

AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE ALIAGA

Sector Sanitario

Teruel

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CSAliaga

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 centro de salud de Aliaga, se realizan cada año múltiples actividades de atención comunitaria. Este año se han realizado o se van a realizar las siguientes:

Talleres de primeros auxilios: Desde hace 7 años se realizan talleres de primeros auxilios dirigidos a niños y a adultos de las localidades pertenecientes a la ZBS, con la finalidad de aumentar las habilidades de la población en primeros auxilios y uso de desfibrilador. El material para la RCP utilizado nos lo cede cada año la Cruz Roja de Utrillas.

Sesiones clínicas diversas: Cada año se realizan, diversas sesiones clínicas y talleres, dirigidas a la población de la ZBS, con el fin de aumentar los conocimientos de la misma, aclarar distintas dudas, mejorar la comunicación con los sanitarios y acercarnos a los problemas que preocupan a nuestra población. Solemos preguntar por los problemas y las necesidades y en función de los mismos, se preparan dichos talleres-sesión. Algunos de ellos se repiten en distintos grupos, adaptándolas según a quién se dirigen. Este año se han realizado las que a continuación exponemos:

- Uso adecuado de los antibióticos: Con esta sesión pretendemos concienciar a la población sobre la necesidad de no abusar de los antibióticos y el riesgo que conlleva un uso inadecuado y excesivo del mismo, pretendiendo así la disminución de la demanda de los mismos y la comprensión de los pacientes cuando no los recetamos por sistema.
- Sesión clínica- taller sobre menopausia: Se realizan varias sesiones dirigidas a la población femenina, sobre esta etapa importante de cambios en la vida en la mujer. Con ello pretendemos desmentir mitos sobre la misma, mediante una charla- taller, fomentando la participación de las mujeres, mejorando la comprensión sobre los cambios

Estrategia Atención Comunitaria

producidos en esta etapa. En estas sesiones además se explican los estilos saludables y se dan consejos sobre dieta y ejercicio físico.

- Talleres de vida sana. Dirigidos a la población adulta de la ZBS. Se hacen dos tipos de talleres, uno sobre alimentación y otro sobre ejercicio físico. En el taller de ejercicio físico contamos con un profesional externo, especialista en deporte, que da consejos y explica los ejercicios más adecuados a realizar, en cada etapa de la vida.

- Talleres de lavado de manos. Dirigidos a la población infantil y adulta, se realizan varios talleres para concienciar sobre la importancia de una adecuada higiene de manos para evitar la transmisión de enfermedades infecciosas. Se ha contado con una lámpara especial, que nos ha cedido los laboratorios HARTMAN.

- Talleres escolares sobre riesgos y beneficios de la exposición al sol. Se explica la adecuada protección solar y los riesgos que conlleva la exposición al sol inadecuada.

-Desayunos saludables. Este proyecto comienza tras ver las necesidades de un adecuado desayuno, se realizó una encuesta a los alumnos del CRA de Aliaga, y en función a las deficiencias, comienza una colaboración con el colegio para fomentar un desayuno sano. Con ello pretendemos disminuir el consumo de bollería y la obesidad infantil.

- Talleres de ergonomía y postura sana. Dirigidos a los alumnos del colegio, fomentando adecuada higiene postural.

¿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

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 fútbol 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, cada año recibe más de 40 estudiantes holandeses de la universidad Utrecht

-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:

- 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 fútbol. 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 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 lúdicas como manualidades, juegos...

En **Jarque:** Atletismo y Triatlón: Dos veces por semana se practica este deporte 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.

En 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, fútbol, 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.

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.

En Ababuj:

Asociación amas de casa: 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.

En 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.
- 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 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.

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, fútbol y charlan 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 Llega Bueso: Enfermera de Atención Primaria en el Centro de Salud de Aliaga y Referente comunitaria.

Eva M. Sánchez Molina: Médico de AP del C.S de Aliaga.

Laura Ortiz Domínguez: Actualmente Médico de AP de la zona de Camarillas, Galve, Ababuj y Aguilar, y coordinadora del CS de Aliaga.

Pilar Yuste Plumed: Médico de la zona de Hinojosa, Jarque, Cuevas y Mezquita.

Sonia Guillen Gascón: Enfermera de Atención Continuada de la ZBS de Aliaga.

Agustín Martínez Lozano: Enfermero de Atención continuada de la ZBS de Aliaga

Francisco Javier Soriano Sorlí: Enfermero de AP en ZBS Aliaga.

En el centro de salud, hacemos reuniones de equipo los martes 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.

CONTENIDO AVANZADO AGENDA COMUNITARIA

ANÁLISIS DEL CONTEXTO DE LA ZONA

¿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?

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?

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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