

Estrategia Atención Comunitaria
AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD DE ACTUR NORTE

Sector Sanitario

Zaragoza I

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CS Actur 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

TALLER DE SOPORTE VITAL BÁSICO A LA COMUNIDAD. Se realizan anualmente talleres teórico prácticos de soporte vital básico adulto y pediátrico enfocado a diferentes grupos de población dentro del área del centro de salud Actur Norte.

Se realizan 3 sesiones en la biblioteca del centro de salud por parte de enfermería a distintos grupos de población.

Una de las sesiones desarrollada en el centro de salud está dirigida a trabajadores en residencias consiguiendo una buena participación ya que se realiza una captación activa informando previamente de forma presencial a las residencias correspondientes.

Otra sesión está enfocada a padres de niños en edad pediátrica, en este caso la captación se realiza en las consultas de pediatría y mediante infografías colocadas por el centro.

Otro de los talleres está dirigido a población adulta y la captación se lleva a cabo dando la información en consulta y mediante infografías distribuidas por el centro.

Todos estos talleres están impartidos con material (maniquís, DESA,...) cedido por la dirección del Sector 1 y material particular.

TALLER DE SOPORTE VITAL BÁSICO EN LA ESCUELA. Desde el centro de salud se realizan anualmente talleres de soporte vital básico adulto y pediátrico, atragantamiento, hemorragias y posición lateral de seguridad a los alumnos de 6º de primaria de los colegios de

Estrategia Atención Comunitaria

la zona, Sagrado Corazón, Josefa Amary Borbón y Hermanos Marx.

Se realiza inicialmente una primera sesión teórica por parte del profesorado y posteriormente un taller práctico dirigido por profesional sanitario en una zona habilitada del propio colegio.

Todos estos talleres están impartidos con material (maniquís, DESA...) cedido por la dirección del Sector 1 y material particular.

TALLER DEL CUIDADOR. Taller que fue realizado hace unos años en el centro cuyo objetivo era orientar a cuidadores que atienden pacientes dependientes.

Tras la pandemia y a demanda de cuidadores de pacientes en domicilio, se ha planificado reactivar el taller.

En este momento, se está revisando el material y realizando la captación de cuidadores.

Se les informará sobre los cuidados del paciente, material de ayuda al cuidado, asociaciones, recursos, etc.

SEMANA SIN HUMO. El centro participa en la semana sin humo para concienciar a la población de la repercusión del hábito tabáquico en la salud. Para ello, médicos, enfermeras y residentes (MIR y EIR) ubican una mesa en el hall del centro de salud.

En ella se dispone de información, infografías para dejar de fumar, así como información de las terapias actuales para eliminar este hábito.

Los pacientes pueden conocer el estado de sus vías aéreas con el Peak Flow detectando posibles obstrucciones y conocer su edad pulmonar.

Durante esta semana se identifican a los pacientes en fase contemplativa y se les deriva a sus profesionales de referencia.

Esta actividad está dirigida a los fumadores del CS. Actur Norte.

EDUCACIÓN MATERNAL. MATRONA. Va dirigida a las futuras madres y sus parejas del Centro de Salud Actur Norte. Consta de 7 sesiones impartidas por la matrona, Flavia

Estrategia Atención Comunitaria

Manglano, acompañada en ocasiones de una EIR. El objetivo es acompañar, ampliar conocimientos y resolver dudas en este periodo vital que es el embarazo. Se tratan temas variados como los cuidados del embarazo, el trabajo de parto, la lactancia, los cuidados del recién nacido y el puerperio.

Los participantes se incorporan en la semana 28 de gestación y se acompañan hasta el momento del parto. Se reúnen una vez a la semana, los lunes, con una duración de 2 horas, de 10h a 12h de la mañana.

TALLER DE EDUCACIÓN PARA SALUD EN MENOPAUSIA “LAS MENOTARDES”.

La matrona del CS Actur Norte ha planificado para el año 2025 4 sesiones a las mujeres en la etapa de vida de la menopausia captadas por el equipo del Centro de Salud. El objetivo es informar sobre cambios, síntomas y tratamientos físico, emocional y afectivo-sexual y animar a vivir la menopausia de forma activa y sana.

Se reunirán una vez a la semana, los martes por la tarde, con una duración máxima de 2 horas.

CAMPAÑA DE VACUNACIÓN EN LOS COLEGIOS

Desde Salud Pública se seleccionaron centros de salud y colegios piloto para vacunación de gripe intranasal infantil en 1º y 2º de educación infantil (3 y 4 años).

Entre ellos fue seleccionado el CS. Actur Norte. Se realizaron varias reuniones con Salud Pública y la dirección de los colegios para planificar la campaña. Además, las enfermeras responsables de la vacunación se reunieron con dirección y con las familias días antes del inicio de la campaña para resolver dudas.

Desde CS. Actur Norte se vacunó en 3 colegios (Hermanos Marx, Sagrado Corazón y Josefa amar y Borbón) los días 22, 23 y 24 de octubre.

¿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 MUNICIPAL DE PREVENCIÓN DE ADICCIONES C/Pablo Ruíz Picasso 59 tlf: 976 724916

El Centro Municipal de Atención y Prevención de las Adicciones -CMAPA- es un recurso del Ayuntamiento de Zaragoza, público y gratuito, atendido por un equipo multidisciplinar. Cuenta con profesionales de la psicología, medicina, psiquiatría, enfermería, trabajo social, educadoras y personal administrativo.

Va dirigido a:

Personas y/o sus familiares con problemas asociados a conductas adictivas.

Instituciones públicas y privadas: educativas, sanitarias, comunitarias u otras que demanden atención, prevención, formación o información sobre conductas adictivas.

Desde el Centro Municipal de Atención y Prevención de las Adicciones -CMAPA- se ofrece:

Atención de forma personalizada y estrictamente confidencial en relación a la problemática de las adicciones.

Informar de los programas de prevención que se llevan a cabo a los educadores de los centros educativos.

Realizar el seguimiento y evaluación de los mismos, así como facilitar el material necesario para ello.

Responder de forma concreta a las demandas de colaboración hechas por las diferentes instituciones o colectivos.

Atención individualizada a aquellos colectivos que lo solicitan.

Sensibilizar y concienciar a la población en general sobre la problemática de las adicciones a través de los diferentes medios de comunicación.

Atención a las Adicciones

Prevención de las Adicciones

Estrategia Atención Comunitaria

CENTRO DE CONVIVENCIA PARA PERSONAS
MAYORES REY FERNANDO C/Pedro Laín
Entralgo 15. tlf: 976726107

Servicios:

1. Información y Asesoramiento
2. Programa de Actividades

Grupos de Actividad: agilidad mental (grupo 1), andarines rutas light, andarines rutas maxi, grupos de arte (1 y 2), grupo bicicleta, grupo de ajedrez Rey Fernando, grupo petanca, rondalla Rey Fernando viernes de baile para mayores
Talleres para un Envejecimiento Activo de: Salud y Calidad de Vida, Desarrollo y Expresión Artística, Comunicación y Cultura, Experiencia.

3. Ocio y tiempo libre: servicios permanentes destinados a favorecer un lugar de estancia y encuentro de los mayores como salas y zonas de estar, cafetería, sala de televisión, biblioteca, prensa diaria, juegos de mesa.

4. Participación: a través de las Asambleas de Centro como máximo espacio de participación de los mayores y las Reuniones de la Junta Directiva como canal permanente.

5. Exposiciones: para difundir la creación artística (pintura, fotografía, cerámica, etc.), realizada desde y fuera de los centros. Exposiciones de fin de curso, exposiciones permanentes, exposiciones de fotografía.

6. Voluntariado en centros: los mayores participan coordinando grupos de actividad, apoyando e impartiendo talleres, organizando actividades, en definitiva, aportando como voluntarios su experiencia y sus conocimientos.

7. Servicio de Comedor

8. Aulas de informática + Mayores en la Red.

APAC (Asociación para problemas de
crecimiento) C/Julio García Condoy. Tlf:
626677578

La asociación Aragonesa para Problemas de Crecimiento funciona en Aragón desde 1.979, con ámbito territorial nacional. Está compuesta por personas que luchan por un mismo fin

El objetivo principal de la Asociación es lograr la plena integración del afectado en la sociedad.

Servicio de información, orientación y apoyo psicologico

Estrategia Atención Comunitaria

Servicio de psicomotricidad
Servicio de escuela de padres
Grupo de apoyo para adultas afectadas por
síndrome de Turner
Sesiones de apoyo para afectados/as de
acondroplasia
Taller de relajación
Taller de risoterapia
Servicio de fisioterapia

CRAP RAMÓN REY ARDID. C/ Pablo Iglesias 40-
42. Tlf: 976798161

Servicios:

Pisos asistidos
Programa Club social para pacientes de salud
mental
Centro de día
Centro ocupacional

CRUZ ROJA C/ Joaquina Zamora, 6- Esquina con
Pablo Ruiz Picasso,55 (Actur). Tlf: 976 22 41 42
Ofrece en Zaragoza, un servicio de préstamos de
Ayudas Técnicas para personas que tienen esta
necesidad y especialmente pensado para
personas dependientes y/o accidentados que
las necesiten temporalmente.

El servicio presta camas articuladas, grúas para
movilización, sillas adaptables a la bañera,
colchones antiescaras, sillas para inodoro, sillas
de ruedas, andadores, muletas y todo tipo de
ayudas técnicas. El material está debidamente
revisado y desinfectado y existe la posibilidad de
entrega y recogida de material en el domicilio.

ASOCIACION ARAGONESA DE FIBROSIS
QUÍSTICA –C/ de Julio García Condoy 1. Tlf:
976522742 info@fqaragon.org

Es una entidad sin ánimo de lucro que atiende a
personas con FQ y patologías respiratorias, así
como personas con secuelas de covid y covid
persistente. Nuestro objetivo es mejorar su
calidad de vida, promoción de la autonomía
personal y prevención de la dependencia

Los servicios que disponemos son los siguientes:

- Servicio de fisioterapia respiratoria.
- Servicio de ejercicio terapéutico

Estrategia Atención Comunitaria

- Servicio de acogida a recién diagnosticados, información, orientación y apoyo social.
- Apoyo psicológico gracias a AFDA (Asoc de enfermos y trastornos depresivos de Aragón).
- Atención nutricional gracias a AFDA (Asoc de enfermos y trastornos depresivos de Aragón).

Para ser socio/a de la entidad, la cuota anual es de 70€/año, además esta cuota al ser entidad de utilidad pública te la desgravas en la declaración de la renta.

Acogemos a todas las familias, dependiendo de sus características familiares, sociales y económicas

ALZHEIMER ARAGÓN: Federación Aragonesa de asociaciones de familiares de personas con Alzheimer y otras demencias.

C/Concepción Saiz de Otero 10. Ana M^a Sancho
- 976258862 - faralz@hotmail.com

Fines específicos de la asociación

1. Ayudar y apoyar a los familiares de enfermos con demencia y/o enfermedad de Alzheimer, formando grupos de autoayuda y apoyo mutuo.
2. Cuidar a cuidadores a través de:
Intercambio de experiencias personales
Intercambio de información
Escucha y apoyo moral
3. Formación e información dirigida a profesionales relacionados con demencias y/o Alzheimer
4. Concienciación social
5. Promover la asistencia a todos los niveles de estos enfermos y cuantas medidas puedan mejorar su calidad de vida. Creación gestión o colaboración en servicios y actividades que atiendan las necesidades de esos enfermos o de sus familiares
6. Se promoverá el voluntariado en AFEDAZ tanto en tareas asistenciales como de gestión
7. Defender y reivindicar el derecho universal de atención gratuita sanitaria y social para todos nuestros enfermos, mientras tanto, distribuir los recursos existentes en función de las necesidades económicas y sociales de las familias.

Estrategia Atención Comunitaria

8. Reivindicar ante la sociedad y los poderes públicos las necesidades presentadas por los enfermos de Alzheimer y/o con demencias y sus familiares

CENTRO CÍVICO RÍO EBRO, Edificio José Martí.
C/Alberto Duce 2. tlf: 976 72 60 49

Actividades que puedes encontrar: Talleres de Salud y Calidad de Vida, Talleres de Desarrollo y Expresión Artística, Talleres de Comunicación y Cultura, excursiones, viajes, visitas culturales, charlas... etc. servicios de cafetería, prensa...

Ser socio es gratuito, siendo los requisitos: Mayor de 60 años, estar jubilado/a y estar empadronado en la ciudad de Zaragoza.

Horario del Centro: de lunes a domingo de 10 a 20:30 h, excepto los fines de semana de julio y agosto. Cerrafo el 12 de octubre, 25 de diciembre y el 1 de enero

CENTRO DE TIEMPO LIBRE BARBOL. C/ Alberto Duce, 2 - 50018 · Teléfono: 976 726 049

El equipo educativo del Centro Municipal de Tiempo Libre Bárbol está conformado por 6 educadores y una serie de apoyos, que desarrollamos nuestro trabajo educativo con niñ@s con edades comprendid@s entre los 3 y 14 años en el espacio educativo Bárbol. Este espacio se encuentra ubicado en el Centro Cívico Rio Ebro, situado en el barrio del Actur en Zaragoza.

ANDARINES DE ARAGÓN. C/Mariana Pineda 17. 615972697.

Es un colectivo de personas que hemos creado una Asociación Deportiva sin ánimo de lucro para compartir nuestro interés por la Naturaleza mediante la realización de actividades deportivas relacionadas con ella.

Pueden ser socios todas las personas que lo deseen y quieran pertenecer a esta asociación, sin distinción de raza, religión, edad o sexo.

Actividades:

Andadas Populares: Es la sección más participativa del club, en la cual destacan JORGEADA, REDOLADA, NOCTURNA, CASTILLOS, MONEGROS y otras más.

Estrategia Atención Comunitaria

En las Andadas Populares, junto a la FAM, coordinamos, preparamos y regulamos el calendario COAPA para todos los organizadores de Aragón.

Otro tipo de andadas son: POR ESOS ANDURRIALES, ZARAGOZANDA, DOMINGOS DE ALPARGATA.

Atletismo: Entrenamientos todas las semanas, organización de la Carrera del ROSCÓN y participación en carreras, maratones y ultras.

Alta Montaña: Esta sección realiza salidas a la montaña con un nivel superior al senderismo, ascensiones a grandes picos, travesías y otros. Hay otras secciones relacionadas con la montaña como son: escalada, barranquismo, esquí, vías ferratas, BTT, y en proyecto alguna más...

Sociales, Jornadas de Senderismo y Naturaleza, visitas guiadas, salidas organizadas cultural-deportivas, campeonato de guiñote, sección de actividades infantiles, etc.

CENTRO DE INICIATIVAS SOCIALES MAIN C/Pedro Saputo 3. Tel 976524223.

El Centro MAIN realiza un proyecto educativo y de prevención para los niños, adolescentes y jóvenes del Actur, normalmente con algunos de los siguientes problemas: situación económica negativa, fracaso escolar-analfabetismo, desarraigo social, inmigración, familias numerosas y degradación personal. En el centro, las religiosas de Hijas de María Auxiliadora acometen los siguientes proyectos: un centro socio-laboral, una organización no gubernamental para el desarrollo del voluntariado, programas para la mujer y un centro de tiempo libre para la inserción social desde la educación

¿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. RESIDENCIAS:

Nuestra ZBS consta de 4 residencias con la que tenemos comunicación y colaboración constante.

Residencia MARBORÉ. C/Adolfo Aznar 7-9. Tlf: 976742465.

Residencia ADORATRICES C/Adolfo Aznar 32. Tlf: 976547235

Residencia APAC C/Pablo Ruíz Picasso 30. Tlf: 976519867

Residencia ANTONIO SAURA C/Anonio Saura 4-6. Tlf: 976735089

2. CEIP:

En nuestra ZBS hay 3 colegios con los que tenemos contacto constante y se realizan proyectos en común.

Josefa Amar y Borbón C/ Julio García Condoy 50. Tlf: 976732450

Hermanos Marx. C/Antón García Abril 39. Tlf: 976513402

Sagrado Corazón de Jesús. C/Pablo Neruda 35. Tlf: 976466282

¿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 es un equipo multidisciplinar compuesto por 6 miembros: 2 enfermeras, 1 médica, 1 matrona, 1 trabajadora social y 1 administrativa. Cuya referente es la Enfermera Especialista Familiar y Comunitaria.

Durante este año se han trabajado en proyectos ya realizados con anterioridad y se ha dado prioridad a la reactivación y creación de un nuevo grupo de Atención Comunitaria, ya que este año ha habido un cambio en el personal de enfermería del centro (7 enfermeras nuevas), así como a la actualización de la agenda.

Estrategia Atención Comunitaria

Partiendo de aquí el equipo realizará un nuevo análisis de la ZBS para detectar las necesidades de la comunidad y realizar así nuevas actividades comunitarias de manera anual. Además, el nuevo grupo de Atención Comunitaria se compromete a la actualización anual de la agenda 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?

La ZBS del Actur Norte engloba una población total de 18.368 personas, de las cuales el 8,74% es población pediátrica y el 21,68 % población mayor de 65 años.

Destacando así una pirámide de población en forma de bulbo con una población de entre 14 y 64 años del 69,58%.

Dentro de esta población 841 personas son extranjeras, siendo el 3% extranjeros no comunitarios.

En cuanto al nivel socioeconómico, podemos destacar que el 8% de la población tiene una renta baja en contra del 1% que tiene renta alta.

Además, el 1,3% de la población del Actur Norte se encuentra institucionalizada en las distintas residencias de la Zona.

Analizando el atlas de salud de la Zona se observa una alta prevalencia de patología circulatoria destacando la cardiopatía isquémica en hombres con un total de 329 casos y el ACV en mujeres con 108 casos, así como la HTA en ambos sexos con un total de 3902 casos.

Asimismo, se visualiza una alta prevalencia de patología de salud mental donde cabe recalcar la depresión, siendo en 2022 de 509 casos en hombres y 1243 casos en mujeres.

Con los datos sociodemográficos obtenidos además de las actividades comunitarias desarrolladas, nos hemos planteado como objetivo realizar actividades para mejorar el bienestar emocional de los pacientes.

Estrategia Atención Comunitaria

Finalmente, hemos iniciado un proyecto de calidad para pacientes con cardiopatía isquémica con el fin de mejorar su calidad de vida, por lo que teniendo en cuenta este proyecto y la captación de dichos pacientes, queremos realizarles sesiones para mejorar sus estilos de vida.

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?

El mapa de activos de la ZBS de Actur Norte está en proceso de elaboración. La idea es hacer un mapa de activos en conjunto con las otras zonas del barrio del Actur (Actur Sur y Actur Oeste).

No obstante, los residentes de medicina y enfermería de la Unidad Docente AFYC del Sector Zaragoza I han realizado un mapeo de activos del sector, lo que nos ha permitido conocer muchos activos de la zona del sector. Además, es actualizado anualmente y se puede acceder a través de la página web:

<https://sites.google.com/site/mapaactivosudafycsz1/mapeo-activos>

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

En el CS Actur Norte se realiza recomendación de activos conocidos a través del protocolo formal. Sin embargo, no se ha finalizado el mapeo de activos de toda la ZBS, siendo este el objetivo el próximo año. Así como, la realización de una sesión clínica para la presentación del mapa al resto del EAP, y fomentar así una recomendación más amplia.