

Estrategia Atención Comunitaria

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD CANTAVIEJA

Sector Sanitario	ALCAÑIZ
Nombre del Equipo de Atención Primaria	CS Cantavieja
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

TALLERES DE RCP y PRIMEROS AUXILIOS EN COLEGIOS E INSTITUTO.

Taller dirigido a todos los alumnos de las 4 aulas del CRA Alto Maestrazgo desde 2017: Cantavieja, Fortanete, Iglesuela del Cid y Villarluego. En edades comprendidas entre los 3 y 12 años, divididos en 4 grupos, de 3 a 5, de 6 a 9 y de 10 a 12 años. Desde 2023 se amplía la formación al IES Cantavieja, lo que comprende alumnado desde 12 a 16 años. El acuerdo entre ambos centros es que realizaremos formación en RCP y primeros auxilios cursos alternos, de tal forma desde los 3 a hasta los 16 habrán recibido formación unas 6 veces. También se amplía formación para el equipo de maestros tanto del IES, de la escuela infantil municipal, como del CRA Alto Maestrazgo. Impartido por médicos y enfermeros del CS. Consta de medios audiovisuales ajustados a la edad, y ejercicios prácticos con maniqués para RCP. Objetivo prevenir problemas de salud, saber actuar ante emergencias, instaurar destrezas desde pequeños.

Este proyecto ha pasado a formar parte de la cartera de servicios y se va a repetir bianualmente. (Colaboran Cs Cantavieja-Cra Alto Maestrazgo - IES Cantavieja- Dirección de Atención Primaria)

TALLER SOL SANO SOBRE PROTECCIÓN SOLAR EN CRA ALTO MAESTRAZGO.

Talleres dirigidos al alumnado del CRA, impartido por enfermería para establecer hábitos saludables en el alumnado sobre los peligros del sol y la importancia de la protección solar a través del cuento de " Fernando se hace amigo del sol", el material es elaborado por usuarios de ATADI, y con aportación de gorras para todos desde el Consejo de Salud.(Colaboración del Consejo de Salud, Cra Alto Maestrazgo , Atadi y Centro de Salud)

PASEO SALUDABLE/ PREVENCIÓN DEL RIESGO CARDIOVASCULAR/ALMUERZO SANO

Impartido por medicina y enfermería en los municipios de Mirambel y Tronchón, dentro del ciclo de actividades comunitarias municipales en colaboración de sendos ayuntamientos para establecer lazos con las instituciones , para conocerse fuera del ámbito del centro de salud y promocionar hábitos saludables. Abierto a toda la población.(colaboran EAP y Ayuntamiento de Tronchón y Mirambel)

TALLER DE USO DE NEBULIZADORES.

Impartido por enfermería en 2025 para personal de la residencia de Tercera Edad de Cantavieja.(Colaboran Atadi en Cantavieja y EAP)

TALLER DE HIGIENE EN PACIENTES INMOVILIZADOS.

Impartido por enfermería en 2025 para personal de la residencia de Tercera Edad de Iglesuela del Cid.(Colaboran Residencia Iglesuela y EAP)

BUZÓN DE DUDAS AFECTIVO SEXUALES EN IES CANTAVIEJA.

En colaboración con IES CANTAVIEJA, se instala un buzón anónimo de dudas afectivo sexuales en el instituto. A continuación, el equipo del centro de salud resolvemos esas dudas y se expone en el Muro de la salud, accesible para

Estrategia Atención Comunitaria

todo el alumnado. (Colaboración departamento de orientación del IES Cantavieja- EAP)

CUIDANDO AL QUE CUIDA: Dirigido a cuidadores en domicilios, con el objetivo de crear lazos entre ellos y a su vez con las instituciones donde pueden refugiarse. (Organiza Comarca desde Servicios Sociales junto con la colaboración del equipo del Centro de Salud)

ACTIVIDADES PUNTUALES:

-TALLER DE RCP Y MANEJO DEL DESA

Impartido por medicina y enfermería en los municipios de Mirambel y La Iglesuela del Cid, destinados a la población general.

-CARTELES SALUDABLES.

Colocados en el hall del CS y Consultorios locales así como difusión por redes sociales y bandos locales. Dirigido a los pacientes que acuden al CS. Se transmite información sobre eventos, cursos, charlas y talleres de interés general.

¿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

COMARCA MAESTRAZGO:

Desde Noviembre de 2024 está adherida a la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el sistema Nacional de Salud, y por otra parte ahora en noviembre de 2025 ha solicitado la adhesión a la Red Aragonesa de Iniciativas Locales en Salud (RAILES), con el objetivo de trabajar en conjunto con los Consejos de Salud de las Zonas Básicas.

Departamento de deportes: activos para la salud

- Gimnasia de mantenimiento.
- Patinaje para niños.
- Fútbol sala (masculino y femenino)
- Ciclo indoor
- Natación
- Acuagym
- Pilates

Estrategia Atención Comunitaria

- Atletismo
- Iniciación deportiva
- Crossfit
- Marchas Senderistas

Departamento de psicología.

- Psicóloga comunitaria
- Charla sobre igualdad.
- Charlas y scape room sobre violencia de género.
- Charla de sexualidad para alumnado de SIES Cantavieja y para familias
- Talleres de prevención de Violencia de Género
- Taller "Ilumina el 25N", sobre violencia de género.
- Mesa de Violencia de Género de todos los profesionales implicados.
- Taller de autoestima.
- Asesoría de bienestar emocional y digital para jóvenes entre 14-30 años , presencial en comarca a través de Instituto Aragonés de la Juventud.

Servicios Sociales:

- Encuentro comunitario de tercera edad comarcal
- Plan Corresponsal para facilitar la conciliación laboral y familiar.
- Cuidar del que cuida - CUIDARTE

ASOCIACIÓN DE MUJERES: yoga, espalda sana, encuentros de manualidades...

ASOCIACIONES DE TERCERA EDAD EN VARIOS MUNICIPIOS, tienen locales de reunión y organizan encuentros y excursiones a lo largo de todo el año.

ESCUELA DE ADULTOS. Idiomas. Fotografía. Alfabetización, uso de móvil y aplicación salud Informa. Entrenamiento a la memoria. Formación de un coro (el arte de la música), y Caminantes, que se ha ampliado a más municipios y sigue teniendo una gran acogida.

Estrategia Atención Comunitaria

CRA ALTO MAESTRAZGO. Día de la fruta, Almuerzos saludables, convivencias intergeneracionales con Residencias de Tercera edad, forman parte del programa educativo PIVA (Programa de impulso a la vida activa).

SECCIÓN IES SEGUNDO DE CHOMON CANTAVIEJA:

Está integrado en la red de Escuelas promotoras de Salud desde 2015.

Educación Sexual

Educación Física (estimulación y motivación en el deporte)

Acoso escolar/alumno ayudante

Prevención del suicidio.

Programa de Almuerzo saludable

Buzón de dudas Afectivo sexuales

Convivencias intergeneracionales junto con escuela de adultos y residencias de Tercera Edad y Cra Alto Maestrazgo.

Proyecto "Plan director" prevención de consumo de drogas.

Dinamización de biblioteca a nivel de toda la comunidad.

Proyecto "Plan de Salvaguarda de la Cultura Masovera en el Maestrazgo", transhumancia en el Maestrazgo, Cultura Masovera, jerga del masovero...

Programa Realidad sostenible, con la I Jornada de Sostenibilidad para dar difusión de todo lo aprendido sobre gestión de residuos y

Alimentación Saludable y en concreto se trabaja el ODS 10 que se centra en la reducción de las desigualdades dentro y entre los países, buscando promover la inclusión social, económica y política de todas las personas.

AMPAS DE CRA E INSTITUTO:

Sesiones de juego en familia.

Prevención de suicidio en Adolescentes

Charla sobre Ciberseguridad y Bienestar digital.

Charla de drogas vista desde el punto legal.

Problemas de visión , prevención en edad escolar, impartida por el Colegio Profesional de ópticos-optometristas de Aragón.

PROYECTO PILOTO APOYOS CONECTADOS:

Proyecto que ofrece apoyo , acompañamiento, seguridad y bienestar a las personas, fomentado su autonomía personal y permanencia en su domicilio y su entorno hasta 30/06/2025

FARMACIA

- Charla de bienestar emocional para todos los públicos.

CONSEJO DE SALUD

- Campaña de prevención de Tabaquismo, con la difusión de folletos y celebración del 31 de Mayo.

- II Feria de la Salud junto a Comarca del Maestrazgo, Atadi y Consejo de Salud de Mas de las Matas coincidiendo con la marcha senderista de primavera comarcal (Colaboraron ASAMPE, AECC, Centro de salud Mas de las Matas y Centro de Salud Cantavieja, sección de deportes y servicios sociales de la comarca del Maestrazgo, Asociación deportiva Trepacantos, centros educativos de ambas ZBS)

- Campaña de prevención del consumo de riesgo de alcohol, coincidiendo con el Día Mundial sin alcohol (15 de noviembre).

¿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

CENTROS EDUCATIVOS: Colaboración con los 4 colegios e instituto de la zona en actividades comunitarias.

AMPAs: Colaboración con AMPAs en formación y actividades conjuntas.

COMARCA DEL MAESTRAZGO: Departamento de deportes y servicios sociales, Activos para la Salud. Mesa de violencia de género.

CENTRO SOCIAL Y DE ASISTENCIA: Centro de día de Iglesuela del Cid.

ESCUELA DE ADULTOS: Activos para la salud.

RESIDENCIA TERCERA EDAD DE CANTAVIEJA

ATADI: Colaboración constante en formación y atención al usuario.

ASOCIACION DE MUJERES DE CANTAVIEJA: Activos para la Salud

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El Grupo de Atención Comunitaria del Centro de Salud de Cantavieja se constituyó el 20 de abril de 2023 con el objetivo de reactivar y fortalecer las actividades comunitarias en la ZBS. Desde entonces, el grupo trabaja en coordinación con el Equipo de Atención Primaria (EAP) y con el Consejo de Salud para promover la salud, detectar necesidades comunitarias y desarrollar proyectos participativos con enfoque salutogénico.

En la actualidad, el EAP cuenta con: 5 médicos/as de Atención Primaria, 4 médicos/as de Atención Continuada, 2 enfermeras de Atención Primaria, 1 enfermero especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria, 4 enfermeros/as de Atención Continuada y 1 pediatra (presencia quincenal).

Queda sin cubrir la plaza de matrona.

Todas las plazas se encuentran cubiertas, lo que facilita la continuidad asistencial y el desarrollo de actividades comunitarias.

El grupo de trabajo de Atención comunitaria está formado por gran parte del equipo. 2 enfermeros del mismo, poseen la especialidad de Enfermería Familiar y Comunitaria, por lo que creemos que el grupo está unido y motivado a mejorar con un nuevo enfoque.

Este equipo participa en diferentes iniciativas, como: Elaboración y actualización de la Agenda Comunitaria, puesta en marcha y seguimiento de proyectos comunitarios, representación y participación en el Consejo de Salud de Cantavieja, coordinación con recursos comunitarios de la ZBS y se están formando con

Estrategia Atención Comunitaria

los cursos de la Estrategia de Comunitaria de Aragón.

El Consejo de Salud de Cantavieja se constituyó en enero de 2024. Desde entonces se reúne trimestralmente y sigue desarrollando iniciativas orientadas a la mejora de la salud comunitaria, participación social y priorización de necesidades. El Grupo de Atención Comunitaria mantiene una participación activa en estas reuniones.

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

La Zona Básica de Salud de Cantavieja cuenta con una población total de 1.742 TIS según los datos del INE correspondientes al año 2024. El núcleo principal es Cantavieja, con 719 habitantes, donde se encuentra ubicado el Centro de Salud. El resto del territorio está formado por siete núcleos de población de menor tamaño: La Iglesuela del Cid, con 377 habitantes; Fortanete, con 216; Mirambel, con 107; Tronchón, con 60; La Cañada de Benatanduz, con 39; y, constituyendo un punto de atención continuada, los municipios de Villarluego, con 163 habitantes, y Pitarque, con 61.

La actividad económica de la población se centra fundamentalmente en la agricultura, la ganadería, la construcción, el turismo y diferentes pequeñas empresas que sostienen el tejido productivo local. La estructura demográfica, reflejada en la pirámide poblacional, muestra una clara tendencia hacia el envejecimiento progresivo, una característica especialmente marcada en esta zona rural. A este fenómeno se suma un elevado porcentaje de viviendas con un único habitante, lo que incrementa la presencia de situaciones de soledad, particularmente entre las personas de edad avanzada.

Esta realidad demográfica y social convierte a la soledad no deseada en un problema de salud relevante dentro de la comunidad. Para afrontarlo, resulta fundamental fortalecer los vínculos comunitarios y promover estrategias de recomendación de activos que favorezcan la participación social, el bienestar emocional y la mejora de la calidad de vida. La activación de los recursos comunitarios disponibles se plantea así como una herramienta clave para reducir el

aislamiento, potenciar la autonomía personal y fomentar entornos saludables y cohesionados en toda la ZBS de Cantavieja.

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?

A través del proyecto comunitario desarrollado durante estos últimos años, se han identificado los activos de la salud de nuestra ZBS, que ya se encuentran disponibles en el Buscador de Activos. Aparecen ya en buscador de Activos. Nuestro objetivo ahora es, además de seguir ampliando el número de activos en la zona, lograr que cada organización se implique en mantener actualizado el mapa de activos curso tras curso. De este modo, desde el centro de salud, se podrá continuar realizando una recomendación formal basada en información fiable y actualizada.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

En los últimos años, el equipo ha mantenido una práctica sistemática de recomendación de activos comunitarios cuando, desde la consulta, se detectan necesidades susceptibles de mejora mediante la participación en recursos sociales y comunitarios. Esta estrategia se dirige, especialmente, a personas con deterioro cognitivo, situaciones de soledad no deseada, sedentarismo, fragilidad, sobrecarga de cuidados u otros factores que pueden beneficiarse del fortalecimiento de capacidades, la promoción del autocuidado y la mejora del bienestar.

Los principales activos recomendados de manera formal durante este periodo han sido:

- Programa Apoyos Conectados (finalizado en junio de 2025): dirigido a personas autónomas que pueden requerir apoyos puntuales, así como a personas con discapacidad, mayores con dependencia, fragilidad o con redes de apoyo insuficientes. Ha contribuido al seguimiento, la prevención de complicaciones y la mejora de la seguridad en el domicilio.

Estrategia Atención Comunitaria

- Gimnasia de mantenimiento: indicada para personas mayores que pueden beneficiarse de ejercicio físico regular, especialmente en situaciones de sobrepeso, sedentarismo o soledad, favoreciendo la mejora del bienestar y la calidad de vida.
- Entrenamiento y apoyo a la memoria: recomendado para personas con necesidades de estimulación cognitiva, como medida de prevención y mantenimiento de las funciones mentales.
- Cuidando al que cuida – CUIDARTE: talleres dirigidos a personas cuidadoras, centrados en el autocuidado, la gestión emocional y la prevención de la sobrecarga.
- CAMINANTES: salidas saludables y pedagógicas para el conocimiento del entorno, que promueven ejercicio físico moderado y socialización. Se recomienda a personas con sobrepeso, hipertensión, dislipemia y otras condiciones susceptibles de mejora mediante actividad física regular o socialización.
- La voz es arte: taller orientado al cuidado y educación de la voz, con prácticas para el mantenimiento del aparato fonador y actividades de expresión vocal.
- Actividades docentes de formación y extensión educativa: propuestas formativas dirigidas a la población general, orientadas al aprendizaje continuo, la participación comunitaria y el fortalecimiento de redes sociales.

La recomendación de activos comunitarios se dirige a personas: con factores de riesgo modificables (sedentarismo, aislamiento, sobrepeso, fragilidad, disfunciones cognitivas leves, etc.); con necesidades de apoyo emocional o de fortalecimiento del autocuidado; cuidadoras en riesgo de sobrecarga; con condiciones clínicas o sociales que pueden beneficiarse del contacto con la comunidad o de intervenciones de promoción de la salud.

Los criterios de derivación incluyen: oportunidad de mejora mediante recursos comunitarios, motivación o disposición para el cambio, accesibilidad al recurso y adecuación a la situación funcional, social o emocional de cada persona.

Estrategia Atención Comunitaria

La recomendación se realiza de manera formal mediante un proceso estructurado y resumido: se identifica la necesidad o motivo de la recomendación, considerando factores de riesgo, intereses y oportunidades de mejora; se selecciona el activo más adecuado a partir del Catálogo de Activos en Salud de Aragón y que hemos acordado con el entidad organizadora el procedimiento de acogida, la Agenda del EAP o recursos validados en la ZBS, teniendo en cuenta necesidades, preferencias y accesibilidad; y finalmente se registra la indicación en la historia clínica, se entrega la información del activo con datos de contacto, lugar, horarios y condiciones de participación, y se realiza seguimiento de la adherencia, los efectos percibidos sobre bienestar, autonomía y calidad de vida, y la posible incorporación de nuevos activos.