

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE MORATA DE JALÓN

Sector Sanitario

Calatayud

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CS Morata de Jalón

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

1. MEJORANDO LOS PRIMEROS AUXILIOS EN LA ESCUELA RURAL: TALLER PRÁCTICO PARA ESCOLARES. Esta actividad fue iniciada en el curso 2017 con la puesta en marcha del taller a los escolares del CRA (Centro Rural Agrupado) Isuela Vicort y posteriormente durante el curso 2018 en la población escolar del CEIP LUCAS ARRIBAS. El objetivo fue iniciar un proceso de relación con niños, personal docente y padres para futuras actividades relacionadas con el ámbito de la salud. El espacio natural para iniciar en el adiestramiento sobre prevención de accidentes, primeros auxilios y reanimación cardiopulmonar, sin duda es la escuela. El acercamiento a conceptos sencillos de forma pedagógica y adaptada, puede mejorar las actitudes y aptitudes de los escolares en relación con su salud y autocuidado.

2. CAPACITACIÓN EN R.C.P. BÁSICA Y MANEJO DEL D.S.A. DE LA POBLACIÓN GENERAL EN EL ÁMBITO RURAL. La cadena de supervivencia se activa cuando alguien reconoce la situación de Parada Cardio Respiratoria. Es esencial el adiestramiento del ciudadano para que pueda ser el primer eslabón de la "cadena de la vida", conociendo tanto los síntomas y signos de la PCR, como la mecánica para activar inmediatamente al SIE (Sistema Integral de Emergencias). En un medio donde hay dispersión como es el ámbito rural donde nos situamos, es especialmente interesante contar con "colaboradores" que actúen en un primer momento cuando el factor tiempo es fundamental. En nuestro medio no existe un conocimiento amplio por parte de la población de estas maniobras. La Zona básica de salud de Morata de Jalón: Nigüella, Mesones de Isuela, Arándiga, Morata, Chodes, Sta. Cruz de Grío, Tobed y Codos. Desde 2017 al 2019 se han realizado talleres en Codos y Mesones de Isuela,

respectivamente durante este año se ofrece realizar en Morata en asociaciones y grupos deportivos que lo soliciten.

3. TALLER SOBRE NUTRICIÓN INFANTIL PARA PADRES DEL CRA ISUELA – VICORT. Se realizó en mayo del 2018, en Tobed, durante la jornada de convivencia de fin de curso de las escuelas rurales de nuestro CRA. A petición de los maestros se preparó por nuestro enfermero de la ribera del río Grío una charla dirigida a padres sobre diferentes aspectos de nutrición en la infancia: obesidad y enfermedades relacionadas con la misma: diabetes, hipertensión....balance calórico y diferentes grupos de alimentos, se estableció un coloquio posterior con las dificultades más frecuentes que se encontraban los padres en la adaptación de estos consejos a la vida diaria.

4. TALLER SOBRE REGISTRO DE VOLUNTADES ANTICIPADAS A MIEMBROS DEL CONSEJO DE SALUD DE MORATA DE JALÓN En noviembre del 2018, en unas de las reuniones del Consejo de Salud que tuvo lugar en Mesones de Isuela, se realizó una exposición para dar a conocer el registro de las Voluntades Anticipadas a cargo del Coordinador del Centro de Salud (Pascual Gonzalvo), a las diferentes entidades que participan en el Consejo. Se evidencia en general desconocimiento sobre el objetivo y el proceso a seguir. Es un tema que suscita interés.

5. EDUCACIÓN SANITARIA A PACIENTES CON EPOC EN EL CENTRO DE SALUD DE MORATA DE JALÓN Los pacientes con patología pulmonar obstructiva crónica constituyen una de las líneas prioritarias en la Atención Primaria de Salud. En ocasiones, el seguimiento clínico y cumplimiento correcto del tratamiento diario se ve obstaculizado por factores como la edad avanzada, déficit cognitivo, problemas de movilidad o pacientes polimedicados. Se realizaron dos talleres de 2 horas de duración los días 1 y 6 de febrero 2019 Los talleres constaron de dos partes: - Una parte teórica, donde se hace un abordaje integral de la enfermedad (educación sanitaria). - Otra parte práctica, donde tras explicar los distintos tipos de dispositivos y la correcta técnica inhalatoria, cada uno de los pacientes, de forma individual practicó su manejo y uso correcto. Como seguimiento para comprobar y reforzar los conocimientos adquiridos y resolver las dudas que hubieran podido surgir, se aconsejó citarse a los 15-20 días con la enfermera de su cupo.

6. ENCUESTA DE HÁBITOS NUTRICIONALES EN LA ZONA BÁSICA DE SALUD. Hemos comenzado a trabajar en atención comunitaria, por ello es interesante conocer los hábitos de las personas (alimentación, ejercicio, tabaco, alcohol) que forman parte de nuestra Zona de Salud para a partir de los problemas que se detecten buscar soluciones. La población diana es adultos desde dieciocho años. En este año se espera recoger información, elaborarla, sacar conclusiones, para el año que viene buscar soluciones el EAP y o en coordinación con los activos comunitarios.

¿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

Las actividades previamente comentadas de R.C.P. para adultos y la encuesta nutricional han sido puestas en conocimiento y demandadas por los diferentes ayuntamientos y asociaciones que participan en el consejo de salud.

La actividad sobre nutrición en escolares y RCP y primeros auxilios se acordó con los centros educativos (Cra Isuela, Vicort y el colegio CEIP Lucas Arribas).

¿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

En estos momentos la relación con las entidades de la zona es puntual y de colaboración para algunas actividades.

Se ofrecen las actividades por parte del personal del centro de salud en las reuniones del Consejo de Salud y en ocasiones se demandan (por ejemplo, por parte de los centros educativos, o de los ayuntamientos).

El Consejo de Salud comienza su andadura en el 2017. Se realizan tres reuniones al año en diferentes municipios para favorecer el conocimiento de los pueblos de nuestra zona de salud por parte de sus miembros.

Es un momento de trabajo y de convivencia muy positivos.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El 27 de mayo 2019 se constituye de forma oficial el Grupo de Atención Comunitaria del Centro de Salud de Morata.

Como referente del grupo:

Ana Belén Velázquez Triana, médica.

El resto del equipo:

Raquel Marín Lázaro (enfermera),

Isabel Ramos Roy (administrativa),

Pascual Gonzalvo Sánchez (médico),

M^a Coro Abad Tudela (médica),

Berta Sos Royo (EAC),

Francisco Javier Navarro López (médico).

Planteamos reuniones periódicas durante el año. En el centro de Salud de Morata se realizan reuniones con periodicidad semanal o quincenal con todos los miembros del equipo para tratar asuntos internos, así como la realización de sesiones clínicas y proyectos que pueden implicar a todas las localidades.

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?

El Centro de salud de Morata de Jalón es un centro rural del Sector de Calatayud, con una gran dispersión. Contamos con ocho municipios, algunos de ellos con población escasa y muy envejecida con un total de población atendida de 3.197 personas. En dos de los municipios, Tobed y Codos contamos con dos residencias de ancianos, y un centro de menores tutelados en Codos.

Alguna de las principales dificultades además de las mencionadas son: la escasez de transporte público, el tamaño de las localidades, población flotante de trabajadores temporales de actividad agrícola y desplazados y también el pertenecer a tres comarcas diferentes: Calatayud, Valdejalón y de La Aranda que dificulta la coordinación con los servicios sociales de base.

Trabajamos: cinco médicos y tres enfermeros de Atención Primaria y una auxiliar administrativa, dos médicos y dos enfermeros de atención continuada, una matrona que tiene consulta cada semana y una pediatra con consulta cada dos semanas. La atención continuada 24 horas se realiza en Morata de Jalón.

ACTIVOS Y RECURSOS PERSONALES: El médico/a y el enfermero/a en estos municipios se pueden considerar activos para la salud ya con la atención cercana colaboran con la calidad de vida y bienestar de las personas.

¿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?

ELABORACIÓN DEL MAPA DE ACTIVOS

A continuación, se enumeran diferentes asociaciones y recursos comunitarios de las diferentes localidades.

MORATA DE JALÓN:

-Asociaciones: - Asociación de mujeres Triador - Peña ciclista - Club deportivo Morata (Fútbol) - AMPA - Jalón Vivo (Asociación medioambiental) - Peña Reno (Asociación lúdico-festiva) - Coral Ecos del Jalón - Gaiteros del Jalón - Banda de música Santa Cecilia - Asociación Peña Rasa (lúdica y cultural) - Asociación de Cofradías - Siete cofradías que son asociaciones - Sociedad Casino Agrícola e Industrial - Sociedad de cazadores - Peña Tinglao (lúdica) - Morata Futsal (fútbol Sala, equipo de jóvenes) - Asociación Amigos de Morata (Dinamización Cultural). -Espacios físicos: - Campo de fútbol - Pabellón polideportivo (pista multideportiva) - Circuito Multiaventura - Dentro del Colegio, pista multideportiva - Complejo deportivo EL Vergel con: pista de padel, frontón, piscinas descubiertas de chapoteo y polivalente, pista de baloncesto y pista multifunción. – Parque Cerrada – Parque de El Vergel – Zonas de juegos infantiles en Calle nº 13 y Plaza de España. – En porche del Pabellón Gimnasio exterior para adultos.

Empresas - Fábrica de cementos - Empresas familiares y autoempleo: - Fábrica de envases a fondo perdido, - Bodega de vino, vermut y ginebra - Dos almacenes de material de construcción y transporte - Una empresa de transporte de material - Cooperativa del campo y Almazara de aceite - Una fábrica de pan y despacho de pan y dulces - Un despacho de pan y dulces. - Dos carnicerías - Una pescadería - Una tienda de alimentación - Una tienda perteneciente a una cadena de productos de limpieza, cosmética... - Nueve bares - Tres restaurantes

Alojamientos: Albergue de montaña con setenta plazas - Dos casas rurales –

Otros servicios: -Farmacia, Colegio Público de Infantil y Primaria. -El Ayuntamiento de Morata de Jalón oferta las siguientes actividades: - Para

Estrategia Atención Comunitaria

adultos: Pilates, zumba, gimnasia de mantenimiento, yoga, espalda sana, vida activa, spinning. - Para niños: - Fútbol sala, patinaje, baloncesto, gimnasia rítmica, play English, datchball.

Horarios: Gimnasia de mantenimiento; martes y jueves de 10 a 11 Patinaje: lunes de 16 a 17,30 Yoga: lunes a las 17.30 Baloncesto: martes de 17 a 18 Pilates: martes y jueves de 17 a 18 y de 18 a 19 Spinning: martes y jueves de 19.10 a 20.10 - Un grupo de aficionados al senderismo, organizan caminatas los sábados del julio y agosto y las publican previamente en los tablones de anuncios de la localidad para que acudan al punto de encuentro de la localidad (Plaza), las personas que deseen participar. A lo largo del año también preparan otras marchas que comunican previamente.

CHODES

Asociaciones: Asociación cultural San Miguel
Espacios físicos: - Dos pabellones - Parque - El Ayuntamiento de Chodes oferta las siguientes actividades para adultos: - "Vida sana", paseos con monitor seguidos de estiramientos, una hora a la semana

SANTA CRUZ DE GRÍO

La Comarca de Valdejalón organiza: Vida Activa", paseos una vez por semana.

CODOS Y TOBED

- Asociación Cultural Grío - Que la gente pueda quedarse en el pueblo. Este es el objetivo primordial con el que nació la Asociación Cultural Grío en 1989 en Codos. La asociación nace de un grupo de 12 personas con el objetivo de promover el desarrollo personal, educativo y social de la población rural mediante acciones educativas que compensen las carencias y mejoren su calidad de vida. Para ello, centran sus iniciativas en tres sectores de la población: infancia, mayores y mujeres. - Tiene diferentes proyectos que se enumeran a continuación: - Residencia, centro de mayores "La Lonja" de Codos. Tienen servicio de comedor para no residentes, 17 plazas para residentes dependientes y no dependientes. Los residentes

Estrategia Atención Comunitaria

realizan numerosas actividades como son: terapia ocupacional, gimnasia, memoria, actividades puntuales intergeneracionales, almuerzos por la comarca, excursiones.... - Centro de menores "Río Grío" en Codos: 30 plazas de menores tutelados, 8 en proceso de autonomía. - Granja escuela "El Casón", situada en Tobed. Se realizan campamentos de verano, grupos de familias organizados, excursiones de colegios... - Actividades con 3ª edad. Se realizan actividades de memoria con grupos de 3ª edad de los pueblos: Tobed, Codos, Santa Cruz de Grío, Inogés y El Frasnó. También actividades puntuales como viajes o el encuentro una vez al año de todas las asociaciones de 3ª edad de los pueblos nombrados. - Actividades extraescolares a menores: Durante el tiempo escolar se realizan: Tiempo libre en Tobed, tiempo libre con infantil y primaria de Codos; repaso con primaria y secundaria de Codos e informática para primaria e infantil de Codos. - Desde la Comarca de Calatayud a la que pertenecen tanto Tobed como Codos, se dispone de una trabajadora social que acude los lunes a ambas poblaciones que gestiona ayudas, asistencia a domicilio, apoyo psicológico, educadores. - Además para el ámbito comunitario: se programan actividades para verano y durante el periodo escolar, cada año van cambiando, este curso: - Tobed: Iniciación deportiva para niños (miércoles 16:15 y viernes 17:15) Gimnasia de mantenimiento adultos (lunes 10:30 y jueves 11:00) Pilates adultos: jueves 10:00. Yoga adultos: jueves 16:00 Zumba adultos: viernes 17:30. Zumba kids, viernes 16:30. Manualidades. Por parte del ayuntamiento se realiza la actividad de patchwork los lunes de 16:30 a 18:00. - Codos: - Iniciación deportiva niños. Miércoles y viernes 17:15 - Gimnasia de mantenimiento adultos. Lunes y jueves 11:30. - Pilates adultos-miércoles a las 18:00 - Zumba adultos miércoles a las 19:30. - Yoga, jueves 17:45. - El Ayuntamiento programa en Codos guitarra, tambor y dulzaina una vez a la semana. Hay también ajedrez los viernes a las 16:30. - Residencia de ancianos de Tobed, Valdeolivo, gestionada por Rey Ardid, dispone de 22 plazas de ancianos válidos y dependientes. En estos momentos la atención se centra en servicios de atención a necesidades

Estrategia Atención Comunitaria

básicas, no hay una propuesta lúdica u ocupacional que se estén proporcionando a los ancianos. - Casa Rural El Molino, a nivel privado, organiza talleres relacionados con la nutrición, elaboración de productos naturales, botánica, apicultura.... - Cáritas de Cariñena (atiende a la población de Codos). –

ARÁNDIGA: Gimnasia de mantenimiento para adultos, pilates y zumba. Colonias infantiles de verano, recreación artística y la feria de San Martín.

MESONES DE ISUELA: Gimnasia de mantenimiento para adultos (2 días a la semana) y padel (actividad para niños y adultos en verano), zumba adultos 1 día a la semana y multideporte niños 1 días a la semana. Otras actividades: visitas culturales y charlas.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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