

SALUD EN RED EN LOS BARRIOS

SALUD COMUNITARIA EN LAS FUENTES



Introducción - La salud desde una perspectiva comunitaria	2
Análisis de la situación	2
Demografía	2
Información socioeconómica	4
Información sanitaria	5
Análisis de las necesidades del barrio	6
Determinantes de salud	6
Transiciones vitales	7
Entornos saludables	8
Recursos comunitarios y estructuras de coordinación	8
Recursos comunitarios	8
Estructuras de coordinación	9
Iniciativas comunitarias	10
Oportunidades de sinergia	11
Conclusiones	11
Bibliografía consultada	11
Anexos	13
Anexo 1. Grupo promotor e histórico de reuniones	13
Anexo 2. Listado de recursos y estructuras de coordinación	15
Anexo 3. Listado de iniciativas comunitarias	15

Introducción - La salud desde una perspectiva comunitaria

Los factores sociales en la salud son cada vez más relevantes, puesto que está demostrado que el entorno en el que vivimos es un importante determinante para nuestra salud y, en ocasiones, tiene la capacidad de generarla. Desde hace años, en los barrios existen entidades, actores sociales y referentes que de forma activa han llevado a cabo actividades para la promoción de la salud de la comunidad con resultados positivos.

Estos actores, trabajan de forma autónoma o en colaboración con otras entidades, pero sin una coordinación completa con el entorno en el que se encuentran, marcadas por unos objetivos concretos de su área sin englobar la totalidad de los aspectos psicosociales y culturales de las personas.

Este informe, nace como parte de la iniciativa Salud en red en los barrios, dirigido por el Ayuntamiento y el Gobierno de Aragón y es fruto del trabajo de un grupo promotor (Anexo 1) y el Encuentro de Salud en Red en los barrios realizado el día 3 de Octubre. En un primer momento, como pilotaje se eligieron tres barrios de Zaragoza: Arrabal, Casetas y Las Fuentes.

A través de esta iniciativa, queremos establecer un nuevo vínculo entre las distintas asociaciones y entidades del ámbito sociosanitario. El fin de este informe es constituir una herramienta de trabajo dinámica y abierta que, a través de reuniones y actividades de participación, constituya un documento de trabajo útil para los diferentes miembros de los barrios y que permita aumentar el conocimiento y generar ideas nuevas para compartirlas y crecer juntos en el barrio. (1, 2, 3)

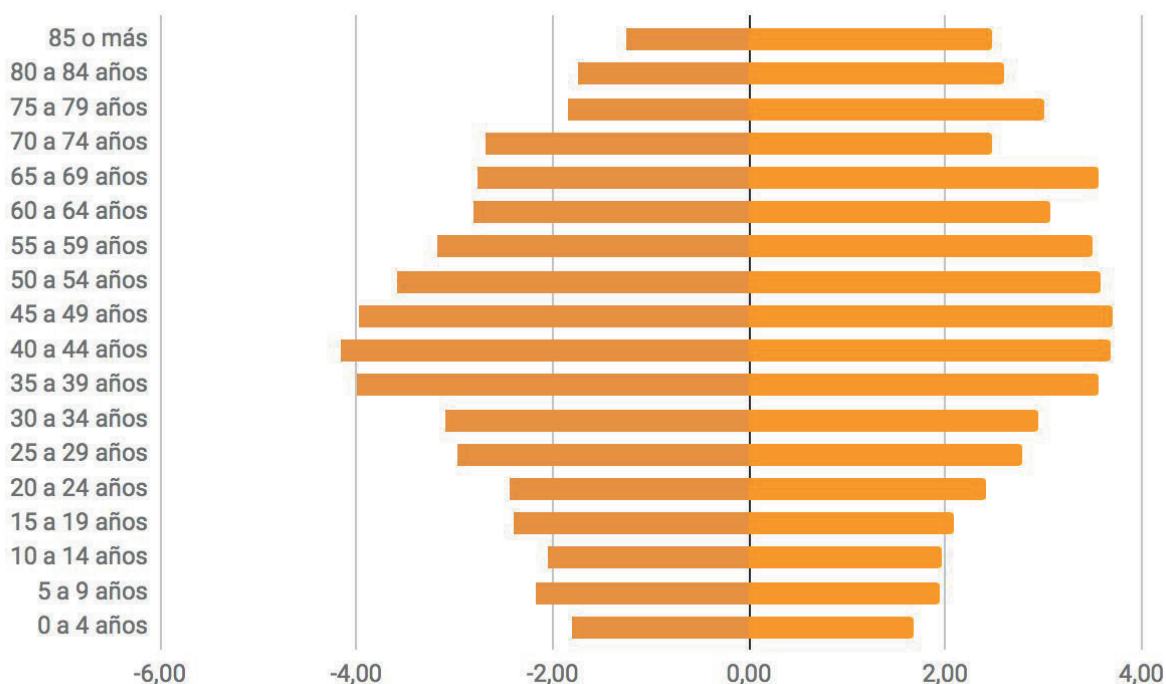
Análisis de la situación

Demografía

El barrio de Las Fuentes en Zaragoza está formado por una comunidad obrera, envejecida y con bajo nivel económico. Con un alto porcentaje de población extranjera y de gente mayor que vive sola.

Con una población de 42.610 habitantes y con una densidad de población de 6.747,65 hab/km². Destaca una población envejecida, con un alto índice de envejecimiento y sobre-envejecimiento en ascenso. Asimismo los índices de infancia, juventud y reemplazo del distrito son más bajos que la media de la ciudad. En la pirámide poblacional destaca una población envejecida sobre todo en mujeres. La edad media de la población es de 46,7 años.

Figura 1. Pirámide poblacional de Las Fuentes (2016):

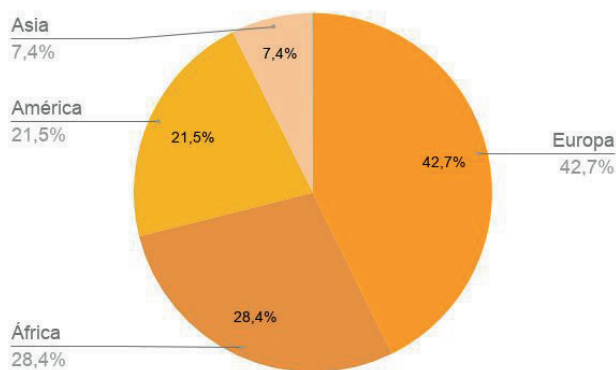


Fuente: Informe Ebrópolis 2016 (4)

El 31,45% de los hogares de Las Fuentes está compuesto por una sola persona. De estos, 2.627 son mayores de 65 años y 626 lo son de 85 o más años. El porcentaje de hogares de este distrito con mayores que viven solos es algo más alto que el porcentaje total de hogares respecto a Zaragoza.

El porcentaje de población extranjera es del 17,7%. Destacando la población rumana en un 35,4%. Con la siguiente clasificación por nacionalidades:

Figura 2. Población inmigrante en Las Fuentes. Distribución por continentes.



Información socioeconómica

El 39,8% de los residentes en Las Fuentes no tiene estudios o tiene la primaria incompleta, 4,7 puntos por encima de la media de la ciudad. A su vez, el 6,9% tienen estudios superiores, más de 8 puntos menos que el conjunto de Zaragoza. Más del 76% tiene como estudios máximos la Educación Secundaria Obligatoria.

Respecto al asociacionismo, las de mayor prevalencia son las asociaciones culturales, seguidas de las deportivas y sociales. Destaca una alta proporción de equipamientos en relación con el Empleo, contando con instalaciones como un Centro sociolaboral, una Escuela Taller, un Centro de Formación Ocupacional, un Centro de Terapia Ocupacional y una Oficina de empleo.

La renta neta media en 2013 fue de 9.450 euros, 2.170 euros menos que la media de Zaragoza, por lo que queda en los últimos puestos en el ranking de distritos de la ciudad. Un 13,59% del total de la población está en situación de desempleo.

Las ayudas de urgencia, prestaciones económicas destinadas a cubrir necesidades básicas, tramitadas en el Centro Municipal de Servicios Sociales suponen el 4,6% de las tramitadas en el conjunto de Zaragoza; de ellas se concedieron casi el 89.6%.

En cuanto al Ingreso Aragonés de Inserción, programa orientado a la normalización e integración de personas en estado de necesidad o marginación, las solicitudes, tanto nuevas como de renovación representan el 4,35% de las zaragozanas. En relación con las prestaciones y servicios vinculadas a la dependencia suponen el 4,7% de los de Zaragoza, y se han remitido al Instituto Aragonés de Servicios Sociales el 5,4%.

En el servicio de ayuda a domicilio los usuarios suponen un 8,7% y el de teleasistencia el 8,8% de Zaragoza. Se produce una utilización de los servicios sociales con intensidad media-alta en cuanto a prestaciones vinculadas al nivel socioeconómico y alta en prestaciones vinculadas a la dependencia en relación al número de población y sus características.

Observando los indicadores socioeconómicos, se aprecia una gran diferencia entre las dos zonas básicas de salud del barrio. La zona de Las Fuentes Norte se posiciona en una situación menos favorable respecto a Torre Ramona. Esto se refleja en sus índices de privación, siendo el de Las Fuentes Norte de un 1,1 y el de Torre Ramona de -0,3. EN la siguiente tabla se muestran algunos de los indicadores más destacados. (4, 5)

Indicador	% en Aragón	% Torre Ramona	% Fuentes Norte
Trabajadores manuales	55,43	53,61	70,69
Asalariados eventuales	30,76	27,46	37,87
Mayores de 85 años	2,83	1,89	2,67
Hogares unipersonales 65 y más	11,24	10,41	15,69
Viviendas sin internet	45,4	37,79	51,72
Índice de privación		-0,32	1,12

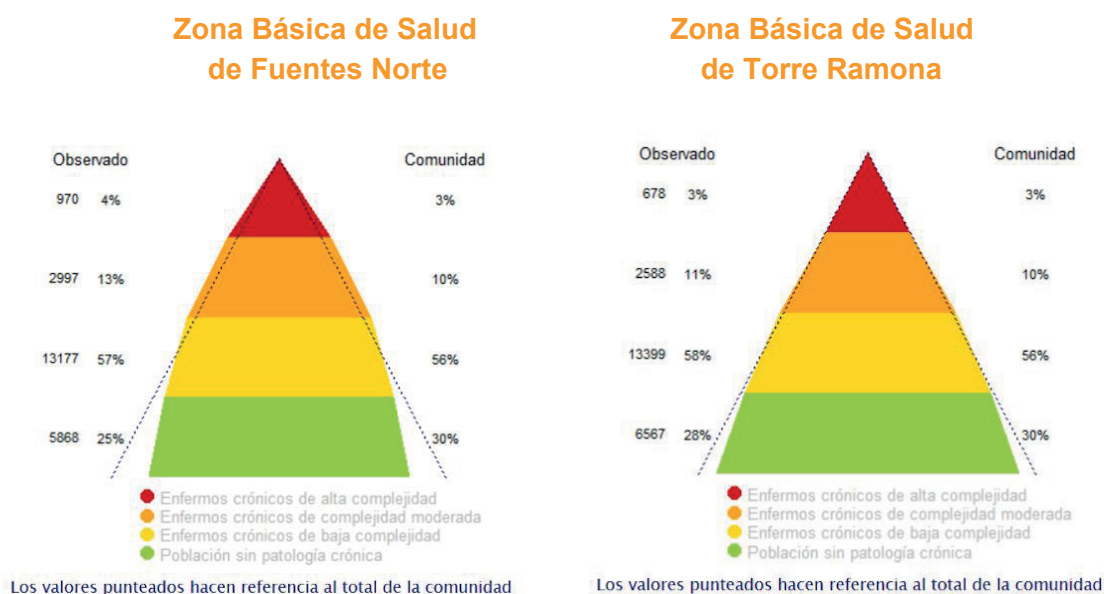
Fuente: Censo 2011 (5)

Información sanitaria

Los grupos de morbilidad ajustados (GMA) son un agrupador de morbilidad que permite establecer una estratificación poblacional para el uso de recursos sanitarios. (6)

Observando la totalidad del barrio, en relación a la patología crónica y a la complejidad, destaca la distribución desigual de estas personas entre las dos zonas básicas, encontrando un mayor porcentaje de personas con patología crónica y moderada o alta complejidad en la zona básica de salud de Las Fuentes Norte.

Figura 4. Grupos de morbimortalidad ajustados



Fuente: Intranet sector II, Zaragoza. (6)

En la zona de Las Fuentes Norte, otros factores y patologías muy asociados al estilo de vida presentan una morbilidad elevada como son el sobrepeso y obesidad, dislipemia, diabetes mellitus, tabaco, etc. La mayoría de estas, presentan una morbilidad intermedia en Torre Ramona. Llama también la atención que en ambas zonas encontramos una proporción elevada para el consumo de alcohol crónico y la hipertensión arterial.

La información referente a los determinantes de salud, morbilidad y mortalidad de cada Zona Básica de Salud están disponibles de manera gráfica en el Atlas de salud de Aragón (7).

Análisis de las necesidades del barrio

Tras la formación de un grupo promotor, se llevó a cabo la identificación de necesidades detectadas en la población por parte del mismo en las reuniones convocadas. Para ello, se realizó una clasificación de la mismas en tres categorías interrelacionadas: determinantes de salud, transiciones vitales y entornos saludables.

El análisis de estas necesidades nos permite tener una visión global de los aspectos que influyen en la salud, así como la oportunidad de crear vínculos, plataformas e iniciativas capaces de abordarlas de forma intersectorial.

Las necesidades de la comunidad no son algo estático, sino que evolucionan y se modifican a lo largo del tiempo y según las circunstancias.

Determinantes de salud

Se definen como un conjunto de factores personales, sociales, económicos y ambientales que determinan el estado de salud de los individuos o poblaciones. (8)

Promoción de la autonomía personal	Empoderamiento de la población
Gestión del estrés y afrontamiento de situaciones vitales	Coordinación de los diferentes recursos del barrio
Dependencia emocional en mujeres jóvenes	Aumento del nivel formativo de la población joven
Mejora de las habilidades sociales	Aumento de la participación en el mapeo de activos comunitarios
Desmedicalización de la vida cotidiana	Apoyo a las familias monoparentales

Estilos de vida	Entorno familiar
Fomento de la alimentación saludable	Mejora de la comunicación familiar
Fomento de la actividad física	Parentalidad positiva
Prevención de la obesidad	Violencia de género
Ocio sano y disminución de patrones consumistas	Violencia intrafamiliar
Fomento del descanso	Cansancio en cuidadores

Transiciones vitales

Las transiciones vitales hacen referencia a las diferentes etapas a lo largo de la vida del individuo en las cuales se presentan nuevos desafíos o necesidades de salud propias de ese periodo. Así mismo, se identificaron algunas necesidades transversales que influyen en todas las etapas vitales del individuo.

Infancia	Adolescencia
Promoción de la autocuidado, habilidades personales y estilos de vida saludables	Cultura de la intimidad Uso correcto de las tecnologías Educación sexual, planificación familiar, prevención de enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados
Adultos	Mayores
Población inmigrante sin proyectos vitales	Disminución de la soledad y mejora de la comunicación Diálogo abierto entorno a la sexualidad Trasmisión de valores, mejorar la convivencia y eliminar los estereotipos
Transversales	
Inmigración y modelos culturales Patrones de ocio consumista Promoción de la salud sexual y maternidad Valores intergeneracionales Cultura del cuidado	

Entornos saludables

El entorno está constituido por los elementos externos a la persona que influyen en su salud. Para la clasificación de las necesidades detectadas en este apartado se realizó una clasificación según el espacio y se identificaron necesidades transversales en los entornos:

Centros	Espacios abiertos	Vivienda
Aumento de centros educativos con mayor oferta formativa	Uso de parques para favorecer el ejercicio al aire libre	Mejora de las condiciones de viviendas en determinadas zonas y espacios comunes. Cuidado responsable de las mascotas domésticas
Transversales:		
Fomento de la lectura Aumento de los conocimientos y habilidades en primeros auxilios Cuidado del entorno Promoción del adecuado uso comunitario de las instalaciones		

Recursos comunitarios y estructuras de coordinación

A continuación, se recoge un pequeño listado de los grandes grupos de recursos que encontramos en el barrio de Las Fuentes y las estructuras de coordinación, cada uno con la capacidad de intervenir en las necesidades enumeradas anteriormente, teniendo un gran potencial de influencia sobre la salud de la población. (Anexo 2)

Recursos comunitarios

En este proyecto, hemos querido recoger aquellos recursos comunitarios públicos o del tercer sector (sector no lucrativo) que desarrollen actividades que promuevan la salud comunitaria del barrio.

Tras la puesta en común de los diferentes recursos del barrio, hemos llevado a cabo un esquema conceptual para visualizar los principales recursos identificados:

Figura 5. Mapa conceptual de recursos en Las Fuentes:



Fuente: elaboración propia

Estructuras de coordinación

En las Fuentes existen plataformas de coordinación como son los programas llevados a cabo por el Centro Municipal de Servicios Sociales como el Programa de Autonomía y Cuidados, Programas de Prevención e Inclusión y el Programa de Primera Infancia. También encontramos los proyectos de la Red Aragonesa de proyectos de promoción de la Salud (RAPPS) y las Escuelas Promotoras de Salud. Los Centros de Salud participan en la Estrategia de Atención Comunitaria Aragón.

Destaca el proyecto colaborativo para la mejora de la calidad de vida y el bienestar de los residentes en el Grupo Andrea Casamayor y las reuniones multidisciplinares periódicas de ambos Consejos de Salud del Barrio.

Iniciativas comunitarias

En las reuniones realizadas se procedió a la identificación de aquellas iniciativas que se estaban llevando a cabo desde las diferentes entidades del barrio para promocionar la salud comunitaria. Estas iniciativas abarcan múltiples aspectos y necesidades.

Respecto al ámbito sanitario, destacan las actividades dirigidas a la educación para la salud en pacientes con enfermedades crónicas y estilos de vida, así como talleres de relajación y grupos de educación maternal.

Diferentes entidades como el Centro de Convivencia de personas mayores, el Hogar de mayores o la Fundación el Tranvía llevan a cabo proyectos dirigidos a la población adulta y mayor, como talleres, asesorías, proyectos intergeneracionales y de promoción de estilos de vida saludables y envejecimiento activo.

La Fundación el Tranvía desarrolla proyectos del Centro de Recursos Comunitarios que atiende a población infantil y programas de intervención con familias en situación de riesgo social. Diversas fundaciones y desde los Centros de Salud se desarrollan proyectos en la infancia en coordinación con los colegios e institutos del barrio.

Desde el Centro Municipal de Servicios Sociales se llevan a cabo diversos programas de atención, prevención e inclusión, ayuda urgente a familias y población vulnerable, programas de autonomía y cuidados, programas de infancia, absentismo, tutelas, situaciones de desprotección y se imparten talleres de competencias personales y de formación.

Al final de este informe se presenta una tabla con las iniciativas comunitarias identificadas en el barrio de forma más detallada. (Anexo 3)

Oportunidades de sinergia

Definimos sinergia como el fenómeno en el cual actúan en conjunto varios factores, observándose un efecto o resultado mayor del que se habría dado actuando por separado.

A continuación se presenta un listado de sinergias detectadas y posibles colaboraciones:

- Mejorar la visualización de activos en la población y buscar claves para fomentar su uso.
- Sinergia entre recursos web/blogs de las diferentes entidades.
- Proyectos en relación a la inmigración, necesidad de descifrar las claves culturales en salud.
- Sinergias entre servicios sociales y centros de salud para trabajar coordinados con familias en situaciones de riesgo.

Conclusiones

A las jornadas de presentación del proyecto realizadas el 3 de octubre en el Centro de Historias de Zaragoza, en el grupo de Las Fuentes asistieron un total de 32 personas procedentes de 15 entidades diferentes del barrio. Se hizo una exposición de los que aportaba cada entidad al barrio y se clasificaron las necesidades comunitarias identificadas por los participantes.

Con la información aportada, se desarrollaron posibles sinergias futuras para un trabajo intersectorial colaborativo:

- Buscar vías de coordinación y continuidad en la asistencia entre las diferentes entidades del barrio.
- Importancia del papel de los Centros Educativos en la promoción del buen trato a la infancia y necesidad de fomentar la coordinación con el resto de entidades.
- Desarrollar experiencias que pongan en relieve los valores intergeneracionales.
- Dar valor a las actividades de promoción de salud y prevención de enfermedad de las Farmacias Comunitarias y posibles formas de coordinación con el resto de recursos.

Bibliografía consultada

1. Aitziber, B., Nuin, B. and Sorraín, Y. Guía metodológica para el abordaje de la salud desde una perspectiva comunitaria. [Internet]. 1ª ed. Vitoria-Gasteiz: Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco; 2016 [acceso agosto 2018] Disponible en: www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/.../guia-metodologia-esp.pdf
2. Argüelles, M., Cofiño, R. and García, N. Guía para trabajar en salud comunitaria en Asturias. [Internet] Principado de Asturias: Dirección General de Salud Pública, Consejería de Sanidad del Principado de Asturias; 2016 [acceso agosto de 2018]. Disponible en: <https://obsaludasturias.com/obsa/guia-de-salud-comunitaria/>
3. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Guía para la implementación local de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS. Madrid, 2015. [acceso agosto de 2018] Disponible en: https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/Guia_implementation_local.pdf
4. Ebrópolis. Informe de indicadores del Distrito del Rabal. [Internet]. Zaragoza: Ayuntamiento de Zaragoza; 2016 [acceso agosto 2018]. Disponible en: <http://www.ebropolis.es/files/File/Observatorio/Documentos/Informe-Indicadores-2016-Ebropolis.pdf>
5. Instituto Aragonés de Estadística [Internet]. Aragón: Gobierno de Aragón; 2011 [acceso agosto 2018]. Indicadores socioeconómicos e índice de privación. Disponible en: http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/Departamentos/Sanidad/ArreasTematicas/SanidadProfesionales/SaludPublica/Informacion_e_Investigacion/Investigacion_determinantes_def/ci.Determinantes_socioeconomico.detalleDepartamento?channelSelected=0
6. Monterde D, Vela E, Clèries M. Los grupos de morbilidad ajustados: nuevo agrupador de morbilidad poblacional de utilidad en el ámbito de la atención primaria. Aten Primaria. [Internet] 2016 [acceso agosto 2018]. Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-pdf-S0212656716302104>
7. Instituto Aragonés de Estadística [Internet]. Aragón: Gobierno de Aragón. Atlas de Salud de Aragón. Vigilancia del estado de salud y sus determinantes por Zona Básica de Salud. Disponible en: <https://idearagon.aragon.es/atlas/indexSalud.jsp>
8. Organización mundial de la salud. Glosario de promoción de la salud de la Organización Mundial de la Salud. Ginebra: World Health Organization; 1998 [acceso agosto 2018]. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67246/who_hpr_hep_98.1_spa.pdf;jsessionid=C696C5ABE1B78298E89C269EA135C742?sequence=

Anexos

Anexo 1. Grupo promotor e histórico de reuniones

M^a Luisa Lozano Del Hoyo Amparo Forés Catalá Enfermeras Centro de Salud Fuentes Norte	Carmen Gimeno Nasarre Aurelio Martín Ruiz Presidentes de los Consejos de Salud de Las Fuentes	Esther Calvo Gascón Directora del Centro de Convivencia de Mayores
Alicia Marín Mormeneo Asesora del Servicio de Equidad e inclusión	Teresa Ruiz Vecino Trabajadora Social Centro Salud Torre Ramona	Ana Ávila Directora del Hogar de Mayores Las Fuentes
Alba Fraile Muñoz Celeste García Lanzón Eva María Pelet Edurne Amatriain Boleas Residentes de Enfermería Familiar y Comunitaria	Marina Pola García Técnico de Administración Sanitaria en el Sistema de Asesoramiento y Recursos en Educación para la Salud (SARES)	Natalia Formento Marín Enfermera Familiar y Comunitaria. Apoyo técnico del Ayuntamiento.
Beatriz Alcubierre Jefa Sección Proyectos y Programas, Servicios Sociales Comunitarios	Patricia Ballester Badiola Encarna García Ollero Silvia Carbo Trabajadoras sociales Centro Municipal de Servicios Sociales	Alejandra Cabeza Logopeda CEIP Torre Ramona

Mayo 2018	
30/05/18	Presentación de la iniciativa Salud Comunitaria en los Barrios
Julio 2018	
13/07/18	Creación del grupo promotor y presentación de la iniciativa Salud en Los Barrios al equipo
Agosto 2018	
3/08/18	Análisis de la salud comunitaria en el barrio Identificación de interlocutores de entidades y centros
Septiembre 2018	
07/09/18	Análisis de la salud comunitaria en el barrio Posibles sinergias, líneas de trabajo conjunto, iniciativas identificadas Necesidades detectadas

Octubre 2018	
03/10/18	Encuentro Salud en Red en los Barrios
31/10/2018	Valoración del encuentro Criterios de inclusión grupo promotor Jornadas de Salud de Barrio en Las Fuentes
Diciembre 2018	
12/12/2018	Nuevas incorporaciones al grupo motor Priorización de las necesidades detectadas Propuestas de colaboración
Enero 2019	
23/01/2019	Organización de las Jornadas de Barrio en Las Fuentes
Febrero 2019	
19/02/2019	Organización de las Jornadas de Barrio en Las Fuentes
20/02/2019	Presentación del proyecto en la reunión de Interconsejos del Consejo de Salud Las Fuentes Norte y Torre Ramona
Marzo 2019	
07/03/2019	Encuentro Red de Salud de Las Fuentes
29/3/2019	Valoración de las Jornadas y continuación del trabajo del grupo motor

Anexo 2. Listado de recursos y estructuras de coordinación

- Estructuras de coordinación/participación que existen en los barrios.

Red Aragonesa de Proyectos de Promoción de Salud (RAPPS)

Proyecto Encuentro Comunitario en Salud: colaboración de profesionales del centro de salud junto a la asociación el Tranvía en temas de salud.

Escuelas Promotoras de Salud

Hay 10 centros educativos, 6 de ellos son escuelas promotoras de salud integrados en la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud (RAEPS).

Servicios Sociales Comunitarios: participación vecinal en el proyecto, corresponsabilidad vecinal en el mantenimiento, mejora de las relaciones vecinales, búsqueda de referentes comunitarios en el vecindario.

Consejo de Salud de Las Fuentes “Hablando de mayores”

Servicios Sociales Comunitarios, Residencias y Centros de día, Hogar del pensionista, Centro de Convivencia Salvador Allende, Centro de Salud Las Fuentes Norte, Cáritas, Fundación El Tranvía, Farmacéuticos del Consejo de Salud de las Fuentes Norte y Torre Ramona, presidentes de los Consejos de Salud.

Reunión del Consejo de Salud de las Fuentes

Farmacéuticos, Fundación el Tranvía, UGT, Hogar de mayores, ACTORA, Asociación de Vecinos Jerónima Zaporta Cartuja Baja, Asociación de Vecinos Las Fuentes, Trabajadores Sociales, Coordinador Médico Centro Salud Torre Ramona, Coordinadora de Enfermería del Centro de Salud Torre Ramona, Terapeuta Ocupacional del Hogar de Ancianos, Coordinador médico del Centro de Salud Fuentes Norte.

Anexo 3. Listado de iniciativas comunitarias

Actuaciones de carácter comunitario que se desarrollan en el barrio y que fomentan la salud comunitaria.

En el marco de la estrategia de Atención Comunitaria de Aragón, el modelo basado en activos propone un buscador donde se pueden añadir los diferentes recursos e iniciativas comunitarias para tener un registro común y hacer posible la recomendación de activos comunitarios. El enlace de acceso es el siguiente:

Buscador de activos para la salud. Estrategia de Atención Continuada de Aragón:
<http://atencioncomunitaria.aragon.es/activos-para-la-salud/>

Centro	Iniciativa	Destinatarios	Descripción
Fundación Tranvía (colaboración del Centro de Salud de Fuentes Norte y Torre Ramona)	Andarinas	Mujeres y hombres de cualquier edad	Fomento de la actividad física diaria y las relaciones sociales. Creación de dos grupos, uno de actividad básica y otro de moderada. Duración de unos 45-90 minutos. Colaboración personal del Centro de Salud dos lunes al mes. https://ftranvia.org centrodesaludfuentesnorte.blogspot.com https://cstorramona.wordpress.com/
Fundación el Tranvía.	Centro de Recursos Comunitarios	Infancia	Área de ocio y tiempo libre https://ftranvia.org
Fundación el Tranvía (en colaboración con el Centro Municipal de Servicios Sociales)	Proyecto Entra	Personas en riesgo de exclusión	Programa de empleo para la inclusión en el ámbito laboral https://ftranvia.org
Fundación el Tranvía	Programa de ocio y tiempo	Infancia	https://ftranvia.org

	libre		
Fundación el Tranvía y Centro de Salud Fuentes Norte y Torre Ramona	Bookcrossing	Población general	<p>Dejar libros en lugares públicos para que sean compartidos y usados por los lectores interesados.</p> <p>https://franvia.org</p> <p>centrodesaludfuentesnorte.blogspot.com</p> <p>https://cstorramona.wordpress.com/</p>
Centro de Salud Fuentes Norte	Taller de inhaladores	Pacientes con Enfermedad Obstructiva Crónica en tratamiento con inhaladores.	<p>Taller de 90 minutos de duración, abordaje de la enfermedad, síntomas de descompensación, alimentación, ejercicios respiratorios y manejo de inhaladores.</p> <p>centrodesaludfuentesnorte.blogspot.com</p>
Centro de Salud Fuentes Norte	Blog Centro Salud de las Fuentes Norte	Población del barrio de las Fuentes	<p>Blog gestionado por los profesionales. Sus objetivos son dar visibilidad a las actividades del centro, crear un espacio virtual de contacto con la comunidad, poner a disposición herramientas de cuidado y aumentar la alfabetización en salud.</p> <p>centrodesaludfuentesnorte.blogspot.com</p>
Centro de Salud Fuentes Norte	Educación maternal	Mujeres embarazadas atendidas en el Centro de Salud Fuentes Norte y acompañantes	<p>Trabajar habilidades para la transición vital que supone la gestación. 10 sesiones en las que se trabaja la importancia de la respiración y relajación, los cuidados del embarazo, trabajo de parto, lactancia, cuidados en el recién nacido y puerperio.</p> <p>centrodesaludfuentesnorte.blogspot.com</p>

Centro de Salud Fuentes Norte	Taller para anticoagulados con acenocumaro I	Usuarios en tratamiento con acenocumarol	Fomentar el autocuidado y mejorar la seguridad de las personas con tratamiento anticoagulante. centrodesaludfuentesnorte.bl.ogspot.com
Centro de Salud Fuentes Norte	Grupo de relajación	Usuarios Servicio Aragonés de Salud del Centro de Salud Fuentes Norte y Torre Ramona	Abordaje de problemas mentales leves como la ansiedad. El objetivo es que los participantes pongan en común su vivencia en relación con el malestar y sufrimiento emocional y conozcan herramientas de relación para su manejo. centrodesaludfuentesnorte.bl.ogspot.com
Centro de Salud Fuentes Norte	Educación grupal a pacientes diabéticos	Pacientes con diabetes mellitus tipo II	Abordaje de la diabetes desde un punto de vista sanitario desde la experiencia personal como diabéticos. centrodesaludfuentesnorte.bl.ogspot.com
Centro de Salud Fuentes Norte	Fuensalud	Escolares de infantil y primaria, docentes, padres.	Abordaje de problemas de salud en cada etapa escolar, potenciando estilos de vida saludable desde el campo educativo y sanitario. Temas tratados: cepillado dental, lavado de manos, espalda sana, alimentación saludable, ejercicio, emociones, primeros auxilios. centrodesaludfuentesnorte.bl.ogspot.com
Centro de Salud Fuentes Norte	Formación a pacientes activos	Pacientes con diabetes mellitus tipo II	Mejora de estilos de vida saludables, promover la alfabetización en salud, mejoría en el autocuidado del pie diabético y la alimentación. centrodesaludfuentesnorte.bl.ogspot.com

Centro de Salud Fuentes Norte	Reducción del tabaquismo en las gestantes	Embarazadas atendidas en el Centro de Salud Fuentes Norte	Reducción de la prevalencia de tabaquismo en embarazada y prevención del tabaquismo pasivo. Realización de actividades grupales, consulta de deshabituación tabáquica y seguimiento telefónico. centrodesaludfuentesnorte.bl.ogspot.com
Centro de Salud Fuentes Norte y Torre Ramona	Mapeo del barrio y proceso de recomendación de activos comunitarios	Población del barrio de las fuentes que cumplan los criterios de inclusión en el programa	Recopilación de los recursos sociosanitarios del barrio mediante un mapa virtual y elaboración de un proceso de recomendación de activos comunitarios desde las consultas de Atención Primaria centrodesaludfuentesnorte.bl.ogspot.com https://cstorramona.wordpress.com/
Salud Alternativa y colectivo pedalea	Paseos cercanos	Población general	Excursiones en bicicleta en un itinerario medioambiental https://veterinaria.unizar.es/estudiantes/salud-alternativa http://www.pedalea.org/
Salud Alternativa	Curso de autoprotección y resolución de conflictos	Población general	Formación psicológica, técnica y legal https://veterinaria.unizar.es/estudiantes/salud-alternativa
Salud Alternativa	Ducha de soto	Población general	paseo relajado por una zona natural con ejercicios de relajación https://veterinaria.unizar.es/estudiantes/salud-alternativa
Centro de Convivencia de Mayores	Nos gusta hablar	Personas mayores	Mejoría de las relaciones sociales, disminución de la soledad y mejora de la comunicación https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/518#presentacion

Centro de Convivencia de Mayores	Grupos de actividades	Personas Mayores	Senderismo, petanca, ajedrez, baile, jotas, teatro https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/518#presentacion
Centro de Convivencia de Mayores	Espacios para la convivencia	Personas mayores	Sala de estar con televisión, lectura de prensa, juegos de mesa https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/518#presentacion
Centro de Convivencia de Mayores	Asesoría sexológica	Personas mayores	Diálogo y resolución de dudas https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/518#presentacion
Centro de Convivencia de Mayores	Paseos saludables	Personas mayores	Aumento del ejercicio físico, aumento de la autonomía, mejora en las relaciones y disminución de la soledad. https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/518#presentacion
Centro de Convivencia de Mayores	Blog	Personas mayores	Difusión de la información https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/518#presentacion
Centro de Convivencia de Mayores	Talleres de la experiencia	Personas mayores	Actividades de baile, memoria, ganchillo, idiomas, cuentacuentos, etc. para promocionar la formación y ocio de las personas mayores. https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/518#presentacion
Centro de Convivencia de Mayores	Talleres de envejecimiento activo	Personas mayores	Talleres de comunicación y cultura, de expresión artística, salud y calidad de vida y ocio. https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/518#presentacion
Centro de Convivencia de	Programa Centro	Personas mayores	Actividades de animación (torneos, actuaciones),

Mayores	Abierto		<p>actividades culturales (charlas, exposiciones), actividades en el exterior (excursiones)</p> <p>https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/518#presentacion</p>
Centro de Convivencia de Mayores, Casa Juventud y Centro de Tiempo Libre	Proyectos intergeneracionales	Personas mayores	<p>Disminuir la soledad, trasmisión de valores, eliminar estereotipos, aumento de la cultura del cuidado.</p> <p>https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/518#presentacion</p> <p>https://www.zaragoza.es/ciudad/actividades/juvenil/listadoactivosAJ_Agenda?AJ=2&lugar_realizacion=casa%20juventud%20las%20fuentes</p> <p>https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/757</p>
Hogar de mayores	Programas de envejecimiento activo	Personas mayores (actividades sujetas a fechas y disponibilidad de plazas)	<p>Informática, mindfulness, risoterapia, memoria, gerontogimnasia, yoga, espalda sana, cuidarte para mayores.</p> <p>http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/OOAA/IASS/Inicio/QuienesSomos/ci.centros_seccion_04_hogares.detalleInaem</p>
Hogar de mayores	Actividades de La Caixa	Personas mayores (actividades sujetas a fechas y disponibilidad de plazas)	<p>Club grandes lectores, despierta con una sonrisa, -dolor+vida, taller en forma, exposiciones, charlas y eventos.</p> <p>http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/OOAA/IASS/Inicio/QuienesSomos/ci.centros_seccion_04_hogares.detalleInaem</p>
Hogar de mayores	Talleres	Personas mayores (actividades)	<p>Encuadernación, bolillos, madera, pintura y dibujo, manualidades, reiki,</p>

		sujetas a fechas y disponibilidad de plazas)	chinkung, rondalla, pesca, ganchillo, teatro, coral, informática, sevillanas. http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/OOAA/IASS/Inicio/QuienesSomos/ci.centros_seccion_04_hogares.detalleInaem
Hogar de mayores	Programa de autonomía personal	Personas mayores (actividades sujetas a fechas y disponibilidad de plazas)	http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/OOAA/IASS/Inicio/QuienesSomos/ci.centros_seccion_04_hogares.detalleInaem
Hogar de mayores	Programa cuidarte	Personas mayores (actividades sujetas a fechas y disponibilidad de plazas)	http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/OOAA/IASS/Inicio/QuienesSomos/ci.centros_seccion_04_hogares.detalleInaem
Hogar de mayores	Servicio de formación a personas cuidadoras	Personas mayores (actividades sujetas a fechas y disponibilidad de plazas)	http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/OOAA/IASS/Inicio/QuienesSomos/ci.centros_seccion_04_hogares.detalleInaem
Centro Municipal de Servicios Sociales	Comer bien es salud	Población general	Alimentación saludable https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/768#presentacion
Centro Municipal de Servicios Sociales	Taller de competencias personales y sociales	Población general	Mejora de la autonomía y habilidades personales. https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/768#presentacion
Centro Municipal de Servicios Sociales	Estudio y difusión: Riesgo de menores	Padres de menores en riesgo	Parentalidad positiva, fomento del buen trato a la infancia. https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/768#presentacion
Centro Municipal de	ECODES	Población general	Información a usuarios sobre eficiencia, ahorro

Servicios Sociales			energético y bono social. https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/768#presentacion
Centro Municipal de Servicios Sociales	Talleres de formación y empleo con perceptores de Ingreso Autónomo de Inserción	Población general	5 sesiones supervisadas por orientación laboral. https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/768#presentacion
Centro Municipal de Servicios Sociales	Talleres de economía doméstica		Abordaje de economía del consumo, alimentación, organización doméstica. https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/768#presentacion
Centro de Salud Torre Ramona	Reanimación cardiopulmonar en el IES Pablo Serrano y Grande Covián	Adolescentes	Aumento de los conocimientos y habilidades sobre reanimación cardiopulmonar en adolescentes. https://cstorramona.wordpress.com/
Centro de Salud Torre Ramona	Primeros auxilio en enfermedades crónicas y accidentes en centros educativo	Profesorado IES Pablo Serrano	Aumento de los conocimientos y habilidades sobre situaciones de urgencia en enfermedades crónicas https://cstorramona.wordpress.com/
Centro de Salud de Torre Ramona	Educación maternal	Embarazadas atendidas en el Centro de Salud de Torre Ramona	Aumento y mejora de los autocuidados, conocimientos y habilidades en los futuros padres. https://cstorramona.wordpress.com/
Centro de Salud Torre Ramona	Taller grupal de pacientes diabéticos	Paciente con diabetes mellitus tipo II	Aumentar y mejorar los autocuidados, conocimientos y empoderamiento. https://cstorramona.wordpress.com/
IES Pablo	Conoce tu	Alumnos del	Fomenta el conocimiento

Serrano y colaboración del Centro de Salud Torre Ramona	barrio	IES Pablo Serrano	por parte de los adolescentes y jóvenes de diferentes entidades del barrio. https://cstorreraramona.wordpress.com/ http://www.iespabloserrano.es/joomla/
Sociedad Aragonesa de Cardiología	Parques con corazón	Población general	Aumento del ejercicio físico, promoción de la salud, relaciones sociales y autonomía. http://www.cardioaragon.com/
Consejo de Salud	Mesa de situación del mayor en el barrio	Población mayor	Mejora de los conocimientos y coordinación de recursos, envejecimiento activo
CEIP Torre Ramona	Talleres de yoga y pilates infantil	Alumnado	https://ceiptorreramona.wordpress.com/
CEIP Torre Ramona	Recreos y desplazamientos activos	Alumnado	Diferentes ligas en el recreo, arbitrajes deportivos, hermanamiento de alumnos, fomento del uso de la bicicleta, seguridad vial. https://ceiptorreramona.wordpress.com/
CEIP Torre Ramona	Talleres de gestión de emociones	Alumnado	https://ceiptorreramona.wordpress.com/
CEIP Torre Ramona	Proyectos de reciclaje	Alumnado	Reciclaje, brigadas de limpieza de recreos https://ceiptorreramona.wordpress.com/
CEIP Torre Ramona	Alimentación saludable	Alumnado	Análisis de la dieta del comedor escolar, recetas típicas de los diferentes países, aumentar el consumo de frutas, verduras y frutos secos, almuerzos saludables. https://ceiptorreramona.wordpress.com/

			ress.com/
Zaragoza vivienda y Centro Municipal de Servicios Sociales	Vivienda	Población que cumple los requisitos necesarios	<p>Construcción de nuevas viviendas sociales y usos colectivos</p> <p>http://zaragozavivienda.es/</p> <p>https://www.zaragoza.es/sede/servicio/equipamiento/768#presentacion</p>
CIVITAS	Comedor social		