

Estrategia Atención Comunitaria

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD DE VILLEL

Sector Sanitario	Teruel
Nombre del Equipo de Atención Primaria	CS VILLEL
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

Con anterioridad a la pandemia, se realizaron distintos proyectos en el CS de Villel:

➤ **Intervención de enfermería para mejorar la cobertura analítica de pacientes inmovilizados o limitados** para desplazarse de las poblaciones rurales y despobladas de la zona de salud de Villel (Pilar García).

➤ **Uso del desfibrilador externo automático (DEA)** por la población del Centro de Salud de Villel.

➤ **Potenciación del empleo de la vía subcutánea en Atención Continuada de Atención Primaria.**

En cuanto al proyecto del uso del DEA, se realizó un pequeño taller sobre manejo del desfibrilador automático en la población de Riodeva, impartido por Jorge Miguel, puesto que es esencial el conocimiento y atención de la cadena de supervivencia ante la situación de parada cardiorrespiratoria (PCR). Por ello, es de suma importancia el adiestramiento del ciudadano de a pie.

Respecto al proyecto del uso de la vía subcutánea, se hizo una sesión clínica en el CS de la utilidad muy interesante del uso de esta

Estrategia Atención Comunitaria

vía, impartida por el responsable del proyecto, Carlos Matamala.

Durante esta primavera, tenemos previstas distintas **actividades de promoción de la salud en diversos ámbitos rurales:**

1. Taller en el aula con niños y docentes.

Realizaremos un taller antes de concluir el curso escolar relacionado con el uso del protector solar, cuidados de la piel y protección ocular. Tras la vuelta de vacaciones, retomaremos actividades de prevención de accidentes y situaciones de urgencia más comunes que pueden darse en el aula, para que los docentes puedan actuar con la mayor dresteza ante esta posibilidad.

2. La asociación de mujeres de Cubla (Enraizadas) nos ha propuesto dar varias charlas sobre igualdad y primeros auxilios, que serán impartidas próximamente según calendarios.

3. Comenzaremos a realizar talleres prácticos en los municipios sobre uso de DEA y RCP básica entre la población, debido a la importancia del buen uso del mismo y una RCP eficaz, ya que este CS posee una gran dispersión geográfica y algunas de las poblaciones distan más de una hora del Centro.

En Abril 2025 realizamos en la población de Valacloche un taller práctico de SVBásico y manejo del DEA. Para ello hicimos con muñeco, cedido por Unidad Docente, prácticas de RCP y manejo del DEA, así como Primeros Auxilios. El taller fue desarrollado por la enfermera Ana Segura Lara y el médico José Flores Flores.

La población salió satisfecha y quedamos con ellos en que pensarían nuevos talleres para aprender y aplicar nuevos conocimientos en distintas situaciones

4. Propondremos en el próximo **Consejo de Salud** nuevos temas relacionados con la salud de interés a la población, para mejorar la intervención y la participación ciudadanas en salud.

5. La matrona de esta ZBS, por su parte, realiza **clases de preparación al parto y la lactancia**. También hace entrevistas sobre problemas de salud relacionados con el suelo pélvico. Se imparten clases individualizadas, por respeto a la paciente.

6. En este CS se ha creado una **consulta monográfica para ayudar en la realización de la Planificación Anticipada de Decisiones y ayudar a redactar el Documento de Voluntades Anticipadas**, que está funcionando desde principios de 2022. También se pretende crear una **consulta monográfica sobre Bienestar Emocional** tras la formación del personal, ya que es un tema del que considera el equipo que podría beneficiarse la población, dado que en la situación actual en la que nos encontramos vemos aumento de ansiedad, insomnio, depresión y malestar psíquico. Esta consulta sería útil por la agilidad e inmediatez de la atención que desde un CS y con profesionales cercanos se podría prestar al bienestar emocional de la población

¿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

Nuestra ZBS tiene una orografía muy diversa y en muchas ocasiones las comunicaciones son muy deficientes. Esto, unido al envejecimiento de la población, hace que las actividades culturales y sociales en los núcleos de población sean especialmente importantes para sus vecinos.

El CS está ubicado en Vilhel y, como puede verse, tiene una gran dispersión en su ZBS, que es además limítrofe con Cuenca y Valencia. Algunos de los pueblos forman parte de la Comarca de Teruel: Cubla, El Cuervo, Riodeva, Tormón, Tramacastiel, Valacloche, Veguillas de la Sierra, Villastar, Vilhel, Libros y Alobras. Camarena de la Sierra forma parte de la Comarca Gúdar-Javalambre.

Ambas comarcas disponen de página web, en la que se oferta a la población una cartera de actividades y noticias de actualidad sobre sus zonas. Desde éstas se organizan talleres de memoria, talleres de esparto, jornadas micológicas, etc y colonias comarcales anuales en El Cuervo, que posee además un albergue. La ZBS posee gran riqueza natural y está bañada por varios ríos por lo que cuenta con numerosas rutas senderistas y ciclistas de interés turístico-cultural y muchas fuentes importantes.

Entre estos senderos podemos destacar:

- Ruta de El Control y Sendero del río Tramacastiel. - Amanaderos de Riodeva.
- Ruta BTT de Comarca, que engloba los municipios de Riodeva-Libros-Tramacastiel, para senderismo y ciclismo.
- La Ruta de los Estrechos del Río Ebrón, entre El Cuervo y Tormón.

En los alrededores de Tormón también son muy interesantes los senderos con abrigos que poseen pinturas rupestres en las zonas de rodado (que es paisaje protegido). - En Libros se encuentra la Vía Ferrata (Grajera) y vías de escalada en la Peña El Cid.

- Otro municipio a destacar es Riodeva, por su interés paleontológico. Cuenta con una sede de Dinópolis, TITANIA, dedicada a las huellas que el *Turiasaurus Riodevensis* dejó en la zona.
- También en Riodeva se encuentra el Centro de interpretación del Río Eva y los Amanaderos.
- La Titánica Riodeva (MTB) es una prueba ciclista de referencia y encuentro de los amantes de este deporte. - Camarena de la Sierra, que pertenece a la Comarca Gúdar

-Javalambre, goza de un paisaje de alta montaña con visita obligada al pico Javalambre y sus alrededores, donde encontramos la vegetación de piel de pantera. Se lo conoce como el pueblo de las 100 fuentes, por la abundancia de este recurso en su término.

- Camarena posee también un Balneario, en un entorno idílico para realizar senderismo y, debido a las características de sus aguas, se obtienen beneficios relacionados con enfermedades del tracto urinario, hígado y riñón, así como afecciones de la piel (eccemas, hongos) y enfermedades reumáticas y artritis, entre otras. En Javalambre se ubican las pistas de esquí de ARAMÓN, con una cota máxima de 2000 metros divididas en 2 zonas (Lapiaz y Sabina), con 15 kms esquiabiles repartidos en 14 pistas.

- En Tramacastiel se encuentra la fuente Nublica, de la que mana agua con los colores espectaculares del rodano.

- En Alobras encontramos también numerosos senderos, donde podemos admirar el Pino Ramudo y el Quejico centenario en el Prao del Ontanar.

- De Veguillas de la Sierra destacaremos la Cruz de los Tres Reinos, divisoria entre los antiguos reinos de Aragón, Valencia (Rincón de Ademuz) y Castilla (provincia de Cuenca).

- Importante destacar también la romería a la Fuensanta de Villel, que aúna a casi todos los pueblos de la zona en una peregrinación anual. En casi todos los pueblos encontramos piscina municipal, pistas de deporte, zona de máquinas para ejercicios, numerosos merenderos y frontón. También hay asociaciones de mujeres, de teatro, deportivas y otras, cuyo cometido es cuidar y dar a conocer el gran patrimonio cultural que existe en esta zona

¿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

En estos momentos, la relación con las entidades de la zona es puntual y de colaboración para algunas actividades.

Está previsto próximamente convocar reunión del Consejo de Salud para tratar temas de interés sobre salud en la población. Sobre estas inquietudes se efectuarán talleres y otras actividades en colaboración con la comunidad.

En reunión con el **Consejo de Salud** en Mayo de 2025 se pudo obtener información para la integración de la población y mejorar las relaciones en estos pueblos tan poco habitados:

En Veguillas, Asociación Cultural de Veguillas, donde se reúnen sobretodo en verano y hacen actividades en las que puede participar todo el pueblo.

En Cubla, Asociación Enraizadas de Cubla. Se ubican en un local social perteneciente al Ayuntamiento donde hacen gimnasia y yoga. También puede participar todo el pueblo.

En Cascante del Rio no hay ninguna Asociación.

En Camarena habia dos Asociaciones, Asociación Cultural Acapimur, donde hacen manualidades varias, y la Asociación de Jubilados, donde se reunían en una sala del Ayuntamiento para jugar al guiñote. En este momento no están en activo ninguna de las dos.

En Villastar: Es la población más habitada y donde más asociaciones nos encontramos, en las que puede participar tambien todo el que quiera.

Asociación Cultural Bellstar

Asociación Cultural La Montaña Escrita

Asociación Cultural Amas de Casa

Asociación Cultural Cantaritos

Estrategia Atención Comunitaria

Asociación Cultural del Baile del Chuzo y la Bandera.

En Riodeva: Asociación El Sagato. Organizan la prueba ciclista de BBT (bicicleta de montaña) "Titánica de Riodeva", además de organizar las fiestas patronales de la localidad y hacer actividades culturales.

En Mas de la Cabrera, Asociación El Gamellón. Organizan actividades culturales especialmente en fiestas y en Navidad.

En Tramacastiel, Asociación Cultural El Vencejo organizan las fiestas patronales y actividades culturales.

Las farmaceuticas también nos comentan el programa del SPD sufragado por la DGA. Hemos detectado que los pacientes, en general, son bastante reticentes a utilizarlo. Seguiremos insistiendo

Las asociaciones de mujeres, jubilados, ayuntamientos y centros educativos están en contacto permanente con el CS y a través de sus representantes nos transmiten las demandas de sus asociados.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

En este CS se llevan a cabo diversas actividades comunitarias desde hace años, pero es en la reunión de equipo mantenida el día 5 de Abril cuando se constituye el grupo de trabajo de comunitaria del CS de Villel, que lo componen: Responsable de Comunitaria:
Ana María Segura Lara, enfermera del C. S. Villel

Las reuniones de equipo se van a realizar ahora quincenalmente y allí se tratarán temas de organización interna del centro, se propondrán y harán sesiones clínicas y se pondrán en común nuevos proyectos, talleres y charlas o cualquier otro tema que el EAP considere

**CONTENIDO AVANZADO
AGENDA COMUNITARIA**

¿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?

ANÁLISIS DEL CONTEXTO DE LA ZONA

Determinantes demográficos:

En nuestra Zona Básica de Salud tenemos un alto porcentaje de población que está entre los 65 y 85 años, con una vida bastante sedentaria. Algunos de ellos todavía mantienen sus huertos y siguen saliendo al monte en las épocas de caza.

En estos dos o tres últimos años se han instalado varias familias extranjeras que se han adaptado y están trabajando en la zona.

Los más jóvenes, en edad de trabajar, lo están haciendo en empresas cercanas a nuestra zona y suelen volver a sus pueblos para vivir.

La población en nuestros pueblos es escasa, en la mayoría de ellos, sin tiendas de ultramarinos o panaderías. La forma de conectar entre ellos es en el bar, lugar de socialización de muchos pueblos, que normalmente pertenece a los Ayuntamientos.

Determinantes socioeconómicos:

En la zona no hay fábricas ni grandes empresas, únicamente en Villel hay un polígono industrial con 4 o 5 empresas no demasiado grandes. La población al estar tan envejecida tampoco desarrolla un componente de trabajo activo.

Normalmente las viviendas son casas en propiedad de una o dos plantas, y la mayor parte de ellas todavía conservan pequeños huertos.

En algunas de las poblaciones, no en todas desgraciadamente, se mantienen escuelas con un número discreto de niños. Los más mayores van a Teruel con el servicio de autobús presente en la zona.

¿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?

ELABORACIÓN DEL MAPA DE ACTIVOS

Es importante que cada equipo analicemos en qué punto estamos en relación a la actividad comunitaria. En nuestra zona básica de salud, es cierto, que disponemos de pocos activos para poder prescribir, acompañamiento, soledad no deseada, ejercicio, etc. pero si podríamos incidir en consulta o bien de forma individual o colectiva en hábitos saludables, consejos higiénico - dietéticos pero sobretodo, a nivel colectivo por grupos de edad o por patología, convocar a la población haciéndola participe de temas que pueden ser interesantes para ellos. Eso les daría conocimientos, favorecería la capacidad para mantener su salud y facilitaríamos las relaciones interpersonales.

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

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

En nuestras consultas intentamos aprovechar los recursos que disponemos, (son escasos), pero recomendamos caminar por los alrededores, intentar hacerlo acompañados, en las poblaciones donde hay alguna asociación cultural les hablamos de la posibilidad de organizar bailes, que se relacionen con amigos y vecinos, en algunos casos esa relación es escasa.

Intentamos implicar también a las familias para que los mayores estén solos el menor tiempo posible.