

Estrategia Atención Comunitaria  
**AGENDA COMUNITARIA**



**CENTRO DE SALUD DE ABIEGO**

**Sector Sanitario**

**Barbastro**

**Nombre del Equipo de Atención Primaria**

**CS Abiego**

**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**

En Junio de este año 2024 hemos creado el **Consejo de Salud de Zona**, llevando a cabo la primera reunión. En ella se dio a conocer la Estrategia Comunitaria solicitando colaboración de todos los representantes.

Desde el Centro de salud de Abiego y con la participación de todos los profesionales intentamos fomentar las actividades dirigidas a promover la salud y mejorar la calidad de vida del usuario. Tras analizar a nuestra población e identificar prioridades, estamos llevando a cabo diversos proyectos de educación comunitaria con muy buenos resultados.

Vamos a seguir trabajando de forma conjunta con el CRA Vero- Alcanadre (que forma parte de la RAEPS) en varios proyectos. Desde la Escuela nos piden colaboración para seguir impartiendo el taller de Primeros auxilios y RCP básica. Consideramos el colegio como el escenario idóneo para adquirir hábitos y actitudes que enseñen a vivir de forma sana. Los profesionales sanitarios, no sólo desde las consultas, sino también desde el interior de las aulas con la colaboración de docentes y padres jugamos un importante papel en la enseñanza de hábitos de vida saludable que perduren en el tiempo.

Por otra parte esta pendiente de finalizar el proyecto dirigido a la población adulta para recordar los hábitos de vida saludables en cuanto a alimentación, actividad física,

#### Estrategia Atención Comunitaria

emociones, hábitos de sueño y consumo de tabaco. Se complementa esta actividad con un taller de recetas saludables.

La acogida de este proyecto ha sido muy buena, mostrando un nivel alto de participación y satisfacción por parte de la población.

Dada la importancia del turismo en la zona, lo que da lugar a un elevado número de pacientes desplazados, estamos llevando a cabo la elaboración de un folleto informativo, con los pasos a seguir ante la necesidad de asistencia sanitaria. Este año se ha llevado a cabo la elaboración y reparto de folletos con la colaboración de los miembros del Consejo de Salud. En los folletos se refleja la información referente a los horario de atención , teléfonos de contacto , la ubicación e los consultorios locales así como un mapa de la zona. Estamos trabajando en la elaboración de un código QR que de lugar al acceso rápido de esta información.

La finalidad de este proyecto es facilitar el acceso a la asistencia sanitaria a los usuarios , mejorando así el trabajo de los profesionales.

Este año iniciamos un nuevo proyecto donde se plantea la enseñanza de RCP Básica y primeros auxilios para trabajadores de los establecimientos hosteleros de la zona. Se planificaran sesiones para enseñar las destrezas en cuanto al manejo de estas situaciones.

**¿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**

---

Actualmente y gracias a la gestión de los servicios comarcales y los ayuntamientos se llevan a cabo las siguientes actividades:

##### ABIEGO

Patínaje los lunes de 16:30 a 17:30 h — 45,50€ trimestre (comarca)

### Estrategia Atención Comunitaria

Pintura los miércoles de 16:30 a 17:30 h — 6 €  
/ clase

Tenis adultos los viernes de 17 a 18 h — 45,59€  
trimestre (comarca)

Pilates adultos los viernes de 18 a 19 h —  
45,50€ trimestre (comarca)

#### ADAHUESCA:

Pilates: lunes y miércoles 16:15-17:15 1 día  
/semana 44,5€ trimestre; 2 días/semana 71,5€  
trimestre.

Pilates : martes y jueves 11,30 -12,30 1 día  
/semana 44,5€ trimestre; 2 días/semana 71,5€  
trimestre.

Fútbol sala infantil: lunes 15,45- 16,45  
,trimestre 44,50€

Padel adultos lunes y miercoles 16,15-17,15 1  
día/semana 44,50€ trimestre ,2 días/semana  
71,50€ trimestre

Body Fitness lunes y miercoles de 17,15 a 18,15  
día semana 44,50€ trimestre y 2 dias/semana  
71,50€ trimestre.

Yoga : lunes 19,30 a 21 el trimestre 80€

Kundalini Yoga : miercoles de 10 a 11,30 , 1 clase  
15€ ,mes 45€ y trimestre 120€

Baile en linea: jueves de 18.30 a 20 ,24€ al mes  
Club de Lectura jueves 16,30 Gratuito.

CPEPA Somontano producción agroalimentaria  
aragonesa los jueves de 16,00 a 20,00

Fútbol sala y Padel en las pistas deportivas.

Pilates ,Body Fitness , Yoga y baile en linea en  
Casa Morcat.

Club de Lectura en casa de la Villa.

#### BIERGE

Francés:martes de 15,45-17,45 c/ San Lorenzo  
nº 14 Torno Gratuito.

Espalda sana lunes y miercoles de 16 A 17 Torno  
C/San Lorenzo nº 14.

1 día/semana 44,50€ trimestre ,2 días/semana  
71,50€ trimestre

#### ALQUEZÁR:

Gimnasia de mantenimiento: martes y jueves:  
16:30-17:30 1 día/semana 44,50€ trimestre ,2  
días/semana 71,50€ trimestre

#### Estrategia Atención Comunitaria

Pilates: miércoles: 18:30-19:30 1 día/semana  
44,50€ trimestre ,2 días/semana 71,50€  
trimestre.

Talleres Apoyos Conectados: lunes 10,30 a  
12,00 Gratuito.

Memoria: miércoles de 11,30 a 12,30

Francés : lunes 16,20 a 18,20

Yoga : miércoles 19,30 a 21.00 1 día/semana  
44,50€ trimestre ,2 días/semana 71,50€  
trimestre.

Dance con Fabio: jueves de 17,30 a 18,30.

Escuela de Trail: viernes de 16,30 a 18.00

#### COLUNGO:

Gimnasia de mantenimiento: martes y jueves:  
17:45-18:45 1 día/semana 44,50€ trimestre ,2  
días/semana 71,50€ trimestre.

Pilates: martes: 19 a 20 1 día/semana 44,50€  
trimestre.

Taller de memoria: viernes de 16 a 18  
organizado por centro de educación de adultos  
Somontano. Es gratuito , se pagan 5€ por  
fotocopias.

Todas estas actividades se realizan en el salón  
social del ayuntamiento.

Actualmente estamos pilotando en la zona de  
salud un proyecto para la autonomía personal  
denominado Apoyos Conectados, es un  
proyecto innovador dirigido a ofrecer apoyo ,  
acompañamiento, bienestar y fomentar la  
autonomía personal. De este proyecto se  
benefician personas que viven en soledad o  
necesitan algún tipo de ayuda, personas con  
discapacidad o pacientes con fragilidad  
ayudando a controlar sus problemas de salud y  
prevenir complicaciones.

La participación es voluntaria y no tiene coste.  
Es un programa subvencionado por el Gobierno  
de Aragón y financiado con Fondos europeos.

**¿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:**

CRA Vero-Alcanadre. Se realizan de forma conjunta y periódica proyectos y colaboraciones, hábitos saludables, reconocimiento emociones, RCP Básica, primeros auxilios y prevención de accidentes.

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

## **ORGANIZACIÓN DEL EAP**

---

El equipo de Atención Primaria del centro de salud de Abiego está constituido por tres profesionales de medicina, dos de enfermería y una administrativa, en horario de mañanas . En horario de atención continuada contamos con dos médicos y dos enfermeras, y un médico y una enfermera de sector. Forman parte del equipo una matrona y una pediatra compartida con Barbastro y Berbegal (aunque en este momento no está cubierta la plaza de la pediatría) y una trabajadora social.

Debido a cambios en el equipo, ha habido bajas en el Grupo de Comunitaria, estamos en proceso de reorganizar el grupo incorporando nuevos miembros. Está formado por médicos de familia, enfermeras y administrativo.

Al tratarse de un centro pequeño la posibilidad de trabajar en equipo se ve favorecida

## **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?**

Nuestra zona de salud está compuesta por 1210 habitantes (650 hombres y 560 mujeres). El tramo de población mas numeroso es el de 40 a 75 años . No cuenta con ningún centro residencial de ancianos. La población de nacionalidad extranjera es de 167 personas.

Esta zona de salud está constituida por 5 municipios y 11 entidades singulares de población. Son los siguientes Abiego, Alberuela de Laliena, Alquezar, Radiquero, San Pelegrín, Adahuesca, Bierge (Las Almunias , Rodellar Pedruel), Colungo y Asque.

Desde el año 2022 la zona de salud de Abiego es una de las zonas de Aragon que ha presentado un aumento de la población respecto a años anteriores, siendo este incremento de un 3,3%. A pesar de esto nuestra zona de salud se sigue enfrentando a los problemas que marcan la diferencia de las zonas rurales, como son el envejecimiento de la población y la dispersión geográfica. El envejecimiento de la población hace que los usuarios presenten una mayor morbimortalidad precisando seguimiento y atención continua. La dispersión de la población en núcleos rurales de pequeño tamaño y a una distancia importante de zonas urbanas, con ningún transporte público de lugar a la desigualdad en el acceso a los servicios.

Esto supone un problema a resolver en el caso de poner en marcha estrategias de salud, si bien a través de la comarca ayuntamientos y otras instituciones se intenta aportar alguna solución.

Nuestra población se caracteriza por aumentar de forma considerable en la época estival o periodos vacacionales al ser una zona de gran atractivo turístico con actividades como escalada, barranquismo , senderismo...

## 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?**

Tras hacer un mapeo de la zona y con la colaboración de los representantes del Consejo de salud, Salud ,se elaboró una guía de activos, tanto de la zona de salud, como comarcales, provinciales o autonómicos . Realizamos dos sesiones formativas en el centro para presentarlos a los miembros del equipo, así como el protocolo a seguir para su recomendación y registro en OMI.

Desde el grupo de Atención Comunitaria del centro de salud intentamos transmitir e implicar al resto de los miembros del equipo sobre la importancia de la búsqueda de activos, con la finalidad de proporcionar recurso que capaciten a las personas para el autocuidado y la mejora de sus problemas físicos, psíquicos o sociales.

Creemos que el bienestar individual no debe centrarse únicamente en el uso de fármacos sino que debemos aprovechar los agentes de salud de nuestro entorno para mejorar la calidad de vida, evitando la desigualdad y favoreciendo la equidad de los recursos.

## RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

### ADAHUESCA:

Pilates: lunes y miércoles 16:15-17:15 1 día /semana 44,5€ trimestre; 2 días/semana 71,5€ trimestre.

Pilates : martes y jueves 11,30 -12,30 1 día /semana 44,5€ trimestre; 2 días/semana 71,5€ trimestre.

Futbol sala infantil: lunes 15,45- 16,45 ,trimestre 44,50€

Padel adultos lunes y miercoles 16,15-17,15 1 día/semana 44,50€ trimestre ,2 días/semana 71,50€ trimestre

Body Fitness lunes y miercoles de 17,15 a 18,15 día semana 44,50€ trimestre y 2 dias/semana 71,50€ trimestre.

Yoga : lunes 19,30 a 21 el trimestre 80€

Kundalini Yoga : miercoles de 10 a 11,30 , 1 clase 15€ ,mes 45€ y trimestre 120€

Baile en linea: jueves de 18.30 a 20 ,24€ al mes

Club de Lectura jueves 16,30 Gratuito.

#### Estrategia Atención Comunitaria

CPEPA Somontano producción agroalimentaria aragonesa los jueves de 16,00 a 20,00  
Futbol sala y Padel en las pistas deportivas.  
Pilates ,Body Fitness , Yoga y baile en linea en Casa Morcat.  
Club de Lectura en casa de la Villa.

#### BIERGE

Francés: martes de 15,45-17,45 c/ San Lorenzo nº 14  
Torno Gratuito.

Espalda sana lunes y miercoles de 16 A 17 Torno C/San Lorenzo nº 14.

1 día/semana 44,50€ trimestre ,2 días/semana 71,50€ trimestre

#### ALQUEZÁR:

Gimnasia de mantenimiento: martes y jueves: 16:30-17:30 1 día/semana 44,50€ trimestre ,2 días/semana 71,50€ trimestre

Pilates: miércoles: 18:30-19:30 1 día/semana 44,50€ trimestre ,2 días/semana 71,50€ trimestre.

Talleres Apoyos Conectados: lunes 10,30 a 12,00 Gratuito.

Memoria: miércoles de 11,30 a 12,30

Francés : lunes 16,20 a 18,20

Yoga : miércoles 19,30 a 21.00 1 día/semana 44,50€ trimestre ,2 días/semana 71,50€ trimestre.

Dance con Fabio: jueves de 17,30 a 18,30.

Escuela de Trail: viernes de 16,30 a 18.00

#### COLUNGO:

Gimnasia de mantenimiento: martes y jueves: 17:45-18:45 1 día/semana 44,50€ trimestre ,2 días/semana 71,50€ trimestre.

Pilates: martes: 19 a 20 1 día/semana 44,50€ trimestre.

Taller de memoria: viernes de 16 a 18 organizado por centro de educación de adultos Somontano. Es gratuito , se pagan 5€ por fotocopias.

Todas estas actividades se realizan en el salón social del ayuntamiento.

#### ACTIVOS SALUD HUESCA .

Disfagia : taller y guía Cadis responsable Cadis.



Estrategia Atención Comunitaria

ARPER (rehabilitación permanente de enfermedades reumáticas y patologías crónicas que cursan con dolor GRATIS)

ARO (Asociación AR+APsoriasisica+Espondiloartritis+) incluye varias actividades que están en los activos , mindfulness, memoria taichi, marcha nórdica.... ).

ASFA (asociación fibromialgia, fatiga crónica sensibilidad química..)

Asociación Celiacos

Fisioterapia para EM 70

Servicio transporte adaptado.

CADIS (discapacidad)

ALCER (riñón)

EM

ALZHEIMER

ASOCIACION CANCER

CRUZ BLANCA

IASS (cuidadores y autonomía personal)

ALCOHOLICOS ANONIMOS

ASOCIACION PARKINSON

ASAPME (Salud mental).

ACTIVOS BARBASTRO

CARITAS: colocación y adolescentes

REDERA enfermedad mental (ARCAIDIA)

ASOCIACION CANCER

ALZHEIMER (prestamo de dispositivos , localizadores...)

IASS (cuidadores, autonomia personal, apoyo cuidador)

ACTIVOS MONZON

ASAPME (Salud Mental)

PARKINSON