

"HOUSTON, TENEMOS UN PROBLEMA"



Transforma tu Centro con Actividad Física Online: Propuesta de intervención PowerONyou

Fidel Pernía Serrano, Gonzalo Morales León, Álvaro López-Moral.
Universidad Pablo de Olavide

Los trastornos mentales graves (TMG) son una de las principales causas de **muerte** y **discapacidad** en el mundo. Con una tasa de **mortalidad** 2.22 veces mayor que la población general, estas condiciones no solo afectan la salud, sino que también imponen una carga económica devastadora, estimada en **2.5 billones** de dólares en 2010 y proyectada a **duplicarse** para **2030**. En España, la **falta** de **recursos** y **presupuesto** en los centros de salud mental **limita** gravemente la capacidad de **ofrecer programas** de **actividad física**, esenciales para mejorar la **calidad** de **vida** de las personas con TMG



¿Quieres ser parte de la solución para reducir la alta mortalidad y la carga económica de los trastornos mentales graves mejorando la calidad de vida de quienes los padecen?



"PowerOnYou" AND "AEESME" AND "Solutions for TMG" X

Search

Advanced Create alert Create RSS

User Guide

Save

Email

Send to

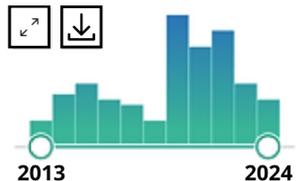
Sort by:

Power On You

AEESME ANDALUCÍA

MY NCBI FILTERS

RESULTS BY YEARS



POWER ON YOU TEXT AVAILABILITY

- 10 años investigando en Salud Mental y ejercicio.
- Siendo pioneros en España.
- Trabajando con los mejores investigadores a nivel mundial sobre "Ejercicio como Medicina en TMG".
- Integrando con éxito programas de ejercicio físico en centros y fundaciones de salud mental (como FAISEM o el SAS).
- Consiguiendo casi un millón de euros en proyectos y contratos de investigación.

Revolucionando la Salud Mental: Objetivos Claves de Nuestra Intervención Online

On You P., Power OY, Youon P.

XI Encuentro de Enfermería de Salud Mental AEESME 2024 Jun; 33(1): 30-40. Doi: 67.77858/fid_26

La **propuesta** de **intervención** online para personas con **TMG** busca mejorar la **calidad de vida** y **salud** a través de la **actividad física**, fomentar la **adherencia** mediante apoyo social, ampliar el alcance usando **plataformas online** y reducir la carga económica y social de estos trastornos.

Innovación Digital en Salud: Metodología del Programa PowerONyou

On You P., Power OY, Youon P.

XI Encuentro de Enfermería de Salud Mental AEESME 2024 Jun; 33(1): 30-40. Doi: 67.77858/fid_26

El programa se estructura en ciclos de 2 semanas durante 12 semanas, con sesiones en vivo a través de plataformas como Zoom y el uso de grupos de WhatsApp para comunicación continua con los sujetos. Los participantes se organizan en grupos rotativos para fomentar nuevas interacciones y mantener el interés por la práctica de actividad física. Los monitores de los centros de salud proporcionan asistencia, asegurando la correcta realización de los ejercicios. Por otro lado, se plantea un proyecto paralelo de gamificación para mejorar la adherencia al programa, utilizando objetivos semanales, haciendo especial énfasis en el factor social.

Impacto Transformador: Desarrollo y Resultados Esperados del Programa

On You P., Power OY, Youon P.

XI Encuentro de Enfermería de Salud Mental AEESME 2024 Jun; 33(1): 30-40. Doi: 67.77858/fid_26

Aún no tenemos resultados puesto que no se ha llevado aun a la práctica. Lo que sí tenemos y podemos ofrecerte es un curso exclusivo sobre cómo utilizar el ejercicio físico como medicina en la Salud Mental.

Nos quedan solo **16 plazas** disponibles. A solo 60€ y en tan solo **2 días**, el valor que obtendrás es incalculable. No pierdas esta oportunidad de cambiar vidas. ¡Únete y transforma!

Haz clic en el enlace para asegurar tu lugar ahora.

[CLICK AQUÍ](#)



Proyecto PID2020-118262RB-I00 financiado por



Red de investigación sobre promoción de la actividad física y la salud en personas con Trastorno Mental Grave



XI ENCUESTRO DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL AEESME / ANDALUCÍA

