

Estrategia Atención Comunitaria
AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE SALUD DE SAN PABLO

Sector Sanitario

Zaragoza II

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CS Tamarite del Litera

CONTENIDO BÁSICO AGENDA COMUNITARIA

¿Qué actividades realizan los profesionales del centro de salud (medicina, enfermería, matrona, trabajo social,...) además de la consulta individual?

ACTIVIDADES Y PROYECTOS DEL SERVICIO DE ATENCIÓN COMUNITARIA DEL EAP

¿El equipo de atención primaria ha participado en intervenciones comunitarias y de desarrollo comunitario de la Zona Básica de Salud?

A: PROYECTOS GENERADOS DESDE EL PROPIO CENTRO DE SALUD

1-PASEOS CARDIOSALUDABLES "GASTANDO SUELA POR EL GANCHO".

Proyecto con 13 años de recorrido. Este Proyecto nació en 2010 al abrigo de una actividad comunitaria del Barrio de San Pablo llamada Carrera del Gancho. En los últimos años se ha desarrollado un calendario de paseos en el que cada vez participan más vecinas y profesionales y que ha permitido mejorar las relaciones entre ambos. Además ha permitido establecer redes con otros recursos comunitarios que trabajan en el barrio. La actividad cuenta con el apoyo del Consejo de Salud y el Equipo de Atención Primaria al que se presentan resultados de las evaluaciones de forma semestral. Se realizan 5 paseos semanales (de lunes a viernes): 2 paseos semanales acompañados por profesionales del CS (lunes y miércoles) y el resto de la semana participan sin acompañamiento. La actividad tiene 50 minutos de duración con estiramientos previos y posteriores al ejercicio. A los mismos acuden 2 profesionales del CS (también participan las administrativas) que acompañan la actividad dos días a la semana. Acuden una media de 20-25 paseantes cada día. El proyecto contempla en sus objetivos dar continuidad a la promoción de ejercicio físico a través de los paseos y completar esta iniciativa con la prescrip-

Estrategia Atención Comunitaria

ción de ejercicio físico en las consultas de Atención Primaria. Otro beneficio claro de la actividad es la socialización y las redes de apoyo que se crean entre las personas que pasean juntas. Trimestralmente se realizan actividades extras como visitas a recursos ambientales o paseos de temática medioambiental. Se han visitado exposiciones y recursos sociales existentes en el barrio. El proyecto está incluido en la RAPPs. La persona responsable es Laura Borau. Colaboran 20-25 profesionales del CS.

2-PROYECTO MEDICAMENTOS LOS JUSTOS.

En nuestro centro de salud, somos conscientes de que todos los medicamentos aportan beneficios, pero de forma inseparable también pueden producir problemas como dependencia, efectos secundarios, interacciones entre ellos... Nos parecía interesante difundir y compartir con nuestros pacientes la necesidad de ser prudentes en el uso de los medicamentos para minimizar en lo posible sus inconvenientes. También queremos fomentar las conductas que mejoran la salud más allá de los fármacos. Con este propósito organizamos unos coloquios participativos en los que hablamos sobre este tema. Hasta el momento hemos realizado varias ediciones de esta actividad y han asistido más de 60 personas. La experiencia va resultando muy positiva tanto para los asistentes como para los profesionales que participan. Persona de referencia Ana Cristina Maza Invernón con la colaboración del resto de profesionales del centro.

3-GRUPOS DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD DE CRÓNICOS Y TALLERES EN EL CENTRO.

La educación para la salud es fundamental a la hora de mejorar los conocimientos y habilidades de los pacientes en torno a su enfermedad, mejorando así el control de las enfermedades, fomentando la autonomía y autocuidado de los pacientes.

Se comenzaron a realizar una serie de talleres organizados en el centro dirigidos a pacientes

Estrategia Atención Comunitaria

con patología crónica: anticoagulación, cuidados del paciente diabético, prevención de caídas en ancianos, EPOC. También se realizaron otros talleres como el de RCP y voluntades anticipadas.

Cada año en función de las necesidades detectadas se organizan los talleres del tema que se ve más necesario. Durante este año se ha realizado el taller de cuidados en el paciente diabético. Personas de referencia Laura Borau y Paula Berges con la colaboración del resto de profesionales del centro.

4- GRUPOS DE PREPARACIÓN AL PARTO Y DE CRIANZA.

En el centro de salud tenemos un grupo de preparación al parto desarrollado por la matrona y otro de crianza, coordinado por la matrona y por la enfermera de pediatría Raquel Sangüesa. El objetivo de éste grupo es disponer de un espacio donde madres y padres de bebés puedan compartir experiencias y dificultades en torno a la crianza de sus hij@s, especialmente durante los primeros meses de vida.

Esta actividad se desarrolla todos los martes en horario de 10.15-11.30h, alternando grupo de crianza y talleres. En el primero, las familias y profesionales aprenden, comparten experiencias, miedos y resuelven dificultades reales o posibles en torno a la lactancia y la crianza de sus hij@s. En los talleres tratamos diversos temas (primeros auxilios, alimentación, enfermedades frecuentes en la infancia, vínculo y apego, sueño, sexualidad...). Están impartidos especialmente por profesionales del propio centro, pero también de asociaciones, fundaciones, centro de salud joven Amparo Poch... El lugar donde nos reunimos es el gimnasio anexo a la consulta de la matrona del centro. Persona de referencia Raquel Sangüesa.

5- ACTIVIDADES TIPO SEMANA SIN HUMO, DÍA DE LA DIABETES.

Estrategia Atención Comunitaria

Aprovechando fechas y días temáticos en temas de salud solemos organizar unas mesas informativas en el hall del centro de salud. En la mesa de la Semana sin humo se intenta motivar a los pacientes sobre la importancia de dejar de fumar y se orienta a las personas sobre cómo intentarlo, a la vez que se ofrecen herramientas para facilitarlos. Son espacios de sensibilización y de motivación para intentar mejorar los estilos de vida.

6- ELABORACIÓN DE CORTOMETRAJES.

La elaboración de cortometrajes es una actividad que venimos llevando adelante desde hace 9 años. Los objetivos de dicha actividad son: .

- Elaborar materiales audiovisuales que ayuden a sensibilizar sobre temáticas relacionadas con la educación de la salud y la promoción de hábitos y vidas saludables.
- Fomentar y mejorar las relaciones entre usuarios del centro de salud, profesionales del centro y recursos del entorno, a través de la realización de una actividad novedosa.
- Ayudar a los participantes de cada proyecto a reflexionar sobre las temáticas abordadas en cada cortometraje.
- Disponer de una herramienta audiovisual que sirva para difundir actividades, mensajes, y visiones.

Cada año se elaboran varios materiales. Uno para el Certamen Cine y salud y alguno de apoyo a otras actividades de comunitaria organizadas desde el centro o a petición de colectivos del barrio. Todos los audiovisuales pueden visualizarse en:

<https://saludenelganchoblogspot.com/p/producciones-enchadas.html> Persona de referencia:

Rosa Ma Macipe Costa

7- REDES SOCIALES

Estrategia Atención Comunitaria

Blog Salud en el Gancho y redes sociales (Twitter e Instagram). El objetivo del blog y la presencia en redes es por un lado difundir y visibilizar actividades y proyectos del centro y del barrio relacionados con la salud comunitaria. También es un espacio donde hacer recomendaciones y aconsejar a los vecinos sobre temas concretos de actualidad. Asimismo nos hacemos eco y difundimos actividades que tienen lugar en el barrio y que entendemos que son positivas para la salud de los vecinos. Asimismo, estas redes han sido puestas a disposición del Consejo de Salud de Centro de Salud, para ser vehículo de difusión también de las cosas y actividades generadas en ese espacio. Personas de referencia: Josue Berniz y Luis Gimeno. <https://saludenelgancho.blogspot.com> <https://twitter.com/saludenelgancho?lang=es>

instagram: @saludenelgancho

8- RINCÓN DE LECTURA DE LA ZONA DE PEDIATRÍA.

Hace 6 años se puso en marcha en la sala de espera de pediatría del centro de salud un rincón para la lectura. El objetivo de dicho rincón es motivar a las familias a leer con sus hijos y a aprovechar las esperas de las consultas en una actividad de promoción de la lectura que consideramos que es positiva para la salud. Es una manera también de evitar o minimizar el uso de pantallas en la sala de espera. Se pidió a compañeros del centro de salud que donaran libros infantiles que ya no usan y con esos libros se ha puesto en marcha el rincón de lectura. Asimismo familias donan libros que ya no utilizan.

Persona responsable Rosa Ma Macipe Costa

9-TABLÓN DE ANUNCIOS DEL GRUPO DE COMUNITARIA Y OTROS TABLONES DE ANUNCIOS.

A la entrada del centro de salud, junto a la sala de extracciones se ha colocado un tablón de anuncios del grupo de comunitaria, junto al as-

Estrategia Atención Comunitaria

El censor está el del Consejo de salud y hay tablo-
nes repartidos por el resto del Centro. En dichos
tablones se cuelgan actividades interesantes en
el marco de la atención comunitaria, tanto pro-
puestas por el centro de salud como propuestas
por colectivos y entidades del barrio y que cree-
mos que mejoran la salud de los vecinos. La per-
sona responsable: Anunciación Alvira y Mónica
Gonzalez

10.- TALLER DE APRENDER A USAR LA APLICA- CIÓN SALUD INFORMA

En el año 2022, tras la pandemia, se detectó que
ciertos colectivos (especialmente, personas ma-
yores y migrantes) tenían serios problemas a la
hora de conseguir cita para ser vistos en el Cen-
tro de Salud. Ello se debía a la falta de conoci-
mientos sobre cómo usar la app Salud Informa.
Todo esto condicionaba una gran inequidad;
pues las personas jóvenes, sanas y con buen ni-
vel formativo eran las que conseguían citarse
con su médico o su enfermera. Para paliar esta
situación, se creó un taller práctico en el que se
enseñaba cómo usar la aplicación Salud Informa
en el móvil: se explicaba cómo pedir cita, así
como sus otras múltiples funcionalidades. El ta-
ller se encuentra actualmente en marcha y se
ofrece de manera periódica a las entidades del
Consejo de Salud si así lo requieren.

B: PROYECTOS INTERSECTORIALES

1- PARTICIPACIÓN EN LA COMISIÓN VIOLENCIA Y ABUSO DEL PLAN INTEGRAL DEL CASCO HISTÓRICO (PICH).

En dicha comisión se abordan problemas, inicia-
tivas y se comparten informaciones de interés
en torno a problemáticas más centradas en los
jóvenes y adolescentes del barrio. Se identifican
problemas y se intenta mejorar la formación de
los profesionales que trabajan con los jóvenes
en torno a los problemas detectados. Se reúnen
mensualmente.

Estrategia Atención Comunitaria

Persona responsable: Rosa Ma Macipe Costa y
Cristina Oliván.

2- CONSEJO DE SALUD DE SAN PABLO.

El Consejo de Salud de San Pablo es un consejo muy vivo, en el que participan una media de 30 personas pertenecientes a distintos colectivos y entidades del barrio. Se ha trabajado mucho en intentar orientar el contenido de los mismos a un concepto amplio de la salud de manera que el Consejo no sea un mero espacio de trasladar a la población aspectos organizativos del centro de salud, y que sea un espacio de reflexión conjunta sobre los determinantes de la salud de las vecinas y vecinos del barrio. Dentro de esta idea surge el proyecto del Semáforo de la Salud del barrio de San Pablo, proyecto que supuso un punto de partida de una manera de trabajar del Consejo sobre problemas y determinantes sociales de la salud. El Consejo identifica problemas, intenta conocerlos mejor preguntando a los y las vecinas del barrio, y luego implementa acciones para intentar visibilizarlos, denunciarlos o mejorarlos. Durante estos años hemos trabajado sobre el problema de la vivienda, la brecha digital, la salud emocional y la infancia. Durante el COVID fue un espacio muy importante de interrelación entre todos y de identificación de problemas y respuestas en red de los mismos. Se suele trabajar en comisiones que elaboran propuestas que llevan al resto de integrantes del Consejo para implementarlas. Durante estos años se han ido sumando cada vez más entidades y hemos realizado un folleto informativo sobre el Consejo y un pequeño manual de acogida.

La persona responsable: Rosa Ma Macipe Costa

3- PROYECTOS PUNTUALES LLEVADOS ADELANTE DESDE ESTA INTERSECTORIALIDAD .

Cada vez más, cuanta más trayectoria de espacios de encuentro con otros colectivos y entidades del barrio, van surgiendo proyectos inter-

Estrategia Atención Comunitaria

sectoriales que pretenden abordajes más integrales, coordinados y ricos sobre problemas comunes a muchos de nosotros. La construcción de proyectos desde la intersectorialidad nos ayuda a tener un conocimiento más integral de la realidad y llegar mucho más lejos de lo que llegaríamos nosotros solos. Estos proyectos van surgiendo y ejemplos de estos son:

-Proyecto Ganchito (ganador del 2o premio de los proyectos PACAP, y ganador de la mención a la estrategia de salud comunitaria del certamen cine y salud), -Semáforo de la salud del barrio San Pablo

-Cortometraje "El poder del chaleco" con Amediar y Teatro comunitario del Gancho, -Proyecto Cuidados del CSC Luis Buñuel
- Concurso de relatos Vivienda y salud.
- Cortometraje "Las reglas del juego".

- Teatro foro Vivienda y salud.
- Cafés vecinales sobre vivienda y salud.
- Encuesta Salud emocional en el barrio.
- Encuesta sobre brecha digital en el barrio etc...

C: COLABORACIONES EN PROYECTOS DE OTRAS ENTIDADES.

1- TALLERES Y SESIONES A PETICIÓN DE COLECTIVOS (Secretariado gitano, Amediar, Servicios Sociales, Ozanam, Fogaral, CTL Gusantina, Médicos del Mundo). Todos los años desde distintos colectivos se nos piden charlas y talleres dirigidos fundamentalmente a grupos de personas incluidas en sus dinámicas, que suelen ser personas en riesgo de exclusión. Los talleres solicitados suelen ser: conocimiento y uso del sistema sanitario, salud sexual y reproductiva, crianza positiva, alimentación saludable, prevención de accidentes, manejo de enfermedades frecuentes en la infancia, determinantes de la salud, etc... Algunos de estos talleres se realizan en los centros que los solicitan y otros en la biblioteca del centro de salud, al considerar los colectivos interesante el hecho de que los usuarios se familiaricen más con el centro. Dichas

Estrategia Atención Comunitaria

charlas y talleres están preparados y disponibles de manera que no hay que preparar siempre las charlas, simplemente actualizarlas y mejorarlas. Son impartidos por distintos profesionales en función de los conocimientos sobre el tema y disponibilidad. Se intenta que al menos participen 2 ó 3 personas de manera que las personas que no están interviniendo puedan ejercer de observadores de la actividad. Existe un guión del observador que sistematiza esta observación. Posteriormente se evalúan las actividades con los usuarios y a partir de los guiones de observación.

2- COLABORACIONES CON LAS FIESTAS DEL BARRIO.

El mes de junio tienen lugar las fiestas del barrio. Son unas fiestas autogestionadas, con poco presupuesto, organizadas y llevadas adelante por colectivos y vecinos del barrio. Nuestra colaboración con las fiestas consiste, además de participar como un vecino más en las actividades propuestas, y en la difusión y organización de las mismas, en la oferta de algunas actividades como han sido:

- Paseo cardiosaludable-visita lugares emblemáticos del barrio.
- Grabación del pasacalles del Gancho.
- Cine-fórum a partir de la proyección de cortos sobre temáticas relacionadas con la salud en su sentido más amplio.
- Cesión de nuestros cortos para su proyección en cine al aire libre en zonas especialmente conflictivas del barrio.
- Jornada final del Semáforo de la salud de San Pablo.
- Decoración del centro y cesión del espacio a la entrada del centro para la realización de taller de decoración.
- Jornada en la calle "A la salud de las fiestas del Gancho".

3- COLABORACIONES CON EL PROYECTO AMEDIAR.

Estrategia Atención Comunitaria

Amediar es un colectivo con el que trabajamos habitualmente, y para nosotros por el tipo de presencia que tiene en el barrio y por los temas que trabaja, son un verdadero activo de salud en el barrio. Ahora su ámbito de actuación es todo Zaragoza, por lo que su disponibilidad para acciones dentro del barrio es menor. Sin embargo mantenemos una relación estrecha que posibilita colaboraciones puntuales siempre que surge la oportunidad (cortometrajes, Jornada fiestas del barrio, Consejo de salud, formaciones en el centro etc...)

4.- PROYECTO MUSEOS PARA EL BIENESTAR:

Se está poniendo en marcha un proyecto desde Zaragoza Cultura que se llama Museos para el Bienestar, en la línea de que los museos y la cultura son buenos para la salud. Tienen mucho interés en trabajar con Centros de salud y en concreto nosotros. La colaboración se concretaría entre otras cosas en que nos ofertan visitas guiadas para el grupo de paseantes (museo Pablo Gargallo, los museos romanos y alguna exposición puntual). Por otro lado ofertan visitas guiadas en las que se cuidará especialmente lo emocional dirigidas a pacientes. Comentan interesante una experiencia en Bélgica de prescripción de Museos por parte de un centro de salud. Este proyecto está hablado y pendiente de ponerse en marcha este año.

5-TALLERES A PETICIÓN DE ALGÚN COLEGIO DE LA ZONA (COLEGIO SANTO DOMINGO Y EL CARMEN Y SAN JOSÉ).

Dentro de los colegios de la zona, los colegios con los que colaboramos más estrechamente son el colegio NS El Carmen y San José y el Colegio Santo Domingo. Ambos colegios tienen el mayor porcentaje de población con dificultades del barrio, por lo que para nosotros son una opción preferente. Hemos organizado charlas de cuidados de la salud con el Colegio Carmen y San José. Y con el colegio Santo Domingo, proponemos un taller de primeros auxilios para 5o de primaria y otro de RCP para 6o. Asimismo el

Estrategia Atención Comunitaria

año pasado se propuso por primera vez un taller de educación afectivo sexual para alumnos de 5o y 6o, que fue una experiencia muy interesante para repetir en otra aulas.

6- COORDINACIONES CON COLEGIOS EN RELACIÓN CON CASOS O PROBLEMAS CON ALUMNOS (CARMEN Y SAN JOSÉ, SANTO DOMINGO).

A petición de los colegios sobre todo a través del equipo de orientación o las trabajadoras sociales mantenemos puntualmente alguna reunión para comentarnos casos que les preocupan especialmente. A dichas reuniones suele acudir también la psicóloga del CM de Servicios Sociales. En dichas reuniones, teniendo siempre en cuenta el deber de confidencialidad que afecta a algunas de las informaciones, recogemos preocupaciones sobre determinados pacientes, e intentamos tener pautas de actuación coherentes y coordinadas sobre esos niños. De una manera menos organizada, pero entendemos que sí accesible, recogemos preocupaciones y problemas sobre alumnos del Colegio Santo Domingo

¿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. DENTRO DE LOS COLEGIOS DE LA ZONA están incluidos en la Red de Escuelas Saludables: • NS El Carmen y San José. • Santo Domingo. • Escuelas pías. Es un proyecto llevado adelante por uno de los mismos y que está incluido como proyecto RAPPs: Salud mental y competencia social Centro promotor: Colegio Público Santo Domingo de Zaragoza Localidad: Barrio de San Pablo (Zaragoza) Datos de la coordinadora: Beatriz Chicharro Villar C.P. "Santo Domingo" C/ Predicadores, 56-60 50003 Zaragoza Tel y fax: 976-44 07 03 Correo electrónico: cpsdozaragoza@educa.aragon.es El objetivo de este proyecto es mejorar la salud y el bienestar

Estrategia Atención Comunitaria

del alumno como vehículo para su integración en la sociedad. Su finalidad es detectar y atender las carencias y necesidades básicas de salud del alumnado. La población atendida por el Centro vive situaciones de exclusión social por sus características socioeconómicas y por su condición de inmigrantes y de minorías étnicas; por lo que nuestras áreas temáticas van aumentando según las necesidades detectadas. Se trabajan estos temas a través del PROYECTO INTEGRAL, dando respuesta al Programa de Salud Escolar con Colectivos Sociales Desfavorecidos en coordinación y colaboración con otras entidades: Proyecto de Integración de Espacios Escolares, Centro de Tiempo Libre Cadeneta y Programa de Familias de la Fundación F. Ozanam, Centro de salud San Pablo, Centro Municipal de Servicios Sociales San Pablo. Las actividades más destacadas son: Entrevistas con familias, Servir de contacto con Sanidad y proporcionar productos de higiene, Servir de enlace con instituciones, otros centros o personas que pudieran ayudarnos en temas de salud, Detectar riesgos o deficiencias medioambientales en el centro y su entorno, Desayuno “almuerzos sanos”, Plan de Consumo de frutas en las escuelas, Cepillado de dientes tras la comida principal, Charlas instructivas en 3º de Primaria sobre el correcto cepillado de dientes y exploración buco-dental a través del Programa Dientes Sanos, Programa Solsano, realizado por el primer y tercer ciclo de primaria, Control de las cartillas de vacunación, Explicación de temas curriculares en el segundo y tercer ciclo de Primaria, Charlas instructivas a las familias sobre salud, Charlas instructivas sobre habilidades para la vida, (hábitos no saludables: drogas, alcohol, tabaco...; peligros en Internet, Higiene de manos, Acompañar a los alumnos a especialistas y terapeutas cuando así lo requiere la situación familiar.

2- SEMÁFORO DE LA SALUD DE SAN PABLO. El Semáforo de la salud del barrio de San Pablo es

Estrategia Atención Comunitaria

una iniciativa que surge del consejo de salud de San Pablo. Dicha iniciativa es un proyecto intersectorial diseñado y llevado adelante por los distintos colectivos del barrio que participan en dicho consejo. El objetivo del proyecto era conocer la opinión de los vecinos sobre distintos aspectos del barrio, del entorno, de sus condiciones de vida etc... que pueden, directa o indirectamente, afectar a su salud. Se trataba de mirar el barrio y las vidas de los vecinos y vecinas en clave de salud y de hacer consciente a la población de que la salud de las personas depende fundamentalmente de sus determinantes sociales. Para recoger la información se diseñó una encuesta que fue cumplimentada por 1028 vecinos. Con la información recogida se realizó una devolución al barrio para que los vecinos conocieran los resultados de las encuestas. La devolución se planteó de distintas maneras (posters, videos, trabajo en grupos pequeños y una Jornada final). En la Jornada final del proyecto se recogieron propuestas de los vecinos sobre los problemas detectados, así como los problemas que priorizarían a la hora de resolver. Con los problemas más importantes detectados y priorizados se va a poner en marcha un proceso participativo de acción sobre los mismos a lo largo del año 2019. En el grupo motor del proyecto participó una representante de CÁRITAS, dos representantes de CMSS, dos representantes del centro de salud, una representante de Amediar y una de Médicos del Mundo. Dicho grupo motor dio forma al proyecto, que posteriormente precisó de la colaboración y participación del resto de personas que participan del consejo de salud. El proyecto contó con el apoyo del PICH que posibilitó su desarrollo facilitando el diseño e impresión de encuestas, carteles, flyers, etc.. y financiando parte de la Jornada final del Semáforo de la salud. El proyecto ha contado también con la participación de más de 40 entidades, locales, y puntos en los que se han distribuido las encuestas.

Estrategia Atención Comunitaria

3- CENTRO ALBA. Recurso dirigido a población vecinal y trabajadoras sexuales Ofrecen: -Distribución gratuita de material preventivo VIH/ITS - Espacio de Intercambio de jeringuillas - Servicio de lavandería /duchas / ropero -Apoyo para realizar gestiones/búsqueda de recursos -Espacio para convivencia y autocuidado Precio: gratuito Horarios: -Lunes-viernes: 10-14h - Jueves:17-20h -Sábado11-13:30h intercambio de jeringuillas Localización: c/Boggiero 71 Zaragoza

4- CENTRO AFDA: Asociación sin ánimo de lucro, de atención a pacientes y familiares. Asociación ubicada en el barrio pero a la que acceden personas de toda la ciudad. Proyecto integrado en la RAPPs Dedicada al tratamiento de la depresión y la ansiedad. Grupo compuesto por 14 psicólogos, 2 psiquiatras, 2 farmacéuticas, 1 médico comunitario y 2 trabajadores sociales. Va dirigido: Personas y familiares con problemas de ansiedad, estrés, trastorno adaptativo. Personas con interés en promoción de la salud Ofrecen: -Sesiones de psicoterapia individual (sobre todo con técnicas cognitivo-conductual y contextual) - Psicoterapia grupal (sesiones con 15-20 personas, de 90 minutos de duración) - Grupo de mindfulness, yoga, escritura creativa. - Talleres para mejora de autoestima, gestión del estrés... -Escuela de familias -Orientación e información sobre trastornos depresivos. -Cursos de formación, investigación. -Voluntariado (estudiantes/profesionales sociales y sanitarios) -Programa de seguimiento farmacoterapéutico (finalidad de mejorar la adhesión al tratamiento farmacológico) -Terapia ocupacional para personas mayores con trastornos depresivos. -Participación en huertos urbanos. -Precio: Cuota mensual de 12€ (incluye uso de espacios, asistencia a talleres y grupos) + Consultas individuales de 27€/sesión. Existen subvenciones para personas sin ingresos, con acceso gratuito a las actividades grupales y a 5- 10 sesiones individuales. Horarios: Lunes-viernes 9-21h Sábados (talleres por la mañana y/o tarde) Localización: Calle San Blas No37. Horario atención: 9-14h y 16-21h

Estrategia Atención Comunitaria

5-GYM SAN BLAS. Dirigido: población adulta. Tiene un monitor contratado por el PICH que organiza las actividades los lunes y los miércoles de 11 a 12. No es necesario inscribirse y es gratuita. Localización: San Blas no 94-98

¿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

- El Carmen y San José. Participación en proyectos conjuntos.

- Santo Domingo. Relación puntual y colaboración en algunas actividades. - Escuelas Pías. Relación puntual.

- La Anunciata. Relación puntual.

- Santa Rosa. Ausencia de relación.

- IES Luis Buñuel. Relación puntual y colaboración en algunas actividades. Centros sociales, comunitarios y municipales:

CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES. Participación en proyectos conjuntos. CARITAS: Participación en proyectos conjuntos.

PICH: Participación en proyectos conjuntos. Asociaciones y grupos ç

OZANAM: Colaboración para algunas actividades. AMEDIAR: Participación en proyectos conjuntos.

TEATRO COMUNITARIO DEL GANCHO: Participación en proyectos conjuntos. ASOCIACIÓN DE VECINOS LANUZA CASCO VIEJO: Colaboración en algunas actividades.

MÉDICOS DEL MUNDO: Participación en proyectos conjuntos. SECRETARIADO GITANO: Colaboración para algunas actividades.

FOGARAL: Colaboración para algunas actividades.

CENTRO ALBA: Contacto a través del consejo

Estrategia Atención Comunitaria
de salud y relación puntual con alguna actividad.

AFDA: Participación en proyectos conjuntos.
SOCIEDAD SAN VICENTE DE PAUL: Participación en proyectos conjuntos. VIAJE A LA SOSTENIBILIDAD: Conocimiento y primeros contactos. MEDICOS MUNDI: Colaboración para alguna actividad.
FOTOSYNTHESIS: Colaboración para alguna actividad.

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

ORGANIZACIÓN DEL EAP

El equipo de Atención comunitaria tiene una persona coordinadora que en este momento es Rosa Ma Macipe Costa. El equipo se reúne periódicamente más o menos cada mes y medio. En ocasiones si hay muchas actividades en marcha, se reúne más frecuentemente o en periodos como el verano cada más tiempo. De cada reunión se elabora un acta y se fija la fecha de la siguiente reunión. Una vez al cuatrimestre se organiza una sesión de equipo en la que se presentan al equipo las actividades realizadas en ese periodo de tiempo. En las reuniones del consejo de salud se suele presentar un resumen de las actividades realizadas dentro del marco de la Atención Comunitaria. El equipo está compuesto por médicos y enfermeras titulares, la matrona del centro, dos personas de Admisión y por todos los residentes que están vinculados al centro. Asimismo participan la MAC y algunos de los sustitutos habituales exresidentes del centro. Cada una de las principales líneas de trabajo tienen una persona de referencia:

COORDINADORA: Rosa Maria Macipe Costa
PAISEOS CARDIOSALUDABLES: Laura Borau

Estrategia Atención Comunitaria

TALLERES PARA PACIENTES CRÓNICOS Y SEMANAS TEMÁTICAS: Laura Borau y Paula Berges
CORTOMETRAJES: Rosa Maria Macipe Costa
RELACIÓN CON LOS COLEGIOS Y CHARLAS PARA COLECTIVOS: Milagros Alonso Gregorio.

REUNIONES Y RELACIONES CON ENTIDADES Y COMISIONES DE TRABAJO DEL BARRIO: Rosa Maria Macipe Costa

TABLÓN DE ANUNCIOS: Anunciación Alvira y Mónica González

REDES SOCIALES Josue Berniz y Luis Gimeno

TALLER SALUD INFORMA: Roberto Peribañez

TALLER CRIANZA: Raquel Sangüesa

**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 contexto socioeconómico de la zona aparece desarrollado en los informes elaborados por la Estrategia Ebrópolis. Adjuntamos <http://www.ebro-polis.es/files/File/Observatorio/Distritos/3-CascoHistorico.pdf> San Pablo es un barrio situado en el centro de la ciudad. Es un barrio densamente poblado, con una alta proporción de personas inmigrantes, gitanas y con pocos ingresos, con un índice de vulnerabilidad muy alto en comparación con otros barrios. Tiene también un alto porcentaje de población envejecida. Es un barrio céntrico y por lo tanto foco de intereses económicos que no siempre ponen el bienestar de los vecinos en el centro. De manera que se dan también dinámicas que tienden a la expulsión de vecinos pobres para atraer a otro tipo de vecinos con mayor poder adquisitivo. Sin ser un fenómeno del todo preocupante todavía, estaríamos hablando de riesgo de gentrificación que se refiere al proceso de transformación de un espacio urbano deteriorado —o en declive— a partir de la reconstrucción —o rehabilitación edificatoria y oferta de actividades culturales, que provoca un aumento de los alquileres o del coste habitacional en estos espacios. Esto provoca que los residentes tradicionales abandonen el barrio —y que se sitúen en espacios más periféricos—, lo que produce que este «nuevo» espacio termine por ser ocupado por clases sociales con mayor capacidad económica que les permita afrontar estos nuevos costes. Este proceso tiene especial relevancia en los últimos años en los países capitalistas y principalmente en ciudades con importante potencial turístico y relevancia económica. Hay que tener cuidado a la hora de implementar o apoyar iniciativas que busquen la mejora de las condiciones de los propios vecinos y no estén dirigidas a atraer o satisfacer necesidades de

Estrategia Atención Comunitaria

personas de otros barrios. Asimismo por su ubicación céntrica también se ofrecen actividades de ocio nocturno que son disfrutadas por personas de otros barrios y que generan molestias y problemas a los propios vecinos del barrio, generando conflictos y problemas de salud. En este momento esta problemática se centra sobre todo en el espacio de las Armas. Por otro lado, el barrio tiene una amplia red de colectivos y asociaciones, no todas con la actividad dirigida a los vecinos del barrio. Dicha red favorece acciones y proyectos intersectoriales dentro del barrio pero también configura el barrio, de manera que muchos locales son ocupados por entidades y muy pocos por comercios y servicios dirigidos a los vecinos del propio barrio. Son problemas importantes del barrio que pueden afectar a la salud de las personas (conclusiones extraídas del proceso del Semáforo de la salud del barrio: - La calidad de las viviendas con un alto porcentaje de viviendas muy viejas, sin ascensor, con humedades, plagas y sin calefacción. - La suciedad del entorno favorecido por características estructurales y sociales del barrio. - Los ruidos. - El estado de aceras y adoquinados. - La escasez de espacios verdes y de juego. - La ausencia de algún servicio como biblioteca pública o centro cívico. - Inseguridad percibida por parte de los vecinos. - Consumo de drogas. Son fortalezas del barrio: - Los transportes y la ubicación del barrio. - Servicios como el centro de salud y algún colegio - Peatonalización del barrio. - La cercanía del mercado central. - El sentido de pertenencia y las buenas relaciones entre vecinos. Recursos del entorno y cercanos útiles para el abordaje de la salud de los vecinos aparecen en el mapa de recursos elaborado desde el grupo de participación comunitaria el año pasado. El enlace es: <https://www.google.com/maps/d/viewer?mid=1Ez1kJugVrcI27JDb6xh1cAjjEg&ll=41.65922860963229%2C0.8815610999999999&z=14>

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?

Durante 2017 y 2018, dos médicas residentes del centro elaboraron un mapa de recursos del barrio que pueden ser útiles para los profesionales del centro de salud. Para ello, a partir de un listado de colectivos y recursos del barrio, concertaron citas con los que podían ser útiles para las consultas en la línea de la prescripción de activos. En dichas visitas, se daban a conocer como centro de salud, se ponían a disposición del recurso para lo que hiciera falta y se recogía información del recurso (a quién va dirigido, gratuito o no, horarios, que ofrecen etc...) Con toda esa información se creó un mapa de recursos con la herramienta de google. Se puede acceder a dicho mapa en: <https://www.google.com/maps/d/viewer?mid=1Ez1kJugVrcI27JD6xh1cAjjEg&ll=41.65922860963229%2C0.8815610999999999&z=14> Realizar un mapeo de activos en un concepto más amplio, podría ser una opción sobre todo centrada en algún aspecto concreto, pero puesto que en este momento mantener las actividades y dinámicas ya iniciadas nos lleva mucho esfuerzo, dicho mapeo debería surgir de una necesidad sentida en algún momento por el propio barrio

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

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

Desde el inicio de los paseos cardiosaludables se deriva a la actividad de paseos a pacientes de nuestras consultas. Para problemas relacionados con plagas y conflictos entre vecinos derivamos a Amediar. Para actividad física proponemos también la actividad del Gym del solar anexo al centro de salud.

Para problemas relacionados con salud emocional y mental derivamos a AFDA. También se realiza recomendación a partir del mapa de recursos comentado previamente.

Estrategia Atención Comunitaria

