	Innovación	Código: F1-PE3
		Fecha: 01/05/2015
	FICHA DE BUENAS PRÁCTICAS	Rev: 01


Datos identificativos	
Título	“Hábitos saludables en nutrición”
Centro	C.D.O.P.D. PROMI-Bujalance
Persona responsable	M ^a Jose Hinojosa Ruiz; Salvadora Toledano Molina e Isabel M ^a Camacho Leña
Fecha de la Buena Práctica	Marzo – diciembre 2018
Resumen de la Buena Práctica	
<p>Fomentar los hábitos saludables nutricionales con acciones que a base de repetirlas, se conviertan en la forma interiorizada de hacer las cosas de forma correcta y que establecerán rutinas saludables como una buena inversión para la salud de nuestros usuarios. También se incluyen acciones de prevención que lleven a la formación y conocimiento de buenos hábitos de vida y que son una buena apuesta de futuro.</p>	

Justificación

No hay que esperar a tener problemas de salud para establecer buenos hábitos nutricionales. Llevarlos a cabo con mesura y aplicación, van a favorecer el estado físico y de buena salud, por eso consideramos como pautas a seguir junto a una buena alimentación y nutrición, combinar con ejercicios físicos como aliados imprescindibles para el buen funcionamiento del organismo y seguir igualmente una correcta higiene personal.

Resultados esperados

- Concienciación de buenos hábitos alimentarios.
- Aprendizaje y asimilación de dichos hábitos
- Puesta en práctica de buenos hábitos alimentarios.
- Implicación de las familias: que conozcan los hábitos y le den continuidad en la casa.
- Grado de satisfacción de los usuarios.
- Mejora en la calidad de vida.

	<p style="text-align: center;">Innovación</p>	Código: F1-PE3
		Fecha: 01/05/2015
	FICHA DE BUENAS PRÁCTICAS	Rev: 01

Enfoque


Es objetivo general el fomentar hábitos saludables nutricionales que se hagan indispensables como forma de vida y los usuarios seguirán un proceso de aprendizaje de dichos hábitos que lleguen a ser rutinas saludables en su estilo de vida.

La metodología a seguir es la siguiente:

- Planteamiento de objetivo y justificación.
- Propuestas de actuaciones a llevar a cabo quincenalmente.
- Puesta en marcha de las actuaciones acordadas
- Encuesta sobre la BBPP

Despliegue

- Punto de partida: Propuesta de BBPP de Centro para el 2018 (marzo)
- Responsabilidades conjuntas de equipo asignadas : M^a Jose Hinojosa , Salvadora Toledano e Isabel M^a Camacho para presentación de actividades (abril)
- Elaboración del formato de BBPP y remisión a responsables (mayo)
- Realización de actividades planteadas: desayunos saludables ; ejercicios físicos ; charlas informativas (mayo a diciembre)
- Realización de encuestas de BBPP (noviembre)
- Volcado de encuestas de BBPP (diciembre)

 fundación promi	<p style="text-align: center;">Innovación</p>	Código: F1-PE3
		Fecha: 01/05/2015
	FICHA DE BUENAS PRÁCTICAS	Rev: 01

Resultados alcanzados

Objetivo	Indicador	Resultado alcanzado
Satisfacción de los usuarios por la BBPP	Al menos el 80 % muestren satisfacción igual o + de 3	100%
Seguimiento de ejercicios físicos y psicomotricidad gruesa	Sesiones de motricidad 1 vez por semana	1 vez por semana
Incluir talleres informativos sobre hábitos saludables	1 taller	2 talleres

Revisión y mejora continua

Se ponen en marcha actividades concretas que lleven a los usuarios a adquirir buenos hábitos. En dichas actividades se incluye la participación de todos ellos, siempre adaptándolas a sus posibilidades en psicomotricidad (con ejercicios físicos de una vez por semana) y también según su nivel cognitivo para los talleres informativos , de los cuales se llevan dos talleres a cabo (uno por los profesionales del Centro de Salud de Bujalance y otro realizado en el aula de Alzheimer de Cañete). En base a todo esto, los usuarios realizan la encuesta sobre BBPP.

En la mejora continua apuntar:

- La puesta en marcha de la BBPP debe permitir a los usuarios una concienciación real y efectiva que los lleve a ser ellos quienes sigan de forma consciente hábitos saludables.
- Valorar resultados beneficiosos en cada usuario y hacer adaptaciones concretas según se presenten las necesidades en cada uno de ellos.
- Potenciar el conocimiento preventivo sobre buenos hábitos para la salud.