

BAREMO para PRIORIZACIÓN en el acceso a las actividades de la red comunitaria del Proyecto Fresneda

Estimación del “riesgo socio-sanitario” (RSS)

A veces las personas que más acuden a las actividades de promoción de la salud, son precisamente las más sanas, las que tienen más recursos económicos, más tiempo libre, más nivel sociocultural.... es decir, justo las que menos lo necesitan.

Mientras tanto, ciudadanos que trabajan muchas horas en empleos precarios, de nivel cultural o socioeconómico mas bajo, con graves enfermedades crónicas o alto riesgo de tenerlas, que viven en situación marginal, en soledad o ajenos a los servicios sanitarios, colectivos que tienen, por termino medio, 10 o 12 años menos de esperanza de vida que sus vecinos ricos, sanos y cultos... permanecen ajenos a nuestros bienintencionados empeños por mejorar su salud.

Tanto los promotores comunitarios de salud como los trabajadores del Centro, somos conscientes de ello... y coincidimos en la necesidad de una discriminación positiva que permita a los más necesitados, ser los más beneficiados.

Para articular de algún modo esa discriminación positiva hemos creado este instrumento, provisional, abierto a sugerencias, pero que necesitamos ya para priorizar qué personas se beneficiarán de los servicios de la red.

En principio, el **baremo solo se necesitará en las actividades que estén saturadas y tengan lista de espera**. Si no hay lista, todos los vecinos de La Fresneda, Soto y Pruvia, que tengan su médico en el Centro de Salud, pueden beneficiarse de ellas.

Este cuestionario puedes cumplimentarlo directamente o con la ayuda de tu enfermera, que en cualquier caso, ratificará las respuestas después de que lo hayas entregado en el Centro de Salud. **Su contenido es absolutamente confidencial**, y deberás entregarlo en un sobre cerrado para tu enfermera (el sobre te lo preparamos sobre la marcha en la unidad administrativa). Si por la razón que sea, que no necesitas explicar, **no deseas contestar a algunas de las preguntas**, no te preocupes, no es obligatorio. Se te asignará una puntuación intermedia, estándar para esa pregunta.

Si tienes dudas, también **puedes llamar a tu enfermera** pidiendo información para cumplimentar cualquier apartado. Puedes también cubrir los demás y dejar los relativos a enfermedades, etc. para que los cubra tu enfermera basándose en la historia clínica.

Al final, si lo cubriste entero, puedes tú mismo/a **sumar todos los puntos** que te hayan salido en todos los apartados y esa será **tu puntuación RSS**.

DATOS PERSONALES:

Nombre:

Apellidos:

Fecha de nacimiento:

Dirección:

Nombre de tu médico:

Nombre de tu enfermera:

Teléfono fijo:

Teléfono móvil:

Correo electrónico:

Nos permitirá enviarte información interesante (si tú lo deseas) sobre temas de salud, sobre actividades de nuestra red comunitaria y del Consejo de Salud, sobre nuevos servicios en el Centro de salud, podrás dar tu opinión sobre posibles actuaciones comunitarias, etc.

ACTIVIDAD EN LA QUE QUIERO PARTICIPAR:

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Reiki (Marta) | <input type="checkbox"/> Danzas del mundo |
| <input type="checkbox"/> Reiki (Emilio) | <input type="checkbox"/> Baile de salón |
| <input type="checkbox"/> Relajación creativa – grupo (Lourdes) | <input type="checkbox"/> Lactancia y crianza |
| <input type="checkbox"/> Masaje craneal relajante (Agustín) | <input type="checkbox"/> Alimentación |
| <input type="checkbox"/> Masaje / Reiki (Fernanda) | <input type="checkbox"/> Dejar de fumar |
| <input type="checkbox"/> Toque cuántico (Tania) | <input type="checkbox"/> Apoyo psico-social |
| <input type="checkbox"/> Espacio de relajación – grupo (Emilio) | <input type="checkbox"/> Apoyo a mujeres con cáncer de mama |
| <input type="checkbox"/> Taichi | <input type="checkbox"/> Manualidades - Encuentros |
| <input type="checkbox"/> Yoga | <input type="checkbox"/> Apoyo a cuidadores de personas mayores (A domicilio / C. Salud) |
| <input type="checkbox"/> Pilates | <input type="checkbox"/> Grupo medio ambiente (huertos comunitarios) |
| <input type="checkbox"/> Fitness step | |

BAREMO. Pon una cruz (x) en los espacios entre paréntesis que correspondan:

- Si tienes alguna **ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR** (insuficiencia cardíaca, cardiopatía isquémica, ictus incluso transitorio, claudicación intermitente, impotencia no psicógena): () **5 puntos.**

- **FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR**, como hipertensión (>140/90) (), colesterol alto (>250) (), obesidad (), tabaco (), glucemia basal alterada ().

*Aclaración: Aunque lo tengas controlado (por ejemplo con un medicamento para la tensión) pon la cruz en el apartado correspondiente. (1 punto por cada factor). **Total puntos:***

- **CANCER** de cualquier tipo y estadio, (excluidos carcinomas epidermoides de piel):

- En tratamiento en la actualidad o en los últimos 5 años: () **6 puntos**
- Pasado hace más de 5 años: () **4 puntos.**

- **SUFRIMIENTO psíquico o psicosomático** que generó al menos dos consultas médicas en los últimos 6 meses (excluidas recetas), o derivación a salud mental o baja laboral:

- En situación de descompensación muy **aguda y reciente**: () **6 puntos**
- Si tiene carácter **crónico**: () **4 puntos**

- **ENFERMEDAD CRÓNICA** (excepto cardiovascular y cáncer) que reduce la funcionalidad o la calidad de vida (artrosis severa, artritis reumatoide, fibromialgia, EPOC, etc.): () **4 puntos**

- **EDAD:** >40: () **1 punto.** >60: () **2 puntos.** >80: () **3 puntos**

- **NIVEL DE ESTUDIOS** (Rodea con un círculo la puntuación que te corresponde):

5 puntos: Sin estudios o estudios primarios incompletos: menos de 6 años o cursos de primaria aprobados

4 puntos: Estudios primarios completos: 6º EGB aprobado, Certificado de Escolaridad, 6 años o cursos de primaria aprobados

3 puntos: Estudios secundarios 1ª etapa: 8º EGB aprobado, Graduado Escolar, Bachillerato Elemental, Formación Profesional de 1º Grado o Ciclos Formativos de Grado Medio aprobados, ESO aprobada, 4 años o cursos de secundaria aprobados

2 puntos: Estudios secundarios 2ª etapa: BUP, Bachillerato Superior, Bachillerato LOGSE, COU, Preu o FP

1 punto: 2º Grado o Ciclos Formativos de Grado Superior, 5 o más años o cursos de secundaria aprobados

0 puntos: Estudios universitarios medios (diplomatura, magisterio...) y estudios universitarios superiores

- **APOYO EMOCIONAL** Pon una cruz (x) en los espacios entre paréntesis que correspondan:

¿Cuántas personas viven contigo en casa?

- Vivo solo () **3 puntos**
- Vivo con una o más personas () **0 puntos**

¿En general, tú dirías que su vida social es?:

1. Insatisfactoria por completo () **4 puntos**
2. Poco satisfactoria () **2 puntos**
3. Satisfactoria () **0 puntos**
4. Muy satisfactoria () **0 puntos**
5. NS-NC () **0 puntos**

Se debe elegir una única respuesta. La pregunta hace referencia a la auto-percepción de la situación general de la persona en relación a la vida social, independientemente de que en el día de la entrevista se sienta mejor o peor.

Entre las personas cercanas a ti, ¿hay algunas con las que puedes hablar en cualquier momento sobre problemas muy personales?:

1. No, nadie () **4 puntos**
2. Sí, una persona () **0 puntos**
3. Sí, diversas personas () **0 puntos**
4. NS/NC () **0 puntos**

Se debe elegir una única respuesta. La pregunta hace referencia a si la persona tiene algún familiar, pariente o amigo con quién hablar para contarle problemas o cuestiones personales o íntimas. Se deben excluir relaciones profesionales (médicos/as, asesores/as, psicólogos/as, trabajador/a social, etcétera).

- **NIVEL SOCIOECONOMICO:** Es muy importante que las familias con menos recursos, desempleo, etc. tengan prioridad porque todo eso les afecta negativamente a la salud. Por eso te hacemos estas **dos preguntas**, una sobre la renta familiar y otra sobre los metros cuadrados de la vivienda. Recuerda que el contenido de esta encuesta **es confidencial**, como cualquier otro documento de tu historia clínica. **Puedes contestar una, las dos o ninguna.** Te asignaremos la puntuación más alta que tengas en cualquiera de las dos. Pon una cruz (x) en los espacios entre paréntesis que correspondan (**si no contestas ninguna, no hay problema**, la puntuación en este apartado será 0 puntos):

RENTA FAMILIAR: (ingresos totales de la unidad familiar divididos por el número de convivientes en la casa). **Recuerda que no tienes obligación de contestar si no lo deseas.**

<300 euros/persona y mes	() 5 puntos
300-400 euros/persona y mes	() 4 puntos
400-500 euros/persona y mes	() 3 puntos
500-600 euros/persona y mes	() 2 puntos
600-800 euros/persona y mes	() 1 punto
>800 euros/persona y mes	() 0 puntos

TAMAÑO DE LA VIVIENDA, en metros cuadrados de superficie útil:

40 m ² o menos:	() 6 puntos
41 a 60 m ² :	() 4 puntos
60 a 90 m ² :	() 2 puntos
90 a 120 m ² :	() 1 punto
>120 m ² :	() 0 puntos

- **POR SER PROMOTOR COMUNITARIO DE SALUD** (liderar o colaborar en alguno de los grupos de nuestra red comunitaria o bien tener un familiar de primer grado en nuestra red): () **6 puntos.**

- **POR TIEMPO DE ESPERA PARA UN SERVICIO DE LA RED:** Por cada mes, **dos puntos** adicionales (a actualizar en administración una vez al mes, sobre la puntuación inicial obtenida. Por favor, llama tú para recordar que actualicen mensualmente tu puntuación).

Puntuación total: puntos

Doy mi palabra sobre la veracidad de las respuestas dadas a este cuestionario.

Firmado:

Revisado por profesional sanitario. Puntuación final: puntos

Firmado:

Fecha: