

Actividad Física y Recomendación de Activos para la Salud.

Plan de Actividad Física beneficiosa para la Salud. PAFIS.

Proyecto interdepartamental

- Dirección General de Deporte
- Dirección General de Asistencia Sanitaria
- Dirección General de Salud Pública

Las evidencias

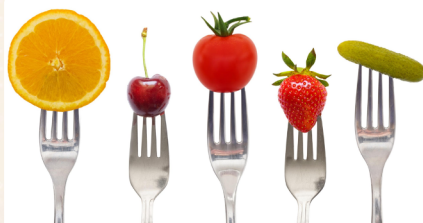
La actividad física mejora la... SALUD

“Se ha comprobado que llevar una vida activa alarga la vida. Si además tenemos en cuenta que aumenta el bienestar, significa que siendo activos podemos disfrutar de una mejora en la esperanza y calidad de vida. Es decir, **vivir más y mejor**”. [Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS](#)





Plan de Salud de Aragón 2030





LA SALUD EN TODAS LAS POLITICAS



Disponer de alimentos



Un medioambiente sin
residuos



Acceso a la energía



Respirar un aire no
contaminado



Un techo para vivir



Disponer de agua potable



El acceso a
servicios
públicos



El entorno
industrial



El empleo



Un estilo de
vida
saludable



El lugar en
el que
vivimos

Pero también tenemos problemas:



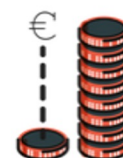
Envejecimiento

Haz click para ver más



Dispersión geográfica

Haz click para ver más



Riesgo de pobreza y desigualdad

Haz click para ver más



Falta de información

Haz click para ver más



Estilos de vida negativos para la salud:



Malos humos

Haz click para ver más



Alimentación

Haz click para ver más



Alcohol

Haz click para ver más



Sedentarismo

Haz click para ver más

Estrategia Atención Comunitaria en AP

Pilares básicos proceso salud enfermedad



PARTICIPACIÓN
COMUNITARIA



PROCESO
SALUD-
ENFERMEDAD



ATENCIÓN
PRIMARIA DE
SALUD

ACCIÓN
INTERSECTORIAL



*"La salud comunitaria es un espacio de **trabajo compartido y de coproducción**, no sólo del sistema sanitario, sino junto con instituciones locales (Ayuntamientos, Comarcas...) y el resto de agentes y recursos comunitarios"*

Estrategia Atención Comunitaria en AP



Salud
Comunitaria
Aragón

Estrategia de Atención Comunitaria en el Sistema de Salud de Aragón Atención Primaria

Abril 2019

 GOBIERNO
DE ARAGÓN
Departamento de Sanidad

Atención Comunitaria
basada en Activos

Mejorar la orientación
comunitaria de la
Atención Primaria
incorporando el **modelo
de activos para la
salud** como
complementario al
modelo de déficits tan
instalado en nuestros
sistemas sanitarios



ACTIVO PARA LA SALUD

«Cualquier factor o
recurso, que potencia la
capacidad de las personas,
comunidades y
poblaciones para
mantener y promover la
salud y el bienestar y
afrontar la desigualdad»

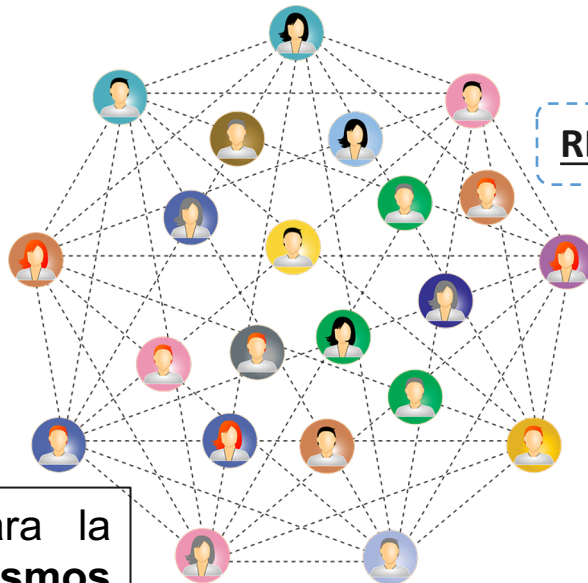


Dinamización y
Recomendación de
Activos para la Salud

Estrategia Atención Comunitaria en AP

Dinamización y
Recomendación de Activos
para la Salud

La recomendación de activos para la salud es la **creación de mecanismos formales en AP** que puedan proporcionar a ciertas personas alternativas no clínicas de atención que inciden sobre su salud. Nos permite recomendar, en el marco de una relación terapéutica, recursos no clínicos ya existentes en la comunidad reconocidos como activos para la salud. Para realizarla es necesario dinamizar y conectar los activos para la salud de un territorio.



RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS CS FUENTES NORTE





**Developing Social Prescribing and
Community Referrals for
Mental Health in Scotland**
November 2007



Social prescribing enables GPs, nurses and other primary care professionals to refer people to a range of local, non-clinical services.

But does it work? And how does it fit in with wider health and care policy?





1- Dinamización Activos para la Salud. Participación. Coordinación.

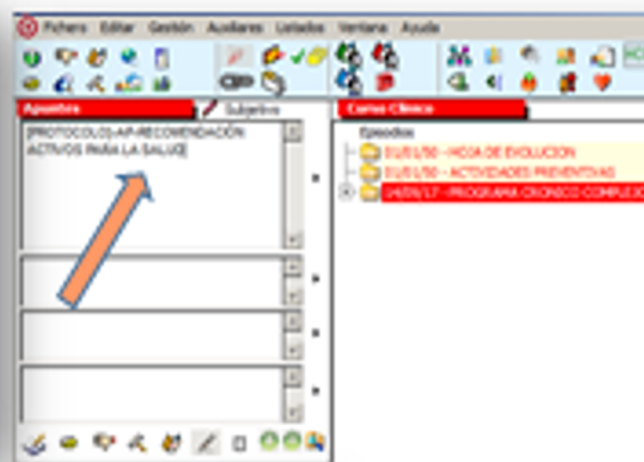
2-Recomendación de Activos para la Salud en AP. Facilitación

Atención Comunitaria
basada en Activos

ATENCIÓN COMUNITARIA BASADA EN ACTIVOS:
RECOMENDACIÓN ACTIVOS PARA LA SALUD EN
ATENCIÓN PRIMARIA

Estrategia Atención Comunitaria en Atención Primaria

DEPARTAMENTO DE SALUD
Septiembre 2018



ACCIONES/SEGUIMIENTO | COMENTARIOS

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

Aspectos a potenciar en el paciente:
(categorías no excluyentes)

☐ Actividad física
☐ Autocuidados
☒ Habilidades cognitivas
☐ Habilidades emocionales
☐ Habilidades relacionales y sociales

Buscador de Activos

Motivo recomendación

Activo recomendado

¿Se deriva a T.S.?

Imprima el informe asociado al protocolo o desea un volante de la recomendación

SEGUIMIENTO

Paciente: Grado de asistencia
Grado de satisfacción Valoración del 1 al 5 (sendo 5 la máxima puntuación)

Profesional: Grado de mejora
Valoración del 1 al 5 (sendo 5 la máxima puntuación)



Nuestra historia

- Y todo empezó con....:
- La pandemia...
- **El LAAAB y el “Codiseño del servicio de actividad física y recomendación de activos para la salud”.** (2 Departamentos 3 Direcciones Generales)



Proceso Design Thinking





El presente: PAFIS

(Plan de Actividad Física beneficiosa para la Salud)

Europa y los fondos MMR:

- **Meta 1:** Aprobación en la Comunidad Autónoma de un **plan de prescripción de actividad y ejercicio físico**.
- **Meta 2:** Disponer de un **sistema/herramienta digital** que dé soporte al plan de prescripción.
- **Meta 3:** Disponer de un curso de **formación específica** en programas de actividad y ejercicio físico saludables, para el colectivo de **educadores físicos y deportivos**.
- **Meta 4:** **Haber formado** en programas de actividad y ejercicio físico saludable, al menos a un 10% del colectivo de educadores físicos y deportivos (**33**).
- **Meta 5:** Disponer de un curso de **formación específica** en prescripción de ejercicio físico para **personal sanitario** (Médico de Atención Primaria y Enfermería) de la Comunidad Autónoma.
- **Meta 6:** **Haber formado** en prescripción de ejercicio físico al menos a un 5% del colectivo de personal sanitario (**109**).
- **Meta 7:** Disponer de UAEF,s que atiendan al menos **al 7 % de los municipios** de la comunidad autónoma (**51**).
- **Meta 8:** Que al menos un 0,01 por ciento del total de **población** de la comunidad autónoma haya participado en programas de las UAEF,s (**133**).

Fecha límite 31 de diciembre de 2023.

Proyecto piloto

- Andorra y Comarca de Andorra Sierra de Arcos
- Calatayud y Comarca Comunidad de Calatayud
- Fraga y Comarca del Bajo Cinca / Baix Cinca





Temporalización del proyecto piloto

PRESENTACIÓN INSTITUCIONAL

19 de enero :
Comarca
Comunidad de
Calatayud

25 de enero :
Comarca del Bajo
Cinca / Baix Cinca

7 de febrero :
Comarca de
Andorra Sierra de
Arcos

PRESENTACIÓN A TECNICOS/AS

31 de enero :
Comarca del Bajo
Cinca / Baix Cinca

2 de febrero :
Comarca
Comunidad de
Calatayud

16 de febrero :
Comarca de
Andorra Sierra de
Arcos

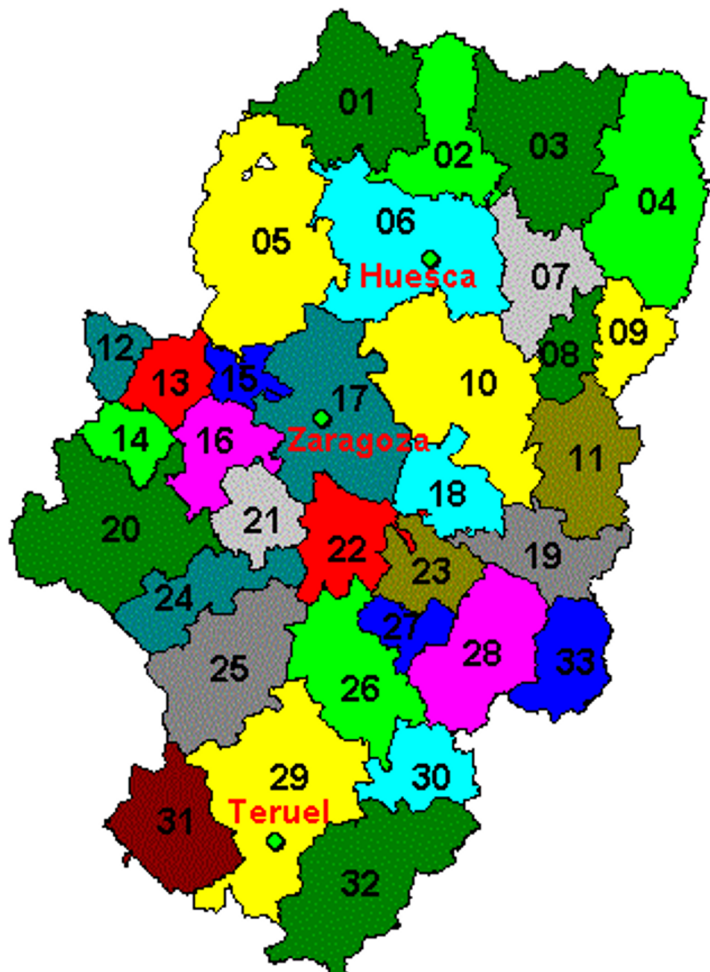
GRUPOS DE TRABAJO

Calendario a
elaborar con
profesionales
sanitarios y
educadores/as
físico-deportivos



El futuro

Comunidad Autónoma de Aragón



**Implantación del
Plan de Prescripción de
Actividad Física Beneficiosa
para la Salud (PAFIS)
en todo Aragón**



En síntesis

Desde Europa, el Gobierno de España y el Gobierno de Aragón, se quiere implantar un Plan de prescripción de Actividad Física beneficiosa para la Salud, que redunde en beneficio de sus ciudadanos y ello...

**Requiere colaboración e implicación ya que,
la salud, es cosa de tod@s.**

Vamos junt@s!



¿ Y en vuestro territorio que conocemos desde Salud Pública, Deporte y Atención Primaria ?



SALUD PÚBLICA

MAPEO DE ACTIVOS

El mapeo de activos para la salud consiste en la identificación de las riquezas y los recursos de la comunidad que generan salud entre sus integrantes a través de un proceso participativo y centrado en lo que nos hace estar sanos (Hernán et al., 2010).

¿ QUÉ SON LOS BUSCADORES DE ACTIVOS?

Plataforma para **identificar y compartir actividades y recursos** comunitarios que son positivos para la salud y el bienestar.



ACTIVOS DE SALUD ARAGON



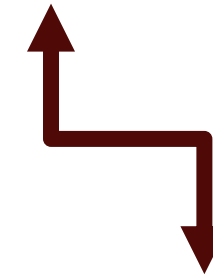
Figura 12. Ciclo de acción comunitaria. *Acción Comunitaria para ganar salud* (2).

DIAGNÓSTICO DE SALUD

ATLAS DE SALUD ARAGÓN

“El sitio donde vivo”

- DETERMINANTES DE SALUD
- ¿QUÉ ES LO QUE PERCIBEN Y SIENTEN LAS PERSONAS?



LOCALIZA SALUD





ACTIVOS COMUNITARIOS REGISTRADOS EN ACTIVOSARAGÓN



Activos registrados:

63 actividades (41 sobre actividad física)

5 recursos (especialmente de apoyo a personas mayores o con problemas de salud mental)

Municipios: 45 (67% de los municipios tienen algún activo registrado)

Población diana:

13 activos para personas con problemas de salud mental

7 personas mayores

2 orientados a infancia

PUBLICACIONES

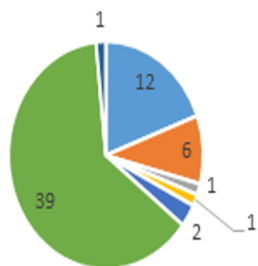
BOLETÍN PROMOCIÓN DE SALUD

BOLETÍN DE NUEVOS ACTIVOS





¿QUIÉN PROMUEVE Y REGISTRA EL ACTIVO EN CALATAYUD?



- ASAEME
- Asociación sociocultural Alto Jalón
- Aula de Educación de Adultos de Sabiñán / Ayuntamiento de Sabiñán
- Ayuntamiento de Ibdes
- Ayuntamiento Mores_Comarca Calatayud
- Deportes comunidad de Calatayud
- Escuela infantil Zagalines_Ayto alhama de Aragón

ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN CALATAYUD COMARCA COMUNIDAD DE CALATAYUD

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

YOGA

PILATES

GINNASIA DE MANTENIMIENTO

ZUMBA FITNESS

Ver detalles +

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera ()

Persona de contacto

AYUNTAMIENTO (376881314) (BARRIOS@CALATAYUD.ES)

Fecha de última actualización de la actividad

23/05/2022

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

NS/NC

Temas

Localización

Avenida A A 50300 Calatayud Zaragoza Aragón España

Ver en el mapa +

Mapa

Satélite



ACTIVO/ACTIVIDADES	Nº	TEMAS	POBLACIÓN DIANA	ÁREA DE INFLUENCIA
DEPORTES COMARCA DE CALATAYUD	41	Actividad física	Población general	Comarca Calatayud
ASAEME	12	Bienestar emocional, salud mental Habilidades para la vida , actividades creatividad, actividad física, ocio saludable , sensibilización	Personas con problemas de salud mental y sus familiares.	Comarca Calatayud
ASOCIACIÓN CULTURAL ALTO JALÓN	6	Inclusión formación sociolaboral. Envejecimiento activo, memoria y TICs Ocio saludable: Ludoteca, huerto...	Población general, mujeres migrantes, infancia, personas mayores.	Ariza, Alhama, Cetina, Monreal de Ariza, Pozuel de Ariza, Bortalba
CENTRO EDUCACIÓN DE ADULTOS. aYUNTAMIENTO SABIÑÁN	1	Envejecimiento saludable- Taller de memoria	Personas mayores	Sabiñán
AYUNTAMIENTO DE ALHAMA. ESCUELA INFANTIL ZAGALINES	1	Estimulación temprana	Infancia	Alhama de Aragón
AYUNTAMIENTO DE IBDES	1	Club de lectura	Población General	Ibdes
AECC	1	Atención psicosocial	Personas con cáncer y sus familiares	Comarca Calatayud

Población diana Activos: 3 personas mayores, 1 Salud Mental, **resto Población General**



Atención Primaria

Agenda comunitaria

COMARCA COMUNIDAD DE CALATAYUD

CS Alhama de Aragón (2018)

CS Sabiñán (2019)

CS Ateca (2019)

CS Ariza (2022)

CS Morata de Jalón (2022)

CS Calatayud Rural (2019)

CS Calatayud Norte (2020)

CS Villarroya de la Sierra (2020)

PROYECTOS AUTORIZADOS ACUERDOS DE GESTIÓN 2022 SALUD (Atención Primaria, Hospitalaria, O61, Sociosanitario Y Salud Mental)

(enero 2023)					
SECTOR	AC	AP	% AC EN AP	TODOS	% AC EN TODOS
ALCAÑIZ	22	38	58%	94	23%
BARBASTRO	20	54	37%	110	18%
CALATAYUD	13	30	43%	108	12%
HUESCA	19	35	54%	123	15%
TERUEL	19	31	61%	98	19%
ZARAGOZA 1	13	45	29%	140	9%
ZARAGOZA 2	24	73	33%	307	8%
ZARAGOZA 3	27	79	34%	205	13%
O61				24	0%
ARAGÓN	157	385	41%	1209	13%

AC= Proyectos vinculados a la Estrategia de Atención Comunitaria

AP=Totalidad de Proyectos presentados en Atención Primaria

SALUD= Servicio Aragonés de Salud

Centro de trabajo

CS ALHAMA DE ARAGON

PROGRAMA DE EPS Y ACTUALIZACION EN DIETAS PARA PACIENTES DIABETICOS DE LA ZBS DE ALHAMA DE ARAGON

CS ARIZA

IMPULSO A LA ATENCION COMUNITARIA EN LA ZONA BASICA DE SALUD DE ARIZA. RECOMENDACION DE ACTIVOS COMUNITARIOS

CS ATECA

MEJORANDO LA RECOMENDACION DE ACTIVOS PARA LA SALUD EN EL CS ATECA

CS CALATAYUD

PREVENCION DE CARIES Y MEJORA DE LA SALUD BUCODENTAL DE LA POBLACION INFANTIL DE ENTRE 5 Y 11 AÑOS DE EDAD ESCOLARIZADA EN LA LOCALIDAD DE CALATAYUD

CS CALATAYUD

MEJORA DE LA ACCESIBILIDAD Y COMUNICACION EN EL CENTRO DE SALUD CALATAYUD NORTE MEDIANTE EL USO DE PICTOGRAMAS Y LENGUAJE INCLUSIVO

CS CALATAYUD

EL CENTRO DE SALUD DE CALATAYUD EN FACEBOOK E INSTAGRAM

CS CALATAYUD

MAPEO DE ACTIVOS PARA LA SALUD EN EL CENTRO DE SALUD CALATAYUD RURAL. COMENZAMOS

CS CALATAYUD

SALUD BUCODENTAL EN LA ESCUELA RURAL

CS MORATA DE JALON

EDUCACION GRUPAL PARA DIABETICOS

CS MORATA DE JALON

“APRENDIENDO A REALIZAR RCP BASICA Y MANEJO DEL D.E.S.A. EN POBLACION ADULTA DEL C.S. MORATA DE JALON”

CS SAVIÑAN

FORMACION DE RCP BASICA Y PRIMEROS AUXILIOS AL PERSONAL SOCIOSANITARIO DE LA RESIDENCIA DE MAYORES DE SABIÑAN



Atención Primaria

Datos Globales ARAGON Protocolo RA AP 2022

Total pacientes RA 3111 73% mujeres edad media 66 años
27% hombres edad media 63 años

ASPECTO A POTENCIAR : ACTIVIDAD FISICA 2057
104 SECTOR CALATAYUD

ASPECTO A POTENCIAR AF
GRUPOS DIAGNÓSTICOS

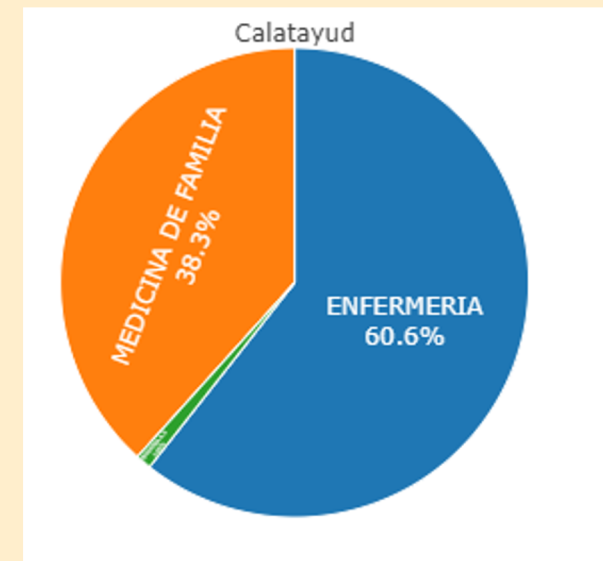


COMARCA COMUNIDAD DE CALATAYUD

EQUIPOS RECOMIENDAN ACTIVOS

ALHAMA DE ARAGON	17
ARIZA	37
ATECA	20
CALATAYUD NORTE	5
CALATAYUD SUR	19
MORATA DE JALON	16
SABIÑAN	17
VILLARROYA DE LA SIERRA	2

PROFESIONALES RECOMIENDAN ACTIVOS



ASPECTO A POTENCIAR : ACTIVIDAD FISICA 95

RECOMENDACIONES AF: PASEOS, PILATES, ACTIVIDAD DEPORTIVA, GIMNASIA MAYORES, GIMANASIA MANTENIMIENTO

MOTIVOS/PROBLEMAS DE SALUD: TA, PESO, DIABETES, FOMENTAR HABITOS SALUDABLES, APARATO LOCOMOTOR, ANSIEDAD,



¿Y en vuestro territorio que teneis vosotros en lo que esteis trabajando ?

GRACIAS POR SU ATENCIÓN

Proyecto interdepartamental

- Dirección General de Deporte
- Dirección General de Asistencia Sanitaria
- Dirección General de Salud Pública