

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD SAN PABLO

Sector Sanitario	Zaragoza II
Nombre del Equipo de Atención Primaria	CS San Pablo

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

A: PROYECTOS GENERADOS DESDE EL PROPIO CENTRO DE SALUD:

1- PASEOS CARDIOSALUDABLES "GASTANDO SUELTA POR EL GANCHO".

Proyecto con 15 años de recorrido. Este Proyecto nació en 2010 al abrigo de una actividad comunitaria del Barrio de San Pablo llamada Carrera del Gancho. En los últimos años se ha desarrollado un calendario de paseos en el que cada vez participan más vecinas y profesionales y que ha permitido mejorar las relaciones entre ambos. Además ha permitido establecer redes con otros recursos comunitarios que trabajan en el barrio. La actividad cuenta con el apoyo del Consejo de Salud y el Equipo de Atención Primaria al que se presentan resultados de las evaluaciones de forma semestral. Se realizan 5 paseos semanales (de lunes a viernes): 2 paseos semanales acompañados por profesionales del CS (lunes y miércoles) y el resto de la semana participan sin acompañamiento. La actividad tiene 50 minutos de duración con estiramientos previos y posteriores al ejercicio. A los mismos acuden 2 profesionales del CS (también participan las administrativas) que acompañan la actividad dos días a la semana. Acuden una media de 25-30 paseantes cada día.

El proyecto contempla en sus objetivos dar continuidad a la promoción de ejercicio físico a

Estrategia Atención Comunitaria

través de los paseos y completar esta iniciativa con la prescripción de ejercicio físico en las consultas de Atención Primaria. Otro beneficio claro de la actividad es la socialización y las redes de apoyo que se crean entre las personas que pasean juntas. Trimestralmente se realizan actividades extras como visitas a recursos ambientales o paseos de temática medioambiental. Se han visitado exposiciones y recursos sociales existentes en el barrio. El proyecto está incluido en la RAPPS. La persona responsable es Luis Gimeno. Colaboran 20-25 profesionales del CS.

2- PROYECTO MEDICAMENTOS LOS JUSTOS.

En nuestro centro de salud, somos conscientes de que todos los medicamentos aportan beneficios, pero de forma inseparable también pueden producir problemas como dependencia, efectos secundarios, interacciones entre ellos... Nos parecía interesante difundir y compartir con nuestros pacientes la necesidad de ser prudentes en el uso de los medicamentos para minimizar en lo posible sus inconvenientes. También queremos fomentar las conductas que mejoran la salud más allá de los fármacos. Con este propósito organizamos unos coloquios participativos en los que hablamos sobre este tema. Hasta el momento hemos realizado varias ediciones de esta actividad y han asistido más de 120 personas. La experiencia va resultando muy positiva tanto para los asistentes como para los profesionales que participan. En los últimos años, también se ha ofrecido esta actividad en otros centros, como por ejemplo el centro de convivencia para mayores Luis Buñuel. Persona de referencia Ana Cristina Maza con la colaboración del resto de profesionales del centro.

3- GRUPOS DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD DE CRÓNICOS Y TALLERES EN EL CENTRO.

La educación para la salud es fundamental a la hora de mejorar los conocimientos y habilidades de los pacientes en torno a su enfermedad, mejorando así el control de las

Estrategia Atención Comunitaria

enfermedades, fomentando la autonomía y autocuidado de los pacientes.

Se comenzaron a realizar una serie de talleres organizados en el centro dirigidos a pacientes con patología crónica: anticoagulación, cuidados del paciente diabético, prevención de caídas en ancianos, EPOC. También se realizaron otros talleres como el de RCP y voluntades anticipadas.

Cada año en función de las necesidades detectadas se organizan los talleres del tema que se ve más necesario. Persona de referencia: Juan Castro con la colaboración del resto de profesionales del centro.

4- GRUPOS DE PREPARACIÓN AL PARTO Y DE CRIANZA.

En el centro de salud tenemos un grupo de preparación al parto desarrollado por la matrona y otro de crianza, coordinado por la matrona y por las enfermeras de pediatría. El objetivo de éste grupo es disponer de un espacio donde madres y padres de bebés puedan compartir experiencias y dificultades en torno a la crianza de sus hij@s, especialmente durante los primeros meses de vida.

Esta actividad se desarrolla todos los martes en horario de 10.15-11.30h, alternando grupo de crianza y talleres. En el primero, las familias y profesionales aprenden, comparten experiencias, miedos y resuelven dificultades reales o posibles en torno a la lactancia y la crianza de sus hij@s. En los talleres tratamos diversos temas (primeros auxilios, alimentación, enfermedades frecuentes en la infancia, vínculo y apego, sueño, sexualidad...). Están impartidos especialmente por profesionales del propio centro, pero también de asociaciones, fundaciones, centro de salud joven Amparo Poch, etc. El lugar donde nos reunimos es el gimnasio anexo a la consulta de la matrona del centro. Es una actividad con muy estable y cada vez con más participación. Personas de referencia: Raquel Sangüesa y Laura Gómez.

Estrategia Atención Comunitaria

5- ACTIVIDADES TIPO SEMANA SIN HUMO, DÍA DE LA DIABETES, DIA MUNDIAL DE LA SALUD.

Aprovechando fechas y días temáticos en temas de salud solemos organizar unas mesas informativas en el hall del centro de salud. Los dos últimos años (2024-25) se ha celebrado el día mundial de la salud en colaboración con el colegio Santo Domingo, los niños acudieron al centro de salud y realizaron diferentes actividades destinadas a los usuarios del centro, como pasapalabra de la salud (año 2024) e intercambio de plantas por poesías (año 2025). Nos parece muy interesante el que sean los niños los que animen a los adultos a adoptar estilos de vida saludables. Aprovechamos estos días como espacios de sensibilización y de motivación para intentar mejorar los estilos de vida.

6- ELABORACIÓN DE CORTOMETRAJES.

La elaboración de cortometrajes es una actividad que venimos llevando adelante desde hace 11 años. Los objetivos de dicha actividad son:

- Elaborar materiales audiovisuales que ayuden a sensibilizar sobre temáticas relacionadas con la educación de la salud y la promoción de hábitos y vidas saludables.
- Fomentar y mejorar las relaciones entre usuarios del centro de salud, profesionales del centro y recursos del entorno, a través de la realización de una actividad novedosa.
- Ayudar a los participantes de cada proyecto a reflexionar sobre las temáticas abordadas en cada cortometraje.
- Disponer de una herramienta audiovisual que sirva para difundir actividades, mensajes, y visiones.

Cada año se elaboran varios materiales. Uno para el Certamen Cine y salud y alguno de apoyo a otras actividades de comunitaria organizadas desde el centro o a petición de colectivos del barrio. Todos los audiovisuales pueden visualizarse en:
<https://saludenelgancho.blogspot.com/p/producciones-enganchadas.html> Persona de referencia: Rosa Ma Macipe.

7- REDES SOCIALES

Blog Salud en el Gancho y redes sociales (Instagram). El objetivo del blog y la presencia en redes es por un lado difundir y visibilizar actividades y proyectos del centro y del barrio relacionados con la salud comunitaria. También es un espacio donde hacer recomendaciones y aconsejar a los vecinos sobre temas concretos de actualidad. Asimismo nos hacemos eco y difundimos actividades que tienen lugar en el barrio y que entendemos que son positivas para la salud de los vecinos. Asimismo, estas redes han sido puestas a disposición del Consejo de Salud de Centro de Salud, para ser vehículo de difusión también de las cosas y actividades generadas en ese espacio. Personas de referencia: Luis Gimeno y Juan Castro.

- Blog: <https://saludenelgancho.blogspot.com>
- Twitter: <https://twitter.com/saludenelgancholang=es>
Instagram: @saludenelgancho

8- RINCÓN DE LECTURA DE LA ZONA DE PEDIATRÍA.

Hace 8 años se puso en marcha en la sala de espera de pediatría del centro de salud un rincón para la lectura. El objetivo de dicho rincón era motivar a las familias a leer con sus hijos y a aprovechar las esperas de las consultas en una actividad de promoción de la lectura que consideramos que es positiva para la salud. Es una manera también de evitar o minimizar el uso de pantallas en la sala de espera. Se pidió a compañeros del centro de salud que donaran libros infantiles que ya no usan y con esos libros se ha puesto en marcha el rincón de lectura. Asimismo familias donan libros que ya no utilizan. En 2025 este espacio se ha visto ampliado con el proyecto "leer es crecer" de la fundación CAI , dentro de dicho proyecto nos han donado una estantería y una colección de libros clasificados por edades. El mismo proyecto contempla que una persona voluntaria acuda una vez al mes a ordenar y reponer libros. Persona responsable: Rosa Ma Macipe.

Estrategia Atención Comunitaria

9.- TABLÓN DE ANUNCIOS DEL GRUPO DE COMUNITARIA Y OTROS TABLONES DE ANUNCIOS.

A la entrada del centro de salud, junto a la sala de extracciones, se encuentra el tablón de anuncios del grupo de comunitaria, junto al ascensor, está el del Consejo de salud y hay tablones repartidos por el resto del Centro. En dichos tablones se cuelgan actividades interesantes en el marco de la atención comunitaria, tanto propuestas por el centro de salud como propuestas por colectivos y entidades del barrio y que creemos que mejoran la salud de los vecinos. La persona responsable: Anunciación Alvira y Mónica González.

10.- TALLER DE APRENDER A USAR LA APLICACIÓN SALUD INFORMA

En el año 2022, tras la pandemia, se detectó que ciertos colectivos (especialmente, personas mayores y migrantes) tenían serios problemas a la hora de conseguir cita para ser vistos en el Centro de Salud. Ello se debía a la falta de conocimientos sobre cómo usar la app Salud Informa. Todo esto condicionaba una gran inequidad; pues las personas jóvenes, sanas y con buen nivel formativo eran las que conseguían citarse con su médico o su enfermera. Para paliar esta situación, se creó un taller práctico en el que se enseñaba cómo usar la aplicación Salud Informa en el móvil: se explicaba cómo pedir cita, así como sus otras múltiples funcionalidades. El taller se encuentra actualmente en marcha y se ofrece de manera periódica a las entidades del Consejo de Salud si así lo requieren. En 2025 se han realizado talleres en el centro de convivencia para mayores Luis Buñuel, centro de educación para adultos Concepción Lafuente, AIACAR-ADICAE, asociación Trabajadoras del Hogar y Cuidados de Zaragoza. Persona responsable: Anunciación Alvira.

11.- CONCURSO DE RELATOS Y DIBUJOS:

En 2025, debido a la preocupación creciente entre familiar y profesionales por el uso y abuso

Estrategia Atención Comunitaria

de las pantallas en población infantil, decidimos organizar un concurso de relatos y dibujos. Participaron varias clases de los colegios Santo Domingo, y Carmen y San José. El jurado del mismo estaba formado por las profesionales de “Believe in Art” y la Asociación de Pediatría de Atención Primaria. Los premios del concurso de dibujos fueron donados por “Believe in Art” y las de los relatos por la Fundación CAI. La jornada de entrega de premios se realizó durante una jornada del Consejo de Salud. Es una actividad puntual que planteamos mantener y realizar cada año con temáticas diferentes.

12.- TALLER DE VOLUNTADES ANTICIPADAS:

Desde el CS tenemos preparado un taller de voluntades anticipadas que realizamos periódicamente en el centro de salud y también ofertamos a los distintos recursos del barrio. Este 2025 se ha realizado en el Centro de Convivencia de Mayores Luis Buñuel.

B: PROYECTOS INTERSECTORIALES

1- PARTICIPACIÓN EN LA COMISIÓN VIOLENCIA Y ABUSO DEL PLAN INTEGRAL DEL CASCO HISTÓRICO (PICH).

En dicha comisión se abordan problemas, iniciativas y se comparten informaciones de interés en torno a problemáticas más centradas en los jóvenes y adolescentes del barrio. Se identifican problemas y se intenta mejorar la formación de los profesionales que trabajan con los jóvenes en torno a los problemas detectados. Se reúnen bimensualmente. Persona responsable: Rosa Ma Macipe.

2- CONSEJO DE SALUD DE SAN PABLO.

El Consejo de Salud de San Pablo es un consejo muy vivo, en el que participan una media de 30 personas pertenecientes a distintos colectivos y entidades del barrio. Se ha trabajado mucho en intentar orientar el contenido de los mismos a un concepto amplio de la salud de manera que el Consejo no sea un mero espacio de trasladar a la población aspectos organizativos del centro de salud, y que sea un espacio de reflexión

Estrategia Atención Comunitaria

conjunta sobre los determinantes de la salud de las vecinas y vecinos del barrio. Dentro de esta idea surgió el proyecto del Semáforo de la Salud del barrio de San Pablo, proyecto que supuso un punto de partida de una manera de trabajar del Consejo sobre problemas y determinantes sociales de la salud. El Consejo identifica problemas, intenta conocerlos mejor preguntando a los y las vecinas del barrio, y luego implementa acciones para intentar visibilizarlos, denunciarlos o mejorarlos. Durante estos años hemos trabajado sobre el problema de la vivienda, la brecha digital, la salud emocional y la infancia. Durante el COVID fue un espacio muy importante de interrelación entre todos y de identificación de problemas y respuestas en red de los mismos. Se suele trabajar en comisiones que elaboran propuestas que llevan al resto de integrantes del Consejo para implementarlas. Durante estos años se han ido sumando cada vez más entidades y hemos realizado un folleto informativo sobre el Consejo y un pequeño manual de acogida.

En este momento el Consejo de salud, está volcado en conseguir mejorar los espacios de juego de los menores del barrio, mejorar la utilización de los pocos espacios abiertos para ocio que existen en el barrio y acabar de poner a punto una página web que sirva para dar a conocer el Consejo de Salud. Dicha página web pretende, visibilizar los procesos realizados este tiempo y los materiales generados, así como presentar mapas de recursos del barrio, tablón de actividades y presentación de las entidades que participan del Consejo. También enlaza con el blog Salud en el Gancho, donde visibilizamos las actividades realizadas desde el grupo de comunitaria del centro de salud.

También como línea de futuro se quiere mirar al barrio desde el enfoque de la guía del ministerio de sanidad para “Planificar ciudades saludable”, para lo cual se está intentando dar forma a una Jornada para conocer la guía como punto de partida del proceso. Enlace guía: <https://www.sanidad.gob.es/areas/promocion/Prevencion/entornosSaludables/local/estrategia/herramientas/guiaParaPlanificar.htm>

Estrategia Atención Comunitaria

Web consejo:
<https://consejodesaludsanpablo.com/>
La persona responsable: Rosa Macipe.

3- PROYECTOS PUNTUALES LLEVADOS ADELANTE DESDE ESTA INTERSECTORIALIDAD.

Cada vez más, cuanta más trayectoria de espacios de encuentro con otros colectivos y entidades del barrio, van surgiendo proyectos intersectoriales que pretenden abordajes más integrales, coordinados y ricos sobre problemas comunes a muchos de nosotros. La construcción de proyectos desde la intersectorialidad nos ayuda a tener un conocimiento más integral de la realidad y llegar mucho más lejos de lo que llegaríamos nosotros solos. Estos proyectos van surgiendo y ejemplos de estos son:

- Proyecto Ganchito (ganador del 2º premio de los proyectos PACAP, y ganador de la mención a la estrategia de salud comunitaria del certamen cine y salud),
- Semáforo de la salud del barrio San Pablo
- Cortometraje "El poder del chaleco" con Amediar y Teatro comunitario del Gancho.
- Proyecto Cuidados del CCM Luis Buñuel.
- Concurso de relatos Vivienda y salud.
- Cortometraje "Las reglas del juego".
- Teatro foro vivienda y salud.
- Cafés vecinales sobre vivienda y salud.
- Encuesta Salud emocional en el barrio.
- Encuesta sobre brecha digital en el barrio.

Durante el 2025 se implementó el Taller barrios con cuidados. Dicho taller es una oferta del Centro Marie Langer de metodología ProCC enfocado a compartir y reflexionar sobre los malestares y preocupaciones en torno a la crianza de los hijos. La propuesta fue abordada desde un grupo que se creó para ver la mejor manera de canalizarla. En dicho espacio participó la entidad que proponía, el centro de salud, el centro de servicios sociales y el Colegio Carmen y San José que fue donde finalmente se decidió llevar adelante la propuesta. El taller se llevó adelante con gran participación (unas 25 familias) y satisfacción de las personas que participaron en él.

4- MAPA DE APOYO A LA REALIZACIÓN DE TRÁMITES DIGITALES.

Desde el Consejo de salud se ha impulsado la creación de una red de apoyo a la realización de trámites administrativos en el barrio de San Pablo. La iniciativa está coordinada desde el Consejo de Salud San Pablo.

Inicialmente se creó un grupo motor dentro del Consejo para generar iniciativas a raíz de los resultados obtenidos en la encuesta (año 2024). El grupo motor ideó la posibilidad de generar una red de entidades del barrio que pudieran apoyar a las personas en la realización de trámites, bien sea ofreciendo equipos, o apoyo en la realización de trámites. (Primer semestre 2024)

Se presentó al Consejo de salud la iniciativa y se creó un formulario Google para que las entidades y personas interesadas en colaborar se respondieran al mismo. (Segundo semestre 2024)

Con todas esas entidades se creó el mapa en la aplicación Google by maps. (Segundo semestre 2024). Dicho mapa está alojado en la página web del Consejo. <https://consejodesaludsanpablo.com/mapas/> A continuación se diseñó logo, folleto, cartelería para la difusión (primer semestre 2025). La red se presentó en la “Jornada en la calle del Consejo de salud”

La trabajadora del Centro de salud es un punto de apoyo a la realización de trámites. Persona responsable: Elena Roales.

5- ASOCIACIÓN SALUD COMUNITARIA EN SAN PABLO.

Buscando encontrar la manera de financiar las actividades del Consejo de Salud, puesto que no hay partidas económicas destinadas a eso y que el consejo de salud no tiene CIF, lo que hace imposible concurrir en convocatorias de subvenciones, desde el Consejo de salud se decidió crear esta asociación.

La existencia de esta asociación tiene como fin principal, canalizar iniciativas y propuestas surgidas del Consejo de salud del barrio de San

Estrategia Atención Comunitaria

Pablo, cuando necesiten financiación. De esta manera, a través de su personalidad jurídica, poder concurrir a convocatorias de subvenciones o a otro tipo de iniciativas para las que se exija un CIF. Será la Asociación la beneficiaria de las subvenciones y responsable su cumplimiento.

Varios profesionales del Centro de salud forman parte de los socios de dicha Asociación.

C: COLABORACIONES EN PROYECTOS DE OTRAS ENTIDADES.

1- TALLERES Y SESIONES A PETICIÓN DE COLECTIVOS.

Todos los años desde distintos colectivos se nos piden charlas y talleres dirigidos fundamentalmente a grupos de personas incluidas en sus dinámicas, que suelen ser personas en riesgo de exclusión (Secretariado gitano, Amediar, Servicios Sociales, Ozanam, Médicos del Mundo, Sociedad San Vicente de Paul, Centro educativo de adultos, Asociación Trabajadoras del Hogar y Cuidados de Zaragoza, Casa Juventud San Pablo, IES Portillo). Los talleres solicitados suelen ser: conocimiento y uso del sistema sanitario, salud sexual y reproductiva, crianza positiva, alimentación saludable, prevención de accidentes, manejo de enfermedades frecuentes en la infancia, determinantes de la salud, etc... Algunos de estos talleres se realizan en los centros que los solicitan y otros en la biblioteca del centro de salud, al considerar los colectivos interesante el hecho de que los usuarios se familiaricen más con el centro. Dichas charlas y talleres están preparados y disponibles de manera que no hay que preparar siempre las charlas, simplemente actualizarlas y mejorarlas.

Son impartidos por distintos profesionales en función de los conocimientos sobre el tema y disponibilidad. Se intenta que al menos participen 2 ó 3 personas de manera que las personas que no están interviniendo puedan ejercer de observadores de la actividad. Existe un guion del observador que sistematiza esta observación. Posteriormente se evalúan las

Estrategia Atención Comunitaria

actividades con los usuarios y a partir de los guiones de observación.

2- COLABORACIONES CON LAS FIESTAS DEL BARRIO.

El mes de junio tienen lugar las fiestas del barrio. Son unas fiestas autogestionadas, con poco presupuesto, organizadas y llevadas adelante por colectivos y vecinos del barrio. Nuestra colaboración con las fiestas consiste, además de participar como un vecino más en las actividades propuestas, y en la difusión y organización de las mismas, en la oferta de algunas actividades como han sido:

- Paseo cardiosaludable y visita lugares emblemáticos del barrio.
- Grabación del pasacalles del Gancho.
- Cine-fórum a partir de la proyección de cortos sobre temáticas relacionadas con la salud en su sentido más amplio.
- Cesión de nuestros cortos para su proyección en cine al aire libre en zonas especialmente conflictivas del barrio.
- Jornada final del Semáforo de la salud de San Pablo.
- Decoración del centro y cesión del espacio a la entrada del centro para la realización de taller de decoración.
- Los últimos 3 años, se hace una Jornada en la calle del Consejo de Salud, coordinada por el centro de salud. Dicha Jornada es uno de los actos centrales de las fiestas. Es un espacio para dar a conocer lo que hacen distintas entidades del barrio y es un espacio de relación entre entidades y vecinas y vecinos del barrio. Se aprovecha paralelamente para presentar actividades que son buenas para la salud (deporte, bailes, música, teatro....) Dicha Jornada la denominamos; “A la salud de las fiestas del Gancho”.
- Taller RCP al aire libre.

4.- PROYECTO MUSEOS PARA EL BIENESTAR:

En 2023 se puso en marcha un proyecto desde Zaragoza Cultura que se llama Museos para el

Estrategia Atención Comunitaria

Bienestar, en la línea de que los museos y la cultura son buenos para la salud. Los museos municipales han puesto en marcha un nuevo programa de visitas, realizado en colaboración con los centros de salud de la ciudad de Zaragoza. Busca convertir a los museos en recursos para la salud con las que los equipos de Atención Primaria puedan establecer una coordinación para dinamizar sus acciones y establecer un circuito o esquema de recomendación formal para aquellas personas que puedan beneficiarse.

La evidencia científica dice que el arte puede servir para los problemas de salud y transiciones vitales. En otros países del entorno europeo ya existen programas de conexión formal de activos entre servicios artísticos y centros de atención primaria como "Arts on prescription". Los museos pueden ser fundamentales a la hora de ofrecer programas para adultos con el fin de mejorar el bienestar psicológico. Integra cuatro diversas actividades que se desarrollan durante 4 meses, a una al mes, y que son:

- Una visita guiada al Museo Pablo Gargallo.
- El desarrollo de una actividad/taller que permita una acción creativa y terapéutica a los participantes.
- Una visita guiada a una de las exposiciones temporales programadas en nuestra ciudad.
- Una visita guiada al Museo del Teatro de Caesaraugusta.

Para las visitas guiadas está estimada una duración de 90 minutos y para el taller de 120 minutos, y se comienza a las 11h.

El número de participantes en cada actividad es de 15 personas máximo, si bien las personas que requieran de apoyo en sus desplazamientos podrán ser acompañadas por una persona.

Se nos ha hecho llegar la información de cada uno de los grupos que se han creado y hemos derivado pacientes a los mismos.

5- TALLERES A PETICIÓN DE ALGÚN COLEGIO DE LA ZONA (COLEGIO SANTO DOMINGO Y EL CARMEN Y SAN JOSÉ).

Dentro de los colegios de la zona, los colegios con los que colaboramos más estrechamente

Estrategia Atención Comunitaria

son el colegio El Carmen y San José y el Colegio Santo Domingo. Ambos colegios tienen el mayor porcentaje de población con dificultades del barrio, por lo que para nosotros son una opción preferente.

Hemos organizado charlas de cuidados de la salud, primeros auxilios y RCP, con el Colegio Carmen y San José. Así como unas jornada de donación de sangre.

Respecto al colegio Santo Domingo, desde hace ya dos años, hemos iniciado una relación más estrecha, de manera que nuestra colaboración no sea simplemente la realización de charlas puntuales, sino que consista en una programación anual, diseñada en común entre el centro de salud y el colegio.

En concreto este año la programación anual consiste en:

- Taller de primeros auxilios 5º de primaria
- Taller de RCP 6º de primaria.
- Taller de educación afectivo sexual en cada uno de los ciclos (1-2 EP, 3-4 EP y 5-6 EP). En cada uno de los ciclos se adaptan los contenidos a la edad de los menores
- Concurso relatos y dibujos: "Raíces": orígenes, recuerdos, tradiciones, cultura, diversidad cultural, vivencias.
- Gymkana de la salud. Cada tutor, la semana previa trabajarán el día de la salud en el cole. Se abordarán los temas: higiene buco dental, pantallas, hábitos saludables para el sueño, almuerzos saludables y tiempo libre/alternativas de ocio.
- Mesa informativa en el centro de salud la semana del día Mundial de la Salud.
- Participación en la Jornada del Consejo de Salud en las fiestas del barrio.

6- COORDINACIONES CON COLEGIOS EN RELACIÓN CON CASOS O PROBLEMAS CON ALUMNOS (CARMEN Y SAN JOSÉ, SANTO DOMINGO).

A petición de los colegios sobre todo a través del equipo de orientación o las trabajadoras sociales mantenemos puntualmente alguna

Estrategia Atención Comunitaria

reunión para comentarnos casos que les preocupan especialmente. A dichas reuniones suele acudir también la psicóloga del CM de Servicios Sociales. En dichas reuniones, teniendo siempre en cuenta el deber de confidencialidad que afecta a algunas de las informaciones, recogemos preocupaciones sobre determinados pacientes, e intentamos tener pautas de actuación coherentes y coordinadas sobre esos niños. De una manera menos organizada, pero entendemos que sí accesible, recogemos preocupaciones y problemas sobre alumnos del Colegio Santo Domingo.

¿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. COLEGIOS DENTRO DE LA ZONA BÁSICA DE SALUD:

Dentro de los colegios de la ZBS están incluidos en la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de la Salud (RAEPS):

- Nuestra Señora El Carmen y San José.
- Santo Domingo.
- Escuelas pías.

Es un proyecto llevado adelante por uno de los mismos y que está incluido como proyecto RAPPS: Salud mental y competencia social Centro promotor: Colegio Público Santo Domingo de Zaragoza Localidad: Barrio de San Pablo (Zaragoza) Datos de la coordinadora: Beatriz Chicharro Villar C.P. "Santo Domingo" C/ Predicadores, 56-60 50003 Zaragoza Tel y fax: 976-44 07 03 Correo electrónico: cpsdozaragoza@educa.aragon.es El objetivo de este proyecto es mejorar la salud y el bienestar del alumno como vehículo para su integración en la sociedad. Su finalidad es detectar y atender las carencias y necesidades básicas de salud del alumnado. La población atendida por el Centro vive situaciones de exclusión social por sus características socioeconómicas y por su condición de inmigrantes y de minorías étnicas; por lo que nuestras áreas temáticas van

Estrategia Atención Comunitaria

aumentando según las necesidades detectadas. Se trabajan estos temas a través del PROYECTO INTEGRA, dando respuesta al Programa de Salud Escolar con Colectivos Sociales Desfavorecidos en coordinación y colaboración con otras entidades: Proyecto de Integración de Espacios Escolares, Centro de Tiempo Libre Cadeneta y Programa de Familias de la Fundación F. Ozanam, Centro de salud San Pablo, Centro Municipal de Servicios Sociales San Pablo. Las actividades más destacadas son: Entrevistas con familias, Servir de con-tacto con Sanidad y proporcionar productos de higiene, Servir de enlace con instituciones, otros centros o personas que pudieran ayudarnos en temas de salud, Detectar riesgos o deficiencias medioambientales en el centro y su entorno, Desayuno “almuerzos sanos”, Plan de Consumo se frutas en las es- cuelas, Cepillado de dientes tras la comida principal, Charlas instructivas en 3º de Primaria sobre el correcto cepillado de dientes y exploración buco-dental a través del Programa Dientes Sanos, Programa Solsano, realizado por el primer y tercer ciclo de primaria, Control de las cartillas de vacunación, Explicación de temas curriculares en el segundo y tercer ciclo de Primaria, Charlas instructivas a las familias sobre salud, Charlas instructivas sobre habilidades para la vida, (hábitos no saludable:, drogas, alcohol, tabaco...; peligros en Internet, Higiene de manos, Acompañar a los alumnos a especialistas y terapeutas cuando así lo requiere la situación familiar.

2- SEMÁFORO DE LA SALUD DE SAN PABLO.

El Semáforo de la salud del barrio de San Pablo es una iniciativa que surge del consejo de salud de San Pablo. Dicha iniciativa es un proyecto intersectorial diseñado y llevado adelante por los distintos colectivos del barrio que participan en dicho consejo. El objetivo del proyecto era conocer la opinión de los vecinos sobre distintos aspectos del barrio, del entorno, de sus condiciones de vida etc... que pueden, directa o indirectamente, afectar a su salud. Se trataba de mirar el barrio y las vidas de los vecinos y vecinas en clave de salud y de hacer consciente

Estrategia Atención Comunitaria

a la población de que la salud de las personas depende fundamentalmente de sus determinantes sociales.

Para recoger la información se diseñó una encuesta que fue cumplimentada por 1028 vecinos. Con la información recogida se realizó una devolución al barrio para que los vecinos conocieran los resultados de las encuestas. La devolución se planteó de distintas maneras (posters, videos, trabajo en grupos pequeños y una Jornada final). En la Jornada final del proyecto se recogieron propuestas de los vecinos sobre los problemas detectados, así como los problemas que priorizarían a la hora de resolver. Con los problemas más importantes detectados y priorizados se va a poner en marcha un proceso participativo de acción sobre los mismos a lo largo del año 2019. En el grupo motor del proyecto participó una representante de CÁRITAS, dos representantes de CMSS, dos representantes del centro de salud, una representante de Amediar y una de Médicos del Mundo. Dicho grupo motor dio forma al proyecto, que posteriormente precisó de la colaboración y participación del resto de personas que participan del consejo de salud. El proyecto contó con el apoyo del PICH que posibilitó su desarrollo facilitando el diseño e impresión de encuestas, carteles, flyers, etc.. y financiando parte de la Jornada final del Semáforo de la salud. El proyecto ha contado también con la participación de más de 40 entidades, locales, y puntos en los que se han distribuido las encuestas.

3- CENTRO ALBA.

Recurso dirigido a población vecinal y trabajadoras sexuales Ofrecen: -Distribución gratuita de material preventivo VIH/ITS - Espacio de Intercambio de jeringuillas - Servicio de lavandería /duchas / ropero -Apoyo para realizar gestiones/búsqueda de recursos - Espacio para convivencia y autocuidado Precio: gratuito Horarios: -Lunes-viernes: 10-14h - Jueves:17- 20h -Sábado 11-13:30h intercambio de jeringuillas Localización: c/ Boggiero 71 Zaragoza

4- CENTRO AFDA: Asociación sin ánimo de lucro, de atención a pacientes y familiares. Asociación ubicada en el barrio pero a la que acceden personas de toda la ciudad. Proyecto integrado en la RAPPS Dedicada al tratamiento de la depresión y la ansiedad. Grupo compuesto por 14 psicólogos, 2 psiquiatras, 2 farmacéuticas, 1 médico comunitario y 2 trabajadores sociales. Va dirigido: Personas y familiares con problemas de ansiedad, estrés, trastorno adaptativo. Personas con interés en promoción de la salud Ofrecen:

- Sesiones de psicoterapia individual (sobre todo con técnicas cognitivo-conductual y contextual)
- Psicoterapia grupal (sesiones con 15-20 personas, de 90 minutos de duración)
- Grupo de mindfulness, yoga, escritura creativa.
- Talleres para mejora de autoestima, gestión del estrés...
- Escuela de familias -Orientación e información sobre trastornos depresivos.
- Cursos de formación, investigación. - Voluntariado (estudiantes/profesionales sociales y sanitarios)
- Programa de seguimiento farmacoterapéutico (finalidad de mejorar la adhesión al tratamiento farmacológico)
- Terapia ocupacional para personas mayores con trastornos depresivos.
- Participación en huertos urbanos.

Precio: Cuota mensual de 12€ (incluye uso de espacios, asistencia a talleres y grupos) + Consultas individuales de 27€/sesión. Existen subvenciones para personas sin ingresos, con acceso gratuito a las actividades grupales y a 5-10 sesiones individuales. Horarios: Lunes-viernes 9-21h Sábados (talleres por la mañana y/o tarde) Localización: Calle San Blas No37. Horario atención: 9-14h y 16-21h

5-GYM SAN BLAS. Dirigido: población adulta. Tiene un monitor contratado por el PICH que organiza las actividades los lunes y los miércoles de 11 a 12. No es necesario inscribirse y es gratuita. Localización: San Blas no 94-98

¿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

Colegios:

El Carmen y San José: participación en proyectos conjuntos.
Santo Domingo. Relación: participación en proyectos conjuntos.
Escuelas Pías: relación puntual.
La Anunciata: relación puntual.
Santa Rosa: ausencia de relación.
IES Luis Buñuel: relación puntual y colaboración en algunas actividades.

Centros sociales, comunitarios y municipales:

Centro Municipal de Servicios Sociales: participación en proyectos conjuntos.
CARITAS: participación en proyectos conjuntos.
PICH: participación en proyectos conjuntos.

Asociaciones y grupos.

OZANAM: colaboración para algunas actividades.
TEATRO COMUNITARIO DEL GANCHO: participación en proyectos conjuntos.
ASOCIACIÓN DE VECINOS LANUZA CASCO VIEJO: colaboración en algunas actividades.
MÉDICOS DEL MUNDO: participación en proyectos conjuntos.
SECRETARIADO GITANO: colaboración para algunas actividades.
FOGARAL: colaboración para algunas actividades.
CENTRO ALBA: Contacto a través del consejo de salud y relación puntual con alguna actividad.
AFDA: Participación en proyectos conjuntos.
SOCIEDAD SAN VICENTE DE PAUL: participación en proyectos conjuntos.
VIAJE A LA SOSTENIBILIDAD: Conocimiento y primeros contactos.
MEDICOS MUNDI: Colaboración para alguna actividad.
FOTOSYNTHESIS: Colaboración para alguna actividad.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El equipo de Atención comunitaria tiene una persona coordinadora que en este momento es Rosa María Macipe Costa. El equipo se reúne periódicamente más o menos cada mes y medio. En ocasiones si hay muchas actividades en marcha, se reúne más frecuentemente o en periodos como el verano cada más tiempo. De cada reunión se elabora un acta y se fija la fecha de la siguiente reunión. Una vez al cuatrimestre se organiza una sesión de equipo en la que se presentan al equipo las actividades realizadas en ese periodo de tiempo. En las reuniones del consejo de salud se suele presentar un resumen de las actividades realizadas dentro del marco de la Atención Comunitaria. El equipo está compuesto por médicos y enfermeras titulares, la matrona del centro, dos personas de Admisión y por todos los residentes que están vinculados al centro. Asimismo participan la MAC y algunos de los sustitutos habituales, antiguos residentes del centro.

Cada una de las principales líneas de trabajo tienen una persona de referencia:

COORDINADORA: Rosa María Macipe

PASEOS CARDIOSALUDABLES: Luis Gimeno

TALLERES PARA PACIENTES CRÓNICOS Y SEMANAS TEMÁTICAS: Juan Castro

CORTOMETRAJES: Rosa María Macipe

RELACIÓN CON LOS COLEGIOS Y CHARLAS PARA

COLECTIVOS: Raquel Sangüesa

REUNIONES Y RELACIONES CON ENTIDADES Y

COMISIONES DE TRABAJO DEL BARRIO: Rosa

María Macipe Costa

TABLÓN DE ANUNCIOS: Anunciación Alvira y

Mónica González

REDES SOCIALES: Luis Gimeno y Juan Castro

TALLER SALUD INFORMA: Anunciación Alvira

TALLER CRIANZA: Raquel Sangüesa y Laura

Gómez

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 contexto socioeconómico de la zona aparece desarrollado en los informes elaborados por la Estrategia Ebrópolis.

San Pablo es un barrio situado en el centro de la ciudad. Es un barrio densamente poblado, con una alta proporción de personas inmigrantes, gitanas y con pocos ingresos, con un índice de vulnerabilidad muy alto en comparación con otros barrios. Tiene también un alto porcentaje de población envejecida. Es un barrio céntrico y por lo tanto foco de intereses económicos que no siempre ponen el bienestar de los vecinos en el centro. De manera que se dan también dinámicas que tienden a la expulsión de vecinos pobres para atraer a otro tipo de vecinos con mayor poder adquisitivo. Sin ser un fenómeno del todo preocupante todavía, estaríamos hablando de riesgo de gentrificación que se refiere al proceso de transformación de un espacio urbano deteriorado —o en declive— a partir de la reconstrucción —o rehabilitación edificatoria y oferta de actividades culturales, que provoca un aumento de los alquileres o del coste habitacional en estos espacios. Esto provoca que los residentes tradicionales abandonen el barrio —y que se sitúen en espacios más periféricos—, lo que produce que este «nuevo» espacio termine por ser ocupado por clases sociales con mayor capacidad económica que les permita afrontar estos nuevos costes. Este proceso tiene especial relevancia en los últimos años en los países capitalistas y principalmente en ciudades con importante potencial turístico y relevancia económica. Hay que tener cuidado a la hora de implementar o apoyar iniciativas que busquen la mejora de las condiciones de los propios vecinos y no estén dirigidas a atraer o satisfacer necesidades de personas de otros barrios. Asimismo por su ubicación céntrica también se ofrecen

Estrategia Atención Comunitaria

actividades de ocio nocturno que son disfrutadas por personas de otros barrios y que generan molestias y problemas a los propios vecinos del barrio, generando conflictos y problemas de salud. En este momento esta problemática se centra sobre todo en el espacio de las Armas. Por otro lado, el barrio tiene una amplia red de colectivos y asociaciones, no todas con la actividad dirigida a los vecinos del barrio. Dicha red favorece acciones y proyectos intersectoriales dentro del barrio pero también configura el barrio, de manera que muchos locales son ocupados por entidades y muy pocos por comercios y servicios dirigidos a los vecinos del propio barrio. Son problemas importantes del barrio que pueden afectar a la salud de las personas (conclusiones extraídas del proceso del Semáforo de la salud del barrio:

- La calidad de las viviendas con un alto porcentaje de viviendas muy viejas, sin ascensor, con humedades, plagas y sin calefacción.
- La suciedad del entorno favorecido por características estructurales y sociales del barrio.
- Los ruidos.
- El estado de aceras y adoquínados.
- La escasez de espacios verdes y de juego.
- La ausencia de algún servicio como biblioteca pública o centro cívico.
- Inseguridad percibida por parte de los vecinos.
- Consumo de drogas. Son fortalezas del barrio:
- Los transportes y la ubicación del barrio.
- Servicios como el centro de salud y algún colegio
- Peatonalización del barrio.
- La cercanía del mercado central.
- El sentido de pertenencia y las buenas relaciones entre vecinos.

Recursos del entorno y cercanos útiles para el abordaje de la salud de los vecinos aparecen en el mapa de recursos elaborado desde el grupo de participación comunitaria en 2023.

El enlace es:

<https://www.google.com/maps/d/u/0/viewer?mid=1Ez1kJugVrcI27JDb6xh1cAjjJEg&ll=41.65922860963229%2C0.8815000000000195&z=14>

¿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

Durante 2017 y 2018, dos médicas residentes del centro elaboraron un mapa de recursos del barrio que pueden ser útiles para los profesionales del centro de salud. Para ello, a partir de un listado de colectivos y recursos del barrio, concertaron citas con los que podían ser útiles para las consultas en la línea de la prescripción de activos. En dichas visitas, se daban a conocer como centro de salud, se ponían a disposición del recurso para lo que hiciera falta y se recogía información del recurso (a quién va dirigido, gratuito o no, horarios, que ofrecen etc...) Con toda esa información se creó un mapa de recursos con la herramienta de google.

Este mapa fue actualizado durante los años 2024-2025 en un proyecto que fue incluido en los proyectos de calidad.

Realizar un mapeo de activos en un concepto más amplio, podría ser una opción sobre todo centrada en algún aspecto concreto, pero puesto que en este momento mantener las actividades y dinámicas ya iniciadas nos lleva mucho esfuerzo, dicho mapeo debería surgir de una necesidad sentida en algún momento por el propio barrio.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

Desde el inicio de los paseos cardiosaludables se deriva a la actividad de paseos a pacientes de nuestras consultas.

Para actividad física proponemos también la actividad del gimnasio del solar anexo al centro de salud.

Para problemas relacionados con salud emocional y mental derivamos a AFDA.

También se realiza recomendación a partir del mapa de recursos comentado previamente.

En el último año, se ha incluido el taller de crianza dentro del buscador de activos de la salud, para poder realizar derivaciones desde las consultas de AP.

