

EN EL SCTG SABEMOS QUE EL AUTOCUIDADO TIENE UN PODER TRANSFORMADOR PARA:

PERSONAS

El autocuidado es fundamental para avanzar en la atención sanitaria centrada en las personas. Al reconocer el derecho de las personas a tomar decisiones y emprender acciones para salvaguardar su propia salud, el autocuidado fomenta la autonomía y la capacidad de acción, y ofrece nuevas formas de llevar una vida saludable. El autocuidado puede ser realmente transformador para las poblaciones vulnerables que tienen dificultades para acceder a la atención médica.

SISTEMAS DE SALUD

Los sistemas sanitarios más sólidos del mundo reconocen que el autocuidado es una parte esencial del sistema de atención de la salud. Estos sistemas de salud apoyan a los proveedores para que colaboren con sus pacientes y se aseguren de que tienen los conocimientos, las herramientas y los recursos necesarios para cuidarse a sí mismos después de salir de la clínica, permitiendo a su vez que los proveedores centren su tiempo y atención en los pacientes con mayores necesidades.

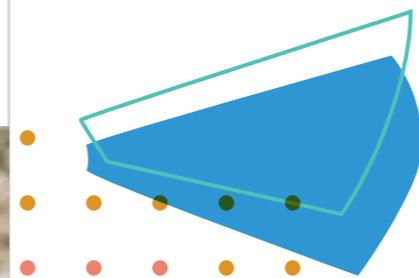


COBERTURA SANITARIA UNIVERSAL

El autocuidado puede acelerar el progreso hacia la cobertura sanitaria universal al ampliar el acceso a los servicios sanitarios para las poblaciones vulnerables, abriendo así los puntos de entrada al sistema sanitario. Un número creciente de intervenciones de autocuidado puede aumentar el acceso a la atención sanitaria de calidad si se pone a disposición de los individuos y es asequible.

DESARROLLO GLOBAL

Aprovechar el autocuidado como intervención puede contribuir a promover los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en materia de salud (ODS 3), la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres (ODS 5), y reducir las desigualdades dentro de los países (ODS 10).



ÚNASE
AL MOVIMIENTO
#AUTOCUIDADOPARACSU

- selfcaretrailblazers.org
- secretariat@selfcaretrailblazers.org
- [@SelfCare4UHC](https://twitter.com/SelfCare4UHC)
- [Self-Care Trailblazer Group](https://www.linkedin.com/company/self-care-trailblazer-group/)



**MOVIMIENTO
DE AUTOCUIDADO MUNDIAL**
PARA COBERTURA SANITARIA UNIVERSAL



¿QUÉ ES EL AUTOCUIDADO?

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define al autocuidado como “la capacidad de las personas, familias y comunidades para promover y mantener la salud, prevenir y hacer frente a enfermedades y discapacidades con o sin el apoyo de un prestador de atención de salud”. El autocuidado permite a los individuos ejercer una mayor autonomía, poder y control de su salud, y mejorar su salud y bienestar.

ACERCA DE SELF-CARE TRAILBLAZER GROUP

El Self-Care Trailblazer Group (SCTG) es una coalición mundial dedicada a ampliar la práctica segura y eficaz del autocuidado para que las personas puedan gestionar mejor su propia salud, se mejoren los resultados sanitarios y los sistemas de salud estén mejor equipados para lograr la cobertura sanitaria universal (CSU). El SCTG visualiza un mundo en el que la práctica del autocuidado conduce a un enfoque más inclusivo, equitativo y centrado en las personas para optimizar la salud y el bienestar en todo el mundo. El SCTG reúne a las partes interesadas de una serie de organizaciones asociadas para promover el debate sobre el autocuidado.

El SCTG está formado por más de 220 organizaciones asociadas y unos 200 miembros individuales que representan a más de 60 países, de los cuales el 60 % procede del Sur global. Siempre buscamos aumentar nuestra membresía con activistas del autocuidado. Si está interesado en ser miembro, [regístrate aquí](#).

POR QUÉ ES TAN NECESARIO EL AUTOCUIDADO



3.8 MIL MILLONES DE PERSONAS

la mitad de la población mundial, no tienen acceso a los servicios sanitarios esenciales¹



218 MILLONES DE MUJERES

en edad reproductiva no tienen cubiertas sus necesidades de anticoncepción moderna²



100 MILLONES DE PERSONAS

caen en la pobreza extrema cada año debido a los gastos sanitarios



18 MILLONES MÁS

de trabajadores sanitarios son necesarios para 2030 para evitar la escasez mundial



MÁS DE 12 MILLONES DE PERSONAS

de entre 30 y 69 años de los países de ingresos bajos y medios mueren de forma prematura por enfermedades no transmisibles³



MÁS DE 1 MILLÓN

de infecciones de transmisión sexual (ETS) se contagian cada día en todo el mundo⁴

ESTAMOS TRABAJANDO PARA AFRONTAR ESTOS DESAFÍOS

El SCTG trabaja para resolver los problemas de acceso a una atención sanitaria asequible y de calidad, mejorando la comprensión y el acceso al autocuidado. El trabajo de la coalición se centra en las siguientes áreas.

Pruebas e investigación: El SCTG contribuye, desarrolla y promueve la obtención de pruebas para llenar los vacíos de información que se necesitan para acelerar la política y la práctica del autocuidado, y para fomentar la base de pruebas para el autocuidado como una vía para lograr la cobertura sanitaria universal.

Promoción y comunicación a nivel mundial: El SCTG refuerza el apoyo y mitiga la oposición al autocuidado informando, comprometiéndose y aumentando las asociaciones con organismos mundiales y regionales y socios estratégicos para garantizar que el autocuidado se incluya en las resoluciones de atención primaria y de CSU, en las estrategias mundiales y en la financiación.

Promoción y responsabilidad nacional: El SCTG proporciona oportunidades para que los miembros compartan las prácticas de promoción y responsabilidad, y las lecciones aprendidas para promover el autocuidado a nivel nacional y subnacional.

Aprendizaje compartido: El Laboratorio de Aprendizaje del SCTG organiza eventos y seminarios web, y ofrece una serie de oportunidades, como la Serie de Aprendizaje y Descubrimiento del Autocuidado, para que los miembros se relacionen, aprendan y comparten experiencias y pruebas entre sí.

Visite selfcaretrailblazers.org para obtener más información sobre las áreas de interés de SCTG.

1. datacatalog.worldbank.org/dataset/financial-protection-health-global-monitoring-data-2019

2. www.guttmacher.org/fact-sheet/investing-sexual-and-reproductive-health-low-and-middle-income-countries

3. www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases

4. [www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/sexually-transmitted-infections-\(stis\)](http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/sexually-transmitted-infections-(stis))