

Estrategia Atención Comunitaria
AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD PARQUE GOYA

Sector Sanitario

Zaragoza I

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CS Parque Goya

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

TALLERES DE ESPALDA SANA

DESTINATARIOS:

Usuario/paciente derivado específicamente para realizar esta actividad, por el Médico del C.S Parque Goya y centros rurales correspondientes y por especialistas (U.M.E, Traumatólogos etc del sector 1), así como por las fisioterapeutas de C.S. Parque Goya.

FINALIDAD Y OBJETIVOS:

- *Adquirir conciencia corporal, ergonomía y control postural.
- *Mejorar y aumentar la movilidad articular y la flexibilidad muscular.
- *Aumentar el tono y la fuerza muscular general y en mayor medida de la musculatura abdominal.
- *Aprender estiramientos específicos de cuello, dorsales y lumbares, así como extremidades y también estiramientos globales de las cadenas musculares.
- *Aprender técnicas de relajación y automasaje.

PROFESIONALES REFERENTES DE LA ACTIVIDAD:

M^a Luisa Casas Moraga (Fisioterapeuta C.S.Parque Goya)
Silvia Alebesque Cortés (Fisioterapeuta C.S.Parque Goya)

LUGAR DE LA ACTIVIDAD:

Gimnasio fisioterapia C.S.Parque Goya

FRECUENCIA Y DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

Martes y Jueves en turno de mañanas de 9:00 a 10:00.

Martes y jueves en turno de tardes de 15:45 a 16:45.

PERIODO DE DURACIÓN:

De Septiembre a Junio. Taller mensual.

PROGRAMA ASESORÍA EDUCATIVA

DESTINATARIOS: Padres, madres y abuelos/as que con hijos o nietos de 0-6 años estén interesados en temas de crianza

Estrategia Atención Comunitaria

y educación infantil. Pueden venir acompañados por el niño/a.

FINALIDAD Y OBJETIVOS: Programa de índole eminentemente preventiva y de promoción de la salud, coloca el acento en la vertiente educativa de las pautas de crianza y centra sus esfuerzos en el desarrollo de competencias y habilidades en el seno familiar.

Adquirir por parte de los padres madres conocimientos de las diferentes etapas evolutivas infantiles, sus peculiaridades y los conflictos que los caracterizan.

Orientar a los padres y madres para que ofrezcan una respuesta sensible a las necesidades de los niños y utilicen pautas educativas positivas durante las rutinas cotidianas.

Fomentar un vínculo seguro y una organización familiar que potencie los factores protectores de la relación paterno filial. Proporcionar habilidades y estrategias ante situaciones problemáticas concretas, alimentación, sueño, miedos, celos, rabietas, autonomía.

Estimular la comunicación entre los padres para consensuar criterios comunes respecto a la forma de actuar en la educación de sus hijos.

Mantener y mejorar el nivel de autoeficacia percibida en los padres a la hora de educar a sus hijos

PROFESIONALES REFERENTES DE LA ACTIVIDAD:

Inma Marco Arnau. Enfermera Salud Mental C.S. Amparo Poch

María Teresa Tolosana Lasheras. Enfermera de pediatría C.S Arrabal

LUGAR DE LA ACTIVIDAD:

Centro de Salud Parque Goya 3ª Planta Sala de Docencia

FRECUENCIA Y DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

Jueves de 10 a 12 horas

Se desarrolla en dos ciclos anuales de 5 sesiones, cada ciclo, con una sesión mensual aproximadamente.

Primer ciclo de enero a mayo. Segundo ciclo de septiembre a diciembre.

Las fechas para el siguiente ciclo(primer trimestre de 2020) son: 23 de enero, 27 de febrero, 26 de marzo, 30 de abril, 28 de mayo

Programa:

1º día: Desarrollo evolutivo de 9 a 36 meses. Problemas y objetivos educativos

2º día: Los problemas del sueño.

3º día: Los problemas de la alimentación.

Estrategia Atención Comunitaria

4º día : Celos miedos y rabietas.

5º día: Retirada de pañal.

PERIODO DE DURACIÓN:

Indefinido

OBSERVACIONES:

Se utiliza una metodología activa y participativa basada en la dinámica grupal con los padres receptores y en un desarrollo teórico. La transmisión formal de conocimientos supone solo una parte del contenido docente, para enfatizar los aspectos relacionales y de producción de conocimientos significativos en la relación grupal. Ésta metodología tipo taller pretende transmitir aptitudes para observar las situaciones cotidianas, repensar la práctica educativa, verbalizar las interpretaciones de las situaciones familiares, enriqueciendo estas interpretaciones con las de los demás participantes y reflexionando sobre las consecuencias que tienen

CONSEJO DE SALUD

El Consejo de Salud es un órgano de participación de la población del Barrio de Parque Goya.

La representación ciudadana en el Consejo es muy alta: Ayuntamientos, Junta de Distrito del Barrio, Asociación La Atalaya, Asociación Vecinal, Farmacéuticos, Veterinaria, Hospital Centro de Día Infanto-Juvenil, Trabajadora Social del Centro de Salud, Coordinadora del Equipo de Parque Goya y Coordinadora de Enfermería.

FINALIDAD Y OBJETIVOS :Es un órgano de participación cercano y próximo a los ciudadanos donde se tratan cuestiones de Salud Individual y Colectiva.

En él se canalizan todas las inquietudes y necesidades que presentan todos los colectivos representados.

Su Presidenta informa al Consejo de todas las reuniones mantenidas con otros colectivos y asociaciones de interés para la Comunidad (Presidentes de otros Consejos de Salud, Gerencia del Sector, Programas del Ayuntamiento de Zaragoza etc..)

Se informa de todas las novedades a nivel organizativo por parte del Centro de Salud, se divulgan todas las Actividades Comunitarias del Centro de Salud y del entorno.

LUGAR DE LA ACTIVIDAD: CENTRO DE SALUD DE PARQUE GOYA

FRECUENCIA Y DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

Las reuniones del Consejo de Salud son Trimestrales

HÁBITOS SALUDABLES Y UNOS PASOS MÁS

La finalidad de este proyecto es influir positivamente en prevención y tratamiento de los factores de riesgo cardiovascular más prevalentes en nuestro sector como son el sedentarismo y la obesidad

Los objetivos de este proyecto es conseguir un estilo de vida saludable incorporado no como algo extraordinario sino como algo cotidiano y necesario como un estilo de vida.

Los profesionales implicados son 4 médicos 3 enfermeras y 2 fisioterapeutas

El lugar de este proyecto se realiza en el Centro de Salud de Parque Goya , las sesiones informativas conferencias médicas seguimiento por médicos y enfermeras y en el exterior la actividad física paseos movilización de articulaciones ...

En la primera reunión se explicó en qué consistía este proyecto, también se informó de los beneficios a distintos niveles del ejercicio físico, explicando ejercicios de calentamiento y estiramientos para hacer antes y después del ejercicio físico que prepararon y explicaron nuestras fisioterapeutas

Enfermería explico el funcionamiento de aplicaciones para el móvil o dispositivos de muñeca para ayudar a realizar la actividad de todo ello se entregó copia escrita a los participantes.

La frecuencia en la realización de los paseos se aconseja sea diaria mínima media hora o tres cuartos de hora el control médico será aproximadamente mensual según permitan las agendas y el de enfermería cada 15 días también aproximadamente se entregarán tratamientos y consejos dietéticos a quien lo precisen

Se está preparando una charla sobre nutrición del adolescente falta determinar la fecha y lugar

La duración será hasta junio de 2020

Observaciones se ha puesto en marcha el primer grupo y esperamos que en enero pueda comenzar un segundo grupo.

¿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

DEPORTE Y HÁBITOS SALUDABLES PARA ADULTOS

RESUMEN DE LA ACTIVIDAD: Realización de una hora de gimnasia al aire libre, durante dos días a la semana, en la Plaza de la Poesía en el Barrio de Parque Goya, de mayo a noviembre(excepto julio y agosto)

DESTINATARIOS: Adultos, no hay límite de edad ni límite de participantes

FINALIDAD Y OBJETIVOS: Mostrar formas de alcanzar una mejor condición física, mental y emocional. Crear un hábito y una disciplina para mantenerla, logrando con ello alcanzar objetivos que uno mismo se marca. Aumentar la confianza y por extensión la autoestima.

PROFESIONALES REFERENTES DE LA ACTIVIDAD Y CENTRO PRINCIPAL PROMOTOR

Angel Nalvárez Soriano 618518132: Entrenador y Coach deportivo, conductor de la actividad, ésta es promovida por la Agrupación Deportiva del Colegio de Cristo Rey, subvencionada por la Junta Municipal Actur Rey Fernando.

LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Plaza de la Poesía en Parque Goya II

FRECUENCIA Y DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

Dos días a la semana.

Martes y viernes de 9,30 a 10,30 horas

FRECUENCIA Y DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

Dos días a la semana.

Martes y viernes de 9,30 a 10,30 horas

PERIODO DE DURACIÓN: Mayo, junio, septiembre, octubre y noviembre

OBSERVACIONES: Solo se suspende por la lluvia, no precisa ningún tipo de inscripción, la actividad es gratuita.

ASOCIACIÓN DE VECINOS “ATALAYA”URB. EL ZORONGO

Contamos con 3 salas en nuestro “Club Social” para las actividades que se describen a continuación. En total entre todas las actividades están participando casi 150 personas.

Somos una Asociación con un alto grado de participación y de socios, con casi 500 personas.

Estrategia Atención Comunitaria

CANTO CORAL:

Una clase de 1 hora y media a la semana

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

Dos clases de 1 hora a la semana

GIMNASIA DE ALTA INTENSIDAD

Dos clases de 1 hora a la semana

CLASES DE INGLES

Una clase de 1 hora y media a la semana

MINDFULNESS

Una clase de 1 hora a la semana

PILATES

Dos clases de 2 horas a la semana

TAICHI

Una clase de 1 hora y media a la semana

YOGA

Dos clases de 1 hora y media a la semana

ESPALDA SANA PERSONAS MAYORES

Una clase de 1 hora a la semana

DEFENSA PERSONAL

Una clase de 1 hora a la semana

EJERCICIOS HIPOPRESIVOS PARA EL ABDOMEN Y SUELO PÉLVICO

Una clase de 1 hora a la semana

CENTRO CÍVICO DE JUSLIBOL

Cuenta con un salón de actos, una sala multiusos y varias aulas en las que se imparten la siguientes actividades:

CENTRO DE MAYORES DE JUSLIBOL:

Cultura: 1 hora dos días a la semana

Danzaterapia: 1 hora, un día a la semana

Gimnasia de Mantenimiento: 1 hora, un día a la semana

Técnicas de Mejora del Bienestar: 1 día a la semana, dos horas

Teatro: 1 día a la semana, dos horas

Baile abierto: 1 día a la semana, dos horas

ASOCIACIÓN DE MUJERES DE JUSLIBOL

Indumentaria Aragonesa: 1 día a la semana, 4 horas
día de junio a octubre

CASA DE JUVENTUD JUSLIBOL

Cocina internacional: 1 día a la semana, una hora y media

Discjockey: 1 día a la semana 2 horas

Piano: 1 día a la semana, dos horas

OS CHUFLADORS DE JUSLIBOL:

Dulzaina Aragonesa: 1 día a la semana dos horas

DELIZ-JAZZ

Técnica vocal moderna: 1 día a la semana, una hora y media

BAILES DE SALÓN: 1 día a la semana, dos horas

BAILE SOCIAL: 1 día a la semana, dos horas

YOGA: 1 día a la semana, hora y media

PUNTO GRATUITO DE DE INTERCAMBIO DE LIBROS

CAFÉ VECINAL EN LA CASA DEL BARRIO DE PARQUE GOYA

DESTINATARIOS:

Vecinos/as del Barrio de Parque Goya y alrededores.

FINALIDAD Y OBJETIVOS:

Tener un punto de encuentro vecinal

Crear un vínculo y una red de referencia para los vecinos del barrio, especialmente a las personas de mayor edad, sin ser exclusivo para ellos.

Ser generador de conocimientos y aprendizaje para los/as vecinos/as del barrio.

Ser capaces de dialogar de distintos temas e intereses

PROFESIONALES REFERENTES DE LA ACTIVIDAD Y CENTRO PRINCIPAL PROMOTOR

Promotora y Coordinadora Susana Millastre

Colaboración de la Asociación Vecinal de Parque Goya, que ofrece las instalaciones para que se pueda llevar a cabo la actividad.

LUGAR DE LA ACTIVIDAD:

Casa del Barrio de Parque Goya. Adjunto enlace de su ubicación

C/ El Globo nº25 (local al lado de la parroqui Santa M^a Reina de los Mártires)

Adjunto enlace con su ubicación:
<https://goo.gl/maps/gcpplcvb6y2oWnF9>

FRECUENCIA Y DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

se realice los miércoles, semanalmente.

La actividad está planteada para que Horario de 9,30-11 horas

PERIODO DE DURACIÓN:

Noviembre 2019 a Junio de 2020

En la actividad se abordan distintas temáticas que se plantearon el primer día que se reunió el Grupo.

A

bordando diferentes temas cada día, cine, recomendaciones de libros, trámites por internet, manejo y habilidades básicas del móvil, aplicaciones recomendables, compras one line, inteligencia emocional (cuales son nuestras emociones y como gestionarlas), risoterapia etc....

Después de cada tema hay una tertulia, todas las ideas son bienvenidas, lo importante es disfrutar de un buen momento, relajado y distendido en el que todas las opiniones tienen cabida.

CAFÉ – TERTULIA

DESTINATARIOS: las propias familias, la base principal de esta actividad era que nos sirviera de terapia

FINALIDAD Y OBJETIVOS:

Se organizan diferentes actividades para cada reunión, de manera que cada profesional que nos acompaña nos explica el trabajo que desarrolla con los usuarios del centro, o cuales son sus funciones en cada departamento.

También compaginamos estos cafés con invitados de otros centros, con profesionales o personalidades de diferentes ámbitos etc.

No solo se ha cumplido el objetivo de la terapia, poco a poco se ha conseguido un acercamiento entre profesionales y familias que ha enriquecido enormemente tanto el funcionamiento del centro como la finalidad de las familias llegando a ser referente a nivel nacional

Profesionales referentes de la actividad y centro principal promotor

El principal centro promotor de esta actividad es AFADI (asociación de familias de personas con discapacidad) y colaboran todos los profesionales del centro

LUGAR DE LA ACTIVIDAD: salón de actos del camp

FRECUENCIA Y DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD mensual, excepto julio, agosto y diciembre (vacaciones de verano y navidad) El tiempo de duración es de 2 – 3 horas

Periodo de duración: indefinido

¿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

CENTROS SOCIALES:

Centros Cívicos de Juslibol, de San Juan de Mozarrifar y San Gregorio, además de la Asociación “ La Atalaya” del Zorongo y la Casa del Barrio de Parque Goya, es habitual realizar

Estrategia Atención Comunitaria

Charlas de Salud para la Comunidad con diversos contenidos(diabetes, nutrición, actividades saludables etc..)

CONSEJO DE SALUD:

Colaboración estrecha con el Centro de Salud, en alguna ocasión se ha impartido alguna charla de Salud, en alguna Asociación representada en el Consejo de salud, como la Asociación de padres de alumnos del colegio del CAMP o la Casa del Barrio en Parque Goya.

FARMACIAS DEL BARRIO DE PARQUE GOYA:

A través del Consejo de Salud, se mantiene una colaboración estrecha con los dos farmacéuticos del Parque Goya, tratando temas de interés para la Comunidad.

HOSPITAL DE DÍA INFANTO- JUVENIL PARQUE GOYA:

El Centro de Salud, mantiene una relación estrecha con todos los profesionales que integran éste Hospital de Día infanto Juvenil , además de que compartimos edificio, sus profesionales nos han impartido una sesión para conocer los integrantes de su plantilla profesional como sus pacientes, sus objetivos y su metodología de trabajo. Además de impartir otras sesiones para los integrantes del EAP, referente a la Salud Mental.

CENTROS ASISTENCIALES EN LA ZONA BÁSICA

En la Z.B.S de Parque Goya, existe un total de 16 Residencias (Geriátricas, Disminuidos psíquicos, físicos y otro tipo de Internamiento) con un total de 588 pacientes. Nuestra relación con éstos Centros Asistenciales es necesaria, pues en varias de ellas no disponen de personal médico ni de enfermería, realizando desde nuestro Centro sus pedidos mensuales de material, organizando la Campaña antigripal, no solo para sus pacientes si no para el personal de sus residencias y compartiendo con sus responsables información en Salud.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

La referente de Atención Comunitaria en el Centro de Salud de Parque Goya, es la Coordinadora de Enfermería de éste Centro.

Mediante una sesión de Equipo se informó de los contenidos de la Atención Comunitaria, se propuso la necesidad de crear un Grupo de Trabajo para la elaboración de la Agenda Básica del Centro y en un futuro la elaboración y mapeo de los Activos en Salud de la Zona, para que se beneficie la Comunidad.

En el contexto de la Estrategia de Atención Comunitaria en el Sistema de Salud de Aragón, se crea el Grupo/ Mejora de Atención Comunitaria en el Centro de Salud de Parque Goya, según consta en acta su formación se realiza el 8 de octubre de 2019.

Es un grupo multidisciplinar, de 17 miembros.

10 profesionales del Centro de Salud: Médicos de Familia, Enfermeras, Fisioterapeutas, Trabajadora Social.

1 Profesional del Hospital de Día Infanto Juvenil de Parque Goya: Psicóloga

1 Profesional Médico Residente de la Unidad Docente.

1 entrenador deportivo

3 integrantes del Consejo de Salud: Presidenta, veterinaria y representante de la Junta Vecinal

Dichos miembros compartimos un "Archivo" en la Aplicación DRIVE, que nos ayuda a elaborar, conocer y compartir todos los contenidos de la Agenda Comunitaria

El 11 de diciembre se reúne el Grupo y se decide enviar a la Plataforma el contenido de la Agenda actual del Barrio de Parque Goya.

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?

El Centro de Salud de Parque Goya se creó en julio de 2010

La población asignada al Centro de Salud de Parque Goya, a fecha 31/12/2018 es de un total 13.944 usuarios, la Zona Básica de Salud cuenta con un Centro de Salud y 4 consultorios locales (Juslibol, San Gregorio, El Zorongo y San Juan de Mozarrifar) ésta población corresponde al 30% de la Z.B.S., por ésta característica el Centro de Salud de Parque Goya lo consideramos un Centro de Salud Semiurbano con dispersión geográfica.

La pirámide de población refleja una población joven, con más del 23% por debajo de los 14 años y solo un 10% por encima de los 65 años, con la peculiaridad que un 3% corresponde a una población de alta complejidad, enfermos crónicos, pacientes frágiles etc...

Se puede considerar que ésta Zona Básica tiene una población pediátrica alta

El 58% de la población se considera con renta baja y su población extranjera no supera el 5%.

Dentro de la Zona Básica se hallan 16 Centros Asistenciales, con un total de 588 pacientes, son pacientes geriátricos, disminuidos físicos y psíquicos y además de otros tipos de internamientos.

El barrio de Parque Goya tiene una reivindicación constante desde sus inicios que es la creación de un Centro Cívico que aglutine servicios, infraestructura y la logística que conlleva un Centro Cívico.

La Asociación Vecinal, suple su ausencia con la utilización de la Casa del Barrio, edificio prefabricado temporal situado en la calle del Globo del propio Barrio.

Muchos de los vecinos de Parque Goya se hacen usuarios del Centro de Convivencia " Río Ebro" situado en el Barrio del Actur o del Hogar de Mayores del IASS, situado también en el barrio vecino del Arrabal, para suplir esas carencias de su propio Centro Cívico.

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?