

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD DE ALHAMA DE ARAGÓN

Sector Sanitario

Calatayud

Nombre del Equipo de Atención

CS Alhama de Aragón

Primaria

CONTENIDO BÁSICO AGENDA COMUNITARIA

¿Qué actividades realizan los profesionales del centro de salud (medicina, enfermería, matrona, trabajo social,...) además de la consulta individual?

¿El equipo de atención primaria ha participado en intervenciones comunitarias y de desarrollo comunitario de la Zona Básica de Salud?

ACTIVIDADES Y PROYECTOS DEL SERVICIO DE ATENCIÓN COMUNITARIA DEL EAP

1. APOYO A LA LACTANCIA Y CRIANZA EN EL CENTRO DE SALUD.

Es un proyecto elaborado en 2017, destinado a las familias con niños entre 0 y 24 meses de edad con la finalidad de empoderarles en la toma de decisiones. Lo situaríamos dentro de las transiciones vitales.

Continúa activo aunque en los dos últimos años no ha tenido una continuidad estable debido a que la plaza del referente de este proyecto (Pediatría) ha estado sin cubrir en varios períodos de tiempo.

El profesional referente en este proyecto es el pediatra del centro de salud que compartimos con Ateca y Ariza. Vamos a valorar cambiar el referente del proyecto a la figura de la Matrona (plaza más estable, aunque con pocas visitas al centro) y/o nombrar un suplente.

2. TE MUEVES, VEN, CAMINA, DISFRUTA DE TU ENTORNO.

Es un proyecto elaborado en 2018 destinado a adultos de ambos性es y cuyo enfoque principal es fomentar estilos de vida saludables. Los referentes de este proyecto son los enfermeros del centro pero en ocasiones, según disponibilidad de agendas, participa la MAP de Alhama.

3. ACTIVIDAD CON LOS COLEGIOS DE LA ZBS

Todos los años, en colaboración con los profesores, se decide el tema a tratar en los

Estrategia Atención Comunitaria

talleres a realizar, según las necesidades observadas (higiene, primeros auxilios...) y se imparten las charlas con los talleres prácticos oportunos en los diferentes colegios: Alhama de Aragón, Cetina, Ibdes, Jaraba y Nuevalos.

En cada localidad imparten los talleres el Médico y Enfermero de dicha población, ya que aporta a los niños cercanía y así son personas para ellos conocidas en momentos de vulnerabilidad cuando acuden a los centros médicos.

4.EL CENTRO DE SALUD EN REDES SOCIALES

Contamos con redes sociales Facebook e Instagram desde 2023, resultado de un Proyecto de Calidad.

Ellas nos permiten compartir información de salud con la población de la zona en diferentes situaciones: brotes de enf. infecciosas, recomendaciones Ministerio, apertura agendas vacunación etc...

¿Qué iniciativas o proyectos de promoción de la salud se realizan por entidades de la Zona o del entorno?

INICIATIVAS Y PROYECTOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD REALIZADOS POR ENTIDADES DEL ENTORNO

1. SERVICIO DE ESTIMULACIÓN TEMPRANA EN LA GUARDERÍA MUNICIPAL DE ALHAMA DE ARAGÓN "ZAGALINES".

Ofrecen a las familias un servicio que pueda compensar las desigualdades detectadas por la pediatra en las revisiones a partir de los 12 meses hasta los 3 años.

Existe un protocolo de actuación y es un servicio no gratuito pero sin ánimo de lucro.

2. PROYECTO " CONTAMOS TODOS", DEL CP PABLO LUNA DE ALHAMA DE ARAGÓN.

El colegio forma parte de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud. Trabajan la salud emocional y la convivencia

¿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

Se envió una carta de presentación por correo electrónico a los ayuntamientos y colegios de la zona de salud, explicando brevemente la Estrategia de Salud Comunitaria en Aragón y nuestra disponibilidad a la hora de colaborar en proyectos nuevos que surjan y en antiguos que no conocemos.

Hay colaboración por parte del servicio de pediatría con la guardería municipal, como queda reflejado en el apartado anterior.

Ha habido comunicación con el CP Pablo Luna, donde nos han explicado que forman parte de la Red de Escuelas promotoras de Salud y que nos tomarán en cuenta para realizar alguna actividad conjunta con el centro de salud.

Como implementación de un Proyecto de Calidad de 2022, el centro de salud dispone de Redes Sociales (Facebook e Instagram), a través de las cuales se avisa a la población general de charlas, apertura de agendas vacunación, e información general sobre salud.

En septiembre se iniciaron los contactos con las entidades y asociaciones de la ZBS para la puesta en marcha del Consejo de Salud de Zona. Tras la reunión oficial (previa comunicación por carta), el 25 de nov de 2024 de firma acta de constitución del mismo con Ramón Duce Maestro como Presidente del mismo. Durante el 2025 se han mantenido las reuniones oportunas.

¿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 se creó en el año 2016.

Desde 2024 contamos con Consejo de Salud de Zona.

Miembros del EQUIPO de ATENCIÓN COMUNITARIA (a fecha de esta actualización):

Teresa Pérez-Caballero Sánchez. Enfermera.

Emmanuel Funes Navarro. Enfermero.

Pilar Pardo Hernández. Enfermera.

Rosa Júdez Joven. Enfermera.

Guillermo Embid Sáez. Enfermero

Mar Milla Pérez. MAP

Natalia Ramírez Domínguez. MAC

Pedro Isarre García de Jalon. MAP

Pilar Notivol Rubio. MAP

Raúl Herrero Longás. MAP

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

El Centro de Salud de Alhama de Aragón es un centro rural del Sector de Calatayud con una gran dispersión. Contamos con 15 municipios, algunos de ellos con muy poca población, sobre todo en invierno, y su característica predominante es la edad avanzada.

Trabajamos 5 enfermeros de atención primaria, 6 médicos de atención primaria, 1 auxiliar administrativo, 4 médicos de atención continuada, 2 enfermeros de atención continuada, una matrona que tiene consulta cada 3 semanas y el pediatra que pasa consulta 2 días a la semana (plaza de difícil cobertura).

Por su gran dispersión contamos con un punto de atención continuada en Nuévalos.

ACTIVOS Y RECURSOS PERSONALES.

El médico y el enfermero en estos municipios se pueden considerar activos para la salud, ya que con su trato cercano y su tiempo de escucha activa colaboran en el bienestar de los usuarios.

La figura del cuidador de personas dependientes, trabajadores con formación contratados por el Organismo COMARCA DE CALATAYUD son una figura muy habitual en los domicilios de la zona de ancianos y dependientes.

Generan salud a las personas mayores, la familia en la distancia. También es un apoyo importante para los sanitarios pues nos informan/alertan de pacientes que pueden necesitar nuestra asistencia

La no disponibilidad de centros o residencias en la ZBS hacen de estos cuidadores un activo muy utilizado, evitando la marcha de los usuarios de sus poblaciones.

¿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

1. ALHAMA DE ARAGÓN.

Servicios públicos y organizaciones:

Desde el Ayuntamiento de Alhama de Aragón existe la firme voluntad de implicar a la población de todas las edades en la práctica de deporte asumiendo el importante papel que éste tiene en la mejora de la salud y es por ello que desde la Comarca de la Comunidad de Calatayud se organizan una serie de actividades físico deportivas tanto en temporada de invierno como de verano.

Existe una plataforma web, www.actividadescomunidadcalatayud.es, a través de la cual deberán realizarse todas y cada una de las inscripciones o solicitudes de participación en las actividades, debiendo además el usuario comprobar que dicha solicitud ha sido aceptada consultando el apartado "Mis cursos" en la web. Cada una de las actividades programadas cuenta con un monitor contratado por la Comarca Comunidad de Calatayud. Las actividades se llevan a cabo en las distintas instalaciones deportivas con las que cuenta el Ayuntamiento de Alhama de Aragón. El usuario deberá abonar 10 euros para las actividades organizadas en invierno y 5 euros para las actividades de verano. Las actividades deportivas de cada temporada varian según inscripciones. Se precisa un numero mínimo de inscritos en cada curso para que concedan la actividad.

1.2. Asociaciones:

AMPA San Roque, del Colegio Pablo Luna.

Asociación de cazadores.

Asociación de la tercera edad.

Asociación de mujeres CONGEDO.

Asociación de mujeres progresistas de Alhama.

Club ciclista Angel Vicioso.

Unión deportiva Alhama.

Cofradía de tambores Cristo Salvador.

UD Alhama club de fútbol.

Asociación de inmigrantes y extranjeros.

Asociación laudística de Alhama.

Asociación amigos de Jose Luis Sampedro.

Cofradía de San Gregorio.

Varantes de Santa Quiteria.

Estrategia Atención Comunitaria

AMYPA.

1.3. Espacios físicos y entorno de la zona.

-Área de acampada, está situada fuera del casco urbano, en las inmediaciones del campo de fútbol, de fácil acceso desde la estación de ferrocarril.

Dispone de dos albergues con todos los servicios. Recientemente se ha solicitado su inclusión en la Red de Zonas de Acampada de la Diputación general de Aragón. Contacto: Ayuntamiento.

-Gimnasio, ubicado dentro del Pabellón Multiusos.

Dispone de gran cantidad de modernos aparatos de gimnasia apropiados para todas las prácticas deportivas y de monitor deportivo para ayudar y corregir en la realización correcta de los ejercicios. El horario de apertura es de lunes a viernes de 11 a 13 horas y de 17 a 21.

-Pabellón Multiusos "Ángel Vicioso", es una instalación deportiva que se inauguró en mayo de 2007. Consta de una pista deportiva en la que se puede practicar fútbol sala, balón mano, baloncesto... Los vestuarios están perfectamente equipados y dispone también de gimnasio, escenario y zona de cafetería. Está a disposición de todos los vecinos para asociaciones, bodas, comuniones... Para solicitar su uso deben solicitarlo por escrito en el Ayuntamiento.

-Piscinas municipales, la temporada empieza a mediados de junio y se prolonga hasta el primer domingo de septiembre. Está dotada con una terraza con servicio de bar. Cuenta también con frontón, pista de tenis y de fútbol sala. También hay un estanque con agua termal con patos y ocas.

-Campo de fútbol. El equipo local participa en la liga provincial de fútbol, jugando a domingos alternos en Alhama.

-Parque de actividades físicas al aire libre.

-Tanatorio.

-Balnearios. Cuenta con 2 balnearios: El Hotel Alhama de Aragón y el Balneario Termas Pallarés donde encontramos el lago termal más grande de Europa.

El espacio parque del lago es de acceso gratuito para personas no alojadas en el balneario aunque el uso del lago termal tiene coste.

-El río Jalón pasa por el centro de la localidad.

Estrategia Atención Comunitaria

-La plaza del pueblo es centro de reunión de alhameños y turistas. Hay un gran número de terrazas. Durante las fiestas patronales alberga numerosos actos.

-Fuente del chorrillo. La recomiendan para aliviar o mejorar afecciones de la piel. (Costumbres populares.)

-Camino de la Veguilla, lugar habitual para el paseo cuando cierran el acceso al parque del Lago por vacaciones del Balneario.

1.4. Otros recursos y activos.

En la Comunidad de Calatayud ha ido disminuyendo progresivamente el tejido empresarial, pero en Alhama existe una excepción con la empresa Zalux, ya que es una de las más grandes de la comarca, aquí se desplazan trabajadores de otros municipios del entorno. La economía en Alhama se sostiene por la empresa Zalux, los balnearios, el turismo, los anticuarios y varias empresas de transporte y construcción.

2. IBDES:

2.1. Servicios públicos y organizaciones

El colegio de educación infantil y primaria realiza una semana dedicada a la promoción de la salud.

Existe una oferta similar a la de Alhama de actividades organizadas desde la comarca, ajustadas por número de participantes.

El Ayuntamiento organiza la ludoteca durante el verano que dirigen animadoras de tiempo libre, está dirigida a niños 3 a 12 años.

2.2. Asociaciones

-Asociación recreativo cultural de Ibdes. Colaboran con la cabalgata de Reyes, se ocupan de la celebración del Carnaval, el día del pueblo. Organizan mesas de opinión, actividades al aire libre, juegos tradicionales, actividades infantiles, torneos deportivos de fútbol y padel, la fiesta del otoño, levantamiento del mayo...

-Asociación Las Mañas. Colaboran con la comida popular y preparan excursiones...

-Asociación cultural. Publican una revista anual donde los vecinos son los

Estrategia Atención Comunitaria

autores de los artículos. Ofrecen cursos de manualidades, restauración y colaboran con otras asociaciones del municipio.

-Club de la tercera edad. Se reúnen diariamente a jugar al bingo en un local cedido por el Ayuntamiento, preparan fiestas, aperitivos...

-Cofradía de tambores

.

2.3. Espacios físicos y entorno de la zona.

-Pabellón municipal, que alberga un gimnasio.

-Parque de mayores al lado del consultorio médico, de fácil acceso.

-Parque infantil anexo al anterior.

-Piscina municipal.

-Pista de pádel.

-Gruta de las maravillas.

-Hay numerosos huertos familiares muy fértiles, que en temporada surten de frutas, verduras y hortalizas de excelente calidad.

3. JARABA.

3.1. Servicios públicos y organizaciones.

El ayuntamiento de Jaraba junto con la comarca prepara las actividades deportivas similares a los municipios de Ibdes y Alhama. Algunos fines de semana cuando el municipio se llena de familias organiza juegos tradicionales, teatro, fiestas para San Juan, carnaval.. Promueve excursiones para conocer el entorno privilegiado de la zona, al mirador de los buitres, al barranco de las Hoces.

Existe una visita guiada a la Ermita de la Virgen. En el periodo estival hay ludoteca y colonias de verano de la mano de dos animadoras de tiempo libre del municipio.

3.2. Asociaciones

-Asociación de mujeres

-Asociación de la tercera edad

3.3. Espacios físicos y entorno de la zona.

-Pabellón municipal con gimnasio.

-Parque infantil.

-Piscinas municipales.

-Pista de Padel.

-Mercadillo municipal, un día a la semana.

-Museo del recortable.

Estrategia Atención Comunitaria

- Paseos y caminos cercanos a los balnearios con bellos paisajes naturales.
- Balnearios: cuenta con el balneario de aguas termales de La Virgen, que aportan riqueza y arraigo de población en el municipio y en los alrededores.

3.4 Otros activos

- Embotelladora de agua mineral COBECSA que da puestos de trabajo en la zona y genera arraigo familiar.

4. CETINA

4.1. Servicios públicos y organizaciones

Desde el ayuntamiento y con colaboración de la Comarca se organizan las actividades físicas y deportivas destinadas a los diferentes grupos de edad con programación de octubre a mayo, y otras ofertas para el periodo estival.

La trabajadora social de la comarca presta sus servicios desde el ayuntamiento proporcionando orientación, préstamo de material para los pacientes dependientes, solicitudes de ayuda a domicilio y otros trámites.

Se celebra en Cetina la fiesta popular de interés turístico “La Contradanza” durante las fiestas en honor a Santa Quiteria. La organiza el ayuntamiento en colaboración con los vecinos de la localidad.

Otra de las fiestas que se celebran es la representación de las Quevedianas, ya que Fco de Quevedo pasó un breve periodo de su vida en esta villa.

4.2. Asociaciones

- o Asociación de Mujeres del Prado.
- o Asociación cultural Batán.
- o AMPA Fco. Quevedo.

4.3. Espacios físicos y entorno de la zona.

-Gimnasio municipal (apertura 2025), cuenta con material para la realización de ejercicio aeróbico y de fuerza. No cuenta con monitor, ejercicio libre.

-Parque infantil.

-Parque de mayores.

-Frontón.

-Pabellón multiusos.

-Albergue municipal.

-Piscinas municipales.

4.4. Otros recursos y activos.

Estrategia Atención Comunitaria

En esta localidad existe una figura muy comprometida con la salud y el bienestar de sus vecinos, es el farmacéutico. Bernardo junto con toda su familia, está siempre dispuesto a ayudar incluso cuando su establecimiento está cerrado.

5. MONTERDE.

No hay asociaciones, tampoco hay centro escolar. A través del Ayuntamiento se organizan manualidades una tarde a la semana, y gimnasia de mantenimiento para adultos durante todo el año (organizada por Comarca Calatayud)

6. LLUMES.

No hay centro escolar. A través del ayuntamiento y con colaboración de la comarca se organizan actividades deportivas y de ocio, gimnasia de mantenimiento y manualidades.

Hay una asociación de vecinos “Asociación de Flumes”, con local propio en las que realizan y organizan actividades a lo largo del año: fiesta del río, cenas, encuentros, bingo, café tertulia, día de la matanza del cerdo, disfraces y juegos para los más pequeños en verano.

7. CIMBALLA.

No hay centro escolar.

Desde el ayuntamiento y la comarca no suelen realizar actividades por no haber suficientes vecinos interesados durante el invierno.

En periodo estival se ofertan actividades en las piscinas municipales.

Existe una asociación gastronómica y cultural sin ánimo de lucro

“Calicalderas Cimballa”, realizan comidas, cenas, encuentros de vecinos y senderismo

8. CAMPILLO DE ARAGÓN.

No hay colegio.

El ayuntamiento y la comarca ofertan dos actividades, elaboración de trajes regionales y gimnasia de mantenimiento. En verano cursos de natación y gimnasia acuática.

La Asociación de mujeres Santa Ana organiza un viaje al año de 3-4 días de duración, excursiones y una comida popular en agosto.

9. ABANTO.

Estrategia Atención Comunitaria

No cuenta con centro escolar

El ayuntamiento junto con la comarca realiza actividades como manualidades y gimnasia de mantenimiento.

Tienen una asociación de mujeres que oferta talleres de memoria, de mimbre, organiza salidas fuera del municipio...

El bar suele ser centro de reunión diario, hay 2 turnos el de madrugadores a las 9 y otro a las 12. No tienen piscinas municipales y en verano se refrescan en el pantano.

10. NUÉVALOS.

A través del ayuntamiento se realizan cursos ofertados por la comarca para adultos y para niños.

En el colegio por medio de la asociación aragonesa de AMPAS se realizan charlas. También se ha realizado una semana saludable con temas sobre alimentación, higiene bucodental, piojos y protección solar con la colaboración del médico y farmacéutico del municipio.

Hay una asociación política "Asociación de los Alvares", también 3 cofradías de Semana Santa, Cristo Yacente, Cristo del Valle y San Sebastián.

Contamos con un paraje importante de la riqueza natural de Aragón, el Monasterio de Piedra, de interés turístico que aporta grandes beneficios a la zona.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

Para la recomendación de activos, además del mapa de la web de la Estrategia Comunitaria, hemos realizado unos listados para tener a mano con los principales Activos que solemos usar con más frecuencia.

Dada la peculiaridad de la zona y la despoblación se o podrían crear redes entre asociaciones y Ayuntamientos e los diferentes municipios para provechar los recursos existentes (se planteará en el Consejo de Salud).

La puesta en marcha del Consejo de Salud es una herramienta importante, como bien es sabido, para la dinamización de la salud en las poblaciones

FUENTES DE INFORMACIÓN.

Los miembros del equipo de atención comunitaria que se han puesto en contacto con ayuntamientos, asociaciones, vecinos. ..para llevar a cabo este trabajo.