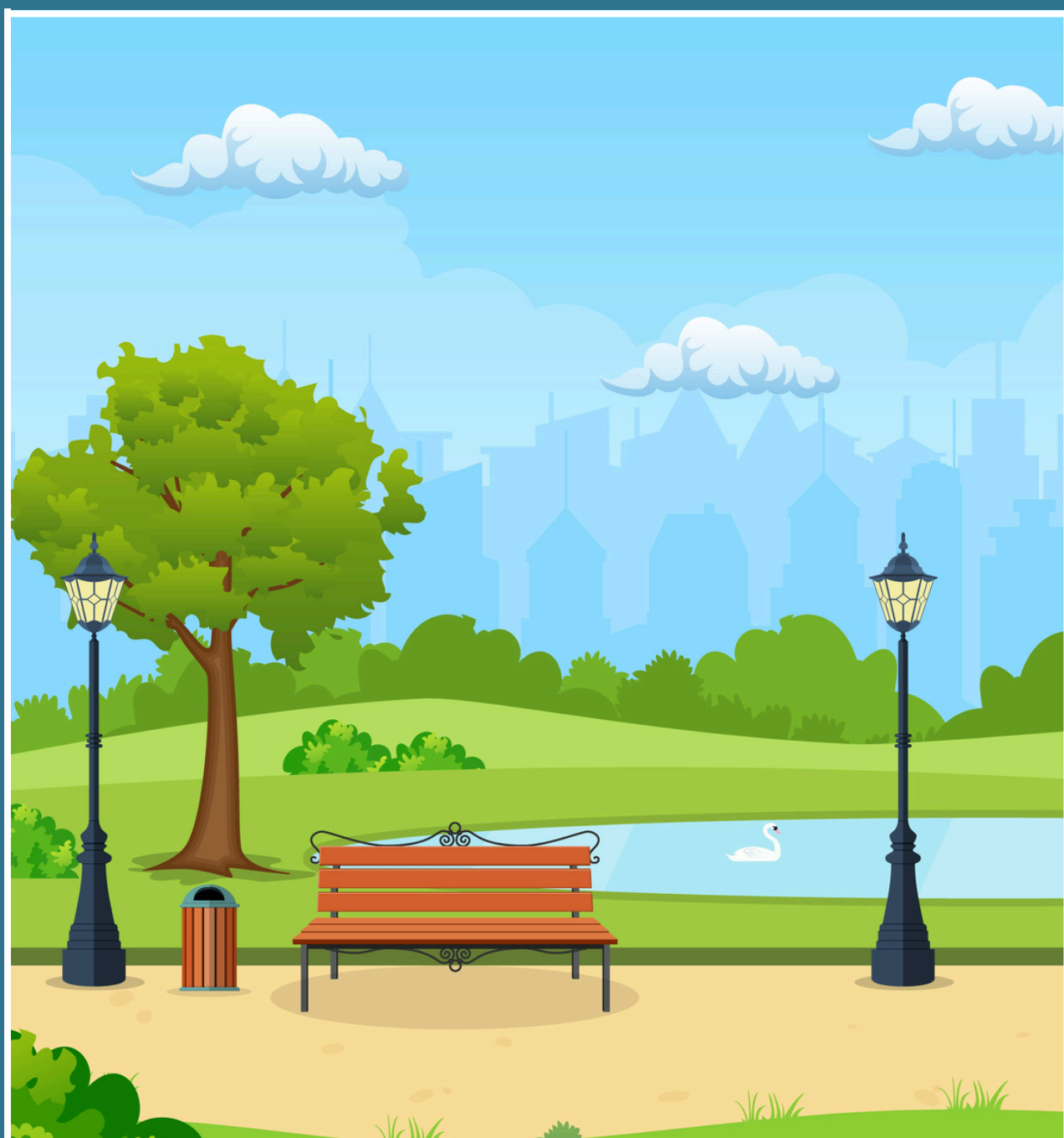


CIUDAD SALUDABLE PINOSO

Estrategia municipal

2025-2028



Índice

Introducción	04
Contexto	06
Objetivos	13
Metodología	16
Agentes implicados	18
Diagnóstico	22
Recursos y servicios	45
Ejes estratégicos	49
Plan de acción	51
Seguimiento y evaluación	61
Bibliografía	62



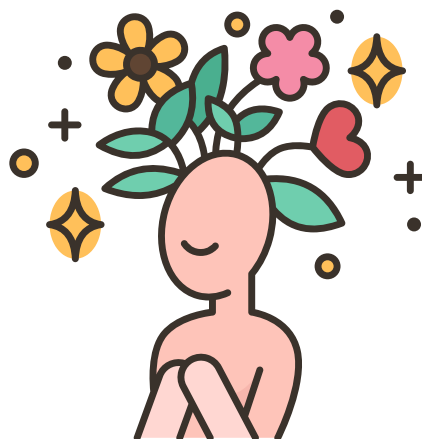
La **salud** y el **bienestar** se consolidan no solo como aspiraciones individuales, sino como pilares fundamentales para el desarrollo de cualquier territorio y comunidad. Es importante entender que el concepto de salud no se refiere únicamente a la ausencia de enfermedad, sino que se reconoce como el estado completo de bienestar físico, mental y social (OMS).

En este marco, se hace uso del concepto de **salud pública**, el cual se define como un enfoque social y político centrado en mejorar la calidad de vida de las poblaciones mediante la promoción de la salud, la prevención de enfermedades, fomento de estilos de vida saludable y creación de entornos favorables para la salud. Esta perspectiva defiende la idea de que las administraciones públicas deben trabajar en la prevención, protección y recuperación de la salud, garantizando el acceso al sistema sanitario y promoviendo programas educativos y servicios de salud (CUF Digital, 2023). Reconociendo esta premisa, el municipio de Pinoso presenta su plan de Ciudad Saludable, un compromiso con el bienestar de la ciudadanía. Este proyecto subraya la importancia que asigna el municipio a la salud en el marco de desarrollo comunitario.

Este proyecto se ha diseñado con un enfoque holístico, centrándose en promover **estilos de vida saludable**, facilitar el acceso a los servicios y recursos de salud, crear entornos que favorezcan el bienestar general de la población, entre otros.

Este plan es la prueba de un **compromiso colectivo** con la salud, queriendo trabajar en la construcción de un Pinoso más saludable desde una perspectiva **transversal y participativa**. Para ello, se ha realizado un análisis exhaustivo de la realidad actual del municipio, basándose tanto en datos estadísticos como en las propias experiencias y opiniones de la ciudadanía. Este enfoque participativo asegura que las acciones diseñadas se alineen con la realidad existente y las necesidades específicas del municipio.

En este marco, se reconoce el valor de cada individuo en la construcción de una sociedad más saludable y resiliente, por lo que es necesario empoderar a la población, proporcionándoles los recursos y espacios necesarios para que participen activamente en las decisiones públicas y sean capaces de organizarse de forma independiente.



CONTEXTO

- **Naturaleza del proyecto**

El presente proyecto se enmarca dentro de la iniciativa **Ciudad Saludable** vinculada con la **Red Española de Ciudades Saludables (RECS)**. La RECS es la Sección de la FEMP dedicada a la promoción y protección de la salud y al bienestar de la ciudadanía, en concordancia con los principios de actuación correspondientes al proyecto **“Healthy Cities”, de la OMS**.

Una **Ciudad Saludable** se caracteriza por situar la salud como un elemento prioritario en su agenda social, económica y política, promoviendo un enfoque humano, inclusivo y equitativo que empodere a la ciudadanía. En este caso, los gobiernos locales desempeñan un papel crucial, ya que al conocer de cerca las necesidades de la población y los recursos del territorio, pueden implementar políticas que se adapten a la realidad social y promuevan el bienestar de sus habitantes.

A lo largo del proyecto, es importante que las instituciones locales tengan en cuenta los desafíos actuales como el envejecimiento de la población o las desigualdades sociales.

- **Bases teóricas: Fundamentos del bienestar**

El desarrollo de una ciudad saludable se sustenta en una serie de **principios teóricos** que integran el **conocimiento interdisciplinario** sobre la salud, el bienestar y la planificación urbana. A continuación, se detallan los principales pilares teóricos que guían esta iniciativa.

La Salud: Un fenómeno complejo y multidimensional

Acotar el **concepto de salud** puede parecer simple, no obstante, existen numerosas definiciones desde distintas áreas de conocimiento y perspectivas (Valenzuela, 2016).

Además, este concepto ha **evolucionado significativamente** a lo largo del tiempo, ya que inicialmente estaba asociado a la atención médica y a la enfermedad. Sin embargo, conforme la sociedad experimentaba transformaciones sociales, políticas y culturales, se ha tenido la necesidad de ampliar este concepto (Herrero, 2016).

En la actualidad, la definición de la Organización Mundial de la Salud es la más aceptada por la comunidad sanitaria y entre la población general. La OMS define la salud como el **estado de completo bienestar físico, mental y social**, y no solamente la ausencia de enfermedad (Herrero, 2016).

Para comprender el concepto de salud de manera integral se deben explicar los **determinantes de la salud**, entendidos como “el conjunto de factores tanto personales como sociales, económicos y ambientales que determinan el estado de salud de los individuos o de las poblaciones” (Villar, 2011).

El **modelo de capas de Dahlgren y Whitehead** explica los diferentes niveles de influencia en la salud, desde factores individuales hasta factores socioeconómicos y ambientales.

En este caso, en el centro se sitúan los **factores individuales** como la edad, sexo y factores hereditarios. En la segunda capa, se encuentra el **estilo de vida** individual como la alimentación, la actividad física o el consumo de sustancias perjudiciales. Después, aparecen las **redes sociales y comunitarias** de los individuos, es decir, su forma de interactuar. La siguiente capa hace referencia a las **condiciones de vida y trabajo**; vivienda, educación, sistema de salud, acceso a servicios, entre otros. En último lugar, envolviéndolo todo, se encuentra el **entorno** estructural principal, esto son las condiciones socioeconómicas, culturales y medioambientales (Buldón, 2022).

En resumen, este modelo destaca la **interacción** compleja entre factores individuales, el estilo de vida personal y el entorno socioeconómico, cultural y ambiental. Por tanto, situaciones como el desempleo, la precariedad laboral y la sobrecarga de trabajo afecta negativamente a la salud, mientras que vivir en zonas verdes, contar con un buen nivel de educación y una buena posición socioeconómica impacta positivamente en la salud (Morteruel, 2019).

Bajo esta perspectiva, para mejorar la salud de la población y la comunidad se deben reducir las **desigualdades existentes**, asegurar el acceso a recursos y promover la igualdad de oportunidades (Morteruel, 2019).



Salutogénesis

La salutogénesis es un modelo conceptual propuesto por Aaron Antonovsky que se enfoca en los **elementos que promueven la salud**, en lugar de centrarse únicamente en las causas de la enfermedad. Es decir, esta perspectiva se centra en los factores que fomentan la salud y el bienestar, con una visión centrada en los recursos y las capacidades individuales para enfrentar los desafíos de la vida (de Ramones, 2019).

Este modelo está respaldado por los conceptos de **activo** y **recurso** de salud. Por un lado, un activo de salud se define como cualquier factor o recursos reconocido por la comunidad que mejora la capacidad de las personas para mantener y promover su salud y bienestar, contribuyendo a reducir las desigualdades en salud (García et al., 2019). Por otro lado, un recurso de salud hace referencia a cualquier elemento, servicio o infraestructura disponible que puede ser utilizado por los individuos o comunidades para promover, mantener o mejorar la salud.

En resumen, esta perspectiva se enfoca en la **generación activa de salud**, adoptando un enfoque proactivo que promueve el desarrollo de los activos y recursos de salud. Este cambio no solo mejora la calidad de vida a nivel individual, sino que también contribuye a la creación de comunidades más saludables.

Salud y desarrollo urbano

La **ordenación del territorio** tiene un impacto significativo en la salud de las comunidades. Como se ha mencionado anteriormente, el estado de salud de la población también depende de sus condiciones de vida, por lo que “todas las decisiones políticas que se toman en el ámbito del urbanismo repercuten en la población” (Red Francesa de Ciudades Sanas de la OMS, 2016).

Por tanto, para lograr entornos saludables a través del diseño urbano y la planificación territorial, se propone el diseño de una ciudad basada en tres ejes complementarios (Fariña et al., 2022):

- **Ciudad para caminar.** Favorecer los desplazamientos activos, reorganizando el espacio público para fomentar la movilidad a pie y en bicicleta
- **Naturaleza en los barrios.** Incorporar zonas verdes
- **Espacios de encuentro y convivencia.** Impulsar áreas que fomenten la inclusión social, reduciendo la desigualdad y combatiendo la soledad y el aislamiento social

Otros elementos a tener en cuenta para lograr entornos saludables son: acceso equitativo a espacios, alimentación, vivienda, contaminación, eficiencia energética, tráfico, seguridad, sentimiento de identidad y pertenencia, entre otros.

Esta visión no solo mejora la salud física de la población, sino que también contribuye al bienestar mental y social, fomentando un entorno más equitativo, inclusivo y sostenible.

Promoción de la Salud

Desde la Organización Mundial de la Salud definen la promoción de la salud como un proceso político y social que incluye acciones para fortalecer las habilidades y capacidad individuales y comunitarias, así como para modificar las condiciones sociales, ambientales y económicas (OPS, s.f.).

Como indica la **Carta de Ottawa**, la promoción de la salud tiene como objetivo (UNIR revista, 2024):

- Mejorar la calidad y condiciones de vida
- Lograr la equidad sanitaria
- Motivar la toma de decisiones de la sociedad sobre la salud
- Garantizar una política sanitaria preocupada por la salud
- Implementar medidas preventivas con el fin de crear sociedades saludables
- Fomentar la educación sanitaria

Para ello, desde la **Estrategia y Plan de Acción sobre promoción de la salud en el contexto de los ODS**, se proponen cuatro líneas estratégicas (OPS, s.f.):

1. Fortalecer entornos saludables
2. Facilitar la participación y el empoderamiento de la comunidad
3. Fortalecer la gobernanza y la acción intersectorial y abordar los Determinantes Sociales de la Salud
4. Fortalecer los sistemas y servicios de salud

En este contexto, se debe tener en cuenta la **educación para la salud**, entendida como un proceso educativo que busca la alfabetización de la salud, educando y formando a la ciudadanía para cuidar su salud y la de la comunidad (Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud, 2003).

Por tanto, la educación para la salud es una herramienta que, junto con la participación activa de las personas, se transforma en promoción de la salud. Es decir, esta participación implica el empoderamiento y el compromiso de los individuos en crear entornos saludables (Quintero et al., 2017).



Prevención

La prevención se define como las acciones sociales, políticas, económicas y terapéuticas “orientadas a la erradicación, eliminación y minimización del impacto de la enfermedad” (Quintero et al., 2017).

Las **actividades preventivas** se pueden organizar en tres niveles (Vignolo et al., 2011):

- **Prevención primaria:** Orientada a reducir la aparición de enfermedades o problemas de salud a través de reducir la exposición a factores de riesgo. Como ejemplo se destaca el uso de condones para prevenir enfermedades de transmisión sexual.
- **Prevención secundaria:** Su objetivo es el diagnóstico precoz de enfermedades, que aún no presentan síntomas clínicos, y tratamiento oportuno. Un ejemplo es el tratamiento temprano de la hipertensión arterial, que incluye el control periódico y seguimiento del paciente.
- **Prevención terciaria:** Se ocupa de la rehabilitación, reduciendo las complicaciones y secuelas.

La promoción de la salud y la prevención no son contradictorias, de hecho, los programas de promoción de la salud pueden incluir acciones de prevención primaria, actuando antes del inicio de la enfermedad. Además, es importante realizar actuaciones de promoción de la salud incluso en pacientes enfermos o en rehabilitación, ya que contribuyen a una mejor calidad de vida (Quintero et al., 2017).

Retos actuales

La salud pública se enfrenta a una serie de desafíos significativos en la sociedad actual. En primer lugar se destaca el **envejecimiento** de la población. En el año 2023 se registró un nuevo máximo histórico del 137,3%, es decir, 137 personas mayores de 64 años por cada 100 menores de 16 años (Equipos y talento, 2024). Esto tendría implicaciones en el mercado de trabajo, el sistema de pensiones, aumento de los cuidados de salud, cambio en las dinámicas familiares, entre otros (Delgado, 2019).

Además, se hace hincapié en cuidar y desestigmatizar la **salud mental**, ya que en España un tercio de la población presenta algún problema de salud mental. La alta incidencia incluye principalmente la depresión y la ansiedad. Además, se observa un uso generalizado de los fármacos como ansiolíticos, somníferos o antidepresivos (RTVE, 2024).

Las **conductas adictivas** también suponen un problema social y sanitario que afecta a España. Para la población de 15-64 años, en el año 2022, “las drogas con mayor prevalencia de consumo son el alcohol, el tabaco, los hipnosedantes con o sin receta, el cannabis y la cocaína”. La edad de inicio de consumo se sitúa alrededor de 16 años para el alcohol y el tabaco (Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones, 2023).

Otros retos para la salud pública que se pueden destacar son las enfermedades crónicas, la educación sanitaria de la población (Cobo, 2023), la prevención de enfermedades transmisibles y la aplicación segura de las nuevas tecnologías (Universidad Europea, 2022).

• Marco normativo

El marco normativo del proyecto Pinoso Ciudad Saludable, se articula en un conjunto de directrices y normas que tienen como objetivo promover y garantizar la salud de la ciudadanía. Para elaborar este listado, se ha tomado como referencia la normativa publicada por la Red Española de Ciudades Amigables.

Esta normativa proporciona una base sólida y coherente que guía todas las acciones del plan, garantizando que estén alineadas con los estándares generales de salud pública, sostenibilidad y calidad de vida.

Normativa Europea:

- Reglamento UE 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo sobre la información alimentaria facilitada al consumidor
- Reglamento CE 1924/2006 del Parlamento Europeo y del Consejo relativo a las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables en los alimentos
- Directrices actividad física UE Biarritz 2008

Normativa estatal:

- Lesiones en España. Análisis de la legislación sobre prevención de lesiones no intencionales
- Sinopsis artículo 43 Protección de la Salud Constitución Española
- Estructura orgánica básica del Ministerio de Sanidad
- Real Decreto 1100/1978, de 12 de mayo, por el que se regula la publicidad del tabaco y bebidas alcohólicas en los medios de difusión del Estado
- Ley General de Sanidad
- Orden de 7 de Noviembre de 1989 por la que se prohíbe la venta y distribución de tabaco y bebidas alcohólicas a los alumnos de los centros escolares públicos dependientes del Ministerio de Educación y Ciencia

- Ley 10/1990, de 15 de octubre del Deporte
- Real Decreto 1045/1990, de 27 de Julio, por el que se regulan las tolerancias admitidas para la indicación del grado alcohólico volumétrico en el etiquetado de las bebidas alcohólicas destinadas al consumidor final
- Real Decreto Legislativo 1/2007, de 16 de noviembre, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley General para la defensa de los consumidores y usuarios y otras leyes complementarias
- Ley 19/2007, de 11 de julio, contra el racismo, la violencia, la xenofobia y la intolerancia en el deporte
- Ley 33/2011, de 4 de octubre, General de Salud Pública
- Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio, de protección de la salud del deportista y lucha contra el dopaje en la actividad deportiva
- Ley 27/2013, de 27 de diciembre, de racionalización y sostenibilidad de la Administración Local

Normativa autonómica:

- Ley 10/2014, de 29 de diciembre, de Salud de la Comunitat Valenciana
- Ley 8/2018, de modificación de la Ley 10/2014
- La Estrategia de Salud Mental de la Comunitat Valenciana 2016-2020
- Estrategia de Salud Sexual y Reproductiva de la Comunidad Valenciana 2017-2021
- Estrategia de prevención y atención al tabaquismo en la Comunidad Valenciana
- Plan de Prevención del Suicidio y Manejo de la Conducta Suicida de la Comunidad Valenciana
- Estrategia valenciana de envejecimiento activo y lucha contra la soledad no deseada
- Plan de Seguridad Alimentaria de la Comunidad Valenciana 2021-2025
- Estrategia de Salud Digital del Sistema Nacional de Salud
- Estrategia de Salud Pública 2022. Ministerio de Sanidad
- Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud
- Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017-2024
- Plan Estratégico de Salud y Medio Ambiente 2002-2026
- Estrategias de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud
- V Plan de Salud de la Comunidad Valenciana

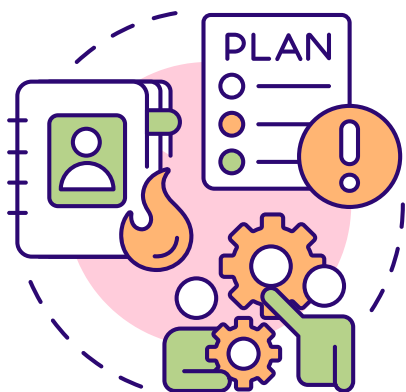
Normativa local:

- I Plan de Igualdad Interno Ayuntamiento de Pinoso 2020-2023
- Plan de Turismo Accesible Inclusivo y Sostenible de Pinoso
- Plan Estratégico Zonal de Servicios Sociales

OBJETIVOS

+ Visión

Consolidar una comunidad saludable, con calidad de vida y bienestar en todos los niveles, reduciendo la brecha en salud y garantizando una gobernanza participativa



+ Misión

Desarrollar una estrategia integral a nivel municipal que fomente estilos de vida saludables, la participación activa de la ciudadanía y mejore los recursos y servicios de salud

+ Objetivos generales:

Los objetivos generales de este proyecto son los siguientes:

- **Promover la salud y el bienestar** de todas las personas en Pinoso, asegurando que todas tengan un acceso equitativo a servicios de salud
- **Reducir las disparidades** en salud mediante políticas y programas inclusivos que aborden las necesidades específicas de grupos vulnerables
- Mejorar el **liderazgo** local en materia de **salud pública**
- Fomentar la **coordinación** y colaboración regionales para compartir buenas prácticas y aprender de experiencias similares
- Adoptar e implementar las directrices y **recomendaciones de la OMS** para abordar los desafíos específicos de salud

Cuestiones prioritarias

En relación, se destacan cuestiones prioritarias que se deben tener en cuenta a lo largo de todo el proyecto, especialmente al diseñar las futuras acciones a implementar en Pinoso. Estas incluyen invertir en las personas que componen nuestras ciudades, diseñar núcleos urbanos saludables, y fomentar una mayor participación y el establecimiento de alianzas para la salud y el bienestar.

Además, es crucial mejorar el acceso a bienes y servicios comunes, garantizar la paz y seguridad mediante sociedades inclusivas y proteger el planeta a través de un consumo y una producción sostenible.



- **Principios rectores**



+ Equidad

Se protege la justicia social en salud, asegurando que todos los individuos tengan igual acceso a los servicios y recursos necesarios para alcanzar el bienestar, sin importar sus diferencias de partida (OPS, s.f.).

+ Promoción de la salud

Se garantiza el diseño y la implementación de acciones innovadoras con enfoque integrales para abordar la salud desde un punto de vista colectivo y comunitario, teniendo en cuenta una multitud de factores como la alimentación, la actividad física, el ambiente y las condiciones sociales.

+ Perspectiva de género

Se consideran las diferencias y necesidades específicas de género en la salud y se reconoce cómo las desigualdades pueden influir en el acceso a servicios y tratamientos de salud.

+ Participación comunitaria

Se compromete a involucrar a la ciudadanía en la toma de decisiones sobre salud, consolidando una gobernanza participativa.

+ Coordinación y transversalidad

Es fundamental asegurar la colaboración y transversalidad en las estrategias de salud, integrando acciones coordinadas desde todos los departamentos y niveles pertinentes, teniendo en cuenta las interacciones con otras ciudades saludables.

+ Atención primaria

Se desarrollan funciones de promoción, prevención, asistencia y rehabilitación al individuo y a la comunidad.

+ Compromiso

Los actores involucrados aseguran un compromiso activo y sostenido en la mejora de la salud pública.

01**Planificación**

En esta fase se define el objeto de estudio, se establecen los objetivos, los principios rectores y se consolida el equipo de trabajo. Además, se determina la metodología y las herramientas que se utilizarán para recopilar y analizar la información.

02**Diagnóstico**

Durante esta fase, se recogen datos sobre la situación actual de Pinoso. Esto incluye la recopilación de datos estadísticos, la realización de encuestas a la ciudadanía, y las consultas con expertos y agentes clave. El objetivo es realizar una radiografía social del Pinós, identificando las necesidades y preocupaciones de la población en materia de salud. Al mismo tiempo, se registran los recursos y servicios existentes en el territorio.

03**Análisis**

En esta fase, se procesan, organizan, analizan e interpretan los datos recogidos durante la fase 2 (diagnóstico). Se identifican patrones, tendencias y relaciones significativas. Este análisis permite identificar las áreas prioritarias de intervención.

04**Diseño**

Con la información obtenida del análisis, se diseñan ejes estratégicos, objetivos generales y específicos y acciones para mejorar la salud y la calidad de vida del municipio. Estas estrategias deben adaptarse a la realidad existente para garantizar que las acciones sean viables y necesarias para la comunidad.

05**Implementación**

En esta etapa, se activa el Plan y se implementan las acciones y estrategias diseñadas. Durante su vigencia, se movilizan recursos y se ponen en marcha los programas y actividades planificadas.

06**Evaluación y seguimiento**

Durante la implementación de las acciones, es fundamental realizar un seguimiento continuo y medir los progresos, tanto de forma anual como al final de la vigencia del plan. Esta evaluación y seguimiento se realiza a través de unos indicadores previamente definidos en el plan de acción.

AGENTES IMPLICADOS

La implementación del Plan de Salud de Pinoso requiere de una **colaboración** activa y efectiva de diferentes agentes sociales y entidades que desempeñan un papel clave en el municipio. Este enfoque integral y **participativo** asegura que todas las dimensiones de la salud pública sean abordadas, desde la prevención y promoción de estilos de vida saludables hasta la atención médica y el apoyo social. Se pueden distinguir dos grupos de actores sociales; ámbito interno, ámbito externo.

Por un lado, el **ámbito interno**, corresponde al Ayuntamiento de Pinoso y en especial a la **Concejalía de Servicios Sociales**. En este caso, es importante conocer en detalle la estructura interna del Ayuntamiento de Pinoso y su organización del área de Servicios Sociales, encargada del diseño e implementación de este proyecto en materia de salud.

Corporación municipal legislatura 2023-2027

Alcalde Lázaro Azorín Salar			
Concejales			
<p style="text-align: center;">Silvia Verdú Carrillo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cultura y Juventud • Personal • Hacienda • Educación • Residuos • Agricultura • Policía, Protección Civil y Tráfico • Montes y canteras • Ventanilla Única 	<p style="text-align: center;">María José Moya Vidal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Servicios Sociales • Igualdad y LGTBI+ • Sanidad • Medios de comunicación • Colectivos sociosanitarios • Medio ambiente 	<p style="text-align: center;">César Pérez Cascales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tercera Edad • Archivo y Biblioteca • Patrimonio y Memoria Histórica • Extranjeros • Participación Ciudadana 	
<p style="text-align: center;">Elisa Santiago Tortosa</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fiestas y protocolo • Pedanías 	<p style="text-align: center;">José Ángel Pérez Verdú</p> <ul style="list-style-type: none"> • Parques y Jardines • Caminos • Aguas y Recursos Hídricos • Obras • Nuevas Tecnologías • Limpieza Viaria • Deportes 	<p style="text-align: center;">Raúl Pérez Albert</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cementerio • Industria • Vivienda • Alumbrado • Urbanismo 	<p style="text-align: center;">Neus Ochoa Rico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo local • Turismo • Comercio, mercado y consumo • Limpieza de Edificios Públicos

- **EQUIPO SERVICIOS SOCIALES**

Coordinadora Servicios Sociales		
Trabajador/a Social	Trabajador/a Social	Trabajador/a Social
Psicólogo/a	Educador/a social	Asesor/a jurídico
Auxiliar administrativo/a	Auxiliar administrativo/a	

El/la coordinadora de Servicios Sociales es el/la responsable del Plan de Salud, por lo que sus funciones en este proyecto incluyen:

- Actuar como **contacto referente** para la **Red Española de Ciudades Saludables**
- **Llevar a cabo la labor de evaluación:** registrar en las fichas de evaluación las actividades realizadas según el calendario establecido
- Promover y mediar las **acciones** incluidas en el plan durante las reuniones con los diferentes agentes sociales, como en la **mesa intersectorial**, en calidad de “persona responsable del Plan de Salud”
- El último año de vigencia del plan, comunicar al pleno municipal el fin del plan y proponer la continuidad de la estrategia a través de un segundo plan

Por otro lado, el **ámbito externo** hace referencia a la **ciudadanía**, asociaciones, grupos informales, equipo técnico LIKERT, red Ciudades Saludables, etc. Estos actores desempeñan un papel crucial en la recolección de información, el diseño y la implementación de acciones saludables.

En el caso de Pinoso, se puede afirmar que cuenta con un **tejido asociativo amplio y sólido**. Se encuentran asociaciones de diversas índoles; asociaciones culturales, cívicas, deportivas, festivas, empresariales, etc. Siguiendo nuestro objeto de estudio, existen cinco asociaciones sociosanitarias:

Asociaciones municipales

- Asociación de Comerciantes de Pinoso
- Grupo de Coros y Danza " Monte de la Sal"
- Grup de Danses El Pinós
- Asociación Boixet de Encajeras de Bolillos
- Asociación Amigos del vino
- Pinoso Athletic Fútbol Sala
- Peña Ciclista El Pinós
- Sociedad Unión Lírica Pinosense
- Cruz Roja
- Cáritas
- Club de lectura
- Clubes deportivos (Pinoso Club de Fútbol, Basket, H2 Crol, tenis...)

Asociaciones sociosanitarias:

- Iguals i sense traves (Discapacitat)
- Respir (Alzheimer)
- Plataforma El Pinós contra la violència de gènere
- Asociación de la Tercera Edad 11 de septiembre
- Asociación Alicante para la lucha contra el cáncer
- Asociación Amas de Casa de Pinoso

Al hablar de participación, se debe tener en cuenta los **Consejos Locales**, entendidos como órganos consultivos, que agrupan a diferentes agentes clave con el objetivo de asesorar y colaborar en la gestión pública de políticas municipales.

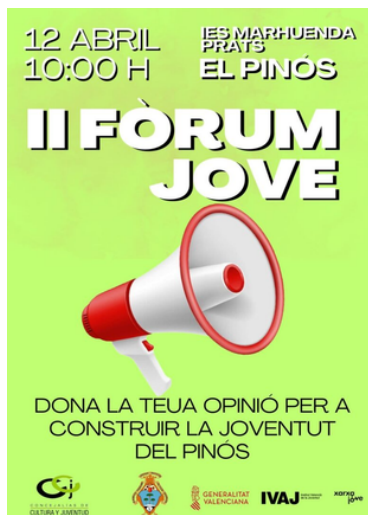
Estos Consejos funcionan como plataformas de diálogo entre el gobierno local y la ciudadanía, permitiendo una gestión más participativa y transparente, asegurando que las decisiones tomadas reflejen las necesidades reales e intereses comunes de la población.

Entre los Consejos Locales que operan en Pinoso, se destaca el **Consejo Escolar, el Consejo de Salud y la Mesa Intersectorial de Salud**. Cada uno de estos consejos se enfoca en áreas específicas y trabajan para mejorar aspectos clave de la vida del municipio. En el caso que nos ocupa, el Consejo de Salud Pinoso-Algueña aborda cuestiones de salud individual y comunitaria. Entre sus funciones se destacan la participación en el diagnóstico de salud de la zona y la propuesta de acciones específicas, evaluar los programas implementados en el territorio, promover la participación ciudadana en actividades de promoción y protección de la salud, difundir información del ámbito sociosanitario, etc.

Por otro lado, la **Mesa Intersectorial de Salud de Pinoso** está formada por representantes de la administración local y diferentes agentes locales como las asociaciones sociosanitarias, el Consejo Escolar Municipal, y personal sanitario en representación del Centro de Salud Pinoso-Algueña y de Salud Pública.

Este espacio de participación impulsa la **salud local y la acción comunitaria**, considerando factores como los servicios sociales, el ocio saludable, el deporte, la cultura y el medio ambiente. Su objetivo es entender la salud comunitaria y adquirir habilidades y conocimientos para participar activamente en el diseño de acciones de promoción de la salud en la localidad.

Siguiendo con la **tradición participativa** de Pinoso, se deben tener en cuenta los **procesos participativos** realizados en el municipio. Estas jornadas son esenciales para que los individuos expresen sus opiniones y preocupaciones, fomentando así la inclusión de la ciudadanía en la toma de decisiones y aumentando el sentido de pertenencia a la comunidad. A lo largo de los años, Pinoso ha implementado diversas iniciativas participativas como los **presupuestos participativos** o el **Fòrum Jove**.



En definitiva, la **participación activa y coordinada** de estos actores sociales es fundamental para el correcto funcionamiento del Plan de Salud de Pinoso. Su implicación es crucial no solo en el diseño y ejecución del plan, sino también en su evaluación y continuidad. Por lo tanto, se espera un **compromiso sostenido** a lo largo del tiempo por parte de todos los individuos y grupos involucrados.

DIAGNÓSTICO: LA SALUD DE PINOSO EN CIFRAS

• Análisis sociodemográfico y económico

Pinoso, ubicado en la comarca del **Medio Vinalopó**, es un municipio perteneciente a la provincia de Alicante (Comunidad Valenciana). Cuenta con una superficie de **126,48 Km²** y está situado a 56 kilómetros de la capital de provincia.

Pinoso tiene sus orígenes en el Paleolítico Superior y la Edad de Bronce, con asentamientos estables. Durante la dominación romana, la región era apreciada por su agricultura, destacando la localización de cuatro villas romanas. Por el contrario, son escasos los restos de la época musulmana, cuando Pinoso era un grupo de caseríos dispersos.

Tras el tratado de Almizra en 1244, la zona se integró en la Corona de Castilla, hasta que en el año 1296 Jaime II la incorporó a la Corona de Aragón. Fue en el año 1773 cuando recibió el nombre oficial de Pinoso.

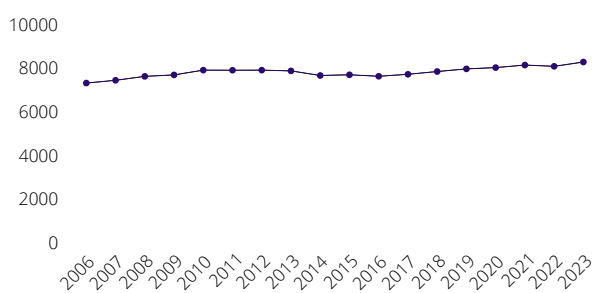
Hasta el siglo XIX, el territorio formaba parte del Ducado de Híjar y dependía administrativamente de la villa de Monóvar como pedanía. Fue finalmente **en el año 1826 cuando logra independizarse y constituir su primer gobierno municipal.**

En el siglo XX, la crisis vitícola y la emigración redujeron la población y estancaron el crecimiento hasta finales del siglo. En el s. XXI, Pinoso ha evolucionado combinando la agricultura con industrias como la zapatera, la mobiliaria y la minería, experimentando así un crecimiento con la llegada de nuevos residentes.

En la actualidad, Pinoso registra en el año 2023 una población de **8.281 habitantes**, siendo 4.214 hombres y 4.067 mujeres. Entre 2022 y 2023, la localidad experimentó un aumento del 2,44%, un reflejo de su **crecimiento poblacional.**

Teniendo en cuenta la **evolució**n de la población en los últimos años, se puede observar que desde 2006 hasta 2023, la población de Pinoso ha experimentado un crecimiento gradual pero con fluctuaciones notables como ligeros descensos durante los años 2014, 2015 y 2016. La variabilidad puede atribuirse a fluctuaciones naturales en la migración interna y externa, así como a las condiciones económicas o factores sociales.

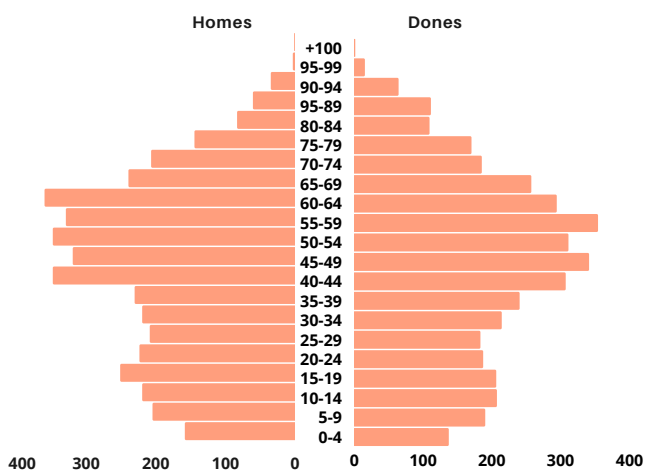
Gráfico 1. Evolución población



La **estructura demográfica** de Pinoso muestra una distribución poblacional caracterizada por una **proporción considerable de adultos**, ya que las categorías que más personas registran son de **50 a 54 años, de 55 a 59 años y de 60 a 64 años**. Esta estructura representa el envejecimiento de la población, lo que supone un desafío a nivel local y global, y tiene implicaciones sociales, económicas y de salud pública.

Como explican Abellán y Pérez (2018), este fenómeno conlleva un aumento de enfermedades crónicas y de multimorbilidad. Por tanto, se incrementa la demanda de cuidados y de recursos y servicios sanitarios. También se pueden alterar las dinámicas familiares y de convivencia. En consecuencia, se plantea un desafío en el sistema de bienestar.

Gráfico 2. Pirámide población



Fuente: INE

Para comprender este fenómeno con mayor profundidad, se debe analizar el **índice de dependencia**. Este indicador mide la proporción de la población dependiente (menor de 16 años y mayor de 64 años) sobre la productiva (de 16 a 64 años). En Pinoso, dicho índice es del **53,4%** (en el año 2023), lo que indica que más de la mitad de la población depende de la otra mitad en términos de soporte y cuidado.

Desglosado este índice, se destacan dos componentes importantes. Por un lado, el **índice de dependencia de las personas mayores de 64 años**, el cual expresa la proporción de personas mayores de 64 años sobre la población productiva, en Pinoso registra un valor del **31,2%**. Por otro lado, el **índice de dependencia de la población menor de 16 años**, el cual indica el porcentaje de población menor de 16 años sobre la población productiva, en Pinoso es del **22,2%**.

Pinoso presenta un índice de **envejecimiento** del **140,6%**. Este indicador compara la cantidad de personas mayores de 64 años con la cantidad de personas menores de 16 años. **Un valor superior al 100% indica que hay más personas mayores que menores, lo que evidencia que Pinoso presenta una población envejecida**. De hecho, dentro de las personas mayores de 64 años, un **47,3%** ha alcanzado los **75 años**, lo que indica una alta esperanza de vida y una notable longevidad en la población mayor.

Así pues, Pinoso presenta un **movimiento natural de la población negativo**, lo que significa que el número de defunciones supera al número de nacimientos. Según datos recientes, entre 2018 y 2022 los resultados se han mantenido en cifras negativas, consiguiendo **-37 en 2022**.

Esta información refleja la necesidad de adaptar las políticas para abordar las necesidades de una población mayor, fomentando el envejecimiento activo y el desarrollo de servicios de apoyo para mejorar la calidad de vida de la población.

En cuanto a la población por **nacionalidad** en Pinoso, **el 80,9% de los habitantes proceden de España**. Del porcentaje restante, el 4,3% son ciudadanos de la Unión Europea y el 14,8% de otras nacionalidades como otros lugares de Europa (9,6%) , África (2,8%), América (1,7%) y resto del mundo (0,6%). Por tanto, es importante considerar la diversidad cultural que caracteriza la comunidad, ya que el **20% de sus habitantes proceden de otras nacionalidades**. Esta multiculturalidad es un activo que debe valorarse, ya que contribuye a una comunidad más inclusiva en un mundo cada vez más globalizado.

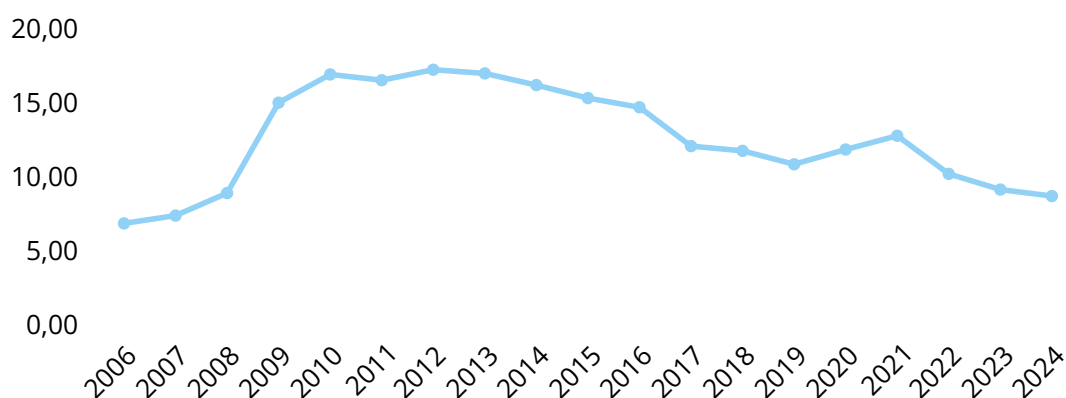


También se deben exponer los datos relativos al ámbito **económico**, abarcando el desempleo, el tejido empresarial, la vivienda, así como los indicadores de pobreza y desigualdad. Estos datos proporcionan una visión detallada y completa de la calidad de vida de la ciudadanía de Pinoso. De hecho, numerosos expertos determinan que “tener una buena salud financiera es una de las variables que más impacta en la calidad de vida” (BBVA, s.f.).

En primer lugar, el **desempleo** registrado en Pinoso (junio de 2024) es de **462 personas**, es decir, del **8,51%**. El sector de trabajo más afectado es el sector **servicios (51,52%)**, seguido de la **industria (26,19%)**. Con valores más bajos, se registra un **7,79% en la agricultura y un 5,41% en la construcción**.

El desempleo en Pinoso ha mostrado una **evolución** marcada por un aumento significativo entre 2008 y 2013, a causa de la **crisis económica global**. Desde entonces, ha experimentado una tendencia descendente sostenida, pasando del 16,30% en 2014 al 8,79% en noviembre de 2024.

Gráfico 3. Evolución desempleo



Fuente: Argos

Si se realiza una comparación del **desempleo por edad** se encuentran diferencias significativas, las **personas mayores de 45 años** presentan valores más altos de desempleo. Asenjo (2023) explica que las cargas familiares, la formación y la menor disposición para aceptar cambios de ciudad influyen en la empleabilidad de esta franja de edad.

Analizando las diferencias por sexo, las **mujeres** presentan una **proporción más alta de desempleo, registrando el 61,26%**. Es decir, mientras que 179 hombres se encuentran en situación de desempleo, la cifra asciende a 283 para las mujeres. Este dato revela una disparidad en el mercado laboral, donde las mujeres experimentan desafíos adicionales en comparación con los hombres. Como explica Millán (2023), “la brecha de género está presente en prácticamente todos los ámbitos del empleo”; salarios, temporalidad, trabajos a tiempo parcial, menos puestos directivos, dificultad para la conciliación, etc.

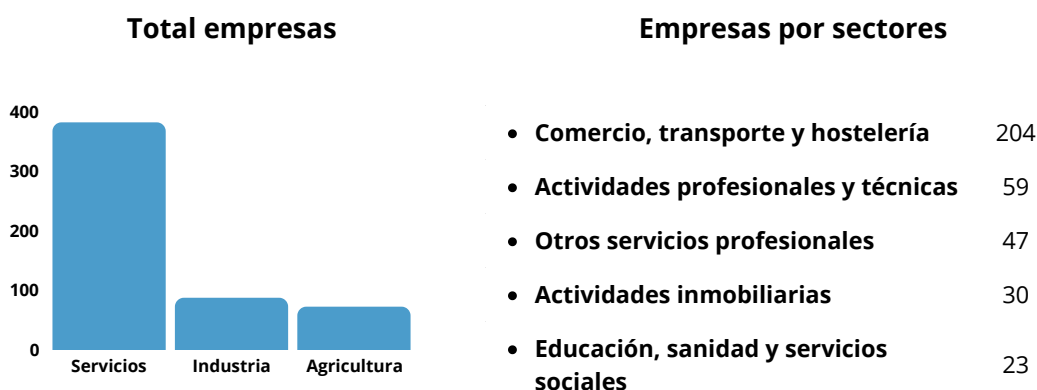
Estos resultados reflejan la necesidad de establecer medidas que promuevan la igualdad de oportunidades y reduzcan las disparidades tanto por edad como por género en el ámbito laboral.

Tabla 1. Desempleo por edad y sexo

Sexo y edad					
Hombres			Mujeres		
Menos de 25 años	Entre 25 y 44 años	Mayores de 45 años	Menos de 25 años	Entre 25 y 44 años	Mayores de 45 años
14	58	107	6	111	166

Fuente: SEPE

En cuanto al tejido empresarial del municipio, a fecha de 1 de enero de 2023 cuenta con **382 empresas del sector servicios, 87 de la industria y 72 de la construcción**. Por lo tanto, los sectores con niveles más altos de desocupación también son los más predominantes en la localidad.

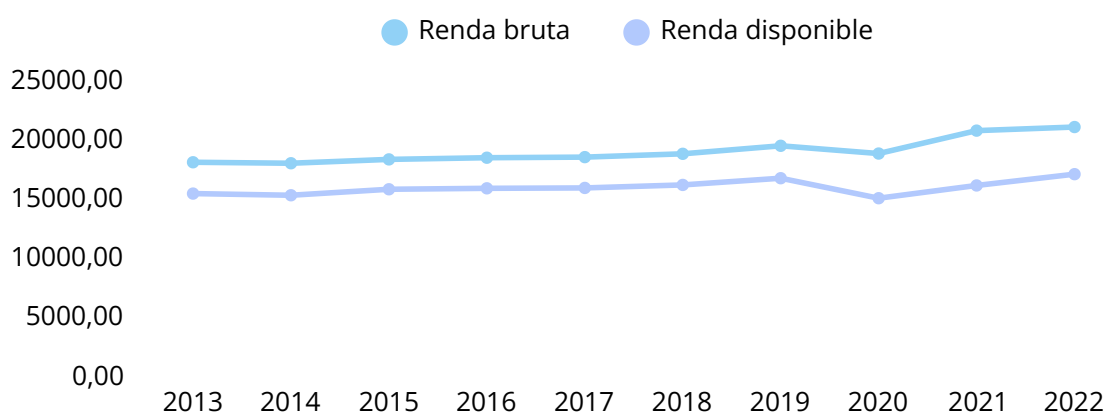


Otro elemento fundamental en este contexto económico es el **nivel de renta** de la población de Pinoso. Este indicador refleja el ingreso promedio que reciben los habitantes del municipio y es crucial para comprender su capacidad adquisitiva. Este nivel puede influir en diversos aspectos como el consumo local o la inversión en bienes y servicios.

Aunque no se disponen de datos recientes, el **nivel de renta bruta en 2021 fue de 20.798€ y la renta disponible de 16.160€**. Al analizar la evolución de la renta, tanto sucia como disponible, en los últimos años, se observa una **tendencia creciente**. Entre 2013 y 2022, tanto la renta bruta como la renta disponible han mostrado un crecimiento constante, reflejando una mejora en el poder adquisitivo de los hogares. Sin embargo, este aumento ha sido moderado por el incremento de los impuestos y las cotizaciones sociales, que han reducido parcialmente el impacto positivo en la renta disponible.

Es importante mencionar que en 2020 se registra una disminución que se recupera en 2021. Esta disminución fue la consecuencia directa de la crisis sanitaria y sus efectos, como la reducción del consumo, las medidas de confinamiento y las restricciones económicas (Fernández, 2021).

Gráfico 4. Evolución renta bruta y renta disponible



Fuente: Datosmacro

En cuanto al precio de la **vivienda** en Pinoso, se señala para marzo de 2024 un precio de **1.239 €/m²**, experimentando un aumento del **4,7%** respecto al mes anterior (1.183 €/m²), un aumento del **15,5%** en comparación con el trimestre anterior y un notable crecimiento del **30,2%** en relación al año anterior (marzo 2023, 952 €/m²). **Por tanto, se observa una tendencia al alza en el precio de la vivienda en Pinoso, esto podría dificultar la emancipación de la ciudadanía e influir en su calidad de vida.**

En último lugar, se debe exponer los **indicadores de pobreza y condiciones de vida**. Como se ha explicado en el apartado teórico, la vulnerabilidad y la exclusión social tiene efectos en la salud de las personas, por lo que es importante comprender la situación en el municipio y desarrollar medidas que garanticen el bienestar de toda la ciudadanía. Abordar estos aspectos contribuye a la construcción de una comunidad más saludable y resiliente.

Tabla 2. Indicadores de pobreza y condiciones de vida

	Taxa de risc de pobresa	AROPE	Manca material	Manca material severa	Manca material i social severa	Renda mitjana per unitat de consum
El Vinalopó Medio	18,3%	25%	19,5%	8,6%	7,6%	18.068€

Fuente. Portal Estadístico de la Generalitat Valenciana

- **Tasa de riesgo de pobreza:** Este indicador mide el porcentaje de hogares cuyos ingresos equivalentes están por debajo del 60% del ingreso mediano equivalente nacional. En este caso, un **18,3%** de la población de Pinoso se encuentra en esta posición de vulnerabilidad.
- **AROPE:** Este indicador refleja las personas que se encuentran en riesgo de pobreza y/o exclusión social según la Estrategia Europa 2020. Se incluyen a las personas en riesgo de pobreza y aquellas que sufren de carencia material severa o viven en hogares con baja intensidad de trabajo. En Pinoso hay un **25%** de personas que se encuentran bajo este umbral.
- **Carencia material:** Proporción de personas que residen en hogares que carecen de al menos tres conceptos de una lista de seis de la Encuesta de Condiciones de Vida. Pinoso presenta un valor del **19,5%**.
- **Carencia material severa:** Proporción de personas que residen en hogares que carecen de al menos cuatro conceptos de una lista de seis de la Encuesta de Condiciones de Vida. En Pinoso se registra un valor del **8,6%**.
- **Carencia material y social severa:** Proporción de personas que residen en hogares que carecen de al menos siete conceptos de una lista de 13 de la Encuesta de Condiciones de Vida. En Pinoso, un **7,6%** presenta esta circunstancia.
- **Renta media por unidad de consumo:** Se trata del ingreso medio total de un hogar dividido por el número de unidades de consumo dentro del hogar. Este valor se asigna como unidad de consumo a todos los miembros del hogar por igual. En el caso de Pinoso se registra un valor de **18.068€**.

Estos resultados indican desafíos significativos en términos de acceso a recursos y oportunidades, destacando la necesidad de políticas orientadas a mejorar las condiciones de vida y reducir las desigualdades.

DIAGNÓSTICO PARTICIPATIVO

- **Activos y necesidades de salud de Pinoso. ¿Qué papel juega la participación ciudadana en la efectividad de un plan local?**

La **participación ciudadana** se define como el mecanismo que permite a la ciudadanía intervenir en la esfera pública y en la toma de decisiones. Es decir, es un proceso que permite la interacción entre la ciudadanía y el gobierno en un espacio público (Montecinos y Contreras, 2019).

La participación ciudadana surge de los movimientos sociales de los años 60 y se presenta como una **estrategia clave** para abordar la crisis de representatividad y promover nuevas formas de hacer política. De hecho, en las democracias modernas, es esencial perfeccionar las relaciones entre ciudadanos y el gobierno, garantizando una **gestión gubernamental con valores de inclusión y transparencia** (Montecinos y Contreras, 2019).

La participación efectiva es costosa y requiere de una reflexión cuidadosa sobre los objetivos. Para garantizar su efectividad, es fundamental garantizar la existencia de tres elementos: **el deseo de participar de la ciudadanía, el conocimiento sobre cómo hacerlo y la disponibilidad de los mecanismos adecuados** (Menéndez et al., 2020). Existen diferentes tipos de participación ciudadana, como presupuestos participativos, asociaciones, actividades de voluntariado, Fòrum Jove, consejos, foros, comités, etc.

Cuando las personas pueden formar parte de las decisiones e influir en el diseño, implementación y evaluación de políticas públicas, se fomenta una **ciudadanía responsable** que ejerce sus derechos y asume sus obligaciones. Así, se convierten en agentes activos que aportan información basada en su conocimiento y experiencia. Esta perspectiva representa una forma distinta de relacionarse con las administraciones públicas, ya que los órganos políticos dejan de tener el control exclusivo y establecen una comunicación en plano de igualdad (Menéndez et al., 2020).

Asimismo, este proceso contribuye al **crecimiento individual y al desarrollo social, empoderando a los individuos y fortaleciendo el sentimiento de pertenencia a la comunidad.**

Es importante que las administraciones públicas no reduzcan la participación “a un mero servicio de apoyo o complemento. Sino que implique un cambio en la forma tradicional de hacer política” (Menéndez et al., 2020).

En definitiva, la participación ciudadana es fundamental para el éxito de un plan local, ya que permite a la ciudadanía expresar sus necesidades y prioridades, asegurando que el plan esté alineado con la **realidad** existente. Esta colaboración permite una **comprensión** más profunda de las problemáticas locales y asegura que las soluciones propuestas sean pertinentes. Al mismo tiempo, al involucrar a la ciudadanía en el proceso de diseño, genera un **compromiso** en la implementación del plan y su posterior evaluación. Además, al tener en cuenta las opiniones de la ciudadanía de Pinoso se incrementa la posibilidad de que el plan sea bien recibido. Así, la participación no solo enriquece el plan, sino también fortalece el vínculo entre la comunidad y las autoridades locales.

- **Encuesta ciudadanía**

Para el Plan de Salud de Pinoso, se ha difundido una encuesta online a la ciudadanía con el objetivo de **conocer sus opiniones y propuestas en materia de salud**. Esta iniciativa busca recopilar y obtener información valiosa que permita comprender tanto el estado de salud individual como comunitario, así como proponer acciones concretas para mejorar la calidad de vida de la población.

La encuesta está estructurada en **diferentes bloques temáticos** que abordan distintos aspectos de la salud y del bienestar individual y comunitario. A continuación se explica con detalle el contenido de cada uno de estos bloques:



- **La Salud de la población de Pinoso**

Este primer bloque temático se centra en conocer los hábitos saludables y las prácticas diarias que contribuyen a mantener una buena salud de la ciudadanía. Las preguntas incluyen elementos como la práctica de actividad física, alimentación, revisiones periódicas médicas, consumo de sustancias nocivas, calidad del descanso, etc.

- **Evaluación del entorno**

En este segundo bloque se recoge la percepción de los individuos sobre diferentes aspectos del entorno del municipio que influyen en la calidad de vida como el transporte, el cuidado de los espacios públicos, el acceso a espacios naturales, las actividades de ocio disponibles, la economía local, la interacción social, la identidad y sentido de pertenencia, oportunidades de participación ciudadana, etc.

- **Acceso a la información y participación ciudadana**

En este bloque está destinado a conocer el nivel de interés de la ciudadanía en participar en diversas actividades que fomenten el bienestar, así como su grado de información sobre los recursos y servicios disponibles en el territorio.

- **Problemáticas identificadas y propuestas de actuación**

En el último bloque, se ofrece un espacio abierto para que los individuos puedan describir los principales problemas que identifican en Pinoso y aporten sus propias ideas y sugerencias.

- **Ficha técnica**

Ámbito	Plan de Salud Pinoso
Universo	Ciudadanía de Pinoso
Tamaño de la muestra	207
Método	Encuesta online
Procedimiento de muestreo	Muestreo aleatorio simple
Diseño de cuestionario	Cuatro bloques temáticos + preguntas sociodemográficas
Difusión	A través de un QR, cartelería, redes sociales, contacto directo...
Empresa, diseño y análisis de resultados	LIKERT. Instituto de Investigación Social
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer los hábitos saludables de la población de Pinoso • Comprender la perspectiva y la opinión sobre el municipio de Pinoso en materia de bienestar y calidad de vida • Examinar el conocimiento de la población sobre los recursos y servicios públicos disponibles • Identificar los principales desafíos existentes en términos de salud • Fomentar la participación ciudadana al permitir que los individuos compartan ideas y recomendaciones de acciones saludables

Resultados

La encuesta contó con un total de **207 respuestas**, de las cuales la mayoría fueron proporcionadas por mujeres (81,75%). Las franjas de edad predominantes entre las personas participantes fueron de 30 a 44 años (38,10%) y de 45 a 59 años (36,51%), lo que refleja un interés significativo en el tema de salud por parte de esta población.

En cuanto a los **hábitos de la población** de Pinoso se puede observar que la mayoría de las personas encuestadas presentan **comportamientos saludables**, ya que afirman mantener una alimentación equilibrada (56,86%), practicar actividad física (39,22%), asistir regularmente a consultas médicas (48,04%), tener un descanso reparador (45,10%) y evitar el consumo de sustancias nocivas como el tabaco y alcohol (39,22%).

Tabla 3. Hábitos de la población

	"Práctico actividad física con regularidad"	"Creo que tengo una alimentación saludable"	"Asisto periódicamente a consultas médicas para hacer un seguimiento"	"Evito consumir sustancias nocivas para mi organismo"	"Considero que tengo un descanso reparador"
Muy de acuerdo	39,22%	28,43%	14,71%	39,22%	24,51%
De acuerdo	39,22%	56,86%	48,04%	28,43%	45,10%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	12,75%	10,78%	3,92%	0,98%	1,96%
En desacuerdo	2,94%	1,96%	5,88%	9,80%	12,75%
Muy en desacuerdo	5,88%	1,96%	20,59%	16,67%	10,78%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta.

Respecto al **estado de Pinoso en materia de bienestar**, las personas encuestadas otorgan las siguientes puntuaciones en una escala del 0 al 10, donde el 0 representa muy malas condiciones y el 10, muy buenas condiciones.

La nota más alta la recibe la **seguridad** del municipio, ya que obtiene una puntuación de **7.32**. En torno a una puntuación de 6, aparece la capacidad de **caminar** o desplazarse en bicicleta de manera fácil y por trayectos agradables y seguros (6.47), la **identidad positiva** y el sentimiento de pertenencia hacia Pinoso (6.32) y la posibilidad de disfrutar de un **espacio natural**, atractivo, seguro y de fácil acceso (6.26).

Al llegar a la puntuación de 5, las personas encuestadas destacan aspectos como la **realización de actividades de ocio y esparcimiento** (5.95), la suficiencia de **espacios y actividades** para relacionarse con otras personas (5.35), y que los **edificios públicos** están bien cuidados (5.34).

En una puntuación de **4.98**, se menciona la capacidad de **participar** en la toma de decisiones públicas. Finalmente, con una puntuación de 2, se registra la percepción sobre la existencia de una **economía local** activa que favorezca el empleo en el municipio (2.89), así como la disponibilidad de **transporte** público (2.36).

Tabla 4. Estado de Pinoso en materia de bienestar

¿Te sientes seguro en tu barrio?	7,32%
¿Puedes caminar y/o desplazarte con bicicleta y por trayectos agradables y seguros?	6,47%
¿Pinoso tiene una identidad positiva y sientes que perteneces o que puedes pertenecer a él?	6,32%
¿Puedes disfrutar en Pinoso de un espacio natural, atractivo, seguro y de fácil acceso?	6,26%
¿Se pueden realizar actividades de ocio y esparcimiento?	5,95%
¿Hay oportunidades y variedad de espacios y actividades para relacionarse con otras personas?	5,35%
¿Los edificios están bien cuidados y las calles y espacios públicos son agradables?	5,34%
¿Sientes que puedes participar en la toma de decisiones?	4,98%
¿Existe una economía local activa en el municipio que favorezca el acceso a un buen empleo?	2,89%
¿El transporte público responde a las necesidades de todas las personas de Pinoso?	2,36%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta.

En resumen, el análisis sobre el estado de Pinoso revela tanto fortalezas como áreas de mejora significativas. La **seguridad** del municipio destaca como el aspecto mejor valorado, lo que sugiere que la población se siente relativamente segura en su entorno. Sin embargo, a medida que desciende la escala, se evidencian retos importantes. Aunque las actividades de ocio y la calidad de los espacios públicos reciben puntuaciones aceptables, la participación ciudadana, la percepción de una economía activa y el sistema de transporte son áreas críticas que necesitan atención.

También se les preguntó a las personas participantes sobre su **grado de interés por ciertas prácticas saludables**. La actividad que mayor interés suscita (muy interesante) es el **movimiento funcional y activo** (danza, yoga, etc.) (48,35%) y la **formación en hábitos saludables** (43,96%). Otras actividades que también son categorizadas como “interesantes” son realizar **talleres sobre nutrición** saludable (47,78%), realizar actividades para la **práctica deportiva en entornos naturales** (47,78%) y realizar **colaboraciones y usos compartidos de instalaciones de otros municipios** (40,66%).

Tabla 5. Grado de interés por actividades de bienestar

	Práctica deportiva en entornos naturales	Formación en hábitos saludables	Movimiento funcional y activo	Colaboraciones y usos compartidos de instalaciones con otros municipios	Talleres sobre nutrición saludable
Nada interesante	2,22%	2,20%	3,30%	8,79%	3,33%
Poco interesante	5,56%	6,59%	8,79%	16,48%	7,78%
Interesante	47,78%	43,96%	39,56%	40,66%	47,78%
Muy interesante	42,22%	3,30%	48,35%	29,67%	35,56%
NS/NC	2,22%	3,30%	-	4,40%	5,56%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta.

Al mismo tiempo, se quiso evaluar el **grado de información** que tiene la población sobre los **recursos, actividades y servicios sanitarios** en Pinoso, de esta forma se quiere obtener una perspectiva valiosa sobre la comunicación y la accesibilidad de la información.

En este caso, el **49,45% de la población encuestada afirma estar poco informada**. Mientras que un 35,16% de las personas encuestadas se encuentran bastante informadas. Las categorías “nada informado/a” y “muy informado/a” presentan un valor de 7,69% cada una. Estos datos evidencian la necesidad de mejorar la difusión de información para fomentar una mayor participación de la comunidad en actividades de bienestar. Aunque no existen diferencias significativas por grupo de edad, ya que en todos la categoría predominante es “poco informado/a”, el **grupo de edad que tiene una percepción más positiva sobre su nivel de información es el de 30-44 años**.

Así pues, la mayor parte de las personas encuestadas se informan principalmente a través de **redes sociales (54,69%)**. Un porcentaje significante lo hace a través de **medios de comunicación (28,91%)** y **familia y amigos (21,09%)**. Con menos repercusión, un 11,72% se informa a través de cartelería, y un 10,94% a través de la página web. Únicamente un 1,56% lo hace a través de monitores, personal público, etc. Estos datos indican que las redes sociales juegan un papel fundamental en la comunicación, mientras que otros medios, como los canales oficiales o presenciales, tienen menor impacto.

A través de esta encuesta, también se quiere profundizar en los **principales problemas que se perciben en Pinoso por parte de la ciudadanía**, por lo que se ofrece un espacio abierto para que puedan expresar sus opiniones.

En primer lugar, se destaca la necesidad de **mejorar el centro de salud y los servicios médicos**. Esto incluye contar con un centro que ofrezca más servicios, más profesionales y una atención más rápida y eficiente. Se menciona específicamente la falta de médicos, pediatras y especialistas (salud mental, salud sexual, nutricionista, ginecólogo, fisioterapeutas, prevención de conductas adictivas), así como la necesidad de ampliar las horas de atención y optimizar la gestión de citas. En relación, exponen la gestión de las ambulancias y la necesidad de ambulancias 24h.

Otros de los problemas que identifican son los siguientes: La ciudadanía hace referencia a la necesidad de realizar más **actividades deportivas** y el fomento del **deporte en adolescentes**; "espacios para hacer ejercicios más adecuados", "envejecimiento activo", "ocio juvenil", etc.. También mencionan cuestiones sobre la **limpieza de las calles y el cuidado del entorno urbano**, algunas de sus reclamaciones son; "calles con baches y losas levantadas en el casco de Cánovas del Castillo", "más carril bici", "mala accesibilidad en las calles", etc.

La población encuestada hace referencia al **transporte**. Por un lado, expresan la necesidad de mejorar el transporte entre diferentes pueblos cercanos. Por otro lado, destacan la necesidad de contar con un transporte adecuado para llegar a los otros centros de salud especializados. Además, se menciona la falta de **difusión** de la información y la realización de campañas de concienciación y sensibilización.

Asimismo, se les pidió a las personas encuestadas que seleccionaran tres problemas que identifican en el municipio a partir de un listado de siete ítems.

Tabla 6. Principales problemas percibidos en el municipio

El consumo de alcohol y drogas	22,66%
Prevalen conductas incívicas que no permiten el descanso	21,88%
La ubicación de los centros de salud	18,75%
No existe oferta formativa que promueva la adquisición de hábitos saludables	17,97%
La contaminación, insalubridad o recogida de residuos afecta a la salud de la ciudadanía	15,63%
Los espacios para la práctica deportiva son insuficientes	10,94%
No existe una oferta diversa de clínica, ópticas, gimnasios y dentistas privadas	7,03%

En este caso, el **consumo de alcohol y drogas (22,66%)** es percibido como el principal problema en Pinoso. A continuación, la prevalencia de **conductas incívicas que no permiten el descanso (21,88%)** se considera el segundo problema, seguido de la **ubicación de los centros sanitarios (18,75%)**, ya que se encuentran demasiado lejos.

En cuarto lugar, un 17,97% de las personas encuestadas opina que no hay una **oferta formativa** que promueva la adquisición de hábitos saludables. Posteriormente, se menciona la **contaminación**, la insalubridad y la recogida de residuos (15,63%), así como la **insuficiencia de espacios para la práctica deportiva (10,94%)**. Por último, un 7,03% señala que no existe una **oferta diversa de clínicas, ópticas, gimnasios o dentistas en el municipio**.

En definitiva, al considerar las respuestas sobre los problemas percibidos en Pinoso, se puede concluir que los principales desafíos están relacionados con la falta de servicios y recursos médicos adecuados. La población también destaca las conductas adictivas y las conductas incívicas, que afectan negativamente a la calidad de vida, como el ruido y la suciedad. Estos factores no solo alteran el descanso, sino que contribuyen a un entorno poco saludable, por lo que es crucial abordar estas cuestiones.

• Mesa participativa

Para complementar los datos participativos cuantitativos, se realizó una **mesa participativa**, una iniciativa fundamental para fomentar la colaboración y el diálogo entre la ciudadanía en temas de salud y bienestar comunitario. En un contexto donde la **participación ciudadana** es clave para la formulación de políticas efectivas, este espacio busca integrar las voces y perspectivas de los habitantes en el Plan de Salud de Pinoso.

La jornada se organiza en torno a varias temáticas que abordan cuestiones relacionadas con los hábitos saludables, espacios de convivencia, calidad de vida y otros aspectos relevantes. Mediante la interacción y el intercambio de ideas, se pretende identificar las necesidades de la población del Pinós en materia de salud y proponer acciones concretas para mejorar la situación de partida.

Por tanto, la información recopilada en esta jornada es crucial para elaborar un diagnóstico detallado que refleje la realidad de la población, y a su vez, para la toma de decisiones informadas. Los resultados de este proceso participativo se utilizarán para diseñar acciones concretas que respondan a las necesidades y preocupaciones de la población de Pinoso.



Con este enfoque, se espera que el Plan de Salud no solo sea un documento técnico, sino un reflejo de la voluntad colectiva de la comunidad por avanzar hacia un entorno más saludable y con una calidad de vida mejorada.

La jornada participativa se celebró el **24 de septiembre a las 17:00h en el Centro Cultural**; asistieron siete personas de diversos perfiles y edades, la mayoría de ellas vinculadas a alguna asociación, lo que demuestra su carácter participativo. Todas las personas asistentes se mostraron abiertas al debate, respetuosas y cómodas durante la jornada, la cual tuvo una duración de tres horas y se estructuró en tres partes.



Explicación de las dinámicas:

La primera parte consistió en una breve **presentación** sobre el proyecto (Plan Ciudad Saludable) y sobre diferentes conceptos necesarios en materia de salud como la salutogénesis, la equidad en la salud, los determinantes de la salud y los activos y recursos de salud. De esta forma, todas las personas participantes tenían una base sobre el proyecto y sobre el tema a tratar. En este punto, también se menciona la importancia de tener en cuenta la perspectiva y la opinión de aquellas personas o grupos que no han podido asistir al evento.

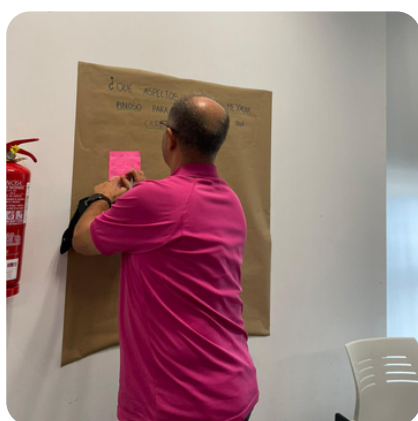
Tras esta breve presentación, cada asistente se presentó brevemente, indicando su nombre, asociación a la que pertenece (en caso de formar parte de alguna entidad) y sus expectativas de la jornada. Después de esta primera toma de contacto, se introdujo la primera pregunta general:

¿Qué aspectos debería mejorar Pinoso para convertirse en una Ciudad Saludable?

Las personas participantes estaban organizadas en un semicírculo para facilitar la comunicación entre ellas y para observar bien la pregunta general situada en un lienzo en la pared. Además, disponían de bolígrafos y notas adhesivas para responder a la pregunta planteada. A medida que completaban sus respuestas de forma individual, se levantaban y colocaban sus aportaciones en el lienzo común. Posteriormente, se abrió un pequeño debate para analizar las respuestas más recurrentes.

Para la segunda dinámica, se llevó a cabo un **World Café** para conocer la situación municipal en materia de salud, así como facilitar el intercambio de ideas y promover el diálogo colaborativo sobre diversos temas relacionados. El World Café se trata de una metodología de diálogo y colaboración que fomenta la participación activa y el intercambio de ideas entre grupos de personas. Se basa en la idea de que las conversaciones informales y en un ambiente relajado puede facilitar que fluya la información y la generación de ideas.

En este caso, se organizaron **tres estaciones** donde las personas participantes contaron con un tiempo determinado para hacer sus aportaciones en el lienzo. Una vez transcurrido el tiempo, se pasaba a la siguiente estación. Se optó por realizar esta actividad de manera **conjunta** y en un solo grupo, debido al número de personas asistentes y el buen funcionamiento del grupo.



- **DAFO**

En la primera estación, se llevó a cabo un análisis DAFO (Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades) con el objetivo de identificar los aspectos positivos y negativos relacionados con la salud en el municipio. Este enfoque permite una evaluación integral tanto de factores internos como externos que afectan a la salud de Pinoso.

- **Mapa de recursos y activos**

La segunda estación consistió en crear un mapa de recursos y activos de Pinoso, en el que las personas participantes debían identificar y situar en un mapa de la localidad tres categorías distintas:

- **Activo:** Cualquier factor o recurso reconocido que mejora la capacidad de las personas para mantener y sostener la salud y el bienestar, y que les ayuda a reducir las desigualdades en salud. Estos recursos presentes en la comunidad pueden actuar a nivel individual, familiar y/o comunitario y tienen como denominador común la capacidad de fortalecer la habilidad de las personas o grupos para mantener o mejorar la salud física, psíquica y social y contrarrestar situaciones de estrés.

- **Recurso:** Cualquier elemento relacionado con las personas, los lugares, diferentes instituciones u organizaciones, que puede ser utilizado para promover la salud o responder a sus necesidades y mejorar la calidad de vida y el bienestar de la comunidad o las personas que la integran. La diferencia entre activo y recurso es que un recurso puede no estar siendo utilizado para generar salud y un activo claramente sí genera bienestar.

- **Disminuye la salud:** Cualquier elemento relacionado con las personas, los lugares, diferentes instituciones u organizaciones, que no favorece el bienestar comunitario genera conflicto e incluso enfermedad. Con un claro síntoma de mejora para que se convierta en recurso o activo en salud.

Esta dinámica es muy importante, respaldando las palabras de una persona participante, **“es necesario crear entornos para preservar la salud”**.

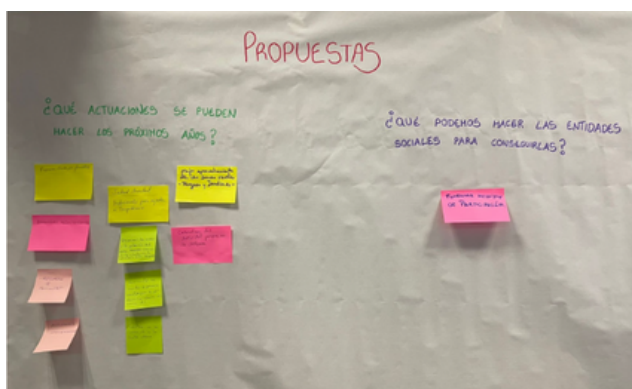
• Iceberg: Salud en Pinoso

En la última estación, se utilizó la metáfora del iceberg para analizar los retos en la comunidad. En la parte visible, en la cima del iceberg, se situaron retos manifiestos, aquellos que son evidentes y reconocidos por la población. En la base, sumergidos y menos visibles, se identificaron los retos latentes, que representan las causas subyacentes de estas situaciones. Esta dinámica permite que las personas participantes comprendan de forma más profunda la realidad del territorio.

Para facilitar la comprensión de la dinámica a los individuos, se colocaron en la cima del iceberg algunos resultados de la encuesta realizada a la ciudadanía, lo que les permitió identificar las causas subyacentes de estas afirmaciones.

Tras esta dinámica, se pasó a la tercera parte; la formulación de propuestas. Una vez se habían discutido y analizado sobre diversos temas en las mesas, las personas participantes debían proponer acciones específicas para que se implementarán en Pinoso en los próximos años, con el objetivo de mejorar la salud, la calidad de vida y la situación de partida del municipio. Para ello, de forma individual, cada asistente escribió su respuesta en una nota adhesiva y la colocó en el lienzo final.

En este lienzo final, también se les preguntó a las personas asistentes qué acciones podrían llevar a cabo las entidades sociales para lograr estas propuestas, promoviendo así una actitud proactiva y de colaboración entre la ciudadanía.



Principales resultados:

Una vez se han explicado en detalle las dinámicas realizadas, se procede a explicar los resultados obtenidos del proceso participativo. La información se presenta de lo general a lo específico, comenzando por una lluvia de ideas para identificar qué aspectos debería mejorar Pinoso para convertirse en una ciudad saludable. Posteriormente, se profundiza sobre estas cuestiones en el World Café para finalmente concretarlas en el tablón de propuestas.

En primer lugar, ante la pregunta general **“¿Qué aspectos debería mejorar Pinoso para convertirse en una Ciudad Saludable”**, las personas participantes organizaron sus respuestas en torno a diferentes temas:

- **Eliminar barreras arquitectónicas:** Garantizar espacios accesibles y adaptados para todas las personas.
- **Incrementar cursos de primeros auxilios a nivel básico:** Se propuso ofrecer más formación básica en primeros auxilios para empoderar a la población ante situaciones de emergencia.
- **Difusión de la información más eficaz:** Las personas participantes subrayaron la importancia de mejorar la comunicación, asegurando que la información sea clara y accesible para todos.
- **Fomentar la participación ciudadana:** Se enfatizó en la necesidad de involucrar a todos los sectores de la comunidad en la toma de decisiones y en la implementación de iniciativas de salud.
- **Mejorar la polución del aire y los ruidos:** Los individuos reconocieron la necesidad de abordar los problemas ambientales que afectan a la calidad de vida de la ciudadanía.
- **Mejora del transporte:** Se consideró fundamental mejorar el sistema de transporte para facilitar la movilidad de la población a ciertos activos de salud. Además, se propone la necesidad de fomentar el carril bici.
- **Ocio saludable:** Se destacó la importancia de ofrecer alternativas de ocio saludable a la población juvenil.
- **Actividades intergeneracionales:** Se propuso fomentar la interacción entre diferentes generaciones.

Estas categorías reflejan una amplia gama de áreas en las que Pinoso podría mejorar para avanzar hacia una ciudad más saludable. Todas estas ideas generales se trabajan en las siguientes dinámicas, debatiendo además otros temas relevantes.

Por tanto, para profundizar en estas ideas y no centrarse únicamente en la visión negativa, se procede a plasmar los resultados del World Café. En primer lugar, se presenta el análisis DAFO.

<p style="text-align: center;">DEBILIDADES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ruidos y contaminación del aire • Barreras arquitectónicas • Falta de transporte Alguenya - Pinoso - Monóver - Elda - Alacant 	<p style="text-align: center;">AMENAZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Degradación del campo • Falta de relevo generacional • Nuevas adicciones
<p style="text-align: center;">FORTALEZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Centro Cultural • Espacios deportivos • Tejido asociativo fuerte y sólido • Centro Tercera Edad • Estrategia municipal 	<p style="text-align: center;">OPORTUNIDADES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entorno rural • Subvenciones • Mayor importancia de la salud

Las personas participantes identifican principalmente tres **debilidades**. En primer lugar, mencionan la constante presencia de **ruido** procedente del tráfico y la **contaminación** del aire. Además, destacan la existencia de **barreras arquitectónicas** que limitan el acceso a diversos espacios públicos y servicios, afectando especialmente a personas con movilidad reducida y personas mayores. En último lugar, remarcan la carencia de opciones de **transporte** entre Alguenya - Pinoso - Monóver - Elda - Alicante, lo que dificulta la movilidad y limita el acceso a servicios de salud.

Sin embargo, a nivel interno, las personas asistentes resaltan aspectos positivos (**fortalezas**) como la existencia de **recursos** y servicios municipales. De hecho, durante toda la jornada hicieron hincapié en que en Pinoso se realizan un gran número de **actividades** de diversas índole; formativas, recreativas, medioambientales, etc. Además, subrayan la fortaleza del **tejido asociativo** de Pinoso, destacando también que todas las entidades sociales están bien coordinadas y trabajan en colaboración, lo que potencia la efectividad de las iniciativas comunitarias. Asimismo, mencionan que la realización de este proyecto presenta una fortaleza y un compromiso significativo para la comunidad.

En cuanto a factores externos negativos, destacan como amenazas el abandono del **campo** y la falta de relevo **generacional**. También mencionan la aparición de **nuevas sustancias adictivas** y el consumo generalizado de drogas en el territorio.

En lo que respecta a las **oportunidades**, subrayan el **entorno** privilegiado en el que se encuentra Pinoso, así como la disponibilidad de subvenciones y la creciente importancia que la salud tiene en la sociedad actual.

En cuanto a la segunda dinámica, la correspondiente al **mapa**, los individuos realizaron una clasificación utilizando tres colores. Esta codificación permite distinguir de manera visual los activos (verde), recursos (amarillo) y elementos que disminuyen la salud (rojo) en Pinoso.

Zonas verdes- Activos de salud

- Polideportivo
- Entidades Sociales (Cruz Roja, Iguales i Sense Traves, Tercera Edad..)
- Centro Cultural
- Centro de Salud

Zonas amarillas- Recursos de Salud

- Parque biosaludable
- Huertos urbanos

En esta dinámica, también se les preguntó a las personas participantes qué se podría hacer para transformar las áreas amarillas en activos de salud. Sus respuestas se fijaron principalmente en aumentar la **difusión** de los recursos de salud disponibles, para que la población los reconozca y los utilice. En relación al huerto urbano, propusieron actividades que promuevan el uso de este espacio, como concursos, actividades escolares, banco de alimentos, voluntariado, entre otras.

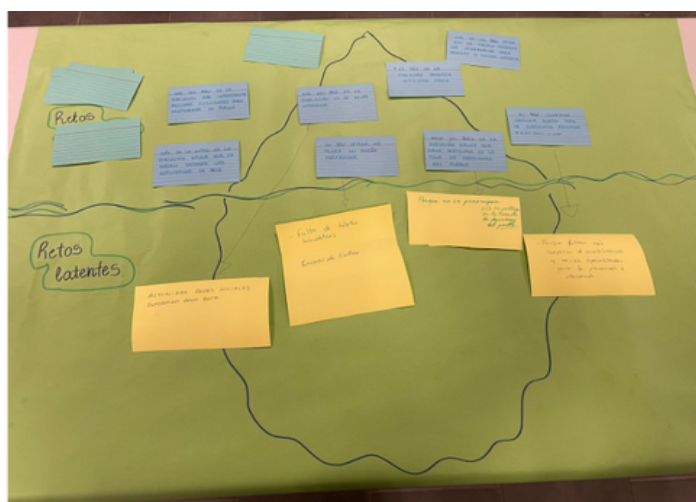
Zonas rojas- Elementos que disminuyen la salud

- Zonas de botellones
- Barreras arquitectónicas: Ayuntamiento, Centro asociaciones, Torre Reloj, aceras, etc.
- Carril bici (ubicado en las afueras del municipio)



En la tercera dinámica, correspondiente al **iceberg**, se presentaron en la cima una serie de datos revelados por la encuesta. Las personas asistentes tenían la tarea de identificar y agregar las causas subyacentes a estos datos. A continuación, se expone cómo quedó finalmente el lienzo, reflejando tanto los retos visibles como las causas latentes que los sustentan.

<p>Elementos manifiestos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Más de un 90% de la población cree interesante realizar actividades para mantenerse en forma • Más de la mitad de la población opina que se pueden mejorar las actividades de ocio • Más del 52% de la población no se siente informada • Un 33% afirma no tener un sueño reparador • El 73% de la población practica actividad física • Más de un 50% opina que se pueden mejorar los itinerarios para caminar o hacer deporte • Solo un 30% de la población siente que puede participar en la toma de decisiones del pueblo • El 45% confirma consumir algún tipo de sustancia adictiva (alcohol, tabaco y juego)
<p>Elementos latentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Falta de campañas de sensibilización • Falta de recursos especializados para la prevención e intervención en conductas adictivas • Poca implicación e interés de la ciudadanía en la vida pública • Poca higiene del sueño • Falta de hábitos saludables • Poca difusión de información municipal a través de redes sociales



Una vez expuestos los resultados de todas las estaciones del World Café, se presentan las **propuestas** específicas que hicieron las personas participantes en la última dinámica:

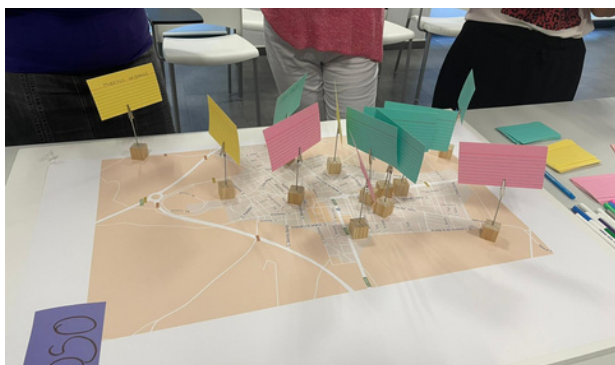
PROPUESTAS	
¿Qué actuaciones se pueden hacer en los próximos años?	¿Qué podemos hacer las entidades sociales para conseguirlas?
<ul style="list-style-type: none"> • Añadir profesionales para la prevención de conductas adictivas • Actividades que favorezcan la salud mental y sexual • Mejor aprovechamiento de los espacios verdes (parques y jardines) • Coordinar las actividades de las entidades sociales y el Ayuntamiento para evitar el solapamiento • Incrementar los cursos de primeros auxilios para toda la población: escuelas, asociaciones, etc. • Realizar actividades en torno a los huertos urbanos • Reducir la circulación de vehículos dentro del municipio • Reducir las barreras arquitectónicas • Ofrecer recursos de proximidad • Realizar actividades intergeneracionales • Incorporar la Escuela de Familias • Dinamizar rutas guiadas de senderismo • Campañas de sensibilización 	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar mecanismos de participación

Conclusiones finales

El proceso participativo realizado en Pinoso ha permitido identificar y analizar diversas áreas que requieren atención para transformar el municipio en un territorio más saludable. A través de dinámicas interactivas, las personas participantes han expresado sus opiniones, necesidades e inquietudes, revelando tanto las debilidades como las fortalezas del municipio.

Los principales resultados indican ciertas necesidades como la eliminación de **barreras arquitectónicas** en el territorio o la implantación de una línea de **transporte** Alguenya - Pinoso - Monóver - Elda - Alacant para poder acceder a los espacios de salud. También se hace una especial hincapié en la falta de **participación** ciudadana. A pesar de contar con un sólido tejido asociativo y una buena coordinación entre las entidades, todavía hay una parte significativa de la población que no recibe información adecuada ni participa activamente en la vida pública de Pinoso. Esto evidencia una carencia de educación participativa, este aspecto es fundamental para empoderar a la ciudadanía y fomentar su involucramiento en la toma de decisiones. Como bien exponía una persona participante, **“participar es salud”**.

Las propuestas surgidas de este proceso ofrecen un camino claro hacia la mejora de la salud y el bienestar en Pinoso. Estas iniciativas no solo buscan resolver problemas inmediatos, sino que también tienen el potencial de promover un desarrollo más sostenible y saludable en el municipio.



Hallazgos participativos

Una vez finalizado el análisis de las dos dinámicas participativas, se pretende ofrecer un **resumen** de las opiniones de la ciudadanía sobre la situación actual en materia de salud. Este resumen incluye las diferentes propuestas que han surgido, integrando la información recabada tanto de la encuesta como del proceso participativo, de esta forma se logra una visión más completa de la realidad social.

Entre los principales retos en materia de salud en Pinoso destacan las **barreras arquitectónicas** que limitan la accesibilidad, la **contaminación** del aire y el **ruido**, así como la falta de **transporte**. Además, se percibe una falta de **educación participativa** (participación ciudadana) y de **recursos médicos adecuados**. Tanto en la encuesta como en la dinámica participativa, las personas participantes subrayan la necesidad de mejorar la **difusión** de información. Estos factores impactan negativamente en la calidad de vida de la ciudadanía.

Sin embargo, el municipio cuenta con un **tejido asociativo sólido, centros culturales y deportivos, y una estrategia municipal en salud en desarrollo**. Además, el **entorno natural** privilegiado ofrece oportunidades para mejorar el bienestar de la población, junto con el creciente interés por la salud. De hecho, a nivel individual, una parte significativa de la ciudadanía mantiene comportamientos saludables, como llevar una alimentación equilibrada y practicar actividad física.

Para mejorar la situación actual y consolidar Pinoso como un municipio más saludable, las personas participantes proponen una serie de acciones clave: mejorar el transporte, fortalecer la difusión de información, educar en participación ciudadana y fomentar actividades de formación básica en salud y hábitos saludables, como cursos de primeros auxilios o talleres de nutrición. Además, sugieren fortalecer los lazos comunitarios mediante actividades intergeneracionales, actividades de movimiento funcional y activo (danza, yoga, etc.), etc.

En conclusión, la ciudadanía es consciente de la realidad municipal y propone acciones realistas para mejorar la situación actual. Además, destacan la importancia de su propio papel como agentes sociales, subrayando la necesidad de involucrarse activamente en estos esfuerzos para impulsar el cambio y mejorar su bienestar y el de la ciudadanía.

RECURSOS Y SERVICIOS PARA EL BIENESTAR COMUNITARIO

Los **servicios, recursos públicos y las infraestructuras** son pilares fundamentales en el desarrollo y bienestar de cualquier comunidad. Como explica Ubalde (2021), el espacio público influye “no solo en la salud y el bienestar sino también en el aprendizaje, y puede influir en la cohesión social y los problemas de equidad en las comunidades. Los espacios públicos se pueden diseñar como espacios naturales y pacificados para promocionar la restauración y reducción del estrés, promover la actividad física, el juego y fomentar la experimentación, la creatividad y las habilidades críticas de manera sostenible”.

En este contexto, se debe garantizar la calidad y accesibilidad de estos servicios a la ciudadanía. Por ello, en este apartado se examinan los principales servicios públicos e infraestructuras presentes en Pinoso, incluyendo instalaciones sanitarias, centros educativos, instalaciones deportivas, entre otros. Además, se analizan otros elementos que influyen directamente en la salud de la población, destacando los recursos de Servicios Sociales.

• Instalaciones deportivas:

El municipio de Pinoso cuenta con una variada oferta de instalaciones deportivas y actividades coordinadas desde el Área de Deportes.

- Campos de fútbol: El municipio dispone de varios campos de fútbol, dos de ellos de césped
- Pabellones deportivos: Tierno Galván y Pabellón García Córdoba
- Pista de tenis, pádel, frontón y petanca
- Zonas de escalada
- Piscina municipal
- Gimnasio municipal
- Sala de usos múltiples donde se realizan actividades como el aerobico

Además del complejo deportivo municipal, Pinoso cuenta con otras instalaciones de titularidad municipal que enriquecen la oferta deportiva como las pistas deportivas del barrio Santa Catalina, el jardín de las Dalias y la nueva plaza junto al badén de Rico Lucas.



- **Instalaciones culturales y juveniles:**

- Centro Cultural
- Centro Juvenil
- Teatro auditorio Emilio Martínez Saez
- Centro Social Santa Catalina
- Centro Asociaciones
- Archivo municipal Manuel Pérez Mira
- Biblioteca municipal Maxi Banegas

Algunos de los cursos y **talleres** que se llevan a cabo en estas instalaciones son: cursos de idiomas, yoga, bailes de salón, pinturas y manualidades, nuevas tecnologías, exposiciones, charlas, monólogos, concursos de talentos (escritura y poesía), etc.

Desde la Concejalía de Cultura y Juventud también se llevan a cabo diversas campañas de sensibilización y concienciación, como ejemplo se destaca la labor **preventiva en conductas adictivas**.

- **Área de Igualdad y LGTBI+**

Desde el área de Igualdad se trabaja por la inclusión de toda la comunidad, detectando y eliminando las desigualdades basadas en género, orientación sexual e identidad de género. Esta iniciativa promueve recursos, herramientas y servicios para sensibilizar sobre estos temas a la ciudadanía, consolidando así una comunidad diversa. Algunos de los proyectos que se pueden destacar en esta área son “Camí per la Igualtat” y “Día del Orgullo LGTBI+”.

- **Instalaciones educativas:**

- Centro de educación infantil y primaria San Antón
- Centro de educación infantil y primaria Santa Catalina
- Centro de formación de personas adultas Enrique Tierno Galvan
- EIM La Cometa
- Escuela de Música Sociedad Unión Lírica Pinosense
- Instituto de enseñanza secundaria José Marhuenda Prats

Esta concejalía proporciona información detallada sobre recursos educativos y procesos de escolarización. Además, proporciona orientación personalizada a familias y alumnos. También proporciona acompañamiento para aquellos alumnos que han abandonado el sistema educativo, facilitando su reingreso a programas formativos o la inserción en el mundo laboral.

Algunos de los programas que se desarrollan en esta área son los siguientes: Feria de educació IES José Marhuenda Prats, Programa de Absentismo, Programa de intervención socioeducativa con menores, Aula de Intervención socioeducativa con menores y Aula de convivencia para adolescentes.

- **Instalaciones y recursos de Servicios Sociales**

El área de Servicios Sociales de Pinoso está compuesto por un grupo multidisciplinar de profesionales dedicados a mejorar la calidad de vida y el bienestar social de la localidad. Este equipo incluye: trabajadoras sociales, psicóloga, educadora social, asesor jurídico, personal administrativo y auxiliares de ayuda a domicilio.

Los Servicios Sociales de atención primaria ofrecen una amplia gama de prestaciones y medidas diseñadas para apoyar a la ciudadanía en diversas situaciones. Algunas de estas prestaciones son las siguientes:

- Servicio de acogida y atención ante situaciones de necesidad social
- Servicio de promoción de la autonomía
- Servicio de inclusión social
- Servicio de prevención e intervención con familias
- Servicio de asesoramiento jurídico
- Servicio de acción comunitaria

- **Zonas verdes y medio ambiente:**

Pinoso cuenta con diversos espacios verdes que ofrecen a la ciudadanía lugares de ocio, deporte, esparcimiento y contacto con la naturaleza. Estos espacios no solo embellecen el municipio, sino que contribuyen al bienestar de la comunidad. A continuación se detallan algunas de las principales zonas verdes y parajes naturales en el municipio:

- Jardín Municipal
- Parque de Santa Catalina
- Plaza Virgen del Remedio
- Parque Doña Maxi
- Glorieta Gabriel Miró
- Parque "Paco Fresco"
- Plaça del Molí
- Parque Gravina
- Jardín Dalias
- Zonas ajardinadas en la calle Príncipe de Asturias
- Espacio verde del Polígono Industrial "El Cabezo"
- Zona verde del depósito
- Paraje natural municipal Monte Coto
- Cabezo de la Sal declarado Monumento Natural
- Humedal-Saladar Prado-Rodriguillo
- Enebral de los Cabecicos
- Área biosaludable y parque de Calderón de la Barca

En este apartado también se pueden destacar otros recursos como el **Punto de Información Ambiental**, dirigido a informar y atender todas las demandas y cuestiones en materia ambiental.

También se destaca el **Aula de la Naturaleza Monte Coto**, la base de coordinación del voluntariado ambiental, que durante los meses de verano realizan las tareas de vigilancia y prevención de incendios forestales, así como actividades de conservación y protección de especies.

En el Aula de la Naturaleza existe un punto de información y de exposición para todas aquellas personas interesadas en conocer la zona y realizar rutas por los alrededores. El área cuenta con un refugio, merendero, aparcamientos, aseos, duchas, fuentes, etc. El Aula de la Naturaleza y su entorno funcionan como un centro de interpretación ambiental, promoviendo la educación y conservación de los valores naturales de la zona.



Desde hace años el Ayuntamiento de Pinoso desarrolla proyectos y actuaciones para la recuperación y puesta en valor de sus espacios naturales. Se ofrecen las siguientes actividades ambientales para los centros educativos:

En relación, con el objetivo de fomentar las iniciativas de participación social para la defensa de los valores naturales, se desarrolla el programa de **Voluntariado Ambiental** dedicado a la conservación y protección del patrimonio natural. Los proyectos que se realizan son: vigilancia y prevención de incendios forestales, conservación y recuperación de hábitats para anfibios, proyecto de recuperación y mantenimiento de poblaciones de fartet, eliminación de residuos en espacios naturales, censo de árboles, etc.

En cuanto a los **residuos**, el Ayuntamiento tiene implantado un modelo de recogida que combina la recogida puerta a puerta y la recogida en contenedores. Así pues, desarrolla una serie de campañas para concienciar a la población como campañas de reducción del uso de plásticos, visitas escolares al ecoparque, campaña Plogging, campaña aceites usados de cocina, etc.

- **Recursos sanitarios:**

En cuanto a instalaciones sanitarias se destaca un Centro de Salud, tres farmacias, una residencia para personas mayores dependientes y un hogar para personas mayores en Pinoso.

EJES ESTRATÉGICOS

Una vez analizada la información recabada a través de las dinámicas participativas y el diagnóstico sociológico, es momento de diseñar los ejes estratégicos que guiarán las futuras acciones en Pinoso. Este enfoque nace de la comprensión de la realidad municipal y las necesidades identificadas, ya que a partir de este conocimiento se abordarán los desafíos en materia de salud y bienestar, fomentando una comunidad más saludable y participativa.

Los ejes estratégicos se diseñan considerando dos perspectivas clave: por un lado, la promoción de estilos de vida saludables, enfocada en consolidar entornos urbanos que favorezcan la adopción de hábitos más sanos. Por otro lado, la prevención de enfermedades, mediante la creación de espacios saludables y libres de contaminación, promoviendo la integración de zonas verdes y otros elementos que contribuyan al bienestar de la población (Fariña et al., 2022).

→ **Línea de acción 1: Promoción de hábitos saludables**

Este eje busca fomentar un estilo de vida saludable en la población mediante actividades físicas regulares, la promoción de una alimentación balanceada y la concienciación sobre la importancia del bienestar mental y emocional. Se incluyen campañas educativas para prevenir el consumo de sustancias nocivas como tabaco, alcohol y drogas, así como talleres que enseñen la importancia de gestionar el estrés y cuidar la salud mental.

→ **Línea de acción 2: Desarrollar un entorno urbano saludable, verde y social**

El objetivo es crear una ciudad diseñada para caminar, donde los habitantes tengan acceso fácil a rutas peatonales seguras y conectadas. Además, se pretende desarrollar y mantener áreas verdes accesibles y bien distribuidas que ofrezcan espacios para el ocio, el descanso y la convivencia comunitaria. Se fomentará el uso de medios de transporte sostenibles como bicicletas y transporte público, contribuyendo a una mejor calidad del aire y a una movilidad más eficiente.

→ **Línea de acción 3: Participación ciudadana**

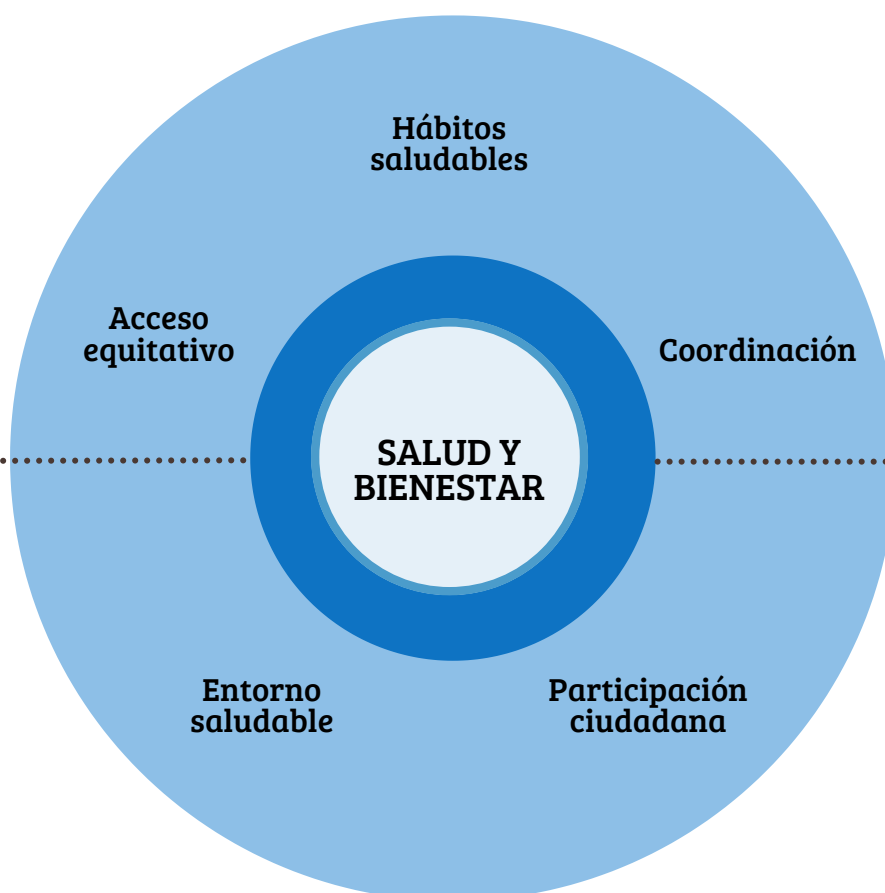
Se busca promover la implicación activa de la ciudadanía en la toma de decisiones relacionadas con la salud, creando mecanismos de participación en los que los residentes puedan aportar ideas y colaborar en iniciativas de salud pública. Además, este eje se centra en la creación y fortalecimiento de espacios de convivencia, que fomenten comunidades más solidarias y equitativas, y que faciliten las relaciones sociales, reduciendo así los problemas de soledad y aislamiento.

→ **Línea de acción 4: Garantizar un acceso equitativo a los servicios de salud**

Este eje se centra en mejorar el acceso a los servicios de salud para toda la población, eliminando barreras socioeconómicas, culturales y geográficas que puedan limitar dicho acceso, especialmente para grupos vulnerables y en áreas rurales. La difusión adecuada de los servicios disponibles es clave, asegurando que todas las personas conozcan y accedan a los recursos de salud que necesiten.

→ **Línea de acción 5: Fortalecer la gestión y coordinación del equipo multidisciplinario**

Este objetivo se centra en desarrollar mecanismos efectivos de colaboración entre diferentes instituciones de salud, organizaciones comunitarias y otros actores relevantes para mejorar la respuesta ante situaciones de salud pública y garantizar el acceso equitativo a los servicios de salud.



PLAN DE ACCIÓN

→ Línea de acción 1: Promoción de hábitos saludables

Objetivo específico 1.1. Sensibilizar a la población sobre la importancia de la salud y el bienestar	
Actuación	Indicador de seguimiento
Realizar campañas de sensibilización en medios de comunicación y redes sociales	<ul style="list-style-type: none"> • N° de campañas realizadas • Redes sociales utilizadas • Temáticas tratadas
Difusión del Plan de Ciudad Saludable de Pinoso	<ul style="list-style-type: none"> • N° de publicaciones realizadas • Redes sociales utilizadas
Dar apoyo a los talleres y eventos comunitarios sobre salud y bienestar (alimentación, actividad física, salud mental) que organizan las asociaciones municipales (Asociación Contra el Cáncer, Asociación de Alzheimer, Asociación Amas de Casa, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> • N° de asociaciones que realizan acciones en salud
Organizar charlas y talleres sobre la prevención de las conductas adictivas (drogas, alcohol, juego, tecnología, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> • N° de actividades realizadas • N° de personas participantes • N° de asociaciones involucradas
Implementar charlas y talleres sobre prevención de enfermedades en colaboración con la Asociación del Cáncer	<ul style="list-style-type: none"> • N° de actividades realizadas • N° de personas participantes • N° de asociaciones involucradas
Desarrollar materiales informativos (folletos, infografías, vídeos) sobre hábitos saludables, prevención de enfermedades y prevención de conductas adictivas	<ul style="list-style-type: none"> • N° de campañas realizadas • Redes sociales utilizadas • Temáticas tratadas • N° de asociaciones involucradas
Diseñar y difundir un libro de buenas prácticas en salud que recoja enfoques, métodos y estrategias que han demostrado ser efectivas para mejorar la salud a nivel individual y comunitario.	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de la acción: Sí/No • N° de publicaciones-materiales realizados
Dar continuidad a la Campaña de Salud de Pinoso	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de la acción: Sí/No
Consolidar fechas señaladas relacionadas con la salud	<ul style="list-style-type: none"> • N° de días celebrados • N° de acciones realizadas • N° de participantes • N° de publicaciones difundidas

Objetivo específico 1.2. Fomentar el bienestar familiar y la crianza positiva a lo largo de las diferentes etapas del desarrollo infantil.

Actuación	Indicador de seguimiento
Organizar talleres y cursos sobre crianza saludable y parentalidad positiva, abordando temas como disciplina positiva, comunicación efectiva y manejo de emociones	<ul style="list-style-type: none"> • N° de actividad realizadas • N° de participantes • Satisfacción de las personas participantes • N° de asociaciones involucradas
Proporcionar talleres para familias sobre primeros auxilios, seguridad en el hogar y prevención de accidentes, para aumentar la confianza y la preparación	<ul style="list-style-type: none"> • N° de actividad realizadas • N° de participantes • Satisfacción de las personas participantes • N° de asociaciones involucradas
Desarrollar los mecanismos necesarios para la detección precoz de situaciones de riesgo y desprotección infantil entre profesionales de salud, educación y servicios sociales	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de la acción: Sí/No
Realizar talleres y charlas sobre salud afectivo-sexual orientada a adolescentes, abordando temas como relaciones saludables, prevención de ETS, anticonceptivos y menstruación	<ul style="list-style-type: none"> • N° de actividad realizadas • N° de participantes • Satisfacción de las personas participantes
Difundir información (materiales, redes sociales, cartelería...) sobre salud afectivo-sexual orientada a adolescentes, abordando temas como relaciones saludables, prevención de ETS, anticonceptivos y menstruación	<ul style="list-style-type: none"> • N° de materiales difundidos
Implementar talleres y charlas sobre prevención de conductas adictivas orientada a adolescentes	<ul style="list-style-type: none"> • N° de actividad realizadas • N° de participantes • Satisfacción de las personas participantes
Dar apoyo a las actividades de la Cruz Roja en materia de Escuela de Familia	<ul style="list-style-type: none"> • N° de actividad realizadas
Difundir información (materiales, redes sociales, cartelería...) sobre prevención de conductas adictivas orientada a adolescentes	<ul style="list-style-type: none"> • N° de materiales difundidos
Implementar sesiones de fisioterapia y ejercicios específicos para fortalecer el suelo pélvico, tanto durante el embarazo, el postparto como en la vejez	<ul style="list-style-type: none"> • N° de actividad realizadas • N° de participantes • Satisfacción de las personas participantes • N° de asociaciones implicadas
Ofrecer talleres que enseñen a los adolescentes en el manejo de emociones	<ul style="list-style-type: none"> • N° de actividad realizadas • N° de participantes • Satisfacción de las personas participantes
Incluir en los talleres de educación parental información sobre la salud afectiva y sexual, y su importancia en el desarrollo de los adolescentes	<ul style="list-style-type: none"> • N° de actividad realizadas • N° de participantes • Satisfacción de las personas participantes

Objetivo específico 1.3. Promover el envejecimiento activo y el bienestar de las personas mayores en Pinoso

Actuación	Indicador de seguimiento
Ofrecer clases y talleres de ejercicios físico adaptado a las necesidades de las personas mayores, como yoga, pilates o ejercicio de mantenimiento	<ul style="list-style-type: none">• N° de actividad realizadas• N° de participantes• Satisfacción de las personas participantes
Diseñar e implementar una estrategia específica (diagnóstico y plan de acción) para las personas mayores (Ciudad Amigable con las Personas Mayores)	<ul style="list-style-type: none">• Realización de la acción: Sí/No
Dar continuidad a los programas de estimulación cognitiva para trabajar la concentración y la atención: ejercicios mentales, fomento de la lectura, resolución de rompecabezas, etc. (ej. Taller de mente activa para las personas mayores 60 años)	<ul style="list-style-type: none">• N° de actividad realizadas• N° de participantes• Satisfacción de las personas participantes
Realizar charlas sobre salud mental: aislamiento, duelo, jubilación, soledad, etc.	<ul style="list-style-type: none">• N° de actividad realizadas• N° de participantes• Satisfacción de las personas participantes
Ofrecer talleres sobre el manejo de enfermedades crónicas	<ul style="list-style-type: none">• N° de actividad realizadas• N° de participantes• Satisfacción de las personas participantes
Colaborar con la Asociación de Alzheimer en el Taller de estimulación cognitiva	<ul style="list-style-type: none">• N° de actividad realizadas

Objetivo específico 1.4. Promover hábitos alimenticios saludables en la población de Pinoso

Actuación	Indicador de seguimiento
Difundir un dossier de recetas sencillas y saludables, con productos de temporada	<ul style="list-style-type: none">• N° de materiales difundidos
Realizar talleres anuales sobre hábitos alimentarios saludables (talleres de cocina tematizados)	<ul style="list-style-type: none">• N° de actividad realizadas• N° de participantes• Satisfacción de las personas participantes
Dar contenido a los huertos urbanos para promover el consumo de alimentos frescos y saludables (concursos, talleres, visitas guiadas...)	<ul style="list-style-type: none">• N° de actividad realizadas• N° de participantes• Satisfacción de las personas participantes

Objetivo específico 1.5. Mejorar la salud mental y el bienestar emocional de la población

Actuación	Indicador de seguimiento
Implementar programas de apoyo psicológico y emocional (psicólogo)	<ul style="list-style-type: none">• N° de consultas individuales
Ofrecer talleres de manejo de estrés y habilidades emocionales para diferentes grupos de edad	<ul style="list-style-type: none">• N° de actividad realizadas• N° de participantes• Satisfacción de las personas participantes
Facilitar información sobre dónde acudir en caso de necesidad de recursos y servicios de salud mental	<ul style="list-style-type: none">• N° de materiales difundidos
Realizar terapias alternativas para mejorar la expresión de emociones: Musicoterapia, risoterapia, danzaterapia, etc.	<ul style="list-style-type: none">• N° de actividad realizadas• N° de participantes• Satisfacción de las personas participantes

Objetivo específico 1.6. Capacitar a profesionales de salud en la atención inclusiva y diversa

Actuación	Indicador de seguimiento
Organizar seminarios con expertos en salud pública y diversidad, abordando experiencias y mejores prácticas en atención inclusiva	<ul style="list-style-type: none">• N° de acciones realizadas• N° de personas participantes• N° de áreas participantes
Diseñar y difundir guías, folletos y recursos digitales sobre atención inclusiva	<ul style="list-style-type: none">• N° de materiales creados y difundidos

→ **Línea de acción 2: Desarrollar un entorno urbano saludable, verde y social**

En esta área se deben tener en cuenta ciertos factores como la densidad poblacional, servicios de proximidad, complejidad demográfica, social y económica, oferta de vivienda, organización del espacio público según prioridades de movilidad, confort y comodidad (climático, topográfico, visual y acústico), accesibilidad universal, seguridad, sentido de pertenencia e identidad, equipamientos (escolares, sanitarios, deportivos, convivenciales...), comunicaciones entre barrios, con otras ciudades, etc.

En este eje, en relación a la creación de entornos verdes, se destaca que la creación de estos espacios no solo fomenta la actividad física, reduce el estrés y mejora la calidad del aire, sino que también refuerza la cohesión social. Este apartado aborda diversas estrategias para lograrlo, como el desarrollo de infraestructuras verdes y azules, la optimización de azoteas y terrazas e introducir la entropía natural a través de pavimentos y áreas sin uso para favorecer el crecimiento espontáneo de la naturaleza y consolidar espacios para actividades no planificadas y encuentros sociales.

Objetivo específico 2.1. Diseñar un espacio público con las condiciones necesarias para que la ciudadanía pueda acceder a los lugares cotidianos andando.

Actuación	Indicador de seguimiento
Crear un mapa interactivo de servicios cercanos (comercios, centros educativos, sanitarios, etc.) accesibles a pie desde cada barrio	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No
Instalar más iluminación en rutas peatonales clave y optimizar su diseño para minimizar puntos inseguros	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Nº de zonas iluminadas
Incorporar papeleras para mantener el entorno limpio y promover hábitos de reciclaje	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Nº de papeleras nuevas instaladas
Instalar bancos en áreas estratégicas para ofrecer espacios de descanso	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Nº de bancos instalados
Disponer de fuentes de agua en puntos clave para proporcionar acceso a agua potable	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Nº de fuentes instaladas
Realizar intervenciones artísticas (murales) en el municipio para reforzar la identidad y el sentido de pertenencia	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Lugar de la intervención
Establecer rutas peatonales que conecten puntos clave, como el colegio, con señalización clara y visible para facilitar la orientación y promover la seguridad de la ciudadanía	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Ruta de la intervención
Señalizar los pasos de peatones en zonas de alto tránsito	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No
Elaborar y difundir una guía que recoja las rutas de senderismo en Pinoso, destacando sus características, niveles de dificultad y puntos de interés	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No
Hacer un estudio de los espacios públicos y edificios municipales para identificar barreras arquitectónicas y luego crear un plan para eliminarlas, asegurando que todos los espacios sean accesibles para todos	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Nº de espacios habilitados

Objetivo específico 2.2. Integrar la naturaleza en los entornos urbanos, contribuyendo al bienestar físico y mental de la ciudadanía y promoviendo un entorno más saludable.

Actuación	Indicador de seguimiento
Construir corredores verdes que conecten diferentes áreas de la ciudad y favorezcan la biodiversidad	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No
Implementar programas de techos verdes en edificios municipales y privados	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Nº de techos verdes
Promover la renaturalización de espacios urbanos degradados	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No
Organizar eventos comunitarios en parques y espacios naturales	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No
Instalar mobiliarios urbano (bancos, fuentes, zonas de juego) para promover la convivencia en áreas verdes	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Nº de zonas habilitadas
Plantar árboles en áreas urbanas con poca cobertura vegetal para mejorar la calidad del aire	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Área de implementación
Implementar programas de ejercicios al aire libre en parques para mejorar el bienestar físico	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No

→ **Línea de acción 3: Participación ciudadana**

Objetivo específico 3.1. Establecer mecanismos de participación ciudadana en la toma de decisiones de salud	
Actuación	Indicador de seguimiento
Consolidar y fijar sedes físicas de participación ciudadana (centros cívicos)	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No
Organizar jornadas y mesas de diálogo entre la ciudadanía, las asociaciones y las administraciones públicas para la toma de decisiones comunitarias	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Nº de jornadas participativas realizadas Temas tratados Nº de personas participantes
Implementar plataformas digitales de participación ciudadana para facilitar la comunicación y la toma de decisiones colaborativa	<ul style="list-style-type: none"> Realización de la acción: Sí/No Nº de jornadas participativas realizadas Temas tratados Nº de personas participantes
Incorporar a la ciudadanía en el seguimiento y evaluación del Plan Ciudad Saludable de Pinoso	<ul style="list-style-type: none"> Nº de jornadas realizadas Nº de participantes

Objetivo específico 3.2. Fortalecer el tejido asociativo y voluntariado	
Actuación	Indicador de seguimiento
Facilitar y acompañar en la creación de nuevas asociaciones, ofreciendo apoyo técnico y logístico	<ul style="list-style-type: none"> Nº de sesiones realizadas
Desarrollar programas de voluntariado intergeneracional y multicultural que promuevan la cohesión social	<ul style="list-style-type: none"> Nº de actividades realizadas Nº de personas participantes
Establecer alianzas con organización no gubernamentales (ONG) para realizar proyectos comunitarios y sociales	<ul style="list-style-type: none"> Nº de actividades realizadas Nº de personas participantes Nº de organizaciones participantes
Establecer un programa de acompañamiento para personas que enfrentan dificultades como barreras lingüísticas, de accesibilidad o en riesgo de aislamiento, facilitando la integración en la vida comunitaria y el acceso a servicios de salud y recursos locales	<ul style="list-style-type: none"> Nº de actividades realizadas Nº de personas participantes

→ **Línea de acción 4: Garantizar un acceso equitativo a los servicios de salud**

Objetivo específico 4.1. Aumentar el conocimiento sobre los servicios de salud y prevención	
Actuación	Indicador de seguimiento
Crear folletos y carteles que expliquen los servicios de salud disponibles, incluyendo horarios, ubicación y requisitos, y distribuirlos en lugares estratégicos (centros de salud, escuelas, bibliotecas).	<ul style="list-style-type: none"> • N° de materiales creados • N° de publicaciones realizadas
Habilitar un espacio en la página web municipal que recoja información actualizada sobre recursos de salud	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de la acción: Sí/No
Realizar una Feria de Salud para facilitar el acceso a la información y concienciar sobre la importancia de la salud y el bienestar	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de la acción: Sí/No
Organizar jornadas de puertas abiertas en centros de salud para mostrar los servicios disponibles	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de la acción: Sí/No

Objetivo específico 4.2. Facilitar el acceso a los servicios de salud	
Actuación	Indicador de seguimiento
Incorporar un programa donde voluntarios acompañen a personas que lo necesiten a sus citas médicas y otros recursos como la farmacia, fisio, podólogos, etc.	<ul style="list-style-type: none"> • N° de voluntarios
Difundir información específica sobre las opciones de transporte público disponibles para acceder a los servicios de salud, incluyendo horarios y rutas	<ul style="list-style-type: none"> • N° de publicaciones o materiales difundidos
Analizar las debilidades del sistema de transporte y desarrollar medidas efectivas para garantizar su acceso	<ul style="list-style-type: none"> • N° de mejoras registradas • N° de jornadas participativas registradas • N° de participantes

→ **Línea de acción 5: Fortalecer la gestión y coordinación del equipo multidisciplinario**

Objetivo específico 5.1. Establecer y asegurar redes de comunicación entre los diferentes servicios municipales	
Actuación	Indicador de seguimiento
Establecer un sistema de registro compartido donde se documenten las actividades programadas por el Ayuntamiento y las asociaciones, con el fin de evitar solapamientos y asegurar una mejor coordinación	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de la acción: Sí/No
Diseñar un manual que detalle los procedimientos y protocolos del Ayuntamiento en materia de salud, estableciendo roles, derivaciones y responsabilidades	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de la acción: Sí/No
Organizar reuniones con los miembros del Consejo de Salud cada cuatro meses para garantizar un seguimiento regular y coordinado	<ul style="list-style-type: none"> • N° de reuniones realizadas
Desarrollar un directorio actualizado que incluya información de contacto y servicios ofrecidos por todos los agentes sociales del municipio (organizaciones, asociaciones, servicios de salud, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de la acción: Sí/No • Áreas participantes

SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

El seguimiento y la evaluación son componentes **esenciales** en la implementación de cualquier plan estratégico, y el Plan de Salud de Pinoso no es una excepción. Llevar a cabo una evaluación de forma regular, tanto anualmente como al final del periodo de vigencia del plan, permite medir los avances logrados y su impacto en la ciudadanía. Asegurar un seguimiento adecuado no solo contribuye a la transparencia y rendición de cuentas, sino que también fortalece la eficacia de las acciones planificadas.

Evaluar periódicamente el estado de las acciones y metas del plan ofrece la posibilidad de ajustar estrategias y optimizar recursos en tiempo real. Asimismo, la evaluación final global proporciona una visión integral de los logros y lecciones aprendidas, sentando las bases para futuros planes.

Para asegurar un seguimiento riguroso, es fundamental definir **indicadores** claros y medibles para cada acción contemplada en el plan. Estos indicadores deben permitir evaluar tanto los resultados directos como el progreso hacia los objetivos estratégicos establecidos. En este caso, en el Plan de Acción se describen los indicadores específicos de cada acción.

Además, para facilitar la evaluación del estado de los objetivos, se empleará la **técnica del semáforo**, que permite visualizar de forma sencilla el grado de cumplimiento:

- **Verde:** La acción ha sido realizada completamente.
- **Amarillo:** La acción ha sido realizada de manera parcial
- **Rojo:** La acción no ha sido realizada o no ha mostrado avances significativos.

Esta técnica ofrece una visión clara y rápida del estado general del plan, permitiendo identificar áreas que requieren atención inmediata.

Además del seguimiento técnico, es crucial garantizar una **evaluación participativa**, donde se involucren tanto los **agentes clave** como la **ciudadanía**. La retroalimentación de las personas beneficiarias de las acciones del plan resulta esencial para valorar la percepción de impacto y adecuar las estrategias a las necesidades reales.

Este enfoque participativo enriquece el proceso de evaluación, aportando perspectivas diversas y fomentando la corresponsabilidad en el éxito del Plan de Salud de Pinoso.



BIBLIOGRAFÍA

Abellán, A., & Pérez, J. (2018). Implicaciones sociales del envejecimiento demográfico. *Demografía y Problemas Sociales*, 23. https://digital.csic.es/bitstream/10261/241213/1/implicaciones_sociales_envejecimiento.pdf

Asenjo, A. (12 de enero de 2023). Los parados mayores de 45 se han triplicado desde la crisis financiera. *El Independiente*. <https://www.elindependiente.com/economia/2023/01/12/los-parados-mayores-de-45-anos-se-han-triplicado-desde-la-crisis-financiera/>

BBVA (s.f.). Qué factores determinan la calidad de vida y cómo se puede mejorar. BBVA. <https://www.bbva.com/es/salud-financiera/que-factores-determinan-la-calidad-de-vida-y-como-se-puede-mejorar/>

Buldón Olalla, A. (20 de noviembre de 2022). Determinantes Sociales. *lafisioterapia.net*. <https://lafisioterapia.net/determinantes-de-salud/>

Cobo, T. (21 de julio de 2023). Diez retos en sanidad para los próximos cuatro años. *El Mundo*. <https://www.elmundo.es/ciencia-y-salud/salud/2023/07/21/64ba48c2e9cf4a1d118b45b8.html>

Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud (octubre 2003). Formación en Promoción y Educación para la Salud. Ministerio de Sanidad y Consumo. <https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/promoSaludEquidad/docs/formacionSalud.pdf>

de Ramones, E. M. R. (2019). Camino salutogénico: estilos de vida saludable. *Revista digital de postgrado*, 8(1), e159-e159.

Delgado, C. (28 de marzo de 2019). Efectos del envejecimiento poblacional. *Unicajabanco*. <https://uniblog.unicajabanco.es/efectos-del-envejecimiento-poblacional>

Equipos y talento (26 de enero de 2024). El envejecimiento alcanza un nuevo máximo histórico en España, del 137,3%. *Equipos y talento*. <https://www.equiposytalento.com/noticias/2024/01/26/el-envejecimiento-alcanza-un-nuevo-maximo-historico-en-espana-del-1373>

Fariña J, Higuera E, Román E, Pozo E (2022). Guía para planificar ciudades saludables. Ministerio de Sanidad, FEMP. Madrid.

Fernández, M. (mayo 2021). El impacto de la crisis sanitaria sobre las cuentas de los hogares y de las empresas. *Funcas*. <https://www.funcas.es/articulos/el-impacto-de-la-crisis-sanitaria-sobre-las-cuentas-de-los-hogares-y-de-las-empresas/>

García, M., Miota, A., Barranco Tirado, J., Belda Grindley, C., Páez Muñoz, E., Rodríguez Gómez, S., & LafuenteRobles, N. (2019). Salud comunitaria basada en activos. Guía breve. Granada, Escuela Andaluza de Salud Pública y Servicio Andaluz de Salud. https://www.easp.es/wp-content/uploads/dlm_uploads/2019/01/EASP_Guia_breve_SaludComActivos-FUM-05-12-18.pdf

Herrero Jaén, S. (2016). Formalización del concepto de salud a través de la lógica: impacto del lenguaje formal en las ciencias de la salud. *Ene*, 10(2). Recuperado en 20 de junio de 2024, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2016000200006&lng=es&tlng=es

Manglar Editores (26 de noviembre de 2026). La importancia de la metodología. *Manglar Editores*. <https://www.manglareditores.com/post/la-importancia-de-la-metodolog%C3%ADa>

Menéndez, S., Torralbo, M., & Luque, S. (2020). Guía práctica para la planificación y evaluación participativas de las políticas públicas. Instituto Andaluz de Administración Pública.

Millán, J. (26 de junio de 2023). La brecha de género: más allá del salario. 20 minutos. <https://www.20minutos.es/noticia/5140883/0/brecha-genero-mas-alla-salario-las-mujeres-sufren-mas-paro-mas-temporalidad-mas-parcialidad-trabajan-menos-horas/>

Montecinos, E., & Contreras, P. (2019). Participación ciudadana en la gestión pública: Una revisión sobre el estado actual. *Revista venezolana de Gerencia*, 24(86), 341-362.

Mortueruel, M. (2019). ¿Qué son y por qué son importantes los determinantes sociales de la salud? OSEKI. <https://www.oseki.eus/areas/determinantes-sociales-de-la-salud>

Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones. Informe 2022. Alcohol, tabaco y drogas ilegales en España. (2023) Madrid: Ministerio de Sanidad.

OPS (s.f.). Determinantes sociales de la salud. OPS. <https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales-salud>

OPS (s.f.). Equidad en Salud. OPS. <https://www.paho.org/es/temas/equidad-salud>

OPS (s.f.). Promoción de la salud. OPS. <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>

Quintero Fleites, E. J., Fe de la Mella Quintero, S., & Gómez López, L. (2017). La promoción de la salud y su vínculo con la prevención primaria. *Medicentro Electrónica*, 21(2), 101-111. <http://scielo.sld.cu/pdf/mdc/v21n2/mdc03217.pdf>

Red Francesa de Ciudades Sanas de la OMS (mayo 2016). Urbanismo y Salud. Red Francesa de Ciudades Sanas de la OMS. <https://recs.es/wp-content/uploads/2018/03/Urbanismo-y-Salud.-El-papel-de-las-Administraciones-Locales.pdf>

RTVE (8 de abril de 2024). Estudio Internacional sobre Salud y Bienestar Mental 2024. RTVE. <https://www.rtve.es/noticias/20240408/problema-salud-mental-europa/16050090.shtml>

Universidad Europea (8 de marzo de 2022). Los retos de la salud pública. Universidad Europea. <https://universidadeuropea.com/blog/retos-salud-publica/>

UNIR Revista (22 de octubre de 2024). ¿Qué es la promoción de la salud? Objetivos y ejemplos. UNIR. <https://www.unir.net/salud/revista/promocion-salud/>

Ubalde, M. (13 de mayo de 2021). ¿Cómo impacta la planificación urbana en nuestra salud? ISGlobal. <https://www.isglobal.org/healthisglobal/-/custom-blog-portlet/-como-impacta-la-planificacion-urbana-en-nuestra-salud-nuestra-salud-y-la-del-planeta-dependen-del-diseno-de-las-ciudades>

Valenzuela Contreras, L. M. (2016). La salud, desde una perspectiva integral.

Villar Aguirre, M. (2011). Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención. *Acta Médica Peruana*, 28(4), 237-241. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172011000400011&lng=es&tlng=es

Vignolo, J., Vacarezza, M., Álvarez, C., & Sosa, A. (2011). Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud. *Archivos de Medicina Interna*, 33(1), 7-11. http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-423X2011000100003&lng=es&tlng=es

