

Estrategia Atención Comunitaria
AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD DE TERUEL ENSANCHE

Sector Sanitario

Teruel

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CS Teruel Ensanche

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

Durante el 2024 desde el Centro de Salud Teruel Ensanche se siguen realizando actividades orientadas a la prevención y promoción de la salud tales como:

Proyecto CuidaTE CuidaME con distintas actividades organizadas por Carmen Gallardo (Médico Atención Primaria) y M^a José Fernández (Enfermera de Atención Primaria), tratando cada mes temas relacionados con nuestra salud. “Infecciones respiratorias”, “Hipertensión Arterial”, “Colesterol”, “Glucosa”, “ Frutas y verduras”, “Nuestras defensas. La piel”, “ Nuestras defensas. Alimentación”, “Comidas en Navidad”.

ESAD

Gestión del duelo a cargo de Montserrat García psicóloga del ESAD. Durante todo el año realizó: Sesiones de Terapia Grupal para gestión de personas en duelo.

Entrevista a Montserrat García en Cadena SER Teruel sobre “ Psicología en cuidados paliativos”.

Participación en las Jornadas de Duelo en la Universidad de Teruel con la Charla “ Final de vida, muerte y duelo “ impartida por Montserrat García.

Charlas para afrontar el duelo en fechas señaladas titulada “ Duelo en Navidad” realizada en Centro de Salud Teruel Ensanche y en Centro de Personas Mayores.

Estrategia Atención Comunitaria

Charla “ Cómo afecta la muerte a los niños “ en Centros Educativos de Teruel capital.

Taller de bienestar para profesionales del Centro de Salud.

Artículos de opinión en Diario de Teruel a cargo de Olga Pérez Enfermera del ESAD, sobre los cuidados paliativos, dentro del proyecto de Teruel ComPasión con temas como “Reflexión y afrontamiento”, “Privados de voluntad”, “La senda”, “Adecuación”.

Conmemoración del Día de los cuidados paliativos, a cargo de miembros del ESAD: Olga Pérez, Montserrat García colocaron un árbol con mensajes y cartelería abordando el tema y realizaron distintas charlas a estudiantes de 1º de Enfermería.

Unidad de Salud Bucodental

Taller de Cepillado Dental con instrucciones higiénico-dietéticas para una correcta salud oral, en Colegio La Salle, Ensanche y Fuenfresca; organizado por Estela Millán (Odontóloga) y Susana Rosa (Higienista Bucodental) de la Unidad de Salud Bucodental de Teruel , con la colaboración de alumnos de Higiene Bucodental del IES Vega del Turia.

Educación grupal a mujeres embarazadas dirigida a la salud oral del bebé para prevención de enfermedades orales como caries, enfermedad periodontal, maloclusiones.

Unidad de Fisioterapia:

Actividad de Espalda Sana en Colegio Fuenfresca, La Salle, Ensanche; donde M^a Teresa Muñoz; fisioterapeuta de la Unidad de Fisioterapia de Atención Primaria de Teruel realiza Educación para la Salud en población infantil (1º y 2º de Primaria).

Educación para la Salud de estrategias de afrontamiento activo del dolor crónico: “ Dolor persistente te podemos ayudar” dirigido a

Estrategia Atención Comunitaria

población general. Realizado por la fisioterapeuta M^a Teresa Muñoz.

Andada urbana con grupo de Espalda Sana .
Coordinado por la fisioterapeuta M^a Teresa Muñoz.

Celebración del día mundial de la Fisioterapia con la realización de Taller de estiramientos y recomendaciones de autocuidado por parte de la Unidad de Fisioterapia.

Charla con motivo del Día Mundial contra el dolor. Campaña Dolor crónico a cargo de la Fisioterapeuta M^a Teresa Muñoz.

Farmacia y Enfermería

Organizado por Julia Botella Farmacéutica de Atención Primaria y Silvia Calvo Enfermera de Teruel Centro en colaboración con los Consejos de Salud en el Centro Cultural San Julián, Cruz Roja y en Centro de Salud Teruel Centro. Realizaron distintas actividades abordando temas sobre medicación como: “ Aprende sobre medicación “;” Manejo adecuado de la medicación “ y “ Adherencia al tratamiento “.

¿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

Conmemoración del día de la Atención Primaria.
Colocación de un panel en el Hall del Centro de Salud Teruel Ensanche, con frases sobre el origen de la Atención Primaria y fotos de los profesionales que trabajan en el Centro de Salud y actividades comunitarias realizadas a lo largo del año. Participaron distintos miembros del Grupo de Trabajo de Comunitaria.

Conmemoración del Día de la Enfermería: Se celebró un almuerzo saludable en el Hall del Centro de Salud Teruel Ensanche junto con el Colegio de Enfermería de Teruel dirigido a pacientes y personal del centro.

Participación en la Feria de la Salud. Organizado conjuntamente por los dos Consejos de Salud de

Estrategia Atención Comunitaria

Zona (Centro y Ensanche), se celebró una andada saludable, seguida de mesas informativas representadas por las distintas asociaciones integrantes de ambos Consejos de Salud, todo ello orientado a la Salud y a la prevención de enfermedades. Se elaboró mapeo de activos y semáforo de la salud con importante participación ciudadana.

Colaboración con AECC. Se realizó actividad en Centro de Salud Teruel Ensanche donde se enseñaba una correcta recogida de muestras para el cribado del cáncer de Colón.

Día del lavado de manos: Actividades realizadas en el Centro de Salud Teruel Ensanche por Manuela Martín, Pilar Muñoz, Estrella Montón, Pilar Lafuente y Olga Pérez (Enfermeras) y estudiantes de enfermería.

Se realizó un taller de lavado de manos para población infantil en el Servicio de Pediatría, donde participaron Dominica Romero y M^a José Martín (Enfermeras de Pediatría).

En los Colegios del Ensanche y Fuenfresca se realizaron talleres dirigidos a niños de Educación Infantil.

Estrella Montón, Manuela Martín y Olga Pérez realizaron talleres de lavado de manos a estudiantes de Educación Primaria de los Centros Educativos Fuenfresca y Ensanche.

Participación en la semana sin humo. Colocación de un mural en el Hall del Centro de Salud Teruel Ensanche con cartel y paquetes de tabaco en 3D y cartelería con mensajes para dejar de fumar en todas las puertas del Centro de Salud, realizado por Estrella Montón y Susana Rosa.

Colaboración con el Seminario: Infancia, salud y alimentación en la Universidad de Teruel. Presentación titulada " Programas de Educación para la Salud en Centros Educativos " a cargo de Pilar Muñoz (Enfermera).

Estrategia Atención Comunitaria

Colaboración Semana del Mayor. Charla impartida por Carmen Gallardo (Médico) titulada “ Envejecimiento activo y saludable “.

Celebración del día Mundial del Ictus:
Realización de varios trípticos sobre prevención, actuación y secuelas y el desarrollo de varias actividades:

Podcast en Cadena Ser de Teruel con Pilar Marco (Médico de Atención Primaria), Susana Rosa (Higienista Bucodental) y Clínica Reeduca referentes de la Asociación Ictus de Aragón en Teruel.

Mesa informativa en Plaza del Torico con componentes del Equipo de Atención Primaria de los Centros de Salud Teruel Ensanche y Teruel Centro. Taller de texturas y Taller de comunicación a cargo de la logopeda de Clínica Reeduca.

Celebración de la Semana de la Salud en CEIP Fuenfresca. Se realiza actividad conjunta entre Colegio CEIP Fuenfresca y Grupo Comunitaria Centro de Salud Teruel Ensanche. Sesión “ Aprendemos a cepillarnos los dientes” para niños de 4º, 5º de Educación Primaria.

Las Médicos Ainara Alonso y Mónica Lasheras participaron impartiendo talleres de RCP y primeros auxilios para todas las edades en un total de 8 grupos. Además Ainara Alonso realizó una actividad de concienciación sobre el consumo de azúcar en 4º de primaria.

Actividad Espalda Sana dirigido a niños de 3º de Educación Infantil.

Sesión Lavado de manos para alumnos de 1º y 2º de Educación Infantil.

¿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

Todas las actividades desarrolladas por estas entidades del entorno se hallan explicadas en el punto 2. Y la participación y colaboración de los profesionales del Centro de Salud con muchas de estas entidades también se han explicado y detallado a lo largo del punto 1.

Algunas de las entidades que han contribuido en esta Agenda Comunitaria son:

- Institutos y Colegios de la Zona, Federación de Asociación de Padres y Madres de alumnos de la Escuela Pública de Aragón (FAPAR),
- Asociación familiares de Enfermos de Alzheimer Teruel, Asociación Parkinson Aragón,
- Asociación para la lucha contra las enfermedades renales (ALCER), Cruz Roja,
- Asociación Diabetes Teruel (ADETERUEL),
- Asociación Provincial amas de casa, consumidores y usuarios "SANTA MARÍA",
- Asociación Fibromialgia y Fatiga Crónica Teruel,
- Asociación Esclerosis Múltiple Teruel,
- Asociación aragonesa de Mujeres con Discapacidad (AMANIXER), Fundación DFA,
- Acompañando Teruel, Federación asociaciones Vecinales y Culturales de Teruel, Asociación Vecinal Ensanche, Asociación española contra el Cáncer (AECC), Hogar Mayores Turia,
- Asociación PSICARA, Programa Teruel Saludable
- Ayuntamiento de Teruel, Servicio Municipal de Deportes del Ayuntamiento de Teruel, Cáritas Teruel, Asociación Turolense pro Salud mental (ASAMPE),Asociación Aragonesa Pensionistas y Jubilados Teruel

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

Con fecha 3 de Diciembre de 2024, se ha actualizado el Grupo de Comunitaria de nuestro centro de salud.

Los actuales referentes son: Susana Rosa Moraleda (Higienista bucodental) y M^a Teresa Muñoz Tomás (Fisioterapeuta).

Otros integrantes del grupo son:

José Luis Zurita Aguilar (Informático), Julia Bodega Azuara (Farmacéutica AP), Pilar Muñoz Nadal (Enfermera AP), Carmen Gallardo Ganuza (Médico AP), Manuela Martín Clemente (

Estrategia Atención Comunitaria

Enfermera), Montserrat García Sanz (Psicóloga ESAD), Olga Pérez García (Enfermera ESAD), M^a Jesús Villa Oro (Fisioterapeuta), Alejandro Monge Illanes (Médico AP), Dominica Romero Pobo (Enfermera pediatría), Estela Millán Sobrino (Odontóloga), Lucía Soraya Sánchez Fernández (Matrona).

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?

Comenzamos el análisis de situación en mayo de 2024 tras actualización de agenda básica comunitaria del Centro de Salud ensanche. Para el análisis de situación empleamos los siguientes recursos:

1. Atlas de Salud de Aragón
2. Otras informaciones

1- Atlas de Salud de Aragón:

La información de este apartado se refiere a determinantes de la salud, morbilidad y mortalidad mostrando estos datos por zonas básicas de salud donde se desarrolla la labor de los equipos de atención primaria y otros equipos del ámbito municipal y comarcal.

Esta información tiene interés para las personas que viven en cada zona básica de salud y también para los profesionales sanitarios que trabajan en ella además de para los gestores sanitarios. También es un destinatario importante el Consejo de Salud de zona, en este caso el Consejo de Salud Teruel Ensanche, que ha comenzado su andadura en el último trimestre de 2023 después de un periodo de pausa sin actividad, empezando a trabajar también en colaboración con el Consejo de Salud de Teruel Centro.

Esta información es útil para evaluar la situación de salud de la Zona Básica Teruel Ensanche y contribuir a las actividades de promoción y protección de la salud y de prevención de la enfermedad.

La Zona Básica de Salud de Teruel Ensanche atiende a la población ubicada en la zona del Ensanche, Fuenfresca y las poblaciones de Castalvo, Aldehuela, Formiche Alto y Formiche Bajo, Puebla de Valverde y Villaespesa con un total de 19.340

Estrategia Atención Comunitaria

tarjetas de las que 2.272 corresponden a menores de catorce años y 4.261 a mayores de 65 años.

1.1. Determinantes de salud.

1.1.1. Determinantes demográficos:

La ZBS Teruel Ensanche tiene un valor de 19,03% para mayores de 65 años, según últimos datos de Atlas de Salud y un porcentaje de 3,78% mayores de 85 años para el conjunto de la población de esta ZBS calculado con el último padrón disponible.

La ZBS Teruel Ensanche presenta un valor de sobreenvejecimiento de 19,87%, discretamente elevado frente a un 18,44% de la ZBS Teruel Centro. En el año 2022, la población empadronada en Aragón aumentó un 0,004% respecto al año anterior. Por zonas de salud, las zonas que más aumentaron de población respecto al año 2020 fueron: Bágüena (6,9%), Mosqueruela (4,3%), Herrera de los Navarros (3,5%), Abiego (3,3%) y Bujaraloz (3,1%). Y las cinco zonas de salud que disminuyeron más de población respecto del año anterior fueron: Alhama de Aragón (2,8%) y Santa Eulalia (2,4%). Y en Zaragoza capital, Madre Vedrúna (2,3%) y a causa de la creación de la nueva zona de salud Barrio de Jesús, también disminuyeron Avda. Cataluña (36%) y Arrabal (31,4%).

Según los datos del Instituto Aragonés de Estadística en 2023, la población en ZBS Teruel Ensanche pasó de 18.347 habitantes en 2021 a 18.232 habitantes en 2022 con un ligero descenso de la población.

Los datos referentes a la población menor de 14 años en 2022 son 2.596, los mayores de 85 años son 908 y extranjeros son 1481 en la ZBS Teruel Ensanche.

1.1.2. Determinantes socio-económicos:

El desempleo es un factor de riesgo para aparecer problemas de salud, este indicador tiene un valor de 15,51% en la ZBS Teruel Ensanche. Los trabajadores manuales presentan una tasa de mortalidad más elevada que la de los trabajadores no manuales y este dato tiene un valor de 46,65%. Los asalariados eventuales proporcionan menor estabilidad

Estrategia Atención Comunitaria

económica y pueden influir negativamente en la salud de la población. El porcentaje en esta ZBS es de 25,18%. La instrucción insuficiente, una persona con mayor nivel educativo tienen mejores resultados en salud, este dato nos da un valor de 19,39%. Los hogares unipersonales en mayores de 65 años puede plantear problemas de salud y el dato para esta ZBS es de 7,22%. Los hogares monoparentales se asocia con un mayor riesgo de problemas sociales, psicológicos y de salud. El indicador tiene un valor de 15,94% para esta ZBS. Las viviendas sin internet ocasionan riesgo de exclusión por brecha digital y el valor es de 42,02%.

1.1.3. Índice de privación:

Este índice se elabora para objetivar las desigualdades en salud entre las diferentes ZBS de Aragón, a partir de los últimos datos del Censo de Población y Viviendas disponibles y reúne información sobre aspectos importantes como la educación, el empleo, la ocupación y demografía. El dato para la ZBS Teruel Ensanche es negativo de -1,32%. Los valores más elevados indican mayor privación y los valores menos elevados menor privación. A diferencia de la ZBS Teruel Centro con un valor de 0,54%.

1.1.4. Factores ambientales.

1.1.5. Estilos de vida.

1.1.6. Actividades preventivas.

Cobertura vacunación gripe. La gripe es un problema de salud pública por su alta prevalencia en la población y porque puede ser causa de hospitalización y muerte en los grupos de riesgo. La vacunación es la medida disponible más eficaz para evitar la infección y disminuir las hospitalizaciones, las complicaciones y la muerte en personas de riesgo.

Este indicador muestra el porcentaje de personas de 65 años o más que han sido vacunadas frente a la gripe respecto al total de personas de 65 años o más en cada zona básica de salud (ZBS).

Estrategia Atención Comunitaria

En la ZBS Teruel Ensanche este indicador tiene un valor de 55,37%, muy similar a la ZBS Teruel Centro, con un valor de 55,78%.

1.2. Morbilidad

1.2.1. Enfermedades transmisibles:

Enfermedades transmisión alimentaria.

Estas enfermedades son aquellas que se producen por el consumo de alimentos o agua contaminados por algún microorganismo, producto químico o toxina en algún momento de su procesamiento o preparación. El primero dato muestra la tasa de personas con enfermedades de transmisión alimentaria por 1.000 habitantes. El valor para la ZBS Teruel Ensanche es de 1,78. El segundo dato presenta el riesgo de padecer una enfermedad de transmisión alimentaria relativo al conjunto de Aragón, que se toma como comparación y se le da el valor 100. Este indicador se denomina razón estandarizada de morbilidad suavizada (REMS) y en Teruel Ensanche es de 88,61. El tercer dato muestra la probabilidad de que efectivamente el riesgo de cada ZBS sea mayor al de Aragón. En Teruel Ensanche es de 0,26.

Enfermedades transmisión respiratoria.

Estas enfermedades son aquellas que se transmiten por las gotas y aerosoles que se expulsan al respirar, toser o estornudar. Las medidas de prevención de las enfermedades de transmisión respiratoria incluyen tanto la vacunación para los grupos vulnerables como en el caso de gripe, y medidas higiénicas como el lavado de manos, cubrirse la boca al toser o la ventilación ambiental. A continuación se muestran 3 tipos de datos. El primero muestra la tasa de personas con enfermedades de transmisión respiratoria por 1.000 habitantes. En ZBS Teruel Ensanche 0,44. El segundo presenta el riesgo de padecer una enfermedad de transmisión respiratoria relativo al conjunto de Aragón, que se toma como comparación y se le da el valor 100. Así, un valor de 110 para determinada zona básica de salud indica un 10% más de enfermedades de transmisión respiratoria que la media de Aragón, y

Estrategia Atención Comunitaria

un valor de 85 para otra zona un 15% menos. El dato para Teruel Ensanche es 40,21. Este indicador se denomina razón estandarizada de morbilidad suavizada (REMs). El tercero muestra la probabilidad de que efectivamente el riesgo de cada ZBS sea mayor al de Aragón. El valor en ZBS Teruel Ensanche es 0,01.

1.2.2. Enfermedades crónicas y otros procesos:

- Hipertensión. Tasa por 1.000 habitantes de 180,87.
- Diabetes. Tasa por 1.000 habitantes de 88,96.
- Neoplasias. Tasa por 1.000 habitantes de 8,92.
- Accidentes cerebrovasculares. Tasa por 1.000 habitantes de 13,45.
- EPOC Tasa por 1.000 habitantes de 22,04.
- Depresión. Tasa por 1.000 habitantes de 37,64.
- Demencia. Tasa por 1.000 habitantes de 11,41.
- Cirrosis Tasa por 1.000 habitantes de 29,05.
- Artrosis. Tasa por 1.000 habitantes de 38,32.
- Cardiopatía isquémica. Tasa por 1.000 habitantes de 27,58.
- Insuficiencia renal crónica. Tasa por 1.000 habitantes de 45,33.
- Osteoporosis. Tasa por 1.000 habitantes de 5,42.
- VIH. Tasa por 1.000 habitantes de 0,90.

Hay que destacar lo elevado de los factores Demencia y cirrosis dentro de las Zonas Básicas de Aragón.

1.3. Mortalidad

Las tasas son más elevadas en Aragón que en España, claramente influenciadas por el mayor envejecimiento de la población aragonesa.

- Mortalidad por todas las causas. Tasa por 1.000 habitantes de 11,701.
- Mortalidad por grupos de causas. Son llamativos los datos elevados para causas de origen cerebrovascular con una tasa por 1.000 habitantes de 1,11, por causa digestiva, tasa de 0,89 y tumor colo-rectal tasa de 0,66.

Estrategia Atención Comunitaria

- Esperanza de vida.

Esperanza de vida al nacer: En línea con los datos globales de Aragón, la ZBS Teruel Ensanche tiene una cifra de 81,44 años para los hombres y 85,3 para las mujeres.

Esperanza de vida a los 65 años. En hombres 19,18 y en mujeres 22,17.

- Años potenciales de vida perdidos.

1.4. Recursos y activos para la salud:

1.4.1. Proyectos de la Red Aragonesa de Promoción de la salud:

- Acompañando-T (Centro Promotor: Federación local y provincial de Asociaciones vecinales y culturales "San Fernando", Centros Colaboradores: Servicios Sociales Ayuntamiento Teruel y Centro Salud Teruel Centro, Zona Territorial: Municipio de Teruel).

- No te quedes fuera de juego (Centro Promotor: Cáritas Diocesanas, Centro Colaborador: Colegio La Salle, Zona Territorial: Municipio de Teruel).

- Mucho por vivir (Centro Promotor: Asociación Española Contra el Cáncer Teruel, Centro Colaborador: Hospital Obispo Polanco Teruel, Zona Territorial: Provincia de Teruel).

- El cuidado del cuidador (Centro Promotor: Asociación Socio-Sanitaria San José, Centros Colaboradores: AECC Teruel, Centro Mécame y Cara Rural Teruel, Zona Territorial: Provincia de Teruel).

- Me quedo contigo (Centro Promotor: Centro prevención comunitaria Ayuntamiento Teruel, Zona Territorial: Municipio de Teruel).

- Teruel Campus Saludable. Fomento de la movilidad saludable y sostenible en el Campus de Teruel (Centro Promotor: Universidad de Zaragoza, Centro Colaborador: Ayuntamiento Teruel, Zona Territorial: Municipio de Teruel).

1.4.2. Escuelas Promotoras de Salud.

- IES Segundo de Chomón

- Colegio Victoria Díez.

1.4.3. Estrategia de Atención Comunitaria en Atención Primaria (EACA).Mediante 3 vías de

Estrategia Atención Comunitaria

acción: agenda comunitaria en EAP Teruel Ensanche, proyectos comunitarios ligados al acuerdo de gestión y recomendación de activos.

1.4.4. Consejo de Salud de Zona: Consejo de Salud Teruel Ensanche, constituido en el último trimestre de 2023 y que trabaja ya en colaboración con el Consejo de Salud Teruel Centro.

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?

El 13 de abril de 2024 junto con el Grupo de Comunitaria del Centro de Salud Teruel Centro, se realizó una Feria de la Salud en la que participaron otras entidades de la comunidad. La organización y desarrollo de esta actividad fue posible gracias al funcionamiento de los Consejos de Salud (Ensanche y Centro) y su trabajo en sinergia. Una de las finalidades de esta actividad era la identificación por parte de la población de activos para la salud en nuestra ciudad y las localidades que pertenecen a las zonas de salud de los dos centros de la capital turolense y realizar un mapa de activos.

En esta actividad comunitaria también se colocaron stands donde se informaba de diferentes aspectos relacionados con la salud tales como: el ejercicio físico, la alimentación, salud bucodental, a la vez que se realizaron talleres varios. La actividad culminó con una caminata de dos recorridos (corto y largo) por nuestra ciudad.

La población identificó como activos para la salud:

ESPACIOS FÍSICOS:

- Gimnasia rítmica
- Campos de fútbol
- Piscina de Los Planos
- Fuentecerrada
- Skate Park
- Ruta polígono sur
- Parques - Parque de los Fueros
- Ruta del día de la salud (ruta senderista de Las Arcillas)
- Ruta de Las Arcillas
- Rocódromo de San Julián
- Centro de Ocio
- Camino del río Turia

Estrategia Atención Comunitaria

- Paseo del río
- Ruta río
- Gimnasio Imagym
- El Arquillo

ECONOMÍA:

- Supermercado mudéjar C/ Mayor

CULTURAL:

- Patinaje artístico
- Jamón
- Dinópolis
- Gimnasia rítmica
- Conservatorio de música
- Teatro
- Conciertos / música
- Escuela municipal de música

ASOCIACIONES:

- ACACIA (asociación de amigos de los árboles)
- Actividad física de Hogar Turia
- Asociación de mayores Celadas
- Asociación de vecinos Conclud

PERSONAS:

- Mi pareja
- Mis amigas
- Equipo de los Servicios Sociales Municipales
- Personal de los centros sanitarios

INSTITUCIONES:

- Centros de Salud, con todo su factor humano
- Hospital
- Centro Asistencial "El Pinar"
- IES Francés de Aranda. Receta deportiva
- Actividades deportivas del Ayuntamiento
- Ayuntamiento de Teruel
- Ayuntamientos
- Cruz Roja

Esta identificación es necesaria para promover una mejora en la salud de la población con la implicación de las entidades locales, instituciones y servicios de salud. Para realizar este trabajo adecuadamente es fundamental la colaboración entre ambos Consejos de Salud.

Estrategia Atención Comunitaria

En nuestro centro de salud se han desarrollado varias sesiones clínicas para todo el EAP donde se ha explicado qué es un activo para la salud y cómo realizar una recomendación formal desde la consulta.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

El Centro de Salud Teruel Ensanche, como parte de su estrategia de atención centrada en la comunidad, propone la identificación y recomendación de activos en salud que fomenten el bienestar integral de las personas.

Desde las consultas de los profesionales sanitarios de nuestro centro de salud se realiza la recomendación de manera informal de recursos y activos para la salud disponibles en la ciudad de Teruel permitiendo fortalecer la atención comunitaria, y promoviendo un modelo de salud más preventivo y participativo.

Estos recursos son:

Activos físicos y espacios al aire libre Parque de Los Fueros-Ricardo Eced, Ruta del Viaducto Viejo, Parque del Ensanche.

Activos culturales y sociales: Museo Provincial de Teruel, Centro Cultural de la Fundación Amantes, Biblioteca Pública Salvador Allende, Asociaciones vecinales

Activos deportivos: Polideportivo Los Planos, Piscina climatizada de Teruel, Club de Montaña Teruel,

Activos para la salud mental y el bienestar Asociación Española Contra el Cáncer (AECC), Centro de Día Santa Emerenciana,

Activos educativos y de formación: Universidad de la Experiencia (UNIZAR).

Estrategia Atención Comunitaria

Como estrategia de recomendación formal de Activos en nuestro centro de salud se han realizado varias acciones:

1. Difusión en el Centro de Salud: Incorporar información sobre activos en las consultas y en la sala de espera.
2. Sesiones informativas comunitarias: En nuestro centro de salud se han desarrollado varias sesiones clínicas para todo en EAP donde se ha explicado que es un activo para la salud, como realizar una recomendación formal desde la consulta y dar a conocer los activos disponibles.
3. Colaboración interinstitucional: Trabajar en red con asociaciones y otras entidades locales. Se está trabajando desde el consejo de salud tanto de nuestro centro de salud como con el de Teruel Centro.

Activos para la salud formales recomendados en nuestro centro de salud:

1. Acompañando-T

Descripción:

Acompañando-T es un proyecto comunitario diseñado para combatir la soledad no deseada y fomentar redes de apoyo social en Teruel. Este activo pone el foco en las personas mayores, aunque está abierto a cualquier individuo que necesite compañía o desee ampliar su círculo social.

Objetivos:

Promover la inclusión social.

Fortalecer los lazos comunitarios.

Ofrecer acompañamiento emocional y físico a personas en situaciones de vulnerabilidad.

Actividades principales:

Visitas domiciliarias: Voluntarios capacitados visitan a personas en sus hogares para conversar, acompañar a paseos o ayudar en tareas ligeras.

Salidas grupales: Paseos, visitas culturales y actividades de ocio organizadas en grupo.

Talleres de habilidades sociales: Espacios para trabajar la comunicación y el bienestar emocional.

Estrategia Atención Comunitaria

Apoyo telefónico: Línea de contacto para quienes necesiten hablar o recibir orientación.

Beneficiarios clave:

Personas mayores que viven solas.

Personas con movilidad reducida o enfermedades crónicas.

Individuos que buscan apoyo emocional o social.

Colaboraciones:

Este proyecto se lleva a cabo en colaboración con asociaciones locales, centros de salud y voluntarios capacitados.

2. Cuídate-Cuídame

Descripción:

Programa de educación para la salud con sesiones informativas y talleres donde aprender a cuidarnos juntos. Se realizan talleres de hábitos saludables: dieta mediterránea, ejercicio físico, higiene del sueño, estimulación de la memoria, etc. y paseos temáticos por zonas de nuestro entorno, para conocer su historia y estimular la realización de ejercicio físico.

Objetivos:

Estimular el autocuidado para prevenir y /o retrasar la enfermedad y que cuando aparezca tengamos el cuidado de los que nos rodean: sanitarios, familia, centros sociales.

Colaboración estrecha con la comunidad.

Proporcionar herramientas para el autocuidado y la gestión emocional.

Promover un envejecimiento activo y saludable.

Actividad:

Realización de sesiones mensuales, donde aprender a cuidarnos, con posterior paseo temático por nuestro entorno para favorecer la realización de ejercicio físico.

Dicha actividad se realizará el último miércoles de cada mes, a las 11 horas, en el Centro de Día Santa Emerenciana.

La misma semana que se realiza la sesión se colocan carteles informativos en el Centro de Salud y se realiza divulgación entre la población.

Beneficiarios clave:

Está abierto a toda la población.

Este activo para la salud se lleva a cabo por un médico, Carmen Gallardo Ganuza y una enfermera,

Estrategia Atención Comunitaria

María José Fernández Arredondo de nuestro Centro de Salud, junto con otros profesionales, el Dr. Ángel Pueyo, el Prof. José Carrasquer y Rosa María Layunta (Trabajadora Social).

Contacto: Carmen Gallardo Ganuza y María José Fernández Arredondo
978654100 -
mcgallardo@salud.aragon.es

1. CONECTADOS

La trabajadora social Rosa Layunta comunica la existencia de un nuevo activo llamado CONECTADOS con participación de Disminuidos Físicos de Aragón y del que se dio sesión informativa y difusión el 8 de mayo de 2024.