

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD DE FRAGA

Sector Sanitario

Barbastro

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CS Fraga

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

Blog del Centro de Salud de Fraga: En febrero de 2020 se creó el blog del CS Fraga y se abrió una cuenta de Instagram para difundir a la población contenidos de información sanitaria y estilos de vida saludables mediante educación sanitaria. Las Redes Sociales se han convertido en un canal de comunicación que tiene una influencia muy grande sobre la sociedad y forman parte de nuestro estilo de vida. Pues gracias a estos canales comunicativos los sanitarios de CS Fraga hemos podido ofrecer información fiable y apropiada durante todo el estado de alarma y la crisis sanitaria que ha generado el nuevo virus Sars-CoV-2, así como mostrar a la población las medidas de protección adecuadas para disminuir el riesgo de contagio. También se han abordado otros temas de salud dirigidos a los diferentes grupos de edades de la comunidad. Este Blog ha obtenido la autorización necesaria del Gabinete del Departamento de Sanidad. Referente : Silvia Casas, EAC.

Paseos por la vida: Proyecto que nació en enero de 2020, junto a la AECC Bajo Cinca, para incentivar a la población en general en la práctica del ejercicio físico, fomentar el envejecimiento activo en particular, e incidir en los beneficios que tiene éste para la salud. Los paseos se realizaban un día a la semana en dos horarios distintos, 9:30h y 10:30h, con una duración de 45-50 minutos aprox. cada uno, con salida y fin desde el mismo sitio, pudiéndose

Estrategia Atención Comunitaria

enlazar ambas andadas. Los recorridos podían ser por las calles dentro de la población y por caminos cercanos al núcleo. La acogida fue muy buena ya que cada día se iba sumando gente hasta llegar a más de 30 personas por grupo antes del parón por la pandemia del covid-19. Por el momento, los paseos están suspendidos temporalmente hasta que pase esta crisis sanitaria y se puedan volver a reiniciar sin peligro alguno. Referentes: Silvia Vidallet y Silvia Casas, EACs.

Autocontrol del Tao: Para pacientes que lleven al menos 6 meses con controles dentro del rango terapéutico. Se seleccionan previamente en la consulta de AP (por médico o enfermera) paciente o familiar. Las intervenciones consisten en 4 sesiones de 90', dónde se imparten conocimientos básicos de hematología, del tto. con sintrom, taller práctico de reflectómetro y pauta. Se objetivan aptitudes mediante test. Referentes: Nuria Aresté y José Luis Morera, enfermera y MFyC.

Pósters Saludables en Atención Continuada: Los enfermeros de Atención Continuada han realizado un programa de Educación para la Salud en el servicio de Urgencias del Centro de Salud con pósters informativos, tanto de manera permanente como de manera temporal conforme a la información más relevante de cada estación del año. La información de los mismos se ha actualizado e intensificado con la pandemia de Sars-CoV2. Responsable: Dolors Siscart Tresanchez, EAC.

Escuela de Espalda: Grupo creado con usuarios seleccionados por la fisioterapeuta del Centro de Salud dirigido a pacientes que no tienen una lesión aguda de espalda pero sí un problema de molestias o dolor cronificado y que pueden beneficiarse de un determinado tipo de ejercicios explicados por ella misma. El número de pacientes máximo por grupo es de 4. Las sesiones son de una hora durante 4 días a la semana. Referente: Raquel Magaz, Fisioterapeuta. (Suspendido temporalmente

Estrategia Atención Comunitaria

por el COVID, pendiente evolución de la pandemia).

Grupo de Crianza PROPIT: Todos los miércoles, de 11 a 13h, se reúnen las madres en la Biblioteca municipal infantil, con una madre experta en lactancia que hace de referente. Y una vez al mes, el primer miércoles, el grupo de crianza existente en Fraga desde más de una década, se reúne en la sala de Educación a Grupos del Centro de Salud donde la enfermera de pediatría, pediatras o matronas exponen temas relacionados con la crianza del recién nacido que previamente las propias madres han mostrado su interés en ese tema. Urgencias pediátricas, Baby Led Weaning, Masaje infantil, etc. son algunos de los temas que se exponen por parte de los profesionales de la salud. Referente: Patricia Millanes, matrona. (Suspendido temporalmente por el COVID, pendiente evolución de la pandemia).

Educación maternal: La Educación maternal se imparte en el Centro de Salud todos los lunes de 10 a 12 horas. La matrona es la encargada de conducir el grupo. El inicio de las clases está establecido en la semana 29 de gestación. Las sesiones constan de una hora de preparación psicofísica (ejercicios, estiramientos, relajación, respiraciones) y una hora de sesión informativa. En las sesiones informativas se abordan temas relacionados con el embarazo, el parto, el puerperio, la lactancia materna, la analgesia obstétrica, la planificación familiar etc. Referente: Patricia Millanes, Matrona. (Suspendido temporalmente por el COVID, pendiente evolución de la pandemia).

Educación a pacientes EPOC: Dos veces al año, se organizan intervenciones educativas grupales a pacientes con diagnóstico de EPOC. Los pacientes se seleccionan en las consultas de enfermería, tras llevar al menos un año diagnosticados y haber comenzado una educación individualizada con su enfermera. En cada intervención participan entre 10 y 12 personas (entre enfermos y sus cuidadores), y

Estrategia Atención Comunitaria

constan de 4 sesiones de 90 minutos cada una. Se imparten unos conceptos básicos sobre la enfermedad y cuidados, y se realizan talleres prácticos sobre el manejo de inhaladores, ejercicios respiratorios, técnicas de relajación. Se comprueba mediante test los conocimientos adquiridos, y la satisfacción percibida por la participación. El Curso está organizado por dos enfermeras del Centro de Salud y se imparte en el mismo. Referentes: Nuria Aresté y Pilar Bitrián, enfermeras. (Suspendido temporalmente por el COVID, pendiente evolución de la pandemia).

Grupo Salud Mental: Los lunes a las 12:30 se realizan sesiones en grupo con mujeres con distimia, ansiedad, depresión crónica y/o alguna patología de TMG (trastorno mental grave) que llevan una vida normal y pueden favorecerse de esta actividad. Los martes a las 11:30 se realiza una actividad de ajedrez con los pacientes de TMG. Los martes a las 12:30 grupo con los pacientes de TMG (esquizofrenia, T.Bipolar) en los que llevan a cabo salidas, se tratan los problemas cotidianos que se pueden encontrar por el rechazo social, hábitos saludables, noticias de actualidad. Los viernes de 11 a 12:30h, en el pabellón Cortes de Aragón, grupo de deporte con monitor especializado del Ayuntamiento para pacientes de TMG. También acuden usuarios de ATADES. Organizado por el equipo de Salud Mental. Referente: Ana Susín, enfermera. (Suspendido temporalmente por el COVID, pendiente evolución de la pandemia).

NUEVOS PROYECTOS 2021

La situación actual de la pandemia por Sars-CoV-2 ha cambiado las prioridades y posibilidades del Grupo de Trabajo. Para el nuevo curso se tratará de realizar formación sobre los contenidos de la Estrategia Comunitaria Aragón, y de apoyar las iniciativas existentes o por desarrollar en nuestra ZBS

¿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

CRUZ ROJA FRAGA: actividades para la tercera edad: fomentar la autonomía, prevención de caídas, primeros auxilios, alimentación, ejercicio, sueño prevención del deterioro cognitivo, salud emocional, uso de tecnologías; y demás talleres para población general: voluntariado de estudiantes para hacer paseos con ancianos, primeros auxilios en el cole, cursos de integración social para inmigrantes...

CARITAS FRAGA: campañas de recogida de alimentos, introducción al mundo laboral.

HOGAR DEL JUBILADO FRAGA: servicio de promoción de autonomía personal PAP Hogar de mayores de Fraga (incluido como Activo en la Estrategia de Atención Comunitaria del Gobierno de Aragón), Taller: alimenta tu bienestar, fisioterapia para dependientes, formación de cuidadores/as, talleres fisio-cognitivos, bailes...

COMARCA DEL BAJO CINCA: formación a cuidadoras a domicilio "Atención sociosanitaria a personas en situación de dependencia", salidas de senderismo y bicicleta, visitas de márgenes del Río.

ESCUELA DE ADULTOS FRAGA: Talleres de memoria, Clases de carnet de conducir para inmigrantes, Cursos de informática, Cursos de garantía social para acceder al mundo laboral, Charlas y coloquios.

CASA DE LA JUVENTUD FRAGA: Adolescencia: curso de educación sexual y control de las emociones, frustración, anorexia. Bailes y talleres medioambientales.

FUNDACIÓN CRUZ BLANCA FRAGA: Ayuda a problemática de trata, inmigrantes, prostíbulos test VIH, promoción de Hábitos saludables.

AECC ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER DE FRAGA: Caminatas, protección solar, deshabitación tabáquica.

SABINA BLANCA: Ayuda a la drogadicción y reinserción social.

ASOCIACIONES COMUNITARIAS: Atades, Asociación Alzheimer, Asociación Virgen del Pilar, Amas de Casa, Junior, Escultismo, Peña Fragatina, Grupos de Lectura, Amics del Cine, Bailes para Adultos, Asociación Virgen del Pilar, Instituto Musical.

ASOCIACIONES DEPORTIVAS: Pasadavant, Trotamons, Club de Atletismo, Kayak, Padel, Club de Montaña,

¿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

Pabellón COVID-19: El Pabellón Cortes de Aragón (Fraga) fue puesto en marcha el 1 de junio de 2020 con el objetivo de poder realizar adecuadamente el aislamiento de personas positivas en coronavirus que llegaron a la ciudad de Fraga para trabajar en la campaña de fruta, y que, por diferentes motivos no podían realizar el confinamiento en sus domicilios o fincas de trabajo. El pabellón, de titularidad municipal, se pudo poner en marcha gracias a la unión y trabajo de diversas instituciones públicas, contando con el apoyo también de entidades privadas. La gestión era llevada a cabo por el Ayuntamiento de Fraga y el seguimiento de los ingresados correspondía al Centro de Salud(SALUD). Dicho espacio, fue pensado para casos leves que dieron positivo en covid-19 y no requerían de hospitalización. Durante su estancia en el pabellón se les ofrecía una atención integral, no solo se tenía en cuenta su estado de salud, si no que se trabajaba teniendo en cuenta todas las necesidades básicas que una persona necesita, es decir, se les ofrecía y se llevaba a cabo una atención biopsicosocial, proporcionada por el personal del centro de

Estrategia Atención Comunitaria

salud (equipo médico, equipo de enfermería, trabajadora social). Responsables: Pili Albás y Carlos Boned, enfermeros, Isabel Domingo, MfyC, Paloma del Pino, Trabajadora Social.

Educación para la Salud en la edad escolar: durante el verano de 2020 dos enfermeras del EAP de Fraga se desplazaron por los colegios a realizar Educación para la Salud sobre concienciación de los jóvenes en edad infantil en relación a las medidas de protección frente a la COVID19. Responsables: Nuria Aresté y Pilar Albás, enfermeras.

Charlas de anatomía: Participación mediante charlas en Colegio Santa Ana de Fraga dirigida a alumnos de 4º de EP para explicación de la Anatomía y Fisiología del aparato reproductor. Referente: Patricia Millanes, matrona. (Suspendido temporalmente por el COVID, pendiente evolución de la pandemia).

Paseos por la vida: el proyecto se desarrolla junto con la AECC. Participación de varios profesionales sanitarios en el Consejo de Salud de Fraga.

Participación de Luis Pérez, enfermero, en la **Comisión Clínica** para la Seguridad del Paciente y reducción de la Mortalidad del Sector Barbastro del SALUD.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El equipo de trabajo de Atención Comunitaria está abierto a incorporaciones y a todos los miembros del EAP. Está coordinado por Luis Pérez, enfermero de Atención Continuada, referente en la organización y difusión de las actividades comunitarias del equipo. La actividad del Grupo de Trabajo se paralizó con la llegada del estado de alarma, pero en otoño se retomó, de manera virtual a través de la app

Estrategia Atención Comunitaria

Whatsapp y el soporte informático Drive, para continuar con las iniciativas y proyectos que la situación nos permite realizar. El grupo se fundamenta en premisas de actitud abierta, horizontalidad, tolerancia, trabajo en equipo y solidaridad en las actuaciones para llevar a cabo los proyectos y las actividades comunitarias propuestas. Para el 2021 el Grupo se ha propuesto realizar formación online sobre Agenda Comunitaria, Activos de Salud y demás contenido de la Estrategia de Atención Comunitaria, así como apoyar las iniciativas existentes tanto en el EAP como en nuestra comunidad.

Agenda Comunitaria CS Fraga, II Edición:

Paz Navarro, MFyC

Jose Luis Morera, MFyC

Dolors Siscart, Enfermera

Patricia Millanes, Matrona

Ines Navasa, Enfermera

Silvia Casas, Enfermera

Belén Ayudan, Enfermera

Silvia Vidallet, Enfermera

Pili Albás, Enfermera

Carlos Boned, Enfermero

Isabel Domingo, MFyC

Paloma del Pino, Trabajadora Social

Luis Perez, referente, enfermero

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?