

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD DE DELICIAS NORTE

Sector Sanitario

Barbastro

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CS Delicias 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

1. PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE INICIO DE CONSUMO DE TABACO, ALCOHOL Y OTRAS DROGAS EN ADOLESCENTES EN EL INSTITUTO IES EL PORTILLO.

Responsables: Patricia Arbués, Yolanda Morales, Ángel Lázaro y Cristina Martínez.

a. Tabaco:

Pertinencia: El tabaco es uno de nuestros principales problemas de salud pública ya que es la primera causa de muerte evitable. El tabaquismo es un hábito que, a menudo, se adquiere en la adolescencia y se considera también un factor de riesgo para el consumo de marihuana y otras drogas. En España ha aumentado progresivamente tanto el consumo experimental como regular de este tipo de sustancias, ha disminuido la edad de inicio de consumo y ha disminuído la percepción del riesgo con la edad. Este riesgo a largo plazo (enfermedades oncológicas, enfermedad cardiovascular, EPOC...) es común tanto para adolescentes como para fumadores adultos.

Objetivos de la actividad:

Eliminar o disminuir el inicio del consumo de tabaco. Concienciar sobre la nocividad del tabaquismo.

Promover una actitud crítica en los jóvenes que permita el rechazo al consumo.

Promover la no aceptación social del hábito de fumar.

Prevenir enfermedades a largo plazo.

Estrategia Atención Comunitaria

Prevenir y/o retrasar el inicio del consumo de tabaco y de otras sustancias proporcionando herramientas, conocimientos y consejos que promuevan actitudes y hábitos de vida saludables.

Favorecer el abandono del consumo entre los más jóvenes.

Hablar sobre las ventajas físicas y mentales del abandono del tabaco a nivel personal.

Actividades: El programa consta de 3 sesiones. La primera de ellas es una sesión en la que se exponen fundamentalmente conocimientos teóricos, con la finalidad de dotar al adolescente de información necesaria para adquirir la capacidad de decisión respecto al tabaco. Se informa sobre la composición del tabaco, las consecuencias que conlleva su consumo y el impacto económico y medioambiental que conlleva. Para ello, se utiliza en primer lugar una presentación en soporte powerpoint y posteriormente una proyección de material audiovisual. En la segunda sesión, se exponen los efectos que pueden producir otro tipo de drogas como el alcohol, la marihuana y otras drogas. Se proyecta una presentación y se deja espacio a los alumnos para participar y preguntar aquellas cuestiones que les creen inquietud. La tercera sesión es lúdica, con el formato del programa televisivo “pasapalabra” en la que se repasan los conceptos aprendidos en las sesiones anteriores. De esta forma divertida, los alumnos participan intentando aportar sus conocimientos para ganar el juego. Población diana: adolescentes de ambos sexos que cursan 1º de ESO en IES El Portillo.

b. Alcohol:

Responsables: Patricia Arbués, Yolanda Morales, Ángel Lázaro y Cristina Martínez.

Pertinencia del proyecto: El alcohol puede ser una puerta de entrada para los jóvenes a las drogas, por lo que se debe concienciar a la población joven de los efectos nocivos que tienen las sustancias en su salud. El alcohol es

Estrategia Atención Comunitaria

una sustancia peligrosa, puesto que está mejor vista de cara a reuniones sociales (alcohol en las comidas, cenas, quedadas, actos sociales...). No prohibir de entrada su consumo explicando todo lo malo que tiene, sino introducir conceptos y conocimientos para que en un futuro beban con moderación y responsabilidad. El prohibir tajantemente puede resultarles más atractivo. Se pretende, así mismo, reducir al máximo posible, las futuras enfermedades derivadas del consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias.

OBJETIVOS DEL PROYECTO:

- Prevenir y/o retrasar el inicio del consumo de alcohol con información, conocimientos y consejos que promuevan actitudes y hábitos de vida saludables.
- Favorecer el abandono o disminución del consumo entre los más jóvenes. En otro caso intentar inculcar la idea de beber con moderación.
- Transmitir que las consecuencias del consumo de alcohol no solo afectan a nivel individual, sino que también repercute en terceros (familia, accidentes de tráfico, sistema de salud...).
- Concienciar de los posibles peligros de un consumo descontrolado del alcohol en jóvenes, y sus consecuencias

2. PREVENCIÓN PRIMARIA EN CONSULTA DE DESHABITUACIÓN TABÁQUICA

Responsable: Cristina Martínez Bueno.

Pertinencia: el tabaco está directamente relacionado con múltiples patologías. Constituye un importante factor de riesgo cardiovascular, provoca enfermedades respiratorias como EPOC y se relaciona con el desarrollo de múltiples neoplasias. Muchas de estas patologías podrían evitarse aumentando el abandono del hábito tabáquico. Este proceso de deshabituación tabáquica resulta difícil para el paciente debido a la dependencia física provocada por la nicotina del tabaco, la dependencia psicológica, la dependencia gestual y la dependencia social.

Objetivos:

Estrategia Atención Comunitaria

Facilitar la deshabituación tabáquica.

Prevención del desarrollo de enfermedades relacionadas con el tabaquismo.

Actividades:

Se realiza inicialmente un cribado por enfermería/medicina de familia mediante el test de motivación y se deriva a la consulta de deshabituación tabáquica para valoración inicial y seguimiento. En la consulta se valora nuevamente la motivación, se comprueba que el paciente está en fase de contemplación y se evalúa la dependencia. Se trabaja desde una perspectiva integral, considerando los aspectos psicosociales, fisiológicos y farmacológicos, necesarios para romper esta dependencia. Se informa al paciente de los beneficios que conlleva el abandono, se invita al paciente a reflexionar sobre su conducta, se informa del síndrome de abstinencia, se dan una serie de recomendaciones para disminuirlo y para mantenerse sin fumar, se ofrece apoyo y motivación. En pacientes que precisan tratamiento farmacológico, se detectan posibles reacciones adversas, se dan recomendaciones para mantenerse en abstinencia, se trabaja la detección de situaciones de riesgo y se refuerza la motivación. Se facilita tanto la consulta física como telefónica.

Población diana: fumadores de ambos sexos y de todas las edades.

3. PROGRAMA EDUCATIVO PARA CUIDADORES DE RESIDENCIA

Responsables: Yolanda Morales Merino, Nuria Aparicio Torney, Belén Torres Trasobares, Rocio Celma Moralejo.

Pertinencia: necesidad de actualizar los conocimientos de las personas que trabajan en las residencias de nuestra zona básica de salud.

Objetivos:

Impartir formación para actualizar los conocimientos de los trabajadores.

Estrategia Atención Comunitaria

Establecer un enlace para resolver dudas sobre el cuidado de personas mayores institucionalizadas.

Actividades: Se prevé impartir charlas formativas en las residencias para los trabajadores sobre cuidados básicos, valoración de necesidades, heridas, etc.

4. CONSEJO DE SALUD.

Reuniones periódicas del órgano de participación de la población de la zona. Última convocatoria en 2016, se está trabajando para su próxima convocatoria este año.

5. TALLER DE EDUCACIÓN MATERNA.

Responsable: Amelia (matrona).

Pertinencia: necesidad de ofrecer a la mujer y acompañante, la información, formación y atención necesaria que facilite su protagonismo en el proceso de cambio en ésta etapa de la vida.

Objetivos:

Favorecer el óptimo desarrollo del embarazo, parto, puerperio y crianza y la vivencia positiva de la maternidad y paternidad, a través del respeto, la promoción de hábitos de vida saludables, cambios de creencias y actitudes y adquisición de habilidades básicas que permitan afrontar ésta nueva etapa en la vida de la mujer y de su pareja.

Actividades: El programa consta de ocho sesiones siendo la primera de ellas impartida en el primer trimestre de la gestación, y las siete restantes se iniciarán a partir de la semana 28 teniendo una frecuencia semanal. Todas las sesiones contarán con una duración aproximada de dos horas y media (90 minutos teoría + 60 minutos práctica) a lo largo de las cuales se desarrollarán diversas estrategias de aprendizaje usando métodos didácticos.

Población: Dirigido tanto a madres embarazadas como a padres. Se realiza los viernes de 9 a 11:30h. Semanal.

6. GRUPO PERSONAS MAYORES

Responsables: Victoria Ferrer, Laura Sanz, Toñi Conti

Estrategia Atención Comunitaria

Pertinencia: necesidad de crear un espacio para que personas mayores del barrio que se encuentran solas, se puedan relacionar, compartir experiencias y trabajar en aspectos de la salud que consideran importantes.

Objetivos: mejorar calidad de vida y disminuir efectos de la soledad no deseada.

Actividades: sesión semanal de una hora de duración: miércoles 11:30-12:30h

Población: personas mayores pertenecientes al CS Delicias Norte que viven solos y con poca interacción social.

7. MAPEO COLABORATIVO DISTRITO DELICIAS

Responsables: Natalia Formento, María Jose Benavides, Laura Sanz

Pertinencia: necesidad de conocer los recursos del entorno para poder colaborar y realizar una adecuada recomendación de activos a los pacientes.

Objetivos: Identificar y conocer los recursos del barrio que mejoran la salud de la comunidad.

Actividades:

Proyecto surgido del Foro Comunitario Delicias donde participan 24 entidades. Se está trabajando en un proyecto de mapeo participativo del Distrito Delicias. Desde el Centro de Salud Delicias Norte realizó una actividad de mapeo de la ZBS Delicias Norte con profesionales sanitarios y tertulia-café con un grupo de personas mayores para identificar recursos comunitarios del distrito.

Población: Población general.

8. PROYECTO INTERVENCIÓN SOBRE SOLEDAD NO DESEADA EN DELICIAS

Proyecto iniciado en 2018. Creación de un grupo de voluntarios se encarga de realizar llamadas semanalmente para el seguimiento de personas en situación de soledad no deseada. Se capta a la población desde consultas de los centros de salud y/o desde las propias entidades que participan. Los objetivos de este proyecto son: mejorar la calidad de vida de las personas mayores que se sienten solas en Delicias, disminuir los efectos de la soledad no deseada,

Estrategia Atención Comunitaria

prevenir las situaciones de riesgo, generar un espacio de encuentro entre entidades de Delicias que trabajan con personas mayores para dar respuestas a esta problemática social. Promueve este proyecto la AA. VV. Manuel Viola de Delicias y están implicados CS Delicias Norte y CS Delicias Sur, Servicios Sociales del Ayuntamiento de Zaragoza, Centros de Convivencia municipales, Servicios Sociales del Gobierno de Aragón y Cáritas.

¿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

Centro Cívico Delicias:

- Centro de Convivencia de Mayores Delicias: se llevan a cabo actividades culturales. Se realizan talleres de envejecimiento activo: memoria y actividad mental, danzaterapia, psicomotricidad, manualidades, pintura. Talleres de envejecimiento activo: psicomotricidad, tai-chi, yoga. Talleres de la experiencia: bailes, lectura, costura. Cuentan con un comedor de mayores, servicios de ocio y tiempo libre, exposiciones y sala de informática.
- Actividades de entidades y asociaciones: idioma, mindfulness, yoga, zumba, pilates, bailes, bolillos, teatro.
- Centro tiempo libre Musaraña: niños de 6 a 14 años. Asistencia al centro y apoyo escolar.
- Casa de la juventud: actividades para jóvenes como costura, cómic, yoga, videojuegos, cocina, música, informática, lengua de signos, bailes o canto.

Asociación de Vecinos Manuel Viola:

Realizan actividades programadas durante el año en las que se puede inscribir la población como: paseos cardiosaludables, cinefórum, club de lectura, talleres de cocina, ajedrez, pintura, arte, teatro, apoyo escolar, yoga, seminarios. Actividades de prevención de fragilidad (programa de actividad física monitorizada en el anciano frágil: anteriormente impartida en el Centro de Salud), salud en positivo, atención y

Estrategia Atención Comunitaria

memoria. Desarrollo del proyecto Soledad no deseada en Delicias y Foro de Salud Comunitario Delicias:

Foro de salud comunitario:

Foro en el que participan 24 entidades que trabajan en el barrio Delicias (Centros Municipales, centros educativos, Centros de Salud, Unidades de Salud Mental, ADUNARE, Cáritas, Centros de Convivencia, ASAPME, YMCA, Cruz Blanca, Aldeas Infantiles, SARES, AAVV). Se trata de un espacio de encuentro que favorezca la comunicación y coordinación entre entidades y el abordaje de las necesidades de la población del barrio de manera conjunta y colaborativa.

Fundación Cruz Blanca: desarrollan un programa atención integral a víctimas de trata de seres humanos, programa de atención a población inmigrante, programas de promoción y prevención en salud (contra el estigma y la discriminación), programas de formación e inserción laboral, atención a colectivos vulnerables, atención y prevención a víctimas de trata con fines de explotación sexual y programas de infancia y familias (orientación, refuerzo, apoyo psico-social, ocio).

Plan de Delicias (2019-2025)

Proyecto que incluye intervenciones en todos los ámbitos que afectan a la vida de la comunidad: sociosanitarias, educativas, económicas, urbanísticas, laborales y culturales, construyendo procesos planificados a través de la implicación de la ciudadanía, las entidades sociales, del trabajo coordinado entre profesionales y administraciones, con un clima de consenso, proactividad y corresponsabilidad, que incida en las políticas públicas. Enlace: <https://avvdelicias.org/?project=presentacion-plan-de-delicias>

Hogar y Centro de Día para Mayores Delicias: realizan actividades de los Programas de Envejecimiento activo (físicas, cognitivas y Nuevas tecnologías), actividades del Convenio

Estrategia Atención Comunitaria

Fundación Caixa-IASS (salud y bienestar, desarrollo personal y ciclo vital, informática y comunicación, formación, participación y voluntariado) y actividades impartidas por voluntarios (baile en línea, agilidad mental, logoterapia, risoterapia).

Centro de Convivencia para Mayores Terminillo: Programa nos gusta hablar, salas polivalentes, zonas de relajación al aire libre y juegos y máquinas para la práctica de ejercicio físico en el parque Delicias. Talleres de salud y calidad de vida (gimnasia, danzaterapia, higiene postural, etc.), desarrollo y expresión artística (pintura, manualidades), comunicación y cultura y experiencia (tertulias, idiomas, ajedrez, etc.).

Red de Comercios Amigables con las Personas Mayores Comercios que se suman a facilitar las compras a nuestros mayores. Se supervisa que haya suficiente luminosidad, un lugar donde poder sentarse, carteles que se puedan ver, trato personal, etc.

ASAPME: Asociación que trabaja para promover la salud mental. Atención a personas con enfermedad mental; rehabilitación, atención a domicilio, inserción sociolaboral, actividades de ocio, etc. Además actividades de atención a familiares y población general (terapia psicológica, adultos, menos y jóvenes, formación, etc.)

OMSIDA: Actividades de información apoyo sobre VIH y otras ITS, tratamiento y prácticas de riesgo, pruebas rápidas de VIH, VHC, VHB, clamidia, gonorrea y sífilis. Reparto de material preventivo. Educación y formación. Atención social, psicológica, programa pares, orientación laboral y actividades sociales. Campañas de sensibilización y talleres preventivos.

MÉDICOS DEL MUNDO: ONG que realiza acompañamiento a personas inmigrantes para el acceso al sistema sanitario, actividades de sensibilización y de educación sobre violencia

de género y mutilación genital femenina.
Realización de pruebas rápidas de VIH/sífilis.

¿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

COLEGIOS Y IES DE LA ZONA: coordinación de casos y proyectos de educación para la salud.

CENTROS MUNICIPALES DE SERVICIOS SOCIALES DELICIAS I Y II: Coordinación de casos, participación en proyectos conjuntos.

CARITAS: coordinación de casos, participación en proyectos conjuntos.

UASA (Unidades de Atención y seguimiento de adicciones)

Asociación AFDA: derivación a pacientes que precisan apoyo terapéutico (terapia individual, juvenil, familiar, pareja y grupal).

CENTRO DE CONVIVENCIA PARA MAYORES: derivación de pacientes, participación en proyectos conjuntos, coordinación de casos.

ASOCIACION DE VECINOS "MANUEL VIOLA": recomendación como activo, participación en proyectos conjuntos.

CENTRO CÍVICO DELICIAS: Recomendación como activo, uso de salas para el desarrollo de actividades del centro.

CRUZ ROJA: coordinación de casos, acompañamiento de pacientes a través de voluntariado de Cruz Roja.

HOGAR PARA MAYORES DELICIAS: participación en proyectos conjuntos, coordinación de caso, recomendación como activo.

YMCA: derivación de casos.

Estrategia Atención Comunitaria

ASAPME: participación en proyectos conjuntos, derivación de casos, recomendación como activo.

FUNDACIÓN CRUZ BLANCA: participación en proyectos conjuntos, derivación de casos.

ASOCIACIONES DE PACIENTES: Derivación para orientación e información, recomendación como activo.

CENTROS DE SALUD DE DELICIAS: Colaboración en proyecto comunitarios del Distrito Delicias.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El equipo de Atención Comunitaria está formado por médicos, enfermeras y trabajadora social del EAP, así como residentes de familia. Nos reunimos periódicamente cada dos meses para actualizarnos sobre las actividades realizadas. La comisión se ha dividido en grupos de trabajo para la participación en los diferentes proyectos.

Actualización de la agenda comunitaria:

Patricia Arbués Espinosa (R4 Medicina Familiar y Comunitaria)

Laura Sanz Martínez (Enfermera Familiar y Comunitaria)

Natalia Formento Marín (Enfermera Familiar y Comunitaria)

Sofia Arnaudas Sancho (Enfermera)

Componentes de la comisión de comunitaria:

Victoria Ferrer (trabajadora social)

Patricia Arbués Espinosa (R4 Medicina Familiar y Comunitaria)

Laura Sanz Martínez (Enfermera Familiar y Comunitaria)

Natalia Formento Marín (Enfermera Familiar y Comunitaria)

Sofia Arnaudas Sancho (Enfermera)

Yolanda Morales Merino (Enfermera)

Estrategia Atención Comunitaria

María Belén Torres Trasobares (Enfermera)
Ángel Lázaro García (Enfermero)
Javier Pérez (Médico)
Antonia Conti Cuesta (Enfermera)
Cristina Martinez Bueno (Enfermera)
Nuria Aparicio Torney (Enfermera)
María José Benavides (Coordinadora médica)
Rocio Celma Moralejo (Enfermera)

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?

La Junta Municipal de Delicias es la que tiene mayor densidad de población y más personas extranjeras. Su población es envejecida, con muchos mayores que viven solos. Nivel de renta bajo y desigual según sectores. Gran cantidad de entidades y tejido asociativo, falta de zonas verdes y viviendas con déficits de accesibilidad y acondicionamiento. Población con necesidad de uso de prestaciones ofrecidas por Servicios Sociales (Fuente: Informe ebrópolis 2016 file:///C:/Users/natal/Downloads/5-Delicias%20(1).pdf)

La Zona Básica de Salud de Delicias Norte se encuentra en el Distrito Delicias, contamos con una población de 24.846 personas. 21,35 % (origen extranjero) 10,18 % (<15 años) 23,44 % (> mayores de 65 ó más años) Datos 2021.

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 está desarrollando un proyecto de Mapeo colaborativo en el Distrito Delicias junto a otras entidades del barrio, iniciado por el Foro de Salud Comunitaria promovido por la Asociación de Vecinos Manuel Viola. Desde el centro de salud se han realizado diferentes actividades con los profesionales y grupos de población para la identificación de activos y se colabora con el desarrollo del proyecto junto al resto de entidades participantes.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

¿Se realiza alguna recomendación de activos comunitarios desde la

Recomendación de activos para actividades de ocio, ejercicio o envejecimiento activo: centro cívico,

Estrategia Atención Comunitaria

consulta? ¿A que tipo de recursos se realiza la derivación?

asociación de vecinos Manuel Viola, Hogares de Mayores o Centros de Convivencia.

Recomendación de activos para personas con problemas de salud mental: ASAPME.