

AGENDA COMUNITARIA

CENTRO DE SALUD ÉPILA

Sector Sanitario	Zaragoza III
Nombre del Equipo de Atención Primaria	CS Épila

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

Desde el 2024 se han desarrollado varios proyectos comunitarios, uno de los cuales hemos conseguido incluir como proyecto de calidad. Bajo el título Charlas divulgativas sobre cuidados y promoción de la salud, durante los años 2024 y 2025 se han realizado 20 charlas anuales en las localidades de Salillas y Lucena de Jalón en las dos principales asociaciones de cada localidad. En Lucena de Jalón hemos trabajado con la Asociación de Mujeres Verde Doncella y en Salillas con la Asociación de la Tercera Edad La Torraza. En la realización de las mismas no solo hemos participado la médica y la enfermera de dichas localidades, sino que hemos implicado a los dos farmacéuticos de Salillas y Lucena, a la trabajadora social y a varios residentes que han estado realizando la rotación rural por nuestra zona. En dichas sesiones-charlas se han tocado temas tan diversos como ejercicio físico adecuado a la edad, redes que nos cuidan, como afrontar el verano en el pueblo, obesidad, demencia, diabetes, hipertensión, hábitos de vida saludables, prevención de caídas, gastroenteritis, fiebre y resfriados, envejecer con salud, menopausia, reanimación cardiopulmonar básica y uso del desfibrilador....Se ha visto a lo largo de estos dos años cómo el número de participantes ha ido aumentando con las sesiones, y como proyecto para este 2026 nos hemos planteado junto con el farmacéutico Martín Túnez de Lucena, crear la primera escuela de salud de Lucena de Jalón, que este año tiene como lema. Las relaciones (conmigo, con los demás, con la salud, con el entorno).

También hemos continuado con los cursos de RCP en el Instituto Virgen de Rodanas en los cursos de 4ºESO y 1ª BTO, que llevamos haciendo desde antes de la pandemia, de forma anual. En 2025 también se ha solicitado desde el propio instituto que ampliemos el curso a los alumnos de formación profesional de segundo ciclo, realizando dos sesiones el 29 de octubre, y en abril de este año también se realizaron dos talleres para alumnos de 5º y 6º de primaria en el CEIP Gaspar Remiro de Épila.

Aprovechando el dinamismo del grupo, el CEIP unificado Fernando el Católico de Lumpiaque se puso en contacto con nosotros solicitando una charla para los alumnos de 4º, 5º y 6º sobre prevención del tabaquismo.

Y por último intentando crear un patrón similar al de Salillas y Lucena, en Épila se ha contactado con la Asociación de Mujeres epilenses, para iniciar charlas divulgativas, aunque de momento sólo se ha podido realizar una antes del verano sobre deshidratación. Esperamos que el 2026 se puede retomar de forma más continuada esta actividad.

¿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

GIMNASIO

SALA MUSCULACIÓN

Horario: Lunes a viernes

9:00 a 13:00 y 16:00 a 22:00

Sábado: 10:00 a 13:00

PILATES

Horario: Lunes 9:45, 18:00 y 19:00

Miércoles: 9:45 y 19:00

Viernes: 18:00

YOGA

Horario: Jueves: 10:00 y 19:15

GLOBAL TRAINING

Horario: Martes y jueves: 17:00

Lunes y Miércoles: 18:00

GAP

Horario: Martes: 18:00

Jueves: 17:45

ZUMBA

Horario: Lunes y Miércoles: 19:00

SPINNING

Horario: Martes: 19:00

Jueves: 18:45

Lugar: Gimnasio Municipal

PSICOMOTRICIDAD

Horario: Lunes: 17:00

Miércoles: 17:00

Lugar: Pabellón Municipal

TALLERES DEPORTIVOS 1º año

Horario: Martes: 17:00

Jueves: 17:00

TALLERES DEPORTIVOS 2º año

Horario: Martes: 16:00

Jueves: 16:00

BAILE INFANTIL

Horario: Lunes: 18:00

Miércoles: 18:00

GIMNASIA RÍTMICA

Horario: Lunes: 16:00 a 18:00

Miércoles: 16:00 a 18:00

PATINAJE

Horario: Miércoles: 16:30 a 18:30

Viernes: 16:00 a 18:00

BALONCESTO

Horario: Lunes 19:00
Jueves 19:00

FÚTBOL SALA

INICIACIÓN 1º AÑO

Horario: Martes y Jueves: 16:00

INICIACIÓN 2º AÑO

Horario: Lunes y Miércoles. 16:00

INFANTIL

Horario: Miércoles y Viernes: 19:00

BENJAMÍN 1º AÑO

Horario: Martes y Jueves: 17:00

BENJAMÍN 2º AÑO

Horario: Martes y Jueves 18:00

SENIOR

Horario: Lunes y Miércoles: 20:00

AUTONÓMICA

Horario: Martes: 19:00
Jueves: 19:30

PÁDEL

Horario: Lunes a Viernes

16:00 a 22:00

Sábado y domingo

8:00 a 14:00 y 16:00 a 20:00

Actividades Aula de Adultos

Formación básica Español para extranjeros

Entrenamiento y apoyo a la memoria

Informática

Inteligencia Emocional

Pruebas libres de graduado escolar

Programa de Promoción Comunitaria

Aula de Apoyo Socioeducativo: Jueves de 16:00 a 17:00

Aula alternativa a la expulsión (a demanda del centro educativo)

Actividades Asociación de Mujeres Epilenses

Iniciación a la costura: Viernes de 16:30 a 18:30 y Sábados de 10:30 a 12:30

Gimnasia de mantenimiento: Martes y jueves 10:00-11:00//16:00/17:00

Taller de teatro: Viernes de 19:00 a 21:00

Bailes: Miércoles 11:00-12:00//19:30-20:30

Manualidades: Miércoles 16:00 a 19:00

Actividades Coral

Ensayos Jueves a las mañanas

Actividades Banda de Música

Ensayos semanales

Conciertos para la Salud de la Comunidad

¿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

Como se ha comentado anteriormente:

Instituto Virgen de Rodanas, tanto en el área de bachillerato y secundaria, como en el área de formación profesional

Diferentes colegios de primaria de las localidades de Salillas, Lucena, Lumpiaque y Épila.

Asociaciones de Mujeres y de la Tercera Edad de las localidades dependientes de nuestra zona básica de Salud.

Ayuntamientos de las 6 localidades de nuestra zona básica de Salud para fomentar hábitos de vida saludables.

Farmacéuticos de Salillas y Lucena de Jalón para charlas divulgativas.

Trabajadores sociales relacionadas con el Centro de salud, con la de protección a la infancia y mediadoras para la integración de la población gitana de la zona.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

Actualmente y tras los últimos traslados, el grupo lo formamos:

Pablo Gil Orna, médico de familia
Marta Méndiz Ortigas, enfermera comunitaria
Ana Belén Esteban Gimeno, médico de familia
Beatriz Benedí Ortiz, enfermera
Noelia Royo Carramiñana, enfermera
Alejandra Lamarca Irisarri, pediatra
Beatriz López Alonso, médico de familia
Ana Cristina Tejero Luna, médico de familia
Correo: comunitaria.epila@salud.aragon.es

El grupo se reconstruyó el 17 de febrero del 2025, después de la incorporación de los últimos traslados en AP, se rescató el correo comunitario que habíamos perdido al irse la responsable y se eligió nueva responsable.

Durante el 2025 se fueron haciendo reuniones cada 2-3 meses para avanzar en los proyectos existentes e incorporar nuevos, principalmente los cursos de RCP y las charlas de promoción de la Salud.

Fuimos proponiendo ideas que en unos casos hemos conseguido terminar y en otros todavía no hemos obtenido resultados, pero siguen en nuestra lista de "deberes"

Pendiente de realizar en marzo reunión para incorporar nuevos miembros y definir nuevas líneas estratégicas e implementar las que ya tenemos afianzadas.

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 población de Épila, se caracteriza por una población rural, envejecida sobretodo en las pequeñas poblaciones de menos de 500 habitantes. Dedicada principalmente al campo y a la industria con trabajadores poco cualificados (cadenas de montaje), en el que existe un alto porcentaje de población inmigrante más o menos fija (temporeros) y un alto porcentaje de población gitana.

Todo esto conlleva por una parte a que un gran porcentaje de la población sea dependiente por su edad y asocia problemas de soledad no deseada o aislamiento, otra parte presente problemas de obesidad asociada a hábitos de vida poco saludables (comida insana y poco ejercicio físico), mal uso de los recursos al acudir a servicios de urgencias, por ser más fácil el acceso, o no conocer el funcionamiento de los servicios sanitarios, así como a un peor control de sus patologías, al ser población fluctuante o con gran movilidad.

El contacto con diferentes asociaciones permite crear lazos que refuerzan no solo individualmente desde la consulta, sino de forma más general y bidireccional los problemas de los colectivos a los que representan. El hecho de integrar equipos multidisciplinarios, no solo médicos, enfermeras o auxiliares, sino trabajadoras sociales, ayuntamientos, educadoras, profesores, farmacéuticos y asociaciones, hace que el mensaje llegue más claro, más directo y desde diferentes puntos de vista, para crear una respuesta más intensa en lo que queremos cambiar.

El conocimiento de todos los recursos con los que cuentan ayuntamientos y asociaciones, también nos permite ampliar las ofertas "no farmacológicas" con las que la población puede contar, y que se suman a las acciones que promovemos desde el CS.

Tenemos recogidos los listados de todas las asociaciones de Salillas, Lucena, Épila, Lumpiaque y Rueda, actualmente.

¿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

El mapa de activos es una de las actividades que nos ha quedado pendiente, ya que, a pesar de conocer todos los recursos de la zona, se nos ha indicado que tienen que ser los propios ayuntamientos los que vuelquen los datos.

En la próxima reunión se volverá a insistir en el tema, queriendo tenerlo hecho para el verano del 2026.

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

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

Puesto que sí que tenemos el listado, desde las consultas se promueve la recomendación de activos que sin embargo tenemos que realizar manualmente al no estar integrados en el mapa de activos del CS