

## AGENDA COMUNITARIA



### CENTRO DE SALUD DE SABIÑÁN

**Sector Sanitario**

**Calatayud**

**Nombre del Equipo de Atención Primaria**

**CS Sabiñán**

#### 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

**Formación básica para el cuidado del paciente dependiente dirigido a cuidadoras formales e informales de pacientes en situación de dependencia y a los trabajadores de la Residencia de ancianos de Sabiñán.**

Dada la situación de envejecimiento rural, desde el EAP se consideró importante que la población de nuestra Zona Básica de Salud tuviese unos conocimientos básicos para el cuidado de nuestros mayores.

El objetivo fundamental de las actividades a desarrollar es conseguir, mediante la información basada en la evidencia, el consejo y la educación sanitaria, que las personas cuidadoras aprendan, apliquen, evalúen y reajusten los cuidados que proporcionan a los pacientes dependientes en su día a día, así como saber darle importancia a su autocuidado personal. Se han realizado charlas formativas de diferentes temas a tartar (higiene de la piel, alimentación, qué hacer en caso de una urgencia domiciliaria, manejo de la medicación, movilizaciones y cansancio del rol de cuidador) en el Centro de Salud. La actividad ha sido impartida por todo el equipo.

### **Educación Sanitaria de higiene bucodental y hábitos alimentarios en la escuela a niños y niñas de hasta 8 años de la Zona Básica de Salud de Sabiñán.**

La caries y la enfermedad periodontal son las enfermedades más frecuentes en nuestra sociedad. Ambas pueden ser prevenidas desde edades muy tempranas mediante la adopción de medidas higiénicas de la boca y de los dientes e incorporando el hábito de mantener una alimentación sana y equilibrada. Creemos que es en esta etapa escolar donde son especialmente recomendables las actividades de promoción de la salud, ya que además de ser un periodo en el que va apareciendo la dentadura definitiva, se adquieren conocimientos y se consolidan hábitos, si estos son saludables como el correcto cepillado de los dientes y la alimentación no cariogénica y equilibrada, entre otros, va a favorecer un desarrollo saludable en la etapa adulta. El objetivo es promover hábitos saludables de higiene bucodental y alimentación no cariogénica, en los niños y las niñas de los centros educativos pertenecientes a nuestra Zona Básica de Salud: CRA Vicort Isuela (El Frasno), y El CRA El Enebro (Sabiñán, Morés y Sestrica). La formación tiene una duración aproximada de hora y media, consta de una charla formativa con Power Point y un juego educativo de carrerara de relevos con tarjetas sobre alimentación saludable. La actividad la llevan a cabo dos enfermeras del centro: Beatriz Delgado Guerrero y Cristina Muñoz Solera, que se desplazan a las distintas localidades, previo contacto con el personal educativo de los centros.

### **PROYECTO EN PROCESO: Práctica de higiene de manos**

Para el año 2023/24, se ha diseñado un proyecto basado en la Técnica de Higiene de manos, dirigido a los trabajadores de la Residencia de Ancianos de Sabiñán y alumnos

del Colegio de Sabiñán. La higiene de manos es la medida más efectiva, además de fácil aplicación y bajo coste que disponemos para evitar la diseminación de microorganismos y contribuir en la disminución del contagio de enfermedades en la comunidad. Tres años después de la pandemia y de su relevancia tanto en residencias como en el colegio con este proyecto nos preguntamos si verdaderamente han aprendido a lavarse las manos correctamente y, en este caso, si lo llevan a cabo. Se realizarán por parte del personal de enfermería al menos dos talleres formativos con lámpara ultravioleta para comprobar la técnica.

**¿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**

---

#### INICIATIVAS Y PROYECTOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD REALIZADOS POR ENTIDADES DEL ENTORNO ASOCIACIONES Y GRUPOS PROMOTORES DE SALUD:

##### Asociaciones de mujeres:

-Nuestra Señora de la Asunción (Sabiñán): Fomentan las relaciones interpersonales, así como la socialización cultural y racial a través de reuniones, manualidades, juegos, talleres...También organizan cursos, viajes etc. Realización anual de la semana cultural en la que se realizan conferencias relacionadas con la educación para la salud.

-Asociación cultural de mujeres y consumidoras Virgen del Carmen (Sestrica): Organización de charlas y conferencias relacionadas con la promoción de la salud y el entretenimiento.

Asociación de la tercera edad:

-Asociación 3ª edad San Roque de Sabiñan y Asociación de la tercera edad El Alcornocal de Sestrica: Grupos de actividades dirigidos con intereses comunes, viajes/ Excursiones, Conferencias de temas relacionados con la salud, alimentación, el sueño, la seguridad en el hogar, nuevas tecnologías...

SERVICIO DE ATENCION A LOS RESIDENTES DE LA RESIDENCIA DE ANCIANOS: Servicio de Fisioterapeuta y terapeuta ocupacional; trabajando con residentes que precisa de una recuperación funcional y con aquellos que requieren una restauración de funciones a nivel neuropsicológico y cognitivo.

REVISTA LOCAL EL ENEBRO. El Enebro es una revista de edición local trimestral en el pueblo de Sabiñan. Colaboración popular de artículos sobre las inquietudes y tradiciones del pueblo. Cuenta con una sección fija de remedios caseros y naturales para la salud.

PROMOTORES DEL DEPORTE Actividades de deportes promovidas por el Ayuntamiento de Sabiñan dirigidas a toda la población para fomentar hábitos saludables con una amplia oferta como gimnasia de mantenimiento, Pilates, yoga, patinaje, bailes de zumba, aeróbic, fútbol. La oferta estival incluye: Aquagym, Natación infantil, Natación adultos.

CASA BUDISTA DE SABIÑAN: Centro para la práctica de la meditación y la calma mental.

MARCHAS SENDERISTAS organizadas por asociaciones culturales de diferentes localidades.

AULA DE EDUCACIÓN DE ADULTOS DE SABIÑAN:

Creación del encuentro de aulas de la comarca, iniciación a informática e Internet (varios grupos), español para extranjeros/aula virtual Cervantes (oficial), título de graduado en secundaria obligatoria (Aularagon), preparación de la prueba de acceso a grado medio, taller de teatro leído/club de lectura,

PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO Y APOYO DE LA MEMORIA: Organiza y colabora el Ayuntamiento de Sabiñan.

PROYECTO AULA MENTOR DE SABIÑAN: más de 200 cursos homologados con certificado por el MEC y la DGA (examen en Sabiñan). Estrategia Atención Comunitaria.

**¿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**

---

RESIDENCIA DE ANCIANOS. – Relación puntual con la Residencia de Sabiñan para algunas actividades.

CENTROS EDUCATIVOS: Coordinación de casos y colaboraciones puntuales para algunas actividades según requerimiento del CRA El Enebro.

SERVICIOS SOCIALES DE LA COMARCA: Se mantiene una relación frecuente con los trabajadores sociales de la comarca para la coordinación de casos particulares.

AYUNTAMIENTOS: coordinación para dotación de equipamiento consultorios locales, talleres de RCP y DESA, etc.

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

## **ORGANIZACIÓN DEL EAP**

---

EAP El EAP lleva tiempo colaborando de forma activa en la comunidad, pero es en mayo de 2019 cuando se crea un grupo de trabajo para la activación y concreción de esta tarea. A principios de 2023 con los traslados de Enfermería y alguna jubilación, el Equipo de Comunitaria de Sabiñán sufrió algunas modificaciones.

El actual grupo de trabajo está formado por:  
Responsable: Cristina Muñoz Solera (enfermera).  
Otros miembros: Paula Martínez Esteras (enfermera); Elena Bandrés Abián (enfermera); Beatriz Delgado Guerrero (enfermera); Diana Modrego Irazo (enfermera); Jesús Carazo Angón (administrativo); M<sup>a</sup> Dolores Jaso Grau (médico); Mercedes Elías Gavilanes (médico); M<sup>a</sup> Pilar Gistas Quílez (médico).

Se establece una reunión cuatrimestral del grupo de trabajo para el reparto de tareas y derivación a los distintos proyectos. Todas estas actividades son transmitidas al resto de miembros del equipo.

---

## 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 zona de salud donde se ubica nuestro centro es una zona rural, con dispersión geográfica y con varios municipios donde viven menos de 50 personas, algunas de estas poblaciones con mala comunicación y con población altamente envejecida. Presta servicio a una población aproximada de 1900 usuarios, aproximadamente un 48% de pensionistas. La atención se presta en el centro de salud de Sabiñán.

### 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?**

Sí. La recomendación de activos en nuestro centro se ha realizado de manera no protocolizada desde hace tiempo, derivando a nuestros pacientes a las actividades ofertadas por la comarca, paseos saludables, actividades para la memoria, el club de lectura, el uso de parques y piscinas... El desarrollo de la estrategia y la inclusión en OMI del protocolo "recomendación de activos para la salud" ha facilitado la localización de estos y su recomendación de manera formal.

Actualmente, estamos realizando una búsqueda activa de recursos para promover su inclusión en el buscador de activos de la estrategia comunitaria. Se ha realizado y mandado una carta informativa a diferentes entidades y asociaciones con la ayuda de la trabajadora social de la comarca que nos ha facilitado emails, direcciones y números de teléfono de las diferentes asociaciones.

## RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

---

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

Sí, el equipo es conocedor de la plataforma y la manera de realizar la recomendación de Activos, ya que se han dado varias sesiones para tal fin. Nuestras recomendaciones principalmente van encaminadas a objetivos como la pérdida de peso, crear unos hábitos saludables y/o aumentar la autoestima de nuestros pacientes. Por ello las derivaciones más frecuentes son a las actividades deportivas ofertadas por la comarca, además de actividades ofertadas por los diferentes ayuntamientos de la zona