

Estrategia Atención Comunitaria
AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD DE BARRIO JESÚS

Sector Sanitario

Zaragoza I

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CS Barrio Jesús

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- Consejo de Salud

El 14 de Julio de 2023 se creó el Consejo de Salud del barrio Jesús, que contó con la asistencia de la mayoría de sus miembros convocados. Se ha creado un grupo de Whatsapp propio para la comunicación interna entre sus participantes.

Nos hemos reunido dos veces, el 14 de Julio de 2023 y el 28 de Septiembre de 2023. La siguiente reunión será en Enero, ya que acordamos una reunión trimestral.

Durante las dos reuniones que se han llevado a cabo se ha mantenido una buena asistencia y participación de las asociaciones y organismos convocados, y se está intentado que más instituciones se unan al Consejo de Salud,

De las reuniones han surgido varias iniciativas, entre ellas se encuentran la creación de pequeños videos grabados por parte de los profesionales sanitarios para informar a la población de las novedades respecto a temas sanitarios como pueden ser vacunaciones, actividades comunitarias que se realicen desde el centro de salud, etc. Estos videos se difunden a través de la página de Facebook de la asociación de vecinos de Barrio Jesús.

Otra de las iniciativas propuestas consiste en realizar un diagnóstico de salud del barrio, contando con el apoyo de la asociación de vecinos, datos sanitarios extraídos del centro de salud y otros datos aportados por diferentes entidades relacionadas con el barrio.

2- Paseos saludables

Se ha creado una actividad comunitaria llamada PASEOS SALUDABLES. Esta actividad ha sido validada y registrada como activo de salud en la página web comunitaria de Aragón. Está dirigida por dos enfermeras del centro de salud y los objetivos de estos paseos son incentivar a la población a aumentar su actividad física, crear un espacio fuera de la consulta para establecer lazos con los pacientes y animar a pacientes que viven solos o no tienen redes de apoyo a establecer relaciones con otras personas. Los paseos se realizan los miércoles a las 9:30h con salida en la puerta principal del centro de salud y la duración aproximada es de 1 hora.

3- Taller “Dí adiós a las dietas aprendiendo a leer etiquetas”

Se ha realizado la primera edición del taller “Dí adiós a las dietas aprendiendo a leer etiquetas” cuyo objetivo es enseñar a los pacientes a leer las etiquetas de los alimentos envasados para conocer cuál es la composición de dichos alimentos y poder escoger cuales quieren consumir teniendo en cuenta dicha composición.

El taller se ha realizado durante dos jueves consecutivos, los días 19 y 26 de Octubre, en horario de 16:00 a 17:00h y han participado unas 20 personas. Se han proporcionado encuestas de satisfacción para conocer la opinión de los pacientes y poder mejorar aspectos relacionados con el taller.

Está previsto realizar más ediciones, ya que hubo más pacientes interesados que no obtuvieron plaza debido al límite en el aforo.

Este taller también se encuentra incluido como activo de salud para poder recomendar desde OMI y forma parte de un proyecto de calidad.

Asimismo, se ha hablado con el CEIP Hilarión Gimeno y se va a ofrecer este taller para padres pertenecientes al AMPA, ya que consideran que la alimentación de los alumnos no siempre es la más adecuada.

4- Grupo de Crianza

La matrona del centro de salud, Aitana Morant, y la enfermera de pediatría Teresa Tolosana, dirigen el grupo de Crianza del centro. Esta actividad se realiza un día a la semana, los martes de 11:30 a 13:30. En él se llevan a cabo sesiones teóricas sobre lactancia materna, desarrollo del sueño infantil o prevención de accidentes en la infancia entre otros. También se ofrecen talleres prácticos como el de alimentación complementaria BLW o el de RCP en adultos y niños. Y por último, y no menos importante, cumple su función como grupo de apoyo en la comunidad.

5- Grupo de Educación Maternal

La matrona del centro de salud, Aitana Morant, dirige el grupo de Educación Maternal. Esta actividad se realiza un día a la semana, los jueves de 11:30 a 13:30. Consta de ocho sesiones que se repiten cíclicamente, el grupo permanece abierto y las gestantes (y sus acompañantes) se incorporan al mismo sobre las 28 semanas de gestación. En él se realizan sesiones teóricas sobre cuidados del embarazo, alivio del dolor de parto, lactancia materna o planificación familiar. La enfermera de pediatría, Teresa Tolosana, colabora impartiendo la sesión de cuidados del recién nacido.

6- Protocolo de Soledad No deseada

Se va a llevar a cabo en nuestro centro de salud un programa piloto para detectar la soledad no deseada en personas mayores. Para ello, hemos de derivar a los pacientes mayores de 75 años y que vivan solos a nuestra Trabajadora Social para hacer abordaje y seguimiento. El objetivo es que con los resultados del programa se creen recursos para intentar solventar esta problemática social.

7- Día mundial tabaco

El 31 de Mayo se celebró el día mundial sin tabaco a nivel mundial. En el centro de salud dimos visibilidad a este día a través de una mesa informativa en la que se entregaban folletos explicativos a los pacientes y además se les ofrecía realizar una coximetría para hacer la medición de la cantidad de monóxido de carbono en el aire espirado.

¿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

1- Centro Médico de Especialidades Grande Covián

Atención sanitaria a los usuarios de la zona de la margen izquierda de Zaragoza, entre ellos el Centro de salud barrio Jesús

Av. del Alcalde Francisco Caballero, 19, 50014 Zaragoza 976 47 23 70

2- Escuelas promotoras de salud.

En nuestra Zona Básica de Salud contamos con varios colegios que pertenecen a la RAEPS (Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud). Una Escuela Promotora de Salud es un centro educativo que prioriza en su proyecto educativo la promoción de la salud y facilita la adopción de modos de vida sanos en un ambiente favorable a la salud.

Los centros educativos que pertenecen a nuestra zona básica de salud son el CEIP Marie Curie, el CEIP Hilarión Gimeno y el Colegio la Purísima y San Antonio, los tres pertenecen a la RAEPS. Hay dos centros educativos también pertenecientes a la RAEPS que no están en nuestra zona de salud sino en zona limítrofe que son el IES Azucarera y el colegio Cándido Domingo.

Se ha contactado con todos los centros educativos para ofrecernos como personal sanitario, y se han acordado reuniones durante las próximas semanas para concretar los temas

Estrategia Atención Comunitaria

a trabajar con el alumnado acorde a las necesidades detectadas en cada centro educativo.

3- Centro de convivencia para mayores Estación del Norte

Los Centros de Convivencia para Mayores son espacios de encuentro y relación, destinados a ofrecer a los mayores servicios y actividades adecuados a sus necesidades e intereses. Constituyen una red de equipamientos y servicios para la participación, el encuentro, la convivencia y el ocio.

El centro que pertenece a nuestra zona básica de salud realiza varios talleres dirigidos a la población mayor. Algunas de las actividades que se realizan son talleres de memoria, ajedrez, psicomotricidad, baile en línea, bailes de salón, jota, dibujo, ganchillo, higiene postural, labores textiles, magia, yoga, pintura, taichi, etc.

Estas actividades tienen una gran aceptación por parte de los vecinos y son un espacio donde socializar y compartir experiencias.

C. de Matilde Sangüesa Castañosa, s/n, 50015 Zaragoza

4- Centro cívico Estación del Norte

Ubicado en el mismo edificio que el centro de TL y el centro de mayores se encuentra el Centro Cívico. En sus instalaciones se realizan multitud de actividades con ofertas para todos los públicos. Entre las actividades propuestas se encuentran talleres de risoterapia, jardinería, teatro, idiomas, dibujo, mindfulness, yoga, pilates, talleres de genealogía e historia familiar, entre otros.

C. de Matilde Sangüesa Castañosa, s/n, 50015 Zaragoza

5- Centro de tiempo libre Telaraña

Ubicado en el mismo edificio del centro para mayores, se trata de un centro de entretenimiento y educativo infantil para niños entre 2º de primaria y 2º de secundaria. En este se realizan actividades relacionadas con

Estrategia Atención Comunitaria

festividades del año (Navidad, Halloween, San Antón, Carnavales etc) , actividades en la Naturaleza y al aire libre ,convivencias, excursiones ,espectáculos de magia y también mercadillos solidarios.

C. de Matilde Sangüesa Castañosa, s/n, 50015 Zaragoza

6- Amigos andarines El Dragón

Grupo de andarines con programación anual cuyas salidas comienzan en la plaza del dragón, ubicada en el Barrio Jesus. Cuenta con numerosos participantes y en ocasiones trasladan sus caminatas a otros lugares de Zaragoza o incluso de Aragón.

7- Centro de Adultos Margen Izquierda

Centro referente para la población adulta de la zona, prestando servicio de acogida y de integración para aquellas personas que busquen mejorar su formación educacional.

Físicamente la sede se encuentra en nuestra zona de salud, pero cuenta con otra en el centro penitenciario de Zuera.

La relación del Centro de adultos con su entorno es necesaria y primordial., ya que la educación es considerada la base para la promoción e inclusión social de los alumnos.

Oferta Formativa: ESO para adultos, preparación grado superior, español para extranjeros y aula mentora.

Otros cursos: Inglés, informática, historia del arte, lectura de libros.

C/Lourdes , 23 50014 zaragoza -
976392657/638863293

8-Centro deportivo Enjoy Ribera y Vivagym

Son los centros deportivos que se encuentran en nuestra zona de salud dirigidos a la población general con programas completos con entrenadores, clases con monitores e incluso programa kid y ludoteca para animar a realizar deporte en familia.

Estrategia Atención Comunitaria

Enjoy Ribera Av/ Puente del Pilar 14, 50014
Zaragoza 976164382
Vivagym Av/ Cataluña 59 , 50014 Zaragoza.

9. Proyecto Sección de Salud BM Colores Schar

La entidad deportiva balonmano colores tiene un proyecto de promoción de la salud cuyo objetivo es mejorar la prevención y la promoción de salud en los miembros de la asociación deportiva, mejorando sus habilidades y capacidades para mejorar el bienestar de los integrantes del club deportivo y sus familias.

Además, participan en las acciones de promoción de salud junto con otros sectores en las zonas de Zaragoza donde se encuentra.

10. Asociación Zascandil

Centro de tiempo libre del Ayuntamiento de Zaragoza (para menores entre 6 y 12 años). Horario de tardes 17,00 hr. a 19,50 hr. inscripción por orden de llegada y de carácter gratuito. Servicios de ludoteca, talleres, deporte y biblioteca.

C. del Norte, 17, 50014 Zaragoza 976 20 58 75

11. Yacarandar

Asociación dedicada a promover la salud y el arte a través de actividades ,cursos y talleres creativos y terapéuticos, (musicoterapia, dibujo y pintura,juegos,taller de memoria,yoga,etc.)

C/ de Pedro Arnal Caveró 26, 50014 Zaragoza.
info@yacarandar.com

12. Ateneo

Punto de encuentro principalmente juvenil. Centro de información y formación (cursos de manipulador de alimentos,monitor de tiempo libre,etc.). El local es utilizado por diferentes asociaciones o grupos como SOS racismo, colectivo LGTB,etc.que asesoran y orientan sobre temas que les afectan, p.e. regulación de extranjería,vivienda,etc.

Estrategia Atención Comunitaria

Tr.ª Nicolas funes 8.50014 Zaragoza. Tlf. 976219045.

13. Centro de Fisioterapia Andrés Puértolas

El centro de fisioterapia Andrés Puértolas abrió sus puertas el 1 de abril de 2022. Es un centro de fisioterapia que atiende a pacientes de forma privada principalmente con problemas musculoesqueléticos aunque también con patología neurológica, lesionados medulares, geriatría... Además de las consultas individuales cuentan con actividades grupales, fundamentalmente pilates, tanto para población general como para embarazadas y para la etapa del post-parto.

C. de Aguarón, 13, 50014 Zaragoza - 641 34 76 44

14. Zaragoza Dinámica

Servicio de orientación e inserción laboral, pertenecen a la red de servicios sociolaborales de Zaragoza.

Servicios que ofrecen: orientación profesional, bolsa de trabajo, servicio de intermediación para empresas, atención y apoyo al emprendimiento, información y recursos para el empleo y talleres de desarrollo de competencias.

C /de Mas de las Matas,30. Barrio Jesus.Zaragoza (casa del Director Azucarera).

15. Espacio develop

Equipo de profesionales en psicología clínica, educativa y organizacional. Comprometidos con el desarrollo de las capacidades de las personas, de todas las edades, buscando el éxito personal y profesional.

Psicología

(niños, adolescentes, adultos, ansiedad, depresión, estrés, fracaso escolar, adicciones, terapias de pareja y familiar). Realizan diferentes cursos y talleres.

C/ Muel nº2, 50014 Zaragoza.

16. Hacemos Yoga

Ofrecen clases de yoga, meditación, Taichí-Chi Kung el Qi Gong, etc. que se adaptan a cada persona y a cada condición con un enfoque terapéutico e integrador. Realizan actividades prácticas para mejorar el sueño, la ansiedad, etc. y conferencias.

C/ Cmo del Vado nº 4 50014 Zaragoza.

17. Interdomicilio

Empresa que se dedica a la gestión privada de multiservicios profesionales para el hogar. Ofrecen todo tipo de servicios para particulares relacionados con la limpieza, cuidado de personas mayores y niños, pequeñas reparaciones, etc.

C/Marqués de la Cadena 63, 50014

Teléfono: 976 79 52 68 // 605 333 448

¿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

1- Asociación de vecinos Barrio Jesus

Gracias a la participación del presidente de la asociación de vecinos de Barrio Jesús (Carlos Masa) en el Consejo de Salud, tenemos una buena y fluida colaboración con esta asociación. En la página de Facebook de la asociación se va informando a los vecinos de las actividades que se llevan a cabo en el barrio. También hemos utilizado este canal de comunicación para colgar pequeños videos explicativos con información relevante para la población, como por ejemplo, inicio de la campaña vacunación, fechas previstas en las que se va a poder vacunar a cada grupo de edad, etc.

Es una manera rápida y eficaz para trasladar la información a los vecinos del barrio, por lo que seguiremos utilizando este medio para aspectos de interés para la comunidad.

2- Balonmano Colores

Balonmano Colores es una entidad deportiva que cuenta con unos 220 jugadores y alrededor de 33 entrenadores con edades comprendidas entre los 8 y los 30 años. Aunque la sede central del club se encuentra en la calle San Vicente de Paul, hay muchos jugadores residentes en el Barrio Jesus y muchos de los entrenamientos y partidos del equipo se llevan a cabo en instalaciones pertenecientes a nuestra zona de salud.

Este club se creó en 2007 con la intención de que fuera un club abierto a niños y niñas de todas las culturas y que a través del balonmano se abordasen los valores y actitudes como una parte esencial de su educación y desarrollo personal, así como del propio grupo.

Los centros escolares, las AMPAS y las asociaciones sociales del Casco Histórico, Barrio Jesús y del Arrabal conocen la oferta del BM Colores y apoyan su desarrollo. El proyecto obtuvo el Premio Ciudad de Zaragoza al DEPORTE E INTEGRACIÓN SOCIAL 2009, del Ayuntamiento de Zaragoza, y fue reconocido por la Fundación Olímpica en el Foro sobre Deporte e Inmigración (Barcelona, noviembre de 2009).

Hemos establecido contacto con la coordinadora del proyecto de promoción de la salud de esta entidad para colaborar y realizar un proyecto de formación en primeros auxilios para los entrenadores de la entidad que entrenan y trabajan diariamente con población infantil.

3- Centro de Mayores Estacion del Norte

Al inicio del curso escolar se contactó con la directora del centro para conocer el funcionamiento del mismo y las actividades que se realizaban. Nos dijo que si teníamos algún paciente que se pudiese beneficiar de alguna de las actividades y talleres que se llevan a cabo, contactaremos directamente con ella que

Estrategia Atención Comunitaria

intentaría incluirlos aunque fuese fuera de plazo, lo cual nos pareció muy beneficioso para poder recomendar activos pertenecientes a este centro.

4- CMAPA

El Centro Municipal de Atención y Prevención de las Adicciones (CMAPA) es un recurso del Ayuntamiento de Zaragoza, público y gratuito, atendido por un equipo multidisciplinar. Cuenta con profesionales de la psicología, medicina, psiquiatría, enfermería, trabajo social, educadoras y personal administrativo.

Va dirigido a personas y/o sus familiares con problemas asociados a conductas adictivas y a instituciones públicas y privadas: educativas, sanitarias, comunitarias u otras que demanden atención, prevención, formación o información sobre conductas adictivas.

Avda. Pablo Ruiz Picasso, 59, 50018, Zaragoza; Teléfono 976 724 916.

<https://www.zaragoza.es/sede/portal/servicios-sociales/adicciones/>

5- AFDA

Es una entidad sin ánimo de lucro reconocida de utilidad pública destinada a la mejora del bienestar y la salud tanto física como emocional. Su finalidad es prestar apoyo y atención psicoterapéutica para personas que padecen ansiedad, depresión o cualquier problema o dificultad emocional, así como para personas que quieran trabajar en la promoción de su salud anímica. El equipo está formado por: 39 psicólogos clínicos, 2 psicólogos especialistas en infanto-juvenil, 1 neuropsicóloga, 2 especialistas en terapia de familia y pareja, 3 trabajadores sociales, 1 técnico sociocultural, 1 farmacéutica, 1 psiquiatra, 2 endocrinas y 1 fisioterapeuta.

C. de Sta. Lucía, 9, 50003 Zaragoza; Teléfono: 976 44 37 54

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El 16 de junio de 2023 se constituyó formalmente el grupo de Trabajo de Atención Comunitaria, con un total de 11 participantes. Los actuales miembros del grupo de trabajo somos:

Responsable: Maria Egea (enfermera especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria)

Secretaria: Maria Pilar Logroño (enfermera especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria)

Inés Alberó (médica especialista en Medicina Familiar y Comunitaria)

Marta Rabadán (TCAE)

Camino Vera (Trabajadora Social)

Álvaro Hernandez (celador)

Beatriz Terrazas (enfermera especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria)

Marta Conte (enfermera especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria)

Elena Bello (pediatra)

Olga Sora (enfermera)

Esther Gracia (médica especialista en Medicina Familiar y Comunitaria)

El grupo de Comunitaria nos reunimos una vez al mes y tenemos un grupo de WhatsApp por el que nos comunicamos y mantenemos informados de las actividades.

Además, está previsto realizar una sesión con todo el equipo de atención primaria para exponer el contenido de la agenda comunitaria y explicar qué actividades se están llevando a cabo.

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?