

AGENDA COMUNITARIA

CENTRO DE SALUD CALATAYUD NORTE

Sector Sanitario:

Calatayud

Nombre del Equipo de

Atención Primaria

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

1.- Proyecto de Calidad 2024-2026: Salud en las Aulas
Objetivo y Justificación: El proyecto tiene como objetivo promover, desde edades tempranas y en el entorno escolar, hábitos higiénico-dietéticos y estilos de vida saludables para prevenir enfermedades crónicas futuras. Parte de la detección de un déficit de conocimientos en la población adolescente sobre una vida saludable, lo que favorece conductas de riesgo y se asocia a un aumento de patología mental, adicciones, enfermedades de transmisión sexual y cronicidad a edades tempranas.

Población Diana: Está dirigido al alumnado de 1º y 2º de ESO.

Ejes de Trabajo: Busca fomentar hábitos saludables, la autonomía y la toma de decisiones responsables, así como promover la actividad física regular y las prácticas sexuales seguras.

Metodología y Recogida de Datos: La recogida de datos se realizó mediante un cuestionario ad hoc previo y posterior a las sesiones, cuyos resultados fueron analizados. En la sesión inicial, se constató que el alumnado presenta conocimientos generales sobre recursos sanitarios, alimentación saludable, actividad física y salud mental, aunque con carencias en el conocimiento de los

profesionales sanitarios de referencia y dificultades para mantener hábitos saludables.

Desarrollo de las Sesiones: A lo largo del proyecto se han impartido diversas charlas y se han desarrollado actividades complementarias diseñadas para facilitar la comprensión de los contenidos, fomentar la participación activa del alumnado y reforzar los mensajes clave. Asimismo, se observa un uso elevado de pantallas y redes sociales, con conciencia de su impacto negativo en el descanso, y un interés limitado por ampliar conocimientos en salud sexual, lo que refuerza la necesidad de mantener y ampliar este tipo de intervenciones educativas.

Responsables / Proyecto realizado por: María Pilar Sisamón Molinero, Lara Guillén Tobajas, Irina Lorente Gazol, Sandra Reyes Zuara, María Carmen Santamaria Valgañón, Fátima Laborda Higes, Ascensión Vallejo Guerrero y María Carmen Jiménez Ihuarben.

2.- Grupo de Crianza Lactancia

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

Objetivos del Grupo: Compartir experiencias relacionadas con la maternidad/paternidad, detección precoz de situaciones de riesgo en el posparto, apoyo a la lactancia materna y resolución de dudas.

Responsables: Sesiones conducidas por matronas y enfermera especialista en salud mental.

3.- Grupo de Preparación Maternal

Descripción: Programa de preparación a la maternidad con sesiones grupales semanales sobre cuidados y salud durante el embarazo, parto y posparto.

Contenidos: Incluye contenidos sobre cambios en el embarazo, alimentación, parto, alivio del dolor, posparto, lactancia y cuidados del recién nacido.

Recomendaciones: Algunas sesiones son prácticas, por lo que se recomienda asistir con ropa cómoda. Las sesiones iniciales se aconsejan al inicio del embarazo y el resto a partir del tercer trimestre. Se permite y se puede acudir con un acompañante.

4.- Consulta de Deshabituación Tabáquica

Descripción: Consulta de inicio y seguimiento para dejar de fumar, con un abordaje integral que incluye apoyo psicológico, elaboración de un plan individualizado, seguimiento con cooximetría y revisión periódica del tratamiento.

Metodología: Combina terapia conductual y farmacológica cuando es necesario, adaptándose a las características y necesidades de cada paciente, con el objetivo de aumentar las tasas de abandono y prevenir recaídas.

5.- Charla de Salud Bucodental en Colegios

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

6.- Centro de Salud Inclusivo

Descripción: Proyecto enfocado en la accesibilidad universal mediante la identificación visual de las consultas y zonas del centro de salud a través de pictogramas.

Herramientas: Disponibilidad de un libro adaptado con pictogramas en las consultas médicas y de enfermería para mejorar y facilitar la comunicación directa con los pacientes que lo requieran.

7.- Charlas de Pediatría

Descripción: Actividades de educación para la salud impartidas a grupos de padres y madres sobre diversos temas de interés e impacto en la etapa infantil.

Temáticas Destacadas: Sesiones informativas sobre alimentación infantil, manejo correcto de la fiebre y la

bronquitis, cuidados esenciales frente al sol y pautas para la preparación de un botiquín de viaje seguro.

Responsables: Profesionales de enfermería de pediatría y pediatras del centro.

¿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.- Servicio PAP: Prevención y Promoción de la Autonomía Personal

- Descripción: El Servicio PAP es un programa de prevención y promoción de la autonomía personal que busca retrasar el deterioro cognitivo, estimular la memoria y fomentar hábitos de vida saludables, mejorando el bienestar y la satisfacción vital.
- Metodología: Se desarrolla en grupos reducidos, dos o tres días por semana, con un equipo multidisciplinar que diseña un plan personalizado.
- Población diana: Está dirigido tanto a personas con riesgo de dependencia como a aquellas que ya presentan algún grado de dependencia, con el objetivo de mantener o mejorar su autonomía.

2.- Centros Educativos Promotores de Salud

- Centros adscritos: Colegios Augusta Bílbilis, Santa Ana y el IES Leonardo Chabacier.
- Eje educativo: Están reconocidos como centros educativos promotores de salud e integrados en una red que sitúa la promoción de la salud como un eje clave de su proyecto educativo. Estos centros impulsan hábitos de vida saludables en toda la comunidad educativa, creando entornos favorables para la salud y actuando sobre los determinantes que la influyen.
- Desarrollo competencial: Desarrollan programas educativos relacionados con la salud, fomentan la colaboración con su entorno y promueven en el alumnado competencias personales y sociales basadas en las habilidades para la vida,

contribuyendo así al bienestar integral del alumnado y del conjunto del centro.

3.- ASAEME (Asociación Aragonesa de Salud Mental)

- Descripción: Entidad formada por profesionales voluntarios, como psicólogo, trabajadora social y abogada, que desarrolla actividades sociales y de apoyo dirigidas principalmente a personas adultas con enfermedad mental y sus familias.
- Servicios generales: Ofrece atención a la problemática social, asesoramiento sobre recursos, programas de psicoeducación y promoción de la salud orientados a la autonomía, el autocuidado, las habilidades sociales y el apoyo familiar. Además, organiza actividades de relajación, ocio y tiempo libre para fomentar las relaciones sociales y prevenir la enfermedad mental, así como iniciativas abiertas a la población general, como talleres de alfabetización digital y jornadas de salud mental.
- Resumen de actividades de ASAEME:
 - Ven a bailar: Espacio de ocio y tiempo libre para personas socias, promoviendo habilidades sociales y comunicativas a través de salsa, bachata, sevillanas y baile libre.
 - Asesoramiento y apoyo a familias ("Las Esponjas"): Grupo de psicoeducación en el proyecto Cuida tu salud mental, guiado por un psicólogo sanitario, con ejercicios de atención plena, role-playing, debate y resolución de dudas.
 - Expresión artística: Actividad de dibujo, pintura y escritura para estimular la creatividad de los usuarios.
 - Manualidades: Taller creativo para diseñar y elaborar decoraciones, collares, jabones y otros objetos.
 - Nuestro cerebro: Actividad cognitiva para estimular atención, memoria, lenguaje, orientación y funciones ejecutivas, con ejercicios individuales y grupales guiados

por un psicólogo y con el apoyo de una integradora social.

- Taller de habilidades sociales: Enmarcado en Ponte al día con ASAEME, trabaja la expresión de sentimientos, deseos y derechos en situaciones sociales (requiere entrevista previa y cuota semestral).
- Club de ocio: Fomenta el uso adecuado del tiempo libre y el desarrollo de habilidades sociales adaptativas.
- Conociéndonos: Actividad orientada a fortalecer comportamientos adaptativos, factores de protección y habilidades de autocuidado.
- Actívate con ASAEME: Proyecto de activación conductual para fomentar hábitos saludables, autonomía y bienestar personal, ofreciendo estrategias de afrontamiento ante situaciones difíciles o de crisis.

4.- AMIBIL

- Descripción: Asociación sin ánimo de lucro de Calatayud dedicada a apoyar a personas con discapacidad intelectual y del desarrollo y a sus familias.
- Misión: Promover la inclusión social, la calidad de vida y la participación comunitaria.
- Servicios: Ofrece servicios integrales como centros de día, residencia, apoyos educativos y terapéuticos, programas de inserción social y laboral, ocio y tiempo libre, y apoyo a la vida independiente. También cuenta con un Centro Especial de Empleo y desarrolla actividades que fomentan la visibilidad y la integración de las personas con discapacidad en la comunidad.

5.- Fundación Rey Ardid

- Descripción: Entidad sin ánimo de lucro que apoya a personas en situación de vulnerabilidad o riesgo de exclusión social. Actúa en los ámbitos de salud mental, atención a personas mayores, formación y empleo, y proyectos sociales y comunitarios.

- **Ámbito local:** En Calatayud desarrolla servicios de rehabilitación psicosocial y programas de integración social para fomentar la autonomía, la inclusión y la participación comunitaria.

6.- Asociación de Alcohólicos Rehabilitados BÍlbilis

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

7.- AECC - Asociación Española Contra el Cáncer

- **Descripción:** Organización privada sin fines de lucro y de utilidad pública que se dedica a la prevención, concienciación y apoyo a personas con cáncer y a sus familiares.
- **Servicios:** Brinda una atención integral que incluye apoyo psicológico y social, préstamo de material y gestión de ayudas económicas. Además, realiza actividades de promoción de la salud y prevención, como charlas para la población general, centros educativos e instituciones, y organiza caminatas para fomentar la actividad física.
- **Teléfono Infocáncer 24 Horas:** Consultorio online y un teléfono gratuito que está disponible las 24 horas durante los 7 días de la semana, atendido por un equipo de voluntariado y profesionales que ofrecen información, apoyo, ayuda o asesoramiento.
- **Talleres Psicoeducativos:** Desarrollados por la Asociación Española Contra el Cáncer en Aragón, donde se trabajan diferentes herramientas psicológicas orientadas a la ayuda en el día a día.

8.- UAF-BS Actividad Física - Ayuntamiento de Calatayud

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

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

9.- Cruz Roja

- Descripción: Organización humanitaria y social que trabaja para mejorar la calidad de vida de las personas, especialmente de aquellas en situación de vulnerabilidad.
- Programas: Desarrolla programas de atención social, apoyo a personas mayores, infancia y familias, inmigrantes y personas en riesgo de exclusión. También actúan en emergencias, promueven la salud, fomentan el empleo y la formación, impulsan el voluntariado y realizan actividades de sensibilización y participación comunitaria, siempre guiados por principios de solidaridad, neutralidad y ayuda humanitaria.

10.- Atletismo Jalón

- Descripción: Es un club con casi 30 años de historia que ofrece entrenamiento de atletismo para adultos a partir de los 18 años, adaptado a distintos niveles, desde principiantes hasta avanzados, e incluyendo la posibilidad de formar grupos de andarines.
- Metodología: Los entrenamientos incluyen caminar-correr (CACO), trotar, carrera continua, series, trail y sesiones de fuerza y gimnasio.
- Objetivo: Practicar atletismo en grupo, mejorar la condición física y mental, superar miedos o inseguridades, y fomentar la inclusión, rompiendo barreras y complejos.
- Horarios: Las sesiones se realizan lunes, martes, jueves y domingos en distintos espacios deportivos y al aire libre.

11.- Servicio de Ayuda a Domicilio de la Comarca de Calatayud

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

12.- Hogar de Mayores IASS Calatayud

- Descripción: Centro social de referencia para personas mayores, concebido como espacio de encuentro, convivencia y participación. En él se desarrollan actividades de ocio y tiempo libre, culturales, formativas y relacionadas con el uso de las tecnologías de la comunicación, adaptadas a los intereses y capacidades de las personas usuarias.
- Finalidad: Su finalidad principal es favorecer las relaciones sociales, prevenir situaciones de soledad o aislamiento y promover un envejecimiento activo y saludable. Además, tratan de mantener y estimular las capacidades cognitivas e intelectuales, reforzar la autonomía personal y facilitar la participación de las personas mayores en la vida social y comunitaria.

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

RELACIONES DEL CENTRO DE SALUD CON LAS ENTIDADES DEL ENTORNO

1.- Proyecto de Recomendación de Actividad Física Beneficiosa para la Salud (RAPAFIS)

- Descripción: Proyecto piloto en el que han participado la Dirección General de Deportes, la Dirección General de Asistencia Sanitaria y la Dirección General de Salud Pública del Departamento de Sanidad.
- Objetivo: Consiste en una coordinación estrecha entre los sectores de deportes y sanidad, con el fin de realizar una recomendación formal de actividad física a la población para conseguir mejorar su salud.

2.- Intervención en Centros Educativos (Colegios e Institutos)

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

3.- Consejo de Salud de Zona de Calatayud

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

4.- Consejo de Salud Calatayud Norte

- Constitución: La constitución del Consejo de Salud en Calatayud se realizó en diciembre de 2025, tras un proceso largo y complejo debido a la dimensión y diversidad del municipio, que implica diversos perfiles poblacionales y un tejido asociativo y social variado.
- Bases de Funcionamiento: Para garantizar un arranque adecuado, en la reunión previa a su formación se explicó a los asistentes el reglamento interno, el cual fue redactado y consensuado, estableciendo las bases de funcionamiento, la participación de los diferentes integrantes y los principios de acción comunitaria.
- Próximos Pasos y Mapeo de Activos: Aunque el Consejo acaba de constituirse, ya se ha fijado una

próxima reunión en la que se comenzará a realizar el mapeo de activos comunitarios presentes en la zona, con el fin de construir un diagnóstico compartido y poder generar recomendaciones de activos en salud para la comunidad.

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

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

Modelo Organizativo: El Grupo de Mejora de Atención Comunitaria en el Centro de Salud de Calatayud Norte se organiza de manera colaborativa e interdisciplinar, adaptándose a las necesidades de la población.

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

Antecedentes y Reactivación: Este grupo ya se había constituido con anterioridad, pero quedó paralizado tras cambios en el personal implicado, lo que interrumpió su dinámica de trabajo. Tras la constitución del Consejo de Salud de Zona de Calatayud en diciembre de 2025, se identificó la necesidad de reorganizar y reactivar el Grupo de Mejora de Atención Comunitaria para garantizar su

continuidad y alineación con los objetivos comunitarios actuales.

Actualización de Referentes: En este proceso de reorganización también se actualizó la persona referente de Atención Comunitaria, pasando el cargo de Miguel Sánchez Lerín a Lara Guillén Tobajas.

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

- **Contexto Demográfico:** Calatayud es una ciudad de unos 20.000 habitantes cuya estructura demográfica refleja una población envejecida y una presencia relevante de población inmigrante, lo que condiciona de manera directa las necesidades sanitarias y sociales de la zona.
- **Factores que influyen en la salud:**
 - Envejecimiento poblacional: Provoca una mayor prevalencia de enfermedades crónicas y un aumento significativo de la demanda de cuidados continuados.
 - Diversidad cultural y migración: Introduce posibles barreras de acceso al sistema sanitario (idioma, integración) y desigualdades sociales en salud.
 - Nivel educativo y económico moderado-bajo: Se asocia con una menor alfabetización en salud y mayores dificultades para adoptar estilos de vida saludables.
 - Acceso a servicios sanitarios: Pertenencia a un sector sanitario amplio, con una necesidad detectada de refuerzo en áreas clave como salud mental y pediatría.

- **Propuestas de Intervención Comunitaria**

Futura: Para reducir las desigualdades en Calatayud Norte, se propone un enfoque integral basado en las siguientes acciones:

- Promoción de activos comunitarios: Apoyo a asociaciones, actividades deportivas y culturales que favorezcan de forma directa la cohesión social.
- Educación y sensibilización en salud: Implementación de talleres y campañas centradas en el autocuidado, la prevención y la adquisición de estilos de vida saludables.
- Integración sociosanitaria: Fortalecimiento de la coordinación e intercambio entre los servicios sociales y el equipo de Atención Primaria.
- Abordaje de determinantes sociales: Desarrollo de iniciativas transversales sobre empleo, educación, entorno urbano y vivienda.
- Participación ciudadana: Dinamización de la comunidad a través del Consejo de Salud de Zona.

Conclusión del Análisis: Mejorar la salud en el entorno urbano de Calatayud requiere un trabajo conjunto centrado en los determinantes sociales, la equidad, la participación comunitaria activa y el fortalecimiento de las redes comunitarias de apoyo locales.

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

Planificación de la primera reunión: Tras la constitución del Consejo de Salud de Zona de Calatayud Norte, se ha planificado una primera reunión de trabajo estructurada en tres ejes principales:

Estrategia Atención Comunitaria Sistema de Salud de Aragón. Atención Primaria

de la zona en potenciar los autocuidados y las competencias en salud?

Definición y concepto de qué son los activos de salud.

Metodología sobre cómo identificarlos correctamente dentro de la zona.

Procedimiento para registrar la información en la página web oficial de la Estrategia de Atención Comunitaria.

Antecedentes de registro: Se constata que, aunque se va a instruir en el proceso de inclusión, ya existen registros previos de activos de la zona en la plataforma.

Objetivos de la sesión: Esta sesión formativa y de trabajo permitirá coordinar de manera efectiva el mapeo de activos comunitarios entre todos los participantes, lo que facilitará en una fase posterior la elaboración de recomendaciones formales de activos en salud para el conjunto de la comunidad.

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

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

Capacitación del Equipo: El equipo sanitario conoce la plataforma de recomendación de activos de salud y ha recibido sesiones de formación específicas sobre cómo proceder para registrar las recomendaciones de activos dentro de la historia clínica electrónica.

Objetivos de la Recomendación: Nuestras recomendaciones se orientan principalmente a tres ejes fundamentales:

- Favorecer la adquisición de hábitos de vida saludables.
- Potenciar el empoderamiento de nuestros pacientes.
- Apoyar su bienestar integral.

Derivaciones más Frecuentes: Los recursos hacia los que se realiza la derivación desde las consultas incluyen de manera prioritaria:

Actividades deportivas: Ofertas organizadas por la comarca.

Iniciativas locales: Actividades promovidas por los distintos ayuntamientos y asociaciones de la zona.

Salud mental y apoyo emocional: Derivación a grupos, talleres o programas específicos de soporte.

Empoderamiento y soporte social: Servicios destinados al desarrollo de la autonomía de la persona y recursos sociales que refuerzan el soporte comunitario.

Enfoque de Salud: Estos activos ayudan a abordar tanto las necesidades físicas como las psicosociales de la población, contribuyendo de manera efectiva a un enfoque mucho más integral de la salud pública en el territorio.

