

## AGENDA COMUNITARIA



### CENTRO DE SALUD ALBARRACÍN

<b>Sector Sanitario</b>	<b>Teruel</b>
<b>Nombre del Equipo de Atención Primaria</b>	<b>CENTRO DE SALUD ALBARRACÍN</b>
<b>CONTENIDO BÁSICO AGENDA COMUNITARIA</b>	

¿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**

##### **- Grupo de educación maternal**

Realizado por la matrona (Lourdes Ortiz), para mujeres embarazadas y su red familiar con la finalidad de acompañar los cambios del embarazo, el parto, postparto y crianza.

##### **- Talleres de primeros auxilios y RCP**

Estos talleres se iniciaron a petición de la población ya que algunos ayuntamientos se habían dotado de DESA y las personas residentes en dichos municipios no sabían manejarlos ni realizar una RCP. El objetivo fundamental de los mismos es aumentar los conocimientos y las habilidades en la realización de primeros auxilios y RCP de la población. Se han realizado para población adulta, a profesores/as, a los jóvenes del IES de Albarracín y en los 3 CRAs de la Sierra. Se suelen hacer por petición o iniciativa de la comunidad. Responsables: Helena Esteva y Nacho Castellón.

##### **- Talleres sobre inhaladores a pacientes EPOC**

Se planteó como proyecto de Calidad 2017, mejorar el uso de inhaladores en pacientes EPOC mediante la enseñanza grupal. Se realizaron varias sesiones grupales en Albarracín, Royuela y Orihuela del Tremedal (acudieron pacientes de Bronchales también). Responsable: Manuela Martín ; colaboración también de Javier Orte, Gloria Lorenz, Juan Carlos Soriano y Mercedes Laorden.

- **Paseos saludables en Orihuela y Bronchales**

Durante la primavera/verano del 2017 se realizaron paseos por diferentes rutas de los pueblos de Orihuela del Tremedal y Bronchales. Se creó un grupo más o menos estable de paseos. Responsables: Katia de Souza y Carolina Pérez.

- **Sesión sobre acoso escolar**

Se coordinó para que la Guardia Civil diera una sesión sobre acoso escolar al AMPA de Orihuela del Tremedal en en Abril 2019. Responsable: Katia Souza.

- **Celebración de la semana sin humo por parte de las profesionales del Consultorio de Orihuela del Tremedal (Katia Souza y Gloria Lorenz) en 2018**

Se colocaron carteles en el Consultorio y se realizó un concurso de dibujo con la temática de “animar a dejar de fumar a los mayores” en coordinación con el Colegio de Orihuela del Tremedal. Este año se quiere ampliar la iniciativa a otros consultorios y otros colegios de la ZBS (Zona Básica de Salud).

- **Participación en APSMA (Asociación para la Promoción de la Salud y el Medio Ambiente en la Sierra de Albarracín)** por parte de algunas personas del EAP (Equipo de Atención Primaria) (Nacho Castellón, Helena Esteva, Lourdes Ortiz, Cristina Beser y Mónica Lasheras). La asociación pretende promover actividades saludables y cuidado del entorno natural. Desarrolla actividades dirigidas a toda la población de la sierra.

**Durante este año se han comenzado a hacer o se quieren realizar las siguiente actividades:**

- **Encuentro en la Sierra de Albarracín sobre feminismo, equidad de género y análisis del protocolo IAM sobre violencia de género en la Sierra de Albarracín.**

- **Charlas-debate en los IES de Albarracín y claustros escolares de los CRAs de la Sierra para la prevención de micromachismos en la adolescencia y equidad de género en edades infantiles.**

---

- **Cursos básicos y talleres de Reanimación Cardio-Pumonar básica (RCPb) y Primeros Auxilios en los pueblos, asociaciones o instituciones.**
  
- **Formación del personal encargado de los cursos de RCPb para conseguir la acreditación de formador/a de formadores/as a través de SASAM-ERC.**
  
- **Talleres interactivos y participativos en Habilidades para la Vida.**
  
- **Charlas-debate para la adquisición de habilidades** destinados a la mejoría de los hábitos nutricionales y la prevención de los hábitos de exceso o desequilibrio en las dietas, a través de el abordaje de los “Mitos sobre la alimentación” en coordinación con el IES Albarraçín.
  
- **Semana sin humo** con la celebración de un concurso de dibujo e ideas para dejar de fumar en coordinación con el día mundial sin tabaco en mayo-junio.
  
- **Coordinación y seguimiento en el Consejo de Salud de Zona de la Sierra de Albarraçín.**
  
- **Mapping Party** en 4 pueblos de la Sierra para impulsar la recogida de información, filtrado y ordenación del mapa de los activos en salud existentes.
  
- **Salida medioambiental nocturna con la colaboración de ACTUEL.**
  
- **Taller de fitoterapia y plantas medicinales mediante una presentación y VI salida medioambiental en el entorno de Guadalaviar.**
  
- **III Jornada “Por una Sierra de Albarraçín más limpia”.**
  
- **Talleres de Biodanza Social en Bezas.**
  
- **II Jornadas en la Sierra de Albarraçín sobre feminismo, identificación y prevención de micromachismos, y violencia de género.**

- **Taller de micología** mediante una presentación y una salida medioambiental, en coordinación con Querqus.
- **Paseos saludables en Orihuela y Bronchales en otoño y primavera**, como promoción de la salud mediante el ejercicio físico moderado y de forma colectiva.
- Se participa de manera activa en el **Consejo de Salud de Zona**.
- **Mapeo de Activos**, este año 2019 se ha planteado como proyecto de Calidad Comunitario realizar un Mapeo de Activos de la Sierra de Albarracín y en coordinación con APSMA.

¿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

De manera aclaratoria:

la Comarca de Albarracín está compuesta por 25 municipios: Albarracín, Bezas, Bronchales, Calomarde, Frías de Albarracín, Gea de Albarracín, Griegos, Guadalaviar, Jabaloyas, Monterde de Albarracín, Moscardón, Noguera de Albarracín, Orihuela del Tremedal, Pozondón, Ródenas, Royuela, Rubiales, Saldón, Terriente, Toril y Masegoso, Torres de Albarracín, Tramacastilla, Valdecuencia, El Vallecillo y Villar del Cobo.

No todos ellos pertenecen a nuestra ZBS, pero como la manera de organización comunitaria es comarcal, siempre nos referiremos a todos los pueblos de la comarca, no solo a los de la ZBS.

- **APSMA con proyecto en la RAPPs denominado “Por una Sierra más Saludable, Sostenible y Solidaria”**, con proyecto en 2018 titulado “Autoconocimiento, pensamiento crítico y creativo como habilidades para la vida a potenciar en la Sierra de Albarracín”.
- **CRA Sierra de Albarracín** (colegios de Noguera, Tramacastilla, Villar del Cobo, Guadalaviar y Torres de Albarracín): está integrado en la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud.

- **CRA Albarracín** (Gea de Albarracín y Albarracín): han comenzado a integrarse en algún programa de Salud (Dientes Sanos, Sol Sano y Aventura de la vida).

- **CRA Bronchales-Orihuela** (colegios de Bronchales y Orihuela del Tremedal): pertenecían a la Red de Escuelas Promotoras de Salud cuando estaban adscritos en el CRA de Albarracín. En la actualidad están pendientes de formar parte de la Red como centro nuevo. En su centro, uno de los objetivos generales que se persigue es la promoción de la salud, para ello se llevan a cabo tareas variadas, tales como: Participación en el programa europeo de consumo de fruta, talleres de primeros auxilios para alumnado, profesorado y familias, recetas viajeras saludables, semana sin humo, programa educativo "Acerca de Tí", Recipandilla (reciclaje), Taller de Emociones,... Algunas de estas actividades en colaboración con los centros de salud.

- **Comarca de Albarracín:** programa de memoria para personas mayores (pueblos y residencia de Albarracín y Terriente); actividades de tiempo libre como zumba, aerobio, multideporte, gimnasia de mantenimiento, etc.; servicios sociales de la zona pertenecen a la Comarca de Albarracín; Comedor social; Ayuda domicilio; Asesoría y atención psicológica a la mujer víctima de violencia de género; Recogida de basuras; Taller de empleo (Formación de ayuda a domicilio); etc.

- **Caranjaina, Asociación de mujeres de la Sierra de Albarracín** con proyectos como "El rincón de l@s Muchich@s" y "El rincón de l@s zagal@s".

- **Iniciativas privadas**, que de una manera u otra realizan actividades que mejoran el bienestar de las personas que viven en la Sierra: Yoga en Gea (2 tipos de Yoga y también yoga para niñxs); Pilates en Albarracín; Bailes en Albarracín desde los 4 años; Ballet en Guadalaviar; Querqus empresa de turismo activo y de naturaleza, que ha colaborado muchas ocasiones con APSMA; Caballos Albarracín en Moscardón; Albarracín Aventura en Torres de Albarracín;

## Estrategia Atención Comunitaria

Asociación de la tercera edad los “Alcavones” (Ubicados en el llamado “Centro de día de Albarracín”, aunque en realidad es un local social donde dejan salas para: la Asociación Los Alcavones, para una fisioterapeuta de “Physos” los jueves, para el bar donde juegan a las cartas y se puede tomar algo, comer, etc., para otras asociaciones que quieran hacer actividades allí...); En Gea, en el antiguo convento al que también llaman Centro de Día, también hay servicio de podología que acude periódicamente; Rock and go en Griegos, que gestiona espacios y eventos deportivos; y muchas iniciativas más que seguro nos dejamos.

- **Iniciativas del Consejo de Salud:** fuentes, puntos limpios, comedores escolares y restaurantes, adecuación de las barreras físicas en consultorios de salud, educación para la salud (convivencia intercultural, alimentación sana, sensibilización ante discapacidades, adicción y drogodependencias, talleres RCP y primeros auxilios), colaboraciones en Salud (Programa “Cuidarte”, Programa de Violencia Doméstica del IAM, Asociación de Voluntarios de Protección Civil).

- **Asociación Voluntariado Protección Civil:** voluntariado para todo tipo de emergencias en eventos multitudinarios (perdidos, incendios, pruebas deportivas).

- **Marchas senderistas organizadas por Asociaciones Culturales de diferentes pueblos:** en Torres de Albarracín, El Vallecillo, Royuela, Frías de Albarracín, Griegos, Orihuela del Tremedal, Gea de Albarracín, Guadalaviar, Villar del Cobo, etc. En Bronchales se organiza un Trail, este año el 30 de junio, con varias categorías y una carrera de bicicletas de montaña. Son dos eventos bastante multitudinarios.

- **Jabaloyas** certificado como Parque Estelar Starlight.

- **Centro ocupacional para personas con discapacidad intelectual:** está gestionado por ATADI y del cual financia la Comarca una parte del transporte. Ellos también organizan una marcha senderista en Orihuela.

- **Programa “Pon Aragón en tu mesa”:** Es un proyecto que pone en valor la calidad de los productos agroalimentarios producidos en el medio rural de Aragón ayudando a su difusión, dando a conocer las cualidades de nuestros alimentos, apoyando el emprendimiento agroalimentario y facilitando la comercialización. En él participa ASIADER (Asociación para el Desarrollo Rural Integral de la Sierra de Albarracín). En periodos anteriores incluyeron actividades divulgativas sobre alimentación saludable con productos de la zona.

- **Programa de Educación de Adultos.**

- **Residencia Getriátrica de Albarracín (pública).**

- **Residencia Geriátrica El Sabinar del Rio de Terriente (privada).**

¿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

---

- **Centros educativos:** se tiene colaboración para algunas actividades con el IES de Albarracín y con los colegios de la zona, especialmente el de Albarracín, Orihuela del Tremedal y Bronchales.

- **Comarca de Albarracín:** se colabora para algunas actividades.

- **Asociaciones:** con APSMA se participa en proyecto conjunto. Algunos integrantes del EAP somos parte del equipo de trabajo. También colaboramos con Caranjaina para alguna actividad.

- **Ayuntamientos:** coordinación para dotación de equipamiento consultorios locales, horarios de consultas, barreras arquitectónicas, talleres de RCP y DESA, etc.

- **Asociaciones y empresas de turismo activo:** se colabora para algunas actividades.

- **ASIADER:** se colabora para algunas actividades.

- **Guardia Civil:** se colabora para algunas actividades. En concreto para la realización de sensibilización sobre acoso escolar y uso de redes sociales al AMPA del colegio de Orihuela del Tremedal

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

## **ORGANIZACIÓN DEL EAP**

Núcleo de atención comunitaria está formado por:

- Katia Souza de Oliveira, médica de Orihuela del Tremedal.
- Manoli Martín Clemente, enfermera de Frias, Calomarde, Royuela, Noguera, Tramacastilla y Torres de Albarracín.
- Cristina Beser Morte, enfermera de Atención Continuada.
- Nacho Castellón Alfaye, médico de Atención Continuada.
- Helena Esteva Andrés, enfermera de Atención Continuada.
- Mónica Lasheras Barrio, médica de Noguera, Tramacastilla y Torres de Albarracín.
- Cristina Yusta Rodrigo, agente de desarrollo local.
- Raquel González Vilanova, Asesoría y atención psicológica del servicio Comarcal de atención a la mujer víctima de violencia de género.
- Ana Martínez Lopez, Trabajadora social de la Comarca ha colaborado en la elaboración de la agenda comunitaria.
- Lourdes Ortiz Villanueva, matrona de Albarracín, Cella y Santa Eulalia, ha colaborado en la elaboración de la agenda comunitaria.

Se comunican las actividades con el resto del EAP en las reuniones de Equipo si procede o por correo electrónico.

Al consejo de Salud se le comunican las actividades realizadas o pendientes de realizar en las reuniones que se van teniendo.

La manera de organizarse para la realización de las actividades actualmente es la siguiente: Si la actividad es en horario de mañana: se cierra la consulta, pero si hay una urgencia se deja la actividad y se va a la urgencia, nadie nos cubre.

Si la actividad es en horario de A. continuada: sólo se puede asistir si la actividad es en el centro mismo



## Estrategia Atención Comunitaria

donde se está de guardia. Si hay una urgencia por supuesto de deja todo. Así que, en general, se hace de forma voluntaria en horarios de mañanas, tardes, fines de semana y festivos por parte del personal de atención de mañanas y de atención continuada.

Se sugiere y se propone un sistema de compensación de horarios por trabajar en actividades de Atención Comunitaria que normalmente suelen ser a horarios distintos de L-V de 8:00-15:00h.

Para ello se propone:

-Atención ordinaria: poder deslizar sus horarios, contabilizar las horas invertidas en la organización, coordinación y ejecución de las actividades comunitarias, y compensarlas de su horario normal establecido en el RIF del EAP.

-Atención Continuada: poder contabilizar las horas invertidas en la organización, coordinación y ejecución de las actividades comunitarias y solicitar su remuneración, como se hace actualmente con las Consultas Monográficas.

## **CONTENIDO AVANZADO AGENDA COMUNITARIA**

**¿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?**

### **ANÁLISIS DEL CONTEXTO DE LA ZONA**

La Sierra de Albarracín es una comarca aragonesa situada en el suroeste de la provincia de Teruel. Su capital es Albarracín. Es una de las zonas más elevadas del Sistema Ibérico, y está formada por un sistema orográfico donde se asienta una de las principales divisorias de aguas de la Península, ya que aquí nacen algunos de sus ríos más importantes.

Según el Padrón Municipal de habitantes de 1 de enero de 2015, la comarca de Albarracín tiene una superficie de 1.414 km<sup>2</sup>, una población de 4.652 habitantes y una densidad de población de 3.29 hab/km<sup>2</sup>. Está compuesta por 25 municipios: Albarracín, Bezas, Bronchales, Calomarde, Frías de Albarracín, Gea de Albarracín, Griegos, Guadalaviar, Jabaloyas, Monterde de Albarracín, Moscardón, Noguera de Albarracín, Orihuela del Tremedal, Pozondón, Ródenas, Royuela, Rubiales, Saldón,

## Estrategia Atención Comunitaria

Terriente, Toril y Masegoso, Torres de Albarracín, Tramacastilla, Valdecuenca, El Vallecillo y Villar del Cobo. Y 34 entidades de población.

Las condiciones climáticas de la comarca vienen marcadas por su carácter montañoso. De esta manera, la orografía de los municipios impone matices climáticos en los distintos sectores, mientras que la altitud provoca un descenso térmico general. Los inviernos se caracterizan por ser muy fríos y largos, y los veranos son cortos y frescos. Las lluvias también varían en función de la altitud. Sus principales fuentes de ingresos son la ganadería, la explotación forestal y el turismo rural. La economía tradicional ha estado condicionada por una climatología extrema que ha dado lugar a un hábitat difícil para las plantas, los animales y los hombres. La agricultura ha sido poco fructuosa, la ganadería en cambio, posibilitó el sustento de muchas familias. La finura de la lana merina trashumante, la industria ferruginosa y junto a las serrerías, carpinterías, batanes y telares integraban un entramado económico complementario a las actividades agrícolas. El valor paisajístico de la Sierra, apoyado en la variedad geológica, la singularidad geomorfológica y la biodiversidad vegetal, constituye uno de los pilares del presente y futuro desarrollo comarcal, que consiste en una oferta turística controlada y de calidad. El rico patrimonio forestal de la comarca posibilitó a los pueblos y a la Comunidad de Albarracín asumir inversiones públicas. Hablamos de carreteras, financiadas por los pueblos y la propia Comunidad de Albarracín, de tendidos eléctricos, líneas de telefonía, de máquinas quitanieves...

El entramado cultural está compuesto por iniciativas como La Fundación Santa María de Albarracín, El Centro de Estudios de la Comunidad de Albarracín, El Museo del Juguete de Albarracín, el Museo de la Trashumancia, el Centro de Interpretación de Dornaque, etc.

A finales del siglo XIX y durante todo el siglo XX, el éxodo rural se cebó con esta comarca, hasta la desaceleración de los ochenta, como consecuencia de la incorporación del turismo como nuevo recurso económico. La disminución de la población en el conjunto de la Sierra ha sido muy acusada durante la segunda mitad del siglo pasado, pasando de

## Estrategia Atención Comunitaria

11.808 habitantes, según el censo de 1950, a 4.619, según el de 2001, lo que implica una reducción del 60% de su población. No obstante, esa quiebra demográfica ha sido desigual y más grave aún en los núcleos más pequeños, hasta el punto de que en doce de los veinticinco municipios de la comarca la pérdida supera el 80%.

Si nos centramos en los problemas de Salud, lo podemos hacer desde la óptica de nuestra ZBS. Los municipios que pertenecen a la misma son 20: Albarracín, Bronchales, Calomarde, Frías de Albarracín, Griegos, Guadalaviar, Jabaloyas, Monterde de Albarracín, Moscardón, Noguera de Albarracín, Orihuela del Tremedal, Royuela, Saldón, Terriente, Toril y Masegoso, Torres de Albarracín, Tramacastilla, Valdecuenca, El Vallecillo y Villar del Cobo, con un total de 3011 TIS a 31 diciembre 2017 (según datos del Contrato de Gestión del EAP), de los cuales, 1602 eran hombres y 1409 mujeres. Menores de 14 años: 280 y mayores de 65 años: 875. Un 84.26 % de la población tiene renta baja y tenemos un 7.94% de población extranjera. El 11.4 % de la población a 31 de diciembre de 2017 estaba sana, y el mayor porcentaje de población (31.7%) presentaba una enfermedad crónica con 2 ó 3 síntomas. El 1.6% distintos tipos de cáncer.

Si analizamos los datos del Atlas de Aragón referentes a nuestra ZBS, se observa que a fecha de 2011: el 21,42 % de la población estaba desempleada, el 14,27 % de los hogares eran hogares unipersonales con personas mayores de 65 años y las desigualdades en salud en nuestra ZBS evitables eran de -0,22 (en 2011). El 28,93% de la población total era mayor de 65 años (padrón 2016), cifra muy superior a la de España (18,6%) y Aragón (21,3%). Además de cada 100 personas mayores de 65 años en nuestra ZBS 21 (20,99%) eran mayores de 85 años. Estos datos nos demuestran que nuestra población está sobre envejecida. La morbilidad prevalente de nuestros pacientes son enfermedades crónicas como DM, HTA, obesidad y sobrepeso, EPOC, cirrosis, demencias y neoplasias. Respecto a la mortalidad destacan por su prevalencia las muertes por tumores, en concreto el cáncer colorrectal, también las causas digestivas en hombres y en menor

medida a mujeres (asociado a cirrosis) y en causas externas más frecuente en hombres que en mujeres. Las tasas de mortalidad por tumor de mama (mujeres), de pulmón (hombres), problemas circulatorios, Accidentes cerebrovasculares y Problemas respiratorio son bajas.

A la hora de hacer un inventario de recursos o de activos comunitarios es complejo por la variabilidad y dispersión del territorio. Ya hemos recogido previamente en el punto B2 las entidades que realizan iniciativas de salud, estas son activos para la zona, pero hay muchos más que este año queremos recoger en un mapa de activos, realizándolo municipio por municipio.

## 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?**

Llevamos más de dos años diseñando y estableciendo los materiales para realizar el mapa de activos. Es sumamente complejo ya que en la Comarca hay 25 municipios de los que 20 pertenecen a la ZBS.

Se ha realizado la ficha de recogida de datos, hemos hecho algunas entrevistas a personas clave de algunos municipios, pero nos falta mucho todavía. Se ha informado al EAP, al Consejo de Salud y se ha hecho una sesión clínica al respecto.

Para 2019 se han proyectado a través de la subvención de la RAPPs para el proyecto de APSMA cuatro mapping-party en cuatro municipios (Jabaloyas, Orihuela del Tremedal, Tramacastilla y Guadalaviar).

Además, uno de los proyectos comunitarios englobados en el Contrato de gestión es la elaboración de un mapa de activos, así que esperamos seguir con la recogida de datos y poder plasmar estos datos en un mapa para poderlo difundir en la Sierra y que nos sirva para la recomendación de activos.

El proceso está diseñado e iniciado, pero debido a la falta de personal involucrado y de tiempo disponible de las personas comprometidas, ha ido más lento de los que se había proyectado inicialmente.

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

### **RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS**

Se realiza recomendación de activos de manera informal y sin usar el protocolo de atención comunitaria. Se ha decidido por el núcleo de atención comunitaria no hacerlo hasta que esté establecida y aprobada la agenda comunitaria, tengamos más avanzado el mapeo de activos y que el proceso de atención comunitaria esté más maduro y asumido por el EAP.

Hasta el momento la derivación se ha realizado a servicios existentes en la zona de salud que no se pueden ofertar por la cartera de servicios básicos de atención primaria: actividades de ejercicio físico, actividades de bienestar emocional, terapias naturales complementarias a los tratamientos facultativos, servicios de fisioterapia, podología, etc.