

PROSPECTO

“KIT DE ACCIÓN COLECTIVA: CONSTRUYENDO COMUNIDADES TRANSFORMADORAS”

(Leer detenidamente antes de iniciar su uso colectivo)

Queremos dar las gracias de todo corazón a las más de 600 personas que han hecho posible este proceso: colectivos sociales, comunidades educativas, profesionales del ámbito social y sanitario, voluntariado, especialistas e instituciones públicas. Vuestra generosidad y compromiso han sido esenciales para seguir construyendo salud comunitaria y avanzar hacia los ODS.

Nuestro reconocimiento más profundo es también para el equipo técnico, por su entrega, sensibilidad y profesionalidad, pero sobre todo por la pasión y humanidad con la que han acompañado cada paso. Gracias por transformar los retos en oportunidades y por ser el corazón de este proyecto.

Este kit ha sido realizado por Farmamundi en el marco del proyecto «Activando salud: mapeando y dinamizando recursos locales para el cumplimiento de los ODS y la Agenda 2030», financiado por el Ministerio de Asuntos Sociales y Agenda 2030. El contenido de esta publicación es responsabilidad exclusiva de Farmamundi. Uso permitido citando la fuente: Farmamundi (2025) Kit de acción colectiva: construyendo comunidades transformadoras.

Farmamundi

En Farmamundi trabajamos para que la salud sea un derecho real y universal. Somos una ONG de cooperación que impulsa proyectos de ayuda humanitaria, desarrollo, educación y defensa del derecho a la salud en distintos lugares del mundo.

Creemos que la salud no es solo ausencia de enfermedad, sino bienestar colectivo, participación activa y justicia social. Por eso, apostamos por procesos sostenibles que fortalecen a las comunidades y promueven una transformación social basada en los derechos humanos.

Este kit se desarrolla en el marco de Activando ODS, una iniciativa de Farmamundi que impulsa la acción ciudadana y la salud comunitaria como motores de cambio hacia un mundo más justo, equitativo y sostenible.

Porque la salud no es un privilegio, sino un derecho.

Composición:

Su fórmula está diseñada para inspirar la creación de entornos saludables, justos y sostenibles, donde todas las personas puedan ejercer su derecho al bienestar. En ella encontramos:

1 cuadernillo introductorio y 8 temáticos que conforman un itinerario flexible.

Una mezcla equilibrada de saberes locales, mirada global y energía transformadora.

Dosis efectivas de participación, cooperación, creatividad y esperanza activa.

Principios activos de salud comunitaria y salud global, entendidas como la capacidad de las personas para cuidarse mutuamente y la interdependencia que nos une más allá de las fronteras.



Indicación terapéutica:

El “Kit de Acción Colectiva” acompaña procesos de transformación social y participación, ofreciendo herramientas, conceptos y recursos prácticos para iniciar, consolidar o reorientar acciones colectivas desde una mirada positiva y transformadora.

Indicado para personas, colectivos y comunidades con síntomas de ganas de mejorar su entorno, fortalecer la salud comunitaria y avanzar hacia los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

Su uso está especialmente recomendado en contextos donde se desee activar la cooperación, potenciar el bienestar común y conectar lo local con lo global.

Modo de empleo:

Tomar sin prisa y en compañía. Se recomienda comenzar por el Cuadernillo 0 y continuar según las necesidades del territorio. Puede combinarse con conversaciones, paseos por el barrio, risas compartidas y ganas de aprender haciendo.

Estructura del kit:

- Prospecto del kit
- Exploramos la Agenda 2030 y los ODS
- La salud, global y colectiva
- Construir comunidad
- Salud comunitaria y acción comunitaria
- El mapeo de activos como estrategia para potenciar la salud comunitaria
- Decálogo de soluciones para seguir avanzando hacia metas compartidas
- Laboratorios de innovación ciudadana
- Cómo integrar los enfoques transversales en propuestas ciudadanas
- Cada cuadernillo propone actividades, reflexiones y ejemplos inspiradores que te permitirán conectar los aprendizajes con la realidad de tu entorno y avanzar paso a paso hacia comunidades más saludables, inclusivas y sostenibles.

Efectos positivos esperados:

Mayor capacidad para ver la salud como un proceso colectivo y transformador.

Fortalecimiento del sentido de comunidad y de los lazos entre vecinas, organizaciones e instituciones.

Incremento de la creatividad y la corresponsabilidad social.

Aprendizaje sobre cómo identificar y potenciar los activos comunitarios.

Integración natural de los enfoques de derechos humanos, género, diversidad, intergeneracionalidad y sostenibilidad ambiental.

Conexión entre los desafíos locales y los Objetivos de Desarrollo Sostenible globales.

Contraindicaciones:

- No se recomienda su uso en soledad prolongada: los efectos se multiplican en grupo.
- Puede provocar entusiasmo contagioso, deseo de implicarse y pérdida temporal del escepticismo.
- En algunos casos, se ha observado una leve tendencia a imaginar futuros mejores y actuar para hacerlos realidad.

Efectos secundarios:

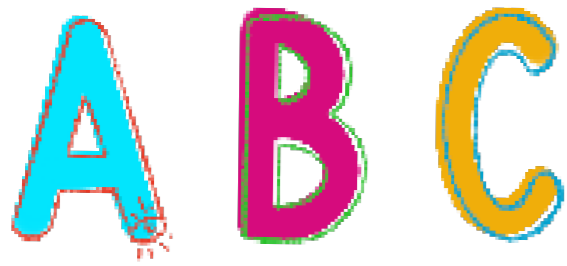
- Mejora del ánimo y aumento de la confianza colectiva.
- Reducción de la sensación de impotencia ante los problemas globales.
- Crecimiento exponencial de las ganas de compartir, aprender y transformar.

Mantener en lugares donde florezcan las ideas, se escuche la diversidad y se cultive el cuidado mutuo.

Advertencia:

Este kit no promete soluciones rápidas, pero sí acompaña procesos profundos, creativos y sostenibles. Su eficacia aumenta con el uso continuado y la práctica colaborativa.

Términos para no perderse en el proceso



- **Salud Comunitaria.** Es la expresión colectiva del bienestar individual y grupal dentro de una comunidad. Su estado está determinado por la interacción entre factores personales, familiares, sociales, culturales y ambientales, así como por el acceso a servicios de salud y la influencia de factores políticos y globales.
- **Salud Comunitaria Basada en Activos (SCBA).** Este modelo de promoción de la salud impulsa la participación y el fortalecimiento de la comunidad, reconociendo la importancia de los determinantes sociales de la salud. Se basa en la equidad y en la creación de condiciones y entornos favorables para que la población identifique sus propios recursos y tome decisiones informadas para mejorar su bienestar.
- **Acción comunitaria.** Algunos autores (Sobrino, Hernán y Cofiño) consideran más apropiado hablar de Acción Comunitaria. Así, el término salud comunitaria se definiría como “acciones para mejorar la salud de la comunidad” o “acciones para mejorar el bienestar de la comunidad”; evitando el uso de un término muy cargado de connotaciones específicamente sanitarias como es el de salud y empleando en su lugar uno mucho más amplio como es el de bienestar. Y enlazado con el anterior concepto aparece el de Desarrollo comunitario basado en Activos (ABCD). A través de metodologías científicas como el análisis, la priorización, la intervención y la evaluación, este enfoque potencia los activos y recursos locales, promoviendo una salud comunitaria más sostenible y resiliente.
- **Promoción de la salud.** Es un proceso intersectorial que trasciende el ámbito sanitario, permitiendo que las personas tomen mayor control sobre su salud y bienestar.

Para lograrlo, se fortalecen sus habilidades y capacidades, y se generan condiciones sociales, sanitarias y ambientales que favorezcan mejores resultados de salud tanto a nivel individual como colectivo.

- **Empoderamiento para la salud.** Se refiere al fortalecimiento de las capacidades personales y colectivas para tomar decisiones informadas y ejercer control sobre la propia salud. Además, fomenta el protagonismo social para impulsar cambios estructurales que mejoren el bienestar de toda la comunidad.
- **Equidad en salud.** Significa garantizar las mismas oportunidades para que todas las personas puedan mantener y mejorar su salud. Para alcanzarla, es fundamental considerar las necesidades específicas de cada grupo poblacional, abordar los determinantes sociales de la salud y distribuir los recursos de manera justa, reduciendo desigualdades y equilibrando el acceso a la salud y el bienestar.
- **ODS y la Agenda 2030.** Adoptados por la ONU en 2015, estos 17 objetivos nos recuerdan que cada acción local suma en la lucha global contra la pobreza, la desigualdad y la degradación ambiental. Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) y la Agenda 2030 son la hoja de ruta para construir un mundo más justo, sostenible y próspero.
- **Determinantes sociales de la salud.** Son las condiciones en las que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, y que influyen de manera decisiva en su estado de salud. Incluyen factores como el nivel educativo, el empleo, los ingresos, el entorno físico, las redes sociales y el acceso a servicios básicos.
- **Participación comunitaria.** Es el proceso mediante el cual las personas y grupos de una comunidad se involucran activamente en la identificación de problemas, la toma de decisiones y la implementación de acciones que afectan su bienestar. Supone corresponsabilidad, diálogo y construcción colectiva.
- **Capital social.** Hace referencia a las redes de relaciones, la confianza y la cooperación que existen dentro de una comunidad.

Este capital favorece la acción colectiva, la solidaridad y la capacidad de respuesta ante desafíos sociales o de salud.

- **Cuidado comunitario.** Conjunto de prácticas, relaciones y saberes compartidos que fortalecen el bienestar colectivo. Pone en el centro la interdependencia y el valor del apoyo mutuo como base para la sostenibilidad de la vida.
- **Intersectorialidad.** Principio que reconoce que la salud y el bienestar dependen de múltiples factores que trascienden el ámbito sanitario. Implica la colaboración entre diferentes sectores (educación, vivienda, medio ambiente, trabajo, cultura, etc.) para abordar de forma integral los determinantes de la salud.
- **Salud planetaria.** Enfoque que vincula la salud humana con la salud de los ecosistemas. Reconoce que el bienestar de las personas depende de la integridad de los sistemas naturales del planeta, promoviendo acciones que cuiden simultáneamente a las personas y al entorno.
- **Resiliencia comunitaria.** Capacidad de una comunidad para afrontar, adaptarse y recuperarse de situaciones adversas (crisis sanitarias, desastres naturales, desigualdades estructurales), fortaleciendo sus vínculos, recursos y aprendizajes colectivos.
- **Diagnóstico participativo.** Proceso colaborativo mediante el cual la comunidad analiza su propia realidad, identifica problemas, recursos y prioridades, y define estrategias de mejora desde sus propios saberes y experiencias.
- **Activos para la salud.** Recursos o factores presentes en una comunidad que contribuyen a mejorar o mantener la salud y el bienestar. Pueden ser personas, asociaciones, espacios, valores o conocimientos que promueven la vida saludable.
- **Cuidado del entorno.** Práctica que reconoce la interdependencia entre la salud humana y la salud ambiental. Promueve hábitos, políticas y acciones que protejan los recursos naturales y fomenten la sostenibilidad.

- **Justicia social.** Principio que defiende la igualdad de derechos, oportunidades y condiciones de vida para todas las personas. En el ámbito de la salud, implica eliminar barreras estructurales y combatir la exclusión y la discriminación.
- **Salud intercultural.** Perspectiva que valora la diversidad cultural en la comprensión y atención de la salud. Promueve el diálogo entre saberes, el respeto a las prácticas tradicionales y la equidad en el acceso a servicios.
- **Aprendizaje colectivo.** Proceso de construcción compartida de conocimientos, donde cada persona aporta su experiencia y se nutre de la de las demás. Favorece la innovación social y la sostenibilidad de las acciones comunitarias.
- **Incidencia social y política.** Conjunto de acciones que buscan influir en políticas públicas, normativas o decisiones institucionales para generar cambios estructurales que favorezcan la equidad, la salud y el bienestar colectivo.
- **Bienestar integral.** Estado de equilibrio físico, emocional, social y espiritual. Implica no solo la ausencia de enfermedad, sino la posibilidad de vivir en condiciones que permitan desarrollar plenamente las capacidades personales y comunitarias.

Farmamundi, 2025-2026.

Contenidos: Área de Educación y Acción para la Transformación Social de Farmamundi.

Portada, ilustraciones y maquetación: Nuria Olmo.

Impulsa



Financia

