**A green circle with white text

Description automatically generated**

Visión general de Mensajero de Salud

# ¿Quién es un Mensajero de Salud?

Un Mensajero de Salud es un atleta de Olimpiadas Especiales que ha recibido formación para actuar como **líder, educador, defensor y modelo de salud y bienestar** dentro de su comunidad y fuera de ella.

# ¿Por qué son necesarios los Mensajeros de Salud?

Las Personas con discapacidad intelectual se enfrentan a muchas barreras para acceder a una asistencia sanitaria y unos servicios de calidad. Como consecuencia, se enfrentan a disparidades sanitarias y mueren en promedio entre 16 y 20 años antes que las personas sin discapacidad intelectual.

Para crear sistemas sanitarios integradores, hay que incluir a las Personas con discapacidad intelectual en la conversación.

Entre los objetivos de la formación de Mensajeros de Salud figuran:

* proporcionar a los atletas un conjunto de habilidades técnicas que mejoren su capacidad para ser líderes y defensores de sí mismos y de los demás en todos los aspectos de la salud (por ejemplo, salud, estado físico, con los proveedores de atención sanitaria),
* capacitar a los atletas para que defiendan las necesidades sanitarias de las Personas con discapacidad intelectual, y
* promover el conocimiento de la salud por parte de los atletas y el cambio hacia conductas saludables.

# ¿Qué incluye la formación?

Las formaciones de Mensajeros de Salud de Olimpiadas Especiales se centran en tres resultados: **capacitación, Liderazgo e impacto en la comunidad.** Después de estas formaciones, los Mensajeros de Salud están totalmente preparados para guiar a sus equipos, familias, amigos y comunidades en la búsqueda de estilos de vida saludables, y para abogar por que los proveedores de atención sanitaria y los gobiernos adopten políticas inclusivas en materia de salud, servicios de bienestar, educación y recursos para las Personas con discapacidad intelectual.

La Evaluación Unica en Salud (SHE) pregunta (y ha preguntado) en años anteriores sobre el número de atletas formados como nuevos Mensajeros de Salud. A diferencia de otras áreas de la programación de Olimpiadas Especiales, Special Olympics, Inc. no había publicado directrices sobre lo que significa formar a un atleta como nuevo Mensajero de Salud. Como resultado, ha habido mucha variación en todo el mundo.

Para garantizar que todos los atletas que sean contados y reconocidos como Mensajeros de Salud tengan un nivel mínimo de formación, Special Olympics, Inc. está aplicando las ***Nuevas Normas Mínimas de Formación para Mensajeros de Salud*** que se indican a continuación.

# Nuevas normas mínimas de formación para Mensajeros de Salud

**Los atletas reportados como nuevos Mensajeros de Salud que fueron entrenados a partir del 1 de octubre de 2022 deben haber completado un entrenamiento que cumpla con los Estándares Mínimos de Entrenamiento para Nuevos Mensajeros de Salud.** Para distinguir esta formación de otras formaciones que los Programas puedan estar impartiendo a Mensajeros de Salud, también se puede denominar formación "Convertirse en Mensajero de Salud".

## Requisito 1 - Tiempo

La formación debe incluir al menos 8 horas de formación activa.

* Estas horas pueden ser presenciales o virtuales, pero no deben incluir el tiempo asignado a las pausas o al almuerzo, a menos que también se trabaje durante esas sesiones.
* No es necesario que las horas de formación se impartan de forma consecutiva; pueden dividirse en varios días o semanas.

## Requisito 2 - Temas

Los siguientes temas deben cubrirse durante al menos el periodo de tiempo indicado:

Los siguientes temas deben cubrirse durante al menos el periodo de tiempo indicado:

|  |  |
| --- | --- |
| **Tema** | **Tiempo mínimo** |
| Introducción a la Salud en Olimpiadas Especiales y el papel del Mensajero de Salud | 1 hora |
| Disparidades en la salud de las Personas con discapacidad intelectual | 1 hora |
| Actividad física | 1 hora |
| Nutrición | 1 hora |
| Salud emocional | 1 hora |
| Comunicaciones | 1 hora |
| Abogacía | 1 hora |

Observará que estos tiempos mínimos suman 7 horas de entrenamiento activo. Eso deja un mínimo de 1 hora para que los Programas añadan tiempo adicional o temas que se adapten a las necesidades de sus atletas.

## Requisito 3 - Registro

Todos los Mensajeros de Salud recién formados deben estar registrados en la Base de Datos de Mensajeros de Salud de Special Olympics, Inc. (utilizando el Formulario de Información de Mensajeros de Salud) para que un Programa pueda contabilizarlos como recién formados. Los Programas seguirán informando del número de nuevos Mensajeros de Salud formados en la Evaluación Unica en Salud (EUS). Special Olympics, Inc. cotejará las cifras comunicadas en la SHE con las cifras registradas en la Base de Datos de Mensajeros de Salud para el periodo correspondiente. Se podrá solicitar a los Programas que revisen la información comunicada a través del número de SHE o que garanticen el registro de sus atletas en la Base de Datos.

**Actualmente, el formulario de información para Mensajeros de Salud existe en** [**inglés**](https://app.smartsheet.com/b/form/0e1be8a1b99d41b0b43530771e890c1c) **y en** [**español**](https://app.smartsheet.com/b/form/dc76b41833774271a02ce27021844508)**.**

## Requisito 4 - Planificación de la activación

Planificar una activación consiste en planificar una activación de Mensajeros de Salud (Requisito 5). Una activación puede ser menos elaborada/complicada que el requisito de práctica anterior, que muchos atletas y Programas consideraron intimidante o abrumador.

La planificación de la activación puede formar parte de la formación o realizarse en llamadas/reuniones separadas. Un miembro del equipo del Programa OE del Mensajero de Salud debe participar en esta sesión de planificación junto con el Mensajero de Salud y su Mentor. Para los Mensajeros de Salud que no tienen en mente una forma específica en la que les gustaría ser activados, el miembro del equipo de OE puede ayudar a proporcionar ideas y oportunidades para la activación dentro de las actividades planificadas del Programa y/o alineadas con áreas prioritarias o estratégicas.

La idea de pasar de una Práctica a una Activación es reconocer que algunos Mensajeros de Salud tal vez no se sientan aún preparados para "dar el paso" y prefieran practicar sus habilidades con más orientación y estructura.

**Los Programas deben ser muy cuidadosos para evitar el tokenismo en el plan de activación. Si un atleta está preparado para planificar su propia activación, sígale la corriente. Si un atleta aún desea más apoyo, prepárese para hablar de diferentes opciones para que el atleta aún tenga la oportunidad de elegir cómo le gustaría ser activado.**

## Requisito 5 - Activación

# Todos los Mensajeros de Salud recién formados deben ser activados al menos una vez durante el primer año tras completar la formación didáctica. Esta activación debe comunicarse a Special Olympics, Inc. mediante el FORMULARIO.

En el plazo de un año desde su formación, cada Mensajero de Salud debe ser activado. Para ello trabajarán en estrecha colaboración con su Programa de Olimpiadas Especiales. La activación da a los Mensajeros de Salud la oportunidad de poner en práctica lo aprendido en la formación y de demostrar su capacidad de liderazgo. Algunos ejemplos de activación de Mensajeros de Salud son:

* Dirigir un reto de fitness o bienestar
* Acoger actividades sanitarias, como una demostración de cocina para elaborar recetas sanas y sencillas.
* Participar en una reunión con responsables sanitarios
* Participar en entrevistas en medios de comunicación relacionados con la salud en las que se hable de una nueva iniciativa sanitaria.

## Requisito 6 - Evaluación

Los Programas deben asegurarse de que los nuevos Mensajeros de Salud rellenen los tres formularios de evaluación de la formación. Estos formularios de evaluación son:

* ****[Pre-test,](https://specialolympics.qualtrics.com/jfe/form/SV_eJUs03e5lSIk3VI)
* [Post-test para inmediatamente después de la formación](https://specialolympics.qualtrics.com/jfe/form/SV_06tmoK3nMZxKMVo), y
* [Post.post-test durante 3 meses después de la formación](https://specialolympics.qualtrics.com/jfe/form/SV_ePXcjlINGTRzWom).

Estas evaluaciones deben completarse electrónicamente (a través de los enlaces anteriores y en la página de recursos de Mensajeros de Salud). Los Programas pueden considerar los costos de contratar a un consultor para introducir estos datos en su Beca de Impacto en la Salud (HIG).

En circunstancias muy limitadas y por razones de peso, Special Olympics, Inc. considerará la posibilidad de ayudar a los Programas/Regiones a introducir los datos de los formularios de evaluación en papel escaneados. Para ello, póngase en contacto con el equipo de [Pilar](mailto:healthmessenger@specialolympics.org) 4: [healthmessenger@specialolympics.org.](mailto:healthmessenger@specialolympics.org)

# Recursos de formación

[Aquí](https://resources.specialolympics.org/health/health-messenger) puede acceder a todos los recursos de formación de Mensajeros de Salud.

****El símbolo de la izquierda aparece a lo largo de este documento cuando se hace referencia a un recurso de formación. Algunos recursos de formación están enlazados directamente en este documento.

****

El símbolo aparece en rojo cuando el recurso de formación debe descargarse directamente del sitio de recursos de Mensajero de Salud.