

Estrategia Atención Comunitaria  
**AGENDA COMUNITARIA**



**CENTRO DE SALUD DE TORRERO LA PAZ**

**Sector Sanitario** Zaragoza Sector II

**Nombre del Equipo de Atención Primaria** CS Torrero La Paz

**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**

**- GRUPO DE EDUCACIÓN MATERNAL**

Se trata de un taller compuesto de 6 sesiones que tratan sobre las últimas semanas de embarazo, lactancia materna, preparación al parto, cuidados del recién nacido y lactancia materna.

Está dirigido a embarazadas a partir de la 28 semana de gestación.

Las sesiones están impartidas todos los miércoles de 9:30h a 11h por la matrona referente del centro.

**- GRUPO DE CRIANZA Y LACTANCIA**

Taller impartido por un pediatra y matrona. En él hablan sobre lactancia materna y se resuelve cualquier tipo de duda sobre esta.

Abierto a madres y padres de lactantes

Se imparte todos los martes de 12:30h a 14h.

**- TALLER DE CRIANZA Y ALIMENTACIÓN**

Taller impartido por un pediatra y 2 enfermeras. Se realizan varias charlas en el que se tratan los temas:

Sueño. Como y cuando enseñarles a dormir

Introducción a la alimentación complementaria del bebé

Qué hacer si mi hijo sufre un accidente: heridas, quemaduras, intoxicaciones, atragantamiento. Y qué no hacer.

Si enferma mi hijo, ¿Tengo que acudir a urgencias? ¿Qué hago si vomita? ¿Y si tiene fiebre?

Cesta de la compra

#### Estrategia Atención Comunitaria

Las sesiones están divididas en dos partes, la primera se realiza una exposición power- point y la segunda se resuelven dudas y se comentan experiencias.

El objetivo es que no quede ninguna duda sobre el tema tratado por parte de los asistentes.

Son sesiones abiertas en la que no es necesaria la inscripción, pueden acudir los padres independientemente de la edad del niño.

Se realizan el primer y tercer miércoles de cada mes de 12.30 – 14:30 durante todo el año, no descanso vacacional.

#### **- ESCUELA DE ESPALDA SANA**

El servicio de fisioterapia del centro de salud imparte un taller para la prevención y cuidado de diversas patologías relacionadas con la columna vertebral.

Dirigido a pacientes que han sido derivados por otra patología al servicio y candidatos a poder beneficiarse.

El objetivo de este taller es conseguir el aprendizaje de autocuidado y ejercicios para conseguir un adecuado tono muscular y postura corporal.

Este taller se realiza todos los miércoles de 17-19h.

Dependiendo la valoración de fisioterapia y la evolución del grupo se deciden el número de sesiones.

#### **-PROYECTO PREVENCIÓN DE CAIDAS EN EL ANCIANO**

Actividad dirigida a personas de más de 70 años con antecedentes de caídas en el último año.

Impartido por el equipo de fisioterapia del centro.

Se trata de un proyecto que está en proceso de instaurarse. En esta primera fase se está realizando la captación de los participantes.

Se constituirán dos grupos, uno por la mañana de 4 personas y otro por la tarde de otras 4 personas. Las sesiones serán de una por semana durante 3 meses.

Se realizarán ejercicios de potenciación de equilibrio y estiramientos, también se tratará el tema de prevención de caídas en el hogar.

#### **-TALLER DE RCP Y OVACE**

Tras una reunión del consejo de salud y el interés de los centros, se están impartiendo estos talleres de manera interdisciplinar por enfermería y medicina del centro de salud.

Dirigido a maestros y personal de comedor de los colegios de los barrios (Torrero- La Paz y Parque Venecia)

Según disponibilidad se han ido impartiendo sesiones con el CEIP María Zambrano y CEIP Ramón Sainz de Varanda.

La actividad consiste en una charla y práctica mediante muñecos homologados de la técnica de RCP y OVACE. La formación de este personal es muy importante ya que una actuación correcta y precoz puede salvar la vida a un niño. Los grupos están formados por 15 participantes con una hora de duración.

Se realizó un tríptico con las cosas más importantes de la sesión y se dio a cada participante.

#### **-TALLER DE PRIMEROS AUXILIOS PARA NIÑOS DE 6º DE PRIMARIA.**

Tras la solicitud desde el CEIP Ramón Sainz de Varanda en el Consejo de Salud, se han realizado sesiones de primeros auxilios en niños de 6º de Primaria.

Según consenso entre el colegio y el centro de salud se han ido eligiendo los días y el horario.

La duración de los talleres es de 1h 30 minutos. En la charla se hablaron de temas como actuación ante una herida abierta, diarrea, consejos de seguridad vial, cuidados ante el sol, RCP y OVACE etc.

Los grupos están formados por unos 25 participantes.

**¿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**

1. RED ARAGONESA DE ESCUELAS PROMOTORAS DE SALUD (RAEPS)

## Estrategia Atención Comunitaria

Dentro de nuestros barrios encontramos diversos centros educativos que pertenecen a esta red que son : CEIP Ramón Sainz de Varanda, CEIP María Zambrano, IES José Manuel Blecua Y CEIP Parque Venecia.

### 2. ADPLA – ASOCIACION DE PERSONAS CON LINFEDEMA, LIPEDEMA Y OTRAS PATOLOGIAS LINFATICAS DE ARAGÓN

C/Honorio García Condoy nº12, Hotel de Asociaciones José Cueto (Torrero). Tfno 976 379 024 (EXT 6)/650 835 434. Correo electrónico: adplaragon@hotmail.com

Compuesta por personas con linfedemas, familiares y voluntarios. Abierta a todos aquéllos que por distintos motivos tengan interés por esta patología.

La asociación tiene por objeto informar, ayudar y colaborar con todas aquellas personas afectadas por el Linfedema.

Realizan acogida, asesoramiento de recursos sanitarios, asesoramiento socio- sanitario para el pago de prendas ortopédicas, si es necesario existe la posibilidad de realización de Drenaje Linfático Manual, a manos de una fisioterapeuta especializada en la materia. También si es necesario puede ser atendido por un psicólogo. Se ofrecen talleres sobre el tratamiento y prevención, de auto vendaje en el linfedema, autocuidado y rehabilitación, actividades potenciadoras del bienestar físico y emocional. También 1 vez al mes se realizan charlas saludables abiertas a todos los públicos y gratuitas. Existe un grupo de Marcha Nórdica que es una actividad semanal los sábados y gratuita con salida a las 10 horas (en horario de invierno) de la puerta de la sede, y llegada a las 12 horas para dejar el material. Se enseña como realizar esta actividad y los beneficios que tiene.

### 3. FUNDACIÓN AMASOL :

Paseo Tierno Galván 8, local 4 (Bº Torrero).  
Teléfonos de atención en Zaragoza:976 439 714.  
Correo electrónico: amasol@amasol.es  
Fundación para el apoyo de familias monomarentales, monoparentales y reconstituidas.

## Estrategia Atención Comunitaria

La fundación ofrece itinerario de inserción, atención psicológica, integración de familias extranjeras, programas de infancia y juventud con campamentos y refuerzo educativo, programa de igualdad.

### 4. ASOCIACIÓN DE INTERVENCIÓN SOCIOEDUCATIVA EL TREBOL

Calle Lugo 58, Tfno 976 270 010

Asociación sin ánimo de lucro que interviene en el ámbito del tiempo libre, con un carácter lúdico, educativo y de socialización, para favorecer el desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes del barrio y sus familias, y para la prevención de situaciones de riesgo y exclusión social.

Es necesario ser socio y se realizan actividades de ludotecas, talleres, animación a la lectura, actividades de movimiento físico deportivas (fútbol sala y baloncesto). Las edades están comprendidas entre 4 a 16-17 años. Los horarios son de 16:30 a 20:30. En verano se realizan colonias urbanas y campamentos de 10 -14 días.

### 5. ASOCIACION A.G.U.A. ASOCIACION DE MUJERES AGUSTINA D'ARAGON

Calle de Monzón nº 3 Telefono:976 2780414.

Horario: de lunes a viernes 9-14h y de lunes a jueves 17-20h

Asociación que desarrolla actividades en entidades públicas y privadas en Zaragoza y alrededores. Cuenta con actividades tanto para mujeres como para hombres, para personas sin recursos, minusválidos.

Las actividades que se desarrollan son: mindfulness e inteligencia emocional, Espalda sana y, taichi, Inglés, labores textiles, teatro y habilidades sociales, talleres de escritura, decoración de macetas.

Se necesita previa inscripción

### 6. CMSS: CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES DE TORRERO

Monzón, 3. (C.C. Torrero). Tel. 976 726 034. CITA PREVIA e información: 900 700 107

## Estrategia Atención Comunitaria

Servicio que orienta sobre problemas personales, familiares y/o sociales, también gestionan servicios y prestaciones que respondan a las necesidades: Ayudas de Urgente Necesidad, Servicio de Ayuda a Domicilio, Teleasistencia, Información sobre la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y atención a la Dependencia, Programa de Apoyo Socieducativo a la Familia, Valoración de la situaciones de Riesgo de los Menores, etc.

### 7. CENTRO DE CONVIVENCIA PARA MAYORES DE TORRERO

C/ Monzón, 3 - 50007 Teléfono: 976 726037

Se trata de un espacio orientado a favorecer el desarrollo de las relaciones sociales y la participación activa para mejorar el bienestar de las personas mayores.

Estos centros están dirigidos a personas mayores de 60 años, jubiladas y empadronadas en Zaragoza. En él se realizan talleres de envejecimiento activo como: teatro, tai-chi, baile, corte y confección, higiene postural, danzaterapia, memoria. También existe un grupo de Senderismo.

### 8. CENTRO DE CONVIVENCIA PARA MAYORES LA PAZ

C/ Oviedo, 173-175, tfo: 976724304 Correo electrónico: mayoreslapaz@zaragoza.es

Se trata de un espacio orientado a favorecer el desarrollo de las relaciones sociales y favorecer la participación activa para mejorar el bienestar de las personas mayores.

Estos centros están dirigidos a personas mayores de 60 años, jubiladas y empadronadas en Zaragoza.

En él se realizan talleres de envejecimiento activo como gimnasia de mantenimiento, talleres de memoria, baile, costura, pintura de óleo. También se realizan charlas de prevención de riesgos en el hogar y uso de nuevas tecnologías como el ordenador.

#### 9. ZONA JOVEN TORRERO

C/Monzón nº3 Tfno 976 726 038

Pueden acudir los y las jóvenes de entre 12 y 30 años que quieran conocer gente nueva, practicar algún deporte o desarrollar algún tipo de actividad artística y cultural.

Se realiza actividades como baile (HIP-HOP, danza oriental y K-POP), guitarra, pintura, ajedrez, ping-pong, fotografía e idiomas (inglés, lengua de signos y japonés).

#### 10. ASOCIACIÓN DE VECINOS LA PAZ

Calle Oviedo 181. Tfno:976275087

Conjunto de vecinos y vecinas del barrio que además de tratar problemas de este y buscar soluciones , realizan diferentes actividades como:

escuela de música, escuela de dibujo y pintura, pilates, taller de cerámica, jota, taller de memoria.

Para asistir a estas actividades se debe ser socio.

#### 11. CENTRO DEPORTIVO MUNICIPAL DE TORRERO

c/ Oviedo s/n Tfno: 976723868

Se trata de unas instalaciones deportivas en el sudeste de la ciudad, próximas a los Pinares de Venecia. Presenta pistas exteriores con 2 piscinas de verano, campos de futbol, baloncesto, tenis , pádel y 1 pabellón cubierto para practicar baloncesto, bádminton , balonmano.

#### 12. CENTRO CIVICO DE TORRERO

Dirección: C/ Monzón, 3 - 50007 · Teléfono: 976 726033

Centro polivalentes que disponen de varias salas las cuales ceden para la realización de actividades y actuar como sedes de diferentes asociaciones del barrio.

¿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

---

**Consejo de Salud:** Se fundó en 1988 se han ido realizando numerosas reuniones de los miembros del consejo de salud para hablar sobre la situación de los barrios, proyectos del centro de salud. Como componentes encontramos: miembros del centro de salud, 3 componentes de juntas de distrito, sindicatos (UGT y CCOO), consejos escolares 1 para todos, asociaciones de vecinos del los barrios, veterinario, farmacéutico, representante de personas con voz sin voto ( caritas, juventud y mayores), 1 servicios sociales municipales. El equipo de atención primaria mantiene contacto diario con las residencias de ancianos de la zona (Residencia San Eugenio, San Antonio de Padua y Residencia Elias Martinez)

Desde el servicio de pediatría se mantiene contacto con los **centros educativos de la zona**. Trabajo social mantiene contacto con los centros cívicos, centro de día, asociaciones de vecinos y cualquier entidad o asociación que lo solicite. Reunión con representantes de asociaciones trimestrales.

Se mantiene contacto con los centro educativos incluidos en la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud (RAEPS) que son: CEIP Parque Venecia, CEIP Maria Zambrano, IES Jose Manuel Blecua, CEIP Sainz de Varanda.

También existe una estrecha relación con las **asociaciones de vecinos** en las que se han tratado temas de salud.

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

## ORGANIZACIÓN DEL EAP

---

El equipo de Comunitaria del Centro de Salud está compuesto por un equipo multidisciplinar compuesto de médicos, enfermeras, residentes de enfermería y trabajo social.



## Estrategia Atención Comunitaria

Las reuniones se realizan mensualmente para comentar iniciativas y proyectos comunitarios, así como solicitud de actividades por diferentes entidades.

En cada una de las reuniones realizadas se redacta un acta y se registra los asistentes a la reunión.

Cuando se realiza reunión del Consejo de Salud, la persona que ha acudido es la que informa al resto del grupo. Todas las reuniones se realizan en horario laboral de 14-15h.

Integrantes del equipo de comunitaria:

- M<sup>a</sup> Victoria Rubio Carque (Referente de Comunitaria, Medicina de Familia y Comunitaria)
- María Ángeles Mallor Blasco (Especialista en enfermería familiar y comunitaria)
- M<sup>a</sup> Belén Medina Magdalena (Medicina de Familia y Comunitaria)
- Isabel Rubio Gutiérrez (Medicina de Familia y Comunitaria)
- Oscar Catalán Estébanez (Especialista en enfermería Familiar y comunitaria)
- Ana Carmen Ferrer Gazol (Enfermera familiar y comunitaria)
- Selma Valverde Aranda (Medicina Familiar y Comunitaria)
- Belén Babiano (Trabajo Social)
- Miriam Añaños Blázquez (EIR R2)
- Irene Villarroya Villanueva (EIR R2)
- Julia Casas Bielsa (Enfermera Familiar y comunitaria)
- Gemma Terren Puig (Enfermera Familiar y comunitaria)

---

## **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 Torrero-La Paz acoge a un total de 28.217 personas según datos de tarjetas sanitarias, de los cuales 4590 son población pediátrica. El centro está abierto de lunes a viernes de 8 horas a 20:00h, presentando atención continuada de lunes a viernes de 15h a 17h, y los sábados de 9h a 15h.

La población del distrito de Torrero-La Paz es de 38.598 habitantes, el 5,5% del total de la ciudad. Su distribución por sexos es bastante equilibrada, con un número algo mayor de mujeres que de hombres (índice de masculinidad de 96,4%, 2,7 puntos más que el de Zaragoza). La edad promedio es de 43,6 años, seis décimas menos que la media zaragozana. En cuanto a su población extranjera de Torrero-La Paz supone el 14,6% del total de la población, porcentaje muy similar al de la media de Zaragoza. El 53% proviene de Europa, el 23% de América, el 19% de África y el 5% de Asia. Los países más representados son Rumanía (44%), Marruecos (8,5%), Ecuador (5%), Argelia (4,4%), China (4%) y por último Senegal, Nicaragua y Colombia, con representaciones de entre el 2,3% y el 3%.

### **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?**

Si se considera conveniente, pero en la actualidad no se realiza de manera formal, de ahí la importancia de iniciar el trabajo en la agenda comunitaria.

## **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 medicina, enfermería y trabajo social se realizan derivaciones individuales de manera informal a las asociaciones y centro de la zona.

Está prevista una reunión con recursos del barrio para que aparezcan como activos de salud en el buscador de activos de salud de Aragón.