuenta que ya toma decisiones saludables para cuidarse y cuidar a su familia.
- Le ayudamos a Rosa a entender sus razones para cuidar bien a su familia.
- También le ayudamos a Rosa a darse cuenta que puede usar esas mismas razones para tomar decisiones saludables sobre los alimentos.
- Ayudamos a que Rosa viera que tiene el poder para tomar decisiones saludables sobre los alimentos.

¿Cómo hablo con otras personas sobre las decisiones saludables?

- Rosa fue escuchada
- Rosa confió en su promotora de salud
- Rosa se dio cuenta que tiene el poder de tomar decisiones saludables
- Era importante tener un vida larga y saludable
- Pudo ver que su salud está en sus manos



Preguntas de repaso (Mentimeter)

1. ¿Qué es una "barrera"?
2. Una decisión saludable nos ayuda a alcanzar una meta para mejorar nuestra salud.
3. ¿Cuáles de las siguientes afectan las decisiones que tomamos?

Recursos para Promotores de Salud en Viviendas Publicas

- [Superheroes in Your Backyard: Community Health Workers](#)
- [Community Health Worker \(CHW\) Toolkit](#)
- [CHW Health Disparities Initiative](#)
- [Collaborating with Community Health Workers to Enhance the Coordination of Care and Advance Health Equity](#)
- [Mobilizing Community Health Workers to Address Mental Health Disparities for Underserved Populations: A Systematic Review](#)

Próximo Módulo 2

- **Módulo 2: Cómo ayudar a las personal a tomar decisiones saludables**
- **Objetivos de aprendizaje:**
 - Identificar cómo ayudar a otras personas para que tomen decisiones saludables.
 - Seleccionar un tipo de recurso que puede ayudar a las personas para que tomen decisiones saludables.
 - Describir una manera de enseñar a las personas para que tomen acciones saludables.
- **Fecha:** 6 de Octubre, 2022 de 2:00 – 3:00 pm EST
- **Registration Link:**
https://us06web.zoom.us/meeting/register/tZwtf-2qrjsuHdxG9PWWBXI_bhLJIASajki



¿Preguntas?



Completar encuesta de evaluación



Contáctenos

Robert Burns
Program Director
Bobburns@namgt.com

Jose Leon, M.D.
Manager of Clinical Quality
jose.leon@namgt.com

Kevin Lombardi, M.D., M.P.H.
Manager of Policy, Research, and
Health Promotion
Saqi.cho@namgt.com

Fide Pineda Sandoval, C.H.E.S.
Health Research Analyst
Fide@namgt.com

Chantel Moore, M.A.
Manager of Communications
Cmoore@namgt.com

Please contact our team for Training and
Technical Support
703-812-8822

¡Gracias!

