

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD ALMUDEVAR

Sector Sanitario

Huesca

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CENTRO DE SALUD ALMUDEVAR

CONTENIDO BÁSICO AGENDA COMUNITARIA

¿Qué actividades realizan los profesionales del centro de salud (medicina, enfermería, matrona, trabajo social,...) además de la consulta individual?

¿El equipo de atención primaria ha participado en intervenciones comunitarias y de desarrollo comunitario de la Zona Básica de Salud?

ACTIVIDADES Y PROYECTOS DEL SERVICIO DE ATENCIÓN COMUNITARIA DEL EAP

APRENDE A VIVIR CON LA MENOPAUSIA

Actividad Grupal. Va dirigida a mujeres de 45 a 55 años de la zona básica de salud de Almudévar. La finalidad es compartir conocimientos y experiencias de esta nueva etapa de la vida Responsable : Verónica Blanco Gimeno (Matrona) Colaboradora : Isabel Visa (Due). Observaciones : Consta de 5 sesiones en las que se pretende conocer y normalizar la sintomatología de la menopausia para su mejor aceptación y adaptación a los cambios físicos ,sexuales y emocionales que supone. Se incide en la importancia de los hábitos saludables para prevenir complicaciones de la menopausia.

ALMUDEVAR CAMINA.

Actividad grupal dirigida a adultos de ambos sexos con preferencia de pacientes con ENF. Cardiovascular. Finalidad: Aumentar el interés de la población del Centro de Salud de Almudévar para modificar hábitos sedentarios, mejorando su calidad de vida y reduciendo el riesgo cardiovascular. La actividad se realiza en San Jorge, los miércoles a las 9 horas con una duración aproximada de 1 hora. Se realizan paseos de intensidad leve o moderada según la condición física de los pacientes. Se realizan ejercicios de estiramiento antes y después de la actividad. La media de participantes por sesión es de 10 personas. Responsable del proyecto: Mar Fernández Izarbez. Proyecto:

VIVIR BAILANDO

Actividad grupal dirigida a adultos, preferentemente mujeres mayores de 59 años, residentes en los núcleos de población de Alcalá de Gurrea y Valsalada. La finalidad es prevenir y combatir el envejecimiento fomentando una vida activa, promoviendo la participación de las personas mayores con la creación del grupo normalizado. Se pretende la inclusión de personas con especial problemáticas en la realización de ejercicio diario, motivando su ejecución con la adquisición de conocimientos y estrategias necesarias para la realización de ejercicios físicos incorporándolos a la rutina y actividades diarias. Se trabaja en la prevención de las caídas mejorando el estado cardio-vascular y cardio-respiratorio, la flexibilidad, fuerza, equilibrio y psicomotricidad gruesa y fina. En las sesiones se comparten conocimientos sobre los hábitos de vida y alimentación saludables así como estrategias para desarrollar la memoria, la autoestima y las habilidades de comunicación. Se fomenta la convivencia y las relaciones sociales a través de la participación en la actividad manteniendo el cuerpo y la mente activos a cualquier edad. Durante la sesión semanal de 1 hora de duración se realizan técnicas de relajación al inicio y final de la reunión, ejercicios de higiene postural, movilizaciones y psicomotricidad acompañados con música. El lugar de reunión es el local social durante el invierno y parque de las piscinas municipales en los meses de verano. El grupo suele constar de 18 participantes en Alcalá y 5 en Valsalada. El número de participantes aumentan en verano por la asistencia de veraneantes. La responsable del proyecto M Carmen Campos Avellana, enfermera de C.S que atiende dichos núcleos de población

¿Qué iniciativas o proyectos de promoción de la salud se realizan por entidades de la Zona o del entorno?

INICIATIVAS Y PROYECTOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD REALIZADOS POR ENTIDADES DEL ENTORNO

Taller de lectura en Alcalá de Gurrea.

Organiza y colabora Comarca Hoya de Huesca y Ayuntamiento de Alcalá de Gurrea. Sesiones semanales de 2 horas de duración, los jueves de 18 a

Estrategia Atención Comunitaria

20 h- Yoga en Alcalá de Gurrea y Valsalada. Organiza Hoya de Huesca y colabora los ayuntamientos de las respectivas localidades. Sesiones semanales de 2 horas de duración, los viernes de 18 a 20 h Y DE 16 A 17.30 respetivamente.

¿Con que centros y entidades de la zona el Centro de Salud mantiene algún sistema de comunicación y colaboración?

RELACIONES DEL CENTRO DE SALUD CON LAS ENTIDADES DEL ENTORNO

Asociación de amas de casa, consumidores y usuarios Virgen de Astón de Alcalá de Gurrea.

Participación en proyecto Vivir Bailando Junta de vecinos de Valsalada.

Participación en proyecto Vivir bailando Asociación de Amas de Casa de Almudévar.

Colaboración en proyecto Aprende a vivir con la menopausia

¿Cómo se organiza el servicio de atención comunitaria, teniendo en cuenta las características y composición del equipo?

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El equipo de Atención Comunitaria tiene como responsables de la coordinación de actividades en este momento a M Jesús Samper Secorún (médico EAP) y a M^a Carmen Campos Avellana (enfermera EAP) Durante este año 2018 se han realizado reuniones para diseño y la puesta en marcha de los proyectos. Posteriormente se ha compartido la información del desarrollo de estos al inicio y a los 6 meses del comienzo de las actividades (Diciembre 2018). Durante el próximo año 2019 se realizaran reuniones trimestrales en el EAP para seguimiento y posible ampliación de la oferta comunitaria. El equipo se compone por medic@,enfermer@s y auxiliar administrativo adscritos a C.S Almudévar y la matrona de área. Cada Proyecto tiene una persona de referencia:

-APRENDIENDO A VIVIR CON LA MENOPAUSIA: Verónica Blanco Gimeno

-ALMUDEVAR CAMINA: M^a Mar Fernandez Izarbez - VIVIR BAILANDO: M^a Carmen Campos Avellana

CONTENIDO AVANZADO AGENDA COMUNITARIA

ANÁLISIS DEL CONTEXTO DE LA ZONA

¿Qué factores socioeconómicos y culturales influyen en la salud de la Zona? ¿Se puede realizar alguna intervención comunitaria que ayude a reducir las desigualdades sociales en la salud?

ELABORACIÓN DEL MAPA DE ACTIVOS

¿El EAP considera conveniente promover una identificación de los activos de la salud de la zona para mejorar la implicación de las entidades de la zona en potenciar los autocuidados y las competencias en salud?

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

¿Se realiza alguna recomendación de activos comunitarios desde la consulta? ¿A que tipo de recursos se realiza la derivación?