

Estrategia Atención Comunitaria
AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD DE

Sector Sanitario

Nombre del Equipo de Atención

Primaria

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

2- Grupo de crianza y Grupo educación maternal

La población gestante en esta zona básica de salud es escasa por lo que la matrona organiza pequeños grupos cuando cuenta con pacientes para poder llevarlos a cabo.

4- Charlas de primeros auxilios en colegios

Desde hace años existe cierta comunicación entre centros educativos y el centro de salud, preferentemente con los de Bujaraloz. Se han realizado varios talleres en estos centros educativos a lo largo de los años siendo el último el pasado noviembre de 2024. Siempre han sido enfocados a peticiones específicas realizadas desde el centro educativo: talleres de RCP, charlas sobre sexualidad y sobre cómo afrontar los problemas de salud más frecuentes.

Con la reactivación del grupo de comunitaria la idea es mantener una relación más estrecha ya que contamos con varias escuelas promotoras de salud.

5- Charlas Cuidando tu bienestar

Impartidas por la farmacéutica Mayte Galiana tanto en Peñalba como en Candasnos. La finalidad de estas charlas es adoptar una perspectiva de salud diferente. Entre estas charlas destacan los títulos:

Estrategia Atención Comunitaria

- La palabra “no” en tu salud.
- Aprendiendo a descansar la mente.
- Taller “Preparo aceites esenciales para el invierno”

¿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

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 que pertenecen a la RAEPS son: C.R.A. L' ALBADA: está formado por los colegios de las localidades de Bujaraloz y La Almolda y CRA MONTESNEGROS que está formado por alumnos de tres localidades (Candasnos, Castejón de Monegros y Peñalba).

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

Asociación de Madres y Padres de Alumnos (AMPA)

El AMPA es una organización formada por madres y padres de estudiantes de un centro educativo que tiene como objetivo colaborar con la escuela para mejorar la calidad de la educación y el bienestar de los alumnos. Cada uno de los diferentes pueblos cuenta con su propio AMPA.

1- BUJARALOZ

1.1- Actividades deportivas

Estrategia Atención Comunitaria

Bujaraloz cuenta con varias actividades dirigidas a fomentar una vida activa. Se dividen en dos secciones en función de la franja de edad: para adultos donde se puede elegir entre pilates, zumba, GAP, aeróbico, mantenimiento y entrenamiento funcional y para niños donde destacan actividades como psicomotricidad, gimnasia rítmica, deportes alternativos, karate y pádel. Se pueden apuntar a una o varias actividades distribuidas en dos días a la semana.

Además, hay una serie de actividades físicas subvencionadas:

Actívate: deportes de equipo y actividades en la naturaleza adaptadas a los gustos y necesidades de los inscritos. Destinada a niños entre 10 y 16 años.

Ponte en forma: entrenamientos dirigidos hacia el desarrollo de capacidades físicas para deportes concretos. Destinado a mayores de 16 años.

Bujaraloz te cuida: actividades de socialización, rutinas de estiramientos, paseos en medio natural, juegos tradicionales... Destinado a personas mayores de 65 años.

1.2- Asociación amas de casa Corazón de Monegros

Promover y facilitar la participación de la mujer en el ámbito cultural, laboral y social. Establecer vínculos de unión entre las mujeres de Bujaraloz. Fomentar el desarrollo personal de las asociadas. Cuentan con una página de Facebook desde hace 8 años donde muestran parte de las actividades que realizan.

1.3- Asociación ciclista Avechuchos

La A.C.D Avechuchos de Bujaraloz fue fundada en 2006 como una asociación ciclista de ámbito local. Nuestro objetivo principal fue la constitución de un grupo de personas de todas las edades aficionadas al ciclismo, no sólo con carácter puramente deportivo sino también como lugar desde el que la bicicleta se

Estrategia Atención Comunitaria

convirtiera en vehículo de actividades lúdicas y familiares. Con este propósito, cada temporada se han programado actividades; como nuestra emblemática Transavechuchos que ya supera los 200 participantes, el Día de la Bicicleta (de orientación familiar), las Vías Verdes, las salidas nocturnas de verano o las de domingo para toda la familia.

Cuentan con una página web donde consultar toda la información:
<http://www.avechuchos.es/marchas-btt.html>

1.4- Asociación de cine

Esta asociación se encarga tanto de proyecciones de cine en lugares emblemáticos del pueblo como en la organización de talleres y el festival de cortos.

El Certamen de Cortometrajes de Bujaraloz es un festival de cine en el corazón de la comarca de Los Monegros. La primera edición tiene lugar en el 9 de Diciembre 2008, promovida por la Asociación cultural «Monegrinos Amigos del Séptimo Arte», cuyo propósito es trabajar por la difusión de la cultura en el medio rural, al tiempo que, a través del Séptimo Arte, se da a conocer nuestro municipio y también, de forma transversal, toda nuestra Comarca de Los Monegros. Tan grande fue la acogida y el auge de esta actividad que en la actualidad se dedican tres días al cine. Un fin de semana llenos de actividades para todos: un taller cinematográfico con los alumnos del CRA L'Albada, otro para los alumnos del IES Mar de Aragón, Sección de Bujaraloz, un concurso infantil de dibujo, conferencias de cine y, por supuesto, proyección de los cortometrajes tanto finalistas, como los locales, así como una gala de entrega de premios para los ganadores.

1.5- Asociación de atletismo

Asociación dirigida a la preparación para diferentes carreras y objetivos. Destinada a todas las edades. Cuentan con Instagram donde

Estrategia Atención Comunitaria

se puede acceder a un enlace para las inscripciones.

1.6- Asociación tercera edad

1.7- Escuela de adultos

El aula de educación de adultos de Bujaraloz se encuentra situada en el edificio del Ayuntamiento de la localidad. Se imparten varios tipos de clase:

Formación inicial: tiene como finalidad desarrollar las capacidades para la construcción de conocimientos y fomentar la participación en la vida social, adquiriendo las competencias básicas necesarias para desenvolverse en ella.

Español como lengua nueva

Educación secundaria a distancia

Acceso a grado medio y superior

Aula mentor: iniciativa de formación abierta, flexible y a través de Internet dirigida a personas adultas que deseen ampliar sus competencias personales y profesionales. La iniciativa está promovida por el Ministerio de Educación y Formación Profesional en colaboración con otras instituciones públicas y privadas tanto nacionales como internacionales. Cada curso tiene una duración mínima de 60 días. Tras superar una prueba final de curso, recibirás un certificado oficial.

Animación a la lectura: trata de desarrollar en las personas adultas las competencias lectoras necesarias para la interpretación de todo tipo de textos.

1.8- Parroquia Santiago El mayor

2- PEÑALBA

2.1- Actividades deportivas en el salón social

Desde el Ayuntamiento de Peñalba con la Fundación para la promoción de la juventud y el deporte de Los Monegros, se ofrecen actividades físico deportivas en el espacio municipal del Salón social, impartidas por

Estrategia Atención Comunitaria

Alejandro Ainoza como monitor de las mismas.
Se organizan diferentes actividades:

Espalda Sana, mantenimiento. Lunes y Miércoles de 16.30h a 17.30h

Pilates. Lunes y Miércoles de 17.30h a 18.30h

Entrenamiento funcional. Lunes y Miércoles de 18.30h a 19.30h

Zumba. Lunes y miércoles de 19.30h a 20.30h

2.2- Asociación amas de casa La sabina

2.3- Asociación de tercera edad "Santa Quiteria"

Ubicada en la Calle San Jorge s/n, 22592, Peñalba, Huesca

2.4- Asociación cultural Peña de Alba

Las asociaciones culturales son unas organizaciones sin fines de lucro, que tienen como objetivo fomentar la cultura, el arte y la educación en su comunidad.

2.5- Parroquia Invencción Santa Cruz

3- CASTEJÓN DE MONEGROS

3.1- Asociación de consumidores y Amas de casa

Grupo sin ánimo de lucro que se reúne periódicamente con distintos objetivos y proyectos. Se realizan charlas sobre consumo y salud, excursiones, talleres de manualidades, meriendas...

3.2- Asociación de la tercera edad

Dispone de un local abierto todos los días por la tarde de 16:00-20:00h donde se reúnen para jugar a las cartas, juegos de mesa, tertulias. Dispone de autoservicio de bar.

3.3- Clases de bolillo

Clases dirigidas por una profesora los miércoles de 17:00-20:00h.

3.4- Taller de memoria

Impartido por la comarca de Monegros en el que se realizan juegos y actividades para desarrollar y mantener la actividad mental. Se realiza en la sala del ayuntamiento los lunes de 16:00-18:00h.

3.5 - GAP

Taller dirigido por monitor para fortalecer glúteo, abdomen y pierna. Se realiza en el salón polivalente los lunes y miércoles de 20:00-21:00h.

3.6- Gimnasia de mantenimiento

Actividad dirigida para fomentar la actividad física en personas mayores. Se realiza los martes de 10:00-11:00h.

3.7- Pilates

Realizado en el salón polivalente los miércoles de 16:00-17:00h.

3.8- Zumba

Se realiza los martes y jueves de 18:00-19:00h

3.9- Clases de Patchwork

Taller dirigido por profesora los viernes de 16:00-20:00h.

3.10- Grupo de Jota

Actividad con grupo ya constituido pero que continúa activo y por lo que se puede ir apuntando más gente. Dirigido por profesor. Se realiza los sábados de 17:00-20:00h.

3.11- Comisión de fiestas

Estrategia Atención Comunitaria

Organización destinada a organizar las actividades de las fiestas así como actividades culturales.

3.12- Pistas de pádel

Abierta al público. Precisa reserva en el ayuntamiento.

3.13- Natación

En los meses de verano se realizan diferentes actividades: iniciación a la natación, zumba, gimnasia de mantenimiento.

3.14- Iglesia de Nuestra Señora de la Lumbre

4- CANDASNOS

4.1- Biblioteca municipal

Además del recurso de la biblioteca en ella se imparten cursos de informática los lunes de 17:00h-19:00h.

Biblioteca Pública Municipal. Dirección: Plaza Mayor, 5; Teléfono: 974 463 001

4.2- Escuela de adultos

En la escuela de adultos de Candanos se realizan tres tipos de actividades: idiomas, fomento de lectura y ejercicios para ejercitar la memoria en personas mayores. Se realiza clase de inglés para niños los lunes de 16:00h a 19:00h y a continuación español para población extranjera. Los martes son los días reservados para las otras clases.

4.3- Polideportivo

Espacio dedicado a promover la actividad física. Se organizan clases de patinaje para niños los lunes de 18:00h a 20:00h y gimnasia de tonificación los lunes y miércoles de 19:30h a 20:30h. Ubicado en Calle San Antonio, s/n

4.4- Gimnasio municipal

Espacio dedicado a la actividad física. Su horario de apertura es de lunes a viernes de 17:00h a 20:00h. La edad mínima para acceder es 14 años. Además, se imparten clases de yoga/pilates (lunes y miércoles de 17:30h a 18:30h) y gimnasia de mantenimiento para mayores (lunes y miércoles de 18:30h a 19:30h).

4.5- Bolillos

Dos jueves al mes el ayuntamiento de Candasnos cede una sala para que las mujeres que quieran se junten a hacer bolillos los jueves a las 17:00h.

4.6- Botiquín farmacia de Mayte

El botiquín da servicio de lunes a viernes de 10:00h a 13:00h. La farmacéutica de Peñalba realiza taller algunos jueves en salas cedidas por el ayuntamiento

4.7- Asociación cine

Asociación sin ánimo de lucro cuyo principal objetivo es mantener el cine vivo. Se hacen sesiones todos los fines de semana. Cuentan con Instagram donde anuncian todas las actividades.

4.8- Asociación de mujeres

4.9- Iglesia de Nuestra Señora de la Asunción

5- LA ALMOLDA

5.1- Farmacia Margarita Biel del Cazo

Además de todos los servicios prestados como farmacia y parafarmacia, ofrece planificación semanal de la medicación en pastilleros de manera gratuita, y cuenta con nutricionista de pago una vez a la semana.

Estrategia Atención Comunitaria

5.2-Colegio CRA L'Albada

Perteneciente a la Escuela de Bujaraloz, desde L'Albada se ofertan actividades deportivas como la gimnasia rítmica y el multideporte. Además, también se puede formar parte del Club de Fútbol de Bujaraloz. Igualmente, existen campamentos y colonias de verano.

5.3- Aula Infantil La Almolda

5.4- Educación Adultos

Actualmente la escuela de adultos imparte un curso básico de informática, aunque cada año al inicio del curso ofertan diferentes opciones.

5.5- Biblioteca Municipal

Con más de 30 años de experiencia, además de contar con una amplia gama de libros para todas las edades, la biblioteca oferta durante todo el año actividades para diversos públicos: desde coloquios, talleres de cuentos sensoriales, concursos infantiles, pasarelas de arte... Cuenta también con un Club de Lectura desde hace más de 14 años.

5.6- Asociación de Mujeres

Ofrecen actividades durante todo el año. Actualmente se están realizando un curso de manualidades, un ciclo de charlas sobre nutrición y dietética, y un taller del cuidado de la mujer.

5.7- Asociación de la Tercera Edad

Además de ser lugar de reunión y sociabilización básico, la asociación oferta actividades durante todo el año. Actualmente se están realizando charlas y talleres de autonomía personal, musicoterapia, e informática para manejo de móvil.

Estrategia Atención Comunitaria

5.8- Pabellón Municipal

Diversas actividades Deportivas, en funcionamiento grupo de Yoga, Zumba y Entrenamiento funcional.

5.9-Rondalla Local

Dan clases de Guitarra, Bandurria, Cante jotero y Baile jotas para todas edades. Organizan anualmente un Certamen de Jotas. Y el grupo de Dance se reúne cada año para integrar nuevos componentes y enseñar los bailes.

5.10- Ayuntamiento La Almolda

Presta los servicios básicos correspondientes a todos ayuntamientos, y además cuenta con la Banda de música, oferta gratuitamente clases de Piano, y tiene conformada una Coral.

5.11- Casa Miguelé

Espacio Expositivo de la Fundación Carreras, donde actualmente se presenta una colección de Vestidos de Novia desde 1890 a 1980.

5.12-Grupo de Ciclismo La Almolda

5.13-Casa Rural La Chocolatera

5.14- Parroquia católica de La Purificación de Nuestra Señora.

5.15- Ermita de Santa Quiteria.

¿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

Actualmente únicamente se trabaja de manera puntual con los colegios de Bujaraloz. El objetivo es que tras la nueva formación del grupo y la revisión de la agenda se creen nuevos vínculos.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El 5 de noviembre de 2024 se actualizó y se reinició el grupo de Trabajo de Atención Comunitaria. Los actuales miembros del grupo de trabajo somos:

Responsable: Esther Gracia Soguero (médico especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria).

- Laura Galino Serrano
- Teresa Abancens Ibarra
- Teresa Villagrasa Villagrasa
- Arantxa Villagrasa Villuendas
- Mercedes Jairod Fandos
- Margarita Llanos Casado
- Pilar Soro Argueta
- María Gutiérrez Sanchez
- Margarita Biel del Cazo
- Maria Teresa Galiana Perez
- Mercedes Abad Royo
- Pilar Traver Cabrebra.

El grupo de Comunitaria se reúne una vez cada dos meses. Además, contamos con un grupo de WhatsApp por el que nos comunicamos y mantenemos informados de las actividades. Por otro lado, 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?

Estamos trabajando en ello

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?

Se ha realizado el trabajo de búsqueda activa de activos de salud reflejados en apartados anteriores.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

Desde las consultas de primaria se realizan recomendaciones de activos a diario. En este momento creo que no se ha realizado ninguno utilizando la vía oficial para ello. Se dará una sesión el próximo 22 de enero para darlo a conocer a todo el equipo.