



**CENTRO DE SALUD LAS FUENTES NORTE**

**Sector Sanitario**

**Zaragoza II**

**Nombre del Equipo de Atención Primaria**

**CENTRO DE SALUD LAS FUENTES NORTE**

**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**

**ACTIVIDADES GRUPALES**

**1.-OPTIMIZANDO LOS CUIDADOS EN HERIDAS CRÓNICAS.**

Actividad Grupal. El objetivo es formar a estudiantes de grado de enfermería y profesionales enfermeros en la prevención y tratamiento de heridas crónicas proporcionando unos cuidados enfermeros de calidad aplicando las recomendaciones de las guías de práctica clínica. La finalidad de esta actividad es mejorar un problema de salud, como son las heridas crónicas, que resta calidad de vida a quien lo padece.

Responsable: Armalé Casado, M<sup>a</sup> José (Enfermera)  
Colaboradores: Andres Agorrotea, Patricia (Enfermera especialista en EFyC) Martes López, Carmen (Enfermera) Forés Catalá, María de los Desamparados (Enfermera) Fraile Muñoz, Alba (Enfermera residente en FyC).

Observaciones: con este proyecto se ha intentado mejorar la calidad de los cuidados enfermeros y disminuir la variabilidad de la práctica clínica en el cuidado de heridas crónicas, tanto en su prevención como en su tratamiento, implementando las nuevas recomendaciones de las guías de práctica clínica. Tras valorar la buena acogida y resultado del proyecto, nuestro empeño se canaliza hacia la realización de unas ediciones de los talleres siempre que vengan a formarse a nuestro Centro de Salud estudiantes de grado de Enfermería y dar la oportunidad de asistir también, si lo creen necesario, a los compañeros enfermeros que se van incorporando a la Atención Primaria.

**2-TALLER DE INHALADORES** Actividad Grupal.

El taller va dirigido a pacientes con EPOC y en tratamiento con inhaladores. Su finalidad es abordar un problema de salud como es el EPOC y mejorar el uso de inhaladores entre los pacientes que padecen esta enfermedad. Colaboradores:

## Estrategia Atención Comunitaria

---

Residentes de Medicina y Enfermería Familiar y Comunitaria del Centro de Salud Las Fuentes Norte. Observaciones: taller de 90 min de duración en el que se aborda qué es la EPOC, cuales son los síntomas de descompensación, pautas de alimentación, ejercicios respiratorios y manejo de inhaladores.

### **3.-TALLER PARA ANTICOAGULADOS CON ACENOCUMAROL.**

Actividad Grupal. Va dirigido a usuarios en tratamiento con acenocumarol. Su finalidad es fomentar el autocuidado y mejorar la seguridad de las personas que toman anticoagulantes.

Colaboradores: Patricia Andrés Agorreta (Enfermera Especialista en EfyC), Alba Fraile Muñoz (EIR), Eva Pelet Lafita (EIR), María José Armalé Casado (Enfermera), Ruben García (Enfermero). Observaciones: El grupo suele constar de 10 a 15 participantes y es dirigido por 2 enfermeros. Los temas tratados en la sesión son: la anticoagulación, indicaciones del acenocumarol, necesidad de controles y cómo tomarlo, actuaciones ante complicaciones, alimentos y fármacos que interfieren y consejos para los viajes.

### **4.-EDUCACIÓN MATERNAL.**

Actividad Grupal. Va dirigida a mujeres embarazadas del Centro de Salud Las Fuentes Norte y acompañantes. La finalidad es trabajar en la transición vital que es el embarazo. Responsable: Charo Arrata Linares. Observaciones: Consta de 10 sesiones en las que se trabaja la importancia de la respiración y la relajación, los cuidados del embarazo, el trabajo de parto, la lactancia, los cuidados del recién nacido y el puerperio.

### **5.-GRUPO DE RELAJACIÓN.**

Actividad Grupal. Va dirigido a usuarios del servicio aragonés de salud pertenecientes a los Centros de Salud de Fuentes-Norte y Torre-Ramona. La finalidad es abordar un problema de salud tan prevalente en la actualidad como es la ansiedad. Responsable: Carlos Navas Ferrer (Enfermero Especialista en Salud Mental). Observaciones: experiencia grupal intensiva que tiene como objetivo que los participantes puedan poner en común su vivencia en relación con el malestar y el sufrimiento emocional y tengan la oportunidad de conocer algunas técnicas de relajación como herramientas para el manejo de ese malestar.

### **6.-EDUCACIÓN GRUPAL A PACIENTES DIABÉTICOS.**

Actividad Grupal. Va dirigido a pacientes con diabetes mellitus tipo 2. La finalidad es abordar la diabetes desde el punto de vista sanitario y desde la experiencia de los diabéticos. Colaboradores: María Luisa Lozano del Hoyo, María Jose Armale Casado

---

## **ACTIVIDADES COMUNITARIAS**

### **7.-HAY QUE DISFRUTAR DE LA VIDA...CUIDÁNDOSE.**

Actividad Comunitaria. La actividad va dirigida a chicos de 12-16 años que acuden a la Fundación el Tranvía. La finalidad de la actividad es fomentar estilos de vida saludables. El paso de la niñez a la adultez pasa por una transición vital que engloba la adolescencia, momento en el cual es importante adoptar un estilo de vida saludable. Colaboradores: Maria Antonia Sanchez (Médico de Familia) e Isabel Moneo hernández (Pediatra). Observaciones: los temas que se trabajan con los adolescentes son la sexualidad, afectividad y los cuidados a tener en cuenta en el proceso de los piercing y tatuajes.

### **8.-ANDARINAS FUENTES NORTE.**

Actividad Comunitaria. Los objetivos de la actividad son: fomentar una vida activa por medio de paseos, reconocer los beneficios del ejercicio a través de una valoración de su actividad diaria, crear un grupo estable que fomente una red social de andarinas, mejorar su capacidad al ejercicio a través de las rutas de paseo programadas y modificar hábitos de desplazamiento. Destinatarios: Mujeres y hombres del barrio de Las Fuentes de todas las edades que deseen adquirir el hábito saludable de caminar. Responsable: Alba Fraile Muñoz (EIR) Colaboradores: Patricia Andrés Agorreta (Enfermera especialista en EFyC), Desamparados Forés Catalá (Enfermera), Elisa Lambán Casamayor (Enfermera), Silvia Cilleruelo Enciso (Enfermera), Ángel Abad Hontoria (Fisioterapeuta), Elena Gaspar Calvo (Fisioterapeuta), Pilar Marín Ibañez (Enfermera). Observaciones: El grupo de Andarinas saldrá a pasear todos los lunes de septiembre a junio con los profesionales del Tranvía. Los profesionales del Centro de Salud acudirán dos lunes al mes. Se plantea formar dos grupos, uno de actividad básica y otro de actividad moderada. Dependiendo del grupo y la ruta a realizar, los itinerarios oscilarán entre los 45-90 minutos. Al finalizar el paseo, se realizarán estiramientos.

### **9.-BLOG DEL CENTRO DE SALUD LAS FUENTES NORTE.**

Actividad Comunitaria. El blog está pensado para la población del barrio de las fuentes. Su finalidad es mejorar los estilos de vida de la población y tratar los problemas de salud de actualidad. Colaboradores: Rodriguez Serra Laura (MIR), Tejada de los Santos Laura (MIR), Sarvise Mata María (MIR), Fraile Muñoz Alba (EIR), Garcia Rodriguez Javier (MIR), Urdin Muñoz Blanca (MIR), Casanovas Navarro Pilar (MIR) y Museros Sos Dolores. Observaciones: se trata de un blog gestionado por los profesionales del centro de salud

---

## Estrategia Atención Comunitaria

cuyos objetivos son: dar visibilidad a las actividades del centro, crear un espacio virtual de contacto con la comunidad, poner a la disposición de la población herramientas para su cuidado y llevar a cabo educación para la salud fuera de la consulta.

### **10.-BOOKCROSSING.**

Actividad Comunitaria. Va dirigido a la población general, adultos y niños, interesada en la lectura. Se trata de una iniciativa multisectorial cuyo objetivo es fomentar la lectura y un estilo de vida más saludable. Colaboradores: Ciara Condon y profesionales del C.S. Las Fuentes Norte. Observaciones: Bookcrossing es la práctica de dejar libros en lugares públicos para que los recojan otros lectores, que después harán lo mismo. La idea es liberar libros para que sean encontrados por otras personas. La actividad lleva realizándose varios años en la fundación el tranvía y en 2017 se ha iniciado la colaboración con ambos centros de salud del barrio, al igual que con otros establecimientos y entidades de las fuentes.

### **11.-FUENSALUD:**

Actividad Comunitaria. Va dirigido a escolares de infantil y primaria. Profesores. Padres y madres. Su finalidad es abordar los problemas de salud que puedan surgir en el niño en la etapa escolar, potenciando estilos de vida saludables desde el campo educativo y sanitario (iniciativa multisectorial). Responsable: Desamparados Forés Catalá (Enfermera) Colaboradores: Elisa Lambán Casamayor (Enfermera), Pilar Marín Ibañez (Enfermera), Patricia Andrés Agorreta (EIR), Alba Fraile Muñoz (EIR), Rubén García Muñoz (Enfermero), Eva Pelet Lafita (EIR) y profesores del colegio público Las Fuentes. Observaciones: los objetivos son promocionar hábitos de vida sanos; fomentar actitud positiva hacia la salud y motivar a los escolares en sus cuidados, abordando la salud desde un aspecto integral. Las actividades que se llevan a cabo son: Taller de Cepillado Dental; Taller de Lavado de Manos; Visita al Centro de Salud; Meriendas y Desayunos Variados; Dieta Mediterránea; Ejercicio para Todos; Me cuido la Espalda; Hacemos Deporte y Taller de Emociones. Además para los profesores se llevan a cabo Talleres de RCP, de primeros auxilios y de patologías crónicas en la escuela.

### **12.-FORMACIÓN A PACIENTES ACTIVOS.**

Actividad Comunitaria. Los destinatarios son pacientes con diabetes mellitus. La finalidad es mejorar el estilo de vida de los diabéticos y promover la alfabetización en salud, mejorando el autocuidado entre iguales, formando Pacientes Activos con diagnóstico de diabetes tipo 2. Responsable: María Luisa Lozano del Hoyo (Enfermera)

---

Colaboradores: Rubén García Muñío, Silvia Cilleruelo Enciso, Inmaculada Gil Fernández, Esperanza Calero Fernández, Africa García Roy, Sara Sastre-+La Fundación El Tranvía y la Asociación de Diabéticos Aragón. Observaciones: Los objetivos son: Adquirir técnicas de comunicación por parte del Paciente Activo; Alcanzar una mayor autonomía en autocuidados de los pacientes diabéticos y familiares e Incrementar los hábitos orientados a mejorar su salud en alimentación y cuidado de pie diabético.

### **13.-LAS FUENTES ACTIVA.**

Actividad Comunitaria. Los destinatarios son la población del barrio de Las Fuentes. Se trata de una iniciativa multisectorial cuya finalidad es mejorar los estilos de vida y desmedicalizar la salud. Responsable: Patricia Andrés Agorreta Colaboradores: María García Julvez, Saray Aparicio Juez, Natalia Formento Marín, Alba Fraile MUñoz, Carmen Martes López, M<sup>a</sup> José Armalé Casado, Desamparados Forés Catalá, Rubén García Muñío, y entidades del barrio de las Fuentes. Observaciones: La actividad consiste en realizar el mapeo del Barrio y la prescripción de activos.

### **14.-REDUCCIÓN DEL TABAQUISMO EN LAS GESTANTES ATENDIDAS EN EN CENTRO DE SALUD DE LAS FUENTES NORTE.**

Actividad Comunitaria. Los destinatarias son embarazadas atendidas en el Centro de Salud. Los objetivos principales son la reducción de la prevalencia del tabaquismo en las embarazadas atendidas en el centro de salud y prevenir el tabaquismo pasivo en las embarazadas y en los neonatos mediante la promoción de un ambiente libre de humos en su entorno. Responsable: África García Roy (Médico) Colaboradores: Ana Sarsa Gómez, Isabel Moneo Hernández, M<sup>a</sup> Carmen Ineva Santafe, Laura Tejada de los Santos, Dolores Museros Sos, María Sarvisé Mata, Pilar Casanovas Navarro. Observaciones: En primer lugar se impartirán sesiones informativas y formativas a los profesionales sanitarios del centro de salud. Se realiza la captación de las participantes en la consulta de la matrona. Se realizarán dos actividades grupales (una tras la captación y otra en el tercer trimestre) tanto para embarazadas fumadoras como para no fumadoras y los familiares directos de ambas. Además contamos con la consulta antitabaco que se ha implantado en el centro de salud para las embarazadas fumadoras, desde la que se proporcionará apoyo para la deshabitación tabáquica al 1, 15 y 30 días. Después se realizarán consultas telefónicas en el segundo y tercer trimestre. Tras el parto se realizará un seguimiento de las mujeres exfumadoras para evitar recaídas en el hábito, por parte de Pediatría en la captación del recién nacido y por el grupo de intervención antitabaco al mes y a los tres meses.

---

### **ACTIVIDADES DE RESPUESTA A DEMANDAS REALIZADAS AL CENTRO DE SALUD O POR ENTIDADES DE LA ZONA EN LAS QUE EL CENTRO DE SALUD HA PARTICIPADO**

Se han dado respuesta a demandas realizadas por La Fundación El Tranvía, el Centro Cívico Salvador Allende y la Asociación de Vecinos de Las Fuentes, Colegio Julián Sanz Ibañez, al igual que se ha participado en proyectos conjuntos, sobre temas como la alimentación, la memoria, la prevención de accidentes en la infancia o la diabetes. Desde el centro de salud Las Fuentes Norte se han llevado a cabo a lo largo de los años actividades grupales con pacientes para trabajar la obesidad, la hipertensión, el asma en la infancia y el asma en los centros educativos dirigido a profesores.

**¿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**

**CENTROS EDUCATIVOS** CEIP Las Fuentes: participación en proyectos conjuntos. CEIP Julián Sanz Ibañez: colaboración para algunas actividades. Colegio santo Domingo de Silos: colaboración para algunas actividades.

**CENTROS SOCIALES** Centro Cívico Salvador Allende: colaboración para algunas actividades. Casa de Juventud Las Fuentes: colaboración para algunas actividades. Fundación El Tranvía: participación en proyectos conjuntos. AAVV Las Fuentes: relación puntual.

**CENTROS MUNICIPALES** Junta Municipal Las Fuentes: colaboración para algunas actividades. Centro Municipal de Servicios Sociales: relación puntual Centro de Convivencia de Mayores Salvador Allende: colaboración para algunas actividades.

**ASOCIACIÓN Y GRUPOS** Asociación de Consumidores Torre Ramona: relación puntual. Parques con Corazón: ausencia de relación. Asociación Española contra el Cáncer (AECC): relación puntual.

**SALUD EN RED LOS BARRIOS**

**¿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**

En el Centro de Salud Las Fuentes Norte se formó la Comisión Comunitaria en Octubre de 2017, estando integrada por distintos profesionales del EAP (médicos de familia, pediatras, enfermeras, administrativos, MIR, EIR) Desde entonces se han mantenido distintas reuniones

donde se han ido abordando distintos temas: estrategia comunitaria, agenda comunitaria, proyectos del acuerdo de gestión, recomendación de activos, salud en los barrios,.... Se ha creado un dropbox común para intercambio de documentación, se han realizado actas de las reuniones y se ha mantenido información por email.

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

## **ORGANIZACIÓN DEL EAP**

La Agenda Comunitaria se ha elaborado con participación de algunos miembros de la comisión: médicos, enfermeras, EIR. Se pasó un cuestionario a todas las personas responsables de actividades grupales o comunitarias quedando reflejado en documento word y excel para posteriormente pasarlo al formulario de la estrategia comunitaria.

Todo el trabajo realizado en relación a la estrategia comunitaria se transmite a Coordinador del EAP y Responsables de Enfermería, y posteriormente al resto del EAP y Consejo de Salud.

### **MIEMBROS DE LA COMISIÓN COMUNITARIA**

1. AFRICA GARCÍA ROY, MÉDICO
2. M<sup>a</sup> ANTONIA SANCHEZ CALAVERA. MÉDICO
3. ANA SARSA GÓMEZ. MÉDICO
4. ISABEL MONEO HERNANDEZ
5. M<sup>a</sup> JOSÉ ALIAGA GONZÁLEZ. ADMINISTRATIVO
6. CARMEN MARTES LÓPEZ. ENFERMERA
7. M<sup>a</sup> JOSÉ ARMALÉ CASADO. ENFERMERA
8. SILVIA CILLERUELO ENCISO. ENFERMERA
9. LUISA LOZANO DEL HOYO. ENFERMERA
10. AMPARO FORÉS CATALÁ. ENFERMERA
11. ALBA FRAILE MUÑOZ, R2 EFYC
12. EVA PELET LAFITA R1 EFyC
13. RUBÉN GARCÍA MUÑÍO. ENFERMERO
14. TAMARA RODRIGUEZ POLA. ENFERMERA
15. LAURA TEJADA DE LOS SANTOS R4 MFyC
16. JAVIER GARCÍA RODRÍGUEZ R4 MFyC
17. MARIA SARVISE MATA R3 MFyC
18. M<sup>a</sup> CARMEN INEVA SANTAFÉ R3 MFyC
19. BLANCA URDÍN MUÑOZ R2 MFyC
20. PILAR CASASNOVAS NAVARRO R2 MFyC
21. CRISTINA PIÑANA ALONSO R1 MFyC
22. JAIME DÍAZ-SALAZAR CHICÓN R1 MFyC

## **CONTENIDO AVANZADO AGENDA COMUNITARIA**

---

¿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?

### **ANÁLISIS DEL CONTEXTO DE LA ZONA**

---

¿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?

### **ELABORACIÓN DEL MAPA DE ACTIVOS**

---

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

### **RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS**

---