

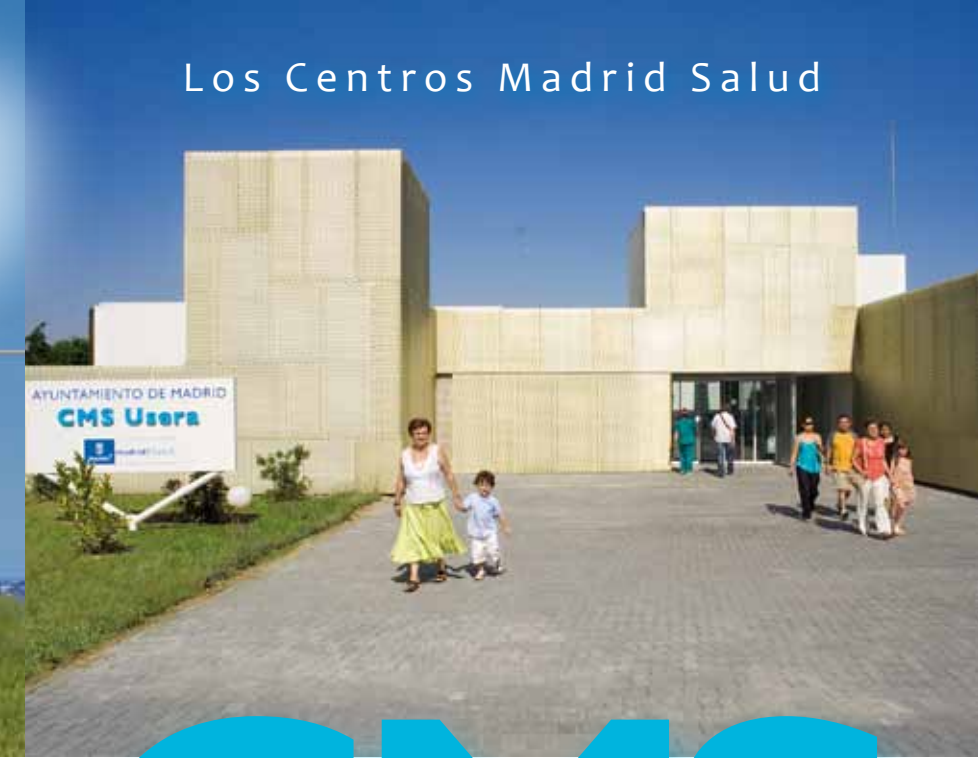


La ¡Estrategia gente saludable! 2010-2015



¡Estrategia
gente + **saludable!**
2010-2015

Juntos, por una ciudad
cada vez más saludable



Los Centros Madrid Salud

CMS

Centros municipales
especializados en la
prevención y promoción
de la salud en la ciudad
de Madrid

¡Estrategia
gente + **saludable!**
2010-2015

+ Información en:
010
madridsalud.es
madrid.es



A y u n t a m i e n t o d e M a d r i d

Más salud = Más calidad de vida

Mantener un buen estado de salud viene determinado por múltiples variables que incluyen el diseño urbano, el medio ambiente, la atención social, la prevención de la dependencia, la seguridad de los alimentos, las condiciones económicas, el estilo de vida o las oportunidades para mantener hábitos saludables como el ejercicio físico.

La ¡Estrategia gente saludable! 2010-2015 es una iniciativa del Ayuntamiento de Madrid, impulsada desde su organismo autónomo Madrid Salud, que pretende coordinar esfuerzos de toda la red de servicios municipales y entidades externas, cuyo trabajo está relacionado directa o indirectamente con la salud de los ciudadanos.

Los CMS son los centros que desarrollan la ¡Estrategia gente saludable! 2010-2015

Cada CMS del Ayuntamiento de Madrid desarrolla un proyecto de centro específico, en el que adapta los programas de prevención y promoción de la salud a las necesidades de los habitantes de ese distrito y a las características de sus equipos profesionales.

Los CMS constituyen espacios abiertos a todas las colaboraciones cuyo objetivo sea hacer de **Madrid, una ciudad de gente saludable.**

Desde los CMS queremos dedicar nuestros esfuerzos especialmente

... a prevenir:

- La obesidad y la diabetes.
- El tabaquismo.
- El embarazo no planificado.
- Los problemas asociados a la sexualidad.
- La ansiedad, la depresión y el estrés.
- El maltrato y la violencia.
- La discapacidad, la dependencia y el aislamiento social del anciano.

... y a promocionar:

- Una alimentación sana.
- La realización de una actividad física regular.
- El abandono del consumo de tabaco.
- La salud sexual y reproductiva.
- Las capacidades, los sentimientos, los vínculos y los entornos adecuados para la salud mental.
- El envejecimiento activo y saludable.
- Una vivencia saludable de la maternidad y la paternidad.
- Entornos y ambientes que favorezcan la adopción de hábitos y estilos de vida saludables.



A y u n t a m i e n t o d e M a d r i d
Instituto de Salud Pública

¿Qué son los CMS?

Los Centros Madrid Salud (CMS) son **centros municipales especializados en la promoción de la salud y en la prevención de las enfermedades y otros problemas de salud**. Por lo tanto, su objetivo no es tratar la enfermedad (algo que ya hacen los centros de atención primaria o especializada), sino que se centran en prevenirla y en ayudar a las personas, los grupos y las comunidades a conseguir estilos y condiciones de vida saludables.

El Ayuntamiento de Madrid pone al servicio de los madrileños una red de dieciséis CMS y ocho centros monográficos especializados, repartidos por la ciudad, dotados de una plantilla multidisciplinar formada por profesionales de la medicina, especialistas en ginecología, psiquiatría, pediatría, psicología o enfermería, además de trabajadores sociales, auxiliares sanitarios y administrativos.



¿Cómo actúan los CMS?

Mediante...

- La educación para la salud.
- El apoyo profesional para que las personas puedan cuidarse, cambiar los hábitos nocivos y disfrutar de su salud.
- La asesoría a los docentes y a los padres en el proceso educativo.
- El apoyo a las personas que se dedican al cuidado de enfermos crónicos y ancianos.
- La promoción de la ayuda mutua, las alianzas entre organizaciones y colectivos, y la cohesión social para enfrentarse a los riesgos para la salud.
- La detección precoz de situaciones de riesgo, tanto individuales (por ejemplo: prediabetes, alteraciones sensoriales y problemas de memoria en ancianos, maltrato y violencia, etc.) como comunitarias (por ejemplo: riesgos ambientales).
- La adecuada derivación de aquellos problemas que deban ser atendidos en la red asistencial.
- El aporte de información sobre los efectos en la salud y la asesoría técnica a los agentes y las instituciones que toman decisiones en políticas públicas que tienen impacto sobre la salud.

¿Dónde actúan los CMS?

Nuestras intervenciones se realizan en:

- Consultas individuales.
- Actividades en grupos.
- Actividades comunitarias (en el barrio, en centros educativos y culturales, en centros de mayores, con asociaciones de vecinos y de inmigrantes, en ONG's, etc.).

Programas de actuación

Estas intervenciones de los CMS se organizan mediante nueve programas marco:

- Programa de alimentación y actividad física.
- Programa de salud sexual y reproductiva.
- Programa de prevención y promoción de la salud en el ámbito educativo.
- Programa de envejecimiento activo y saludable.
- Programa de salud materno-infantil.
- Programa de prevención y control del tabaquismo.
- Programa de desigualdades sociales en salud.
- Programa de psicohigiene.
- Programa de entorno urbano y salud.

¿Qué son los Centros Madrid Salud?

¿Dónde puedes encontrarnos?



Districtos de la ciudad de Madrid

Indica la situación geográfica del CMS

Servicio de Prevención y Promoción de la Salud y Salud Ambiental

C/ Juan Esplandiú nº 11-13, 1ª planta.
28007 Madrid. Tel.: 91 480 13 86/87.
mspprevencion@munimadrid.es

Centros Madrid Salud (CMS)

ARGANZUELA	C/ Concejal Benito Martín Lozano, 1. 28005 Madrid	91 354 17 84 / 85
CARABANCHEL	C/ Eugenia de Montijo, 90. 28025 Madrid	91 360 22 00 / 91 369 60 72
CENTRO	C/ Navas de Tolosa, 10 - 1ª. 28013 Madrid	91 588 96 60 / 61
CHAMBERÍ	C/ Rafael Calvo, 6. 28010 Madrid	91 588 67 83 / 84
CIUDAD LINEAL	Plza. Agustín González, 1. 28017 Madrid	91 406 15 78
FUENCARRAL	Avda. Monforte de Lemos, 38. 28029 Madrid	91 588 68 71 / 73
HORTALEZA	C/ Juan Clemente Núñez, 3. 28043 Madrid	91 748 91 97 / 92 07
LATINA	Pº Extremadura, 147. 28011 Madrid	91 464 99 72 / 91 479 46 66
RETIRO	C/ Gobernador, 39. 28014 Madrid	91 360 15 30 / 91 369 77 21
SAN BLAS	C/ Pobladora del Valle, 11. 28037 Madrid	91 760 96 47 / 56
TETUÁN	C/ Aguiléas, 1. 28029 Madrid	91 588 66 75 / 89
USERA	C/ Avena (esquina C/ Heno). 28026 Madrid	91 460 98 50 / 71 99
PUENTE DE VALLECAS	C/ Concordia, 15. 28053 Madrid	91 588 60 16
VILLA DE VALLECAS	C/ Sierra Gador, 68. 28031 Madrid	91 380 79 10 / 91 779 13 12
VICALVARO	C/ Calahorra, 11 bis. 28032 Madrid	91 775 32 60 / 62
VILLAVERDE	Avda. de la Felicidad 17. 28041 Madrid	91 318 88 27

Centros monográficos

BUCODENTAL	Cra. S. Francisco, 16. 28005 Madrid	91 354 06 52
CENTRO JOVEN	C/ Navas de Tolosa, 8. 28013 Madrid	91 588 96 77 / 78
HÁBITOS SALUDABLES	C/ Navas de Tolosa 10. 28013 Madrid	91 588 90 63
ESPECIALIDADES MÉDICAS	C/ Montesa, 22. 28006 Madrid	91 588 51 00 / 06
DIAGNÓSTICO POR IMAGEN	C/ Montesa, 22. 28006 Madrid	91 588 51 12 / 13
SALUD INTERNACIONAL	C/ Montesa, 22. 28006 Madrid	91 588 59 60 / 49
PREVENCIÓN DEL DETERIORO COGNITIVO	C/ Montesa, 22. 28006 Madrid	91 588 59 60 / 49
APOYO A SEGURIDAD	Cra. Dehesa de la Villa, 1. 28040 Madrid	91 318 88 27