

PROGRAMA DE APOYO A LAS INICIATIVAS DE MEJORA DE LA CALIDAD EN SALUD
(Memorias RECIBIDAS de proyectos de Atención Comunitaria en Atención Primaria seleccionados, de 2018)

Número de memorias: 20 (Actualizado el miércoles 5 de agosto de 2020 a las 12:52:51 horas)

Sector HUESCA							
Sector	Ámbito	Centro	Apellidos/Nombre	NReg	Tm	Fecha	Título
HU	AP	CS ALMUDEVAR	BLANCO GIMENO VERONICA	2018_0734	S1	06/03/2019	APRENDER A VIVIR CON LA MENOPAUSIA
HU	AP	CS ALMUDEVAR	BLANCO GIMENO VERONICA	2018_0734	S1	07/01/2020	APRENDER A VIVIR CON LA MENOPAUSIA
HU	AP	CS ALMUDEVAR	FERNANDEZ IZARBEZ MARIA MAR	2018_0767	S2	06/03/2019	ALMUDEVAR CAMINA
HU	AP	CS ALMUDEVAR	CAMPOS AVELLANA MARIA DEL CARMEN	2018_0849	S1	22/01/2019	VIVIR BAILANDO
HU	AP	CS ALMUDEVAR	CAMPOS AVELLANA MARIA DEL CARMEN	2018_0849	S2	10/01/2020	VIVIR BAILANDO
HU	AP	CS AYERBE	LANZAROTE NASARRE MARIA LOURDES	2018_0575	F	19/02/2019	EDUCACION PARA LA SALUD PARA CUIDADORES DE ANCIANOS Y ENFERMOS CRONICOS EN NUESTRA ZONA BASICA E SALUD
HU	AP	CS BERDUN	ARNAL BARRIO ANA MARIA	2018_0280	F	05/02/2019	TALLERES A LA COMUNIDAD DEL MANEJO INICIAL EN SITUACIONES DE EMERGENCIA
HU	AP	CS BIESCAS-VALLE DE TENA	BOSQUE OROS ANNADEL	2018_0416	S1	25/01/2019	¿QUEDAMOS Y NOS CUIDAMOS?
HU	AP	CS BIESCAS-VALLE DE TENA	CLAVER GARCIA PAULA	2018_0428	F	26/02/2019	INTERVENCION EDUCATIVA BASADA EN LA MEJORA DE CONOCIMIENTOS SOBRE LA ACTUACION ANTE ENFERMEDADES CRONICAS Y EMERGENCIAS
HU	AP	CS BROTO	DE LOPE ROMEO MARIA	2018_1069	S1	15/03/2019	BAXANDO T'A ESCUELA
HU	AP	CS BROTO	DE LOPE ROMEO MARIA	2018_1069	S2	31/01/2020	BAXANDO T'A ESCUELA
HU	AP	CS HECHO	PEREZ DEL CASTILLO DANIEL	2018_0583	S1	03/02/2019	CURSO FORMATIVO EN SOPORTE VITAL BASICO Y USO DEL DESA
HU	AP	CS JACA	LOPEZ CORTES VIRGINIA	2018_0612	S0	19/02/2019	"MENOS MINCHAR Y MAS MARCHAR". PASEOS SALUDABLES PARA OBESOS SEDENTARIOS
HU	AP	CS PERPETUO SOCORRO	CHARTE ALEGRE MARIA ELENA	2018_0825	F	06/02/2019	ENVEJECIMIENTO ACTIVO: NUESTROS MAYORES ACTIV@S
HU	AP	CS PERPETUO SOCORRO	SANCHEZ MOLINA MARIA PILAR	2018_1169	S1	10/03/2019	FOMENTANDO EL AUTOCUIDADO DE LA MUJER EN LA COMUNIDAD
HU	AP	CS PERPETUO SOCORRO	PARDOS MARTINEZ LUIS CARLOS	2018_1504	S2	25/02/2019	"ESTA SI QUE ES UNA SALA DE ESPERA QUE MOLA". PROCESO DE PARTICIPACION PARA LA MEJORA DE LA SALA DE ESPERA PEDIATRICA DEL CS PERPETUO SOCORRO
HU	AP	CS PERPETUO SOCORRO	PARDOS MARTINEZ LUIS CARLOS	2018_1504	S2	29/01/2020	"ESTA SI QUE ES UNA SALA DE ESPERA QUE MOLA". PROCESO DE PARTICIPACION PARA LA MEJORA DE LA SALA DE ESPERA PEDIATRICA DEL CS PERPETUO SOCORRO
HU	AP	CS PERPETUO SOCORRO OBSTETRICIA Y GINECOLOGIA DE AP	SANCHEZ MOLINA MARIA PILAR	2018_1169	F	30/01/2020	FOMENTANDO EL AUTOCUIDADO DE LA MUJER EN LA COMUNIDAD
HU	AP	CS SARIÑENA	PARALED CAMPOS MARIA TERESA	2018_0743	F	20/02/2019	TALLERES DE SALUD COMUNITARIA
HU	AP	CS SARIÑENA	BORNAO CASAS SARA	2018_1054	S0	22/02/2019	QUEDADAS POR TU SALUD

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0734

1. TÍTULO

APRENDER A VIVIR CON LA MENOPAUSIA

Fecha de entrada: 06/03/2019

2. RESPONSABLE VERONICA BLANCO GIMENO
· Profesión MATRONA
· Centro CS ALMUDEVAR
· Localidad ALMUDEVAR
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.
FERNANDEZ IZARBEZ MARIA MAR
ROYO ROYO SILVIA
VISA GONZALEZ ISABEL
GROS CACHO ELENA
JUSTES ABIOL ANA LIDIA

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

La captación de las participantes se llevó a cabo a través de las asociaciones de amas de casa y en las consultas de la matrona, medicina y enfermería.
Las participantes fueron todas mujeres con edades comprendidas entre los 45-55 años, comenzaron 12 y se mantuvo la asistencia hasta la última sesión.
Se elaboró un folleto informativo, entre todos los miembros del proyecto, para entregar a las mujeres que iban a participar en el proyecto.
Las sesiones previstas eran siete, al final se han hecho cinco, se suprimió la película "Tomates verdes fritos" y la del comentario de la misma.
Se realizó una sesión al mes desde mayo a diciembre salvo los de julio, agosto y septiembre por estar en periodo vacacional. Cada una se dividía en dos partes, en la primera se daba la información y en la segunda se abordaban preguntas, experiencias personales, ...
Todas las sesiones las ha impartido la matrona salvo la tercera " Hábitos de vida saludables en el climaterio: Alimentación y ejercicio físico" que la expuso la enfermera Isabel Visa.
La primera sesión se realizó el 7/5/18 a acudieron 12 mujeres Se les pasó la encuesta, se les entregó el folleto informativo y se trató el tema de la anatomía y fisiología de la mujer.
La última sesión, 3/12/19, se trató el tema Sexualidad y métodos anticonceptivos y se les pasó una encuesta final.
La actividad se ha realizado en la Sala de Juntas del Centro de Salud de Almudévar.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

El resultado en participación ha sido bueno, habiendo abandonos puntuales al alargarse en 5 sesiones, el interés de las mujeres ha sido alto.. En general se ha considerado alto el grado de comodidad, conocimientos adquiridos en el grupo, utilidad del aprendizaje y expectativas, suficiente el tiempo dedicado.
El 100% de las mujeres participantes conocen la diferencia entre la menopausia y el climaterio.
El 100% de las mujeres están concienciadas y comprometidas con llevar una dieta equilibrada y realizar ejercicio físico diario.
El 100% de las mujeres conocen las estrategias para prevenir posibles patologías relacionadas con la menopausia y el climaterio (obesidad, depresión, osteoporosis, incontinencia urinaria, ...).
Tras comparar los test (pre y post proyecto) observamos que el 75% de las mujeres han obtenido las respuestas correctas.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

La captación de esta población es dificultosa ya que la mayoría de las mujeres están trabajando.
Es una zona de salud con mucha dispersión y mucho nucleo rural, se tendría que contemplar la posibilidad de que la matrona se trasladara a los núcleo más grandes evitando los desplazamientos a los usuarios. Esta posible solución puede producir una mayor respuesta y un acercamiento de la figura de la matrona a la población.
Los asistentes han expresado su satisfacción tras realizarlos.

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/734 ===== ***

Nº de registro: 0734

Título
APRENDER A VIVIR CON LA MENOPAUSIA

Autores:
BLANCO GIMENO VERONICA, FERNANDEZ IZARBEZ MARIA MAR, ROYO ROYO SILVIA, VISA GONZALEZ ISABEL, GROS CACHO

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0734

1. TÍTULO

APRENDER A VIVIR CON LA MENOPAUSIA

ELENA, JUSTES ABIOL ANA LIDIA

Centro de Trabajo del Coordinador: CS ALMUDEVAR

TEMAS

Sexo: Mujeres
Edad: Adultos
Tipo Patología: Enfermedades del aparato génitourinario
Otro Tipo Patología:
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA

LA TRANSICIÓN DE LA MADUREZ A LA SENECTUD EN LA MUJER SE PRODUCEN DIVERSOS CAMBIOS, LOS CUALES EN GENERAL SON DESCONOCIDOS POR LA POBLACIÓN. ESTOS CAMBIOS GENERAN DIFERENTES SINTOMAS, QUE EN EL 50 % DE LAS MUJERES EN ESTA ETAPA LES GENERA DETERIORO EN SU CALIDAD DE VIDA.

RESULTADOS ESPERADOS

.DIFERENCIAR ENTRE CLIMATERIO Y MENOPAUSIA
.CONOCER E IDENTIFICAR LOS CAMBIOS FISIOLÓGICOS DE ESTE PERIODO
.PROMOVER ESTILOS DE VIDA SALUDABLES PROPIOS DEL CLIMATERIO
.CONOCER ESTRATEGIAS PARA PREVENIR POSIBLES PATOLOGÍAS RELACIONADAS CON EL CLIMATERIO Y LA MENOPAUSIA

MÉTODO

LA ACTIVIDAD CONSTARÁ DE SIETE SESIONES DE UNA HORA DE DURACIÓN A UN GRUPO DE APROXIMADAMENTE 10 MUJERES CON EDADES COMPRENDIDAS ENTRE 45 Y 55 AÑOS
LA CAPTACIÓN SE REALIZARÁ A AQUELLAS MUJERES QUE ACUDAN A LA CONSULTA DE LA MATRONA, DE ENFERMERIA O DE MEDICINA, QUE SE ENCUENTREN EN LA EDAD ACOTADA.
TEMAS A TRATAR EN CADA SESIÓN:
.ANATOMIA Y FISIOLOGIA DE LA MUJER
.SINTOMATOLOGÍA Y CAMBIOS EMOCIONALES
HABITOS DE VIDA SALUDABLES EN EL CLIMATERIO
.SEXUALIDAD Y MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS
.TRATAMIENTOS Y PREVENCIÓN DEL CANCER GINECOLÓGICO
.PELÍCULA " TOMATES VERDES FRITOS"
.COMENTARIO DE LA PELÍCULA . EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

INDICADORES

-% DE MUJERES QUE CONOCEN LA ETAPA DEL CLIMATERIO (QUÉ ES Y COMO AFECTA A SU ORGANISMO Y A SU VIDA / TOTAL DE MUJERES QUE PARTICIPAN
-% DE MUJERES QUE REALIZAN DIETA SALUDABLE /TOTAL DE MUJERES QUE PARTICIPAN
-% DE MUJERES QUE REALIZAN EJERCICIO / TOTAL DE MUJERES QUE PARTICIPAN
-PARA LA EVALUACIÓN SE COMPARARÁN LOS TEST PRE Y POST, DONDE LAS PARTICIPANTES DEBERÁN OBTENER, AL MENOS, UN 25% MÁS DE RESPUESTAS CORRECTAS EN EL POST CON RESPECTO AL PRE.

DURACIÓN

DESDE MAYO A DICIEMBRE. EN MAYO SE CAPTARÁN EN LAS CONSULTAS A LAS MUJERES PARTICIPANTES. SERÁN SIETE SESIONES REPARTIDAS A UNA POR MES, SIEMPRE COINCIDIENDO CON EL PRIMER LUNES DE CADA MES.

OBSERVACIONES

EL PROYECTO PUEDE TENER ALGUNA MODIFICACIÓN DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LOS PROFESIONALES Y DEL CENTRO Y DE LAS VALORACIONES DE LOS PARTICIPANTES

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN:
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN:
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS:
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) .:
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES:

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0734

1. TÍTULO

APRENDER A VIVIR CON LA MENOPAUSIA

Fecha de entrada: 07/01/2020

2. RESPONSABLE VERONICA BLANCO GIMENO
· Profesión MATRONA
· Centro CS ALMUDEVAR
· Localidad ALMUDEVAR
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.
FERNANDEZ IZARBEZ MARIA MAR
ROYO ROYO SILVIA
VISA GONZALEZ ISABEL
GROS CACHO ELENA
JUSTES ABIOL ANA LIDIA

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Desde Enero a Septiembre 2019 se han captado en la consulta de la matrona a 13 mujeres y desde la consulta de enfermería sólo 1 entre 45-60 años con síntomas climatéricos.
En la captación por la matrona se le ha dado a la mujer el folleto informativo (elaborado el año anterior) donde se les explica los temas de las sesiones y lugar y hora de acudir.
También se tuvo encuesta elaborar carteles para poner en todas las consultas de enfermería de todos los consultorios de la Zona de Salud de Almudévar, para que llegara la información de las sesiones de menopausia a más mujeres
Se ha contactado esta vez a diferencia del año anterior con las presidentas de Asociaciones de Amas de Casa de :
Alcala de Gurrea.
Tardienta.
Gurrea de Gállego.
Torralba de Aragón.
Almudévar desde 2018 la sigo teniendo en cuenta por que es el lugar donde más poblacion hay y donde se realiza el proyecto en la Sala de Juntas del Centro de Salud.
Las sesiones se realizaron el 1º lunes de cada mes de 10 a 11 h, siendo modificable a otro lunes por fiesta local o periodo de vacaciones.
Se empezo a realizar la 1º sesion el 4/3/19 se trato de Proceso Fisiologico.Cambios Fisicos y Psicologicos., se entrego la encuesta inicial a 9 diferentes mujeres a lo largo de las 4 sesiones que se han podido realizar .
Siendo la 2º 9/4/19 Adaptación al Cambio.Consejos y Cuidados, 3º 6/5/19 (la da Isabel Visa DUE) Cuidados y Habitros Saludables : Dieta y Ejercicio.
La 4º 3/6/19, Sexualidad-Suelo Pelvico y Planificacion Familiar.
Tras convocar la 5º el 1/7/19 Prevencion del Neo Ginecologico, previamente consultando con las asistentes de la charla anterior que les iria bien acudir, NO SE PRESENTA NADIE.
Se vuelve a convocar la ultima charla de nuevo la 5ª 7/10/19, avisando individualmente a las mujeres captadas por la matrona telefonicamente ya que por enfermería solo se ha captado 1. Y llamando a las presidentas de ama de casa para que lo difundan.NO SE PRESENTA NADIE.
Al llamar por telefono ninguna mujer me dice que no vendra y no me aporta ninguna queja del lugar y hora que se realiza la charla, por lo tanto me crean la posibilidad de que van a venir cuando la realidad, por 2 veces es que NO ACUDEN.
Por lo tanto no he podido pasar la encuesta final, por que no se ha podido realizar la 5º y ultima sesión por inasistencia.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

La participacion en este año ha sido escasa con 9 mujeres en total, de las 14 captadas, que han acudido a lo largo de las 4 sesiones que se han realizado y aunque no se ha podido pasar la encuesta final, las mujeres se han mostrado satisfechas al acudir.

Los indicadores son los siguientes, obtenidos al pasar encuesta inicial en la 1º sesion que acude la mujer .
Conocen Climataterio : 70%
Conocen Dieta : 75%
Conocen Ejercicio : 70%

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

La valoracion no es positiva ya que se hace un esfuerzo como matrona al ir solo los lunes a Almudévar, para que se anule parte de la consulta para realizar la charla, al no ver compromiso de las mujeres por acudir .
Aunque ninguna me expone la razon de porque no van, me imagino que es por trabajo, dispersion o falta de transporte....
No deseo incluirlo en el CG/AGC del año 2020.

7. OBSERVACIONES.

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0734

1. TÍTULO

APRENDER A VIVIR CON LA MENOPAUSIA

*** ===== Resumen del proyecto 2018/734 ===== ***

Nº de registro: 0734

Título
APRENDER A VIVIR CON LA MENOPAUSIA

Autores:
BLANCO GIMENO VERONICA, FERNANDEZ IZARBEZ MARIA MAR, ROYO ROYO SILVIA, VISA GONZALEZ ISABEL, GROS CACHO ELENA, JUSTES ABIOL ANA LIDIA

Centro de Trabajo del Coordinador: CS ALMUDEVAR

TEMAS
Sexo: Mujeres
Edad: Adultos
Tipo Patología: Enfermedades del aparato génitourinario
Otro Tipo Patología:
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA
LA TRANSICIÓN DE LA MADUREZ A LA SENECTUD EN LA MUJER SE PRODUCEN DIVERSOS CAMBIOS, LOS CUALES EN GENERAL SON DESCONOCIDOS POR LA POBLACIÓN. ESTOS CAMBIOS GENERAN DIFERENTES SINTOMAS, QUE EN EL 50 % DE LAS MUJERES EN ESTA ETAPA LES GENERA DETERIORO EN SU CALIDAD DE VIDA.

RESULTADOS ESPERADOS
.DIFERENCIAR ENTRE CLIMATERIO Y MENOPAUSIA
.CONOCER E IDENTIFICAR LOS CAMBIOS FISIOLÓGICOS DE ESTE PERIODO
.PROMOVER ESTILOS DE VIDA SALUDABLES PROPIOS DEL CLIMATERIO
.CONOCER ESTRATÉGIAS PARA PREVENIR POSIBLES PATOLOGÍAS RELACIONADAS CON EL CLIMATERIO Y LA MENOPAUSIA

MÉTODO
LA ACTIVIDAD CONSTARÁ DE SIETE SESIONES DE UNA HORA DE DURACIÓN A UN GRUPO DE APROXIMADAMENTE 10 MUJERES CON EDADES COMPRENDIDAS ENTRE 45 Y 55 AÑOS
LA CAPTACIÓN SE REALIZARÁ A AQUELLAS MUJERES QUE ACUDAN A LA CONSULTA DE LA MATRONA, DE ENFERMERIA O DE MEDICINA, QUE SE ENCUENTREN EN LA EDAD ACOTADA.
TEMAS A TRATAR EN CADA SESIÓN:
.ANATOMIA Y FISIOLOGIA DE LA MUJER
.SINTOMATOLOGÍA Y CAMBIOS EMOCIONALES HABITOS DE VIDA SALUDABLES EN EL CLIMATERIO
.SEXUALIDAD Y MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS
.TRATAMIENTOS Y PREVENCIÓN DEL CANCER GINECOLÓGICO
.PELÍCULA " TOMATES VERDES FRITOS"
.COMENTARIO DE LA PELÍCULA . EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

INDICADORES
-% DE MUJERES QUE CONOCEN LA ETAPA DEL CLIMATERIO (QUÉ ES Y COMO AFECTA A SU ORGANISMO Y A SU VIDA / TOTAL DE MUJERES QUE PARTICIPAN
-% DE MUJERES QUE REALIZAN DIETA SALUDABLE /TOTAL DE MUJERES QUE PARTICIPAN
-% DE MUJERES QUE REALIZAN EJERCICIO / TOTAL DE MUJERES QUE PARTICIPAN
-PARA LA EVALUACIÓN SE COMPARARÁN LOS TEST PRE Y POST, DONDE LAS PARTICIPANTES DEBERÁN OBTENER, AL MENOS, UN 25% MÁS DE RESPUESTAS CORRECTAS EN EL POST CON RESPECTO AL PRE.

DURACIÓN
DESDE MAYO A DICIEMBRE. EN MAYO SE CAPTARÁN EN LAS CONSULTAS A LAS MUJERES PARTICIPANTES. SERÁN SIETE SESIONES REPARTIDAS A UNA POR MES, SIEMPRE COINCIDIENDO CON EL PRIMER LUNES DE CADA MES.

OBSERVACIONES
EL PROYECTO PUEDE TENER ALGUNA MODIFICACIÓN DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LOS PROFESIONALES Y DEL CENTRO Y DE LAS VALORACIONES DE LOS PARTICIPANTES

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN:
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN:

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0734

1. TÍTULO

APRENDER A VIVIR CON LA MENOPAUSIA

MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RECURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0767

1. TÍTULO

ALMUDEVAR CAMINA

Fecha de entrada: 06/03/2019

2. RESPONSABLE MARIA MAR FERNANDEZ IZARBEZ
· Profesión MEDICO/A
· Centro CS ALMUDEVAR
· Localidad ALMUDEVAR
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.

ROYO ROYO SILVIA
GROS CACHO ELENA
VISA GONZALEZ ISABEL
ATARES OTIN MARIA PAZ
ABADIA NOCITO LOURDES
JUSTES ABIOL ANA LIDIA
LAFUENTE ARIÑO EVA ANGELINA

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Al comienzo se reunió a las personas interesada que cumplieran con el perfil propuesto y se les informó en que consistía la actividad. Se les pasó una encuesta y a la semana se realizó una charla informativa sobre la importancia de la alimentación y el ejercicio físico para prevenir enfermedades cardiovasculares. Los meses de verano se suspendió la actividad, retomándola en octubre. La actividad se realiza todos los miércoles a las nueve de la mañana con una duración de aproximadamente una hora. El grupo consta de diez personas que se mantiene constante en todas las sesiones. Consiste en paseos de marcha moderada ya que el perfil de las participantes lo permite. Antes y después de la actividad se realizan unos ejercicios de estiramiento. Trascurridos los dos meses de la actividad se les volvió a pasar la encuesta y apreciamos una respuesta muy positiva.

En septiembre, en la Residencia de Mayores "Santo Domingo" de Almuévar se contrató a una terapeuta ocupacional. Cuando nos enteramos nos pusimos en contacto con ella para manifestarle nuestro interés por su labor y para intentar trabajar conjuntamente con ella. Realizamos una guía de ejercicios encaminada al anciano frágil. Esta actividad se desarrolla una vez a la semana y con una duración de aproximadamente una hora. Se incluye a todos los ancianos independientes.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

Los participantes han aumentado su interés por modificar sus hábitos sedentarios para mejorar su calidad de vida y reducir el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares. El grupo ha afianzado sus relaciones y son ellos los que quedan el resto de los días de la semana para continuar realizando actividad física. No se han apreciado importantes variaciones en los indicadores de TA, FC e IMC.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

El proyecto va a continuar durante el 2019 y se plantea para este próximo año comenzar con pacientes frágiles institucionalizados. En marzo, en el núcleo de San Jorge, se valorará crear otro grupo con personas de más edad y mayores limitaciones por lo que la marcha se adaptará a su perfil. Se irán midiendo los indicadores a lo largo de este año 2019.

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/767 ===== ***

Nº de registro: 0767

Título
ALMUDEVAR CAMINA

Autores:
FERNANDEZ IZARBEZ MARIA MAR, ROYO ROYO SILVIA, GROS CACHO ELENA, VISA GONZALEZ ISABEL, ATARES OTIN PAZ, ABADIA NOCITO LOURDES, JUSTES ABIOL ANA LIDIA, LAFUENTE ARIÑO EVA

Centro de Trabajo del Coordinador: CS ALMUDEVAR

TEMAS
Sexo: Ambos sexos
Edad: Adultos
Tipo Patología: Enfermedades del sistema ósteomuscular y del tejido conectivo

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0767

1. TÍTULO

ALMUDEVAR CAMINA

Otro Tipo Patología: enfermedades mentales
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA
LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES SON LA PRIMERA CAUSA DE MUERTE EN NUESTRA COMUNIDAD AUTONOMA Y PARA PODER DISMINUIR SU INSIDENCIA Y MORTALIDAD ES FUNDAMENTAL ACTUAR SOBRE LOS FACTORES DE RIESGO QUE FAVORECEN SU APARICIÓN.
SE DISTINGUEN DOS TIPOS DE FACTORES DE RIESGO, LOS NO MODIFICABLES (SEXO, EDAD Y HERENCIA GENÉTICA) Y LOS MODIFICABLES (TABACO, HIPERTENSION ARTERIAL, DISLIPEMIAS, DIABETES MELLITUS, OBESIDAD, SEDENTARISMO Y CONSUMO DE ALCOHOL.
ESTÁ DEMOSTRADO QUE EL DEJAR DE FUMAR, REDUCIR EL CONSUMO DE SAL Y DE GRASAS, EL CONSUMO DE FRUTAS Y VERDURAS, REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA DE FORMA REGULAR, Y EVITAR EL CONSUMO EXCESIVO DE ALCOHOL REDUCE EL RIESGO DE PADECER ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES.

RESULTADOS ESPERADOS
AUMENTAR EL INTERES DE LA POBLACIÓN, DEL CENTRO DE SALUD DE ALMUDEVAR, POR MODIFICAR SUS HÁBITOS SEDENTARIOS PARA MEJORAR SU CALIDAD DE VIDA Y REDUCIR EL RIESGO DE PADECER ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES.

MÉTODO
LA ACTIVIDAD SE REALIZARÁ LOS MIÉRCOLES A LAS DIEZ DE LA MAÑANA, SU DURACIÓN SERÁ DE APROXIMADAMENTE UNA HORA.
CONSISTIRÁ EN PASEOS DE MARCHA LEVE O MODERADA, DE ACUERDO CON LA CONDICIÓN FÍSICA DE LOS PARTICIPANTES. ANTES Y DESPUÉS DE LA ACTIVIDAD SE HARÁN UNOS EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO.

INDICADORES
- AL COMIENZO DE LA ACTIVIDAD SE PASARÁ UNA ENCUESTA SOBRE LOS HÁBITOS SEDENTARIOS A LOS PARTICIPANTES Y AL FINALIZAR SE REALIZARÁ OTRA, PARA COMPARAR Y VER SI ESTOS HAN CAMBIADO .
- EL PRIMER DÍA DE LA ACTIVIDAD Y EL ÚLTIMO SE MEDIRÁN LAS CONSTANTES VITALES (PA, FC) Y EL IMC Y COMPARAR PARA VER POSIBLES CAMBIOS.
- TRASCURRIDOS DOS MESES DE INICIADO EL PROYECTO SE PASARÁ UNA ENCUESTA PARA VALORAR LA MOTIVACIÓN DE LOS PARTICIPANTES Y RECOGER SUGERENCIAS PARA IR MEJORANDO LA ACTIVIDAD.

DURACIÓN
COMENZARÁ EL PROYECTO EN MAYO Y TERMINARÁ EN NOVIEMBRE DEL 2018, AUNQUE PRETENDE SER UN PROYECTO DE CONTINUIDAD Y DE TRABAJO A LARGO PLAZO.

OBSERVACIONES
EL PROYECTO PUEDE TENER ALGUNA MODIFICACIÓN DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LOS PROFESIONALES Y DEL CENTRO Y DE LAS VALORACIONES DE LOS PARTICIPANTES.

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN:
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN:
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RECURSOS:
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) .:
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES:

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0849

1. TÍTULO

VIVIR BAILANDO

Fecha de entrada: 22/01/2019

2. RESPONSABLE MARIA DEL CARMEN CAMPOS AVELLANA

- Profesión ENFERMERO/A
- Centro CS ALMUDEVAR
- Localidad ALMUDEVAR
- Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
- Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.

REAMARTINEZ LAFUENTE MARIA CARMEN

JUSTES ABIOL ANA LIDIA

PISA MAÑAS JARA

AVELLANAS MONTORI SOFIA

GARCES CASTILLO BEATRIZ

SANCHEZ COPA CRISTINA VANESA

VITALLA PERALTA SARA

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Se realizó la presentación del proyecto, Mayo ; en los municipios, a las asociaciones, Centro de salud y presidente del Consejo de Salud.

Se elaboró un cartel para anunciar la presentación y otro para comunicar horario y lugar de la actividad que se mantiene en los consultorios y lugares de reunión en cada localidad.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

Inicio de la actividad Junio 2018

Se han realizado sesiones semanales en los dos núcleos de población: 20 sesiones en Alcalá y 19 en Valsalada.

El número de participantes ha sido de 5 en Valsalada(V) y 18 en Alcalá(A).

En los meses de verano esta cifra se ha visto aumentada por la participación en la actividad de personas que veranean en los pueblos.

Hasta hoy todas son mujeres

La edad de las participantes entre 60/75 años es el 47% y entre 75/85 años el 53% para Valsalada y en Alcalá los dos grupos 65/75 y 75/85 al 50%

La media de asistencia ha sido 4 (V) y 12(A) personas

Los días de mayor asistencia fueron 6(V) y 20(A). Los de menor participación 2°(V) y 5 (A)

Según la encuesta inicial realizaban alguna actividad física a diario al aire libre en un 80% y a los 6 meses la realizan en el 89%

Se realizaron dos encuestas individuales a los 2 y 6 meses

* Sobre la percepción subjetiva de mejora referida a movilidad, estado de ánimo y relación con los demás con una escala 0-10 los resultados a los 6 meses:

-mejora movilidad: 7.5 (v) y 7(A)

-estado ánimo: 8.5(V) y 8(A)

-relación social: 8 en los dos.

*Sobre satisfacción, escala 0-10, a los 6 meses // inicio, referida a:

-Tiempo para hacer lo que le gusta: 8.2//4.8 (V) y 8.6//6.2 (A)

-Lo que hace en su día a día merece la pena: 8//7.8(V) y 8.4//7.3(A)

-Satisfacción con su vida en conjunto en la actualidad: 8.2//6.6(V) y 8//7.2(A)

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

Los participantes han expresado su satisfacción con la actividad, por pertenecer a un grupo y están incorporando las actividades aprendidas a su rutina diaria tanto dentro de casa como en actividad al aire libre

Tanto los ejercicios de relajación como los respiratorios han sido claves para iniciar y terminar la actividad en un ambiente relajado y positivo.

Los ejercicios de coordinación, equilibrio y corrección postural se han realizado según la planificación.

En relación con la actividad de ejercicio con música, baile, dadas las limitaciones para la bipedestación estable de algunos de los participantes se ha optado por hacer ejercicios preferentemente en sedestación.

No se ha conseguido la incorporación de participantes masculinos.

Pensamos que el proyecto puede continuar debido al interés, mejoras percibidas y satisfacción manifestada por las participantes.

La sostenibilidad del proyecto por el momento nos parece posible.

El proyecto es replicable

7. OBSERVACIONES.

Por la limitación de espacio no he aportado las encuestas utilizadas. Ruego me indique si es necesario

*** ===== Resumen del proyecto 2018/849 ===== ***

Nº de registro: 0849

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0849

1. TÍTULO

VIVIR BAILANDO

Título
VIVIR BAILANDO

Autores:
CAMPOS AVELLANA MARIA DEL CARMEN, REMARTINEZ LAFUENTE MARIA CARMEN, JUSTES ABIOL ANA LIDIA, PISA MAÑAS JARA, AVELLANAS MONTORI SOFIA, GARCES CASTILLO BEATRIZ, SANCHEZ COPA CRISTINA VANESA, VITALLA PERALTA SARA

Centro de Trabajo del Coordinador: CS ALMUDEVAR

TEMAS
Sexo: Ambos sexos
Edad: Adultos
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: senilidad. aislamiento social
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA
*Los dos núcleos de población donde se va a realizar el proyecto tienen alta tasa de envejecimiento poblacional con pérdida de coordinación motora, flexibilidad, fuerza y equilibrio, además de pobres habilidades y resistencias para uso de sistemas de apoyo como bastones, andadores, ...
*Alta prevalencia de enfermedades crónicas, procesos algícos y somatización.
*Escasa actividad física, alto nivel de sedentarismo sobre todo en la población femenina, tendencia al aislamiento social.
El aumento de la actividad física ha demostrado la efectividad en la reducción de factores de riesgo cardiovascular, la mejora de la salud mental y la prevención de caídas sobre todo en ancianos.
La práctica de ejercicio grupal disminuye el aislamiento social, se ha demostrado que mejoran los autocuidados y las capacidades para desarrollar estrategias de afrontamiento de la enfermedad.

RESULTADOS ESPERADOS
*Promover la participación activa de las personas mayores, con la creación de grupos normalizados y la inclusión de personas mayores con especiales problemáticas en la actividad
* Motivar para la realización de ejercicio físico.
* Adquirir conocimientos y estrategias necesarias para la realización de ejercicios físicos.
* Mejorar el estado cardiovascular, cardiorrespiratorio flexibilidad, fuerza, equilibrio, psicomotricidad fina, etc. en las personas mayores.
* Dotar de conocimientos sobre los hábitos saludables y la alimentación, así como de estrategias para desarrollar la memoria, la autoestima y las habilidades de comunicación.
* Fomentar la convivencia y las relaciones sociales a través de la participación en la actividad.
* Mantener el cuerpo y la mente activos de los destinatarios del Proyecto.

MÉTODO
Se publicitará el inicio de la actividad con apoyo de las asociaciones mediante cartel con 15 días de antelación
En consulta captación activa.
Reunión inicial para presentación del proyecto en Centro de salud y localidades
El grupo máximo 20 participantes por localidad. Posibilidad creación dos grupos.
Frecuencia de la actividad 1 día por semana.
La duración 1 hora por sesión.
El lugar local social
Las sesiones tendrán el desarrollo siguiente :
*Acogida (y presentación el primer día)
*Ejercicio de relajación
*Ejercicios respiratorios
*Ejercicios de estiramiento muscular y movilidad articular
*Ejercicios de coordinación desde movimiento grueso evolucionando a movimiento fino y de expresión de gesto en la medida de las posibilidades. Utilización de pequeños accesorios y materiales para ayuda en la coordinación
*Ejercicios para mejorar el equilibrio, corrección y ajuste postural
*Coordinación con música, Baile = movimiento coordinado al ritmo de la música .
*Descanso y puesta en común de experiencia de la actividad y recepción de inquietudes o modificaciones para la próxima sesión
*Ejercicio de respiración
*Ejercicio de relajación final y despedida.

Durante las sesiones se realizarán recomendaciones sobre hidratación, higiene corporal cuidado de los pies, uso de calzado, ropa adecuada y horario de ingesta previo al ejercicio.

INDICADORES
Número de sesiones realizadas

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0849

1. TÍTULO

VIVIR BAILANDO

Participantes en la actividad

Media de participantes por sesión.

Encuestas de evaluación previa a ola actividad, a los dos meses del inicio y posteriormente de forma semestral sobre actividad física diaria habitual, y estado de bienestar subjetivo.

Diciembre/anual, se valorará la satisfacción con la actividad de los participantes mediante encuesta

DURACIÓN

*Planificación y elaboración del proyecto mayo 2018

*Inicio de actividad en Junio de 2018

*Duración del proyecto fase implantación hasta diciembre2018.

*Evaluación de resultados según indicadores propuestos

*Previsión de seguimiento de la actividad en el futuro de forma anual.

OBSERVACIONES

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RECURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ----- **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0849

1. TÍTULO

VIVIR BAILANDO

Fecha de entrada: 10/01/2020

2. RESPONSABLE MARIA DEL CARMEN CAMPOS AVELLANA
· Profesión ENFERMERO/A
· Centro CS ALMUDEVAR
· Localidad ALMUDEVAR
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.

REMARTINEZ LAFUENTE MARIA CARMEN
JUSTES ABIOL ANA LIDIA
PISA MAÑAS JARA
AVELLANAS MONTORI SOFIA
GARCES CASTILLO BEATRIZ
SANCHEZ COPA CRISTINA VANESA
VITALLA PERALTA SARA

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Se han realizado 37 y 34 sesiones en Alcalá y Valsalada respectivamente.
Se ha cumplido el calendario previsto, 1 sesión semanal salvo periodos vacacionales o coincidencia de festivo en el día de realización de la sesión.
Se han realizado las acciones planteadas en el proyecto y se ha incorporado un tiempo al final de la sesión para compartir experiencias o inquietudes.
Se ha realizado un documento con los ejercicios y dinámicas que utilizamos en la sesión como recordatorio para posibilitar realizarlos a diario.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

Este año ha aumentado el número de participantes en los dos núcleos ascendiendo a 22 en Alcalá y 14 en Valsalada. La media de participación por sesión ha sido de 12.37 y 5.34 respectivamente
Mediante encuesta de satisfacción realizada al final de año 2019 se obtuvieron los siguientes resultados :
-Satisfacción con la actividad realizada 85% alto o muy alto
-Realización de ejercicio físico diario 90% de los participantes lo han incorporado a su rutina diaria
-Valoración bienestar subjetivo 80% alto o muy alto

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

Según las encuestas realizadas y la valoración del equipo pensamos que se están cumpliendo los objetivos y el grado de satisfacción de los participantes es muy alto.

7. OBSERVACIONES.

Queremos destacar que ha aumentado el número de participantes en los dos núcleos. Se han incorporado al grupo participantes masculinos, también menores de 45 años y personas reciente incorporación al municipio procedentes de otro país.
Creemos que la actividad está siendo integradora y muy positiva para los vecinos.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/849 ===== ***

Nº de registro: 0849

Título
VIVIR BAILANDO

Autores:
CAMPOS AVELLANA MARIA DEL CARMEN, REMARTINEZ LAFUENTE MARIA CARMEN, JUSTES ABIOL ANA LIDIA, PISA MAÑAS JARA, AVELLANAS MONTORI SOFIA, GARCES CASTILLO BEATRIZ, SANCHEZ COPA CRISTINA VANESA, VITALLA PERALTA SARA

Centro de Trabajo del Coordinador: CS ALMUDEVAR

TEMAS
Sexo: Ambos sexos
Edad: Adultos
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: senilidad. aislamiento social
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0849

1. TÍTULO

VIVIR BAILANDO

PROBLEMA

*Los dos núcleos de población donde se va a realizar el proyecto tienen alta tasa de envejecimiento poblacional con pérdida de coordinación motora, flexibilidad, fuerza y equilibrio, además de pobres habilidades y resistencias para uso de sistemas de apoyo como bastones, andadores,...

*Alta prevalencia de enfermedades crónicas, procesos álgicos y somatización.

*Escasa actividad física, alto nivel de sedentarismo sobre todo en la población femenina, tendencia al aislamiento social.

El aumento de la actividad física ha demostrado la efectividad en la reducción de factores de riesgo cardiovascular, la mejora de la salud mental y la prevención de caídas sobre todo en ancianos.

La práctica de ejercicio grupal disminuye el aislamiento social, se ha demostrado que mejoran los autocuidados y las capacidades para desarrollar estrategias de afrontamiento de la enfermedad.

RESULTADOS ESPERADOS

*Promover la participación activa de las personas mayores, con la creación de grupos normalizados y la inclusión de personas mayores con especiales problemáticas en la actividad

* Motivar para la realización de ejercicio físico.

* Adquirir conocimientos y estrategias necesarias para la realización de ejercicios físicos.

* Mejorar el estado cardiovascular, cardiorrespiratorio flexibilidad, fuerza, equilibrio, psicomotricidad fina, etc. en las personas mayores.

* Dotar de conocimientos sobre los hábitos saludables y la alimentación, así como de estrategias para desarrollar la memoria, la autoestima y las habilidades de comunicación.

* Fomentar la convivencia y las relaciones sociales a través de la participación en la actividad.

* Mantener el cuerpo y la mente activos de los destinatarios del Proyecto.

MÉTODO

Se publicitará el inicio de la actividad con apoyo de las asociaciones mediante cartel con 15 días de antelación en consulta captación activa.

Reunión inicial para presentación del proyecto en Centro de salud y localidades

El grupo máximo 20 participantes por localidad. Posibilidad creación dos grupos.

Frecuencia de la actividad 1 día por semana.

La duración 1 hora por sesión.

El lugar local social

Las sesiones tendrán el desarrollo siguiente :

*Acogida (y presentación el primer día)

*Ejercicio de relajación

*Ejercicios respiratorios

*Ejercicios de estiramiento muscular y movilidad articular

*Ejercicios de coordinación desde movimiento grueso evolucionando a movimiento fino y de expresión de gesto en la medida de las posibilidades. Utilización de pequeños accesorios y materiales para ayuda en la coordinación

*Ejercicios para mejorar el equilibrio, corrección y ajuste postural

*Coordinación con música, Baile = movimiento coordinado al ritmo de la música .

*Descanso y puesta en común de experiencia de la actividad y recepción de inquietudes o modificaciones para la próxima sesión

*Ejercicio de respiración

*Ejercicio de relajación final y despedida.

Durante las sesiones se realizarán recomendaciones sobre hidratación, higiene corporal cuidado de los pies, uso de calzado, ropa adecuada y horario de ingesta previo al ejercicio.

INDICADORES

Número de sesiones realizadas

Participantes en la actividad

Media de participantes por sesión.

Encuestas de evaluación previa a la actividad, a los dos meses del inicio y posteriormente de forma semestral sobre actividad física diaria habitual, y estado de bienestar subjetivo.

Diciembre/año, se valorará la satisfacción con la actividad de los participantes mediante encuesta

DURACIÓN

*Planificación y elaboración del proyecto mayo 2018

*Inicio de actividad en Junio de 2018

*Duración del proyecto fase implantación hasta diciembre 2018.

*Evaluación de resultados según indicadores propuestos

*Previsión de seguimiento de la actividad en el futuro de forma anual.

OBSERVACIONES

Valoración de otros apartados

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0849

1. TÍTULO

VIVIR BAILANDO

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0575

1. TÍTULO

EDUCACION PARA LA SALUD PARA CUIDADORES DE ANCIANOS Y ENFERMOS CRONICOS EN NUESTRA ZONA BASICA E SALUD

Fecha de entrada: 19/02/2019

2. RESPONSABLE MARIA LOURDES LANZAROTE NASARRE
· Profesión ENFERMERO/A
· Centro CS AYERBE
· Localidad AYERBE
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.
ABADIAS LIESA FRANCISCO JOSE
GUERRERO ALVAREZ BELEN
MONTORI TORRIJOS SARA
GAVETE CALVO MARIA ARANZAZU
PEREZ GAMAZO VANESA
PELEATO LOPEZ OLGA
SALAMERO ESTEBAN MARIA PAZ

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

A fin de proyecto se han realizado las actividades que se tenían programadas. Se han realizado tres sesiones en las distintas residencias de la zona. En las que se han hablado de:

- Lavado de manos con un taller práctico con lámpara UVA y reactivo para ver técnica correcta.
- Signos y síntomas más importantes en el anciano a valorar por parte del personal de la residencia. Se les dan pautas de actuación en tales casos y medidas a tener en cuenta en casos como hipoglucemias, síncope...
- Estado de vacunación y su importancia por parte de los usuarios de las residencias como de los profesionales.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

El resultado obtenido en los indicadores es el siguiente tras la revisión de la historia clínica del estado vacunal antes y después de las intervenciones.

Porcentaje de trabajadores correctamente vacunados gripe tras nuestra intervención:

- En Ayerbe 57% vacunadas, 14,2% desconocidos, 28,8% no vacunadas.
- En Agüero 28,5% vacunados y 57.3% no vacunadas, 14,2% desconocido

Porcentaje de trabajadores correctamente vacunados Hepatitis B tras nuestra intervención:

- En Ayerbe 71,6% 14.2% desconocido, 14,2% no vacunadas
- En Agüero 57%, 21,5% desconocido, 21,5% no vacunadas

Porcentaje de trabajadores correctamente vacunados de dT tras nuestra intervención.

- En Ayerbe 62% vacunadas, 14,2% desconocido, 23,8 no vacunadas
- En Agüero 71% vacunadas, 14,5% desconocido, 14,5% no vacunadas

Nivel de conocimiento de los temas a tratar: Tras las sesiones realizadas el personal nos muestra subjetivamente por comentarios que nos realizan que las intervenciones y talleres realizados les han servido para aumentar conocimientos, aclarar dudas y para mejorar las relaciones con el centro de salud. También muestran su interés por otros temas distintos a los tratados y que se queda que se desarrollarán en futuras intervenciones.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

Valoración del equipo positiva de las intervenciones realizadas.

Se observa un aumento considerable del porcentaje de profesionales bien vacunados tras las sesiones y talleres realizados en especial es llamativo el aumento en la vacunación de VHB. Observamos que en cuanto a la vacunación de la gripe son más reticentes a ponerse, los trabajadores nos verbalizan su temor a los síntomas que pueden padecer tras la administración y eso se evidencia en la baja vacunación, lo que nos hace plantearnos otro tipo de estrategias para futuras intervenciones para aumentar este indicador.

El uso de material didáctico utilizado en el taller de lavado de manos nos parece muy adecuado para este tipo de sesiones ya que dinamiza el aprendizaje y hace que no sea tan pesado, por lo que para futuras intervenciones valoramos aumentar el uso de este tipo de técnicas de aprendizaje más que el formato de charla.

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/575 ===== ***

Nº de registro: 0575

Título
EDUCACION PARA LA SALUD PARA CUIDADORES DE ANCIANOS Y ENFERMOS CRONICOS EN NUESTRA ZONA BASICA DE SALUD

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0575

1. TÍTULO

EDUCACION PARA LA SALUD PARA CUIDADORES DE ANCIANOS Y ENFERMOS CRONICOS EN NUESTRA ZONA BASICA E SALUD

Autores:

LANZAROTE NASARRE LOURDES, GAVETE CALVO MARIA ARANZAZU, MONTORI TORRIJOS SARA, ABADIAS LIESA FRANCISCO JAVIER, PEREZ GAMAZO VANESA, PELEATO OLGA LOPEZ, SALAMERO ESTEBAN MARIA PAZ, GUERRERO ALVAREZ BELEN

Centro de Trabajo del Coordinador: CS AYERBE

TEMAS

Sexo: Ambos sexos
Edad: Adultos
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES INFECCIOSAS Y MANEJO DE PATOLOGÍA DEL ANCIANO
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Comunes de especialidad
Otro tipo Objetivos: -----
Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) definió "salud" en 1948 de la siguiente forma: "salud equivale a un completo estado de bienestar físico, mental y social que no consiste únicamente en una ausencia de enfermedad"

Por otra parte, en 1969 definió educación para la salud: "La educación sanitaria se basa en inducir a las personas a adoptar y mantener las costumbres de una vida sana, a utilizar razonablemente los servicios sanitarios puestos a su disposición y también a tomar decisiones, individual y colectivamente, para mejorar su estado de salud y el del medio en que habitan".

Estudiando la población de nuestra zona básica de salud (ZBS), observamos que está muy envejecida, como así demuestra una pirámide poblacional regresiva. Esto se traduce en un número elevado de ancianos y enfermos crónicos, que precisan cuidado y atención de otra parte de la población, menos numerosa, más joven, pero que debe "mantenerse sana".

Este proyecto es la continuación de la creación e implantación de una agenda comunitaria en nuestro centro de salud.

Tras el estudio de la población y determinar las necesidades reales en la zona de salud de Ayerbe en materia de Comunitaria en el anterior proyecto, se pretende poner en marcha la agenda comunitaria mediante una serie de acciones sobre la población anciana buscando su empoderamiento en materia de salud y fomentar estilos de vida más saludables. El fin de este proyecto, es proporcionar a los habitantes de la comunidad conocimientos, habilidades y destrezas necesarias para mejorar su calidad de vida y la de los ancianos de su entorno, bien sea porque son trabajadores de residencias de ancianos, cuidadores en domicilio (contratados o familiares que tiene a su cargo personas mayores dependientes).

RESULTADOS ESPERADOS

Dar herramientas a la población encargada del cuidado de personas ancianas para saber:

- Gestionar su autocuidado: Promover la vacunación antigripal. Correcto lavado de manos y uso de antiséptico de manos, guantes. Uso de mascarilla en los casos indicados para evitar contagio del personal residente o del anciano en general. Correcta manipulación y movilización de los ancianos para evitar autolesiones.
- Identificar situaciones de riesgo para el anciano, principalmente: hipoglucemia, hipotensión, crisis hipertensivas, síncope.

MÉTODO

- Sesión formativa de higiene, lavado de manos y vacunas para prevención de transmisión y contagio de enfermedades infecciosas comunes en el entorno: gripe, gastroenteritis aguda, otras infecciones del tracto respiratorio.
- Sesión sobre signos de alarma en el anciano más comunes: síncope, hipoglucemia, hiperglucemia crisis hipertensivas.

INDICADORES

- 1- Porcentaje de trabajadores correctamente vacunados cada año antes de nuestra intervención.
 - 2- Porcentaje de trabajadores correctamente vacunados cada año después de nuestra intervención.
 - 3- Nivel de conocimiento de los temas a tratar, previo a la intervención (al inicio de la sesión)
 - 4- Nivel de conocimiento adquirido de los temas tratados (una vez finalizada la sesión)
- Los puntos 1 y 2 se evaluarán con la recogida de datos de vacunación en el registro existente en OMI
Los puntos 3 y 4 se evaluarán realizando un test al inicio de la sesión y otro al final para comparar los conocimientos previos con los adquiridos.

DURACIÓN

- 1) Reunión del equipo para presentación del proyecto: 4 junio 2018
- 2) Reunión del equipo para presentar materiales, ideas y propuestas para diseño de la intervención en la población diana: 18 junio 2018

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0575

1. TÍTULO

EDUCACION PARA LA SALUD PARA CUIDADORES DE ANCIANOS Y ENFERMOS CRONICOS EN NUESTRA ZONA BASICA E SALUD

- 3) Reunión del equipo para ensayo de sesión propuesta y distribución de roles: 2 julio 2018
- 4) 1º Taller formativo equipo Residencia de Ayerbe (50% de la plantilla): 20 septiembre 2018
- 5) 2º Taller formativo equipo residencia de Ayerbe (50% restante): 27 septiembre 2018
- 6) Taller formativo equipo residencia de Agüero: 4 octubre 2018 (y 10 de octubre 2018 en caso de precisar dos talleres)
- 7) Reunión del equipo para analizar la evolución y resultados del proyecto: 8 octubre 2018
- 8) Fecha prevista de finalización del proyecto: 1 diciembre 2018-04-24
- 9) Evaluación del proyecto: 15-20 diciembre

OBSERVACIONES

Debido al amplio número de población que abarca el proyecto, implicando diferentes ámbitos (residencia, domicilio, poblaciones dispersas, etc) el principal objetivo en el presente año es llegar principalmente a los trabajadores de residencia, siendo nuestro interés intentar cubrir toda la población

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN:
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN:
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS:
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . . .:
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES:

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0280

1. TÍTULO

TALLERES A LA COMUNIDAD DEL MANEJO INICIAL EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

Fecha de entrada: 05/02/2019

2. RESPONSABLE ANA MARIA ARNAL BARRIO
· Profesión ENFERMERO/A
· Centro CS BERDUN
· Localidad BERDUN
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.
OCHOA ROJAS MIGUEL ANGEL
GIMENEZ BARATECH ANA CARMEN
BAZTAN OLLETA LAURA
GARCES ROMEO TERESA
ASCASO CASTAN LOURDES

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

1- Se seleccionó el tema en función de la solicitud de alguna asociación y del equipo directivo del Colegio Rural Agrupado (CRA) Río Aragón.: Manejo inicial de situaciones de emergencia.
2- Se elaboró la parte teórica y práctica (según las guías), contactando con la Unidad Docente de Huesca para el préstamo de los maniqués de RCP.
3- Nos coordinamos con los municipios (petición de locales, horarios..) y se elaboraron carteles informativos sobre el tema, la fecha y hora de los talleres programados.
4- Se elaboró la encuesta de satisfacción y conocimientos después de cada uno de los talleres de forma individual. Al personal docente no se pudo realizar por falta de tiempo.
5- Se realizaron 5 talleres prácticos en 5 municipios y 1 taller en el CRA "Río Aragón" agrupando a los profesores y monitoras de comedor escolar.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

- Se llevaron a cabo los 6 talleres programados.
- En los talleres realizados en los municipios participaron 81 personas
- Al taller para personal docente acudieron 38 personas, que significa el 100% de los convocados
- Se pasó una encuesta con 2 apartados (satisfacción y adquisición de conocimientos):
a.- Satisfacción: El 100% expresaron su satisfacción con actividad realizada, su duración, local y material empleado.
b.- Conocimientos: A las preguntas sobre "aprender y/o actualizar conocimientos de activar la cadena de supervivencia y manejar una situación de urgencia vital", después del taller el 87% dieron respuestas correctas en la encuesta.
En el taller del CRA no se pasó encuesta por falta de tiempo.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

Los asistentes a los talleres han recibido información sobre cómo manejar una situación de emergencia,. Además se informó sobre el manejo y normativa general en Aragón del DESA.
Realizar los talleres de forma básicamente práctica, ha facilitado la alta satisfacción de los asistentes. Al ser por la tarde y realizar la actividad en los municipios que solicitaron nuestra colaboración, se ha promovido la participación de personas más jóvenes que en otras actividades programadas.
Tras los talleres, 4 ayuntamientos han adquirido un DESA.
Los profesores mostraron su agradecimiento por la colaboración.
El EAP se muestra satisfecho por alcanzar tan buenos resultados en este proyecto.

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/280 ===== ***

Nº de registro: 0280

Título
TALLERES A LA COMUNIDAD DEL MANEJO INICIAL DE SITUACIONES DE EMERGENCIA

Autores:
ARNAL BARRIO ANA MARIA, OCHOA ROJAS MIGUEL ANGEL, GIMENEZ BARATECH ANA CARMEN, BAZTAN OLLETA LAURA, GARCES ROMEO TERESA, ASCASO CASTAN LOURDES

Centro de Trabajo del Coordinador: CS BERDUN

TEMAS

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0280

1. TÍTULO

TALLERES A LA COMUNIDAD DEL MANEJO INICIAL EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

Sexo: Ambos sexos
Edad: Todas las edades
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: Urgencias vitales
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA

Diversas asociaciones y ayuntamientos expresaron la necesidad de realizar talleres prácticos de primeros auxilios dada la lejanía de los pueblos a los servicios médicos.
Además la adquisición de DESA por algunos ayuntamientos, ha generado la inquietud de la población ante posibles urgencias vitales.
Ya que la RCP básica en el medio extrahospitalario es la práctica que mayor número de vidas puede salvar, creemos de gran utilidad el conocimiento de esta práctica por el mayor número de personas.

RESULTADOS ESPERADOS

- conseguir que la población sepa manejar una situación de urgencia vital
- que la población sepa activar la cadena de supervivencia para agilizar la atención médica de urgencia
- dar a conocer la utilidad del DESA
- la población diana este proyecto se dirige a toda la comunidad

MÉTODO

- reuniones con diversos activos en la comunidad (profesores del CRA, asociaciones)
- reunión de equipo para diseñar la actividad y el calendario -realización de carteles, publicidad de la actividad
- elaboración de una encuesta básica sobre los conocimientos adquiridos
- realización de talleres por la tarde, fuera del horario laboral, para facilitar el acceso a la población trabajadora
- como recursos humanos para cada taller se desplazará un médico y una enfermera del EAP
- como recursos materiales se utilizarán los maniquís cedidos por la Unidad Docente de Huesca para que todos los asistentes realicen las maniobras de la RCP.

INDICADORES

- realizar la actividad al menos en 5 poblaciones de la zona de salud.
- realización de un test para la evaluación de los conocimientos adquiridos, en el que más del 80% respondan bien a las preguntas
- evaluación de satisfacción de la actividad: > 80% satisfechos o muy satisfechos

DURACIÓN

- reuniones, diseño de la actividad, petición de material y de locales: primer trimestre. Responsable Ana Arnal
- realización talleres: abril- mayo y octubre-noviembre. Responsable: Ana Arnal
- evaluación de la actividad mediante encuesta: diciembre: Ana Arnal y Teresa Garcés

OBSERVACIONES

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN:
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN:
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RECURSOS:
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) .:
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES:

*** ----- ***

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0416

1. TÍTULO

¿QUEDAMOS Y NOS CUIDAMOS?

Fecha de entrada: 25/01/2019

2. RESPONSABLE ANNADEL BOSQUE OROS
· Profesión MEDICO/A
· Centro CS BIESCAS-VALLE DE TENA
· Localidad BIESCAS
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.
SALCEDO GIL MARISOL
PARGADA ORTIZ NURIA
MIRANDA ORTIZ ANA
GRACIA NERIN JOSE
MARTIN LOPEZ MARIA MILAGROS

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

-Se han realizado cuatro sesiones durante 4 semanas consecutivas los días 18 y 25 de septiembre, y el 2 y 9 de octubre de 2018 en el Centro de Salud.
-Se realizaba una actividad física moderada: paseo de 30 minutos, con estiramientos musculares y ejercicios de espalda sana, seguidos de una charla-coloquio de los sanitarios y participantes en el proyecto, sobre temas de interés recogidos en las encuestas previas, con pautas para mejorar el bienestar físico y emocional.
-El equipo de mejora planificó en reuniones las actividades a realizar, además de comunicarlo al resto de integrantes del centro de Salud y al Consejo de Salud.
-La administrativa Milagros Martín confeccionó los pósters informativos que se difundieron por comercios, biblioteca, ayuntamiento y centro de Salud (incluyendo consultorios locales activos), además de realizar captación activa en consultas. El ayuntamiento de Biescas informó de la actividad desde su página web.
-En la primera sesión la Dra. Bosque explicó los síntomas de la menopausia y cómo afrontarlos, basándose en las guías de Atención a la Mujer en el Climaterio del Sistema Nacional de Salud avaladas por las sociedades científicas. En la segunda sesión la Enfermera Marisol Salcedo expuso las bases del Programa para promover hábitos de alimentación saludables del Gobierno de Aragón y las recomendaciones de promoción del ejercicio. En la tercera sesión Milagros Martín con técnicas audiovisuales nos explicó nociones básicas de Tai Chi y Qi Gong, entregando en CD y/o pendrive a los asistentes un video de iniciación para poder seguir practicando en domicilio. En la cuarta sesión la Dra. Bosque habló del stress y se practicaron ejercicios de Mindfulness. Se recogieron encuestas de satisfacción y sugerencias para proseguir con las actividades en el futuro.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

Durante las cuatro sesiones se registraron un total de 51 (18+16+6+11) participantes, aunque en la tercera sesión por la climatología no conseguimos el número de más de 10 personas que nos habíamos propuesto. Basándonos en la encuesta de satisfacción, el nivel de mejoría de bienestar emocional y en los conocimientos para mejorar la salud en la menopausia es muy satisfactoria, de 100%. Respecto al objetivo propuesto de incremento de actividad física nos es difícil valorarlo porque ha sido en un periodo corto de tiempo y quizás no era adecuado como indicador. En próximas reuniones del equipo de mejora intentaremos utilizar indicadores más concretos y más precisos de evaluar.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

El equipo de mejora está satisfecho con las actividades realizadas y por la alta satisfacción de las participantes.
Aspectos a mejorar: este proyecto hubiera tenido más difusión y posiblemente más duración y participación si el ayuntamiento, voluntarios de la Cruz Roja y la Comarca de Alto Gallego hubieran colaborado más activamente, ya que el Centro de Salud realizó la mayoría de las actividades, sin tener presupuesto de apoyo económico, y fuera de nuestro horario laboral, para su puesta en marcha. Creemos que el futuro de este proyecto debe continuar tras implicación de otras instituciones y que el Centro de Salud se ofrece para seguir impulsándolo pero no como los actores principales. En el Consejo de Salud así se convino y durante el primer trimestre iniciaremos reuniones con la Comarca y el ayuntamiento para mejorar el proyecto.

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/416 ===== ***

Nº de registro: 0416

Título
¿QUEDAMOS Y NOS CUIDAMOS?

Autores:
BOSQUE OROS ANNADEL, SALCEDO GIL MARISOL, PARGADA ORTIZ NURIA, MIRANDA ORTIZ ANA, GRACIA NERIN JOSE

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0416

1. TÍTULO

¿QUEDAMOS Y NOS CUIDAMOS?

Centro de Trabajo del Coordinador: CS BIESCAS-VALLE DE TENA

TEMAS

Sexo: Mujeres
Edad: Adultos
Tipo Patología: Trastornos mentales y del comportamiento
Otro Tipo Patología: climaterio
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos, Comunes de especialidad
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA

El equipo del Centro de Salud de Biescas, además de participar de forma activa en los proyectos actualmente vigentes, desea iniciar un nuevo proyecto comunitario que establezca contacto de los sanitarios con la población, y a partir de este proyecto surjan otros en el futuro.
Para conseguir que el equipo de trabajo sea interdisciplinar, se propone voluntarios entre los miembros del Consejo de Salud en noviembre de 2017.
La atención a la mujer en el climaterio está incluida en la cartera de servicios de este centro. Nos consta en nuestras consultas diarias una demanda muy frecuente de la mujer en periodo perimenopáusico por los diversos síntomas: insomnio, sofocos, depresión, aumento del riesgo cardiovascular, trastornos de la sexualidad, depresión y alteraciones cognitivas con fallos de memoria. La práctica de ejercicio físico tiene evidencia científica grado A para mejorar el estado físico y el bienestar emocional.

RESULTADOS ESPERADOS

-MEJORAR LA SALUD DE LA POBLACIÓN DE LA ZONA
-FOMENTAR LA ACTIVIDAD FÍSICA
-MEJORAR LA SALUD MENTAL DE ESTA POBLACIÓN PARA QUE AFRONTE ESTA ETAPA VITAL DE FORMA POSITIVA Y NORMALIZADA.
-DISMINUIR LOS TRATAMIENTOS FARMACOLÓGICOS FRENTE A LA PROMOCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO FRENTE A LA PROMOCIÓN DEL EJERCICIO, LA DIETA SALUDABLE Y LA RELAJACIÓN

MÉTODO

-Se realizará una actividad física moderada: paseo de 30 minutos, con estiramientos musculares y ejercicios de espalda sana, seguidos de una charla-coloquio de los sanitarios y participantes en el proyecto, sobre temas de interés recogidos en las encuestas previas, con pautas para mejorar el bienestar físico y emocional. Habrá difusión desde el centro de salud, el ayuntamiento de Biescas, y la Mancomunidad del Alto Gállego.
-Grupo destinatario: iniciaremos el proyecto de 45 a 55 años ambas inclusive que residan en la localidad de Biescas, sin excluir a cualquier persona que decida acompañarnos.
-Lugar de inicio: Entrada al Centro de Salud de Biescas, situado en Plaza Constitución sn.
-¿Cuándo? Todos los martes a las 12/30 horas del tercer cuatrimestre del año 2018, a partir del 4 de septiembre de 2018.

INDICADORES

-Número de participantes en el proyecto mayor de 10 personas en cada sesión
-Nivel de mejoría de bienestar emocional de los participantes de más del 80%.
-Nivel de mejora de conocimientos sobre esta etapa de la vida de más del 80 %.
-Incremento de la actividad física en más del 80% de los participantes.

DURACIÓN

-En segundo cuatrimestre de 2018, reuniones del equipo de trabajo y preparación de talleres.
-En tercer cuatrimestre de 2018, desarrollo de las actividades con la población
-En primer cuatrimestre de 2019 se evaluará el proyecto, con observador externo
-En segundo cuatrimestre de 2019, tras las conclusiones y modificaciones, se continuará con el proyecto .

OBSERVACIONES

Antigua línea: Salud Mental

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN:
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN:
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RECURSOS:
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) .:
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES:

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0428

1. TÍTULO

INTERVENCION EDUCATIVA BASADA EN LA MEJORA DE CONOCIMIENTOS SOBRE LA ACTUACION ANTE ENFERMEDADES CRONICAS Y EMERGENCIAS

Fecha de entrada: 26/02/2019

2. RESPONSABLE PAULA CLAVER GARCIA
· Profesión MEDICO/A
· Centro CS BIESCAS-VALLE DE TENA
· Localidad BIESCAS
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.
BOSQUE OROS ANNADEL
BOBE PELLICER MARIA ANGELES
MEAVILLA BINUE MARIA LOURDES

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Se planteo en las diferentes asiciacione vecinales del valle, asi como en el IES y colegio realizar una serie de sesiones, poniendonos en contacto con representantes de ellas. Las sesiones tenian el siguiente cronograma: sesiones de 3h (charla sobre las enfermedades cronicas mas prevalenes en infancia y adolescencia; charla sobre la actuacion ante difernetes urgencias me´dcias: PCR, DESA, _ICTUS, centrandonos en el reconocimiento de las situaciones y la respuesta de la poblacion a las mismas; y por ultimo una sesion practica de RCP). Tras las actividades eran dinamicas, primero los profesionales y posteriormente coloquio con los participantes y practica, se pasaba una encuesta de satisfaccion de 0 a 5 y una de adquisicion de conocimientos (20 preguntas tipo test de 3 respuestas validas), asi mismo se recogia opiniones tras la puesta en comun

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

Los objetivos eran: aumentar la formacion del profesorado respecto a enfermedades cronicas mas prevalentes en la infanci-adolescencia.
-Mejorar la actitud ante diferentes situaciones desfavorables en las que se pudieran encontrar el personal docente o personas de nuestro valle
-Favorecer la integracion de las personas con enfermerdades cronicas, mejorando la percepcion de estos procesos
-Valorar la adquisicion de habilidades en taller de RCP basica

Como indicadores se realizaba una encuesta de adquisicion de conocimientos, una valoracion del grado de satisfaccion siendo 0 nada satisfechi y 5 totalmente y finalmente la puesta en comun con dudas y opiniones

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

El planteamiento como se ha dicho se hizo a varias asociaciones y centros docentes, solo uno de ellos dio una respuesta positiva y se llevo a cabo la sesion con 33 personas en mes de Abril, siendo la actividad valorada muy positivamente por todos ellos y adquiriendo mejoria en los conocimientos de los objetivos detallados. No obstante el resto no quisieron realizarlas, nos hemos encontrado con el inconveniente que se trata de personas en activo que siempre planteabna realizar las actividades en jornadas tarde-noche, se intento acomodarnos pero resulta complicado pues se trata realiazar la actividad comunitaria fuera de nuestro horario laboral, no siempre teniamos disposicion personal y a esto se suma que dada la dispersion geografica de nuestro centro de salud, no podemos dejar sin atender los consultorios en horarios de mañana. Desde el personal medico se planteo esta actividad pero no ha habido colaboracion del resto del equipo por lo que llevar a cabo todas las sesiones si alguno no podia por fechas ha sido mas complicado. Ha existido por tanto una falta de colaboracion de parte del EAP asi como la dificultad de tener que realizar toda la actividad fuera de nuestro horario laboral, por la dispersion y por la falta de facilidad por parte de la DAP de compensar el tiempo extra de alguna manera.

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/428 ===== ***

Nº de registro: 0428

Título
INTERVENCION EDUCATIVA BASADA EN LA MEJORA DE CONOCIMIENTOS SOBRE LA ACTUACION ANTES ENFERMEDADES CRONICAS Y EMERGENCIAS

Autores:
CLAVER GARCIA PAULA, BOSQUE OROS ANNADEL, BOBE PELLICER MARIA ANGELES, MEAVILLA BINUE MARIA LOURDES

Centro de Trabajo del Coordinador: CS BIESCAS-VALLE DE TENA

TEMAS

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0428

1. TÍTULO

INTERVENCION EDUCATIVA BASADA EN LA MEJORA DE CONOCIMIENTOS SOBRE LA ACTUACION ANTE ENFERMEDADES CRONICAS Y EMERGENCIAS

Sexo: Ambos sexos
Edad: Todas las edades
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: URGENCIAS Y CRONICAS
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos, Comunes de especialidad
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA

El 24 de Junio del año 2015 se publica en BOA la necesidad de disponer de botiquin y medicamentos de urgencias en los centros educativos. Desde entonces detectamos preocupacion por parte del profesorado y en otros sectores (comarcas, asociaciones de vecinos...) ante la falta de conocimientos a la hora de actuar ante problemas de salud.

RESULTADOS ESPERADOS

- aumentar la formación del profesorado respecto a las enfermedades crónicas prevalentes en infancia-adolescencia
- mejorar la actitud ante situaciones desfavorables ante las que se encuentre el personal docente o personal de las asociaciones vecinales
- Favorecer la integración de las personas con enfermedades crónicas, mejorando la percepción sobre estos procesos
- Valorar el impacto de una intervención educativa sobre los conocimientos del personal alq ue se imparten las sesiones

MÉTODO

- Establecer contacto con las asociaciones vecinales, instituto y CRA del valle
- Ofertar charlas sobre las enfermedades cronicas mas prevalentes en infancia-adolescencia (1 sesión teórica)
- Ofertar charla sobre la actuacion ante diferentes urgencias medicas (1 sesión teórico-practica)
- Taller de RCP básica (1 sesión eminentemente practica)
- Encuesta de adquisición de conocimientos y satisfacción.

INDICADORES

- Valorar mediante encuesta la adquisición de conocimientos
- Valorar el grado de satisfaccion

DURACIÓN

- Sesiones teórico-practicas divididas en 3 bloques de 1 h de duración cada uno de ellos
- Se realizarann las sesiones a lo largo del año 2018

OBSERVACIONES

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN:
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN:
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS:
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) .:
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES:

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1069

1. TÍTULO

BAXANDO T'A ESCUELA

Fecha de entrada: 15/03/2019

2. RESPONSABLE MARIA DE LOPE ROMEO
· Profesión ENFERMERO/A
· Centro CS BROTO
· Localidad BROTO
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.

PIEDRAFITA CARILLA JOSE IGNACIO
PALAZON FRANCO MARTA
NAVARRO CABAÑAS GUIOMAR
RIVERA GUIRAL ESTEFANIA
BELLES LLERDA RAQUEL
TORRERO BESCOS YOLANDA
GUILLEN BELIO MARIA ELENA

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Una vez iniciado el curso escolar 2018-2019 se acordaron en reunión de equipo posibles temas a tratar pero han sido las propias AMYPAs y los centros escolares los que han solicitado del centro la colaboración del personal del Centro de Salud para acercar temas sanitarios de interés para la comunidad escolar que han sido preparados por miembros del equipo de mejora

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

Durante el primer trimestre del curso escolar 2018-2019 (último trimestre de 2018) se ha realizado una charla a petición de las familias sobre "Infestación por piojos"
En lo que llevamos de segundo trimestre se ha realizado una charla sobre primeros auxilios a alumnos de educación infantil y otra sobre nociones básicas de reanimación cardiopulmonar

Puesto que la evaluación final del proyecto está pensada a final del curso escolar, la encuesta de satisfacción no ha sido todavía pasada

En 2018 no ha sido posible convocar el Consejo de Salud de Zona

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

Las características de la población escolar al tratarse de escuelas unitarias con niños y niñas de diversas edades y la dispersión en tres núcleos que aunque pertenecientes al mismo Centro Rural Agrupado, llevan una programación de clases en ocasiones no coincidente dificulta realizar actividades específicas por grupos de edades y coordinarse con horarios escolares y del centro de salud .
No obstante continuaremos con el proyecto hasta final de curso con la idea de darle continuidad en los sucesivos cursos y que "Baxar t'a escuela" sea una constante en nuestra zona de salud.

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/1069 ===== ***

Nº de registro: 1069

Título
"BAXANDO T'A ESCUELA"

Autores:
DE LOPE ROMEO MARIA, PIEDRAFITA CARILLA JOSE IGNACIO, PALAZON FRANCO MARTA, NAVARRO CABAÑAS GUIOMAR, RIVERA GUIRAL ESTEFANIA, BELLES LLERDA RAQUEL, TORRERO BESCOS YOLANDA, GUILLEN BELIO MARIA ELENA

Centro de Trabajo del Coordinador: CS BROTO

TEMAS

Sexo: Ambos sexos
Edad: Niños
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: Prevención en poblacion sana
Línea Estratégica ..: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos ..: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque: -----

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1069

1. TÍTULO

BAXANDO T'A ESCUELA

Otro Enfoque.....:

PROBLEMA

Siguiendo la Estrategia de Atención Comunitaria en el Sistema de Salud de Aragón, promovida recientemente por el departamento de Sanidad, el Equipo de Atención Primaria de Broto quiere iniciar un proyecto dirigido a los niños y niñas en edad escolar (infantil y primaria) de nuestra zona de Salud.

En nuestra zona de Salud la escolarización en esas edades se realiza en el Centro Rural Agrupado "Alto Ara", al que pertenecen 4 centros escolares, en Broto, Torla, Fiscal y Boltaña, este último fuera de nuestra zona de salud. En el curso 2016/2017 se escolarizaron 176 alumnos (42 en Broto, 31 en Fiscal, 18 en Torla y 84 en Boltaña)*. El CRA "Alto Ara" pertenece a la Red Aragonesa de escuelas promotoras de la salud (RAEPS) y por ello entendemos que, a nuestro juicio, la colaboración con el CRA resulta ideal para nuestro primer acercamiento a la Atención Comunitaria.

Nuestra intención es acercar a las aulas mediante charlas y actividades orientadas según grupos de edades, una serie de temas que el Equipo de Atención Primaria propondrá inicialmente sobre estilos de vida saludable, alimentación, higiene y lavado de manos, higiene bucodental, primeros auxilios, nociones de RCP, prevención de consumo de tabaco y alcohol... etc, y que serán los propios profesores del CRA y las AMYPAS quienes decidirán qué temas les parecen más pertinentes de los propuestos o si prefieren que se hable de otro tema, y así hacerles partícipes en el desarrollo del proyecto.

*Fuente: opendata.aragon.es/servicios/cras/evolucion-alumnos

RESULTADOS ESPERADOS

El primer y más importante objetivo de este proyecto es acercar el Centro de Salud a la comunidad.

De manera más específica se espera que los niños y niñas hasta 12 años de nuestra zona de salud tomen conciencia de la importancia de llevar un estilo de vida saludable y aumenten sus conocimientos en los temas tratados.

Como objetivo secundario, aprovechando la difusión del proyecto y las relaciones con las AMYPAS, trataremos de reactivar el Consejo de Salud de Zona, que no se reúne desde hace más de tres años .

MÉTODO

Tras elaborar una lista de posibles temas a tratar, se contactará con la dirección del CRA "Alto Ara" y las AMYPAS para que elijan al menos tres temas que consideren de interés para sus alumnos/hijos.

El responsable de cada tema elaborará y diseñará una charla o planteará una actividad para llevar a cabo en función de la edad de los niños y niñas destinatarios. Así mismo diseñará un pequeño test de evaluación para los niños mayores de 6 años.

Se planificará una charla trimestral en cada una de las escuelas de nuestra zona (Fiscal, Broto y Torla). Al final de cada charla se pasará un test de evaluación a los mayores de 6 años .

Se realizará una encuesta de satisfacción entre los profesores del CRA y los padres después de la última charla del curso.

INDICADORES

Nº de Charlas/actividades realizadas. Se espera realizar al menos 3 en cada centro de nuestra zona durante el año académico. Fuente: Registro propio

Adquisición de conocimientos en los niños tras asistir a las charlas/actividades. Se espera que la media aritmética de los resultados en los tests de evaluación sea superior al 60% de la máxima nota posible.

Índice de satisfacción: Se espera que el resultado de las encuestas de satisfacción sea superior al 80%

Reunión del Consejo de Salud de Zona: Se espera que se realice hasta Junio de 2019 al menos una reunión.

DURACIÓN

Junio 2018: Elaboración de listado de posibles temas a tratar en las escuelas.

Junio 2018: Reparto de temas a preparar entre los componentes del equipo.

Junio 2018-Abril 2019: Preparación de exposiciones, charlas, material y/o actividades, cuestionarios de evaluación de cada tema y encuesta de satisfacción.

Septiembre 2018: Propuesta de temas a tratar a los profesores del CRA y las AMYPAS

Septiembre 2018: Elaboración de calendario definitivo de sesiones en las escuelas

Septiembre 2018 - Junio 2019: Realización de al menos una charla trimestral en cada uno de los centros de nuestra zona

Junio 2019: Evaluación y, según resultados, dar continuidad al proyecto en los siguientes cursos académicos

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1069

1. TÍTULO

BAXANDO T'A ESCUELA

OBSERVACIONES

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1069

1. TÍTULO

BAXANDO T'A ESCUELA

Fecha de entrada: 31/01/2020

2. RESPONSABLE MARIA DE LOPE ROMEO
· Profesión ENFERMERO/A
· Centro CS BROTO
· Localidad BROTO
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.
PIEDRAFITA CARILLA JOSE IGNACIO
PALAZON FRANCO MARTA
GUILLEN BELIO MARIA ELENA
FERNANDEZ SERON ITZIAR
LANAU LACORT ANA
BURRIEL MESEGUER ANA LUISA
PEREZ MARINAS RAQUEL

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Durante 2019 se han realizado tres reuniones del equipo de mejora para preparar las charlas que se iban a impartir.

Febrero de 2019: Charla en el colegio de Fiscal sobre primeros auxilios dirigida a niños de 3-7 años.

Marzo 2019: Charla en el Colegio de Broto sobre RCP básica dirigida a niños de 6 a 10 años

Diciembre 2019 : Charla en el Colegio de Broto sobre RCP básica dirigida a niños de 10 a 14 años

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

Según consta en los registros propios de nuestro centro de salud se han realizado un total de 3 charlas a lo largo del año 2019 que no llegan al estándar esperado de una charla por trimestre en cada colegio (Broto, Fiscal, Torla) A lo largo del año se desestimó realizar cuestionario de adquisición de conocimientos como se indicaba en el proyecto inicial ya que resultaba complejo dada la variabilidad de edades.

No se realizaron encuestas de satisfacción pero desde el equipo directivo del CRA Alto Ara han hecho llegar al centro la satisfacción del personal docente y de los alumnos.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

Aunque inicialmente costó esfuerzo preparar las charlas adaptadas a los distintos grupos de edad y coordinarse con un centro escolar rural con alta tasa de rotación de profesionales de un curso académico a otro para concretar fechas, ahora es el propio colegio el que demanda estas charlas dirigidas además de a niños y niñas, a monitores de comedor y personal docente, teniendo ya fechas acordadas para realizar otras dos en el primer mes de 2020. Es por ello por lo que consideramos que, después del esfuerzo inicial, merece la pena continuar con este proyecto al menos un año más para que posteriormente el propio colegio vaya asumiendo un papel más activo en la organización de estas charlas contando con la colaboración del grupo de Atención Comunitaria del Centro de Salud de Broto

7. OBSERVACIONES.

Durante 2019 se han producido varios cambios en el equipo inicial de mejora debido al traslado o jubilación de algunos profesionales. El equipo definitivo de mejora es el que consta en esta memoria

*** ===== Resumen del proyecto 2018/1069 ===== ***

Nº de registro: 1069

Título
"BAXANDO T'A ESCUELA"

Autores:
DE LOPE ROMEO MARIA, PIEDRAFITA CARILLA JOSE IGNACIO, PALAZON FRANCO MARTA, NAVARRO CABAÑAS GUIOMAR, RIVERA GUIRAL ESTEFANIA, BELLES LLERDA RAQUEL, TORRERO BESCOS YOLANDA, GUILLEN BELIO MARIA ELENA

Centro de Trabajo del Coordinador: CS BROTO

TEMAS

Sexo: Ambos sexos
Edad: Niños
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: Prevención en población sana
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1069

1. TÍTULO

BAXANDO T'A ESCUELA

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA

Siguiendo la Estrategia de Atención Comunitaria en el Sistema de Salud de Aragón, promovida recientemente por el departamento de Sanidad, el Equipo de Atención Primaria de Broto quiere iniciar un proyecto dirigido a los niños y niñas en edad escolar (infantil y primaria) de nuestra zona de Salud.

En nuestra zona de Salud la escolarización en esas edades se realiza en el Centro Rural Agrupado "Alto Ara", al que pertenecen 4 centros escolares, en Broto, Torla, Fiscal y Boltaña, este último fuera de nuestra zona de salud. En el curso 2016/2017 se escolarizaron 176 alumnos (42 en Broto, 31 en Fiscal, 18 en Torla y 84 en Boltaña)*. El CRA "Alto Ara" pertenece a la Red Aragonesa de escuelas promotoras de la salud (RAEPS) y por ello entendemos que, a nuestro juicio, la colaboración con el CRA resulta ideal para nuestro primer acercamiento a la Atención Comunitaria.

Nuestra intención es acercar a las aulas mediante charlas y actividades orientadas según grupos de edades, una serie de temas que el Equipo de Atención Primaria propondrá inicialmente sobre estilos de vida saludable, alimentación, higiene y lavado de manos, higiene bucodental, primeros auxilios, nociones de RCP, prevención de consumo de tabaco y alcohol... etc, y que serán los propios profesores del CRA y las AMYPAS quienes decidirán qué temas les parecen más pertinentes de los propuestos o si prefieren que se hable de otro tema, y así hacerles partícipes en el desarrollo del proyecto.

*Fuente: [opendata/aragon.es/servicios/cras/evolucion-alumnos](http://opendata.aragon.es/servicios/cras/evolucion-alumnos)

RESULTADOS ESPERADOS

El primer y más importante objetivo de este proyecto es acercar el Centro de Salud a la comunidad.

De manera más específica se espera que los niños y niñas hasta 12 años de nuestra zona de salud tomen conciencia de la importancia de llevar un estilo de vida saludable y aumenten sus conocimientos en los temas tratados.

Como objetivo secundario, aprovechando la difusión del proyecto y las relaciones con las AMYPAS, trataremos de reactivar el Consejo de Salud de Zona, que no se reúne desde hace más de tres años .

MÉTODO

Tras elaborar una lista de posibles temas a tratar, se contactará con la dirección del CRA "Alto Ara" y las AMYPAS para que elijan al menos tres temas que consideren de interés para sus alumnos/hijos.

El responsable de cada tema elaborará y diseñará una charla o planteará una actividad para llevar a cabo en función de la edad de los niños y niñas destinatarios. Así mismo diseñará un pequeño test de evaluación para los niños mayores de 6 años.

Se planificará una charla trimestral en cada una de las escuelas de nuestra zona (Fiscal, Broto y Torla). Al final de cada charla se pasará un test de evaluación a los mayores de 6 años .

Se realizará una encuesta de satisfacción entre los profesores del CRA y los padres después de la última charla del curso.

INDICADORES

Nº de Charlas/actividades realizadas. Se espera realizar al menos 3 en cada centro de nuestra zona durante el año académico. Fuente: Registro propio

Adquisición de conocimientos en los niños tras asistir a las charlas/actividades. Se espera que la media aritmética de los resultados en los tests de evaluación sea superior al 60% de la máxima nota posible.

Índice de satisfacción: Se espera que el resultado de las encuestas de satisfacción sea superior al 80%

Reunión del Consejo de Salud de Zona: Se espera que se realice hasta Junio de 2019 al menos una reunión.

DURACIÓN

Junio 2018: Elaboración de listado de posibles temas a tratar en las escuelas.

Junio 2018: Reparto de temas a preparar entre los componentes del equipo.

Junio 2018-Abril 2019: Preparación de exposiciones, charlas, material y/o actividades, cuestionarios de evaluación de cada tema y encuesta de satisfacción.

Septiembre 2018: Propuesta de temas a tratar a los profesores del CRA y las AMYPAS

Septiembre 2018: Elaboración de calendario definitivo de sesiones en las escuelas

Septiembre 2018 - Junio 2019: Realización de al menos una charla trimestral en cada uno de los centros de nuestra zona

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1069

1. TÍTULO

BAXANDO T'A ESCUELA

Junio 2019: Evaluación y, según resultados, dar continuidad al proyecto en los siguientes cursos académicos
OBSERVACIONES

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RECURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0583

1. TÍTULO

CURSO FORMATIVO EN SOPORTE VITAL BASICO Y USO DEL DESA

Fecha de entrada: 03/02/2019

2. RESPONSABLE DANIEL PEREZ DEL CASTILLO
· Profesión MEDICO/A
· Centro CS HECHO
· Localidad HECHO
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.
VAZQUEZ ECHEVERRIA ADELA
CASADO ORTIZ ROSARIO
ZUBIAURRE BASAS PILAR
GAVIN BLASCO ISABEL

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.
Se realizaron 2 cursos, en las localidades de Hecho y Anso, de 8 horas lectivas, cada uno en dos días de 4 horas. Dichos cursos fueron acreditados por el I. Colegio de Médicos de Huesca.
Se impartieron en la sala multiusos de Anso y en la residencia L, Ausin de Hecho.
Con muñecos y simuladores DESA del Colegio de Médicos de Huesca

5. RESULTADOS ALCANZADOS.
Nº de participantes que tenían previo un curso de DESA y SVB/ nº participantes= 6/20
Puntuación Media previa al test= 13/20
Puntuación Media posterior al test= 17,85 /20
Encuesta de satisfacción; 4,9 sobre 5
Se acreditaron con el certificado correspondiente del I.C.M. de Huesca a los 20 alumnos

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.
Estos cursos están avalados por su eficacia para salvar vidas, la dificultad estriba en que poblaciones alejadas de núcleos urbanos tienen muy difícil acceder a estas formaciones, además de la lejanía de recursos de UMES y UVIs móviles. El hacer accesibles estos cursos en el mundo rural, sacándolos de las ciudades es fundamental. Si que el mayor problema es la logística y gestión de material y simuladores del curso

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/583 ===== ***

Nº de registro: 0583

Título
CURSO FORMATIVO EN SOPORTE VITAL BASICO Y USO DEL DESA

Autores:
PEREZ DEL CASTILLO DANIEL, GAVIN BLASCO ISABEL, CASADO ORTIZ ROSARIO, VAZQUEZ ECHEVERRIA ADELA, ZUBIAURRE BASSAS PILAR

Centro de Trabajo del Coordinador: CS HECHO

TEMAS
Sexo: Ambos sexos
Edad: Todas las edades
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: personas mayores de 18 años sanos
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA
Necesidad sentida en nuestra población, y recogida en su desarrollo en el Consejo de Salud de Diciembre 2017, de educación sanitaria en el campo de la actuación ante la emergencia vital, que se incrementa al trabajar en una zona geográfica distante de los recursos sanitarios especializados o del hospital.

Consideramos muy pertinente la educación sanitaria en este campo, e incluimos el manejo del DESA, ya que desde los distintos consistorios están considerando la posibilidad de conseguir o comprar estos aparatos.

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0583

1. TÍTULO

CURSO FORMATIVO EN SOPORTE VITAL BASICO Y USO DEL DESA

RESULTADOS ESPERADOS

Población diana : toda persona mayor de edad que viva en los municipios pertenecientes al centro de Salud de Hecho. Se crearán grupos de 8-10 personas máximo en cada localidad.

Objetivos generales: Difundir normas básicas para la prevención de la enfermedad coronaria y de la muerte súbita cardíaca. Formación de los posibles "primeros intervinientes" en la cadena de supervivencia, para disminuir la mortalidad y secuelas que ocasionan las paradas cardíacas, impulsando estrategias dirigidas a la desfibrilación temprana.

Objetivos específicos: El curso tiene el objetivo de aportar los conocimientos y destrezas necesarios para poder realizar una primera atención de la parada cardiorrespiratoria, hasta el momento de la llegada de los equipos especializados.

MÉTODO

El curso se compone de una parte no presencial, en la que se dotará al alumno al menos con 15 días de antelación de material escrito referentes al SBV y a la Desfibrilación semiautomática.. Se complementa con una segunda parte presencial, con metodología ampliamente probada por la Sociedad Española de Medicina Intensiva, Crítica y Unidades Coronarias (SEMICYUC). La duración de la parte presencial será de 8 horas.

INDICADORES

Indicadores:

- 1)Numero de participantes en el curso que tenían ya un curso oficial de SVB o DESA previos./ Numero de participantes en el curso
- 2) Puntuacion obtenida en el test previo al curso/ Puntuacion obtenida en el test posterior al curso, que nos servirá como cuantificación del objetivo docente alcanzado.
- 3) Realización de una encuesta de satisfaccion, donde podremos igualmente cuantificar la mejora subjetiva detectada por los participantes en el curso.

DURACIÓN

Hemos elaborado un cronograma con el reparto de los tiempos asignados a la formación teórica (160 minutos) y a la formación práctica (300 minutos). Al terminar se realizará una evaluación final de los conocimientos adquiridos mediante un examen multitest de 20 items, cada una de ellos con 5 respuestas posibles, siendo solo una válida. Como instrumento de medida de los conocimientos adquiridos contemplamos la realización de un test previo al curso. Se realizarán en las localidades de Hecho y Ansó, con fechas previstas para los días 21 y 22 de Mayo en el primer grupo en la localidad de Hecho y 24 y 25 de Mayo en Anso.

En estos municipios se canaliza a través de los ayuntamientos y responsables sociales la difusión del curso y de las fechas de realización del mismo.

OBSERVACIONES

A las personas seleccionadas, que, cumpliendo los requisitos, asistan al curso se les extenderá el correspondiente Diploma certificado por el Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Huesca.

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RECURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0612

1. TÍTULO

"MENOS MINCHAR Y MAS MARCHAR". PASEOS SALUDABLES PARA OBESOS SEDENTARIOS

Fecha de entrada: 19/02/2019

2. RESPONSABLE VIRGINIA LOPEZ CORTES
· Profesión MEDICO/A
· Centro CS JACA
· Localidad JACA
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Se realizaron varias reuniones organizativas con los miembros del equipo, viendo dificultad en la participación por falta de tiempo e interés .

Al final, se ha decidido unirnos a otro activo de la comunidad, la asociación ASAPME en Jaca que ellos ya habian implantado con sus usuarios unos paseos saludables 1 vez a la semana para lo que realizamos unos carteles informativos y unas hojas de registro de participacion semanal que se inscriben en el servicio de admisión .

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

los resultados son satisfactorios con los planteados inicialmente, al unirnos con otro activo de la comunidad según consta en las hojas de registro

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

Realmente al unirnos a ASAPME creemos que realmente se hace medicina comunitaria en vez de crear un proyecto aislado desde el Centro de Salud se facilita la sostenibilidad y la posibilidad de que exista continuidad .

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/612 ===== ***

Nº de registro: 0612

Título
"MENOS MINCHAR Y MAS MARCHAR". PASEOS SALUDABLES PARA OBESOS SEDENTARIOS

Autores:
MORENO NARES PURIFICACION, LOPEZ CORTES VIRGINIA, LUZ MARTINEZ MARIA LUISA, MAÑE GODE MARTA, LALAGUNA PUERTOLAS MARIA, PALACIO BUEN PILAR, GUILLEN ANTON VICTORIA, JIMENEZ LORES ANTONIO

Centro de Trabajo del Coordinador: CS JACA

TEMAS

Sexo: Ambos sexos
Edad: Adultos
Tipo Patología: Enfermedades endocrinas, nutricionales y metabólicas
Otro Tipo Patología:
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA

EL EJERCICIO FISICO ES UN HÁBITO DE VIDA SALUDABLE IMPRESCINDIBLE PARA LA PREVENCION DEL RIESGO CARDIOVASCULAR, EL CUAL SE INCREMENTA DE FORMA EXPONENCIAL CUANDO ASOCIAMOS VARIOS FACTORES COMO PUEDE SER LA OBESIDAD .EN ESTOS PACIENTES QUE ADEMAS SUELEN ASOCIAR MULTIMORBILIDAD PUEDEN BENEFICIARSE DE ESTA HÁBITO YA QUE LA MAYORIA SUELEN SER SEDENTARIOS.

RESULTADOS ESPERADOS

FOMENTAR LA PRACTICA DE EJERCICIO FISICO EN PACEITNE OBESO SEDENTARIO. EL GRUPO ESTARA FORMADO POR PACIENTES CON CAPACIDAD FISICA QUE PERMITA CAMINAR AL MENOS 30 MINUTOS A RITMO LIGERO.

MÉTODO

SE OFERTARÁ ACTIVIDAD AL GRUPO 1 O 2 DIAS POR SEMANA, SEGÚN RECURSOS. LA CAPTACIÓN SE REALIZARÁ DESDE LAS CONSULTAS DE MEDICINA Y ENFERMERIA DE NUESTRO CENTRO DE SALUD

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0612

1. TÍTULO

"MENOS MINCHAR Y MAS MARCHAR". PASEOS SALUDABLES PARA OBESOS SEDENTARIOS

INDICADORES

INDICADOR Nº 1-- Nº DE PACIENTES QUE REALIZAN LA 1º MARCHA. VALOR MÍNIMO 4 VALOR MÁXIMO 10

INDICADOR Nº 2 --MEDIDO AL AÑO DE INICIO DEL PROYECTO

Nº DE PACIENTES QUE HAN REALIZADO MÁS DE 8 MARCHAS/ POR EL Nº DE PACIENTES QUE HAN PARTICIPADO : VALOR MINIMO 40% DE LOS PACIENTES AL INICIO

DURACIÓN

INICIO EN OCTUBRE 2018

RESPONSABLES LOS INDICADOS PREVIAMENTE

SIN FECHA FIN PROGRAMA

OBSERVACIONES

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0825

1. TÍTULO

ENVEJECIMIENTO ACTIVO: NUESTROS MAYORES ACTIV@S

Fecha de entrada: 06/02/2019

2. RESPONSABLE MARIA ELENA CHARTE ALEGRE
· Profesión MEDICO/A
· Centro CS PERPETUO SOCORRO
· Localidad HUESCA
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.

CAÑARDO ALASTUEY CLARA
BAYOD CALVO CONCEPCION
ORDAS BITRIAN MERCEDES
TORRES TRASOBARES MARIA LUISA
ESPEJO LORENTE MONICA
BESCOS GARCIA BLANCA
SANTOLARIA UBIETO MARIA JOSE

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Veinticinco sujetos han participado en el proyecto, 16 en el grupo experimental (9 hombres y 7 mujeres) que realizaron un entrenamiento multicomponente durante 5 meses, 3 sesiones/semana y 60-75 minutos/sesión; y 9 en el grupo control (9 mujeres) que continuaron con el mismo estilo de vida. Todos los sujetos eran mayores de 65 años y sin importantes limitaciones funcionales. Se controlaron variables antropométricas, constantes vitales, marcadores bioquímicos, capacidad funcional, tratamiento farmacológico y parámetros nutricionales. Se realizó una valoración de la condición física (pre y postintervención) mediante la batería Senior Fitness Test. Así mismo se realizó una valoración de la composición corporal (pre y postintervención) mediante Tanita, tallímetro y cinta métrica, encuesta de calidad de vida (cuestionario EUROQol-5D, sólo en el grupo experimental), analítica básica y capacidad funcional (valorada únicamente en el grupo experimental)

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

En cuanto al grupo experimental, el peso corporal ($p=0.285$), el IMC ($p=0.488$) y el índice cadera-cintura ($p=0.178$) tenían suaves disminuciones sin llegar a ser estadísticamente significativas. Por otro lado, la masa magra ($p=0.590$), la masa libre de grasa ($p=0.571$) y la masa ósea ($p=0.580$) aumentaron de forma leve sin que existieran diferencias significativas entre los valores antes y después del entrenamiento. Por su parte, sí que se obtuvieron reducciones estadísticamente significativas en el porcentaje de grasa corporal que se redujo un 0.9% ($p=0.000$), en la masa grasa 0.5 Kg ($p=0.036$) y en el perímetro de cintura 4.5 cm ($p=0.020$). La encuesta de calidad de vida (cuestionario EuroQol-5D) únicamente se pasó en el grupo experimental, donde se obtuvieron disminuciones significativas en el estado de depresión, reduciéndose 2 puntos ($p=0.025$). La capacidad funcional fue valorada específicamente en el grupo intervención, donde se observaron mejoras estadísticamente significativas en la capacidad funcional, un incremento de 1.25 puntos con una significación ($p=0.046$). También en el grupo experimental, se vio una disminución significativa de 11.2 mmHg en la TA sistólica ($p=0.001$). Respecto al grupo control, se observaron diferencias estadísticamente significativas en la puntuación del colesterol LDL que se redujo 5.8 mg/dl ($p=0.008$) y en la hemoglobina que se redujo 4.1 g/L ($p=0.023$). Por su parte, el grupo experimental mejoró en casi todos los parámetros, aunque solo se registraron diferencias significativas en el colesterol total que se redujo 7.9 mg/dl ($p=0.012$), en el colesterol LDL que disminuyó en 7.3 mg/dl ($p=0.004$), el colesterol HDL que aumento en 3.9 mg/dl ($p=0.016$) y por último, destacar el aumento que tuvo la vitamina D3 fue de 6.8 ng/ml ($p=0.046$). Aunque el grupo control haya reducido el colesterol LDL significativamente, la disminución del grupo intervención es mayor y con una significación más cercana al 0.000.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

En definitiva, parece que el entrenamiento multicomponente puede mejorar diversos aspectos de la salud y mantener la independencia durante el envejecimiento de los mayores.

7. OBSERVACIONES.

Con este proyecto se ha comenzado una colaboración muy interesante con la Facultad de ciencias de la salud y del deporte de la Universidad de Huesca y nuestro centro de salud, que va a continuar en el 2019, por lo que vamos a poder integrar este proyecto como una actividad comunitaria para ofrecer a los pacientes que cumplan criterios.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/825 ===== ***

Nº de registro: 0825

Título
ENVEJECIMIENTO ACTIVO: NUESTROS MAYORES ACTIV@S

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0825

1. TÍTULO

ENVEJECIMIENTO ACTIVO: NUESTROS MAYORES ACTIV@S

Autores:

CHARTE ALEGRE MARIA ELENA, CAÑARDO ALASTUEY CLARA, BAYOD CALVO CONCEPCION, ORDAS BITRIAN MERCEDES, TORRES TRASOBARES MARIA LUISA, ESPEJO LORENTE MONICA, BESCOS GARCIA BLANCA, SANTOLARIA UBIETO MARIA JOSE

Centro de Trabajo del Coordinador: CS PERPETUO SOCORRO

TEMAS

Sexo: Ambos sexos
Edad: Ancianos
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: Envejecimiento
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:

Otro Enfoque.....:

PROBLEMA

Hoy en día estamos observando un envejecimiento de la población debido al aumento de la esperanza de vida. Estas personas mayores sufren un deterioro de sus cualidades físicas que contribuyen a que disminuyan sus niveles de actividad física y consecuentemente también empeoran sus patologías de base. Desde nuestro Centro de Salud hemos visto que hay un porcentaje elevado de inactividad física entre nuestros pacientes y éste es mayor en el grupo de personas mayores de 65 años. Además, hay datos publicados que muestran que la inactividad física es la cuarta causa de muerte en el mundo (OMS, 2017). Por ello creemos que una intervención con actividad física en este grupo poblacional no solo va a mejorar la condición física sino también la calidad de vida y la composición corporal de estas personas. También se espera disminuir el uso de fármacos, la demanda asistencial... y consecuentemente una disminución del gasto sanitario. Este proyecto necesita la colaboración de un equipo multidisciplinar de profesionales que incluya a médicos, enfermeras y profesionales de la actividad física y del deporte. Para ello contamos con la colaboración de la Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte de la Universidad de Zaragoza.

RESULTADOS ESPERADOS

Mejorar la condición física y la calidad de vida de los pacientes mayores de 65 años del Centro de Salud Perpetuo Socorro que participen en la intervención, así como disminuir los niveles de inactividad física. Conseguir una adherencia a la actividad física en este grupo poblacional.

MÉTODO

Se realizará un entrenamiento multicomponente adaptado a la condición física de los participantes donde se trabajarán los componentes de la condición física relacionados con la salud (resistencia cardiorrespiratoria, fuerza y resistencia a la fuerza, equilibrio y flexibilidad) en sesiones de 60-90 minutos 3 veces por semana con una duración de 5-6 meses. Además de llevarán a cabo reuniones periódicas del Equipo de Atención Primaria e interdisciplinarias, iniciales y de seguimiento, para puesta en común EAP-investigadores. Este proyecto también permite estrechar lazos con la Universidad de Zaragoza.

INDICADORES

Se evaluará la condición física (pre y postintervención) mediante la batería Senior Fitness Test, así como la composición corporal (pre y postintervención) mediante Tanita, tallímetro y cinta métrica. Se pasará una encuesta de calidad de vida (cuestionario EuroQol-5D). Se medirá la capacidad funcional (índice de Barthel) y TAS, TAD y FC en reposo. También se valorarán posibles cambios analíticos (comparando la analítica pre y postintervención) y si hubiera un cambio en el número de asistencia a consultas (demanda), de ingresos, asistencia a urgencias, tratamiento farmacológico de patologías crónicas (según datos registrados en OMI-AP y HCE). Se valorará la alimentación mediante la cumplimentación del cuestionario de adherencia a dieta mediterránea. Se requerirá a los sujetos participantes una adherencia al programa que se definirá como la asistencia a más del 80% de las sesiones para realizar la evaluación y el análisis de la intervención.

DURACIÓN

Se pretende que el proyecto tenga una duración aproximada de un curso escolar. Inicialmente se hará una presentación del proyecto al EAP del Centro de Salud (1 ó 2 sesiones de 45-60 minutos), posteriormente se realizará el reclutamiento de sujetos (3 semanas) y se llevará a cabo la evaluación preintervención (2 semanas). La intervención tendrá una duración de unas 20-22 semanas. Finalmente se realizará la evaluación postintervención (2 semanas) y se hará el análisis de resultados (6 semanas). Se realizará una exposición de los resultados al finalizar (1 ó 2 sesiones). Se espera que este no sea un proyecto aislado, sino que tenga continuidad en el tiempo.

OBSERVACIONES

Pendiente de valoración por el Comité de Ética e Investigación Clínica de Aragón.

Valoración de otros apartados

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0825

1. TÍTULO

ENVEJECIMIENTO ACTIVO: NUESTROS MAYORES ACTIV@S

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1169

1. TÍTULO

FOMENTANDO EL AUTOCUIDADO DE LA MUJER EN LA COMUNIDAD

Fecha de entrada: 10/03/2019

2. RESPONSABLE MARIA PILAR SANCHEZ MOLINA
· Profesión MATRONA
· Centro CS PERPETUO SOCORRO
· Localidad HUESCA
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.

PAULES CUESTA ISABEL MARIA
BESCOS GARCIA BLANCA
CASTELLON CARRERA MARIA JESUS
FERNANDEZ PALMA BELEN
CORTES IZAGA MARIA
ALONSO MORTE JONATAN
URBANO PANADERO BEATRIZ

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Entre junio y octubre de 2018 se llevaron a cabo 3 reuniones de los miembros del equipo con las personas responsables de Caritas. Se diseñaron los talleres y se fijaron las fechas de los mismos durante el primer trimestre del curso. Los grupos de mujeres participantes los formaron desde la propia asociación. Para la elaboración de los talleres preparamos "power points" de cada tema y cuestionarios pre y post taller. Asimismo preparamos técnicas grupales: Brainstorming, fotopalabra, y role-playing. Se han realizado en total 6 talleres, cada taller lo formaban 2 grupos de aproximadamente 15 personas. Taller "Utilización correcta de servicios sanitarios, prevención de enfermedades crónicas y cv, hábitos saludables" Taller: " Vacunación en adultos y niños, cura de heridas". Taller "Salud de la mujer, prevención de ca-cx, ca-mama." Taller: "Planificación familiar, métodos anticonceptivos, planificar embarazo saludable" Taller: " Primeros auxilios: actuación ante situaciones de urgencia como quemaduras, atragantamiento, PCR,..." Taller: "Nutrición Saludable" . Hemos impartido una sesión clínica en nuestro centro de salud con el fin de transmitir el proyecto al resto del EAP.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

Nº Talleres realizados/ nº Talleres programados: 3/5 Fuente: propia
NºMujeres embarazadas: 6 Fuente: cuestionario
NºMujeres con seguimiento embarazo/nº mujeres embarazadas que han participado en el proyecto: 6/6 Fuente: cuestionario, HCE
Nº mujeres que aprueban utilizar método anticonceptivo/ nº mujeres con necesidad de anticoncepción que acuden al taller: 13/15 Fuente: cuestionario
Nº Mujeres con cribado de ca-cx realizado al finalizar el programa/ nº mujeres que participan en el programa con criterios de cribado: SIN MEDIR DE MOMENTO
Nº Mujeres que saben realizar ejercicios de suelo pélvico y lo incorporan a su rutina/mujeres que han participado en el taller: SIN MEDIR DE MOMENTO
Un nuevo indicador que podríamos incluir y que medimos con los cuestionarios realizados es:
nº mujeres que conocen como prevenir el ca-cx tras el taller/ nº mujeres participantes en el mismo: 25/34 Fuente: cuestionario

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

El proyecto del presente curso todavía no ha finalizado ya que la intervención que realizamos está incluida en un programa que tiene lugar durante el curso escolar por lo que hay indicadores que todavía no hemos podido evaluar ya que no se han impartido los talleres pertinentes que están programados en estos próximos meses de marzo a junio. Por otro lado nos hemos planteado la inclusión de nuevos indicadores a través de cuestionarios pre y post intervención, también sería útil el poder pasarlos de nuevo a los 3 meses. Hay indicadores que planteamos en el proyecto inicial que se podrían medir obteniendo datos de las historias de las personas que participan en el proyecto pero no tenemos los permisos pertinentes por lo que hemos elaborado otra manera de evaluar a través de cuestionarios. Por lo que en adelante podemos continuar con los indicadores que habíamos elegido y añadir otros relacionados a fin de poder evaluar los esfuerzos y hacer cambios donde se necesiten. Una aportación al proyecto ha sido que desde la organización, Cáritas, se nos propuso incluir a algunos varones en determinados talleres. Acudieron a 3 de los 6 talleres impartidos 4 varones/taller. Otra valiosa aportación al proyecto ha sido la inclusión e implicación de estudiantes de enfermería y nutrición y de médicos internos residentes de nuestro centro de salud, así como la inclusión de nuevos talleres no programados en el proyecto inicial pero que a través de las peticiones de los participantes hemos visto interesante realizar.

7. OBSERVACIONES.

Tenemos la duda de si podríamos obtener permiso para entrar en las HCE de las participantes para obtener datos que nos permitan medir algunos indicadores. Otra duda que nos surge es que la coordinadora del proyecto cambia de centro de salud, por una comisión de servicios, y querríamos saber si sería posible su continuidad en el proyecto aunque fuera como participante.

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1169

1. TÍTULO

FOMENTANDO EL AUTOCUIDADO DE LA MUJER EN LA COMUNIDAD

*** ===== Resumen del proyecto 2018/1169 ===== ***

Nº de registro: 1169

Título
FOMENTANDO EL AUTOCUIDADO DE LA MUJER EN LA COMUNIDAD

Autores:
SANCHEZ MOLINA MARIA PILAR, PAULES CUESTA ISABEL MARIA, CALVERA FANDOS LAURA, BESCOS GARCIA BLANCA, CASTELLON CARRERA MARIA JESUS, FERNANDEZ PALMA BELEN, VELILLA ALONSO TERESA, MUÑOZ JIMENEZ CONCEPCION

Centro de Trabajo del Coordinador: CS PERPETUO SOCORRO

TEMAS
Sexo: Mujeres
Edad: Adultos
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: salud de la mujer
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA
Desde las consultas de Atención Primaria percibimos que hay determinados colectivos, como son la etnia gitana, y las mujeres inmigrantes, que precisan de una mayor atención. Proporcionar una adecuada educación sanitaria para el autocuidado y la prevención es tarea ardua en la consulta individual y en la mayor parte de los casos no es suficiente y pensamos que sería muy enriquecedor poder llegar a estas personas a través de intervenciones educativas en la comunidad.

A través de la Asociación de vecinos del barrio Perpetuo Socorro conocimos el proyecto de Caritas con población en riesgo social. Dentro de dicho proyecto contemplan la realización de talleres de educación para la salud dirigidos específicamente a mujeres en situación de vulnerabilidad social y precisaban de personal sanitario para impartirlos.

En octubre de 2017 nos reunimos con la Trabajadora social y Educadora de Caritas y diseñamos un programa de intervención educativa para llevar a cabo durante el curso 2017-18. El programa incluyó talleres y charlas sobre : Salud de la mujer en las distintas etapas de la vida. Taller de métodos anticonceptivos. Taller de suelo pélvico. Talleres de nutrición que ha constado de 4 sesiones a cada grupo.

Dada la acogida por parte de las mujeres participantes y la evaluación positiva realizada por Caritas sobre la colaboración en su programa a través de estos talleres, nos planteamos el presente proyecto.

En la evaluación del programa llevado a cabo durante este curso, hemos observado una mayor cobertura en el cribado de ca-cx realizado en estas mujeres y un mayor acceso a información en métodos anticonceptivos. Asimismo hemos percibido la necesidad de empoderamiento y autoestima de las mujeres atendidas, por ello se planteó a la psicóloga residente de la USM colaborar en el proyecto.

RESULTADOS ESPERADOS
-Promover el empoderamiento de las mujeres a través de técnicas y métodos ajustados a sus necesidades.
-Mejorar el autocuidado de la mujer, dándoles a conocer diversos aspectos relacionados con la salud en las distintas etapas de la vida.
-Hacer una utilización racional y responsable de los recursos sanitarios.
-Conocer el censo de mujeres embarazadas en este colectivo.
- Objetivos específicos para cada taller.

MÉTODO
-Taller 1: Salud de la mujer en las distintas etapas de la vida: Informar y mejorar el conocimiento sobre la anatomía femenina, ciclo menstrual y principales formas de prevención de cáncer femenino. Embarazo saludable.

-Taller 2: Aspectos prácticos en la elección y utilización del método anticonceptivo.

- Taller 3: práctica de ejercicios del suelo pélvico.

-Taller 4: Mejorar la calidad nutricional de los platos. Aspectos a tener en cuenta a la hora de hacer la compra. Etiquetado. Grupos de alimentos y plato saludable. Este taller se llevarán a cabo en 4 sesiones, con la colaboración de estudiantes de nutrición en prácticas.

-Taller 5: Salud mental en la comunidad. Acceso, recursos y desarrollo de estrategias de afrontamiento y autoestima

INDICADORES
Nº mujeres embarazadas en este colectivo

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1169

1. TÍTULO

FOMENTANDO EL AUTOCUIDADO DE LA MUJER EN LA COMUNIDAD

Nº talleres realizados/ Nº talleres programados

Nº Mujeres que aprueban utilizar método anticonceptivo/ nºmujeres con necesidad de anticoncepción que acuden al taller.

Nº mujeres con cribado ca-cx realizado al finalizar programa/nºmujeres que participan en el programa con criterios de cribado.

Nº mujeres con seguimiento de embarazo realizado/ nº mujeres embarazadas que han participado en el proyecto.

Nº Mujeres que saben realizar ejercicios del suelo pélvico y lo incorporan a su rutina/ mujeres que han participado en el taller.

DURACIÓN

- Elaboración del programa y puesta en común con Trabajadora Social y Educadora de Caritas para la preparación de los grupos de participantes.(junio-octubre). Tres reuniones
- nº de charlas-talleres en función del número de participantes. Se trabajará con grupos de 8-12 personas. Comenzarán en octubre-noviembre y se llevarán a a cabo a lo largo del curso 2018-2019.
- Reunión en diciembre para seguimiento, evaluación de lo realizado hasta entonces y planificar los restantes talleres.
- Reunión abril-mayo para evaluación final y continuidad próximo curso

OBSERVACIONES

Es un proyecto en la comunidad y las mujeres que participan pertenecen a diferentes centros de salud de Huesca. Los objetivos específicos de cada taller no pueden ser expuestos por falta de espacio en el formulario.

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1504

1. TÍTULO

"ESTA SI QUE ES UNA SALA DE ESPERA QUE MOLA". PROCESO DE PARTICIPACION PARA LA MEJORA DE LA SALA DE ESPERA PEDIATRICA DEL CS PERPETUO SOCORRO

Fecha de entrada: 25/02/2019

2. RESPONSABLE LUIS CARLOS PARDOS MARTINEZ
· Profesión MEDICO/A
· Centro CS PERPETUO SOCORRO
· Localidad HUESCA
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.

SEBASTIAN BONEL MARIA FLOR
BROTO COSCULLUELA PURIFICACION
RODRIGUEZ CAMPODARVE VANESA
FUERTES FERNANDEZ-ESPINAR JORGE
SANCHEZ RODRIGUEZ MARIA LUISA

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Reunión general de coordinadores del Proyecto 29/09/2018, 25/10/2018, 20/11/2018 y 22/02/2019

Los objetivos de esta fase eran:

Informar, motivar y comprometer en el proceso a todas las personas implicadas en el mismo, niños y niñas, instituciones, personas adultas acompañantes,
Reconocer los espacios

Realizar un diagnóstico participativo de la situación actual de las salas de espera, explorando posibilidades de mejora.

Fechas: se ha realizado entre los meses de octubre de 2018 a febrero del 2019.

Lugar: en el Servicio de Pediatría del Centro de Salud Perpetuo Socorro ubicado en el Hospital Sagrado Corazón de Jesús y en el Colegio Pío XII

Trabajo de campo:

Niñas y niños de la Comisión de salud del Proyecto Ciudad de las niñas y niños de Huesca el 23/10/2018

Niñas y niños de la Ludoteca Candeleta el 27/11/2018

Pacientes y acompañantes que han acudido a nuestras consultas durante los días 27-29/11/2018 y del 3-5/12/2018

Niñas y niños de 1º de Primaria del Colegio Pío XII el 14-15/01/2019

Niñas y niños de 5 años del Colegio Pío XII el 28-29/01/2019

Niñas y niños de 3º de Primaria del Colegio Pío XII el 4-6/02/2019

El trabajo de campo ha consistido en información del contexto, la apertura de la mirada con otros ejemplos y la exploración del espacio con el sistema de Foto-voice. Se finalizaba con una sesión de relajación-visualización con grabación sonora de cómo sería la sala de espera que imaginan.

Se han elaborado diversos paneles con explicaciones del proyecto, ejemplos de cambios de otras salas de espera, posibles temáticas para su votación, y buzón de ideas.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

Participantes:

Han participado un total de 177 niños y niñas y 118 personas adultas acompañantes de los niños y niñas al Servicio de Pediatría.

Con los niños y niñas se recogieron sus aportaciones a través de entrevistas participativas apoyadas en los siguientes materiales:

Panel explicativo del proceso

Panel para valorar las posibles temáticas.

Panel para valorar aspectos que podrían hacer más agradable la sala de espera y las propuestas que ya teníamos.

Panel para otras ideas, sugerencias, etc. ambientado como un aeropuerto al que llegan esas ideas escritas en un papel en forma de aviones de papel.

Quedando los datos básicos del niño/niña (sexo, edad y procedencia) así como sus respuestas a las diferentes preguntas recogidas por la persona facilitadora en una hoja de registro.

En el caso de las personas adultas acompañantes se realizó a través de encuestas anónimas.

Los adultos también firmaban autorizaciones para la participación de los niños y niñas a los que acompañaban y que por edad y disponibilidad quisieran participar.

En este momento se están analizando todos los datos recogidos durante el trabajo de campo.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

La coordinación de los responsables en esta etapa está siendo óptima. Desde el inicio del proyecto se ha creado y fortalecido una red muy interesante de personas implicadas desde diversas entidades, con diversas disciplinas, con participación de niños de diversas edades, procedencias y situaciones personales, lo que hace del proyecto un proyecto de participación muy completo.

Se ha decidido que el proyecto sea parte de un estudio de Investigación Acción Participativa, para lo cual se ha incluido en el equipo a la profesora del Departamento de Preventiva y Salud Pública de la Universidad de Zaragoza, Elena Lobo.

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1504

1. TÍTULO

"ESTA SI QUE ES UNA SALA DE ESPERA QUE MOLA". PROCESO DE PARTICIPACION PARA LA MEJORA DE LA SALA DE ESPERA PEDIATRICA DEL CS PERPETUO SOCORRO

Efectos no previstos: hasta el momento no se han detectado.

Difusión realizada: de momento no realizada dado la fase del proyecto donde nos encontramos. Próximamente se colocarán carteles informativos, con los resultados que vamos obteniendo, en el pasillo de pediatría, con el objetivo de que los usuarios vean la evolución del proceso.

Línea de mejora: en la rama de investigación.

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/1504 ===== ***

Nº de registro: 1504

Título
"ESTA SI QUE ES UNA SALA DE ESPERA QUE MOLA". PROCESO DE PARTICIPACION PARA LA MEJORA DE LA SALA DE ESPERA PEDIATRICA DEL CS PERPETUO SOCORRO

Autores:
PARDOS MARTINEZ LUIS CARLOS, MARTINEZ OLIVAS SILVIA, SANCHEZ ARCUSA JOSE MIGUEL, GARRIDO JIMENEZ ISIDRO, SEBASTIAN BONED FLOR, AYLLON NEGRILLO ESTER, RODRIGUEZ CAMPODARVE VANESSA, SANCHO RODRIGUEZ MARIA LUISA

Centro de Trabajo del Coordinador: CS PERPETUO SOCORRO

TEMAS
Sexo: Ambos sexos
Edad: Niños
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: BIENESTAR EMOCIONAL
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA
Dentro del marco de cooperación estable que existe entre el CS P.Socorro y el CEIP Pío XII, una de las actividades consiste en la realización de visitas de los alumnos al CS donde los niños opinan sobre el área de pediatría. Una de las propuestas ha sido la modificación del espacio de la sala de espera.

La pediatría del CS P.Socorro ha apostado por apoyar el Proyecto de la Ciudad de las niñas y niños de Huesca. Una intervención de participación infantil donde los niños hacen oír su voz en los temas y las decisiones que les afectan.

El CS P.Socorro ha iniciado la identificación de los activos de salud dentro del marco de la Estrategia de At. Comunitaria en el Sistema de Salud de Aragón. Uno de ellos ha sido la ludoteca municipal. El proyecto propuesto entra dentro de su línea de actuación.

Al igual que el hogar, la escuela y el entorno, el CS puede ser un espacio de participación de los niños y niñas.

De este modo, la pertinencia del proyecto se basa en la participación de los niños y niñas del consejo de la Ciudad de las niñas y niños de Huesca, del CEIP Pío XII y de la ludoteca municipal Candeleta, en la remodelación de la sala de espera y pasillos del Área de Pediatría del CS Perpetuo Socorro.

RESULTADOS ESPERADOS
OBJETIVO GENERAL:
Desarrollar una estrategia de promoción de participación infantil en el Sistema Sanitario Público.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:
Escuchar de los niños y niñas las propuestas sobre las modificaciones que realizarían sobre la sala de espera y pasillos del área de pediatría del CS P.Socorro.
Transformar las opiniones de estos niños y niñas en acciones concretas.
Que se dé el apoyo de las Instituciones implicadas.
Que se den respuestas a corto o medio plazo a sus propuestas.

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1504

1. TÍTULO

"ESTA SI QUE ES UNA SALA DE ESPERA QUE MOLA". PROCESO DE PARTICIPACION PARA LA MEJORA DE LA SALA DE ESPERA PEDIATRICA DEL CS PERPETUO SOCORRO

Que sean los propios niños y niñas los que ejecuten el diseño y la realización de este proyecto.
Que los niños y niñas visualicen los resultados y conozcan el impacto de su participación

MÉTODO

Reunión con miembros del SARES de Huesca para la valoración y pertinencia del Proyecto.

Reunión informativa del Equipo de pediatría del CS Perpetuo Socorro con la Dirección de Atención Primaria y de Atención Especializada.

Reuniones periódicas entre responsables del Proyecto la Ciudad de las niñas y los niños de Huesca, el coordinador de las ludotecas, la dirección del CEIP Pío XII, representantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, y del CS del Perpetuo Socorro.

Visita de los niños y niñas a la segunda planta del Hospital Sagrado Corazón de Jesús, área de pediatría, acompañados por responsables de las instituciones implicadas y del personal de mantenimiento del Hospital.

Instalar en la sala de espera, coincidiendo con el periodo de visitas de los niños y niñas ya referidos, un "rincón de ideas" para los niños y niñas que la utilizan durante sus visitas médicas.

Además, y para "ampliar la mirada", se valorará la posibilidad de realizar una exposición de fotografías de salas de espera pediátricas amigables para que pudiera ser votada por los propios niños y niñas usuarios de nuestro CS.

Recogida de las propuestas que realicen los niños y niñas.

Estudio de las propuestas y su viabilidad. Se contará con la participación del personal de mantenimiento del Hospital.

En caso necesario, modificación de las propuestas y sesión con los niños y las niñas para su re-evaluación.

Realización de un presupuesto para su ejecución.

Aprobación del presupuesto.

Realización de las propuestas definitivas con la participación de los niños y niñas.

Se recogerá documentación audiovisual durante todo el proceso con el objetivo de difundir la experiencia.

INDICADORES

La importancia de este proyecto es el PROCESO PARTICIPATIVO. Por lo tanto, se valorará de forma cualitativa tanto el grado de participación de las instituciones implicadas como el de la participación infantil que se haya alcanzado.

Porcentaje de modificaciones realizadas en relación a las propuestas iniciales de las niñas y niños.

Porcentaje de propuestas realizadas en relación a las propuestas definitivas consensuadas

DURACIÓN

El proyecto en sí se desarrollará entre septiembre de 2018 y diciembre de 2019.

Durante el primer semestre de 2018

- se están realizando reuniones con los responsables de todas las instituciones implicadas.
- Se realiza presupuesto inicial.

En septiembre de 2018

- reunión formal con los responsables de las instituciones implicadas.
- preparación del material de consulta a las niñas y niños (rincón de las ideas, fotografías,).

Octubre a diciembre de 2018:

- visita de los niños al área de pediatría del CS. Propuestas iniciales.
- colocación en la sala de espera del "rincón de las ideas"
- exposición de fotografías de salas de espera pediátricas "amigables"
- establecer un sistema de evaluación de la sala de espera y pasillos con distintas técnicas para población infantil.

Enero-marzo de 2019:

- valoración de las propuestas iniciales y consensuar las propuestas definitivas a llevar a cabo.
- elaboración definitiva y aprobación del presupuesto

Abril-diciembre de 2019:

- compra del material necesario
- realización del trabajo

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1504

1. TÍTULO

"ESTA SI QUE ES UNA SALA DE ESPERA QUE MOLA". PROCESO DE PARTICIPACION PARA LA MEJORA DE LA SALA DE ESPERA PEDIATRICA DEL CS PERPETUO SOCORRO

OBSERVACIONES

Mejora de los procesos asistenciales que inciden en la salud y la calidad de vida de los pacientes. En concreto, se priorizarán los proyectos dirigidos a las siguientes áreas: Atención Comunitaria

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1504

1. TÍTULO

"ESTA SI QUE ES UNA SALA DE ESPERA QUE MOLA". PROCESO DE PARTICIPACION PARA LA MEJORA DE LA SALA DE ESPERA PEDIATRICA DEL CS PERPETUO SOCORRO

Fecha de entrada: 29/01/2020

2. RESPONSABLE LUIS CARLOS PARDOS MARTINEZ
· Profesión MEDICO/A
· Centro CS PERPETUO SOCORRO
· Localidad HUESCA
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.
SEBASTIAN BONEL MARIA FLOR
BROTO COSCULLUELA PURIFICACION
FUERTES FERNANDEZ-ESPINAR JORGE
AGON BANZO PEDRO
SIN ABIZANDA MARIA ASUNCION
VAL LECHUZ BELEN

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Durante 2019 se valoraron las propuestas iniciales de los niños/as, y se consensuaron las propuestas definitivas a llevar a cabo. Posteriormente se elaboró y aprobó el presupuesto para llevarlas a cabo.

Se ha realizado:

- el trabajo creativo con los niños/as de CEIP Pio XII, Ludotecas municipales y Consejo de las Niñas y los Niños para la decoración posterior de las salas de espera según las propuestas recogidas en el proceso participativo.

- la compra del material necesario. Los niños/as del Consejo, acompañados de adultos, fueron a comprar una selección de juegos para diversas edades como: domino, memory, tabu, naipes, bloques apilables, cubo Rubik y serpiente mágica.

Se han adquirido juegos de pared en concreto: laberinto de bolas magnéticas, espejo y tres laberintos de psicomotricidad fina.

Se han adquirido 15 libros para la minibiblioteca: libros cortitos, cuentos y cómics para diversas edades.

- la puesta a punto del espacio de la sala de espera para su posterior decoración por parte de los niños y niñas (trabajos de pintura base).

- se ha fabricado, con la implicación de los niños/as del Consejo, una estantería para los juegos.

- se ha valorado la esfera emocional a través de observación directa en la sala de espera y con una encuesta autorellenada por los niños/as en las consultas.

Para financiar los juegos y la pintura base del pasillo y salas de espera se ha utilizado la subvención otorgada en 2019 por la RAPPs.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

1º Se consensó valorar de forma cualitativa tanto el grado de participación de las instituciones implicadas (Ayuntamiento, Universidad, Departamento de Educación del Gobierno de Aragón y SALUD) como el de la participación infantil que se haya alcanzado.

En este aspecto, podemos decir que el grado de participación ha sido completo por parte de los integrantes de cada institución.

2º Porcentaje de modificaciones realizadas en relación a las propuestas iniciales de las niñas y niños.

Ha habido más de 500 propuestas a realizar. De ellas, se consensó no llevar a cabo el cambio de los asientos, colocación de una fuente de agua, aumentar el espacio, avisar a los pacientes por altavoz, colocación de algunos juegos, adquisición de ciertos elementos para hacer manualidades, lugar para dejar los carritos, una televisión y una máquina de bebidas.

3º Porcentaje de propuestas realizadas en relación a las propuestas definitivas consensuadas.

Se están realizando las propuestas consensuadas excepto el bajar la altura del mostrador.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

El calendario previsto se está llevando a cabo.

Hemos tenido problemas con el Consejo de la Ciudad de las niñas y niños de Huesca, ya que al equipo técnico con el que veníamos trabajando no se le renovó el contrato por parte del Ayuntamiento. Por lo tanto, hemos estado un tiempo sin interlocutores. Por suerte, en este momento, ya se han incorporado dos personas nuevas al Proyecto de la Ciudad de las niñas y niños, por lo que hemos podido comenzar a trabajar con ellos.

No hemos encontrado apoyo económico por parte del SALUD ni hemos conseguido que se baje la altura del mostrador (algo muy reclamado por los niños y por los propios trabajadores del centro). Tendremos que valorar otras vías para conseguirlo.

Durante este mes de enero de 2020 ya han comenzado a decorar las paredes los niños/as de la ludoteca y, a partir de febrero, acudirán del CEIP Pío XII.

El proyecto continúa adelante con mucha ilusión.

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/1504 ===== ***

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1504

1. TÍTULO

"ESTA SI QUE ES UNA SALA DE ESPERA QUE MOLA". PROCESO DE PARTICIPACION PARA LA MEJORA DE LA SALA DE ESPERA PEDIATRICA DEL CS PERPETUO SOCORRO

Nº de registro: 1504

Título
"ESTA SI QUE ES UNA SALA DE ESPERA QUE MOLA". PROCESO DE PARTICIPACION PARA LA MEJORA DE LA SALA DE ESPERA PEDIATRICA DEL CS PERPETUO SOCORRO

Autores:
PARDOS MARTINEZ LUIS CARLOS, MARTINEZ OLIVAS SILVIA, SANCHEZ ARCUSA JOSE MIGUEL, GARRIDO JIMENEZ ISIDRO, SEBASTIAN BONED FLOR, AYLLON NEGRILLO ESTER, RODRIGUEZ CAMPODARVE VANESSA, SANCHO RODRIGUEZ MARIA LUISA

Centro de Trabajo del Coordinador: CS PERPETUO SOCORRO

TEMAS
Sexo: Ambos sexos
Edad: Niños
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: BIENESTAR EMOCIONAL
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA
Dentro del marco de cooperación estable que existe entre el CS P.Socorro y el CEIP Pío XII, una de las actividades consiste en la realización de visitas de los alumnos al CS donde los niños opinan sobre el área de pediatría. Una de las propuestas ha sido la modificación del espacio de la sala de espera.

La pediatría del CS P.Socorro ha apostado por apoyar el Proyecto de la Ciudad de las niñas y niños de Huesca. Una intervención de participación infantil donde los niños hacen oír su voz en los temas y las decisiones que les afectan.

El CS P.Socorro ha iniciado la identificación de los activos de salud dentro del marco de la Estrategia de At. Comunitaria en el Sistema de Salud de Aragón. Uno de ellos ha sido la ludoteca municipal. El proyecto propuesto entra dentro de su línea de actuación.

Al igual que el hogar, la escuela y el entorno, el CS puede ser un espacio de participación de los niños y niñas.

De este modo, la pertinencia del proyecto se basa en la participación de los niños y niñas del consejo de la Ciudad de las niñas y niños de Huesca, del CEIP Pío XII y de la ludoteca municipal Candeleta, en la remodelación de la sala de espera y pasillos del Área de Pediatría del CS Perpetuo Socorro.

RESULTADOS ESPERADOS

OJETIVO GENERAL:
Desarrollar una estrategia de promoción de participación infantil en el Sistema Sanitario Público.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Escuchar de los niños y niñas las propuestas sobre las modificaciones que realizarían sobre la sala de espera y pasillos del área de pediatría del CS P.Socorro.
Transformar las opiniones de estos niños y niñas en acciones concretas.
Que se dé el apoyo de las Instituciones implicadas.
Que se den respuestas a corto o medio plazo a sus propuestas.
Que sean los propios niños y niñas los que ejecuten el diseño y la realización de este proyecto.
Que los niños y niñas visualicen los resultados y conozcan el impacto de su participación

MÉTODO

Reunión con miembros del SARES de Huesca para la valoración y pertinencia del Proyecto.

Reunión informativa del Equipo de pediatría del CS Perpetuo Socorro con la Dirección de Atención Primaria y de Atención Especializada.

Reuniones periódicas entre responsables del Proyecto la Ciudad de las niñas y los niños de Huesca, el coordinador de las ludotecas, la dirección del CEIP Pío XII, representantes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, y del CS del Perpetuo Socorro.

Visita de los niños y niñas a la segunda planta del Hospital Sagrado Corazón de Jesús, área de pediatría, acompañados por responsables de las instituciones implicadas y del personal de mantenimiento del Hospital.

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1504

1. TÍTULO

"ESTA SI QUE ES UNA SALA DE ESPERA QUE MOLA". PROCESO DE PARTICIPACION PARA LA MEJORA DE LA SALA DE ESPERA PEDIATRICA DEL CS PERPETUO SOCORRO

Instalar en la sala de espera, coincidiendo con el periodo de visitas de los niños y niñas ya referidos, un "rincón de ideas" para los niños y niñas que la utilizan durante sus visitas médicas.

Además, y para "ampliar la mirada", se valorará la posibilidad de realizar una exposición de fotografías de salas de espera pediátricas amigables para que pudiera ser votada por los propios niños y niñas usuarios de nuestro CS.

Recogida de las propuestas que realicen los niños y niñas.

Estudio de las propuestas y su viabilidad. Se contará con la participación del personal de mantenimiento del Hospital.

En caso necesario, modificación de las propuestas y sesión con los niños y las niñas para su re-evaluación.

Realización de un presupuesto para su ejecución.

Aprobación del presupuesto.

Realización de las propuestas definitivas con la participación de los niños y niñas.

Se recogerá documentación audiovisual durante todo el proceso con el objetivo de difundir la experiencia.

INDICADORES

La importancia de este proyecto es el PROCESO PARTICIPATIVO. Por lo tanto, se valorará de forma cualitativa tanto el grado de participación de las instituciones implicadas como el de la participación infantil que se haya alcanzado.

Porcentaje de modificaciones realizadas en relación a las propuestas iniciales de las niñas y niños.

Porcentaje de propuestas realizadas en relación a las propuestas definitivas consensuadas

DURACIÓN

El proyecto en sí se desarrollará entre septiembre de 2018 y diciembre de 2019.

Durante el primer semestre de 2018

- se están realizando reuniones con los responsables de todas las instituciones implicadas.
- Se realiza presupuesto inicial.

En septiembre de 2018

- reunión formal con los responsables de las instituciones implicadas.
- preparación del material de consulta a las niñas y niños (rincón de las ideas, fotografías,).

Octubre a diciembre de 2018:

- visita de los niños al área de pediatría del CS. Propuestas iniciales.
- colocación en la sala de espera del "rincón de las ideas"
- exposición de fotografías de salas de espera pediátricas "amigables"
- establecer un sistema de evaluación de la sala de espera y pasillos con distintas técnicas para población infantil.

Enero-marzo de 2019:

- valoración de las propuestas iniciales y consensuar las propuestas definitivas a llevar a cabo.
- elaboración definitiva y aprobación del presupuesto

Abril-diciembre de 2019:

- compra del material necesario
- realización del trabajo

OBSERVACIONES

Mejora de los procesos asistenciales que inciden en la salud y la calidad de vida de los pacientes. En concreto, se priorizarán los proyectos dirigidos a las siguientes áreas: Atención Comunitaria

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1169

1. TÍTULO

FOMENTANDO EL AUTOCUIDADO DE LA MUJER EN LA COMUNIDAD

Fecha de entrada: 30/01/2020

2. RESPONSABLE MARIA PILAR SANCHEZ MOLINA
· Profesión MATRONA
· Centro CS PERPETUO SOCORRO
· Localidad HUESCA
· Servicio/Unidad .. OBSTETRICIA Y GINECOLOGIA DE AP
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.

PAULES CUESTA ISABEL MARIA
BESCOS GARCIA BLANCA
VELILLA ALONSO TERESA
CORTES IZAGA MARIA
ALONSO MORTE JONATAN
URBANO PANADERO BEATRIZ
ESPEJO LORENTE MONICA

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

CENTRO SALUD PERPETUO SOCORRO Y CS SABIÑÁNIGO

De cara a favorecer la adecuada enseñanza sobre temas relacionados con la salud entre las mujeres de la comunidad, este proyecto se dividió en 2 fases. En la primera fase, desarrollada entre junio y octubre de 2018 se llevaron a cabo 3 reuniones entre los miembros del equipo y las personas responsables de Cáritas. De esta manera, se diseñaron los talleres y se fijaron las fechas de los mismos durante el primer trimestre del curso. La segunda fase transcurrió entre noviembre de 2018 y mayo de 2019, en la que se desarrollaron algunos talleres planteados inicialmente y otros que surgieron por parte de la población asistente a los mismos.

En el programa han participado un total de 40 mujeres provenientes sobre todo de Marruecos y Africa subsahariana, asimismo han participado mujeres de etnia gitana. Los grupos de participantes en cada taller los formaron desde la propia Asociación, procurando que hubiese diversidad en cada uno de ellos.

Para la elaboración de los talleres, los profesionales implicados y estudiantes que colaboraron, prepararon para cada taller presentaciones con diapositivas en formato digital y cuestionarios para la evaluación de los conocimientos antes y después de cada actividad. Asimismo se incorporaron técnicas grupales como brainstorming, fotopalabra y role-playing de cara a fomentar la colaboración de los asistentes.

Se desarrollaron en total 7 talleres. Cada taller se dividió en 2 grupos de aproximadamente 15 personas cada uno. Los temas desarrollados fueron los siguientes:

Taller 1: "Utilización correcta de servicios sanitarios, prevención de enfermedades crónicas y cardiovasculares, y hábitos saludables."

Taller 2: "Vacunación en adultos y niños, y cura de heridas".

Taller 3: "Salud de la mujer, y prevención de cáncer de cérvix y de mama."

Taller 4: "Planificación familiar, métodos anticonceptivos, y planificación de un embarazo saludable."

Taller 5: "Primeros auxilios: actuación ante situaciones de urgencia, resucitación cardiopulmonar básica, quemaduras, atragantamiento..."

Taller 6: "Nutrición Saludable". Este taller constó de 4 sesiones prácticas transcurridas entre los meses de abril y mayo de 2019, de 2 horas de duración cada una, en la cocina del Palacio Duquesa Villahermosa de la Obra Social Ibercaja.

Taller 7: "Prevención de disfunciones de suelo pélvico". Este taller se dividió en 2 sesiones realizadas con un intervalo de 6 meses para poder evaluar conocimientos y hábitos adquiridos.

Con el objetivo de que todos los miembros del Equipo de Atención Primaria conocieran en profundidad el proyecto, en marzo de 2019 se impartió una sesión clínica en el Centro de Salud Perpetuo Socorro, explicando la evolución de los talleres, resolviendo posibles dudas y fomentando la implicación de nuevos profesionales sanitarios.

Para finalizar el primer año de desarrollo del proyecto, en junio 2019 se realizó una evaluación conjunta con la Trabajadora Social del centro de Cáritas, y se programaron actividades para el presente curso 2019-2020, y así poder dar continuidad a la actividad. Desde la Facultad de Nutrición Humana y Dietética se interesaron por el proyecto dado que los alumnos de 4º del grado de nutrición que rotaron en nuestro centro de salud, llevaron a cabo los talleres de nutrición junto con las dos enfermeras responsables.

Se ha contado con la colaboración de la Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte de la Universidad de Zaragoza, el Ayuntamiento de Huesca y la Obra Social de Ibercaja.

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

Los objetivos específicos que nos habíamos marcado con cada taller han sido alcanzados en gran medida. Hemos podido comprobarlo a través de los cuestionarios entregados antes y después de cada actividad, y de las opiniones transmitidas por las participantes. Además las personas voluntarias de la Asociación, que siguen trabajando con las participantes a lo largo de la semana en otras actividades, nos han indicado que gracias a estos talleres pueden establecer relaciones de confianza con las participantes.

De esta manera, hemos visto que:

- Respecto al Taller "Planificación familiar, métodos anticonceptivos, y planificación de un embarazo saludable":
 - Un 70% ha mejorado el conocimiento sobre la anatomía del aparato reproductor.
 - Un 80% ha mejorado el conocimiento sobre los distintos métodos anticonceptivos así como la planificación de un embarazo saludable.

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1169

1. TÍTULO

FOMENTANDO EL AUTOCUIDADO DE LA MUJER EN LA COMUNIDAD

- Durante el taller identificamos algunas dificultades que expresaban las participantes a la hora de utilizar los métodos anticonceptivos: "no sabía cómo utilizarlo", "me daba miedo", "a una vecina le fue mal", etc..., que se han podido abordar en este taller, además de desmitificar opiniones y resolver dudas.
- En relación al Taller "Prevención de disfunciones de suelo pélvico":
 - Un 70% ha mejorado el conocimiento sobre la anatomía del suelo pélvico.
 - Un 80% ha mejorado el conocimiento hábitos saludables para prevenir las disfunciones del suelo pélvico.
- Y un 60% realiza de manera rutinaria ejercicios del suelo pélvico.
- Tras el Taller "Nutrición Saludable":
 - Los participantes han incrementado el conocimiento de los aspectos que contempla una alimentación saludable y las consecuencias sobre la salud que ello implica.
 - Han desarrollado destrezas culinarias mediante las elaboraciones planteadas.
 - Se ha capacitado al grupo para reconocer un producto saludable y nutricionalmente de calidad, mediante el etiquetado nutricional.
 - Han podido mejorar el empoderamiento individual comentando sus diferentes costumbres alimenticias en dependencia de su país de origen, y transmitiendo sus recetas personales a otras personas interesadas del grupo. Es importante destacar que hemos podido observar una cobertura de un 63,6% en el cribado de cáncer de cervix entre las participantes desde que comenzó el proyecto. Por otra parte, en las consultas del Centro de Salud se ha constatado una mayor asistencia para ampliar información sobre métodos anticonceptivos, y un mejor seguimiento del embarazo por parte de mujeres embarazadas. También se ha objetivado en dichas consultas un mayor interés sobre aspectos de alimentación saludable y hábitos de vida sana y equilibrada. Las participantes manifiestan en las consultas aplicar los conceptos aprendidos sobre una vida sana en su día a día, además de realizar de manera frecuente los ejercicios aprendidos para la prevención de trastornos de suelo pélvico.
- Con respecto al taller de salud mental, finalmente no lo hemos podido llevar a cabo por la falta de disponibilidad del profesional que iba a impartirlo. Las personas implicadas en el proyecto, también desde la Asociación, tanto trabajadores como voluntarios, detectamos la necesidad de incluirlo y poder trabajar con las participantes el fortalecimiento de la autoestima, la gestión de emociones, el manejo de la ansiedad, el empoderamiento... Está pendiente poder incluirlo en el nuevo curso académico.
- Indicadores:
 - N° talleres realizados/ n° talleres programados: 4/5 (Fuente propia).
 - N° mujeres embarazadas: 10 (Fuente: HCE, cuestionario).
 - N° mujeres con seguimiento embarazo/n° mujeres embarazadas que han participado en el proyecto:10/10 (Fuente: cuestionario, historia clínica electrónica).
 - N° mujeres que aprueban utilizar método anticonceptivo/n° mujeres con necesidad de anticoncepción que acuden al taller: 20/22 (Fuente: cuestionario).
 - N° mujeres con cribado de cáncer de cervix realizado al finalizar el programa/n° mujeres que participan en el programa con criterios de cribado: 21/33 (Fuente: historia clínica electrónica).
 - N° mujeres que saben realizar ejercicios de suelo pélvico y lo incorporan a su rutina/mujeres que han participado en el taller: 14/25
- Un nuevo indicador que hemos incluido y que medimos con los cuestionarios realizados es:
 - N° mujeres que conocen como prevenir el cáncer de cervix tras el taller/ n° mujeres participantes en el mismo: 26/34 (Fuente: cuestionario).

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

Con los datos que hemos recogido entre los 3 años que lleva en curso este proyecto, hemos podido comprobar que los talleres sirven para acercar la salud a la comunidad. Entre los talleres impartidos se han incluido 3 que no formaban parte de nuestro proyecto inicial y que fueron las propias participantes las que los propusieron. Es un aspecto muy positivo ya que las necesidades expresadas por las usuarias del proyecto han favorecido la participación activa de las mismas en las actividades programadas. Hemos añadido un nuevo indicador que hemos medido a través de cuestionarios antes y después de cada taller. Este indicador nos ha resultado útil para conocer que más de un 76,4% de las participantes conocen cómo prevenir el cáncer de cervix, si bien un 63,6% con criterios de cribado lo tienen realizado. De cara a próximas sesiones podemos abordar el tema para conocer cuáles son los motivos por los que algunas participantes no realizan el cribado e intentar disipar dudas, miedos etc... Existen indicadores que planteamos en el proyecto inicial que se podían medir obteniendo datos de las historias de las personas que participan en el proyecto, por lo que hemos pedido que nos dieran su consentimiento informado para acceder a dichos datos. Una aportación al proyecto ha sido la inclusión de algunos varones en determinados talleres, tal y como nos propuso la organización. Acudieron a 3 de los 7 talleres impartidos 4 varones/taller. Otra valiosa aportación al proyecto ha sido la inclusión e implicación de Médicos Internos Residentes de nuestro Centro de Salud y este último curso estamos contando también con la participación del Enfermero Interno Residente de Comunitaria en las actividades de continuidad del proyecto. Así mismo señalar la implicación y colaboración de estudiantes del Grado de Enfermería y del Grado de Nutrición. Este hecho ha supuesto que en el actual curso 2019-2020, la Facultad de Ciencias de la Salud y el Deporte se encargue durante todo el año de los talleres de nutrición, pasando a formar parte de contenidos prácticos específicos de la Facultad de Nutrición Humana y Dietética. Por último, al ser el tercer año que se desarrolla esta actividad en la Asociación de Cáritas, destacar que se pretende mantener, y así está siendo en el presente curso, como actividad del Centro de Salud en la que podrían implicarse otros profesionales sanitarios del centro.

7. OBSERVACIONES.

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1169

1. TÍTULO

FOMENTANDO EL AUTOCUIDADO DE LA MUJER EN LA COMUNIDAD

Hemos comprobado que realizar los talleres en la Asociación que Cáritas dispone en el barrio Perpetuo Socorro de Huesca ha supuesto una mayor respuesta e implicación de las mujeres, ya que lo perciben como un terreno amigable y propicio. La frecuentación a los talleres ha sido elevada, con alrededor de una asistencia de un 90% de las personas que estaban inscritas en cada taller.

Es importante reconocer el papel tan valioso que desarrollan las personas voluntarias de la Asociación, además de la Trabajadora Social y Educadora Social que han participado en la realización del proyecto. Destacar que dicha Asociación ha gestionado la colaboración de organismos como el Ayuntamiento de Huesca y la Obra Social de Ibercaja que han cedido el aula de dinámica y psicomotricidad del centro cívico del barrio y el aula de cocina respectivamente, donde hemos podido llevar a cabo talleres específicos.

También hemos observado como fortaleza del proyecto el acercamiento de la figura del sanitario a la población. Asimismo queremos resaltar la ayuda que nos brindó el SARES en la elaboración del proyecto.

La coordinadora del proyecto actualmente trabaja como matrona en centro de salud de Sabiñánigo pero mientras duró el proyecto estuvo en el centro de salud Perpetuo Socorro casi durante la duración total del mismo. Hemos señalado como centro de trabajo Centro de Salud los dos para evitar confusiones ya que el proyecto pertenece al AGC del CS Perpetuo Socorro.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/1169 ===== ***

Nº de registro: 1169

Título
FOMENTANDO EL AUTOCUIDADO DE LA MUJER EN LA COMUNIDAD

Autores:
SANCHEZ MOLINA MARIA PILAR, PAULES CUESTA ISABEL MARIA, CALVERA FANDOS LAURA, BESCOS GARCIA BLANCA, CASTELLON CARREERA MARIA JESUS, FERNANDEZ PALMA BELEN, VELILLA ALONSO TERESA, MUÑOZ JIMENEZ CONCEPCION

Centro de Trabajo del Coordinador: CS PERPETUO SOCORRO

TEMAS
Sexo: Mujeres
Edad: Adultos
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: salud de la mujer
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA
Desde las consultas de Atención Primaria percibimos que hay determinados colectivos, como son la etnia gitana, y las mujeres inmigrantes, que precisan de una mayor atención. Proporcionar una adecuada educación sanitaria para el autocuidado y la prevención es tarea ardua en la consulta individual y en la mayor parte de los casos no es suficiente y pensamos que sería muy enriquecedor poder llegar a estas personas a través de intervenciones educativas en la comunidad.

A través de la Asociación de vecinos del barrio Perpetuo Socorro conocimos el proyecto de Caritas con población en riesgo social. Dentro de dicho proyecto contemplan la realización de talleres de educación para la salud dirigidos específicamente a mujeres en situación de vulnerabilidad social y precisaban de personal sanitario para impartirlos.

En octubre de 2017 nos reunimos con la Trabajadora social y Educadora de Caritas y diseñamos un programa de intervención educativa para llevar a cabo durante el curso 2017-18. El programa incluyó talleres y charlas sobre : Salud de la mujer en las distintas etapas de la vida. Taller de métodos anticonceptivos.Taller de suelo pélvico.Talleres de nutrición que ha constado de 4 sesiones a cada grupo.

Dada la acogida por parte de las mujeres participantes y la evaluación positiva realizada por Caritas sobre la colaboración en su programa a través de estos talleres, nos planteamos el presente proyecto.

En la evaluación del programa llevado a cabo durante este curso, hemos observado una mayor cobertura en el cribado de ca-cx realizado en estas mujeres y un mayor acceso a información en métodos anticonceptivos. Asimismo hemos percibido la necesidad de empoderamiento y autoestima de las mujeres atendidas, por ello se planteó a la psicóloga residente de la USM colaborar en el proyecto.

RESULTADOS ESPERADOS

- Promover el empoderamiento de las mujeres a través de técnicas y métodos ajustados a sus necesidades.
- Mejorar el autocuidado de la mujer, dándoles a conocer diversos aspectos relacionados con la salud en las distintas etapas de la vida.
- Hacer una utilización racional y responsable de los recursos sanitarios.
- Conocer el censo de mujeres embarazadas en este colectivo.
- Objetivos específicos para cada taller.

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1169

1. TÍTULO

FOMENTANDO EL AUTOCUIDADO DE LA MUJER EN LA COMUNIDAD

MÉTODO

- Taller 1: Salud de la mujer en las distintas etapas de la vida: Informar y mejorar el conocimiento sobre la anatomía femenina, ciclo menstrual y principales formas de prevención de cáncer femenino. Embarazo saludable.
- Taller 2: Aspectos prácticos en la elección y utilización del método anticonceptivo.
- Taller 3: práctica de ejercicios del suelo pélvico.
- Taller 4: Mejorar la calidad nutricional de los platos. Aspectos a tener en cuenta a la hora de hacer la compra. Etiquetado. Grupos de alimentos y plato saludable. Este taller se llevarán a cabo en 4 sesiones, con la colaboración de estudiantes de nutrición en prácticas.
- Taller 5: Salud mental en la comunidad. Acceso, recursos y desarrollo de estrategias de afrontamiento y autoestima

INDICADORES

Nº mujeres embarazadas en este colectivo

Nº talleres realizados/ Nº talleres programados

Nº Mujeres que aprueban utilizar método anticonceptivo/ nºmujeres con necesidad de anticoncepción que acuden al taller.

Nº mujeres con cribado ca-cx realizado al finalizar programa/nºmujeres que participan en el programa con criterios de cribado.

Nº mujeres con seguimiento de embarazo realizado/ nº mujeres embarazadas que han participado en el proyecto.

Nº Mujeres que saben realizar ejercicios del suelo pélvico y lo incorporan a su rutina/ mujeres que han participado en el taller.

DURACIÓN

- Elaboración del programa y puesta en común con Trabajadora Social y Educadora de Caritas para la preparación de los grupos de participantes.(junio-octubre). Tres reuniones
- nº de charlas-talleres en función del número de participantes. Se trabajará con grupos de 8-12 personas. Comenzarán en octubre-noviembre y se llevarán a a cabo a lo largo del curso 2018-2019.
- Reunión en diciembre para seguimiento, evaluación de lo realizado hasta entonces y planificar los restantes talleres.
- Reunión abril-mayo para evaluación final y continuidad próximo curso

OBSERVACIONES

Es un proyecto en la comunidad y las mujeres que participan pertenecen a diferentes centros de salud de Huesca. Los objetivos específicos de cada taller no pueden ser expuestos por falta de espacio en el formulario.

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RECURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0743

1. TÍTULO

TALLERES DE SALUD COMUNITARIA

Fecha de entrada: 20/02/2019

2. RESPONSABLE MARIA TERESA PARALED CAMPOS
· Profesión ENFERMERO/A
· Centro CS SARIÑENA
· Localidad SARIÑENA
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.

GAZOL PERIZ YOLANDA
FELIPE VILLA BEATRIZ
LOPEZ TORRES ANA
BURGOS DIAZ MARIA VICTORIA
GABAS LARRUY MARIA ISABEL
PRIETO BONSON ROSA
NARRO EDUARDO

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Las actividades propuestas inicialmente y programadas dieron un pequeño giro en el mes de abril de 2018 cuando se nos propuso el AGC 2018. Realmente, toda nuestra actividad que iba dirigida hacia la participación activa en una feria agrícola y ganadera, para la promoción de la salud y prevención de la enfermedad, se dirigió hacia la elaboración de los recursos sociales para la creación de activos y la colaboración escolar

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

- El 9 de octubre se realiza una reunión de asociaciones y entidades de la zona con la representación de 27 entidades. A partir de aquí se elabora una base de datos con los mismos
- El 25 de octubre nos reunimos con los Servicios Sociales de la Comarca de los Monegros para poner en marcha el programa PPAP y con dos colegios (La Laguna de Sariñena y CRA Monegros Norte) pertenecientes a los colegios promotores de salud
- Se participa en las actividades ya iniciadas en estos colegios con los programas: "Taller de cocina" y "Aprendo a comer"
- Se programan para el 2019 tres campañas de salud. Para la difusión de las mismas se contará con los agentes de salud presentes en la base de datos, así como con los medios de comunicación locales.
- Se propone crear la Agenda Comunitaria

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

Uno de los objetivos principales de este proyecto ha sido contactar con la población y tratar de sacar la salud a la calle. Creemos que esto se está logrando y es por ello por lo que nuestro siguiente paso es la creación de una Agenda Comunitaria para el seguimiento y evaluación de las distintas participaciones sobre y con la población

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/743 ===== ***

Nº de registro: 0743

Título
TALLERES DE SALUD COMUNITARIA

Autores:
PARALED CAMPOS MARIA TERESA, GAZOL PERIZ YOLANDA, FELIPE VILLA BEATRIZ, LOPEZ TORRES ANA, BURGOS DIAZ MARIA VICTORIA, PRIETO BONSON ROSA, ABADIAS PEÑA MARINA, VERA BELLA CARMEN

Centro de Trabajo del Coordinador: CS SARIÑENA

TEMAS
Sexo: Ambos sexos
Edad: Todas las edades
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: Promoción y prevención de la salud
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0743

1. TÍTULO

TALLERES DE SALUD COMUNITARIA

PROBLEMA

4.- PROBLEMA U OPORTUNIDAD DE MEJORA SELECCIONADA

Incluir, al menos, importancia y utilidad del proyecto y métodos de detección y priorización empleados, la situación de partida, las posibles causas, las fuentes de información...

El Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, junto con las CCAA y sociedades científicas, ha elaborado la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS. Fue aprobada por el Consejo Interterritorial del SNS el 18 de diciembre de 2013, con el objetivo de conseguir ganar años de vida en buena salud y libres de discapacidad y se desarrolla en el marco de la Estrategia para el Abordaje de la Cronicidad en el Sistema Nacional de Salud (SNS) y tiene su vigencia hasta 2020.

El ámbito local es un lugar idóneo para mejorar la salud de la población, trabajando conjuntamente entre sectores y contando con la participación de la ciudadanía.

La estrategia elaborada para la implementación local supone la puesta en marcha y desarrollo de dos acciones clave que deben ir precedidas de la Adhesión del municipio a la Estrategia y que son:

Constitución de una mesa de coordinación intersectorial en el municipio.

Identificación de recursos para la promoción de la salud y la prevención en el municipio (mapeo de recursos)

Este proyecto está enfocado a abordar la segunda acción: identificación de recursos para la promoción de la salud y la prevención en los municipios pertenecientes a la Zona básica de salud de Sariñena (Sector I Huesca) y la participación en ellos.

RESULTADOS ESPERADOS

Informar a la población sobre la importancia del ejercicio físico y deporte para la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad

Informar a la población de los recursos locales para el desarrollo de la actividad física

Interactuar con asociaciones, instituciones y empresas locales para fomentar la prevención de la enfermedad y promoción de la salud

Dar a conocer a la población la importancia de la salud como bien comunitario.

Analizar la percepción del estado de salud de la población

MÉTODO

Elaboración de un documento "Queda con tu salud" en el que figuren los distintos recursos físicos para la práctica del ejercicio físico y el deporte en la ZBS.

Elaboración de dos postérs:

1. Recursos de asociaciones

2. Recursos físicos

Presentación de dicho documento en el entorno de FEMOGA 18 (Feria agrícola y ganadera de Monegros) aprovechando la captación, influencia y afluencia que esta feria tiene sobre la población de la zona.

Desarrollo de una jornada de salud encuadrada en la programación de dicha feria y basada en la oferta de actividades físicas para el curso 2018/19 por parte de asociaciones, clubes deportivos e instituciones privadas y públicas

Realizar el Cuestionario de salud SF12 a los participantes en dicha jornada

INDICADORES

1. N° de entidades (asociaciones, clubes, instituciones,...) que participan en la actividad

2. N° de personas que participan en la jornada de salud de la FEMOGA 18

3. N° de Cuestionarios SF12 realizados en dicha actividad

DURACIÓN

Mayo 18:

Elaborar las cartas informativas a los ayuntamientos y comarca para recoger la información de las posibles entidades colaboradoras

Responsables: M. Teresa Paraled Campos y Yolanda Gazol Pérez

Elaborar las cartas para solicitar la colaboración de las entidades.

Responsables: Ana López Torres y Eduardo Narro

Junio 18:

Recogida de información y respuesta de los entes colaboradores

Responsables: Maribel Gabas Larruy y Ana López Torres

Propuesta de actividad a FEMOGA 18

Responsables: M. Teresa Paraled Campos y M. Victoria Burgos

Julio 18:

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/0743

1. TÍTULO

TALLERES DE SALUD COMUNITARIA

Elaboración de documento "Queda con tu salud"
Responsables: M. Teresa Paraled Campos y Rosa Prieto
Elaboración de pósters
Responsables: M. Teresa Paraled Campos y Eduardo Narro

Reunión con las distintas entidades para organizar la jornada de salud
Responsables: M. Teresa Paraled Campos y Beatriz Felipe

Presentación del del documento "Queda con tu salud" en el marco de actividades de FEMOGA 18
Responsables: M. Teresa Paraled Campos Y Marina Abadías

Desarrollo de la jornada de salud en el marco de actividades de FEMOGA 18
Responsables: M. Teresa Paraled Campos y Marina Abadías

Noviembre 18:

Evaluación de resultados
Responsables: M. Teresa Paraled Campos

Presentación de resultados
Responsables: M. Teresa Paraled Campo

OBSERVACIONES

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN :
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN :
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS :
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) . :
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES :

*** ===== **

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1054

1. TÍTULO

QUEDADAS POR TU SALUD

Fecha de entrada: 22/02/2019

2. RESPONSABLE SARA BORNAO CASAS
· Profesión ENFERMERO/A
· Centro CS SARIÑENA
· Localidad SARIÑENA
· Servicio/Unidad .. ATENCION PRIMARIA
· Sector HUESCA

3. OTROS COMPONENTES DEL EQUIPO DE MEJORA.

NICAS FIANCES CARMEN
CORTES MARIA DOLORES
GIL GALAN SILVIA
BURGOS DIAZ MARIA VICTORIA
ULLOD BORRUEL MARIA JESUS
BROTO CARTAGENA ASCENSION
GRASA ANA

4. ACTIVIDADES REALIZADAS.

Mayo 18:

Crear el grupo de trabajo y programar reuniones semanales o quincenales con una línea de trabajo concreta

Junio y julio 18:

Elaboración de información para entregar en consulta. La actividad se realiza todos los viernes de 10 a 11h.

Lugar: centro de salud de sariñena

Elaboración de carteles informativos en el Centro de Salud

Elaboración de la agenda comunitaria en OMI con el registro de los pacientes incluidos en la actividad

La actividad incluye ejercicios de calentamiento, aeróbicos y estiramientos

Septiembre y Octubre 18:

Comunicar al EAP los criterios de inclusión y forma de derivación para acceder a la actividad

Diciembre 18:

Evaluación de los indicadores

5. RESULTADOS ALCANZADOS.

Realizar la actividad 1h/semana

Se ha realizado la actividad una vez a la semana

Nº de usuarios que acuden a las "Quedadas"

Acuden entre 6 y 8 pacientes semanales (100% de los derivados)

Encuesta de satisfacción tras 6 meses de participación

Valoración positiva

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

La participación y satisfacción por parte de los usuarios favorece la continuidad de este proyecto de calidad.

Queda pendiente fomentar la divulgación del mismo a través de los medios de comunicación

7. OBSERVACIONES.

*** ===== Resumen del proyecto 2018/1054 ===== ***

Nº de registro: 1054

Título

QUEDA POR TU SALUD

Autores:

BORNAO CASAS SARA, NICAS FIANCES CARMEN, CORTES MELERO MARIA DOLORES, GIL GALAN SILVIA, BROTO CARTAGENA ASCENSION, BURGOS DIAZ MARIA VICTORIA, ULLOD BORRUEL MARIA JESUS, GRASA ARNAL ANA

Centro de Trabajo del Coordinador: CS SARIÑENA

TEMAS

Sexo: Ambos sexos

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1054

1. TÍTULO

QUEDADAS POR TU SALUD

Edad: Adultos
Tipo Patología: Otro (especificar en el apartado siguiente)
Otro Tipo Patología: ATENCION AL ADULTA
Línea Estratégica .: Atención Comunitaria
Tipo de Objetivos .: Estratégicos
Otro tipo Objetivos:

Enfoque:
Otro Enfoque.....:

PROBLEMA

La ZBS de Sariñena se caracteriza por tener un 26,27% de población mayor de 65 años, con una bajo nivel socioeconómico y un 14% de población inmigrante.
La inactividad física supone, en sí misma, un factor de riesgo de mortalidad (el cuarto según la lista de FR atribuibles a la mortalidad según la OMS) independiente del resto de factores de riesgo. Es la responsable del 6% del total de las muertes
El riesgo de muerte no sólo se relaciona con la inactividad física. La mayoría de estudios demuestran que este riesgo aumenta cuanto peor es la condición física. Existe evidencia científica que pone de manifiesto la relación entre el sedentarismo, la inactividad física y el proceso de salud/enfermedad
Basándonos en el Plan estratégico para la promoción de la salud y prevención de la enfermedad: " La actividad física asocia múltiples beneficios para la salud, en todas las edades, en ambos sexos y en diferentes circunstancias socioeconómicas.
Ser físicamente activo es muy relevante para mejorar y mantener la salud de las personas, para la prevenir numerosas enfermedades crónicas y situaciones de riesgo y para mejorar el curso de algunas de ellas"
Consideramos como prioridad estratégica de trabajo en nuestra ZBS la necesidad de promover la actividad física.

RESULTADOS ESPERADOS

Concienciar a la población de la importancia que tiene la actividad física diaria sobre el proceso salud-enfermedad.
Aumentar la actividad física que realizan los individuos que no cumplen con las recomendaciones internacionales y reforzar su mantenimiento en aquellos que las cumplen
Dar a conocer las actuales recomendaciones del SNS sobre la actividad física.
Reducir el sedentarismo

MÉTODO

1. Crear un grupo de trabajo para la revisión de este proyecto y ajustarlo a las necesidades actuales
2. Informar al EAP de la oferta de este servicio en una de las sesiones que realiza los miércoles
3. Elaborar hojas informativas y/o marcapáginas sobre estrategias de promoción de salud y prevención para entregar en consulta
4. Hacer carteles informativos para el Centro de salud y consultorios
5. Informar a la población a través de los medios de comunicación locales y comarcales
6. Difundir la actividad desde el proyecto de calidad de "Talleres para la comunidad"
7. Difundir la actividad a través de las distintas asociaciones locales: mayores, mujeres, ...

Responsable: Sara Bornaio Casas

INDICADORES

Nº de usuarios que acuden a las "Quedadas"/nº de usuarios a los que se les ha recomendado dicha actividad (OMI registro de recomendación de ejercicio físico)
Nº de asistentes a las sesiones informativas en las diferentes asociaciones/Nº de asociados a las asociaciones convocadas
nº de usuarios que han acudido a las quedadas y que han incorporado el ejercicio físico en su vida diaria/nº de usuarios que han acudido a las quedadas

DURACIÓN

Mayo 18:
Crear el grupo de trabajo y programar reuniones semanales o quincenales con una línea de trabajo concreta

Junio y julio 18:

Elaboración de información para entregar en consulta
Elaboración de carteles informativos para el Centro de Salud y consultorios
Elaborar la información para transmitir a través de los medios de comunicación locales y comarcales

Septiembre y Octubre 18:

Comunicar al EAP la información generada para el cumplimiento de la actividad
Contactar con las distintas asociaciones locales

MEMORIA de PROYECTO DE MEJORA DE LA CALIDAD - 2018/1054

1. TÍTULO

QUEDADAS POR TU SALUD

Contactar con medios de comunicación local para la difusión de la actividad

Diciembre 18:

Evaluación de los indicadores y hacer un ejercicio de retroalimentación del proyecto

OBSERVACIONES

Valoración de otros apartados

MEJORAR REESULTADOS DE LA ATENCIÓN:
DISMINUIR RIESGOS DERIVADOS DE LA ATENCIÓN:
MEJORAR LA UTILIZACIÓN DE LOS RESURSOS:
GARANTIZAR LOS DERECHOS DE LOS USUARIOS (y > LA SATISFACCIÓN) .:
ATENDER LAS EXPECTATIVAS DE LOS PROFESIONALES

*** ===== **