

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD CALATAYUD NORTE

Sector Sanitario	Calatayud
Nombre del Equipo de Atención Primaria	CS Calatayud Norte
CONTENIDO BÁSICO AGENDA COMUNITARIA	

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

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

ACTIVIDADES Y PROYECTOS DEL SERVICIO DE ATENCIÓN COMUNITARIA DEL EAP

GRUPO DE CRIANZA LACTANCIA:

Educación para la salud dirigida a madres y padres, para compartir la experiencia de maternidad y crianza, y apoyo a la lactancia materna.

Los objetivos de este grupo de apoyo compartir experiencias relacionadas con la maternidad/paternidad, detección precoz de situaciones de riesgo en el posparto, apoyo a la lactancia materna, resolución de dudas y conducido por matronas y enfermera especialista en salud mental.

GRUPO DE PREPARACIÓN MATERNAL:

Programa de preparación a la maternidad con sesiones grupales semanales sobre cuidados y salud durante el embarazo, parto y posparto. Incluye contenidos sobre cambios en el embarazo, alimentación, parto, alivio del dolor, posparto, lactancia y cuidados del recién nacido. Algunas sesiones son prácticas, por lo que se recomienda ropa cómoda. Las sesiones iniciales se aconsejan al inicio del embarazo y el resto a partir del tercer trimestre. Se puede acudir con un acompañante.

CONSULTA DE DESHABITUACIÓN TABÁQUICA:

Consulta de inicio y seguimiento para dejar de fumar, con un abordaje integral que incluye apoyo psicológico, elaboración de un plan

Estrategia Atención Comunitaria

individualizado, seguimiento con cooximetría y revisión periódica del tratamiento. Combina terapia conductual y farmacológica cuando es necesario, adaptándose a las características y necesidades de cada paciente, con el objetivo de aumentar las tasas de abandono y prevenir recaídas.

CHARLA DE SALUD BUCODENTAL EN COLEGIOS:

Las higienistas se desplazan a los distintos colegios, para realizar junto con los niños talleres sobre la importancia de un buen cepillado de dientes como forma de prevención de la enfermedad bucodental.

CENTRO DE SALUD INCLUSIVO:

Identificación de las consultas y zonas del centro de salud mediante pictogramas. Disponibilidad de un libro con pictogramas en consultas para mejorar la comunicación con los pacientes.

CHARLAS DE PEDIATRÍA:

Educación para la salud impartida a grupos de padres, por parte de las enfermeras de pediatría y los pediatras, sobre diversos temas de interés en la etapa infantil, entre los que destacan: alimentación, manejo de la fiebre y bronquitis, cuidados frente al sol y preparación de botiquín de viaje.

¿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

SERVICIO PAP. PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL:

El Servicio PAP es un programa de prevención y promoción de la autonomía personal que busca retrasar el deterioro cognitivo, estimular la memoria y fomentar hábitos de vida saludables, mejorando el bienestar y la satisfacción vital. Se desarrolla en grupos reducidos, dos o tres días

por semana, con un equipo multidisciplinar que diseña un plan personalizado. Está dirigido tanto a personas con riesgo de dependencia como a aquellas que ya presentan algún grado de dependencia, con el objetivo de mantener o mejorar su autonomía.

CENTROS EDUCATIVOS PROMOTORES DE SALUD:

Los colegios Augusta Bílbilis, Santa Ana y el IES Leonardo Chabacier están reconocidos como centros educativos promotores de salud e integrados en una red que sitúa la promoción de la salud como un eje clave de su proyecto educativo. Estos centros impulsan hábitos de vida saludables en toda la comunidad educativa, creando entornos favorables para la salud y actuando sobre los determinantes que la influyen.

Además, desarrollan programas educativos relacionados con la salud, fomentan la

colaboración con su entorno y promueven en el alumnado competencias personales y sociales basadas en las habilidades para la vida, contribuyendo así al bienestar integral del alumnado y del conjunto del centro.

ASAEME:

Entidad formada por profesionales voluntarios, como psicólogo, trabajadora social y abogada, que desarrolla actividades sociales y de apoyo dirigidas principalmente a personas adultas con enfermedad mental y sus familias. Ofrece atención a la problemática social, asesoramiento sobre recursos, programas de psicoeducación y promoción de la salud orientados a la autonomía, el autocuidado, las habilidades sociales y el apoyo familiar. Además, organiza actividades de relajación, ocio y tiempo libre para fomentar las relaciones sociales y prevenir la enfermedad mental, así como iniciativas abiertas a la población general,

Estrategia Atención Comunitaria

como talleres de alfabetización digital y jornadas de salud mental.

Resumen de actividades de ASAEME:

Ven a bailar: Espacio de ocio y tiempo libre para personas socias, promoviendo habilidades sociales y comunicativas a través de salsa, bachata, sevillanas y baile libre.

Asesoramiento y apoyo a familias – “Las Esponjas”: Grupo de psicoeducación en el proyecto Cuida tu salud mental, guiado por psicólogo sanitario, con ejercicios de atención plena, role-playing, debate y resolución de dudas.

Expresión artística: Actividad de dibujo, pintura y escritura para estimular la creatividad de los usuarios.

Manualidades: Taller creativo para diseñar y elaborar decoraciones, collares, jabones y otros objetos.

Nuestro cerebro: Actividad cognitiva para estimular atención, memoria, lenguaje, orientación y funciones ejecutivas, con ejercicios individuales y grupales guiados por psicólogo y apoyo de integradora social.

Taller de habilidades sociales: Enmarcado en Ponte al día con ASAEME, trabaja la expresión de sentimientos, deseos y derechos en situaciones sociales, con entrevista previa y cuota semestral.

Club de ocio: Fomenta el uso adecuado del tiempo libre y el desarrollo de habilidades sociales adaptativas.

Conociéndonos: Actividad orientada a fortalecer comportamientos adaptativos, factores de protección y habilidades de autocuidado.

Actívate con ASAEME: Proyecto de activación conductual para fomentar hábitos saludables, autonomía y bienestar personal, como estrategias de afrontamiento ante situaciones difíciles o de crisis.

AMIBIL:

Asociación sin ánimo de lucro de Calatayud dedicada a apoyar a personas con discapacidad intelectual y del desarrollo y a sus familias. Su misión es promover la inclusión social, la calidad

Estrategia Atención Comunitaria

de vida y la participación comunitaria. Ofrece servicios integrales como centros de día, residencia, apoyos educativos y terapéuticos, programas de inserción social y laboral, ocio y tiempo libre, y apoyo a la vida independiente. También cuenta con un Centro Especial de Empleo y desarrolla actividades que fomentan la visibilidad y la integración de las personas con discapacidad en la comunidad.

FUNDACIÓN REY ARDID:

Entidad sin ánimo de lucro que apoya a personas en situación de vulnerabilidad o riesgo de exclusión social. Actúa en los ámbitos de salud mental, atención a personas mayores, formación y empleo, y proyectos sociales y comunitarios. En Calatayud desarrolla servicios de rehabilitación psicosocial y programas de integración social para fomentar la autonomía, la inclusión y la participación comunitaria.

ASOCIACIÓN DE ALCOHÓLICOS REHABILITADOS BÍLBILIS:

Asociación que tiene como objetivo la rehabilitación de personas con dependencia alcohólica a través del apoyo y ayuda mutua.

AECC- ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER:

Organización privada sin fines de lucro y de utilidad pública que se dedica a la prevención, concienciación y apoyo a personas con cáncer y a sus familiares. Brinda una atención integral que incluye apoyo psicológico y social, préstamo de material y gestión de ayudas económicas. Además, realiza actividades de promoción de la salud y prevención, como charlas para la población general, centros educativos e instituciones, y organiza caminatas para fomentar la actividad física.

TELÉFONO INFOCANCER 24 HORAS:

Estrategia Atención Comunitaria

Consultorio online y un teléfono gratuito que está disponible 24 horas durante los 7 días de la semana, para que puedan hacer cualquier consulta y donde un equipo de voluntariado y profesionales ofrecerán información, apoyo, ayuda o asesoramiento.

TALLERES PSICOEDUCATIVOS:

Desarrollador por la Asociación Española Contra el Cáncer en Aragón, donde trabajamos diferentes herramientas psicológicas que nos ayudarán en nuestro día a día.

UAF- BS ACTIVIDAD FISICA AYUNTAMIENTO DE CALATAYUD:

La comarca de la comunidad de Calatayud presta servicios deportivos a los municipios mediante dos campañas anuales: campaña deportiva escolar o de invierno y campaña deportiva estival o de verano. La oferta incluye actividades físicas y deportivas para todas las edades, como zumba, yoga, pilates, gimnasia de mantenimiento, iniciación deportiva, fútbol sala y actividades acuáticas.

El objetivo es fomentar la práctica deportiva, la salud y el bienestar de la población, facilitando el acceso a actividades adaptadas a diferentes necesidades. La gestión se realiza a través del Servicio Comarcal de Deportes en coordinación con los ayuntamientos y, cuando procede, con los servicios sociosanitarios.

CRUZ ROJA:

Organización humanitaria y social que trabaja para mejorar la calidad de vida de las personas, especialmente de aquellas en situación de vulnerabilidad. Desarrolla programas de atención social, apoyo a personas mayores, infancia y familias, inmigrantes y personas en riesgo de exclusión. También actúan en emergencias, promueve la salud, fomenta el empleo y formación impulsa el voluntariado y realiza actividades de sensibilización y participación

comunitaria, siempre guiada por principios de solidaridad, neutralidad y ayuda humanitaria.

ATLETISMO JALON:

Es un club con casi 30 años de historia que ofrece entrenamiento de atletismo para adultos a partir de los 18 años, adaptado a distintos niveles, desde principiantes hasta avanzados, e incluyendo la posibilidad de grupos de andarines.

Los entrenamientos incluyen caminar-correr (CACO), trotar, carrera continua, series, trail y sesiones de fuerza y gimnasio. El objetivo es practicar atletismo en grupo, mejorar la condición física y mental, superar miedos o inseguridades, y fomentar la inclusión, rompiendo barreras y complejos.

Las sesiones se realizan lunes, martes, jueves y domingos en distintos espacios deportivos y al aire libre.

SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO DE LA COMARCA DE CALATAYUD:

Servicio de atención domiciliaria dirigido a personas que carecen o tienen reducida, de forma temporal o permanente, su autonomía personal, con el fin de facilitar su permanencia y bienestar en su entorno habitual.

HOGAR DE MAYORES IASS CALATAYUD:

Centro social de referencia para personas mayores, concebidos como espacio de encuentro, convivencia y participación. En él se desarrollan actividades de ocio y tiempo libre, culturales, formativas y relacionadas con el uso de las tecnologías de la comunicación, adaptadas a los intereses y capacidades de las personas usuarias.

Su finalidad principal es favorecer las relaciones sociales, prevenir situaciones de soledad o aislamiento y promover un envejecimiento

activo y saludable. Además, tratan de mantener y estimular las capacidades cognitivas e intelectuales, reforzar la autonomía personal y facilitar la participación de las personas mayores en la vida social y comunitaria.

¿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

PROYECTO DE RECOMENDACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA BENEFICIOSA PARA LA SALUD (RAPAFIS):

Proyecto piloto en el que han participado la dirección general de deportes, Dirección General de Asistencia Sanitaria y la Dirección General de Salud Pública del Departamento de Sanidad. Consiste en una coordinación entre deportes y sanidad, con el fin de realizar una recomendación de actividad física a la población para conseguir mejorar su salud.

COLEGIOS:

Desde el Centro de Salud, en coordinación con los centros educativos de la zona, se llevará a cabo una campaña de vacunación frente a la gripe dirigida al alumnado, con el objetivo de prevenir la enfermedad, reducir la transmisión del virus y proteger la salud de la comunidad educativa y familiar. Además de la vacunación, se realizará una breve explicación adaptada a la edad de los alumnos.

INSTITUTOS:

PROYECTO DE SALUD EN LAS AULAS

El Consejo de Salud de Zona de Calatayud es un espacio de participación social y comunitaria diseñado para compartir puntos de vista y trabajar de forma conjunta en la identificación y solución de los problemas que afectan a la salud y el bienestar de la población. En este consejo están representados el equipo de Atención Primaria, el Ayuntamiento, asociaciones locales, servicios sociales y salud pública, lo que permite articular una visión intersectorial y corresponsable de las necesidades del territorio.

CONSEJO DE SALUD CALATAYUD NORTE:

La constitución del Consejo de Salud en Calatayud se realizó en diciembre de 2025, tras un proceso largo y complejo debido a la dimensión y diversidad del municipio, que implica diversos perfiles poblacionales y un tejido asociativo y social variado. Para garantizar un arranque adecuado, en la reunión previa a su formación se explicó a los asistentes el reglamento interno, que fue también redactado y consensado, estableciendo las bases de funcionamiento, la participación de los diferentes participantes y los principios de acción comunitaria.

Aunque el Consejo acaba de constituirse, ya se ha fijado una próxima reunión en la que se comenzará a realizar el mapeo de activos comunitarios presentes en la zona con el fin de construir un diagnóstico compartido y poder generar recomendaciones de activos en salud para la comunidad.

Además de este mapeo, el Consejo plantea propuestas de futuras actividades comunitarias, que incluirán acciones de educación en salud, talleres y campañas, así como la resolución de problemas o cuestiones que surjan con el objetivo de mejorar el ámbito comunitario y fortalecer los vínculos entre los distintos sectores implicados. Estos esfuerzos iniciales pretenden sentar las bases para una intervención comunitaria sostenible, centrada en la equidad, la participación activa de la población y el desarrollo de estrategias que respondan a las necesidades reales de los habitantes de Calatayud.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El Grupo de Mejora de Atención Comunitaria en el Centro de Salud de Calatayud Norte se organiza de manera colaborativa e interdisciplinar, adaptándose a las necesidades

Estrategia Atención Comunitaria

de la población. El equipo de Atención Primaria trabaja coordinadamente con servicios sociales y otros agentes comunitarios para planificar actividades y recomendaciones dirigidas al bienestar de las personas y la promoción de la salud en la comunidad.

Este grupo ya se había constituido con anterioridad, pero quedó paralizado tras cambios en el personal implicado, lo que interrumpió su dinámica de trabajo. Tras la constitución del Consejo de Salud de Zona de Calatayud en diciembre de 2025, se identificó la necesidad de reorganizar y reactivar el Grupo de Mejora de Atención Comunitaria para garantizar su continuidad y alineación con los objetivos comunitarios actuales. En este proceso también se actualizó la persona referente de Atención Comunitaria, pasando de Miguel Sánchez Lerín a Lara Guillén Tobajas.

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?

Calatayud es una ciudad de unos 20.000 habitantes, su estructura demográfica refleja una población envejecida y una presencia relevante de población inmigrante, lo que condiciona las necesidades sanitarias y sociales.

Factores que influyen en la salud:

Envejecimiento poblacional: mayor prevalencia de enfermedades crónicas y aumento de la demanda de cuidados continuados.

Diversidad cultural y migración: posibles barreras de acceso al sistema sanitario (idioma, integración) y desigualdades sociales en salud.

Nivel educativo y económico moderado-bajo: menor alfabetización en salud y más dificultades para adoptar estilos de vida saludables.

Acceso a servicios sanitarios: pertenencia a un sector sanitario amplio, con necesidad de refuerzo en áreas como salud mental y pediatría.

Las posibles intervenciones comunitarias que se podrían realizar en un futuro para reducir las desigualdades en Calatayud Norte incluyen una serie de acciones de carácter integral. Se propone trabajar en la promoción de activos comunitarios como asociaciones, actividades deportivas y culturales que favorezcan la cohesión social; impulsar la educación y sensibilización en salud mediante talleres y campañas centradas en el autocuidado, la prevención y los estilos de vida saludables; fortalecer la integración sociosanitaria mediante una mayor coordinación entre los servicios sociales y la atención primaria; abordar los determinantes sociales a través de iniciativas sobre empleo, educación, entorno urbano y vivienda; y fomentar la participación ciudadana a través del Consejo de Salud de Zona. Estas acciones buscan un enfoque integral que promueva la equidad, refuerce las redes de apoyo locales y favorezca la cohesión social. En definitiva, mejorar la salud en Calatayud

urbano requiere un trabajo conjunto centrado en los determinantes sociales, la equidad, la participación comunitaria y el fortalecimiento de las redes comunitarias de apoyo.

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?

Tras la constitución del Consejo de Salud de Zona de Calatayud Norte, se ha planificado una primera reunión en la que se abordará qué son los activos de salud, cómo identificarlos en la zona y cómo registrar la información en la página de la Estrategia de Atención Comunitaria, aunque ya existen registros previos. Esta sesión permitirá coordinar el mapeo de activos comunitarios y facilitará la posterior elaboración de recomendaciones de activos en salud para la comunidad.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

El equipo sanitario conoce la plataforma de recomendación de activos de salud y ha recibido sesiones de formación específicas sobre cómo proceder para registrar recomendaciones de activos en la historia clínica. Nuestras recomendaciones se orientan principalmente a favorecer la adquisición de hábitos saludables, potenciar el empoderamiento de nuestros pacientes y apoyar su bienestar integral. Por ello, las derivaciones más frecuentes se realizan hacia actividades deportivas ofertadas por la comarca, actividades promovidas por los distintos ayuntamientos y asociaciones locales, así como hacia recursos de salud mental (grupos, talleres o programas de apoyo emocional), servicios destinados al empoderamiento de la persona y recursos sociales que refuerzan el soporte comunitario. Estos activos ayudan a abordar tanto las necesidades físicas como las psicosociales de la población, contribuyendo a un enfoque más integral de la salud.