



Modelo de 'receta' que se entrega a los pacientes del centro de salud de Zabalzana que son derivados al centro cívico del barrio. Foto: Jorge Muñoz

# EL AMBULATORIO DE SALBURUA TAMBIÉN 'RECETARÁ' CENTRO CÍVICO DESDE EL 1 DE MARZO

● El programa impulsado hace un año en Zabalzana llega a la otra punta de Vitoria ● 50 personas, más de la mitad mujeres sin una red de apoyo social, se han beneficiado ya de la experiencia

✎ Carlos Mtz. Orduna

**VITORIA**— El Ayuntamiento de Gasteiz y Osakidetza van a extender a partir de la próxima semana a Salburua su colaboración para que los profesionales de atención primaria del centro de salud de este barrio receten acudir al cercano centro cívico. Esta iniciativa, puesta en marcha en mayo de 2023 en la otra punta de la ciudad, en Zabalzana, ha resultado exitosa. Hasta el punto de que medio centenar de personas han iniciado ya diferentes actividades para mejorar su salud física y mental por prescripción de sus referentes sanitarios.

Tal y como adelantó **DIARIO DE NOTICIAS DE ALAVA** hace ahora casi dos semanas, la entrega de estas particulares recetas va a llegar ahora también al vecindario del distrito del Este,

el segundo de la ciudad en sumarse a este programa. Serán, en concreto, a partir del próximo viernes 1 de marzo. "Así como suena, el personal médico de enfermería, pero también de fisioterapia o de salud mental prescriben a sus pacientes ir al centro cívico y ello se acompaña de una receta en la que se indica el tipo de actividad que más les conviene", contextualizó ayer la responsable de Gobierno abierto y Centros cívicos en Vitoria, Miren Fernández de Landa.

Aunque la red de centros cívicos de la ciudad tiene una amplia trayectoria de colaboración con los ambulatorios de los barrios y en la realización de actividades destinadas a mejorar la salud de la población, el Consistorio y la OSIAraba dieron un paso más con la puesta en marcha en Zabalzana de esta experiencia colaborativa.

En la receta que el personal sanitario entrega, marca el o los ámbitos que convendría trabajar a cada paciente: actividad física, bienestar emocional, alimentación, cultura o encuentro.

La facultativa de Zabalzana Etxebarri Liz Gómez fue la responsable de plasmar ese deseo de colaboración al centro cívico trasladando la voluntad del centro de salud de "recetar centro cívico". La acogida de la idea por parte del equipamiento municipal fue íntima y seguida y se diseñaron e imprimieron las recetas, semejantes a las que sirven para prescribir medicamentos, y se acondicionó el denominado punto de bienestar en el centro cívico, donde se atiende a las personas derivadas de un recurso a otro en horario de 10:30 a 13:30 horas.

Entre el 50 y el 60% de las personas que se han beneficiado del programa hasta la fecha son mujeres adultas, cuyas edades oscilan entre los 40 y los 60 años, que viven solas y carecen de una red de apoyo social. "Son personas que necesitan una buena alimentación, hacer ejercicio y conocer a más gente, relacionarse", según detalla el jefe del centro de salud de Zabalzana, Maxi Gutiérrez. En muchas ocasiones, ni siquiera sabían de la existencia del centro cívico o de lo que se puede llegar a hacer entre sus paredes.

Una vez acordadas con cada persona las actividades más adecuadas y de su agrado, se les ofrece el acompañamiento que precisan para arrancar con ellas y para hacer una valoración al cabo de un tiempo con el fin de comprobar si se ha acertado o prefieren nuevas experiencias.

En esa búsqueda por mejorar la salud y el bienestar, en los meses de experiencia en Zabalzana se ha comprobado que no todas las personas que reciben la receta acuden al centro cívico, pero entre las que sí lo hacen destacan esos problemas de soledad y ansiedad, de alimentación incorrecta o de falta de ejercicio.

Como consecuencia, el centro cívico de la zona Oeste de la ciudad ha acondicionado parte de su oferta para atender esas necesidades concretas. El centro cívico ha puesto en marcha cursos cortos, de alrededor de cinco sesiones, que sirven también de enganche a las personas que acuden al recurso con su receta. Entre otros, uno de gestión emocional, uno de alimentación y otro de marcha nórdica. Según el Consistorio, la experiencia piloto ha dado "buen resultado" y la valoración ha sido también "satisfactoria" por parte de los colectivos y personas que están haciéndolo posible y beneficiándose de ella. ●

## APUNTES

● **De Zabalzana a Salburua.** El Ayuntamiento de Gasteiz y la OSI Araba de Osakidetza van a extender a partir de la próxima semana a Salburua su colaboración para que los profesionales de atención primaria del centro de salud de este barrio receten acudir al cercano centro cívico. Será efectiva, en concreto, a partir del próximo viernes 1 de marzo. Esta iniciativa, puesta en marcha en mayo de 2023 en la otra punta de la ciudad, en Zabalzana, ha resultado exitosa. Medio centenar de personas han iniciado ya diferentes actividades en el centro cívico del barrio para mejorar tanto su salud física como mental por prescripción de sus referentes sanitarios. ● **Perfiles.** Entre el 50 y el 60% de las personas que se han beneficiado del programa hasta la fecha son mujeres adultas, cuyas edades oscilan entre los 40 y los 60 años, que viven solas y carecen de una red de apoyo social. En muchas ocasiones, ni siquiera saben de la existencia del centro cívico o de lo que se puede llegar a hacer entre sus paredes.

## LA FRASE

**MIREN FERNÁNDEZ DE LANDA**  
"LOS PROBLEMAS DE SALUD A VECES NO TIENEN UN ORIGEN ESTRICTAMENTE SANITARIO, SINO SOCIAL, Y AHÍ TAMBIÉN HACEMOS UNA IMPORTANTE LABOR"  
Responsable de Gobierno abierto y Centros cívicos en Vitoria