

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD CALATAYUD RURAL

Sector Sanitario

Calatayud

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CS Calatayud Rural

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

MAPEO DE ACTIVOS

Actualmente se lleva a cabo un mapeo de activos de forma continuada y se procura fomentar la cooperación con los CRA, ayuntamientos y asociaciones de las diferentes poblaciones pertenecientes a la Zona Básica de Salud de Calatayud Rural. Además de esto, se ha realizado en Munébrega y Miedes una fiesta de mapeo de activos en consulta y domicilio, en la que la gente ha ido escribiendo y aportando las actividades, asociaciones y lugares que ellos consideran un activo en salud en un mapa interactivo con la definición de activos en salud que se les ha aportado.

CONSULTA DE DESHABITUACIÓN TABÁQUICA

Actualmente a cargo de F.Javier Pérez Torres, Médico de Atención Primaria. La consulta adquiere mayor profundidad, atendiendo de forma integral y holística a la persona. No sólo se atiende a la voluntad de deshabituación tabáquica, sino que se le apoya al paciente psicológicamente, se le motiva, se busca reforzar su red sociofamiliar y además se valora la comorbilidad, parámetros analíticos y se realizan cooximetrías, de forma que se atiende a la persona en su conjunto y dentro de su contexto social y de salud orgánica y psicológica.

EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Desde pediatría se realizan charlas de diferente índole orientadas a padres acerca de laringitis infantil, higiene del sueño y temas similares de interés para la etapa infantil.

Las matronas también dan charlas a las mujeres y familias a las que atienden, sobre todo orientadas al embarazo y lactancia.

Actualmente se está desarrollando un proyecto de educación para la salud en primeros auxilios en los pueblos

Estrategia Atención Comunitaria

en que se impartirán unas nociones básicas de primeros auxilios y RCP para asegurar una acción adecuada y temprana en diferentes situaciones de la vida, las más frecuentes y cotidianas como quemaduras leves o bien las más graves y que precisan una atención rápida, como puede ser cómo reconocer un posible ictus o qué hacer si se encontrase a una persona inconsciente.

Actualmente el Centro de Salud Calatayud Sur ha participado en diferentes proyectos como son:

Proyecto RA-PAFIS (Recomendación de Activos en el Plan Aragonés de Actividad Física para mejorar la Salud)

El Centro de Salud de Calatayud Rural forma parte del proyecto Ra-PAFIS, que se describe como “un proyecto multidisciplinar e intersectorial de investigación aplicada, cuyo objetivo es facilitar la implementación del programa de recomendación formal de activos para mejorar la salud a través de la actividad física, y crear herramientas basadas en el conocimiento, la colaboración y la participación para asegurar la mejor transferencia a nuestras instituciones”. El equipo investigador del proyecto incluye a profesionales sanitarios del Instituto de Investigación Sanitaria de Aragón (IISA) y profesionales de Educación Física y Deportiva de la Universidad San Jorge (USJ).

Proyecto GATEKEEPER

El Centro de Salud de Calatayud Rural forma parte del proyecto a nivel europeo “GATEKEEPER” el cual tiene como principal objetivo crear un “guardián” (GATEKEEPER) que conecte proveedores sanitarios, empresas, emprendedores, ciudadanos mayores y la comunidad en la que viven para desarrollar un escenario abierto, basado en la confianza para hacer corresponder ideas, tecnologías, necesidades de usuario y procesos, orientados a garantizar a la población que envejece una vida independiente más sana.

El Servicio Aragonés de SALUD (SALUD) ha diseñado el caso de uso de la APP MAHA, cuyos objetivos son evitar/retrasar/prevenir la aparición de enfermedades crónicas, a través del empoderamiento de los pacientes y la adopción de hábitos de vida saludable.

¿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

Desde los ayuntamientos nos ponen en conocimiento que se elaboró y remitió una carta de presentación para dar a conocer la Estrategia de Atención Comunitaria de Aragón y entablar relación con las instituciones así como para conocer si tenían alguna necesidad de salud percibida. Se envió a centros educativos, asociaciones y ayuntamientos de nuestra zona de salud.

El CRA Tres Riberas recibe alumnado desde los CRA de Terrer, Paracuellos de Jiloca, Maluenda, Morata de Jiloca, Fuentes de Jiloca, Villafeliche, Mara y Miedes de Aragón. Desde los ayuntamientos nos ponen en conocimiento que desde los colegios de la zona CRA Tres Riberas se promueve la alimentación saludable, guiando a los padres en los almuerzos que mandan a sus hijos al colegio, y el deporte. Tras ponernos en contacto con ellos, han mostrado interés en mantener cooperación con el equipo de AP y consideran que es necesaria la educación para la utilización saludable de pantallas..

¿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 el Centro de Salud Calatayud Sur ha participado en diferentes proyectos como son:
Proyecto RA-PAFIS (Recomendación de Activos en el Plan Aragonés de Actividad Física para mejorar la Salud)
El Centro de Salud de Calatayud Rural forma parte del proyecto Ra-PAFIS, que se describe como “un proyecto multidisciplinar e intersectorial de investigación aplicada, cuyo objetivo es facilitar la implementación del programa de recomendación formal de activos para mejorar la salud a través de la actividad física, y crear herramientas basadas en el conocimiento, la colaboración y la participación para asegurar la mejor transferencia a nuestras instituciones”. El equipo investigador del proyecto incluye a profesionales sanitarios del Instituto de Investigación Sanitaria de Aragón (IISA) y profesionales de Educación Física y Deportiva de la Universidad San Jorge (USJ).

Proyecto GATEKEEPER

Estrategia Atención Comunitaria

El Centro de Salud de Calatayud Rural forma parte del proyecto a nivel europeo “GATEKEEPER” el cual tiene como principal objetivo crear un “guardián” (GATEKEEPER) que conecte proveedores sanitarios, empresas, emprendedores, ciudadanos mayores y la comunidad en la que viven para desarrollar un escenario abierto, basado en la confianza para hacer corresponder ideas, tecnologías, necesidades de usuario y procesos, orientados a garantizar a la población que envejece una vida independiente más sana.

El Servicio Aragonés de SALUD (SALUD) ha diseñado el caso de uso de la APP MAHA, cuyos objetivos son evitar/retrasar/prevenir la aparición de enfermedades crónicas, a través del empoderamiento de los pacientes y la adopción de hábitos de vida saludable.

Proyecto EvalRA

El Centro de Salud de Calatayud Rural forma parte del proyecto EvalRA.

El objetivo es “crear un cuadro de mandos de indicadores de resultados de proceso y finales de una Estrategia de Atención Comunitaria (EAC) considerando la implementación de esquemas formales de Recomendación de Activos para la salud (RA) en los Equipos de Atención Primaria (EAP) de una comunidad autónoma (CA). Proponer un conjunto mínimo de indicadores de evaluación validado aplicable a las EAC (CMIV) de otras comunidades y a nivel internacional, y un protocolo de recomendaciones de criterios de calidad y seguridad para la inclusión de RA”. Desarrollo de indicadores de evaluación en esquemas formales de Recomendación de Activos para la Salud en Atención Primaria del Instituto de Salud Carlos III (ISCIII) del 2020

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El servicio de Atención Comunitaria se creó en el año 2019 y actualmente es un equipo multidisciplinar: con un total de 20 participantes, 9 Médicos de Atención Primaria, 8 Enfermeros/as de Atención Primaria y 2 auxiliares administrativos

El referente comunitario desde febrero de 2023 es Patricia Gotor Delso, enfermera especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria, quien actualiza la agenda 2023.

Miembros del EQUIPO DE ATENCIÓN COMUNITARIA:

Estrategia Atención Comunitaria

Ana Isabel Pelegrin Cantarero (Medicina), Ceres Barriendo Ortilles (Medicina), Esmeralda Lucindo Lázaro (Enfermería), Elisa Arévalo De Miguel (Medicina), Francisco Javier Pérez Torres (Medicina), José Antonio Aynaga Bernal (Administrativo), M^aÁngeles Hidalgo Navarro (Medicina), M^a Ascensión Alonso Benedí (Enfermería), M^a del Mar Sebastián Alcaín (Enfermería), M^a Dolores Marqués Saldaña (Medicina), M^a Esther Moros Sanz (Enfermería), M^a José Díez López (Administrativo), M^a Laura Sanmartín Florenza (Enfermería), Marta Domínguez García (Medicina), Natividad Romeo Martín (Medicina) Nicolás Granero Berlanga (Enfermería), Raquel Morales Ferruz (Pediatría), Ricardo Llanes Luño (Medicina) Sandra Navarrete (Enfermería).

Entre miembros del equipo de comunitaria así como con el resto del equipo nos comunicamos por medio del correo electrónico corporativo y convocando reuniones periódicas.

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?

El centro de Salud de Calatayud Rural/Sur cuenta con una gran dispersión demográfica (G3).

Ampara 22 municipios, algunos de ellos con poblaciones reducidas, que se ven mermadas de forma estacional cuando llega el invierno.

Además hay un elevado índice de sobrevejecimiento de la población.

El EAP consta de 10 médicos de Atención Primaria, 10 enfermeros/as de Atención Primaria, 2 auxiliares administrativos, 4 médicos de atención continuada que también trabajan con el centro de salud Calatayud Norte, 2 enfermeros de atención continuada que también trabajan con Calatayud Norte, un/a matron/a que tiene la consulta en el municipio de Calatayud, y un/a Pediatra que tiene la consulta en el municipio Calatayud (así como el enfermero/a que forme parte del equipo de pediatría).

El Punto de Atención Continuada se localiza actualmente en el centro de salud de Calatayud Urbano, con el cual comparte estructuras.

ACTIVOS Y RECURSOS PERSONALES.

Estos municipios cuentan con activos para la salud informales. Se contactó con muchos de ellos para fomentar su subida y formalización a la plataforma de activos de la Estrategia de Atención Comunitaria. Es el caso de asociaciones deportivas como “La Malondina” o asociaciones de amas de casa, cofradías que realizan labores sociales... etc.

Además, son municipios con muchas zonas verdes y espacios libres que los propios pobladores identificaron durante las fiestas de activos realizadas como un activo en salud de por sí.

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?

Todas las poblaciones son susceptibles de percibir actividades que se realizan desde la Comarca en caso de haber suficientes solicitudes para formar grupo y se ofrecen principalmente gimnasia de mantenimiento, yoga y pilates entre otras opciones, de una a dos veces por semana y con un grupo más o menos variado en función del municipio.

Sus tierras, así como el clima, son muy propicios para la agricultura del cereal, de la vid y la almendra, donde trabajan la mayoría de los habitantes más jóvenes.

MALUENDA

El ayuntamiento de Maluenda cuenta entre sus instalaciones con un gimnasio totalmente equipado y ofrece durante el curso escolar una amplia oferta de actividades deportivas como patinaje y fútbol para

niños y gimnasia de mantenimiento, ciclo indoor, pilates y tonificación para adultos.

En verano se ofrecen clases de natación y aquagym además de dos quincenas de colonias infantiles para los más pequeños.

Cuenta también con biblioteca y sala de informática, Banda y Escuela de Música, además se ofrecen clases de pintura al óleo y se imparten clases de inglés y catequesis.

ASOCIACIONES:

Entre las asociaciones culturales y deportivas destacan:

- La Asociación Deportiva Malondina, que cuenta con

un grupo de senderismo y colabora en la Carrera del Pilar cada año. Realizan andadas en diferentes lugares como pueden ser en Fuentes de Jiloca, Bijuesca, Belmonte de Gracián... con una gran frecuencia y variedad de trayectos.

- La Asociación Somos Maluenda, que realiza las Jornadas de pintura Gótica y charlas sobre diversas temas, murciélagos, etc,... y se encarga de la organización de la jornada Crónicas de un Pueblo.

- La Cofradía del Cristo de la Columna, se encarga de la representación de la obra de la Pasión en Semana Santa, Exaltaciones de tambor y las actividades en Semana Santa.

Estrategia Atención Comunitaria

- Asociación de la Tercera Edad El Pilar que realiza viajes, excursiones y jornadas de convivencias en julio y agosto.
- Asociación de Mujeres Santa Justa y Rufina, realizan excursiones y la celebración de la festividad de Santa Águeda.

Otros recursos y activos:

Se destaca la Semana Cultural en Navidad donde se realizan diversos actos, talleres, exposiciones, conciertos, visitas guiadas, cuentacuentos, hinchables y juegos, etc....

Por otra parte durante este año se han realizado varias charlas sobre cáncer, violencia de género, talleres de risoterapia, prevención de incendios, que les han ofrecido desde distintas organizaciones.

MIEDES DE ARAGÓN:

Es un pueblo de 475 habitantes y su ayuntamiento junto con el servicio comarcal de deportes, ofrecen actividades deportivas donde los vecinos del

municipio pueden elegir anualmente y participar.

Actividades que se realizan varias veces en semana como: Iniciación deportiva, yoga, pilates, Aeróbicos, Gimnasia de Mantenimiento.

También ofrecen clases de manualidades.

Por otra parte, desde la propia comunidad, se creó un

grupo para salir a caminar.

El municipio también dispone de zona deportiva con gimnasio exterior para mayores.

Desde el colegio rural, comentan que se promueve la

alimentación saludable, guiando a los padres en los almuerzos que mandan a sus hijos al colegio, y por supuesto el deporte.

Desde el ayuntamiento se ha creado un grupo de 'memoria' para mayores.

TERRER:

Es un pueblo de 500 habitantes,

El ayuntamiento junto con el servicio de deporte de la Comarca Comunidad de Calatayud,

ofrece un repleto repertorio de actividades

deportivas donde los vecinos del municipio pueden

Estrategia Atención Comunitaria

elegir anualmente y participar.

Hay actividades que se realizan varias veces en semana como: pilates, actividades de verano de piscina, etc. También se realizan clases de manualidades desde la Asociación de Mujeres. O eventos y viajes desde la Asociación de la tercera Edad entre otras.

El municipio también dispone de zona deportiva con piscina, frontón cubierto y espacios al aire libre para actividades.

Desde el ayuntamiento se imparte un curso para mayores para ejercitar la memoria, que ha tenido una gran aceptación.

Además es un pueblo que tradicionalmente ha mantenido cofradías, ahora Asociaciones, en las que organizan distintas actividades, unas lúdicas y gastronómicas como San Pascual Bailón, otras de exaltación del tambor y el bombo, como el Cristo de la Salvación.

MORATA DE JILOCA:

El municipio dispone de un polideportivo equipado y desde el ayuntamiento se realizan talleres de manualidades de octubre hasta mayo.

En verano ofrecen Cursos de natación, aquazumba, aquagym y gimnasia mantenimiento

BELMONTE DE GRACIÁN:

Tiene una población censada en torno a los 205.

En el mes de abril el Ayuntamiento organiza una prueba senderista y de BTT, en la Sierra Vicor.

Se realiza en los meses de verano cine al aire libre, disponible para todo el mundo.

SEDILES:

El municipio cuenta con una población censada en torno a los 100 habitantes.

En el mes de junio se viene organizando una prueba Senderista y de BTT denominada

VICORADA. Cuentan con una instalación de gimnasio gratuita para los vecinos del municipio, no está previsto su uso para otras personas no residentes.

VELILLA DE JILOCA:

Estrategia Atención Comunitaria

El municipio cuenta con algunas actividades proporcionadas por el ayuntamiento como: Curso de manualidades, pintura, y costura durante 5 meses al año de noviembre a marzo. Se imparte un curso de memoria organizado por los servicios sociales de la comarca. Se realizan andadas populares organizada por la asociación cultural el Pórtico de Velilla de Jiloca.

ATEA:

Es un municipio del pueblo de Daroca, en la provincia de Zaragoza. Cuenta con un padrón de 156 habitantes. La localidad tiene varios alojamientos de turismo rural (debido a la cercanía de la Laguna de Gallocanta y el Monasterio de Piedra), hay tienda de alimentación, un Club Social (punto de encuentro social).

En la plaza central del pueblo se encuentra el gimnasio, dotado de diverso material deportivo, como saco de boxeo, pesas, banco de abdominales, dos bicicletas estáticas y una rampa. La "Asociación Nuestra Señora de los Mártires", muy activa en la realización de actividades culturales, realiza taller de manualidades, durante un día a la semana, en los que se trabaja la restauración de muebles y enseres domésticos, pintura, diseño de cuadros, construcción de centros de plantas, fruteros y reutilización de diverso material. La Sociedad de Cazadores "Virgen de los Mártires de Atea" (donde suelen hacerse con abundantes piezas de corzos, jabalíes, perdices, liebres y codornices), quedando un día a la semana para esta actividad.

MUNÉBREGA

Es un municipio con 385 habitantes que presenta la pirámide poblacional envejecida típica de la Zona Básica de Salud. Se realizó una fiesta de mapeo de activos para la salud, visibilizándolos con un mapa interactivo en que los propios habitantes a través de entrevistas individuales y grupales, en el ámbito del consultorio y en el ámbito domiciliario, fueron indicando, escribiendo y dibujando lo que para la comunidad supone un activo para la salud.

Estrategia Atención Comunitaria

El único activo formal que existe son las “Actividades deportivas en Munébrega de la Comarca de Calatayud”.

Entre los activos informales encontramos la escuela de adultos en la que se realizan actividades de estimulación cognitiva, manualidades, lectura, celebraciones... se organizan por grupos, dos horas dos días a la semana, con gran acogida.

Alberga una escuela, C.R.A. El Mirador, consultorio médico, farmacia y pabellón polideportivo.

En el mapeo de activos, en más de una ocasión se identificaron las redes sociales y familiares como activo para la salud en sí mismas.

Como activo informal para la salud de carácter social se identificó el albergue municipal “La zarandilla” que actúa de centro de ocio para jóvenes, el bar como centro social...

También se identificó como activos desde la comunidad las diferentes zonas verdes como el estanque, caminos...

Además, se consideró que un activo para la salud también eran zonas del pueblo que sirven de punto de reunión y reencuentro entre la gente, que decidieron señalar con corazones en el mapa.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

El equipo de Atención Primaria está muy comprometido con la recomendación de activos. Desde el grupo de Comunitaria se realizan recordatorios y sesiones para promover la adecuada recomendación de activos formales, así como el mapeo de activos y la subida de los mismos a la web de la Estrategia de Atención Comunitaria. De esta forma, se realizó como proyecto de mejora de calidad en salud “Mapeo de activos para la salud en el Centro de Calatayud Sur”, el cual incluye actividades como las dos fiestas de activos que se han llevado a cabo en Munébrega y Miedes. Por ejemplo, en Munébrega se resaltó que la fiesta de mapeo de activos sirvió para un acercamiento del paciente con el profesional y un nuevo espacio en el que conversar y compartir historias y experiencias, lo cual se señaló como algo enriquecedor.

Estrategia Atención Comunitaria

El mapa se expuso en ambos casos en el consultorio de cada pueblo, de manera que las personas pudieran recibir feedback y pudieran contemplar su aportación dentro del conjunto del mapa, y así permitiendo la dinamización y actualización permanente con tan solo un rotulador.

La mayoría de activos recomendados son de carácter físico, relacionados con actividades de la Comarca de Calatayud y suelen enlazarse a episodios de prevención. Por lo general suele haber una predominancia importante de mujeres de en torno a mediana edad y superior.