Estrategia Atención Comunitaria

AGENDA COMUNITARIA

CENTRO DE SALUD

Sector Sanitario	**Teruel**
Nombre del Equipo de Atención Primaria	**Centro de Salud de Aliaga**
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

El C.S de Aliaga lleva años realizando diferentes actividades comunitarias. Destacamos:

A- Primavera Saludable:

Desde 2024 se realiza la llamada primavera saludable, donde durante los meses de abril a junio, se realizan actividades variadas dirigidas a la población de toda la ZBS, que van desde charlas en las diferentes zonas de salud, talleres de ejercicio y alimentación, salidas medioambientales y concursos infantiles sobre salud. En 2026 hemos realizado las siguientes:

- **Charlas**:

- Cuidemos nuestro sistema urinario impartida por la Dra. Sara Villarroya Castillo, facultativo especialista en urología en el hospital de La Plana, Castellón.
- La importancia de mantener hábitos saludables. Código Europeo contra el Cáncer. Impartida por Doña Samantha Gómez Martínez, psicóloga de la AECC.
- Entendiendo la obesidad: Mitos, realidades y soluciones actuales, de la mano de Dra. Beatriz Lardiés Sánchez, especialista adjunta al servicio de endocrinología y nutrición del Hospital Miguel de Servet,
-Evita errores con los medicamentos, es importante para tu salud, impartida por la Dra. Teresa Laínez Lorente, especialista en MFYC.

- **Talleres**:

- Taller de ejercicio físico " Asanas de Yoga y Chi-kung" realizado por Don Juan Calvo

-Taller de pasodobles y boleros, por Don Christian Mateo Sánchez, profesor de danza y coreografías.

- Salida medioambiental junto con taller y charla " Rio y Salud" por los agentes medioambientales doña Carolina Gutiérrez y Javier Corzán.
- Almuerzos saludables después de cada actividad
- Concursos de redacción infantil y de cocina para adultos.

B- Actividades infantiles con los colegios de la Zona

Este centro colabora desde hace años con los colegios de la zona donde se han realizado charlas y talleres dirigidos a los más pequeños. Este año hemos realizado, actividades sobre alimentación, higiene dental, sustancias toxicas y daño en tu salud.

C- Proyecto Pildorazos de Salud:

Seguimos con nuestros videos de salud, que utilizamos además como activos de salud. Este proyecto ha sido premiado este año en la segunda edición de los Premios Humanizar por Aragón. Gracias al mismo en el centro de salud tenemos pendiente poner unas pantallas para la emisión de dichos videos y consejos diversos para mejorar la salud de la población. Aquí os dejamos el enlace a los vídeos, por si fuera de vuestro interés.

https://youtube.com/@pildorazosdesalud-csaliaga.

4- Proyecto medicamentos:

Este año hemos iniciado un nuevo proyecto para mejorar la adherencia a la medicación en nuestras personas mayores de 70 años y en todos aquellos que presenten dificultades con sus tratamientos. Con este proyecto

pretendemos también evitar errores aumentando el conocimiento de nuestra población de sus botiquines.

5 – Proyecto proximidad:

Otro proyecto que hemos comenzado es el proyecto proximidad, donde pretendemos estar mucho más cerca de aquellas personas más frágiles, que precisan toda nuestra atención en los momentos más delicados de su enfermedad.

¿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

Como novedades tenemos este año las siguientes actividades:

- **Clases de Pilates** en horario de mañana y tarde los martes y jueves, impartidas por la fisioterapeuta Ana Millán en la población de Aliaga y dirigida a toda la población de la ZBS que desee mejorar su estado físico.
- **Gimnasia Rítmica** en Aliaga, dirigida a los más jóvenes de la ZBS. Se dan clases una vez por semana.

Otras actividades que se mantienen en la zona son las siguientes:

- **Taller de Cocina Saludable**: Se realiza en Cuevas de Almudén. Pabellón municipal. Los jueves de 10h a 13h. Promovido por la Escuela de Adultos de Cuencas Mineras. Gratuito y para todos los públicos adultos.
- **Grupo camina Aliaga**: Organizan excursiones a pie cada 6 meses, con ello se fomentan los estilos de vida saludables a la vez que las relaciones entre los distintos municipios adheridos a la localidad.
- **Jarra y pedal**: Se trata de un club, donde no importa la edad que tengas, siempre que quieras divertirte en bicicleta. Se

organizan salidas en fines de semana y prácticamente a diario en verano.

- **Gimnasia de mantenimiento en Aliaga**: Dirigido a la población adulta con el fin de aumentar la actividad física y mejorar la salud general de la población.
- **Equipo de futbol sala: CD. Aliaga**. Se trata de una iniciativa para jóvenes de la localidad, donde el equipo realiza competiciones a nivel autonómico, con excelentes resultados.
- **Club de los jubilados de Aliaga**: Cada domingo se reúnen en un local cedido por el Ayuntamiento y realizan distintas actividades (juegos de mesa, charlas etc.)
- **Campus de gimnasia rítmica y multideporte en Aliaga**: Cada verano se realizan estos campus dirigidos a niños de entre 3 a 14 años, mañanas y tardes, los meses de julio y agosto.
- **Aliaga turística**: Engloba:
  - Parque geológico de Aliaga: Se pueden realizar visitas guiadas y conocer el mejor parque geológico de Europa.
- **Camping municipal La Morta**: Albergue que recientemente ha recibido la condición de cielo star light. Se ha construido un pequeño observatorio para deleite de los amantes del cielo.
- **Piscinas municipales de Aliaga, Camarillas, Hinojosa y Galve**: La de Aliaga tiene servicio de bar, está abierta todos los veranos y realizan cursos de natación con la comarca.
- **Comarca Cuencas Mineras**: Realizan actividades deportivas durante todo el año como:
- **Gimnasia de mantenimiento en Hinojosa y Jarque**
- **Grupo de lectores en Aliaga y Cuevas**: Adherido a la biblioteca de la diputación provincial de Teruel, cada mes envían un libro para comentar al mes siguiente. Ocasionalmente un autor viene a presentar el libro y a comentarlo con los asistentes. A este grupo están invitados

todos los interesados de los pueblos de la zona.

En Galve podemos encontrar también multitud de actividades y asociaciones:

- **Estrategia Atención Comunitaria Asociación cultural Dinosaurio**: Realiza una semana cultural en agosto de cada año, con actividades para niños, como pintacaras, juegos tradicionales, además de cine de verano. Una vez al año hacen actividades de plantación de árboles.
- **Asociación La Ceracería**: Es una asociación juvenil, muy implicada en los problemas de despoblación de la zona, en 2018 se encargaron de un congreso sobre despoblación, en 2019 han llevado a cabo actividades de despoblación en el albergue.
- **Taller de memoria** organizado por la Cruz Roja, todos los jueves.
- **Actividades deportivas de la Comarca de Teruel**: Los lunes hacen futbol. Los miércoles patinaje y atletismo para niños y zumba para adultos. También hay subvenciones para transporte a la piscina climatizada de Teruel, para realizar cursos de natación, a lo largo del invierno. Actividades organizadas por la comarca de Teruel en verano. Cada verano la comarca organiza un día de las siguientes actividades: Aquagym, hinchables piscinas, zumba, juegos tradicionales, jornadas ecuestres…
- **Parque paleontológico de Galve:** Integrado por: Museo Paleontológico de Galve José M. Herrero se han abierto las nuevas instalaciones del museo en una ubicación más amplia en la plaza de la iglesia Presenta una colección de fósiles de dinosaurio locales única en el mundo. Se puede concertar cita para visita. Yacimientos de icnitas. Reproducciones de dinosaurios a tamaño real.
- **Legendark**: Se trata de una sede del Museo de Dinópolis, dedicado a las técnicas de laboratorio para estudio de fósiles.

- **Guardería de verano**: Cada verano el ayuntamiento organiza este servicio en horario de mañanas para los niños de las familias interesadas. Realizan actividades lucrativas como manualidades, juegos…
- **Gimnasio municipal**: Este año se ha abierto un gimnasio municipal con monitor que acude una vez a la semana.

En Jarque:

- **Atletismo y Triatlón**: Dos veces por semana se practica este deporten en dichos municipios, utilizan para la natación la piscina de Utrillas.
- **Gimnasio**: Puede ser utilizado por todos los de la zona, los que lo desean disponen de una llave para practicar ejercicio cuando quieran.

En Cuevas:

- **Asociación Traudes**: Se encargan de organizar la semana cultural del pueblo, con teatro, yincanas, concursos de tapas, andadas…
- **Museo municipal Dunea**: Podemos ver pinturas de Dulcinea Bello.
- **Biblioteca de Cuevas**.
- **Grupo de Teatro de Cuevas**: Hacen obras de teatro por distintos pueblos.
- **Mezquita**
- **Gimnasio** con monitor.
- **Asociación Tamborile**: Cada año organizan el festival tamborile de música callejera internacional.
- **Asociación los golfos**: Organizan la semana de fiestas con juegos de mesa, futbol, excursiones y yincanas.
- **Asociación amas de casa**. En la actualidad con poca actividad.

En Hinojosa:

- **Salidas saludables**: un grupo de mujeres a diario sale a caminar compartiendo experiencias y realizando ejercicio saludable.
- **Ruta de las esculturas**: Escultores de distintos países realizaron sus obras al aire libre durante 4 años. Existe una ruta

de visita de las mismas. Se puede ir con guía local.

- **Rutas senderistas**: Existen múltiples rutas para practicar senderismo, se pueden consultar en cualquier oficina de Turismo.

En Aguilar del Alfambra:

- **Asociación cultural Aguilar literaria**: Organizan jornadas literarias de Aguilar del Alfambra, donde personas de reconocido prestigio dan charlas, hacen debates y tertulias, a todos los interesados.
- **Plataforma Aguilar Natural**: Se crea un aula de la naturaleza dedicada al chopo cabecero. Ubicado en el edificio del Ayuntamiento. Reuniones diarias de juegos de mesa en local municipal. Informática para adultos: abierto para todos los interesados de la zona.

En Ababuj:

- **Asociación amas de casa**: Estrategia Atención Comunitaria Durante los meses de verano realizan gimnasia de mantenimiento, talleres de manualidades (mimbre, patchwork, papel…). Además, realizan un viaje con visita guiada y comida para los asistentes.
- **Sociedad de cazadores**: Se trata de una asociación de cazadores, donde se organizan actividades en torno a la caza, coto….
- **Gimnasio local**: Las llaves están en el ayuntamiento a disposición de los usuarios que lo deseen.
- **Marcha senderista**: Cada año se realiza en el mes de agosto, organizada por un vecino del pueblo.
- **Actividades de conservación del medio**: Se trata de un grupo de voluntarios que se encargan de la limpieza y el mantenimiento de un entorno natural de la zona llamado Fuente Nueva.
- **Comarca Comunidad de Teruel**: Organiza colonias de verano para niños. Viaje con visita guiada en el Día

Internacional de la Mujer. Comida y visita guiada o espectáculo para los jubilados del pueblo.

- **Dinoexperience**: Se trata de un yacimiento paleontológico, que depende de Dinópolis en colaboración de la comarca. Encontramos 75 huellas de dinosaurios, entre ellos las de un carnívoro de 9 metros. La visita es gratuita y al aire libre.
- **Camarillas Asociación cultural Camerón**: Se trata de una asociación de gente voluntaria del pueblo, organizan:
  -La semana cultural en verano, con charlas, talleres, manualidades, actividades infantiles (cuenta cuentos, chocolatada, manualidades infantiles); - Viaje cultural con comida y visita guiada.
  - Día de la asociación con actividades de mantenimiento del entorno y comida y cena popular
  - En Agosto organizan otra comida con concurso de guiñote y verbena.
  - Marchas senderistas por el entorno, varias veces al año.
  - Cine en un local preparado con pantalla y butacas, con películas para distintas edades.
  - El día de Reyes organizan una cabalgata junto con las gentes del Pobo.
- **Piscina municipal de Camarillas**: abierta los meses de verano
- **Asociación del 4x4**: Realizan rutas en vehículos 4x4 por los montes de la zona.
- **Gimnasio público:** Las personas interesadas deben pedir la llave al aguacil del pueblo.
- **Parque de los mayores**: También los encontramos en Galve, Aguilar del Alfambra, Cuevas y Mezquita. Dotado con aparatos para ejercicios que mejoren la movilidad en personas mayores.

¿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

Coordinación y seguimiento del Consejo de Salud de Zona: Se suelen realizar un mínimo de dos reuniones anuales, donde se tratan temas que preocupan a la población relacionados con el ámbito sanitario y se intentan dar soluciones. Se admiten propuestas sobre proyectos que pueden realizarse desde el centro de salud. Se ha abierto un grupo de WhatsApp para los miembros del mismo.

Centro educativo CRA Aliaga: Se colabora de forma muy estrecha con los proyectos del colegio que están incluidas en la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de la Salud. Realizamos charlas y talleres escolares y actividades en el aula sobre diversos temas.

Asociación de jubilados. Cada domingo, los jubilados de Aliaga, se reúnen en su local y realizan juegos de mesa, comparten películas, series, futbol y charlan sobre sobre lo que más les inquieta del pueblo. En verano, generalmente en agosto, realizan una semana cultural donde preparan competiciones para los socios y al final de la misma se entregan trofeos y se hace una comida a la que nos invitan y premio honorífico al socio más antiguo.

Asociación Amas de Casa. Es una asociación de mujeres que realizan múltiples actividades a lo largo del año, como encaje de bolillos, manualidades, viajes culturales, comidas en navidad y en verano.

El centro de salud participa activamente en talleres de salud que nos solicitan

Ayuntamientos: Se coordina para realización de cursos como RCP, equipación DEAS en los diferentes consultorios locales, nebulizadores y material de curas, así como aparataje médico en los distintos consultorios adheridos a Aliaga.

Guardia Civil: Realiza charlas en colegios e institutos, exhibiciones de perros, coches, helicópteros para escolares. Colaboramos con ellos en algunas actividades conjuntas y cuando nos lo solicitan, o nosotros a ellos.

Asociación cultural Cuevas de Almudén: En alguna ocasión se han realizado charlas, que nos han solicitado.

Escuela de adultos de la ZBS: Aliaga, Hinojosa, Jarque y Cuevas: Los profesionales de la escuela, va cada día a una zona, organizan distintas actividades como yoga, clases de inglés, talleres de memoria y clases de cultura general. Colaboramos con ellos en distintos proyectos de educación para la salud.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

En nuestro Centro de Salud, se llevan realizando actividades comunitarias desde hace años, aunque no se había constituido oficialmente un equipo de atención comunitaria. Es por ello, que para dar a conocer las actividades y el compromiso de todos los que participan, se crea este equipo que ha quedado constituido en agosto de 2019. Los **integrantes actuales del equipo de Atención Comunitaria** son:

- Guillermina Llera Bueso: Coordinadora de enfermería de Atención Primaria en el Centro de Salud de Aliaga.
- Eva M Sánchez Molina: Médico de AP de la zona de Camarillas, Galve, Ababuj y Aguilar, y coordinadora del CS de Aliaga. Referente actual, de comunitaria.
- Rubén Ferrer Sorolla: Médico de la zona de Hinojosa, Jarque, Cuevas y Mezquita.
- Laura Ortiz Domínguez: Médico de AP del C.S de Aliaga.
- Marta Mallén Edo: Enfermero de AP en C.S Aliaga.
- Agustín Martínez Lozano: Enfermero de AC. C.S Aliaga.

En el centro de salud, hacemos reuniones de equipo los jueves a primera hora de la mañana. Durante estas reuniones se comentan los proyectos que tenemos y se organizan las distintas actividades de comunitaria. Las charlas - talleres que realizamos, en general, se hacen a primera hora de la tarde, adaptadas a la demanda de la población. Suelen ser en el salón de actos de los ayuntamientos, aunque a veces

	se realizan en el propio centro de salud. Las actividades de los colegios se hacen por la mañana generalmente a partir de las 12:00, en ese caso las consultas se adelantan. El equipo de AP recomienda activos de salud, en las diferentes consultas tanto de enfermería como de medicina. Por ello se ha realizado un mapa de activos de salud, que está colgado en el web de Atención Comunitaria.

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 Aliaga engloba las siguientes **localidades**: - *Aliaga*, donde se ubica el Centro de Salud, con sus pedanías, son las siguientes: Santa Bárbara, la Aldehuela, Campos, Cirugeda y la Cañadilla. De estas, en la actualidad, solo tiene consultorio local Cirugeda. -Camarillas (consultorio local) -Ababuj (consultorio local) -*Aguilar del Alfambra* (consultorio local) -*Galve* (consultorio local) -Cobatillas (consultorio local) -*Hinojosa de Jarque* (consultorio local) -Jarque de la Val (consultorio local) -*Mezquita de Jarque* (consultorio local) -Cuevas de Almudén (consultorio local) El Equipo de Atención Primaria de esta ZBS lo forman: Tres Médicos de Atención Primaria: Un titular de la zona de Aliaga, sus pedanías y para el municipio de Cobatillas. Un titular de la zona de Camarillas, Aguilar del Alfambra, Ababuj y Galve Un titular de la zona de Hinojosa, Jarque, Mezquita y Cuevas. Dos Enfermeras de Atención Primaria: Una titular de la Zona de Aliaga, Cobatillas, Hinojosa de Jarque y Jarque de la Val Una titular de la zona de Camarillas, Aguilar del Alfambra, Ababuj, Galve, Mezquita de Jarque y Cuevas de Almudén. Dos Enfermeras de Atención Continuada y una compartida con C.S de Alfambra. Dos Médicos de Atención Continuada. Un Auxiliar Administrativo Una Pediatra y una Matrona que pasan consulta cada 15 días. Se trata de una zona rural, muy dispersa. El Centro de Salud situado a unos 70 km de Teruel se encuentra enclavado en el valle del Guadalope, rodeado de montañas. Se encuentra a una altitud media de 1336 msnm. Los veranos son cortos y calurosos. Los inviernos largos, muy fríos con frecuentes nevadas. La temperatura media en el transcurso del año varía entre -2 y 26 grados, aunque hay inviernos que bajan de -7 grados y veranos que suben de 30. Es una zona de terrenos

áridos, pero también encontramos zonas con arboleda como los 3 km cuadrados de pinares de pino albar en La Cañadilla, los 2,98 km cuadrados de encinares en Campos y Cirugeda, así como bosques mixtos de frondosas en Aldehuela, Aliaga y Campos. Destacamos el parque geológico de Aliaga, por su importancia científica y didáctica en la comprensión de los procesos geológicos de nuestro planeta. Hay diversas rutas y se ofrecen visitas guiadas, este parque es de gran interés científico y hay un importante turismo internacional que acude cada año para estudiar y comprender nuestro pasado. Se encuentra incluido en la Red Europea de Geo parques.

En Galve se encuentra uno de los enclaves paleontológicos más importantes de la península ibérica. Se trata del parque Paleontológico que está integrado por el museo, los yacimientos de icnitas y las reproducciones de dinosaurios de la ribera del Alfambra. También de interés científico y turístico. Desde Galve hasta Ababuj, se encuentran lugares maravillosos, huella de nuestros antepasados, los dinosaurios. Hay rutas diferentes donde disfrutar en familia.

Como **medios de vida** destacan:

- Sector agrícola y ganadero: con ganadería extensiva de ganado vacuno y bovino, así como varias granjas porcinas.
- Sector industrial: Contamos con una fábrica ubicada en la localidad de Aliaga, Neoelectra. Minas de Galve Planta fotovoltaica en Cuevas de Almudén y Galve.
- Sector servicios: En el municipio de Aliaga hay un supermercado. Para diversión encontramos un bar y un hotel con restaurante. En verano se abre un bar en la piscina y otro en el camping. El resto de las localidades tienen un pequeño bar, muchos de ellos con una pequeña tienda. Piscinas en las localidades de Aliaga, Camarillas, Hinojosa y Galve, que abren en temporada estival.
- Turismo: Tenemos los distintos parques tanto geológicos, paleontológico y del chopo cabecero. Encontramos distintas rutas muy visitadas, como las pasarelas del Barranco de la Hoz Mala

En cuanto a la población de la zona la mayor parte es mayor de 50 años, presentando una pirámide poblacional regresiva. Muchos de ellos son jubilados trabajadores de las antiguas minas de carbón y de la central termoeléctrica ubicada en Aliaga desde 1952 hasta 1982. Actualmente un 18 por ciento de la población es extranjera, predominando los de origen marroquí y rumano. Los primeros suelen dedicarse más al sector ganadero, y los segundos trabajan sobre todo en el sector servicios. Dicha población suele vivir con sus familias y niños pequeños, manteniendo vivas las escuelas de las localidades más despobladas, como en Aguilar del Alfambra. En muchas ocasiones encontramos dificultades para comunicarnos por la barrera del lenguaje, pero en general hay una buena convivencia entre las distintas culturas.

Resumiendo, en la ZBS encontramos muchos trabajadores autónomos, que trabajan sus tierras o cuidan de sus animales, algunos de ellos que ya se hacen mayores, contratan a trabajadores, sobre todo para el pastoreo. También en el sector servicios dominan los autónomos.

Problemática y factores que influyen en la salud de la zona:

-Despoblación, que es mayor en época invernal, donde muchas personas jubiladas se marchan a segundas residencias en ciudades más grandes y con más servicios, cerca de familiares que les ayuden.

-Los servicios son cada vez más limitados, lo que hace que los jóvenes se vayan a la ciudad a una edad temprana, bien para acabar sus estudios, o para trabajar, por lo que, la población es cada vez más envejecida y predominan las enfermedades crónicas, problemas de movilidad y aislamiento social.

-El aislamiento geográfico también es un problema importante, no hay transporte público que comunique la zona con Teruel o con los pueblos cercanos. Esto unido a la dificultad para conducir de las personas mayores, empeora la situación de aislamiento de determinados colectivos.

-La situación cambia mucho según la época del año. El verano es la época con mayor afluencia de personas de distintas edades, que acuden a sus pueblos y pasan unos meses hasta la llegada del frío o el comienzo del curso escolar. En esta época del

año, muchos abuelos se convierten en cuidadores de los nietos, lo que en muchas ocasiones es una sobrecarga para la salud de estas personas.

-Aliaga y Galve, son los núcleos poblacionales más grandes de la ZBS, con menos variación de la población a lo largo del año. Tienen escuela y una población más joven que el resto de los pueblos de la zona, con lo que encontramos más enfermedades agudas transitorias, propias de estas edades. Intervenciones comunitarias: El maravilloso enclave de la zona, nos permite realizar intervenciones comunitarias, encaminadas a mejorar la salud de la población y empoderar a los habitantes, mejorando la comunicación entre médico paciente y la salud general de la zona. Como hemos señalado anteriormente, los problemas de salud principales están relacionados con procesos crónicos y aislamiento social.

Podemos realizar **intervenciones comunitarias** encaminadas a disfrutar del entorno y mejorar la salud, tales como: Actividades deportivas al aire libre, de diferente intensidad en función de la edad del paciente. Fomentar el consumo de alimentos de la zona, de la huerta y del corral. También podemos intentar romper la barrera del lenguaje y cultural que hay con la población marroquí, facilitándoles la inmersión del lenguaje, intentando animarles a participar en las distintas actividades comunitarias. Mejorar las relaciones sociales invitando al juego en grupo, guiñote, petanca, la morra... Colaborar con las distintas asociaciones para dar conocimiento sobre lo que hacen y facilitar la participación de la población en las actividades programadas. Invitar a la lectura y al conocimiento. Talleres escolares sobre salud. Talleres de educación para la salud a la población general

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?

Este Equipo de Atención Primaria considera ha elaborado un mapa de activos, que está abierto en la actualidad con entradas nuevas. En la actualidad se está trabajando en promover la recomendación de actividades comunitarias orientadas a los temas que se puedan beneficiar la salud de las personas (ejercicio físico, socialización, bienestar emocional, alimentación saludable…)

Otro de los aspectos en los que actualmente estamos trabajando es en formalizar un compromiso entre entidades organizadoras y el centro de salud para así generar un circuito de recomendación. Una vez identificados los activos nuevos se incluyen en el mapa Todos los que formamos parte de este Equipo de Atención Primaria creemos que este recurso tiene la capacidad de fortalecer la habilidad de las personas para mejorar la salud, ayudando a contrarrestar las situaciones de estrés, superando las dificultades frente a la desigualdad y articulando la búsqueda de capacidades y habilidades hacia lo que genera salud y empoderamiento individual y colectivo.

Durante este año hemos añadido como activo los vídeos de pildorazos de salud, con una alta recomendación.

	RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS
¿Se realiza alguna recomendación de activos comunitarios desde la consulta? ¿A que tipo de recursos se realiza la derivación?	Actualmente se recomiendan los siguientes activos: - **Talleres educación para la salud Caminatas al aire libre** organizadas por miembros de EAP Gimnasia al aire libre usando las instalaciones de los ayuntamientos. - **Gimnasio de distintos ayuntamientos**. Clases de yoga y Pilates. - **Aquagym en piscina municipal** durante el verano Apuntarse a grupo de petanca de lunes a domingo a las 20,00h. Apto para todas las edades. Se están realizando talleres para mejorar los conocimientos de nutrición y potenciar diferentes actividades físicas. Se realizan salidas al aire libre y se quieren recomendar más activos relacionados con las diferentes actividades que se realizan en la ZBS, dentro de estos tenemos, por ejemplo: Clases de informática. - **Club de lectura**. Juegos en grupo como la petanca, morra, cartas.... - **Talleres y actividades temporales** en los diferentes pueblos, como la Primavera Saludable, recomendada en los meses de abril a junio. - **Pildorazos de salud.** También debemos tener en cuenta que en verano se pueden recomendar más activos, sobre todo en las poblaciones más pequeñas, que se llenan de vida en

	esta época y los pueblos realizan más actividades y vida social. A través del Consejo de Salud que permanece en activo y funcionando, estamos en contacto estrecho con las diferentes entidades socio culturales y Estrategia Atención Comunitaria ayuntamientos de la ZBS, Se trabaja conjuntamente en los distintos problemas de la población buscando soluciones y fomentando la salud general.