

## AGENDA COMUNITARIA



### CENTRO DE SALUD DE HUESCA RURAL

<b>Sector Sanitario</b>	<b>Huesca</b>
<b>Nombre del Equipo de Atención Primaria</b>	<b>CS Huesca Rural</b>

#### 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. Proyectos Atención Comunitaria

###### 1. A Stop al abuso infantil. Porque mi cuerpo me mola y sé cómo funciona.

La matrona del centro de salud, Verónica Blanco, ha elaborado un taller de prevención del abuso infantil y otro que explica los cambios hormonales en adolescentes, ya que es el profesional sanitario especializado en salud sexual. Es dirigido a niños y niñas a partir de los 3 años, edad en que empieza a despertar el interés por su cuerpo y a ser conscientes de las diferencias físicas que hay entre ellos. Los objetivos principales son evitar el abuso infantil entre los alumnos de primaria de la comarca de La Sotonera y Hoya de Huesca, aumentar el conocimiento de los adolescentes sobre sus cambios hormonales para autoaceptarse en su nueva apariencia física y saber autocuidarse a partir de la menarquía. A través de encuestas y valorando las reacciones en el roll playing se realizarán los indicadores del proyecto.

###### 1.B. Programa de promoción de hábitos de alimentación saludable en el entorno rural.

La intervención se centra en dotar a la población tanto de conocimientos como de habilidades a la hora de elaborar menús saludables, incluyendo conocimientos sobre técnicas culinarias, elaboración o combinación de platos de la dieta tradicional de la zona. Los servicios de Nutrición y Endocrinología supervisarán el menú seleccionado, indicando las correcciones

#### Estrategia Atención Comunitaria

oportunas o aportando sugerencias que lo mejoren. La actividad se realiza en los municipios de Alcalá del Obispo y Antillón con la colaboración de las Asociaciones de Amas de casa de la zona. Al finalizar se realizará un cuestionario para poder valorar la satisfacción de los participantes así como su porcentaje de aciertos y de mejora respecto hábitos y conocimientos dietéticos.

#### **2. Educación maternal.**

Proyecto dirigido a las mujeres gestantes y padres captados en la consulta de la matrona Verónica Blanco. Se trata de sesiones semanales de educación maternal en la 2º planta del H Provincial en Huesca

#### **3. Taller crianza.**

Dirigido a madres en post parto para fomentar y apoyar la lactancia como grupo de autoayuda. Realizado por la Matrona Verónica Blanco

#### **4. Podoactiva.**

Servicio de atención podológica, se realiza una vez al mes en los distintos ayuntamientos que lo demandan, contacto telefónico a través de podoactiva o los propios ayuntamientos.

**¿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. AECC Asociación Española Contra el Cáncer.  
Se ofrecen cursos de apoyo psicológico, talleres de maquillaje, marcha nórdica... a pacientes oncológicos y familiares. En ocasiones charlas sobre hábitos saludables en Tierz, Quinzano, Aguas... y talleres de apoyo psicológico al cuidador, Teléfono de contacto 974 22 56 56
2. CRUZ ROJA.  
Envejecimiento saludable pacientes usuarios de teleasistencia mayores de 65 años se les realiza un seguimiento periódico en su domicilio con toma de TA y peso. Acuden 1 vez a la semana si están

## Estrategia Atención Comunitaria

diagnosticados o 1 vez al mes en el caso de que no lo estén. Responsable zona Cruz Roja, Comarca Hoya Huesca Ana M Lacueva Sebastián 639338928 analase@cruzroja.es

### 3. ACTIVIDADES DE LA COMARCA.

A través de la Comarca se realizan actividades culturales y deportivas en los distintos municipios, por ejemplo, taller de memoria, informática, teatro, artes plásticas, club lectura, crossfit, pilates zumba, gimnasia mantenimiento, yoga, bailes, animación para la 3ª edad, espalda sana, tenis, patinaje ... con cerca de 2000 participantes, Teléfono 974 275 107/108/109/110 deportes@hoyadehuesca.es, culutra@hoyadehuesca.es

**¿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**

---

1 Stop al abuso infantil. Porque mi cuerpo me mola y sé como funciona. Se colabora con los colegios de Almudevar , Ayerbe y Huesca Rural en los cursos de primaria , dando talleres explicativos sobre salud sexual, aprender a poner límites para prevenir el abuso sexual en la infancia y explicar los cambios que van a sufrir sus cuerpos durante la adolescencia.

2 Programa de promoción de hábitos de alimentación saludable en el entorno rural. En colaboración con los ayuntamientos de la zona de Antillón y Alcalá del Obispo , así como las Asociaciones de Amas de casa de la zona , se están realizando talleres para mejorar los conocimientos sobre nutrición, técnicas culinarias,etc a fin de mejorar la dieta de los pacientes y de forma subsidiaria disminuir a medio largo plazo la prevalencia de factores de riesgo cardiovascular, como la obesidad, dislipemia, diabetes..

En Diciembre de 2018 se hace la primera sesión constitutiva del Consejo de salud de Huesca Rural con la participación de miembros del

#### Estrategia Atención Comunitaria

Centro de Salud, representantes de los Ayuntamientos, asociaciones de amas de casa y consumidores para facilitar y fomentar la comunicación sobre los temas de salud y convivencia que se den en nuestro área. Desde entonces se ha ido realizando una o dos reuniones anuales, interrumpidas por la pandemia, pero ya de nuevo en curso.

APIP-ACAM. La Fundación Apip-Acam responde a la voluntad cívica de compromiso con la gente, de apoyar a las personas y familias en situaciones de necesidad, de falta de medios económicos y/o dependencia física o intelectual, procurando la continuidad de los tratamientos, de las metodologías y las evaluaciones, a fin de colaborar con la capacitación, el fomento de la asertividad, el empoderamiento de las personas y la recuperación de sus redes sociales. En nuestro caso se encuentra en hostal El Batán – Monflorite-lascasas  
fundacionapipacamz@fundacionapipacam.org  
<http://fundacionapipacam.org/>

Comisión lactancia participación en la comisión de lactancia de H San Jorge por parte de la matrona Verónica Blanco para tratar temas relacionados con la lactancia, reuniones trimestrales.

Endometriosis. Participación en la fase 2 del programa de gestión clínica de endometriosis de Aragón, por parte de la matrona del centro Verónica Blanco, para la elaboración de estrategias que favorezcan el conocimiento de dicha entidad.

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

#### **ORGANIZACIÓN DEL EAP**

Se trata de un centro con una gran dispersión poblacional dando cobertura a más de 90 municipios. Se compone de 9 médicos, 7 enfermeras, 1 matrona y 2 administrativa. Estrategia Atención Comunitaria La responsable

## Estrategia Atención Comunitaria

de la Atención Comunitaria es Paloma Delgado Bavai médico, junto con la enfermera Alma García y la matrona Verónica Blanco. Se realiza una sesión de equipo el primer jueves de cada mes donde se informan entre otras cosas al equipo de los avances en el proyecto de comunitaria fomentando nuevas iniciativas y favoreciendo la continuidad de los proyectos existentes

---

## **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 población de CS Huesca Rural comprende un amplio territorio con una gran dispersión geográfica, en el que conviven municipios muy envejecidos con rentas bajas y difícil acceso a los servicios con otras en desarrollo con mucha gente joven, población infantil, rentas altas y gran accesibilidad a todos los servicios. Esto hace que de los 9 cupos existentes las necesidades de cada uno sean diferentes y los proyectos de mejora del centro se deban adaptar a las particularidades de cada zona. En cualquier caso, la conectividad a las redes vía internet y el transporte es en algunas de las zonas a principal limitación para la población, temas que en el Consejo de salud se tratan de abordar para intentar plantear soluciones a los usuarios más perjudicados.

### **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?**

La identificación de los activos de la salud de la zona es imprescindible ya que son muchos municipios, algunos de muy pequeño tamaño con transporte público muy limitado y con población envejecida que, en ocasiones, se encuentra muy aislada. El poder facilitar información sobre las actividades de su zona o municipios próximos es fundamental para combatir el aislamiento social, el sedentarismo, la depresión que muchas veces vemos en la consulta. Al revisar el buscador de activos, detectamos que no están introducidas las actividades de nuestra comarca, ni diferenciadas por pueblos, siendo los propios pacientes los que nos informan de las actividades que hacen en el pueblo. Solo figuran las de Huesca capital, lo que es un problema cuando el transporte es una limitación importante para muchos usuarios. Por ello nuestro siguiente objetivo

Estrategia Atención Comunitaria

es realizar un proyecto de mejora para que se incluyan todo este listado de actividades diferenciado por municipios para poder orientar mejor a los pacientes

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

### **RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS**

---

Desde el centro la recomendación de activos se realiza principalmente a actividades que se realizan en Huesca capital ya que las actividades de la Comarca no están introducidas, algo que creemos es fundamental para mejorar la atención. Se trata sobre todo de derivaciones a asociaciones como Alzheimer, artritis reumatoide, actividades plásticas, manualidades... ante un nuevo diagnóstico o en situaciones que detectamos de soledad y /o depresión.