



Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

242/2173 - COMUNIDAD LIMPIA, CUIDADA Y SALUDABLE

N. Martín Catalán^a, A. Carrera Noguero^a, A. Soriano Martínez^b, A. Gallego Royo^c y T. Murillo Aznarez^b

^aMédico de Familia. Centro de Salud Actur Oeste. Zaragoza. ^bEnfermera. Centro de Salud La Jota. Zaragoza.

^cMédico de Familia. Centro de Salud Arrabal. Zaragoza.

Resumen

Objetivos: Abordaje de aspectos de limpieza y cuidado de zonas comunes en una comunidad de vecinos. Disminución del consumo de tabaco e información de puntos de ayuda en el barrio. Instruir a los vecinos sobre primeros auxilios.

Metodología: El 29 de junio de 2017 se llevó a cabo la actividad “Comunidad limpia, cuidada y saludable” en una comunidad de viviendas de un barrio. En ella se trataron algunos de los temas que preocupan los vecinos y que han sido propuestos por ellos mismos con el apoyo de otros entes de la ciudad. En primer lugar se analizaron las áreas de la comunidad donde se genera más basura y se pensaron cuales eran los lugares más apropiados para la colocación de papeleras. Se marcaron esos puntos mediante dibujos de cubos de basura que habían pintado los más pequeños mientras se recogían las impresiones de la comunidad respecto a la implicación que tenía la contaminación en su bienestar. En una mesa informativa sobre tabaco, los vecinos podían encontrar folletos sobre ventajas y disminución de riesgos al dejar de fumar, ahorro que supone y consecuencias para la salud. Además podían medir su CO en aire espirado mediante un cooxímetro. Se realizó un taller de primeros auxilios, importante en una comunidad con mayoría de población infantil y un área con piscina, que se desempeñó según las curiosidades de los vecinos que se acercaron. Se explicó la RCP básica en adultos y niños, actuación ante epistaxis y hemorragias. Se utilizaron dos maniqués de niño y adulto para practicar.

Resultados: El centro de salud del barrio y sus características especiales por ser sede de la Unidad Docente y encargarse de la formación de médicos y enfermeras residentes, se convierte en activo de salud, como punto de apoyo para la promoción y la educación sanitaria.

Conclusiones: Existe una gran necesidad de unir a la población de las nuevas comunidades de vecinos tanto entre sí como con el sistema sanitario para garantizar el bienestar social en estas viviendas y evitar los riesgos de la mala convivencia.

Palabras clave: Comunidad. Salud. Primeros auxilios. Tabaco.