

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD DE ALMUDÉVAR

Sector Sanitario

Huesca

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CS Almudévar

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 de Atención Primaria (EAP) del Centro de Salud de Almudévar ha desarrollado diversas intervenciones comunitarias dirigidas a mejorar la salud y el bienestar de la población de la Zona Básica de Salud (ZBS). Estas iniciativas responden a las necesidades detectadas en la comunidad y se han creado con un enfoque multidisciplinar (enfermería, medicina, matrona...). Las actividades desarrolladas incluyen intervenciones educativas, proyectos de promoción de la salud y prevención de enfermedades, programas de actualización de competencias destinadas a profesionales sociosanitarios y acciones específicas para colectivos vulnerables (geriátrico). Además, tres de estas iniciativas están vinculadas a proyectos de mejora de la calidad incluidos dentro del acuerdo de gestión clínica (AGC), lo que refuerza su impacto en la calidad asistencial.

A continuación, se describen en detalle las actuaciones comunitarias llevadas a cabo en los últimos años desde el Centro de Salud de Almudévar por parte de sus profesionales de la salud:

Denominación: “Jornada de convivencia con las mujeres en Gurrea de Gállego”

Breve síntesis: coincidiendo con el Día Internacional de la Mujer (8 de marzo), durante los años 2023, 2024 y 2025 se han llevado a cabo jornadas de convivencia dirigidas a las mujeres de Gurrea de Gállego. Estas sesiones

Estrategia Atención Comunitaria

incluyen charlas impartidas por profesionales del Centro de salud de Almudévar (medicina) sobre temas de interés, como la microbiota, el envejecimiento y el duelo. Tras la charla, se suele organizar una merienda para fomentar la convivencia y el intercambio de experiencias entre las participantes.

Destinatarios: mujeres de Gurrea de Gállego.

Finalidad: el objetivo principal de estas jornadas es proporcionar información clara y accesible sobre temas de actualidad, promoviendo un estilo de vida saludable y generando un espacio de reflexión y de diálogo.

Entre los temas abordados en dichas jornadas se incluyen cuestiones de creciente interés, como el documento de voluntades anticipadas y la eutanasia, con el propósito de facilitar el debate y la toma de decisiones informadas por parte de las asistentes.

Profesionales responsables: Beatriz Bardají Ruiz (Médico de Atención Primaria, CS Almudévar) y Estela María López Pano (EAP, CS Almudévar).

Denominación: **“Podcast: vivencias y salud emocional en partos domiciliarios en Alcalá de Gurrea”**.

Breve síntesis: espacio de diálogo y reflexión donde mujeres que han dado a luz en su hogar, con la asistencia de profesionales, comparten sus experiencias y vivencias. A través de sus testimonios, se abordan aspectos emocionales, testimonios personales y el impacto de esta elección en su bienestar.

Destinatarios: población general interesada en la salud materno-infantil y en la experiencia de los partos domiciliarios.

Finalidad: este podcast tiene como objetivo dar visibilidad a las experiencias de las mujeres que decidieron un parto en casa, dando a conocer esta opción y sus implicaciones emocionales.

Profesional participante: María Carmen Campos Avellana (EAP, CS Almudévar).

Denominación: **“Actualización de habilidades en trabajadores sociosanitarios para mejorar la calidad asistencial de los pacientes institucionalizados en la ZBS de Almudévar”**

Estrategia Atención Comunitaria

Breve síntesis: programa de formación dirigido al personal sociosanitario de las residencias geriátricas de Almudévar (Residencia Santo Domingo, Residencia Jaime Dena) y Gurrea de Gállego, con el objetivo de mejorar sus competencias en la atención a pacientes institucionalizados. A través de diversos talleres formativos, se abordan aspectos clave de la asistencia a personas mayores, haciendo hincapié en la prevención y en las pautas de actuación frente a situaciones clínicas comunes. Destinatarios: personal sociosanitario de las residencias geriátricas ubicadas en Almudévar (Residencia de Mayores Jaime Dena y Santo Domingo) y Gurrea de Gállego.

Finalidad: el objetivo principal de estos talleres es proporcionar al personal sociosanitario herramientas prácticas para mejorar la atención y respuesta ante eventos de salud comunes en pacientes institucionalizados, con especial énfasis en la población mayor de 80 años, un grupo especialmente vulnerable.

A continuación se enumeran los objetivos de dicho programa formativo: prevenir y actuar ante caídas en pacientes institucionalizados, identificar y manejar un traumatismo craneoencefálico, reconocer y atender episodios de disnea y dificultades respiratorias, actuar adecuadamente ante un atragantamiento y OVACE, detectar y gestionar alteraciones de la tensión arterial: crisis hipertensiva e hipotensión, manejar episodios de descompensación diabética: hipoglucemias e hiperglucemias, intervenir ante contusiones y hemorragias, actuar frente a la pérdida de conciencia, síncope y convulsiones, gestionar alteraciones del comportamiento: agitación, síndrome confusional y somnolencia, aplicar maniobras de reanimación cardiopulmonar básica (RCP-B) y uso del desfibrilador externo automática (DEA) ante parada cardiorrespiratoria (PCR).

Profesional responsable: Beatriz Bardají Ruiz (Médico de Atención Primaria, CS Almudévar).

Observaciones: la actividad está ligada a un proyecto de mejora del acuerdo de gestión clínica.

Denominación: “Mapeo de activos y su recomendación en la ZBS de Almudévar”

Breve síntesis: proyecto orientado a la identificación, visibilización y difusión de los activos de salud de la ZBS de Almudévar, con el propósito de mejorar el acceso de la población a estos recursos y fomentar su uso para la promoción de la salud y el bienestar de los destinatarios.

Destinatarios: ciudadanos pertenecientes a la ZBS de Almudévar, asociaciones, instituciones y profesionales sanitarios de dicha ZBS.

Finalidad: este proyecto busca involucrar a la población en el uso activo de los recursos disponibles, impulsando su participación en iniciativas comunitarias que favorezcan la salud. Asimismo, pretende fortalecer la colaboración entre asociaciones, instituciones y profesionales sanitarios, estableciendo un espacio común que facilite la coordinación y optimización de estos activos en beneficio de la comunidad. Como parte de esta iniciativa, se ha elaborado un ACTIMECUM, una guía de activos recomendados que está disponible en las consultas de enfermería y de medicina.

Su objetivo es agilizar la recomendación de estos recursos a los pacientes, permitiendo que los profesionales los integren de forma eficaz en su práctica diaria.

Profesional responsable: Susana Zamora Elson (EAC, CS Almudévar).

Observaciones: la actividad está ligada a un proyecto de mejora del acuerdo de gestión clínica.

Denominación: “Reforzando los paseos”

Breve síntesis: proyecto de mejora de la calidad, que tiene como objetivo fomentar la actividad física en la población mayor de 65 años a través de dos modalidades de ejercicio que combinan el ejercicio aeróbico con el entrenamiento de fuerza.

Destinatarios: personas mayores de 65 años de la ZBS de Almudévar interesadas en participar.

Finalidad: caminar es una de las formas de actividad física más accesibles y beneficiosas

Estrategia Atención Comunitaria

para la salud, ya que es una práctica económica, adaptable a distintos horarios y características personales, y no requiere equipamiento complejo. Sin embargo, estudios recientes han demostrado que la combinación del ejercicio aeróbico con el entrenamiento de fuerza amplifica sus beneficios, no solo a nivel cardiovascular, sino también en la salud osteomuscular, metabólica y neuronal, aspectos clave para un envejecimiento saludable.

Este proyecto busca acercar a la población adulta una estrategia sencilla y adaptada que integre ambas disciplinas, la combinación de ambas disciplinas de forma sencilla y adaptada a sus necesidades, promoviendo una iniciación segura y efectiva en la práctica de actividad física.

Profesional responsable: María Isabel Visa González (EAP, CS Almudévar),

Observaciones: la actividad está ligada a un proyecto de mejora del acuerdo de gestión clínica.

Denominación: **“Stop al abuso infantil: porque mi cuerpo me mola y sé cómo funciona”.**

Breve síntesis: programa de talleres educativos dirigidos a la infancia y la adolescencia, centrado en la prevención del abuso infantil y la educación sobre el cuerpo y su desarrollo. A través de actividades adaptadas a cada edad, se busca dotar a los niños y adolescentes de herramientas para reconocer y afrontar situaciones de riesgo, promoviendo su autonomía y bienestar.

Destinatarios: niños y niñas de 3 o más años pertenecientes al CRA Violada-Monegros (Tardienta), al Colegio Público Cervantes (Gurrea de Gállego) y al Colegio Público El Temple (CRA Violada-Monegros).

Fechas de realización: la actividad se llevó a cabo durante el curso escolar 2023-2024. En el presente año, continúa ofreciéndose, aunque los equipos directivos de los colegios destinatarios (citados previamente) decidieron no participar en su desarrollo.

Finalidad: el programa tiene como objetivo principal proporcionar a los niños estrategias

Estrategia Atención Comunitaria

para protegerse ante situaciones de abuso, fomentando su seguridad y confianza. Para ello, se trabajan aspectos como la capacidad de decir “NO” ante cualquier intento de contacto inadecuado, la diferenciación entre secretos buenos y malos, y la importancia de comunicar siempre a una persona de confianza si alguien ha tocado sus partes íntimas. Además, los talleres están diseñados para mejorar el conocimiento de los adolescentes sobre su desarrollo corporal, abordando temas como el ciclo menstrual y las poluciones nocturnas, con el fin de promover una relación positiva y saludable con su cuerpo.

Profesional responsable: Verónica Blanco Gimeno (Matrona, CS Almudévar).

¿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

Cabe señalar que en la ZBS de Almudévar no hay en la actualidad ningún proyecto integrado en la RAPPs, sin embargo, dicha ZBS cuenta con diversas iniciativas destinadas a la promoción de la salud, impulsadas por entidades educativas, sanitarias y municipales. Estas acciones buscan fomentar hábitos saludables, mejorar el bienestar de la comunidad y fortalecer la educación en salud a través de proyectos dirigidos a diferentes sectores de la población.

A continuación, se presentan las principales actividades desarrolladas en distintos municipios de la ZBS.

COLEGIO EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA (CEIP) SANTOS SAMPER SARASA (ALMUDÉVAR)
El CEIP Santos Samper Sarasa de Almudévar forma parte de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud desde el curso académico 2019-2020 (en la actualidad están en proceso de reacreditación), reflejando su compromiso con la educación en hábitos saludables y el bienestar de su comunidad escolar.

Estrategia Atención Comunitaria

Actualmente, el centro desarrolla el proyecto "Compartiendo Movimiento" (dicho proyecto está coordinado por el director y profesorado del centro), una iniciativa destinada a fomentar un estilo de vida saludable, fortalecer habilidades sociales y promover la integración comunitaria. Esta actividad se lleva a cabo con la participación del alumnado de 2º de Primaria y los integrantes del programa "Reforzando los paseos" del Centro de Salud de Almudévar. Además, el colegio impulsa el "Proyecto Jacardi", cuyo objetivo es sensibilizar a escolares y familias sobre la importancia de la salud y la adopción de hábitos saludables. Entre sus principales metas destacan la promoción de un estilo de vida activo y la concienciación sobre estrategias para mejorar la salud en la comunidad educativa. Como parte de la Semana Cultural del CEIP, que tendrá lugar del 7 al 13 de abril de 2025, se han programado diversas actividades. Entre ellas, destacan los talleres de primeros auxilios en colaboración con Cruz Roja. Asimismo, el alumnado de Educación Infantil realizará una visita al Centro de Salud de Almudévar junto con el equipo de enfermería, con el propósito de conocer sus instalaciones y familiarizarse con su funcionamiento.

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA (IES) PIRÁMIDE DE ALMUDÉVAR:

El IES Pirámide de Almudévar mantiene un firme compromiso con la promoción de la salud en todas sus dimensiones. Este compromiso se refleja en su POAT 2024-2025, que contempla diversos grupos de trabajo dedicados a la salud mental, la educación para la salud, la salud sexual y emocional, así como el uso responsable del móvil y las redes sociales. Todo el equipo educativo, incluidos los miembros del departamento de orientación, participa activamente en el bienestar del alumnado, garantizando un enfoque integral que favorezca su desarrollo personal y académico. Tras el contacto del grupo de comunitaria con el centro, la jefatura de estudios ha expresado su interés en recibir formación en reanimación cardiopulmonar (RCP) y en el uso del

Estrategia Atención Comunitaria

desfibrilador (DEA). En respuesta a esta solicitud, se organizarán sesiones formativas de RCP básica y DEA dirigidas al profesorado. Además, desde el grupo de atención comunitaria se propone el diseño de un proyecto que estructure y organice dichas sesiones formativas para el personal docente.

A continuación se detallan las actividades realizadas en cada una de las localidades de la ZBS:

ACTIVIDADES EN ALCALÁ DE GURREA:

Organizadas por el Ayuntamiento de Alcalá, la comarca de la Hoya de Huesca, la escuela de música MUMO, entre otras entidades.

TIRANDO DEL HILO: es una iniciativa comunitaria impulsada por el Ayuntamiento de Alcalá de Gurrea, cuyo objetivo principal es fomentar la socialización y el bienestar emocional de las participantes a través de la costura. Durante estos encuentros, las mujeres del municipio comparten conocimientos, aprenden nuevas técnicas y fortalecen sus lazos sociales en un ambiente de colaboración y apoyo mutuo. La actividad se lleva a cabo todos los martes de 17:00 a 20:00 horas en la biblioteca del Ayuntamiento de Gurrea de Gállego, proporcionando un espacio de encuentro donde las asistentes pueden intercambiar experiencias y desarrollar habilidades manuales. Este tipo de iniciativas contribuyen a la promoción de la salud comunitaria, ya que favorecen la integración social, el envejecimiento activo y el bienestar emocional. La persona responsable del proyecto es Beatriz Garcés.

MÚSICA: iniciativa comunitaria impulsada por el Ayuntamiento de Alcalá de Gurrea en colaboración con la escuela de música MUMO Huesca. Esta actividad está dirigida a todas las edades, con el objetivo de enseñar a tocar instrumentos musicales como armónica, batería, guitarra y ukelele, desde nivel de iniciación hasta niveles más avanzados. Se realizan dos grupos: uno para niños y otro para adultos, todos los viernes de 15:00 a 21:00

Estrategia Atención Comunitaria

horas en el Ayuntamiento de Alcalá de Gurrea. Las clases son impartidas por profesionales de la escuela MUMO Huesca, creando un espacio para aprender y disfrutar de la música en un entorno comunitario. Las personas encargadas de la actividad son Idoya Álvarez y Beatriz Garcés.

YOGA: iniciativa organizada por la Comarca de la Hoya de Huesca, cuyo objetivo es promover el bienestar físico y emocional de los participantes a través de la práctica de yoga. Esta actividad está dirigida a personas de todas las edades y se lleva a cabo los viernes de 19:00 a 20:30 horas, de septiembre a mayo, en el salón social de Alcalá de Gurrea. Las sesiones están diseñadas para mejorar la forma física, fomentar la relajación y el equilibrio mental, en un ambiente de apoyo y tranquilidad. Las personas encargadas de la actividad son Idoya Álvarez y Beatriz Garcés.

GERONTOGIMNASIA: actividad organizada en colaboración entre la Comarca de la Hoya de Huesca y el Ayuntamiento de Alcalá de Gurrea, destinada a mejorar la movilidad, fuerza y bienestar general de las personas mayores de 65 años. Se lleva a cabo de octubre a junio, los martes y jueves de 10:00 a 11:00 horas, en el Centro Social de Alcalá. Esta actividad gratuita promueve el envejecimiento activo, favoreciendo la salud física y emocional de los participantes en un ambiente de apoyo y socialización. Las personas encargadas de la actividad son Idoya Álvarez y Beatriz Garcés.

TALLER DE MEMORIA: actividad gratuita organizada por el Ayuntamiento de Alcalá de Gurrea, destinada a la estimulación cognitiva de los participantes. Se celebra de octubre a junio, los lunes de 18:00 a 19:00 horas, en el Centro Social de Alcalá de Gurrea, ubicado en la Plaza Mayor. Este taller tiene como objetivo mejorar la memoria a través de ejercicios y actividades como cálculos, sudokus, manualidades y actividades prácticas relacionadas con la compra, favoreciendo el refuerzo de habilidades cognitivas y el bienestar mental de los asistentes. Las responsables de dicha actividad son Idoya Álvarez y Beatriz Garcés.

ACTIVIDADES EN TARDIENTA:

Organizadas por la Comarca del Sobrarbe, el ayuntamiento de Tardienta, la Universidad de Zaragoza y el grupo de investigación EXER-Genud:

CURSO DE ESPAÑOL: actividad organizada por la Comarca del Sobrarbe a través del programa de Educación para Adultos, destinada a la enseñanza del idioma español. El curso se imparte de forma gratuita en el Centro Cívico y Social de Tardienta, gracias a los fondos europeos. Está dirigido a personas que deseen mejorar su comprensión y expresión en español, ofreciendo un espacio de aprendizaje accesible y adaptado a las necesidades de los participantes, facilitando la inclusión de los migrantes en la comunidad. Responsable: administrativo del ayuntamiento de Tardienta.

ACTIVIDAD FÍSICA EN GIMNASIO MUNICIPAL: el Polideportivo de Tardienta ofrece una variedad de actividades físicas adaptadas a diferentes grupos de edad y necesidades, como Pilates, espalda sana (para la población de más edad), GAP, hipopresivos, crossfit, CYCLing y stretching. Estas actividades están diseñadas para mejorar la salud física, el bienestar y la condición física general de los participantes. Las clases se realizan en el Polideportivo de Tardienta (frente a las piscinas municipales). Persona responsable: administrativo del ayuntamiento de Tardienta.

CLUB DE LECTURA: tiene como objetivo reunir a personas interesadas en compartir su pasión por la lectura en un espacio donde se leerá un libro común, se reflexionará sobre su contenido y comentarán las impresiones de cada uno, todo ello en un ambiente relajado acompañado de un café. Esta actividad gratuita se realiza una vez por semana en la Biblioteca de Tardienta, promoviendo el intercambio de ideas y la lectura en grupo. Responsable: administración del Ayuntamiento de Tardienta.

INICIACIÓN A NUEVAS TECNOLOGÍAS: su objetivo es mejorar el manejo de teléfonos móviles y ordenadores personales entre la población rural, facilitando el acceso a la

Estrategia Atención Comunitaria

tecnología y mejorando las habilidades digitales. Organizado por el Ayuntamiento de Tardienta dentro del Plan del Mayor y financiado por fondos europeos, se ofrece en dos niveles: básico y avanzado. Las clases se imparten durante varios meses (octubre a febrero) en el Centro Cívico y Social de Tardienta, ubicado en la Plaza Luis Montrestruc. Da comienzo en octubre, con sesiones los martes y jueves de 11:00 a 13:00 horas. Consta de 16 sesiones, de las cuales 6 son de nivel básico y 10 de nivel avanzado. La persona responsable es el personal administrativo del ayuntamiento de Tardienta.

PROYECTO RURAL-FRAIL-CHARLAS DE SALUD: este proyecto tiene como objetivo evaluar e intervenir en la capacidad funcional, tanto física como mental, de las personas mayores de 65 años en el ámbito rural. A través de la colaboración con Atención Primaria, se identifican a las personas en estadios de fragilidad o pre-fragilidad, quienes participan en charlas mensuales sobre hábitos de vida saludables durante el envejecimiento. Además, se realizan evaluaciones periódicas de su salud física y mental. La actividad es gratuita para todos los participantes y se lleva a cabo en el municipio, con horarios y lugares específicos a definir. Los responsables del proyecto son Alba Gómez y Ángel Matute. Los colaboradores son el Grupo de investigación Exer-GENUD y la Universidad de Zaragoza. Está financiado por el Ministerio de Ciencia e Innovación, Unión Europea y Agencia Estatal de Investigación.

ACTIVIDADES EN GURREA DE GÁLLEGO:

Organizadas por el Ayuntamiento, la Comarca de la Hoya de Huesca, la asociación de amas de casa de Tardienta, la Universidad de Zaragoza y el grupo de investigación EXER-Genud:

GRUPO DE JOTAS: el Grupo de Jotas, organizado por el Ayuntamiento de Gurrea de Gállego, ofrece clases semanales que permiten a los participantes adentrarse en la rica tradición musical y cultural de la jota aragonesa. En estas sesiones se imparten clases de canto y de instrumentos de cuerda, promoviendo la

Estrategia Atención Comunitaria

práctica y conservación de esta emblemática manifestación folclórica. Las clases se desarrollan de forma continua, brindando a los participantes la oportunidad de mejorar sus habilidades musicales y de integrarse activamente en la vida cultural de la comunidad. La responsable de la coordinación y enseñanza de este grupo es Inés Cadarso Viscasillas.

ESCUELA DE MÚSICA MUNICIPAL: organizada por el Ayuntamiento de Gurrea de Gállego, ofrece clases semanales de 90 minutos centradas en el aprendizaje de lenguaje musical y en la práctica de diversos instrumentos como piano, saxofón, acordeón, entre otros. Además, se brinda la opción de unirse al Grupo Coral "Vía Lata", con sesiones de 3 horas semanales. Las clases de instrumentos y lenguaje musical se desarrollan con el objetivo de fomentar el talento y la pasión por la música, permitiendo a los participantes mejorar sus habilidades musicales de forma progresiva. La persona de contacto y responsable de la actividad es Inés Cadarso Viscasillas.

GRUPO DE LECTURA: el Grupo de Lectura del Ayuntamiento de Gurrea de Gállego, en colaboración con la Comarca de la Hoya, se reúne cada tres semanas para comentar e intercambiar opiniones sobre una obra literaria seleccionada. Las sesiones se realizan en la Biblioteca Municipal, proporcionando un espacio de reflexión y enriquecimiento cultural. La persona responsable de la actividad es Inés Cadarso Viscasillas.

TALLER DE MEMORIA: dicho taller organizado por Cruz Roja y el Ayuntamiento de Gurrea de Gállego, tiene como objetivo ofrecer actividades de estimulación cognitiva para mantener la mente activa. Se lleva a cabo los miércoles por la tarde, y se organiza en dos grupos: uno para personas mayores de 80 años y otro para personas de entre 60 y 80 años. La responsable de la actividad es Inés Cadarso, con la colaboración de Ana Lacueva como monitora. Es necesario ser socio de Cruz Roja para poder participar.

ACTIVIDAD DEPORTIVA: el Ayuntamiento de Gurrea ofrece actividades deportivas para todas

Estrategia Atención Comunitaria

las edades en el Gimnasio Municipal, con sesiones de 2-3 días a la semana. Se imparten clases de K-Stretch, GAP, Spinning, Pilates, Funcional y Zumba, y se dispone de una sala de musculación con supervisión de monitor. Persona de contacto: Hozona.

GRUPO DE MANUALIDADES: la Asociación de Amas de Casa de Gurrea de Gállego organiza un taller de manualidades todos los miércoles, donde los participantes trabajan con diversos materiales para crear manualidades y fomentar las relaciones sociales. La persona de contacto es Begoña Godé.

GRUPO DE PUNTO: la Asociación de Amas de Casa de Gurrea organiza una actividad semanal de punto todos los jueves, donde los participantes aprenden a realizar diferentes puntos de media mientras fomentan las relaciones sociales. La persona de contacto y responsable es Begoña Godé.

ACTIVIDAD DEPORTIVA: la Comarca de la Hoya de Huesca ofrece diversas actividades físicas con el fin de mejorar y mantener el estado físico, la salud y el bienestar emocional. Se imparten 2 sesiones a la semana de gimnasia de mantenimiento y pilates. Las personas de contacto son Aitor Til e Ismael Fernández (Técnico de la comarca).

ACTIVIDAD DEPORTIVA PARA MAYORES: la Comarca de la Hoya organiza actividades físicas dirigidas a personas mayores de 70 años, con el objetivo de mejorar y mantener el estado físico, la salud y el bienestar emocional. Se ofrecen dos programas diferenciados: el Programa de animación para la 3ª edad, destinado a personas mayores de 80 años, que cuenta con dos sesiones semanales de forma gratuita, y el programa de Gerontogimnasia, dirigido a personas entre 70 y 80 años sin problemas de movilidad, con dos sesiones semanales. Responsables: Aitor Til e Ismael Fernández.

PROGRAMA DE ANIMACIÓN TERCERA EDAD: dicho programa está organizado por la Comarca de la Hoya, está dirigido a personas mayores de 80 años y aquellos con problemas de movilidad. El objetivo principal es incentivar a los participantes a realizar ejercicios y movimientos

Estrategia Atención Comunitaria

que favorezcan su bienestar físico y emocional. Las sesiones se llevan a cabo dos veces por semana, los lunes y viernes, promoviendo una participación activa y saludable en la comunidad. La persona responsable es Aitor Til.

PROYECTO RURAL-FRAIL: PROGRAMA DE EJERCICIO: dicho proyecto se desarrolla por el grupo Exer-GENUD de la Universidad de Zaragoza, busca mejorar la capacidad funcional física y mental de personas mayores de 65 años en el ámbito rural. A través de un programa de ejercicio físico y actividades cognitivas, tanto presenciales como video-asistenciales, se interviene en personas en estadios de fragilidad o pre-fragilidad. El proyecto tiene una duración de un año, con sesiones presenciales durante tres meses, seguidas de un descanso de dos meses y un mes de ejercicio video asistencial, repitiéndose el ciclo tres veces. Las sesiones, gratuitas, se realizan 3 veces por semana en horario de mañana, en grupos y en las instalaciones del municipio. Las personas de contacto de dicho proyecto son Alba Gómez y Ángel Matute.

ACTIVIDADES EN LA PAÚL:

Organizadas por la comarca de la Hoya de Huesca.

GIMNASIA DE MAYORES: la Comarca de la Hoya organiza una actividad de gimnasia de mantenimiento dirigida a personas mayores, con el objetivo de mejorar y mantener el estado físico, la salud y el bienestar emocional. Las sesiones se desarrollan los lunes y jueves en el pabellón multiusos de La Paúl. La persona de contacto es Aitor Til.

ACTIVIDADES EN VALSALADA: Organizadas por la comarca de la Hoya de Huesca.

YOGA-VALSALADA: organizada por la Comarca de la Hoya de Huesca es una disciplina que ofrece múltiples beneficios tanto para la salud física como mental, ya que ayuda a mejorar la calidad del sueño, fortalece huesos y músculos, aumenta la flexibilidad, alivia dolores crónicos y posturales, y reduce el estrés, convirtiéndose en una excelente terapia contra el envejecimiento, las sesiones se realizan los viernes de 19:00 a

Estrategia Atención Comunitaria

20:30 h desde octubre hasta junio en el Salón Social de Valsalada, esta actividad se realiza a la semana y no es gratuita. La persona responsable de la misma es Ismael Fernández.

ACTIVIDADES EN ARTASONA DEL LLANO: Organizadas por la comarca de la Hoya de Huesca.

YOGA-ARTASONA: actividad organizada por la Comarca de la Hoya de Huesca. El yoga es una disciplina que ofrece numerosos beneficios tanto para la salud física como mental, cómo mejorar la calidad del sueño, fortalecer huesos y músculos, aumentar la flexibilidad y aliviar dolores crónicos y posturales, además de reducir el estrés, convirtiéndose en una excelente terapia contra el envejecimiento. Las sesiones se realizan los jueves de 19:00 a 20:30 horas en el Salón Social de Artasona del Llano, con una frecuencia semanal. El responsable de dicha actividad es Ismael Fernández.

ACTIVIDADES EN SAN JORGE:

Organizadas por la comarca de la Hoya de Huesca.

ESPALDA SANA-SAN JORGE: organizada por la Comarca de la Hoya de Huesca, es una actividad dirigida a mejorar la salud postural y prevenir molestias musculares. Su enfoque está en fortalecer la espalda, aumentar la flexibilidad, corregir la postura y reducir dolores crónicos y tensiones acumuladas, al mismo tiempo que contribuye al bienestar general al aliviar el estrés y mejorar la movilidad. Las sesiones se realizan los martes y jueves de 20:00 a 21:00 horas, en el Salón Social de San Jorge, de octubre a junio. El responsable de dicha actividad es Ismael Fernández.

TALLER DE MEMORIA-SAN JORGE: organizado por la Comarca de la Hoya de Huesca, se lleva a cabo los jueves de 15:30 a 17:30 h en el local social. Este taller está dirigido a personas mayores con el objetivo de fortalecer y mejorar sus habilidades cognitivas, favoreciendo la autonomía e independencia. Además, contribuye a ralentizar el deterioro cognitivo y prevenir patologías como el Alzheimer o el Parkinson. Las actividades incluyen lectura,

Estrategia Atención Comunitaria

escritura, ejercicios de motricidad, juegos de mesa y tareas artísticas. El taller es gratuito y se realizará del 1 de octubre de 2024 al 31 de mayo de 2025. Persona responsable de la actividad: Paula Lasierra Monclús.

YOGA-SAN JORGE: Está organizado por la Comarca de la Hoya de Huesca, se realiza los lunes de 17:00 a 18:30 horas y los miércoles de 19:00 a 20:30 horas en el salón social del pueblo. Esta disciplina ofrece múltiples beneficios para la salud física y mental, como la mejora de la calidad del sueño, el fortalecimiento de huesos y músculos, el aumento de la flexibilidad y el alivio de dolores crónicos y posturales. Además, contribuye a reducir el estrés y combate los efectos del envejecimiento. Para más información sobre el precio del activo, se debe consultar directamente con la Comarca.

ACTIVIDADES EN ALMUDÉVAR:

Organizadas por la comarca de la Hoya de Huesca, la asociación de amas de casa y la Cruz Roja:

TALLER DE INGLÉS-ALMUDÉVAR: organizado por el Ayuntamiento de Almodóvar, se realiza los martes de 18:00 a 20:00 horas en el centro municipal. Este taller ofrece a los participantes la oportunidad de mejorar sus habilidades lingüísticas en inglés, enfocándose en ampliar el vocabulario, mejorar la comprensión y la expresión oral. Los beneficios incluyen el desarrollo de la comunicación en inglés, la mejora de las oportunidades laborales y el fortalecimiento de la confianza en interacciones internacionales. Además, fomenta el aprendizaje continuo y crecimiento personal. Para más información sobre éste, se debe consultar con el Ayuntamiento de Almodóvar.

CLUB DE LECTURA-ALMUDÉVAR: organizado por la Comarca de la Hoya de Huesca, es un espacio para la reflexión y el aprendizaje a través de la lectura y la expresión literaria. Las sesiones, de 120 minutos cada 3 semanas, se realizan en la biblioteca pública municipal de Almodóvar. Está dirigido a la población adulta, la actividad no es

Estrategia Atención Comunitaria

gratuita y se desarrollará desde el 1 de octubre de 2024 hasta el 31 de mayo de 2025.

GIMNASIA I Y II: organizadas por la Asociación de Amas de Casa y el Ayuntamiento de Almudévar, están enfocadas en la práctica de ejercicio físico para mantener un buen estado físico y mental, además de fomentar la socialización. Las sesiones se realizan en la Plaza España nº3 de Almudévar, con Gimnasia I de 16:00 a 17:00 horas y Gimnasia II de 17:00 a 18:00 horas, una vez a la semana. La actividad está dirigida a la población adulta (mayores de 14 años), sin restricción de género, conlleva coste pero reducido.

COSTURA: dicha actividad está enfocada en que los participantes aprendan a confeccionar su propia ropa. Se organiza por la Asociación de Amas de Casa y el Ayuntamiento de Almudévar, se realiza los viernes de 16:00 a 18:00 horas en la Plaza España nº3, Almudévar. Está dirigida a la población adulta sin restricción de género.

MANEJO DE DISPOSITIVOS: actividad enfocada en enseñar a los participantes a sacar el mejor rendimiento a sus teléfonos móviles. Organizada por la Asociación de Amas de Casa y el Ayuntamiento de Almudévar, se realiza los martes de 11:00 a 13:00 horas en Almudévar. Está dirigida principalmente a mujeres de la población general.

BAILE: actividad para personas que disfrutan del baile como forma de ejercicio y socialización. Organizada por la Asociación de Amas de Casa y el Ayuntamiento de Almudévar, se realiza una vez a la semana, dirigida principalmente a mujeres. **YOGA:** actividad para introducirse en la disciplina tradicional espiritual, enfocada en mejorar el estado físico y mental. Organizada por la Asociación de Amas de Casa y el Ayuntamiento de Almudévar, 1 día por semana, está dirigida principalmente a mujeres.

BORDADO EN TUL, VAINICA, ENCAJE O MACRAMÉ: actividad de iniciación al bordado, encaje de bolillos y macramé. Organizada por la Asociación de Amas de Casa y el Ayuntamiento de Almudévar, impartida 1 día por semana, destinada a las mujeres.

Estrategia Atención Comunitaria

TALLER DE MEMORIA: talleres de estimulación de la memoria para personas mayores, organizados por la Comarca de la Hoya de Huesca, enfocados en fortalecer habilidades cognitivas y prevenir el deterioro asociado a la edad. Se realizan los martes en la localidad de Almudévar. Estos talleres promueven la autonomía y son gratuitos.

ENCUENTROS RELAJANTES-CRUZ ROJA: actividad dentro del proyecto “Red Social para Personas Mayores: Enred@te”, enfocada en reducir el sentimiento de soledad y el aislamiento involuntario. Se realizan ejercicios de respiración, relajación y actividad física suave. Organizado por Cruz Roja Hoya de Huesca, se realiza un día por semana. Es una actividad gratuita y está dirigida a la población general. Su contacto es Ana Cueva.

TALLER DE MEMORIA-CRUZ ROJA: actividad dirigida a mejorar las funciones cognitivas en personas mayores de 65 años, ralentizando el deterioro cognitivo y promoviendo la autonomía en las actividades diarias. Además, se busca fortalecer la autoestima y reducir el estrés, mejorando así la calidad de vida de los participantes y sus familias. Organizado por Cruz Roja, se realiza 1 día por semana. Está organizada por Ana Cueva.

¿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 Centro de Salud de Almudévar establece una colaboración activa y continua con diversas entidades y asociaciones locales, tanto a nivel institucional como comunitario, con el objetivo de mejorar la salud y el bienestar de la población. En el ámbito social y comunitario, el centro de salud trabaja estrechamente con entidades como la Comarca del Sobrarbe, el ayuntamiento y diversos grupos de investigación como Exer-Genud y la Universidad

Estrategia Atención Comunitaria

de Zaragoza en localidades como Tardienta y Gurrea de Gállego.

En Almudévar, se colabora también con la asociación de amas de casa y la Cruz Roja, lo que facilita la recomendación de activos para la salud desde las consultas. Grado de colaboración: c.

En el ámbito sociosanitario, se han impartido talleres formativos dirigidos a los profesionales de las residencias de tercera edad, como las de Almudévar (Santo Domingo y Jaime Dena) y la residencia sociosanitaria de Gurrea de Gállego, con el objetivo de mejorar los cuidados y el manejo de pacientes institucionalizados. Grado de colaboración: c.

En cuanto al Consejo de Salud, este se reúne anualmente para abordar e impulsar iniciativas relacionadas con la salud comunitaria. El Centro de Salud participa activamente, representado por varios de sus profesionales, como Estela López Pano (Coordinadora Enfermería del EAP del CS Almudévar), José Manuel Rivarés (MAP del CS Almudévar y secretario del Consejo) y Beatriz Bardají Ruiz (MAP, CS Almudévar). Grado de colaboración: b.

En el ámbito educativo, el centro mantiene una colaboración destacada con el CEIP Santos Samper Sarasa y el IES Pirámide, facilitando acciones conjuntas en materia de salud, especialmente en promoción y prevención. Se han implementado iniciativas como el programa "Compartiendo movimiento" en el CEIP Santos Samper Sarasa, y se plantean acciones formativas en RCP y DEA para el profesorado del IES Pirámide. Además, se solicita demanda formativa por parte de los alumnos del IES de Almudévar. Grado de colaboración: d.

Por último, el Centro de Salud mantiene relaciones con diversas asociaciones y grupos locales, como la Asociación de Amas de Casa de Gurrea, Almudévar, y la Junta de Vecinos de Valsalada, participando activamente en diversas actividades comunitarias que fomentan la salud en la población local. Grado de colaboración: c.

En el Consejo de Salud, los profesionales representantes del Centro de Salud de Almudévar establecen contacto con diversas

Estrategia Atención Comunitaria

entidades implicadas en la mejora de la salud de la población de la ZBS, como veterinarios, servicios de trabajo social de la localidad de Tardienta, la AMYPA, farmacéuticos, alcaldes de los municipios, representantes sindicales, entre otros organismos.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El servicio de atención comunitaria del EAP de Almudévar está compuesto por un grupo multidisciplinario de profesionales de la salud, principalmente médicos y enfermeras, cuya estructura ha ido adaptándose a los cambios derivados de la movilidad y los traslados de los integrantes.

Actualmente, el Grupo de Atención Comunitaria está conformado por los siguientes profesionales sanitarios:

Alba Simón Melchor – Responsable de Atención Comunitaria del EAP.

Estela María López Pano – Coordinadora de Enfermería, CS Almudévar.

Ana Cristina Ramón Somada – EAC, CS Almudévar.

Ana Elisa Aliod Latorre – EAP, CS Almudévar.

María Isabel Visa González – EAP, CS Almudévar.

José Luis Viela Villar – EAP, CS Almudévar.

María Carmen Campos Avellana – EAP, CS Almudévar.

Beatriz Bardají Ruiz – MAP, CS Almudévar.

Marina Sarasa Olano – EAP, CS Almudévar.

El equipo de atención comunitaria está en constante disposición para incorporar nuevos profesionales, lo que permite no solo adaptar la estructura del grupo a las necesidades de la comunidad, sino también potenciar la realización de proyectos multidisciplinarios con un mayor alcance y mejores resultados para la población.

Objetivos para el año 2025:

Durante el año 2025, el grupo de atención comunitaria tiene como objetivo llevar a cabo reuniones mensuales o bimensuales con el fin de abordar diversas actividades esenciales para

Estrategia Atención Comunitaria

el desarrollo de su labor. Entre los principales objetivos se incluyen: Renovar y actualizar la agenda comunitaria. Evaluar y mejorar la recomendación de activos de salud. Diseñar y hacer seguimiento de proyectos de mejora. Elaborar la memoria para el Consejo de Salud. Revisar el reglamento interno del Consejo de Salud. Fortalecer los lazos y redes de apoyo en materia de salud con la comunidad. Formar a los profesionales del EAP en aspectos asociados a la Estrategia de Atención Comunitaria de Aragón. Cumplir con el contrato de gestión en materia de atención comunitaria. Establecer contactos con entidades de la ZBS que realizan acciones en torno a la salud. Comunicación dentro del EAP y con el Consejo de Salud: el Grupo de Atención Comunitaria mantiene una comunicación fluida mediante el correo electrónico corporativo almudevar.comunitaria@salud.aragon.es. A través de este canal se comparten formaciones, convocatorias y se coordina la ejecución de proyectos comunitarios alineados con el AGC. Además, se programan reuniones mensuales o bimensuales según las necesidades. Tras cada encuentro, se elabora un acta y se proponen fechas para las próximas reuniones. Las reuniones se realizan, según disponibilidad, tanto a primera hora de la mañana como a última hora, para no interferir con la actividad asistencial de los miembros del grupo. La programación de las reuniones se coordina previamente mediante una votación en WhatsApp.

Consejo de Salud: el Consejo de Salud, que se reúne anualmente para abordar e impulsar iniciativas relacionadas con la salud en la comunidad, ha contado con la representación del Centro de Salud de Almudévar en sus tres últimas reuniones. Los profesionales del Centro de Salud que han participado en el consejo han sido: María Isabel Visa González (EAP, CS Almudévar). José Manuel Rivarés (MAP, CS Almudévar y secretario del Consejo). Belén Lafragueta (MAP, CS Almudévar). Beatriz Bardají Ruiz (MAP, CS Almudévar).

Observaciones y sugerencias: la apertura continua para incorporar nuevos miembros al

Estrategia Atención Comunitaria

Grupo de Atención Comunitaria favorece la expansión de la cobertura y la mejora la ejecución de proyectos comunitarios actuales y futuros. La comunicación eficiente, tanto a través del correo corporativo como mediante el uso de grupos de mensajería, facilita la coordinación interna y la implementación de acciones comunitarias. Esta estructura organizativa garantiza una respuesta integral y eficiente a las necesidades de la comunidad, con un enfoque multidisciplinario que asegura la calidad y efectividad de los proyectos de salud 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 de Almodóvar abarca una población de 4.456 habitantes, distribuida en 10 núcleos poblacionales en las comarcas de La Hoya de Huesca y Monegros: Alcalá de Gurrea, Artasona del Llano, Valsalada, Tardienta, Torralba de Aragón, Gurrea de Gállego, La Paúl, San Jorge y Almodóvar.

Características demográficas y sociales: la edad media de la población se encuentra entre los 40 y 59 años, con un notable envejecimiento demográfico. En el caso de las mujeres, el 31,9 % supera los 65 años, y el 9,8 % tiene más de 85 años, cifras superiores a la media de Aragón. En los hombres, el 26,1 % son mayores de 65 años y el 5,1 % mayores de 85 años.

Mortalidad y morbilidad: la ZBS presenta una Tasa Bruta de Mortalidad del 11,4 %. Entre los hombres, las principales causas de muerte son los tumores y las enfermedades del sistema circulatorio, destacando especialmente las patologías digestivas y la neoplasia colorrectal, que presentan tasas brutas de mortalidad elevadas (1,69 y 1,27 por cada 1.000 habitantes, respectivamente), muy por encima de la media aragonesa. En las mujeres, predominan las enfermedades cardiovasculares como la principal causa de mortalidad, seguidas de las enfermedades oncológicas. La tasa de mortalidad femenina por neoplasia colorrectal es de 0,45 por cada 1.000 habitantes, también superior a la media de Aragón. Respecto a las morbilidades, destacan la Diabetes Mellitus (DM), accidentes cerebrovasculares (ACV) y la Enfermedad Renal Crónica (ERC), que presentan tasas más altas que en otras zonas de la comarca. En contraste, la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) tiene una baja incidencia. Al desglosar por sexo, se observa que en los hombres predominan las enfermedades metabólicas y cardiovasculares,

Estrategia Atención Comunitaria

como la DM (128,36 por 1.000), la hipertensión arterial (256,26) y la ERC (82,39). En las mujeres, las patologías osteoarticulares y neuropsiquiátricas son más frecuentes, como la artrosis (139,27), la osteoporosis (130,45), la depresión (149,95) y la demencia (46,89), todas con tasas más altas que en los varones. Una de las principales razones de la alta tasa de DM en la zona podría ser el elevado índice de sobrepeso y obesidad, asociado a un estilo de vida sedentario y una dieta poco saludable. La diabetes, si no se controla adecuadamente, puede desencadenar complicaciones graves como ACV y ERC. Es fundamental implementar estrategias para promover un estilo de vida saludable, que incluya una dieta equilibrada y la práctica regular de ejercicio físico, con el objetivo de reducir la prevalencia de la diabetes y disminuir el riesgo de sus complicaciones.

Condiciones socioeconómicas: el Índice de Privación de la ZBS de Almudévar, con un valor de -0,79 (2011), indica una situación socioeconómica favorable. Este valor negativo refleja menores niveles de desventaja social, lo que sugiere que la población disfruta de mejores condiciones sociales y económicas, lo que a su vez puede impactar positivamente en la salud y el acceso a servicios.

Intervenciones comunitarias y prioridades en salud: en el último acuerdo de gestión clínica (AGC) de 2025, una de las líneas prioritarias para el departamento es la atención comunitaria. En este contexto, se priorizan actividades formativas sobre la estrategia de atención comunitaria, incluyendo la formación de personal en residencias sociosanitarias y el trabajo en activos de salud. Esta actualización es clave para abordar de manera integral las necesidades de la población. En el próximo Consejo de Salud, los representantes del centro de salud solicitarán a las entidades participantes que expongan las necesidades de salud que perciben en la población, con el fin de abordar estas cuestiones desde una perspectiva global.

ELABORACIÓN DEL MAPA DE ACTIVOS

¿El EAP considera conveniente promover una identificación

Elaboración del mapa de activos de la Zona Básica de Salud: durante el año 2024, el Grupo de Atención

Estrategia Atención Comunitaria

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?

Comunitaria del Centro de Salud de Almudévar llevó a cabo la revisión y actualización de todos los activos de salud en la Zona Básica de Salud (ZBS) de Almudévar, que abarca las localidades de Almudévar, Tardienta, La Paúl, Gurrea de Gállego, Alcalá de Gurrea, San Jorge, Artasona y Valsalada. Para ello, se contactó con los responsables de cada activo y se diseñó un documento detallado que incluye datos sobre su ubicación, entidad organizadora, precio, duración, horario, población diana, inscripción, objetivos, entre otros aspectos importantes.

Con miras a 2025: se prevé la implementación de sesiones formativas dirigidas a todos los profesionales del EAP de Almudévar con el fin de fomentar la recomendación activa de estos activos de salud en las consultas en base a los datos de recomendaciones de activos del 2024. Además, se intentarán evaluar los activos recomendados con objeto de conocer su efectividad. Además, el grupo de comunitaria continuará manteniendo comunicación con las entidades organizadoras para asegurar la actualización de las futuras ediciones de estos recursos. En este sentido, en 2024 se realizó un ACTIMECUM, una guía que recogía todos los activos de salud de la ZBS de Almudévar, la cual está disponible para su consulta por parte de todos los profesionales del EAP, facilitando así su recomendación a la población. Se realizarán actualizaciones de este.

Adicionalmente, se prevé realizar un seguimiento y evaluación de los activos recomendados desde las consultas del centro de salud, para valorar su efectividad en la promoción de la salud.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

La recomendación de activos de salud en el Centro de Salud de Almudévar se lleva a cabo de manera diversa, tanto desde las consultas de Atención Primaria como desde la Atención Continuada. Para optimizar este proceso, se ha planificado una sesión formativa dirigida a los miembros del Grupo de Atención Comunitaria y a los profesionales del EAP interesados en el tema. Durante esta sesión, se abordará la oferta de activos disponibles, la

Estrategia Atención Comunitaria

importancia de su registro y seguimiento, y la necesidad de realizar actualizaciones de la Agenda Comunitaria.

Esquemas formales y no formales de recomendación de activos: en línea con el objetivo previo, se propone que los miembros del Grupo de Atención Comunitaria, en su labor asistencial en los distintos consultorios (Alcalá, Gurrea, Tardienta, etc.), realicen revisiones periódicas de los activos de salud disponibles en sus respectivas zonas. Si se incorpora un nuevo activo, se informará al resto del grupo para su conocimiento y, posteriormente, se recomendará a aquellos pacientes que puedan beneficiarse de él.

Análisis de las recomendaciones de activos realizadas años previos desde el CS de Almudévar:

Durante el año 2024, el Centro de Salud de Almudévar realizó 164 recomendaciones de activos. De estas, 150 fueron prescritas por enfermería, 13 por medicina y 1 por trabajo social. La edad media de los pacientes que recibieron una recomendación de activos fue de 70,15 años. De las recomendaciones realizadas, 80 estuvieron ligadas con un diagnóstico específico, mientras que 84 se indicaron como parte de actividades preventivas, sin diagnóstico concreto. En cuanto a la finalidad de los activos recomendados, se distribuyeron de la siguiente manera: 143 estaban relacionados con la actividad física. 92 promueven habilidades relacionales y sociales. 87 fomentaban el desarrollo de habilidades emocionales. 79 potenciaban habilidades cognitivas. 64 se enfocan en el autocuidado.

Los profesionales del EAP que participaron en la recomendación de activos fueron: María Carmen Campos Avellana (EAP, CS Almudévar). Estela María López Pano (EAP, CS Almudévar). Felicidad Sus Domeque (EAP, CS Almudévar). Beatriz Bardají Ruiz (MAP, CS Almudévar). María del Mar Sánchez Navales (EAP, CS Almudévar).

Respecto al seguimiento de las recomendaciones, solo 66 de los 164 activos recomendados fueron evaluados. La mayoría de los pacientes acudió de manera regular, con únicamente 4 pacientes que no asistieron a las citas de seguimiento. En cuanto al grado de satisfacción y mejoría, la mayoría de los pacientes que recibieron la recomendación de

Estrategia Atención Comunitaria

activos otorgó la puntuación máxima (5), lo que respalda la eficacia de las prescripciones realizadas. Por **localidades**, la mayor cantidad de recomendaciones de activos se realizó en Gurrea de Gállego, seguida de Alcalá de Gurrea, Tardienta, Valsalada y Almudévar.

Propuestas de mejora en la recomendación de activos: A partir de los resultados obtenidos en 2024, el Grupo de Comunitaria plantea las siguientes acciones para optimizar la recomendación de activos en la ZBS de Almudévar para el año 2025: Vincular cada activo a un diagnóstico cuando sea posible, evitando su asociación genérica a actividades preventivas. Programar citas de seguimiento con los pacientes tras la recomendación de un activo para evaluar su cumplimiento, satisfacción y grado de mejoría. Promocionar la prescripción de activos entre los profesionales de medicina y enfermería para aumentar su uso en consulta. Fomentar la recomendación de activos en Almudévar, ya que presenta un menor volumen de prescripciones en comparación con otras localidades de la ZBS que a pesar de tener menor población se prescriben muchos más activos entre sus pacientes. Estas propuestas tienen como objetivo mejorar la cobertura y la efectividad de las recomendaciones de activos en la ZBS de Almudévar, promoviendo un enfoque integral y personalizado que beneficie tanto a los pacientes como a la comunidad en general.