

Agents del canvi. Impulsem la teva salut



Memòria 2023


muralles salut


aceba
AUTOGESTIÓ EN SALUT

El CAP Muralles és un centre d'atenció primària que està gestionat pels mateixos treballadors des del mes d'abril de 2013, en el format d'autogestió que funciona a Catalunya des de l'any 1994 i que és conegut amb el nom de "EBA" (Entitat de Base Associativa).

Es tracta d'un model de gestió que promou l'empoderament i responsabilització dels professionals que hi treballem amb l'objectiu d'assolir els màxims nivells de satisfacció i qualitat en el servei, atès que som els propis professionals que atenem la ciutadania en el dia a dia els qui prenem les decisions organitzatives més adients per tal de satisfer de la millor manera possible les necessitats assistencials de la població.

Però no podem, ni volem, treballar sols. És per això que el CAP Muralles col·labora també donant suport a la Residència Geriàtrica Les Alzines, a la Casa de dones maltractades, Llar Natalis (acollida mares gestants amb risc d'exclusió social), CECAS (Centre Català de Solidaritat, per a persones que volen deixar el món de les drogues), entre d'altres.

La nostra organització creu fermament en el paper de l'Atenció Primària de Salut com a eix vertebrador de l'atenció al pacient, i apostem fort per ser un centre de salut fermament compromès en la sostenibilitat del sistema sanitari públic, un dels pilars bàsics del benestar de la nostra societat. Vetllem per l'optimització dels recursos del sistema i contribuïm a la seva supervivència.

Així doncs, quan vingueu al CAP Muralles el que us trobareu és un equip de professionals joves altament qualificats, en procés de formació constant i d'una alta vàlua humana que treballem coordinadament amb l'únic objectiu de donar la millor sortida possible als vostres problemes de salut i que promovem l'escolta activa de la nostra comunitat per anar-nos adaptant a allò que la ciutadania espera de nosaltres.

Autogestió en salut

Registre Central d'Assegurats 2023

Població RCA	19.975
Població atesa	17.852

Les Entitats de Base Associativa (EBA) som proveïdors del Servei Català de la Salut.

Prestem serveis de salut públics a la nostra població de referència, designada pel Departament de Salut (CatSalut).



Medicina de família	9,70
Infermeria d'adults	10,00
Tècnics en Cures d'Auxiliar d'Infermeria (TCAI)	3,00
Treball Social	1,00
Referent de Benestar Emocional i Comunitari (RBEC)	1,00
FisioAPiC	0,70
Dietista-Nutricionista	0,37
Atenció al Ciutadà / Admin.	14,00



Equip de Pediatria

Pediatres	1,59
Infermeria pediàtrica	2,00

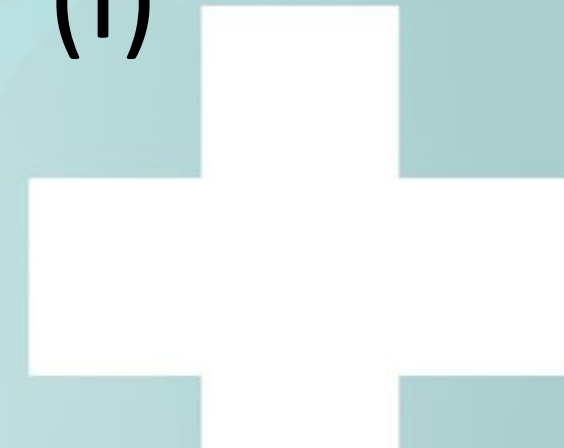
Odontologia

Odontòlegs	1,24
Higienista dental	0,60

Neteja	2,00
Manteniment	0,70

Activitat assistencial (I)

Modalitat de les visites i consultes ateses



Presencials	158.283
Telefòniques	52.128
E-consulta	61.314
Domiciliàries	10.342
Extraccions i mostres	23.407

Activitat assistencial (II)

Visites ateses per especialitat

Medicina de Família i Comunitària	129.545
Infermeria d'adults	80.943
Tècnics en Cures d'Auxiliar d'Infermeria (TCAI)	7.376
Treball Social	7.694
Unitat d'Atenció al Ciutadà	13.172

Activitat assistencial (III)

Equip de Pediatria

Pediatres	12.732
Infermeria pediàtrica	7.172

Odontologia

Odontòlegs	6.959
Higienista dental	354

Nous rols professionals

Referent de Benestar Emocional i Comunitari (RBEC)	1.403
FisioAPiC	1.056
Dietista-Nutricionista	1.287

Activitat comunitària (I)

Xerrades i tallers grupals dirigits a la població

Al centre

- Grup de suport a l'alletament matern i cura del nadó
- Grup de massatge infantil
- Xerrada Sexualitat més enllà de la malaltia
- Xerrada Sexualitat madura, sexualitat rica
- Xerrades de salut oral

A escoles

- L'oca de les emocions
- Sexe i diversitat
- Pla d'equitat menstrual
- Gestió de l'estrès davant les PAU
- I tu, com estàs canviant?
- I tu, què en saps? (fomentar autoconeixement per gestionar les relacions interpersonals)
- Juguem? (gestió emocional i relacions interpersonals)

A entitats del barri

- Descobreix la Tarragona saludable
- Activa't: anem a caminar

Activitat comunitària (II)

Sessions i tallers grupals dels nous rols professionals

RBEC

- Xerrada Gana emocional
- Xerrada Estils parentals
- Taller de benestar laboral
- Xerrada Exercita el teu cervell
- Xerrada Coneix-te a tu mateix: millora la teva autoestima
- Taller de relaxació (25 sessions)
- Taller Malestar laboral (9 sessions)
- Grup de gestió emocional
- Grup de benestar emocional (19 sessions)
- Taller de memòria (36 sessions)
- Xerrada Relacions i intel·ligència emocional
- Grup d'ansietat lleu (8 sessions)

FisioAPiC

- Activitat grupal adreçada a persones amb dolor lumbar crònic inespecífic (8 edicions)
- Activitat grupal adreçada a persones amb dolor cervical i dorsal inespecífic (4 edicions)
- Activitat grupal adreçada a persones amb dolor d'espatlla (6 edicions)
- Activitat grupal adreçada a persones amb dolor de genoll i/o maluc (3 edicions)
- Activitat grupal adreçada a persones amb dolor persistent (2 edicions)
- Activitat grupal d'esquena saludable mitjançant el mètode pilates
- Activitat grupal d'exercici terapèutic per a persones amb obesitat (10 sessions)
- Taller formatiu sobre mites i realitats del mal d'esquena
- Grup A l'estiu mantingue't actiu
- Descobreix la Tarragona saludable: ruta per la Tarraco antiga
- Taller de prevenció de lesions

Diestista-Nutricionista

- Nodreix-te per prevenir el risc de càncer
- Gana i sacietat
- Menopausa: claus en alimentació
- Comprar barat
- Afrontar els antulls
- Nodreix el teu cervell
- Àpats saludables, l'esmorzar fàcil
- Àpats saludables, dinar equilibrat
- Àpats saludables, sopar ràpid
- Alimentació saludable en la obesitat
- Alimentació en prevenció del risc cardiovascular
- Alimentació en situacions i problemes digestius
- Alimentació saludable en l'envelliment
- Alimentació complement. en la primera infància
- Alimentació nefrosaludable
- Eines i trucs dietètics per prevenció i control de la diabetis
- Seguiment del grup d'alimentació en obesitat i risc cardiovascular

Activitat comunitària (III)

Sessions i tallers grupals dels nous rols professionals

Activitats compartides

- Gana i sacietat
- Taller formatiu sobre vida saludable, alimentació i activitat física
- Planificació de menús per al grup de benestar emocional
- Sessió d'alimentació grup fibroactiva't
- Grup de cuidadors/es
- Trenquem mites (activitat física i alimentació): el concurs!
- Alimentació en situacions d'estrés
- Afrontar els antulls

Prescripció farmacèutica en receptes

Cost/usuari consumidor	Cost/recepta	Receptes/usuari consumidor
320,11	12,16	26,32

Despesa farmacèutica

Del centre	4.562.608,86
De l'AGA	58.133.691,51

Formació i promoció professional (I)

Accions formatives dirigides als professionals.

En formació interna i externa hem realitzat un total de 43 activitats formatives.

- Mites i llegendes dels èczemes
- Cas sobre l'eutanàsia
- Tractament de biofilm bacterià i control de la infecció
- Urgències pediàtriques. Novetats, errors i aspectes pràctics
- Urgències en cures pal·liatives
- Prevenció de riscos laborals
- Exploració d'espatlla
- Pinzellades de Treball social
- Sessió Intranet
- Assertivitat
- Protecció de dades (RGPD)
- Cirurgia menor ambulatoria
- Abordatge en nutrició de la simptomatologia digestiva
- Reanimació cardiopulmonar (avançat)
- Què farem amb la vitamina D?
- Recordatori de la cartera de serveis de la USL a AP

- Actualització en insuficiència cardíaca
- Dolor lumbar
- Atenció al/la pacient trans
- ARES – GID
- Document de voluntat anticipades
- Abordatge dels canvis cap a una alimentació saludable
- Infeccions de transmissió sexual
- Registre vacunació
- Higiene postural
- Violència: detecció d'un possible maltractament
- Violència masclista
- Sospita de maltractament a gent vulnerable
- Maltractament infantil, prenatal i mutilació genital
- Gestió de l'estrès
- Vacunació sistemàtica i no sistemàtica
- Tècniques de relaxació
- Codi IAM

Formació i promoció professional (II)

Accions formatives dirigides als professionals.

- Codi ICTUS
- Bolquers
- Monitoratge continu de la glucosa (MCG)
- Gestió de la demanda urgent. Taller de neurologia i respiratòria
- Vacunació sistemàtica i no sistemàtica
- Sensibilitat antimicrobiana
- Guia de pràctica clínica en cervicàlgies
- Derivació a nutrició
- Abordatge en nutrició de la simptomatologia digestiva
- Abordatge en nutrició dels canvis cap a una alimentació saludable

Facilem i participem en la formació dels professionals del futur

Estudiants de pregrau	Estudiants de cicles formatius
16	1

Convenis Universitaris



UNIVERSITAT
ROVIRA I VIRGILI



Acollim estudiants universitaris de...

- Medicina de la URV
- Infermeria de la URV
- Treball social de la URV

Acollim estudiants de cicles formatius de...

- Institut Cal·lípolis Tarragona

Xarxa de coneixement

Participem en congressos i jornades del sector

- Pòster: “Circuit de garanties de recepció i gestió documental”
- Pòster: “Centrifugació de les mostres sanguínies”
- Pòster: “Protecció infants”
- Comunicació: “Atenció a la diversitat de gènere”
- Comunicació: “A propòsit de l’eutanàsia”
- Comunicació: “Comuni-què?”



Participació en assaigs clínics

FÀRMAC (Estudi Victorion-1-Prevent. de prevenció d'events cardiovasculars en pacients amb risc cardiovascular alt sense events previs).

Objectiu: Demostrar la superioritat del nou fàrmac sobre placebo en la reducció de les morts cardiovasculars, infart de miocardi no fatal, ictus no fatal, i revascularitzacions coronàries urgents.

Data inici:	31/10/2023
Data fi:	en curs
Pacients seleccionats:	4
Pacients que continúen:	4
Pacients randomitzats:	4
Pacients exclosos:	0
Pacients retirat consentiment:	0
Promotor:	NOVARTIS
Investigador principal:	Dr. Xavier Alpiste
Segon investigador:	Dr. Xavier Bria
Infermer/a:	Sra. Rosa Margarit / Sr. Xavier Marín
Study Coordinator:	Sra. Sílvia Fabregat / Sra. Mar Vicente

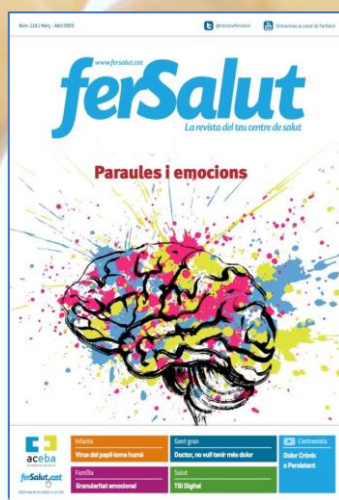


Divulgació en salut

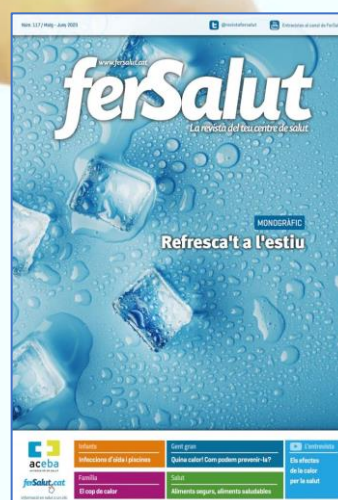
Participem en el Comitè Editorial de la publicació,
elaborant i promocionant continguts en salut per la població.



LINK: 115 – GEN-FEB



LINK: 116 – MARÇ-ABRIL



LINK: 117 – MAIG-JUNY



LINK: 118 – JUL-AGOST



LINK: 119 – SET-OCT



LINK: 120 – NOV-DES

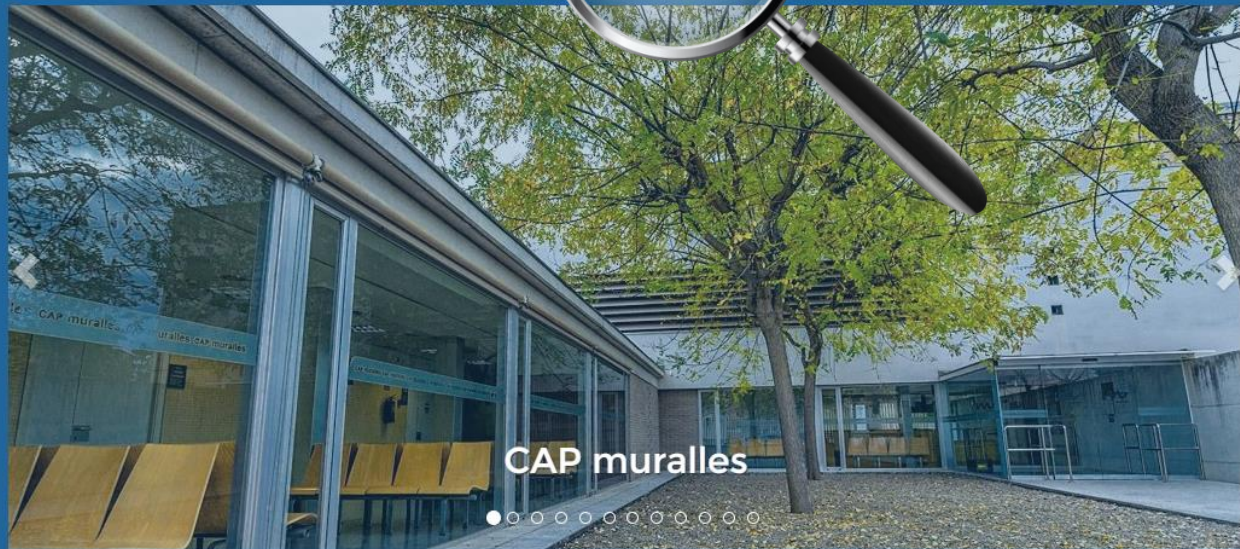
Transparència i compromís

Pàgina web: <https://www.murallessalut.cat>


muralles salut

INICI CENTRE SERVEIS CIUTADANS TREBALLA AMB NOSALTRES NOTÍCIES CONTACTA

TRANSPARÈNCIA


CAP muralles

HORARI CENTRE
Dilluns a divendres - 8.00 - 20.00
Dissabtes no festius - 8.00 - 15.00
[On som](#)

PROFESSIONALS
Consulta els horaris i la ubicació dels professionals assistencials.
[Horaris](#)

PROGRAMACIÓ DE VISITES
Telèfon 977 249 404
En cas que les nostres línies estiguin ocupades, podeu deixar un missatge de veu al nostre contestador i nosaltres contactem amb vostè tan aviat com ens sigui possible.
[Demana hora](#)

URGÈNCIES
061 CatSalut Respon

CODI BON GOVERN

- Codi de Bon Govern d'ACEBA
- Codi ètic
- Estatuts de la societat
- Codi ètic dels Socis Muralles Salut
- Reglament Consell Administració Muralles Salut
- Missió, visió i valors

ORGANITZACIÓ INSTITUCIONAL I ESTRUCTURA ADMINISTRATIVA

- Organigrama
- Pla estratègic
- Aliances
- Selecció i avaluació de proveïdors
- Principals proveïdors assistencials

INFORMACIÓ ECONÒMICA

- Comptes anuals
- Contracte CatSalut
- Auditories

GESTIÓ DE RECURSOS HUMANS I DESENVOLUPAMENT PROFESSIONAL

- Conveni col·lectiu
- Informació carrera professional

QUALITAT ASSISTENCIAL I ACTIVITAT

- Memòria activitat
- Central de resultats

Responsabilitat Social (I)

El model de gestió que seguim a Muralles Salut, SLP té en compte els seus grups d'interès i de la societat en general amb l'objectiu d'alinear els nostres serveis amb les necessitats reals de la població que atenem. I ho fem promovent la sostenibilitat econòmica i mediambiental, així com la igualtat social en les nostres actuacions.

En aquest sentit, aquest model de gestió es basa en:

- Practicar una atenció sanitària que promogui la prevenció i promoció d'hàbits saludables, i on es tingui en compte els diferents agents implicats (professionals, usuaris, proveïdors i CatSalut).
- Promoure una cultura de qualitat, avaluació i millora contínua per oferir una atenció sanitària òptima, cercant el millor resultat, la màxima satisfacció i el mínim risc en les nostres actuacions, tant de cara al pacient com a la societat en general.
- Vetllar per la competència, igualtat i desenvolupament professional de l'equip humà que forma part de la nostra empresa.
- Ser respectuosos amb el medi ambient.



Alhora, ens hem adherit al compromís de Nacions Unides per tal d'aconseguir un desenvolupament sostenible per el 2030. Dels 17 objectius que formen part del Pla per aconseguir un futur sostenible per a tots, a Muralles Salut SLP hem prioritzat els següents:

- **ODS 3:** Garantir una vida sana i promoure el benestar per a tots en totes les edats
- **ODS 4:** Garantir una educació inclusiva, equitativa i de qualitat i promoure oportunitats d'aprenentatge durant tota la vida per a tots.
- **ODS 8:** Promoure el creixement econòmic inclusiu i sostenible, la feina i el treball digne per a tothom.
- **ODS 13:** Adoptar mesures urgents per a combatre el canvi climàtic i els seus efectes.
- **ODS 16:** Promoure societats justes, pacífiques i inclusives.

Aquests objectius es treballen de forma conscient per part d'un grup de treball constituït per professionals del centre, amb l'estreta col·laboració de la direcció i amb implicació de tot l'equip.

Documentació relacionada:

- [Codi de Bon govern d'ACEBA](#)
- [Codi ètic](#)
- [Política d'atenció al ciutadà](#)
- [Pla de qualitat](#)
- [Pla per al reconeixement dels professionals](#)
- [Pla de qualitat de vida laboral](#)
- [Protocol d'assetjament](#)
- [Guia selecció i avaluació de proveïdors](#)
- [Aliances](#)



Accions:

- Ajut econòmic en l'atenció i servei odontològic a persones usuàries de serveis socials en situació de risc d'exclusió social (conveni Muralles Salut-IMSST)
- Màquina de "vending" saludable i de comerç just
- Informació i educació sanitària a les xarxes (facebook, instagram, web, tvs sales espera)
- Bicicleta elèctrica per a fer domicilis
- Desenvolupament i formació professional (beca als professionals que cursin màster, grau, postgrau, cicles formatius, carrera professional...)
- Política de compres comunes
- Priorització de proveïdors de proximitat
- Millores en el conveni (núm. de dies de lliure disposició, hores formació...)
- Fonts d'aigua per als treballadors
- Proves diagnòstiques a l'abast dels professionals que faciliten i agilitzen la seva tasca - no llistes espera
- Adequació i renovació d'eines de treball
- Adquisició d'aparellatge (augment de competències i resolució):
 - Mòdul per a la medició de constants vitals



Accions:

- Descomptes en els serveis complementaris
- Pla per al reconeixement dels professionals
- Ús de paper "EU ECOLABEL"
- Mesures d'estalvi energètic encaminades a reduir el consum d'aigua i electricitat:
 - Instal·lació de plaques solars
 - Llums LED (tot centre)
 - Sensors de presència en els banys públics
- Seguiment del sistema intern de recollida de residus



Col·laboracions:

- Col·laboració amb AFANOC: *venda gorres*
- Col·laboració amb La Marató de TV3: *sorteig 2 paneres*
- Col·laboració amb Càritas: *recollida d'aliments i productes d'higiene i neteja*
- Col·laboració amb la Fundació Josep Carreras: *sensibilització i cessió d'espai*
- Col·laboració amb la Creu Roja: *sensibilització i cessió d'espai*
- Col·laboració amb la Associació Espanyola contra el càncer: *sensibilització i cessió d'espai*
- Col·laboració amb la Fundació Pascual Maragall: *sensibilització i cessió d'espai*
- Col·laboració amb la Fundació Vicens Ferrer: *sensibilització i cessió d'espai*



Celebracions:

- 20è Aniversari de l'obertura de CAP Muralles
- 10è Aniversari de la constitució de l'EBA Muralles Salut



[Programa](#)



Divulgació

ENTREVISTES – DIARI TARRAGONA

- Diez claves de alimentación y unas rutinas de bienestar para pacientes oncológicos
- Diez consejos capaces de minimizar los síntomas de la menopausia
- Las tres “S” de la alimentación: saludable, sostenible y sencilla.

ENTREVISTES – TARRAGONA RÀDIO

- Programa estiu
- Begudes saludables
- Dolor esquena





Contacte

CAP Muralles

c/ Escultor Verderol, s/n
43002 – Tarragona

Telèfon: 977 249404

Email: ecaptarragona8@murallessalut.cat

Segueix-nos a les xarxes

Facebook: <http://www.facebook.com/CAPMuralles>

Instagram: www.instagram.com/capmuralles/

WEB: <http://www.murallessalut.cat>

Avancem plegats per la salut!

Gràcies per fer-ho possible!

