

AGENDA COMUNITARIA

CENTRO DE SALUD ROMAREDA/SEMINARIO

Sector Sanitario	Zaragoza II
Nombre del Equipo de Atención Primaria	EAP Romareda/Seminario
CONTENIDO BÁSICO AGENDA COMUNITARIA	

ACTIVIDADES Y PROYECTOS DEL SERVICIO DE ATENCIÓN COMUNITARIA DEL EAP

¿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?

Preparación al parto y lactancia: la matrona del centro de salud realiza durante todo el año un taller semanal grupal, con mujeres gestantes para instruir las en todo lo que conlleva el embarazo y el momento del parto. Así como otro taller semanal grupal en el que instruir, informar, resolver dudas respecto al manejo de la lactancia materna, para mujeres y sus bebés.

Taller de crianza: las enfermeras de pediatría junto con la colaboración de la matrona, realizan un taller cada trimestre, repartido en 4 semanas, en el que tratan: prevención de accidentes de lactantes en el primer año, vacunas infantiles, cuidados básicos del bebé 0-6 meses y pautas de actuación ante trastornos leves del bebé. En el último trimestre del año se quiere incluir también otra semana en la que se hable de la alimentación complementaria.

Taller de fragilidad: Las fisioterapeutas vienen realizando un taller grupal para mayores de 70 años frágiles y prefrágiles que hayan tenido alguna caída en el último año o caídas que les hayan derivado a urgencias. Se realiza de manera trimestral con test y evaluación inicial y al finalizar el trimestre se les hace una evaluación final con muy buenos resultados. Además, hay grupos que congenian muy bien lo que les ayuda también en el ámbito del bienestar emocional.

Ejercicios con las Andarinas: Las fisioterapeutas, los alumnos de fisioterapia y de enfermería y las enfermeras de comunitaria del centro de salud, se van alternando cada semana para impartir ejercicios de equilibrio, coordinación, fuerza, calentamiento...al grupo de Andarinas de la Asociación de Vecinal Cesaraugusta de unos 45 min antes de que salgan a andar. Son mujeres mayores, que congenian muy bien por lo que son un apoyo emocional y reciben a otras mujeres que quieran salir a andar u hombres...aunque vienen mucho menos.

RCP en los coles: las enfermeras de comunitaria y las fisioterapeutas hemos impartido un taller de RCP y maniobra de Heimlich a niños de quinto de primaria del colegio Corazonistas Moncayo, con diapositivas, vídeos y práctica de casos clínicos con muñecos de RCP. De cara al inicio del curso ofertaremos a otros colegios de la zona por si estuvieran interesados en esta actividad.

Día mundial de la higiene de manos: el 5 de mayo bajo el eslogan el lavado de manos salva vidas, las enfermeras y estudiantes de enfermería, en mesa informativa, se les explicaba a los pacientes que acudían al centro de salud la importancia del lavado de manos en distintos momentos del día, cómo realizarlo y se les ofrecía gel luminiscente para higienizar sus manos y posteriormente visualizar el resultado con lámpara ultravioleta. Es una actividad que se realiza cada año en el centro de salud.

¿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

Asociación Vecinal Cesaraugusta, sin ánimo de lucro, viene realizando actividades con calendario mensual para su asociados, actividades de todo tipo como cine, juegos de cartas, otros juegos...conectada con otras entidades como el Centro de Convivencia para Mayores Universidad- José Atarés, en el que se vienen realizando de forma gratuita actividades y talleres para fomentar la salud en los mayores, con talleres de memoria, gimnasia, baile, dibujo y pintura... fomentando así un envejecimiento activo.

RELACIONES DEL CENTRO DE SALUD CON LAS ENTIDADES DEL ENTORNO

¿Con que centros y entidades de la zona el Centro de Salud mantiene algún sistema de comunicación y colaboración?

Mantenemos relación con la Asociación Vecinal Cesaraugusta a través de correo electrónico mensual, ya que nos mandan calendario de actividades del aula Jose María Aguilar. Y mantenemos contacto semanal con su grupo de Andarinas a las que podemos derivar pacientes desde la consulta.

También hemos tenido contacto con el Colegio de Corazonistas Moncayo ya que se pusieron en contacto con el grupo de comunitaria del centro de salud para que les impartiéramos el taller de RCP.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El grupo está formado por 3 fisioterapéutas; M^a Concepción Sanz, Almudena Perales, Nuria Garín. Y por 5 enfermeras; Eva M^a Rubio, Silvia Navarro, M^a Carmen Sobreviela, Elisa Martín y Nuria Ramos. Nos reunimos cada 3 meses aproximadamente. Y el correo electrónico es: seminario.comunitaria@salud.aragon.es

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 ZBS de Romareda pertenece al sector II de AP. Tiene una renta media-alta, superior a la media de la ciudad de Zaragoza, con tasas de desempleo bajas. Con un nivel educativo medio-alto/ alto con estudios superiores, lo que favorece a programas preventivos.

Zona envejecida pero no extrema, caracterizada por un envejecimiento activo, con alta esperanza de vida. Con un índice de privación más bajo que el de la ciudad de Zaragoza, por lo que las patologías

asociadas a determinantes sociales desfavorables son menores. En relación al envejecimiento la zona tiene una alta prevalencia en enfermedades cardiovasculares, con un buen control, elevada incidencia en osteoporosis y artrosis sobre todo en mujeres, y debido a la notable longevidad, las demencias y el Alzheimer tienen una prevalencia mayor que en otras zonas de Zaragoza, así como trastornos del ánimo por soledad no deseada en personas muy mayores que han perdido a su pareja de vida. Por eso son muy importantes las Asociaciones Vecinales y los Centros de Mayores de la zona que ofrecen actividades grupales para el bienestar emocional, talleres de memoria, gimnasia...y además todo el año muy demandadas...

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?

El centro de salud cuenta, desde hace bastante tiempo, con un mapa de activos, con cartel para explicar a los usuarios qué es un activo de salud y con buzón para que puedan incluir sus activos de salud en caso de que no aparezca en el mapa.

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

Desde la consulta se realiza la recomendación de activos, de manera no formal, del grupo de andarinas de la asociación vecinal cesaraugusta a personas mayores que quieran salir a andar, pueden acudir a la cancha de baloncesto que está detrás de la Avda Juan Carlos I (cerca de la asociación) todos los jueves excepto de mediados de junio a mediados de octubre que se interrumpe la actividad, a las 10 de la mañana. Donde el grupo de comunitaria realiza ejercicios de calentamiento, equilibrio, coordinación...antes de salir a andar, además este grupo de Andarinas participa de otras actividades de la Asociación Vecinal. También recomendamos el

Centro de Mayores Universidad en el que tienen una gran variedad de actividades, pero con una alta demanda...