

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD SABIÑÁNIGO

Sector Sanitario	Huesca
Nombre del Equipo de Atención Primaria	CS Sabiñánigo

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

B1. ACTIVIDADES Y PROYECTOS DEL SERVICIO DE ATENCIÓN COMUNITARIA DEL EAP

1.1 PROGRAMA INTEGRAL DE ASISTENCIA A LA MUJER EN EL CLIMATERIO

Proyecto RAPPS Código H001 desde el año 1996
Población diana: mujeres en climaterio y menopausia

Objetivo: informar sobre la etapa del climaterio y favorecer el autocuidado; crear espacios de apoyo mutuo y participación comunitaria, fortaleciendo la red social y el empoderamiento de las mujeres en esta etapa.

Tipo de intervención: Charlas y talleres que se realizan de forma anual en 6-8 sesiones con intervención de profesionales diversos (matrona, medicina ,psicología, fisioterapia, nutrición, sexología, ginecología....)

profesional referente: Pilar Sánchez (matrona)

Situación: Activo.

1.2. PROYECTO ATENCIÓN COMUNITARIA SIN QUEBRANTARHUESOS.

Proyecto RAPPS Código H030 desde 2019.

Población diana: pacientes de salud mental y población general.

Objetivo: promover el uso del ejercicio físico en grupo como herramienta salutogénica y de socialización en prevención y tratamiento de salud mental.

Estrategia Atención Comunitaria

Tipo de intervención: grupo mixto, pacientes de salud mental y población general. El grupo sale a caminar una vez a la semana, acompañado por personal de ASAPME, del Centro de Salud o de Comarca Alto Gállego. La caminata se complementa con ejercicios de fuerza y equilibrio. Una vez al mes la fisioterapeuta del centro de salud realiza dirigir una sesión de estiramientos. De forma tri/cuatrimestral el grupo realiza actividad de senderismo en el medio natural.

Profesional referente: Laura Rivilla (MFyC).

Situación: Activo.

1.3. PROYECTO DE ENCUENTROS DE CRIANZA Y PARENTALIDAD POSITIVA.

Proyecto RAPPS código H032 desde 2023.

Población diana: Madre y padres de bebés 0-3 años.

Objetivo: Cubrir las necesidades de formación en la crianza de bebés de 0-3 años, además de tejer redes de apoyo entre familias en un clima de empatía y confianza a través de encuentros donde se trabajan temas de interés y resolución de inquietudes (RCP, rabietas, alimentación, educación positiva, lactancia materna).

Tipo de intervención: Sesiones semanales de 1.5 horas de duración organizadas por Centro de Salud y MUSA

Profesional referente: Pilar Sánchez (matrona).

Situación: Activo.

1.4. FESTIVAL DE LA SALUD DE SABIÑÁNIGO.

Proyecto RAPPS código H0034 desde 2025.

Población diana: población general de Sabiñánigo y Comarca Alto Gállego, incluidos grupos en situación de vulnerabilidad y todas las etapas de la vida: infancia, adolescencia, edad adulta, ancianos con y sin fragilidad.

Objetivo: visibilizar los activos en salud, tanto públicos como privados que existen en el territorio, experimentar con ellos en primera persona y facilitar la adquisición de hábitos saludables.

Tipo de intervención: Evento en el que diferentes activos del entorno muestran su actividad habitual cara al público. Además se

Estrategia Atención Comunitaria

realizan talleres, charlas, coloquios, juegos, actividades de baile, relajación y un amplio etc. La primera edición tuvo lugar en 2024 durante una jornada. En la edición 2025 se prolongó a dos jornadas en las que se realizaron 50 actividades con 550 asistencias a las mismas. Para la edición 2026 se planea ampliar a una semana de duración y diversificar la localización. Se organiza mediante un grupo motor constituido por miembros del Consejo de Salud (Ayuntamiento, Centro de salud, Comarca Alto Gállego, Hogar de Mayores, AECC, Cruz Roja) y otras entidades con actividad en el territorio (ASAPME, MUSA, farmacia comunitaria, asociación Brincaval, fundación Secretariado Gitano, Centro de Salud Biescas).

Profesional referente: Laura Rivilla

Situación: Activo.

1.5. PROGRAMA DE EDUCACIÓN MATERNAL y PATERNAL

Población diana: mujeres en 2º y 3er trimestre de gestación y a sus acompañantes.

Objetivo: Preparar a la madre y padre para la llegada del bebé trabajando la preparación al parto, alivio del dolor, postparto, lactancia (colabora Vía Láctea), cuidados del bebé, crianza saludable.

Tipo de intervención: Sesiones grupales teórico prácticas una vez a la semana de 2 horas de duración (8 presenciales + 2 online emocionales) donde se aborda el parto en su dimensión bio-psico-social y la parentalidad positiva.

Profesional referente: Pilar Sanchez (matrona)

Situación: Activo.

1.6. PROMOCIÓN EJERCICIO FÍSICO EN MUJERES MIGRANTES

En 2025 se ha constituido un grupo en el que mujeres migrantes, con escasa actividad física previa, han podido experimentar los beneficios del ejercicio físico en su bienestar. Durante 11 semanas han realizado una sesión semanal de ejercicio dirigida por fisioterapeuta. 8 sesiones fueron dirigidas por fisioterapeuta del Centro Salud y 3 sesiones por fisioterapeuta contratada

Estrategia Atención Comunitaria

por MUSA y Residencia de mayores Alto Gállego. En este grupo han participado además socias de MUSA, con lo que se ha conseguido que varias de las mujeres migrantes se hayan asociado a MUSA tras este proyecto y continúen realizando ejercicio y asistiendo a otras actividades de la asociación

Profesional referente: Elisenda Paniello (Fisioterapia)

Situación: No activo, pendiente de reprogramación.

1.7. PROGRAMA DE EJERCICIO FÍSICO PARA PACIENTES CON RIESGO CARDIOVASCULAR (CORAZÓN EN FORMA)

Población diana: Pacientes con riesgo cardiovascular moderado.

Objetivo: a través del ejercicio físico lograr un mejor control de su enfermedad y factores de riesgo en pacientes con riesgo cardiovascular aumentado

Tipo de intervención: Se trabaja en grupos el ejercicio físico y soporte para el control de factores de riesgo (dieta, tabaco). Dos sesiones semanales de ejercicio físico (un día aerobio y otro anaerobio) y consejo y refuerzo sobre estilos de vida saludables, dieta, abandono del hábito tabáquico etc. Participa personal de enfermería, fisioterapia y auxiliar de enfermería. Colabora Cardiología si se considera preciso prueba de esfuerzo previa. Se han realizado dos sesiones anuales

Profesional referente: Jorge Poma (enfermero)

Situación: No activo. Última edición 2024.

1.8. PROYECTO PARA LA PREVENCIÓN EN CAÍDAS DE PERSONAS MAYORES.

Población diana: Mayores de 70 años frágiles

Objetivo: retrasar el deterioro funcional y promover la salud en la persona mayor de 70 años con TEST de BARTHEL > o igual a 90 en situación de fragilidad

Tipo de intervención: programa de ejercicio físico terapéutico con adulto frágil y/o con riesgo de caídas. Duración 12 semanas. 3 sesiones presenciales en el Centro Salud, resto en domicilio. Ejercicios de equilibrio, fuerza,

Estrategia Atención Comunitaria

movilidad y resistencia aeróbica. Evaluación inicial y final.

Profesional referente: Myriam Stokman (fisioterapeuta)

Situación: Activo.

1.9. PROYECTO DE FISIOTERAPIA RESPIRATORIA EN EPOC

Población diana: Pacientes con EPOC moderado.

Objetivo: Mejorar la capacidad respiratoria y la calidad de vida percibida.

Tipo de intervención: Fisioterapia grupal con 5 pacientes, llevando a cabo 6 sesiones (1-2 semanales). Además se realiza un entrenamiento en el manejo de inhaladores, supervisada por enfermería.

Profesional referente: Myriam Stokman (fisioterapeuta)

Situación: Activo.

1.10. PROYECTO GRUPAL DE NUTRICIÓN (2024)

Población diana: Pacientes adultos con IMC>25 captados en las consultas de AP

Objetivo: Aumentar el nivel de conocimientos y habilidades de los pacientes en relación su autocuidado a través de la alimentación.

Tipo de intervención: Sesiones grupales de 10 pacientes realizadas cada dos semanas, con 6 sesiones en total.

En cada sesión se revisaba el peso, tensión, perímetro abdominal, y se trataban diferentes temas relacionados: lectura de etiquetas, alimentación equilibrada, etc.

Profesional referente: Rocío Herranz (EFyC)

Situación: inactivo

1.11 PROYECTO GRUPAL PARA EL ABORDAJE DE LA OBESIDAD (2026)

Población diana: Pacientes con obesidad (IMC > 30) captados en las consultas de AP.

Objetivo: Aumentar el nivel de conocimientos de los pacientes en relación a la enfermedad de la obesidad y su abordaje eficaz.

Tipo de intervención: Se realizará un ciclo de 8 sesiones separadas semanalmente a lo largo de los meses de enero - febrero - marzo con

Estrategia Atención Comunitaria

diferentes temáticas relacionadas con la obesidad, la nutrición y el ejercicio. Colabora profesional de farmacia comunitaria con formación en nutrición

Profesional referente: Alba Soriano (EFyC).

Situación: Activo

1.12 TALLERES DE “SALUDONIA” CON COLONIAS URBANAS.

Población diana: niños y niñas participantes de colonias urbanas de Sabiñánigo (Brincaval y Área Activa).

Objetivo: concienciar sobre la salud comunitaria en infancia.

Tipo de intervención: Taller de Cuento dinamizado de “Saludonia” sobre Salud Comunitaria ofrecido a las colonias urbanas de la ciudad. Han asistido 3 grupos de niños de entre 15 y 20 participantes cada grupo en verano de 2025.

Profesional referente: Sheila Folch (trabajadora social)

Situación: activo

1.13 PROGRAMA “SALAS DE ESPERA ACTIVAS”.

Población diana: Población general.

Objetivo: Aprovechar los espacios comunes del Centro de Salud como espacio de divulgación de material de promoción de la salud.

Tipo de intervención: Los profesionales realizan una selección de material divulgativo dirigido a pacientes que se dispone en la sala de espera, actualizándose periódicamente.

Profesional referente: en salas de Medicina de familia, Laura Rivilla (MfyC) y en salas de Pediatría, Guiomar Navarro (Pediatra).

Situación: activo

1.14 PROGRAMA SOBRE VOLUNTADES ANTICIPADAS (DVA)

Población diana: población general

Objetivo: Conocer los trámites administrativos y aclarar dudas sobre la tramitación del Documento de Voluntades Anticipadas (DVA).

Tipo de intervención: Talleres informativos anuales a través de la asociación MUSA en el Centro de salud, explicando información sobre

Estrategia Atención Comunitaria

el procedimiento, trámites administrativos y la posibilidad de incluir en el DVA la prestación de ayuda para morir (eutanasia).

Formación personalizada según la necesidad a las usuarias y usuarios en el mostrador de admisión.

Profesional referente: Margarita Cano (auxiliar administrativa)

Situación: No activo.

1.15 PROGRAMA “FOMENTO DE SALUD INFORMA”

Población diana: Población general.

Objetivo: dar a conocer todas las posibilidades que ofrece la aplicación de Salud Informa del Departamento de Sanidad de Aragón.

Eje temático: nuevas tecnologías, atención al paciente

Tipo de intervención:Talleres informativos anuales en el centro de salud para el EAP. Talleres dirigidos a la población en general a través de la asociación de mujeres MUSA (anual). Formación a otros centros de salud. Formación personalizada según la necesidad a las usuarias y usuarios en el mostrador de admisión.

Profesional referente: Margarita Cano (Auxiliar administrativa)

Situación: Activo

¿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

B.2 INICIATIVAS Y PROYECTOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD REALIZADOS POR ENTIDADES DEL ENTORNO

PROYECTOS INSTITUCIONALES:

ESCUELAS PROMOTORAS DE LA SALUD:

Los cinco centros escolares de Sabiñánigo pertenecen a la red de Escuelas Promotoras de Salud (CEIP Monte Corona, CEIP Puente Sardas, Colegio Santa Ana, IES San Alberto Magno, IES Biello Aragón) y ofrecen actividades dentro de

Estrategia Atención Comunitaria

su programación general anual relacionadas con salud.

Vivir Activamente (Comarca Alto Gállego).

Programa comunitario para población adulta con talleres “ACTIVAR-T, MOVER-T y EMOCIONAR-T” que promueven hábitos saludables, actividad física y bienestar emocional en los municipios de la comarca.

Programa Especializado en Adicciones – PEA (Comarca Alto Gállego). Dispositivo comarcal de promoción de la salud y prevención de drogodependencias y otras adicciones que garantiza acceso equitativo a información, orientación y recursos preventivos.

Deporte municipal: actividades, Ayuntamiento de Sabiñánigo

Oferta estable de actividad física en instalaciones municipales y eventos populares que fomentan ejercicio regular y vida activa para todas las edades.

Colaboración Ayuntamiento–CADIS Huesca (inclusión y alimentación segura). Convenios y proyectos locales entre los que destacan colaboración con residencia de titularidad municipal, colaboración con grupo de nutrición del Centro de Salud, exposición en Consejo de Salud.

Asesoría Psicológica “Atrévete” (Comarca Alto Gállego)

Atención psicológica gratuita a jóvenes de 12–25 años para ansiedad, estrés y dificultades emocionales.

Talleres de Prevención para Familias. (Comarca Alto Gállego) temática comunicación, autoestima, límites y convivencia familiar.

Programa Joven del Ayuntamiento. Actividades de ocio saludable, tiempo libre educativo y cultura para adolescentes.

Estrategia Atención Comunitaria

Centro Comarcal de Servicios Sociales. Atención primaria social, ayudas, vulnerabilidad, unidad de convivencia, emergencias. Programa de prevención e inclusión social, atención social, psicológica, etc..

Alojamiento Alternativo y Albergue de Transeúntes. Recurso habitacional urgente para personas sin hogar.

ASOCIACIONES Y PROYECTOS COMUNITARIOS

Proyecto MUSA – Asociación de Mujeres por la Salud: Promueve empoderamiento femenino y autocuidado físico, mental y social. La oferta de MUSA incluye actividades fijas, como el “café y lo que surja” donde se acogen a nuevas socias y se proponen las actividades; los “encuentros saludables” de frecuencia semanal y “andarinias y estiradas” también semanal. Además se ofrecen charlas, talleres y diversas actividades de ocio activo , bienestar emocional y un amplio etc

Para más información consultar la web:
<https://www.asociacionmusa.es/>

ASAPME (Salud Mental) – Sensibilización y apoyo. Programa de inclusión y acompañamiento comunitario de pacientes con enfermedad mental y sus familiares .

CENTRO IBÓN. Programas de prevención y promoción de la salud en relación a las adicciones a sustancias, pantallas, conductas, etc.

AECC – Asociación Española Contra el Cáncer. Apoyo psicosocial a pacientes y familiares, además de talleres/actividades periódicas, algunas de ellas abiertas a población general. Participan en campañas de prevención (sol, tabaquismo, apoyo a cribados...).

Servicios de Cruz Roja Alto Gállego (Sabiñánigo/Biescas) Teleasistencia, préstamo de ayudas técnicas, transporte adaptado y apoyo a personas mayores o en riesgo de exclusión.

Estrategia Atención Comunitaria

Cáritas Sabiñánigo. Acogida, apoyo emocional, empleo, formación e infancia; reducción de soledad no deseada.

Cruz Roja Alto Gállego. Programas de salud comunitaria, acompañamiento, emergencias y ayuda social.

Residencia Mimara y Residencia Alto Gállego. Cuidados residenciales especializados para personas mayores y dependientes.

Centro de Atención Temprana Carlos López Otín. Intervención en desarrollo infantil (0–6 años) y apoyo familiar.

DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA

Club de Arqueros / Arqueros de Sabiñánigo. Tiro con arco para todas las edades; programa para mujeres en rehabilitación de operación por cáncer de mama.

Club Ciclista Sabiñánigo y Edelweiss. Fomento del ciclismo recreativo y rutas saludables; incluye la Quebrantahuesos como evento emblemático.

Club Petanca Sabiñánigo. Actividad física suave e intergeneracional

EDUCACIÓN Y CULTURA

Biblioteca Municipal Rosa Regás. Espacio cultural y de encuentro con amplios fondos sobre salud

Centro de Atención Temprana Carlos López Otín. Intervención en desarrollo infantil (0–6 años) y apoyo familiar.

PARTICIPACIÓN CIUDADANA Y SEGURIDAD

Asociaciones Vecinales (Santiago, Pilar, Ibort, Used): Participación cívica, mejora del entorno

Estrategia Atención Comunitaria

y cohesión comunitaria. Representación en Consejo de salud

Protección Civil – Voluntariado: Formación en emergencias y primeros auxilios; refuerzo de seguridad y resiliencia 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

B3. RELACIONES DEL CENTRO DE SALUD CON LAS ENTIDADES DEL ENTORNO

MUSA: MUJERES POR LA SALUD

La colaboración entre el Centro de Salud y MUSA es fluida, bidireccional y continua. En MUSA participan tanto profesionales del Centro de Salud como profesionales externos. Además esta asociación participa activamente en la vida comunitaria de la localidad: forma parte del Consejo de Salud, del grupo motor del Festival de la Salud y colabora tanto con el Centro de Salud como con otras instituciones (residencias de mayores, centros escolares etc).

COMISIÓN INTERSECTORIAL DE VIOLENCIA DE GÉNERO:

Está formada por integrantes del Centro de Salud ,Comarca Alto Gállego (trabajadoras sociales), Guardia Civil y Ayuntamiento.

Objetivo: Coordinación profesional ante casos de especial importancia y seguimiento. Enfoque de seguridad y apoyo integral..

Profesionales responsables: Alexandra Trepot (enfermería), Sheila Folch(trabajadora social).

COMISIÓN ABSENTISMO:

Formada por profesionales de centros educativos, coordinadora de Programa Adcara, Centro de Salud. Profesional responsable: Sheila Folch (trabajadora social).

RELACIONES CON LOS CENTROS EDUCATIVOS

Se mantiene comunicación vía telemática y varias reuniones anuales con los centros escolares de la localidad.

Estrategia Atención Comunitaria

2023: Se llevaron a cabo talleres para fomentar el bienestar emocional en Centros de Educación Secundaria por parte de residentes de psicología y personal del Centro de Salud. También se ha colaborado en orientación al alumnado de bachiller sobre profesiones sanitarias

2024 y 2025: 8 talleres de salud buco-dental por parte del servicio de Odontología y enfermería pediátrica en CEIP Monte Corona

2025:

- Taller sobre “¿Qué es salud comunitaria?” en todos los Centros de Primaria y Secundaria a propuesta del grupo motor del festival de la Salud (cinco talleres).

- Dos sesiones de formación en urgencias para maestros, profesores y personal de comedor de centros escolares (a petición de los mismos).

Para el curso escolar 25-26 se ha propuesto a los centros su participación en el Festival de la Salud.

BIBLIOTECA MUNICIPAL ROSA REGÁS:

La colaboración con la biblioteca se ha producido en varios ámbitos:

Punto Naranja: espacio en biblioteca reservado para libros sobre crianza y lactancia; proyecto de la Comisión de lactancia de Huesca

Más lectura y menos menopausia: selección de libros sobre menopausia. Realización de charla sobre este tema en la biblioteca por la matrona exposición de los fondos relacionados con salud en el Festival de la Salud

Donación de material sobre biblioterapia para las salas de espera del Centro de Salud

RELACIONES CON OTROS CENTROS DE SALUD:

En 2024 el Centro Salud Biescas colaboró en el Festival de la Salud. En 2025 el Consejo de Salud de Biescas forma parte del grupo motor del Festival

En 2025 se ha colaborado con el centro de salud de Broto para la realización de talleres sobre DVA (documento voluntades anticipadas), compartiendo la documentación usada en las charlas organizadas en Sabiñánigo.

REUNIONES DEL CENTRO DE SALUD CON ACTIVOS COMUNITARIOS

Objetivo: conocimiento y coordinación con los activos comunitarios por parte del centro de salud

Entidades con las que se han mantenido reuniones: profesionales del IASS; Centro de Mayores; trabajadoras sociales y psicólogas de la Comarca Alto Gállego, ASAPME (Asociación Aragonesa Pro Salud Mental); AECC (Asociación Española contra el Cáncer), Asociación Ibón (drogodependencias), Arcadia (salud mental); Centro Solidaridad Interdiocesano, Alcohólicos Anónimos; Arqueros de Sabiñánigo; logopedia “hablando diferente”.

COLABORACIONES ENTRE DIFERENTES ACTIVOS COMUNITARIOS

Distintos activos comunitarios y el Centro de Salud colaboran entre sí

FESTIVAL DE LA SALUD: la organización del evento ha supuesto la creación de un amplio grupo motor que ha mejorado la comunicación y colaboración entre las entidades que lo componen

EXCURSIONES: excursión conjunta entre Escuela de verano Brincaval, asociación MUSA y Sinquebrantarhuesos

TALLERES DE TABAQUISMO: se han realizado talleres de tabaquismo de forma conjunta entre profesionales del Centro de Salud, psicólogas de asociación Ibón, AECC y asociación MUSA.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

B4.ORGANIZACIÓN DEL EAP GRUPO DE ATENCIÓN COMUNITARIA: REFERENTES, RESPONSABLES DE ACTIVIDADES COMUNITARIAS, NÚCLEO PROMOTOR.

Estrategia Atención Comunitaria

COMUNICACIÓN Y COORDINACIÓN CON EL CONSEJO DE SALUD.

El grupo de Atención Comunitaria del Centro de Salud se constituyó en 2019. Está formado por profesionales de todos los estamentos (Admisión, Enfermería, Medicina, Matrona, Fisioterapia, Trabajo Social, Atención Continuada) Se mantiene reuniones con una frecuencia aproximada de una al mes para coordinar los distintos proyectos en los que se participa y repartir las tareas, además de comunicación por grupo de WhatsApp. También hay profesionales referentes de cada uno de los proyectos.

La comunicación con el resto del equipo se realiza tanto en las reuniones generales (si es información puntual), como en sesiones de formación específicas de comunitaria (2-3 al año)

Se ha creado una carpeta de comunitaria dentro de la carpeta de calidad en red (accesible para todo el equipo), en la que se recogen las actividades realizadas y los documentos de trabajo. También se comparten documentos en plataforma drive

Coordinadora: Laura Rivilla Marugán (MFyC) Los integrantes del grupo pueden consultarse en el Acta de Constitución, que se actualiza generalmente una vez al año.

PARTICIPACIÓN EN EL CONSEJO DE SALUD DE SABIÑANIGO

Desde el año 2019 el grupo de comunitaria del Centro de Salud ha llevado a cabo varias intervenciones en el Consejo de Salud para informar de los distintos proyectos comunitarios que se están llevando a cabo e intentar incentivar la participación por parte de los miembros del Consejo.

El cambio más significativo ha sido a partir de la iniciativa "Consejos de salud, herramienta Evalguía" realizada en marzo del 2025. Evidenciando que el funcionamiento del Consejo de Salud debía mejorar en muchos de los ítems valorados.

Estrategia Atención Comunitaria

Tras la evaluación se decide trabajar en dos de los cuatro ítems con menos puntuación: "Flexibilidad" y "Comunicación".

En flexibilidad se han producido numerosos avances como facilitar el acceso de miembros vía telemática, cambio de horarios de reuniones, periodicidad bimensual o mayor participación en proponer el orden del día. Está previsto crear un grupo de trabajo para mejorar los canales de difusión y comunicación. Se establece desde el equipo Evalguía un sistema de evaluación anual para valorar los proyectos trabajados e identificar próximas acciones.

Cabe destacar la coordinación e información continua recibida por el Dpto. de Humanización y Participación en Salud en formación y otras dudas surgidas en el proceso de cambios.

Desde el Consejo de Salud también se propuso la adhesión de nuestra localidad a la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención del SNS, y actualmente se está trabajando en ella.

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

ANÁLISIS DEL CONTEXTO DE LA ZONA.

¿Qué factores socioeconómicos y culturales influyen en la salud de la Zona?

Analizando los datos del Atlas de Salud Pública de 2024, el observatorio de la recomendación de activos y el IAEST, los factores socioeconómicos y culturales influyentes en nuestra Zona Básica de Salud son:

Envejecimiento y sobrevejecimiento: porcentaje de personas mayores de 65 del 23,33%, y mayores del 85 años del 5,39%, así como un notable índice de sobrevejecimiento del 23%. Además, los hogares unipersonales en mayores de 65 años representan un porcentaje significativo del 13,33%, configurando un escenario de vulnerabilidad social. Esta realidad implica un incremento de necesidades relacionadas con la atención a la dependencia, la presencia de enfermedades crónicas, el riesgo de fragilidad y la soledad no deseada.

Índice de privación positivo del 0,2 refleja una situación de desigualdad socioeconómica que condiciona la calidad de vida y el bienestar general. Brecha digital y acceso a internet: más de la mitad de las viviendas (51,49%) no disponen de acceso a internet, lo que constituye una barrera para la salud digital, el acceso a información y la participación en recursos administrativos o educativos.

Inmigración: porcentaje del 12,7% inferior a la media nacional y aragonesa. La diversidad cultural es un elemento enriquecedor para la vida comunitaria, pero puede generar barreras en el acceso a los servicios sanitarios, educativos y sociales, especialmente cuando existen dificultades idiomáticas o una integración social parcial.

Hay que señalar que, en los últimos años se ha incorporado una población flotante de refugiados subsaharianos de unas 120 personas. Esta población

Estrategia Atención Comunitaria

participa de clases de idiomas, asesoramiento legal y laboral. Desde el Centro de Salud se les ha facilitado la participación en la actividad “Naturaleza y Salud”.

En paralelo, se observan necesidades emergentes en población joven, especialmente relacionadas con la salud mental, detectadas por los servicios de apoyo psicológico y social. Aunque la zona dispone de un gran número de activos comunitarios, estos se encuentran fragmentados y no siempre son conocidos ni accesibles para toda la población.

Del mismo modo, percibimos un aumento (no cuantificado) de pacientes con problemática en relación a su actividad laboral, muchos de ellos en situación de incapacidad laboral transitoria.

¿Se puede realizar alguna intervención comunitaria que ayude a reducir las desigualdades sociales en la salud?

Sí es posible realizar intervenciones comunitarias eficaces si se aprovechan los activos existentes y se focalizan en reducir desigualdades mediante:

programas de acompañamiento

salud mental y bienestar emocional

integración cultural

alfabetización digital y acceso a los sistemas de protección social

parentalidad y marentalidad positiva y cuidados

recomendación de activos comunitarios

Hay varias intervenciones que ya se están llevando a cabo por diferentes activos comunitarios y por el centro de salud.

Por ejemplo el Centro de Mayores aborda el envejecimiento activo, la soledad y la fragilidad en personas mayores, combinando actividades grupales y talleres destinados a la mejora de la memoria, el bienestar emocional o el cuidador.

Dada la elevada brecha digital detectada, se propone también una línea de trabajo centrada en la alfabetización tecnológica, facilitando el acceso a trámites y servicios de salud digital y sistema sanitario.

Es necesario continuar con intervenciones comunitarias para reducir desigualdades sociales, el grupo de ejercicio físico en mujeres migrantes y asociación MUSA han contribuido en esta dirección.

En Consejo Salud se pidió a Comarca Alto Gállego colaboración para este objetivo y en 2026

Estrategia Atención Comunitaria

dispondremos de 2 meses de monitor deportivo que destinaremos a colectivos vulnerables.

También en Consejo de Salud se ha planteado la posibilidad de intervenir de forma comunitaria en asesoramiento laboral dado el aumento de malestar detectado a este nivel.

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?

2. ELABORACIÓN DEL MAPA DE ACTIVOS

Ha habido dos momentos en los que se ha iniciado un mapeo no formal.

Al inicio de la estrategia, en 2016 cada profesional del Centro de Salud detalló aquellos activos que conocía y desde el servicio de Admisión se contactó con ellos y se les invitó y ayudó a inscribirse en el buscador de activos para la salud.

Durante la celebración del Festival de la salud 2024 se dispuso a la entrada del mismo un mapa de la localidad. Personal del Centro de Salud estuvo dinamizando durante toda la jornada la elaboración de un mapa de activos por parte de los asistentes. Aparte de estos dos momentos puntuales, cuando éramos conocedores de algún nuevo recurso se ha contactado con él y animado a inscribirse en el buscador.

Queda pendiente un mapeo en el contexto del Consejo de Salud.

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

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

3. RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

La recomendación de activos se ha ido incrementando progresivamente, y aunque se sigue realizando de manera mayoritariamente no formal, ha aumentado el número de recomendaciones mediante el protocolo correspondiente, habiéndose registrado a fecha 30 de junio de 2025, un total de 500 recomendaciones .

Hemos observado que después de las reuniones con los activos aumenta la derivación a los mismos. En estas reuniones se identifica la población diana y los criterios de remisión. Quedaría pendiente la devolución de impresiones después de la

Estrategia Atención Comunitaria

derivación, que en ocasiones se hace de forma heterogénea y en otras ocasiones no se hace.

Desde que la zona básica se adhirió a la Estrategia de recomendación de activos en 2018, se ha ido aumentando exponencialmente la recomendación formal con protocolo en las consultas. Casi el 90 % se concentran entre 2023 y 2025. Esto señala una clara consolidación de la implementación de la Estrategia en nuestra zona básica de salud, un crecimiento del enfoque comunitario y preventivo en la práctica asistencial y una progresiva integración de los activos para la salud en la atención primaria.

El perfil de las personas participantes son mayoritariamente población adulta, con una edad media de 57 años y marcada feminización de la recomendación 431 recomendación de activos a mujeres frente a 69 realizada a hombres. En los diagnósticos asociados predominan claramente las actividades preventivas, junto con problemas relacionados con estilos de vida y bienestar biopsicosocial, como la obesidad, el climaterio, la ansiedad o la depresión. Destaca especialmente MUSA, que aglutina el mayor volumen de recomendaciones femeninas, seguido del Programa de Actividad Física (PAP), ASAPME y Sin Quebrantar Huesos.

En el caso de los hombres el número de recomendaciones es menor y su perfil se asocia a una edad media más elevada y a una participación más tardía en el circuito de activos para la salud.

Como novedad, este año se ha implantado el Programa Naturaleza y Salud (Red Natural de Aragón). Se ha fomentado la promoción del bienestar a través del contacto con la naturaleza con actividades en espacios naturales de Aragón.