

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD DE ACTUR SUR

Sector Sanitario

Zaragoza I

**Nombre del Equipo de Atención
Primaria**

CS Actur Sur

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

El equipo del Centro de Salud Actur Sur cuenta con un programa propio de sesiones formativas, consulta de cirugía menor, ecógrafo. Está inscrito en la unidad docente de atención familiar y comunitaria del sector 1 de Zaragoza formando así residentes de enfermería y medicina, así como estudiantes de la Universidad San Jorge.

Proyecto de ejercicio terapéutico para la prevención de caídas en personas mayores. Realizado por las fisioterapeutas del centro tiene como objetivo retrasar el deterioro funcional y promover la salud en la población mayor de 70 años. Se estructura en forma de sesiones grupales fomentando la promoción de salud.

Escuela de espalda sana. Llevada a cabo por las fisioterapeutas Miriam Arakistain Markina y Amparo Lahuerta Jarque desde hace aproximadamente 20 años para toda la población que requiera aprendizaje de ejercicios para fortalecer, flexibilizar o aliviar el dolor. De forma individual y grupal, incidiendo en la ergonomía ocupacional iniciada en la industria automovilística alemana de los años 90.

Proyecto para incentivar la participación de la población en el programa de detección de cáncer colorrectal. Liderado por Carmen Lafuente el equipo de admisión realiza una

Estrategia Atención Comunitaria

revisión de los pacientes no participativos, contactan, incentivan y con la colaboración del equipo de enfermería de la tarde se facilita acceso mejorando así la cobertura del cribado de cáncer colorrectal en la zona de salud.

Proyecto de promoción de la autonomía de los usuarios en el uso de los recursos e información digital del Sistema Aragonés de Salud. Grupo multidisciplinar liderado por Ana Pelegay, el equipo de admisión facilita un espacio de aprendizaje en grupos con cierta heterogeneidad.

El objetivo es el aprendizaje de las aplicaciones y portales web ofrecidos por el Departamento de Sanidad para gestión de citas, HCE...resolviendo dudas y fomentando la autonomía y el contacto social del paciente.

Grupo de Educación maternal y crianza. Liderados por la matrona Inmaculada Tena se tratan de forma grupal múltiples temas del embarazo y posparto, participan madres y padres. Con un enfoque multidisciplinar (matrona, fisioterapeuta, psicóloga) se abordan las inquietudes de las familias de forma accesible, grupal y participativa. La matrona pone a disposición de las familias un grupo de Whatsapp para gestión de citas e información pertinente.

Proyecto de mejora prevención de la fragilidad mediante la implementación de un programa personalizado de ejercicios en Atención Primaria. Liderado por los médicos de familia Susana Martinez Iguaz y Mario Malo Ascaso. Equipo multidisciplinar, medicina, enfermería y fisioterapia plantean acercar la actividad física al paciente anciano frágil, minimizando la inmovilidad y sus consecuencias (sarcopenia, aislamiento social) Con un enfoque comunitario se realizan sesiones grupales tratando diversos temas de alimentación y ejercicio. Se fomenta la participación del paciente y el feedback a través del correo electrónico.

El equipo de salud bucodental tiene dos proyectos actualmente: sesiones a los diferentes centros de salud sobre criterios de derivación maxilofacial y pediátrica y toma de muestra INR en consulta Liderados por Eva M^a Bernal Carrión también se ha centrado en la captación de la mujer embarazada en anteriores etapas.

Formación en soporte vital básico (RCP) y primeros auxilios en niños y adolescentes en los colegios de la zona. El equipo multidisciplinar del centro de salud se pone en contacto con el colegio Cortes de Aragón para identificar las necesidades e intereses del alumnado para estructurar grupos y realizar formaciones durante el 2023 y 2024.

Proyecto en desprescripción de benzodiazepinas en mayores de 65 años. Proyectado para el 2025. Detectado el elevado consumo de ansiolíticos este proyecto está enfocado en sensibilizar a la comunidad de los riesgos del uso crónico de benzodiazepinas y hacer un uso coherente de estos fármacos, fomentando su desprescripción en caso necesario. Con un enfoque comunitario trabajando con las farmacias en la detección y con los pacientes desde la consulta de bienestar emocional. Se plantean grupos de gestión de estrés.

Tablón de anuncios de actividades comunitarias y de promoción de la salud: en la zona de extracciones planta calle y en la segunda planta hay un tablón de anuncios con información, recursos y actividades. También colgamos la información disponible del consejo de salud.

¿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

ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS GRUPO ACTUR. C/ Pablo Neruda 33. Locales de la parroquia Ntra. Sra. de la Esperanza 50018 Zaragoza. Tlfn: 976293835. Se realizan reuniones periódicas conservando el anonimato de sus miembros. Colaboran con Al Anon y otras asociaciones que ayudan a las familias.

ASOCIACIÓN ADRYA: Plaza Ortilla 7 Local. Tlfn: 695764413. Asociación para niños y jóvenes con diversidad funcional en Aragón con terapias a domicilio, local, ocio y campamentos.

ASOCIACIÓN CULTURAL LA SENDA DEL BAMBÚ: C/ Jorge Guillén 17. Tlfn: 649177201. Actividades, conocimientos, técnicas, terapias naturales que ayudan a mejorar la calidad de vida y su bienestar físico, mental, emocional y social a través del yoga.

CENTRO CÍVICO RÍO EBRO: Edificio José Martí. C/ Alberto Duce Nº2 Teléfono. 976 976 726049 Ubicado en Actur Norte pero dirigido a toda la población de Actur. Actividad física (gimnasia, pilates, yoga, espalda sana...), y otras actividades como teatro, música, fotografía e idiomas.

CENTRO CÍVICO RÍO EBRO: Edificio Fernández Ordóñez. C/ Maria Zambrano 56 Tfno: 976 726084. Ubicado en Actur Norte pero dirigido a toda la población de Actur. Actividad física (yoga, baile, taichi, zumba) y otros talleres como “desarrollo emocional en movimiento” “gestión del estrés basado en mindfulness”.

CENTRO MUNICIPAL SERVICIOS SOCIALES ACTUR: C/ Alberto Duce Nº2 Teléfono: 976 726051 (Ubicado en el Centro Cívico Rio Ebro-Edificio José Martí) Gestionan diversos servicios y programas municipales. Relacionado con promoción de la Salud tienen un taller de

Estrategia Atención Comunitaria

hábitos saludables. Dirigido a: Actur y Parque Goya

CASA DE JUVENTUD ACTUR Domicilio: Centro Cívico Río Ebro C/ Alberto Duce 2 Tfno: 976 726052 (Ubicado en Actur Norte, atiende a toda la población) 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. Tienen grupos de baile moderno y talleres de música (Guitarra, batería y KPOP)

ASOCIACIÓN DE MUJERES Y VECINAS ACTUR - BOIRA Domicilio: Emeline de Pankhurst-8 Tlfno: 976 515353 (Ubicada en Actur Oeste. Se dirige a toda la población de Actur) Programan actividades: gimnasia, espalda sana, pilates, yoga, baile moderno, informática, baile en línea, confección trajes regionales, esmaltes, manualidades / restauración, pintura, acuarela. Estas actividades se realizan tanto en la sede de la asociación como en el Centro Cívico Río Ebro, el Pabellón Siglo XXI y en. No son gratuitas.

CENTRO MUNICIPAL DE CONVIVENCIA DE MAYORES REY FERNANDO DE ARAGÓN. C/ Pedro Lain Entralgo, 15 (Ubicado en la zona de salud Actur Oeste) Teléfono: 976 726107 Realizan actividades de Salud y Calidad de vida, talleres para favorecer el envejecimiento activo, voluntariado, asambleas, servicio de comedor, aulas de informática.

CENTRO DE CONVIVENCIA DE MAYORES RÍO EBRO Domicilio: C/ Alberto Duce-2 Teléfono: 976 726049 (Ubicado en la zona de salud Actur Norte. Las personas pueden acudir indistintamente a uno o a otro). Ofrece actividades de "Salud y Calidad de Vida" como espalda sana, chikung, tai chi, gimnasia de mantenimiento (también para mayores de 80), taller de memoria, taller de psicología y habilidades psicosociales . También se realizan otros talleres como dibujo y pintura, música (guitarra), historia y teatro.

Estrategia Atención Comunitaria

JUNTA MUNICIPAL ACTUR REY FERNANDO

Dirección: Maria Zambrano 56 Tlfno: 726086
Órganos del Ayuntamiento de ámbito territorial para la gestión de los Distritos, mediante la participación vecinal se realiza la gestión desconcentrada que afecta al territorio y los vecinos.. (Ubicada en Actur Norte. Ámbito Actur y Parque Goya)

CRUZ ROJA C/ Pablo Ruiz Picasso 57 Tlfno: 976

224142 Programa Cuidando al Cuidador. Préstamo material de ortopedia y Charlas-Taller para cuidadores. (Ubicada en Actur Oeste. Dirigida a toda la población)

FUNDACIÓN RAMÓN REY ARDID C/ Guillen de

Castro 2-4 Tlfno: 976 740474 Diversos recursos: Formación y Empleo, Salud Mental, Soy Hogar (Servicio ayuda domicilio y comida a domicilio / Programa Vivir y Compartir / Programa de apoyo social para actuar en situaciones de soledad no deseada en Aragón. Ubicada oficina central en Actur Norte, tiene distintos dispositivos en otras zonas de salud de Actur.

ALDEAS INFANTILES SOS Centro de Día para la

Infancia y Juventud Dirección: Pedro Laín Entralgo 1 (local) Tlfno: 976 798223 Programa de Apoyo al Desarrollo Evolutivo mediante juego libre, taller al aire libre, proyectos de voluntariado para jóvenes. También disponen de un servicio de terapia familiar.

FUNDACION MARIA AUXILIADORA Dirección:

Pedro Saputo 3 (Ubicado en Actur Oeste) Teléfono: 976 738638 Programa Infancia y Familia: Centro Tiempo Libre "Sin Mugas" para niños de 6 a 18 años. Escuela de Salud: Taller materno-infantil (0 a 3 años) Taller educativo familiar (6 a 12 años) Centro Sociolaboral Mancala Proyecto Main (formación para adultos): español, cocina, gimnasia, competencias digitales, bienestar y salud, formación básica,... Empleo- Inserción laboral para jóvenes de 16 a 30 años.

Estrategia Atención Comunitaria

CMAPA . CENTRO MUNICIPAL DE ATENCIÓN Y PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES. C/ Pablo Ruiz Picasso 59 Tlfno: 976 724916 Ubicado en Actur Oeste pero dirigido a toda la población, se derivan pacientes desde el Centro de Salud. Llevan a cabo programas de prevención de las adicciones en distintos ámbitos como el educativo (dirigido a docentes, alumnos y familias de diferentes niveles y modalidades en los centros escolares de Zaragoza), familiar, laboral, comunitario, medios de comunicación, ocio y tiempo libre y sanitario. Proporciona Información, formación, asesoramiento e intervención en materia de prevención, a profesionales, padres/madres y mediadores/as sociales además de dar apoyo, coordinación y colaboración con instituciones y asociaciones. También facilita información, orientación y tratamiento individual y/o grupal a personas con problemas relacionados con conductas adictivas de forma personalizada y confidencial. (Alcohol, tabaco, cannabis, cocaína, opiáceos, derivados anfetamínicos, juego patológico, tecnologías de la Información y la Comunicación y otras sustancias y/o conductas adictivas).

CENTRO DE DÍA MAYORES SONRISAS C/ Gertrudis Gomez de Avellaneda 29 Telefono: 976957602 Es un centro de servicios para personas mayores, especializado en el tratamiento de demencias. Servicio de alojamiento y manutención, higiene y aseo, salud y belleza (peluquería y podología), rehabilitación funcional, actividades de estimulación cognitiva, atención psicológica y emocional , charlas y talleres y atención al cuidador (formación y sesiones individuales / grupales).

CENTRO DE DÍA JUANITA Dirección: Mariana Pineda 5 Teléfono: 976958167 Centro de Día y Residencia. Realizan actividades como gerontogimnasia, talleres de atención, memoria, cálculo y funciones ejecutivas. Por la mañana lectura de periódico y debate de noticias, por las tardes Bingo y los viernes Karaoke. También terapia individual

Estrategia Atención Comunitaria

(motricidad, pensamiento lógico, manualidades y trabajo espacial).

CENTRO INTEGRAL ARAGÓN- ATADES. Domicilio: Clara Campoamor 25 Teléfono: 976106018 Residencia, Centro de Día, Centro Especial de Empleo Logística Social y Centro Jardinería Gardeniers y venta al público.

¿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

El servicio de admisión mantiene contacto con las farmacias de la zona básica de salud a través de un correo para facilitar la accesibilidad de los pacientes mayores y vulnerables, así como de los usuarios que precisan renovar mediación. También mantiene contacto con todas las residencias de la zona básica de salud a través del correo electrónico para diversas gestiones.

El equipo de pediatría mantiene comunicación periódica con los colegios de la zona (Cortes de Aragón, Maristas, Sagrado Corazón y Molière).

La trabajadora social mantiene contacto con las residencias FADEMA, Cruz Roja, Residencia APAC y ADCARA.

Recientemente nos hemos puesto en comunicación con la asociación de jubilados del Actur y con Alcohólicos Anónimos Grupo Actur A.A.

Formación en soporte vital básico (RCP) y primeros auxilios en niños y adolescentes en los colegios de la zona. El equipo multidisciplinar del centro de salud se pone en contacto con el colegio Cortes de Aragón para identificar las necesidades e intereses del alumnado para estructurar grupos y realizar formaciones durante el 2023 y 2024.

El Consejo de salud de la zona se ha reunido periódicamente durante los años 2023 y 2024 y se le va a dar continuidad durante el 2025

Estrategia Atención Comunitaria

participando en él Susana Martínez Iguáz (coordinadora del centro de salud) Nuria Val Jiménez (Medicina de Familia y Comunitaria) y Ana Belen Mateo Torralba (Trabajo Social) con las entidades del entorno.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

Equipo de atención comunitaria que elabora la agenda comunitaria:

Vanesa Pastor Tirado (Residente de Enfermería familiar y comunitaria)

Inmaculada Tena Domingo (Matrona)

Ana Belen Mateo Torralba (Trabajo Social)

Ana Pelegay Bugarín (Admisión)

Eva Bernal Carrión (Higiene Bucodental)

Susana Martinez Iguaz (Coordinadora del centro de salud)

Nuria Val Jiménez (Medicina de Familia y Comunitaria)

Mariola Marqués Saldaña (Medicina de familia)

Ana Pelagaez (Admisión)

Mario Malo Ascaso (Medicina de Familia y Comunitaria)

Elena Del Campo Madariaga (Medicina de Familia y Comunitaria)

Elena Prades Villanueva (Medicina de Familia y Comunitaria)

Miriam Arakistain Markina (Fisioterapeuta)

Amparo Lahuerta Jarque (Fisioterapeuta)

Javier Sanchez Gimeno (Pediatra)

Ana Belén Garcia (Enfermera)

Marta Pascual Larraz (Medicina de Familia y Comunitaria)

Isabel Monreal Aliaga (Medicina de Familia y Comunitaria)

M^a Luisa Ávila Esteban (Enfermera especialista en Enfermería 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?

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?

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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