xiscat

Xarxa d'Innovació en Processos en Salut de Catalunya

Cafè de la Innovació

25 novembre 2026, 9.00-10.30h

Acompanyament Actiu: Vincles sense Barreres

Dra. N. Parra Macías nparra@salutemporda.cat
Fundació Salut Empordà · Àrea Bàsica de Salut de l'Escala

INNOVACIÓ SOCIAL | GENT GRAN | ATENCIÓ DOMICILIÀRIA | ACCIÓ COMUNITÀRIA

Fundación "la Caixa"

Fundació Salut Empordà



El problema: soledat no desitjada a domicili

Un risc de salut quantificable

La soledat no desitjada (SNV) augmenta el risc de mortalitat prematura un **26%**, comparable al tabaquisme o l'obesitat (Holt-Lunstad et al., 2015). Al CAP de l'Escala, el **80% dels pacients en atenció domiciliària** manifesta SNV.

Barreres específiques al medi rural

- Mobilitat reduïda i manca de transport públic
- Infraestructures viàries inadequades
- Divisòria digital: sense competències ni dispositius
- Invisibilitat: exclosos de les activitats comunitàries existents

Resultat: desconnexió forçosa de la comunitat i major saturació dels serveis sanitaris.



Qui són les persones destinatàries?

78

Persones destinatàries directes

Gent gran en atenció domiciliària amb cribratge positiu de SNV (escala UCLA)

80

Anys, edat mitjana

Majoritàriament dones, vídues, que viuen soles amb suport parcial

156

Persones impactades

Incloent-hi famílies, cuidadors i professionals de l'entorn

El perfil prototípic és una persona jubilada d'edat avançada, amb malalties cròniques, polimedicació, baixa autonomia i escàs suport familiar. El **10% de la població** de l'ABS de l'Escala presenta criteris de fragilitat intermitja o avançada.

Objectiu general del projecte

Reduir la sensació de soledat no desitjada i millorar la connexió comunitària de les persones grans en programa d'atenció domiciliària en un període de 12 mesos, mitjançant un model d'intervenció integral sociosanitari i comunitari que combini atenció professional, voluntariat i actius del territori.

O1

Constituir una xarxa estable d'acompanyament comunitari

O2

Reduir la bretxa digital i millorar l'accessibilitat comunicativa

O3

Implementar activitats comunitàries sincròniques i deslocalitzades

O4

Avaluar l'impacte psicosocial i consolidar el model

Metodologia: Investigació-Acció-Participativa

Diagnòstic

Investigació documental i entrevistes

Dotació

Tecnologia i activitats d'intervenció



Formació

Crear la xarxa de professionals i voluntaris

Avaluació

Mesura d'impacte psicosocial

Les persones destinatàries participen com a **co-dissenyadores** de les intervencions. Les visites domiciliàries regulars s'aprofiten per recollir necessitats i propostes. La participació és voluntària, flexible i sense obligacions rígides d'assistència.

Les tres activitats d'intervenció

Grups peer-to-peer

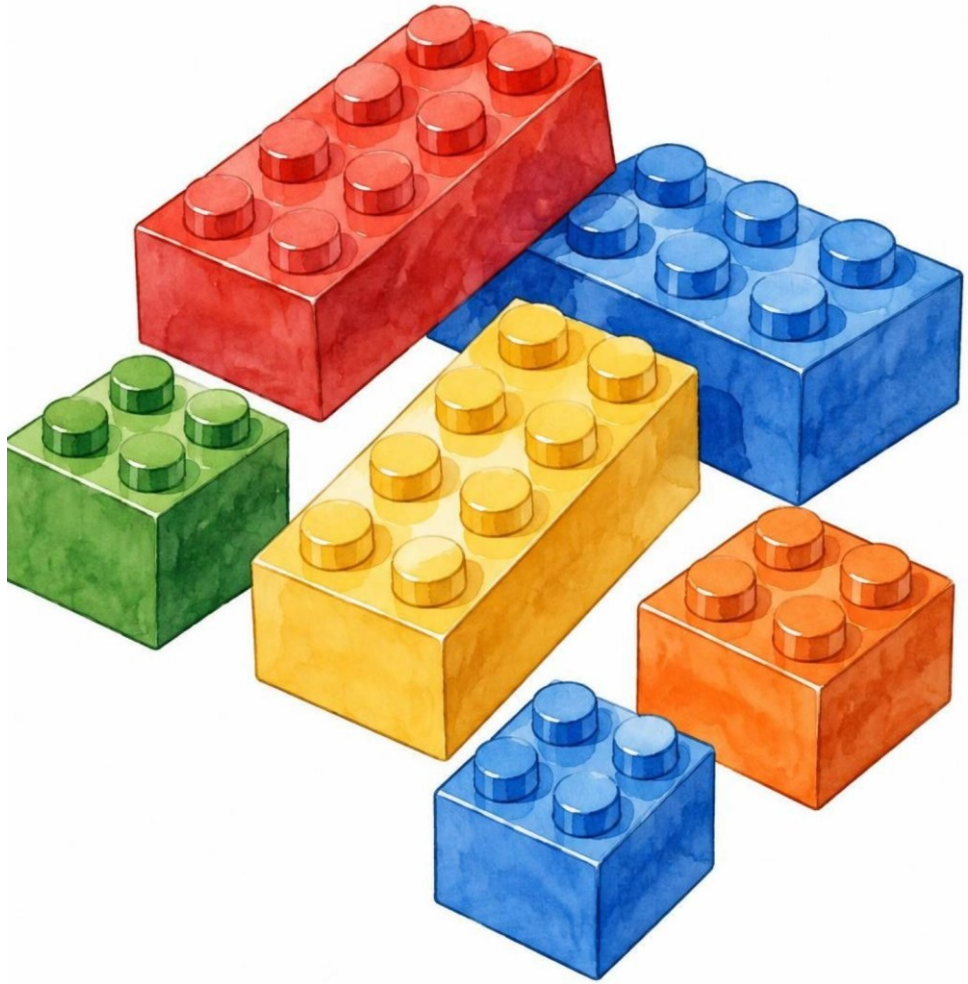
Acompanyament emocional entre iguals amb vivències similars. Vincles horitzontals basats en l'empatia i la comprensió mútua, amb un professional de referència per detectar situacions que requereixin intervenció.

Legoteràpia + Història de vida

Metodologia LEGO Six-Bricks combinada amb narrativa autobiogràfica. Sessions de 60' en grups de 5 persones connectades en xarxa des dels seus domicilis, moderats per un facilitador.

Podcast 'Coses de casa'

La persona aïllada és protagonista explicant la seva història de vida a través de la ràdio local. Reforça l'autoestima, la vinculació comunitària i fa visible una realitat sovint oculta.



Acompanyament entre iguals per reduir la soledat no desitjada en persones grans a domicili

Metodologia

01

Formació de parells acompanyants

02

Emparellament entre persones amb experiències similars

03

Acompanyament estructurat per trucades o contactes digitals

Amb un professional de referència

Resultats

≥80%

Usen el telèfon

Ús setmanal

+50%

Trucades i contactes

Respecte a la situació prèvia

+50%

Interaccions socials

Mensuals

-30%

Escala UCLA

En ≥70% dels participants



HABILITATS PERSONALS

Legoteràpia i història de vida per abordar la soledat no desitjada en persones grans fràgils

Metodologia

- Models LEGO DUPLO® i metàfores visuals en 6 àmbits de la història de vida
- Validació Delphi (≥80% d'acord)
- Grups de 5 persones, sessió mensual de 60 min durant 6 mesos, amb un facilitador i peces LEGO Six-Bricks
- Avaluació UCLA a l'inici i al final

Resultats

20

Participants

En atenció primària

100%

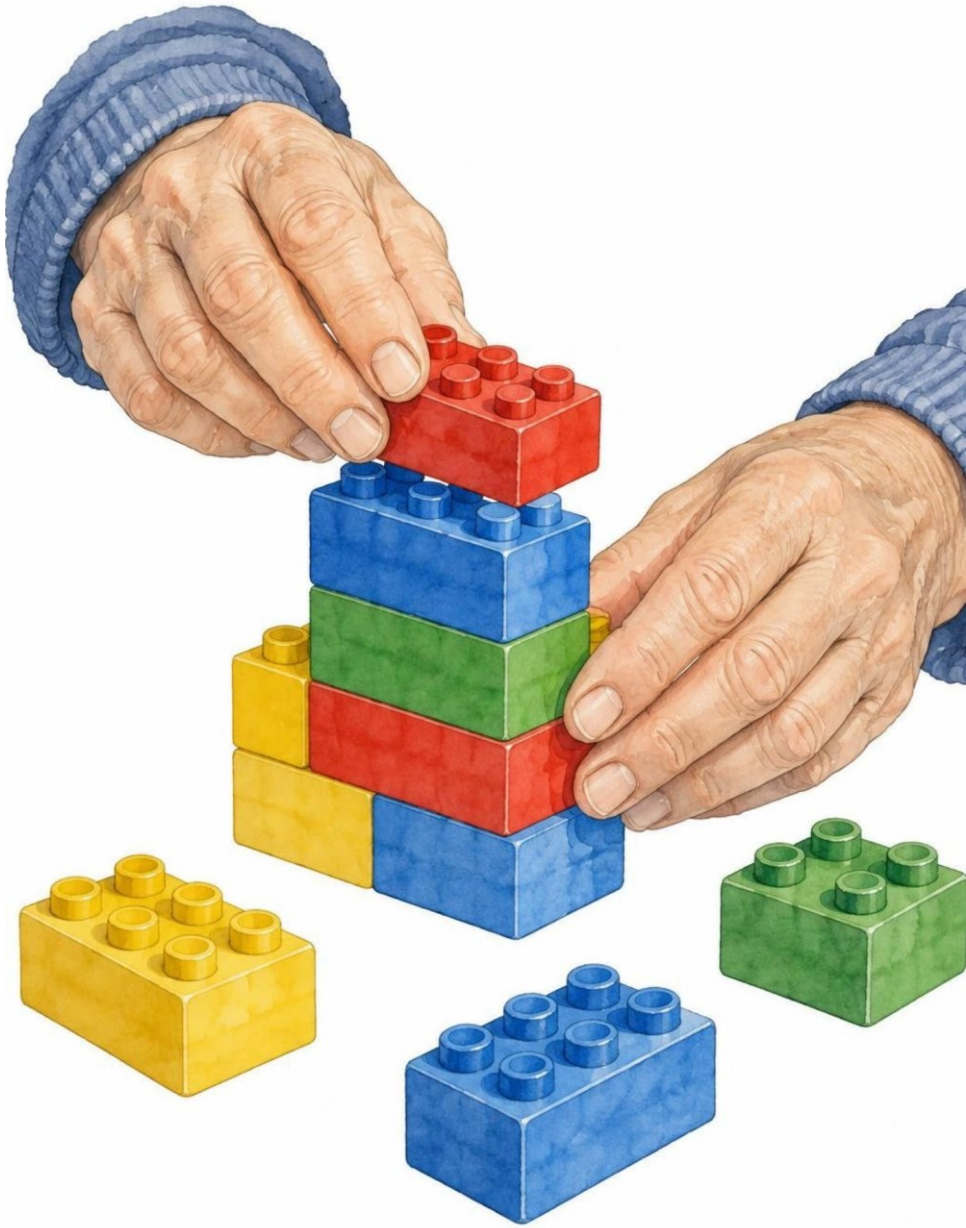
Molt satisfets

Amb la proposta

−7

Punts de soledat

De 30,4 a 23,7 (UCLA), p<0,05



ACCIÓ COMUNITÀRIA

Coses de Casa: el podcast comunitari com a eina de vincle i visibilització de les persones grans



Metodologia

- En col·laboració amb la ràdio local
- Professional de la comunicació + referent sociosanitari
- Cada participant explica la seva trajectòria seguint els eixos de la història de vida
- Participació voluntària, consentiment i confidencialitat

Resultats

- Més visibilitat social
- Connexió amb la comunitat
- Millora d'autoestima, expressió emocional i pertinença
- Més interaccions socials
- Avaluació amb registres d'activitat, entrevistes qualitatives, enquestes de satisfacció i Escala UCLA

Resultats esperats i indicadors clau

Impacte sobre les persones



30%

Millora SNV

Reducció en l'Escala UCLA en el 70% dels participants



50%

Més interaccions

Increment d'interaccions socials mensuals registrades



80%

Ús tecnologia

Usuaris que utilitzen telèfon o ràdio ≥1 vegada/setmana

Indicadors de xarxa i procés

- **30 llars** equipades amb infraestructura tecnològica adaptada
- **20 persones** inscrites a la xarxa d'acompanyament
- **12 sessions** trimestrals d'activitats comunitàries
- Satisfacció global ≥ **4,7 sobre 5**
- Reducció de visites i interaccions sanitàries innecessàries



Vincles sense Barreres: un model per no deixar ningú enrere

Innovació

Primera intervenció integral domiciliària que combina salut física, benestar emocional i inclusió digital al territori

Comunitat

Model participatiu i en xarxa que implica professionals, voluntariat i actius locals en una taula municipal de soledat

Escalabilitat

Metodologia transferible a altres ABS rurals de Catalunya amb una inversió moderada i resultats mesurables

Fundació Salut Empordà · ABS l'Escala

nparra@salutemporda.cat