

Cuidando tu Salud y Bienestar

Priorizando el Cuidado de tu Salud



EQUI SASTIPEN. Promoción y educación para la salud de la población gitana

FAGA
FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES GITANAS DE ARAGÓN

Programa de interés social financiado con cargo a la asignación tributaria del 0,7% del IRPF y del Impuesto de Sociedades

 **GOBIERNO DE ARAGON**



cita previa en atencion primaria



Presencial

Acudiendo a tu centro de salud, en el mostrador.



Por telefono

Llamando al telefono de tu centro de salud.



On line

En la pagina www.saludinforma.es.



Aplicacion/App

Usando la aplicacion de Salud informa.

Como usar la app salud informa



- Pedir, cambiar o anular citas con tu médico de atención primaria, pediatra o enfermería
- 📄 Consultar informes médicos, partes de baja y resultados de pruebas (según disponibilidad)
- 💊 Ver tus recetas electrónicas.
- 🏥 Acceder a información sanitaria fiable.
- 📄 Consultar datos de tu tarjeta sanitaria
- ☎️ Contactar con el sistema de salud

Uso correcto del servicio de urgencias

El servicio de urgencias está destinado a situaciones graves o que no pueden esperar.

cuando acudir a urgencias

Dolor intenso o repentino

Dificultad para respirar

Pérdida de conciencia

Sangrado abundante

Fiebre alta persistente en menores

¿Cómo funcionan las urgencias?

Triaje: al llegar, un profesional sanitario valora la gravedad del problema.

La atención no es por orden de llegada, sino por gravedad.

Normas básicas

Mantener la calma y respetar al personal sanitario.

Respeto al personal sanitario

Acompañantes limitados

Usar urgencias solo cuando sea necesario.

Plan Veo



El Plan Veo es una ayuda destinada a facilitar el acceso a gafas para menores de 16 años.



¿En qué consiste?

Ayuda económica para la compra de gafas.

Dirigida a menores con problemas de visión.



¿Cómo acceder?

Revisión oftalmológica.

Prescripción de gafas.

Acudir a una óptica adherida al programa.



Dentista gratuito para menores



Los menores tienen acceso a atención bucodental gratuita a través del sistema público.

Servicios incluidos



Revisiones.
Empastes.
Extracciones.
Prevención (selladores, educación bucodental).

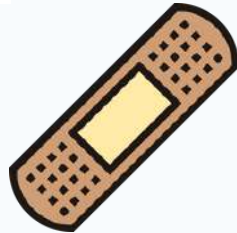
¿Cómo acceder?



A través del centro de salud o unidad de salud bucodental.
Normalmente mediante derivación.

Vacunación infantil gratuita

La vacunación infantil está incluida en el sistema público de salud.



Calendario de vacunación

Calendario oficial gratuito
Incluye vacunas obligatorias y recomendadas.



¿Dónde se administra?

En los centros de salud.
Bajo seguimiento pediátrico.



Teléfonos de interés



LOS CONSEJOS DE TU CORREDOR
Teléfonos de **EMERGENCIA**



Copyright © E2K

Consentimiento informado



¿Qué es?

Es tu derecho a decidir libremente sobre cualquier actuación médica después de recibir información clara y comprensible.



¿Qué información deben darte?

- Tu diagnóstico
- Las opciones de tratamiento
- Los beneficios y riesgos
- Las consecuencias de no tratarte
- Alternativas disponibles



¿Cuándo es obligatorio?

- Cirugías
- Pruebas invasivas
- Tratamientos con riesgos importantes



◆ Importante:

Puedes **negarte a un tratamiento** o **retirar tu consentimiento** en cualquier momento, excepto en casos muy concretos (riesgo grave para la salud pública o urgencia vital).

Confidencialidad y protección de datos

¿Quién puede acceder?

- Solo el personal sanitario directamente implicado
- Tú mismo
- Personas autorizadas por ti
- Por mandato legal (juez, salud pública, etc.)

Además:



- Puedes consultar tu historia clínica
- Solicitar copias
- Pedir que se corrijan errores

Tienes derecho a que toda tu información médica sea confidencial.

- Historial clínico
- Diagnósticos
- Pruebas
- Conversaciones con profesionales sanitarios



Derecho a la segunda opinión médica



¿Qué es?

El derecho a que otro profesional del sistema público valore tu diagnóstico o tratamiento

¿En qué casos se puede pedir?

Especialmente en:

- Enfermedades graves
- Diagnósticos complejos
- Tratamientos de riesgo
- Intervenciones quirúrgicas importantes

¿Cómo se solicita?

- A través de tu médico
 - En el centro de salud u hospital
 - Mediante los canales del Salud Aragón / SaludInforma
- 👉 Es un derecho **gratuito** dentro del sistema público.

Reclamaciones en el sistema de salud de Aragón

¿Cuándo puedes reclamar?

- Si consideras que:
- No se han respetado tus derechos
- Ha habido mala atención
- Retrasos excesivos
- Falta de información
- Trato inadecuado

¿Cómo hacerlo?

- Tienes varias opciones:
- Hojas de reclamaciones en centro de salud y hospitales
- Reclamaciones online a través de Salud informa o la web del Gobierno de Aragón
- En las unidades de Atención al usuario.

¿Qué pasa después?

La administración está obligada a responder

Se analiza el caso

Puede dar lugar a mejoras, explicaciones o medidas correctoras

⚠ Reclamar no perjudica tu atención sanitaria. **Es un derecho.**



¿Cómo pedir el cambio de médico? Paso a paso



1. Decide el médico que quieres

- En el centro de salud
- Llamando por teléfono
- A través de SaludInforma

2. Solicita el cambio

A) Online

- Entra en el portal SaludInforma o en la web de trámites del Gobierno de Aragón.
- Busca el trámite: “Cambio de médico de familia o de pediatra”.
- Accede con tus datos (tarjeta sanitaria y PIN/identificación electrónica).
- Rellena el formulario con el nombre del médico que quieres (si lo sabes) y envíalo.

B) En persona

- Ve al centro de salud donde estás inscrito.
- Pide el formulario de cambio de médico de cabecera/pediatra en recepción o administración.
- Rellénalo indicando el médico que deseas.
- Entrega el formulario y te sellarán la solicitud.

3. Confirmación de tu cambio


- La administración revisa tu solicitud y te notifican del cambio de médico.
- En algunos casos te informan en el mismo centro de salud, o mediante la plataforma si lo has solicitado por Internet.



Importante:

No necesitas dar un motivo para querer cambiar

Qué derechos tienes sin tarjeta sanitaria

 **Importante:** La forma de acreditar ese derecho y recibir atención como la población con tarjeta depende de **la normativa autonómica de Aragón** y suele requerir documentos que prueben tu residencia



Urgencias siempre

Si no tienes tarjeta sanitaria, sí tienes derecho a atención médica de urgencias (accidente, enfermedad grave) en centros de salud o urgencias hospitalarias — incluso sin estar empadronado o tener permiso de residencia



Atención primaria y sanitaria ordinaria

Para tener acceso como cualquier persona (consulta médica, seguimiento, especialidades, recetas), la ley española actual reconoce que todas las personas tienen derecho a la atención sanitaria si cumplen ciertos requisitos, incluso si están en situación irregular, según el Real Decreto-ley 7/2018 que restablece el acceso universal.

¿Cómo se solicita una baja médica?



1

Consulta con tu médico

Debes acudir a tu médico de cabecera en tu centro de salud público (Servicio de Salud) o a la mutua si tu empresa tiene un convenio de gestión de bajas.

2

Comunicación con la Seguridad Social y empresa

El médico o mutua **envía** telemáticamente el parte de baja al **Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS)** y este organismo **informará** directamente a tu empresa

3

Duración de la baja médica

- La duración depende de tu enfermedad y evolución

4

¿Qué debes comunicar tú a la empresa o colegio?

Debes avisar personalmente a tu empresa o centro educativo el primer día de ausencia, por:

- Teléfono
- Correo electrónico
- WhatsApp (según costumbre interna)

Solo es necesario decir:
Que estás de baja médica



¿Cómo solicitar el reconocimiento del grado de discapacidad en Zaragoza?

¿Que es la discapacidad?

La discapacidad es una condición reconocida oficialmente que significa que una persona tiene dificultades importantes para realizar actividades del día a día (moverse, comunicarse, aprender, trabajar, relacionarse...) debido a un problema físico, mental, intelectual o sensorial.

Preparar la documentación

- DNI o NIE (identificación).
- Empadronamiento en tu localidad.
- Informes médicos y psicológicos recientes que describan tu situación de salud y limitaciones.

Presentar la solicitud

A) Telemáticamente, en la sede electrónica del Gobierno de Aragón. Necesitas estar registrado en Cl@ve, tener certificado digital o usar firma electrónica

B) Presencialmente Acudiendo al Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS) o al centro designado



¿Qué es la dependencia?

- La dependencia es una situación en la que una persona necesita ayuda de otra para realizar actividades básicas de la vida diaria, como, asearse, vestirse, comer...



Tipos de dependencia

Grado I – Dependencia moderada

- Necesita ayuda una vez al día o apoyo puntual

Grado II – Dependencia severa

- Necesita ayuda varias veces al día
- No requiere apoyo permanente

Grado III – Gran dependencia

- Necesita ayuda continua
- Requiere presencia permanente de otra persona

¿Quién puede solicitarla?

Puede solicitarla cualquier persona que:

- Viva en Aragón (Zaragoza incluida)
- Tenga dificultades permanentes o de larga duración
- Necesite ayuda para actividades básicas
- Sea española o tenga residencia legal en España

La solicitud puede hacerla:

- La propia persona
- Un familiar o representante legal



Como solicitar la dependencia

Presentar la solicitud

Se hace ante el **Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS)**.

Online, en la sede electrónica del Gobierno de Aragón (con Cl@ve o certificado digital)

Presencial, en:
Oficinas del IASS
Centros de servicios sociales
Registros oficiales

Documentación habitual

- DNI/NIE
- Empadronamiento
- Informes médicos actualizados
- En algunos casos, informe social



Valoración en el domicilio

Un/a profesional (normalmente trabajador/a social o personal sanitario)

- Visita a la persona en su domicilio
- Evalúa qué actividades puede hacer sola y cuáles no
- Aplica un baremo oficial

Resolución

La administración decide:

- Si hay dependencia
- Qué grado
- Qué ayudas o servicios corresponden

El proceso puede tardar varios meses, dependiendo de la carga administrativa.





Farmacias



En Zaragoza (y en toda España) las farmacias no solo entregan medicamentos: también ofrecen una serie de servicios de salud y apoyo sanitario que van más allá de la simple dispensación

Servicios que puedes encontrar

- ✓ Atención y consejo farmacéutico
 - ✓ Orientación sobre síntomas menores, uso correcto de medicamentos, interacciones o efectos secundarios.
 - ✓ Recomendación de productos adecuados para problemas comunes (por ejemplo, dolor leve, alergias, cuidado de la piel).
 - ✓ Sistemas Personalizados de Dosificación (SPD)
 - ✓ Medición de parámetros de salud
 - Toma de tensión arterial (presión)
 - Glucemia capilar (azúcar en sangre)
 - Colesterol u otros perfiles según farmacia
 - ✓ Pruebas rápidas
 - Tests de COVID-19, gripe, hepatitis, VIH, estreptococo
 - ✓ Cribados y prevención de enfermedades
 - ✓ Servicios de salud pública y apoyo
 - Dispensación colaborativa y servicios vinculados al medicamento
- Entrega de medicación hospitalaria a través de la farmacia
Seguimiento farmacoterapéutico personalizado



¿Qué es el calendario de vacunación?



El calendario de vacunación indica qué vacunas se recomiendan y a qué edades o en qué circunstancias deben administrarse :

- Población infantil
- Adultos
- Personas en grupos de riesgo



Recomendaciones

El Gobierno de Aragón publica el calendario infantil actualizado en el que están las vacunas que deben administrarse y a qué edades

Calendario de vacunación en adultos

El calendario para adultos, recoge las recomendaciones para mayores de 15 años y grupos de riesgo e indica que vacunas se recomiendan a lo largo de la vida.

Dónde consultarlo fácilmente

- ✓ Web de Vacunaciones de Aragón – Salud Pública
- ✓ Portal de Salud de tu centro de salud o profesional sanitario
- ✓ Ministerio de Sanidad de España

Consejos prácticos para Zaragoza

- ✓ Pregunta en tu centro de salud de Zaragoza cuál es tu calendario personal de vacunación Para campañas anuales como la gripe o COVID-19, las convocatorias suelen abrirse cada otoño/invierno. Si vas a viajar, consulta con enfermería de primaria o salud pública qué vacunas son recomendadas

Vacunas infantiles financiadas

- Vacunas frente a **difteria, tétanos, tosferina, polio**
- **Hepatitis B**
- **Haemophilus** influenzae tipo b
- **Neumococo** conjugado
- **Meningococo** (ACWY y B)
- **Rotavirus**
- **Virus del papiloma humano** (VPH)
- **Varicela**

Vacunas para adultos financiadas

- Vacuna de la **gripe** para grupos de riesgo o según campañas (mayores, embarazadas, etc.)
- Vacuna de la **COVID-19** según edad y riesgo clínico
- **Tétanos-difteria** (recordatorios periódicos)
- **Herpes zóster** en grupos de edad objetivo (establecido por normativa autonómica)
- **Neumocócica** en mayores o grupos de riesgo

Vacunas recomendadas pero no financiadas

- Algunas vacunas para viajes internacionales (fiebre amarilla, encefalitis japonesa)
- Otras vacunas que no estén adoptadas en el calendario autonómico o de vida
- Refuerzos privados más allá de lo recomendado oficialmente

RESOLVEMOS TUS DUDAS

Contáctanos



976.38.01.01



trabajosocial@fagaragon.org



<https://fagaragon.org/>



Paseo del canal, 79. Zaragoza

