

**De la reflexió a la pràctica:  
com estem millorant l'atenció primària i comunitària i  
quins  
reptes tenim pendents?**

Desplegament del programa de Benestar Emocional i Salut Comunitària

Carme Herranz Rodríguez  
Referent de Benestar Emocional i Comunitari  
CAPSBE

---

# Justificació

L'any 2020, l'enquesta de Salut de Catalunya mostrava que el 25,7% de la població patia malestar emocional.

El malestar emocional constitueix una demanda molt freqüent a les consultes d'Atenció Primària (APiC). S'estima que el 30% de les visites d'APiC son relacionades amb malestar emocional.

Les guies de pràctica clínica aconsellen prioritzar intervencions no farmacològiques per l'abordatge de simptomatologia lleu\*.

Les persones que més poden beneficiar-se son aquelles que ja parteixen d'un estat basal amb simptomatologia lleu-moderada i aquells col·lectius que es poden considerar de risc pel context socioeconòmic en el que es troben\*\*.

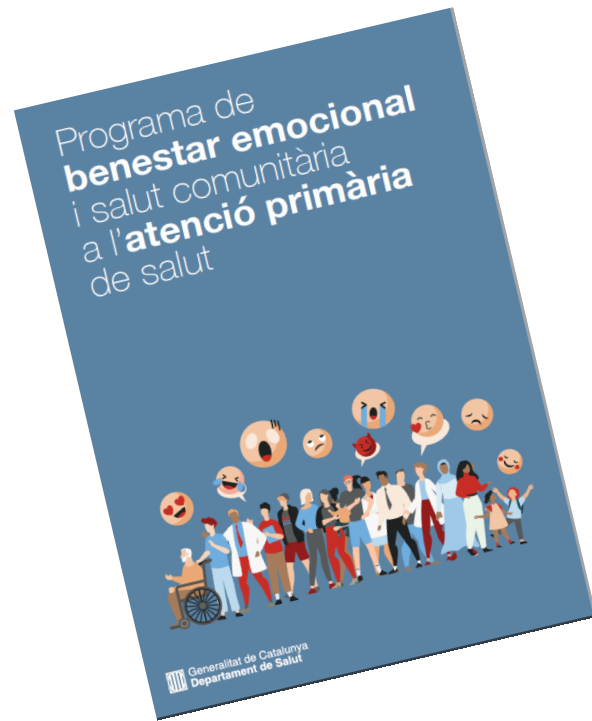


\*Recomanació Essencial. Afegint valora la pràctica clínica. Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya.

\*\*Revisió ràpida de la literatura sobre l'impacte de les intervencions per millorar el benestar/salut emocional en la salut mental de la població des d'atenció primària i comunitària (2023)

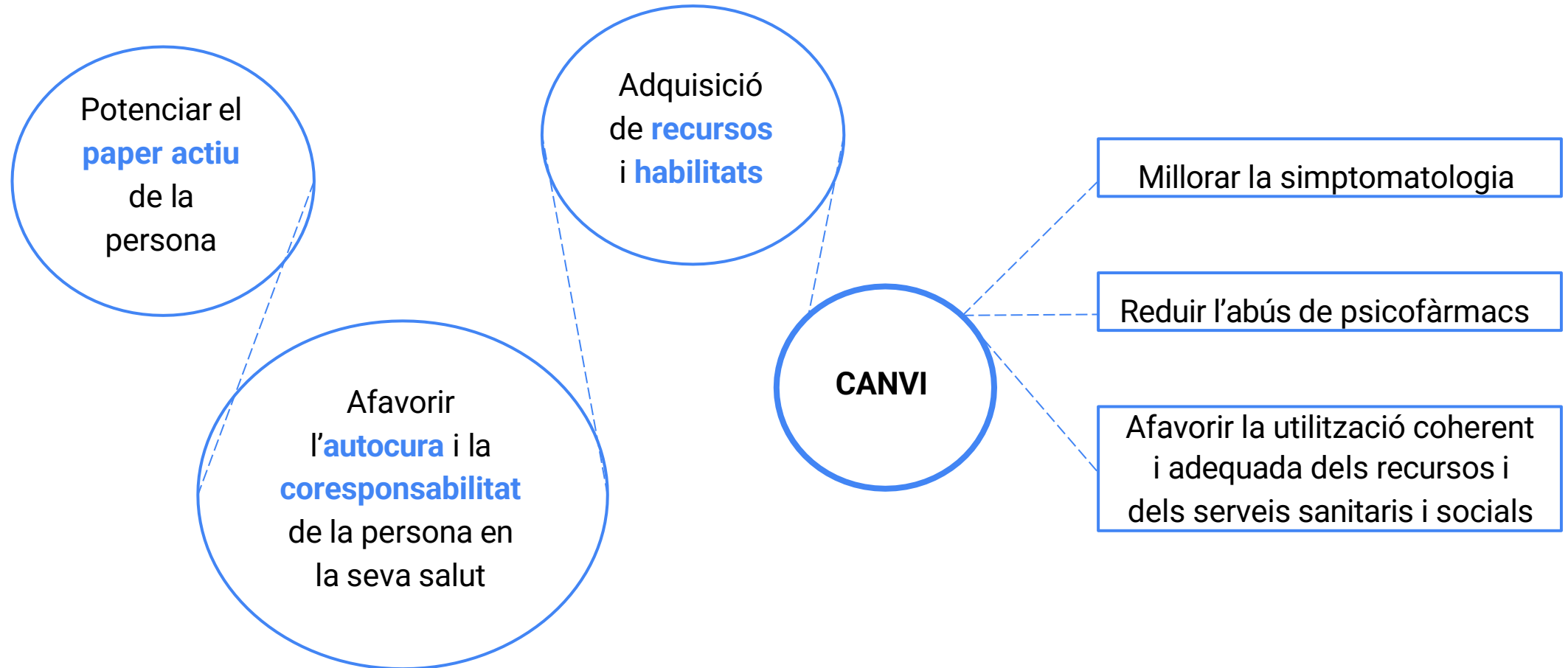
# Introducció

## Programa de benestar emocional i salut comunitària a l'atenció primària de salut



Principis del Decàleg del model d'atenció primària i comunitària de Catalunya

# Objectius



# Funcions clau

- Coordinació amb els recursos comunitaris
- Facilitar la prescripció social
- Definir estratègies d'intervenció psicosocials i sanitàries
- Donar suport als professionals del CAP pel que fa a formació i consultes respecte a problemes emocionals
- Realització d'intervencions grupals per la millora del benestar emocional
- Detecció a l'àmbit comunitari de patiment mental
- Ser membre actius dels grups de treball d'AP-SMiA

# Canals de coordinació



# Suport a l'EAP

- Eines psicoeducatives a consulta per el maneig del malestar emocional.
- Formació per augmentar la prescripció social a les consultes.
- Assessorament de recursos comunitaris dirigits a la millora del benestar emocional, associacions i teixit social.

# Prescripció social



La prescripció d'actius comunitaris o prescripció social (PS) esdevé una estratègia central que pretén la **millora del benestar emocional** a través **d'activar les capacitats salutogèniques** de la persona i la seva comunitat a través **d'activitats socials i culturals**.

Actuacions **no farmacològiques** per reduir o bé evitar la medicalització dels malestars quotidians i altres patologies, per millorar el benestar i el suport social de la població.

Existeix evidència contrastada sobre els beneficis de la participació en activitats comunitàries en la prevenció de diversos problemes de salut, especialment de problemes de salut mental.



# Activitats grupals

## Criteri de prioritziació

La selecció de les activitats grupal s'ha fet en base a la **prevalença de determinades necessitats** que predominen **en la població** de forma estable en el temps, i que han estat **detectades pels professionals de l'EAP**



## Activitats grupals prioritzades

- Millora del benestar emocional en nens i adolescents
- Millora del benestar emocional en l'adult
- Abordatge de la simptomatologia ansiosa
- Acompanyament al dol
- Millora de la qualitat de la son

# Activitats grupals

<b>OBJECTIU</b>	Millorar la qualitat de vida i el benestar emocional mitjançant la millora de la capacitat d'afrontament del malestar.	
<b>DESTINATARIS</b>	Persones de 18 anys i més amb malestar emocional caracteritzat per tristesa i baix estat d'ànim, i/o per dificultats per afrontar les dificultats del dia a dia.	
<b>SESSIONS</b>	<b>Nombre sessions aprox.</b>	8-10
	<b>Nombre participants</b>	8-12
	<b>Periodicitat</b>	Setmanal
	<b>Durada</b>	90 minuts
<b>ESCALES DE VALORACIÓ (PRE i POST)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Test de benestar emocional (SWEMWBS).</li><li>• Test EuroQol-5D.</li><li>• Escala de suport social (OSS).</li></ul>	

# Relació amb la comunitat

Projecte per impulsar els Grups d'ajuda Mutua per el Benestar emocional a l'àmbit de l'Atenció Primària i Comunitària (IMPROGAM) juntament amb Federació Salut Mental Catalunya.



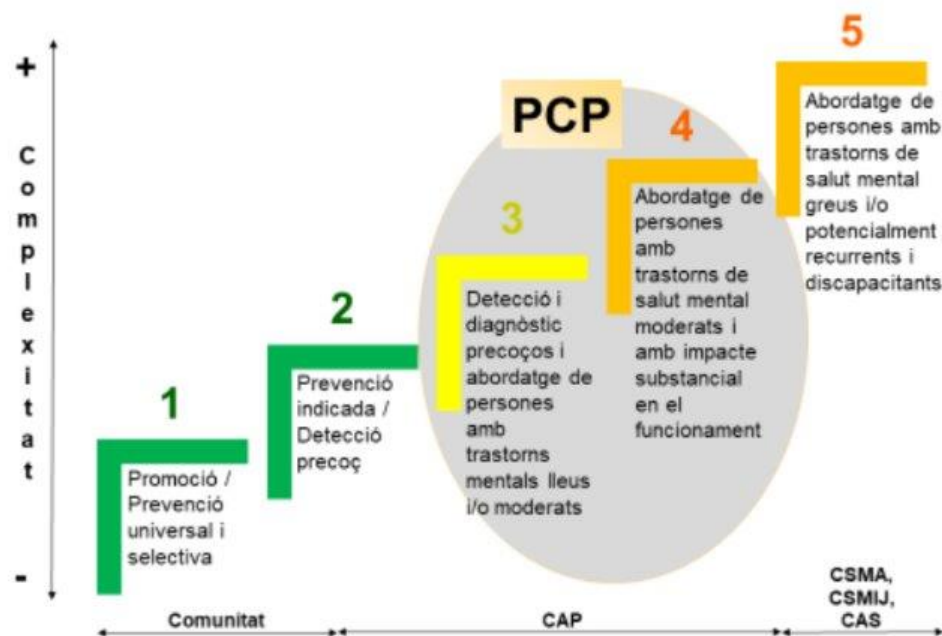
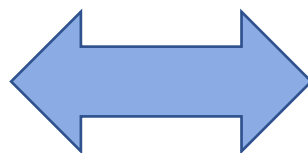
# Treball en xarxa d'AP-SMiA (PCP)

## Evitar i prioritzar

- Patologització
- Convertir-se en un agent social paliatiu de reaccions psicològiques normals
- Permetre que s'activin els propis recursos d'afrontament.
- Autoimatge de malalt

## Diferenciar

Problemes de malestar emocional  
Reaccions adaptatives i trastorns mentals



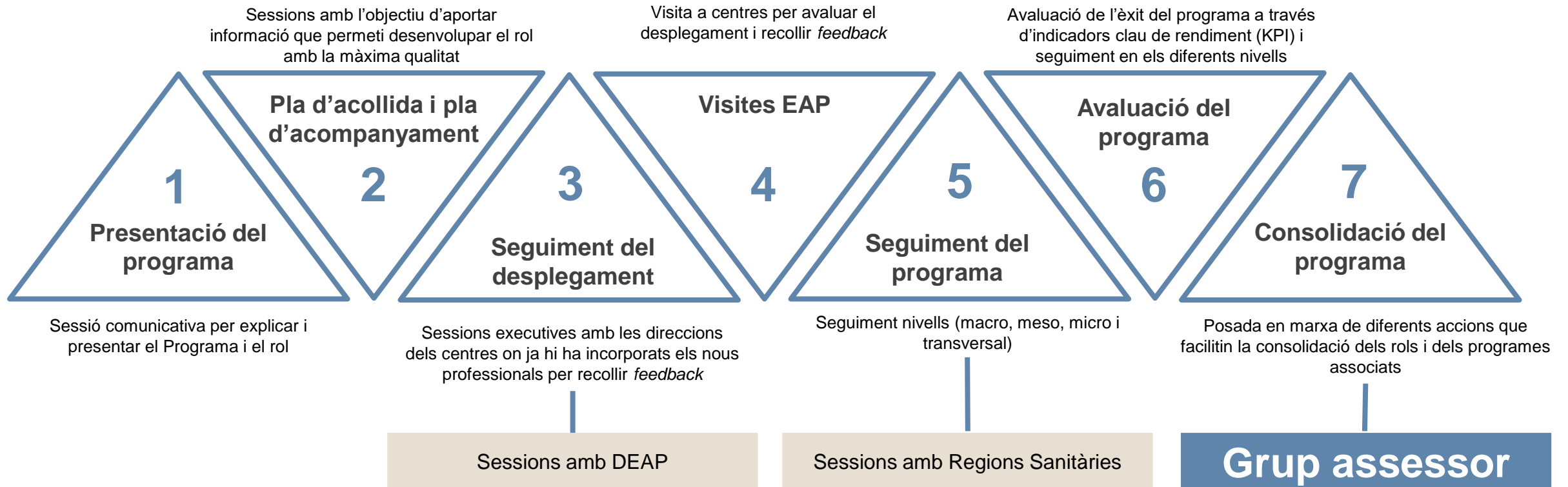


# Procés de treball

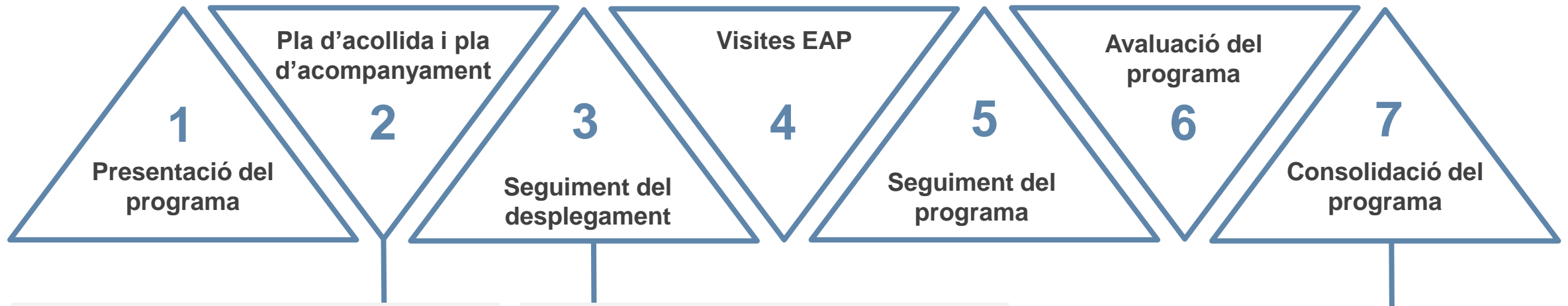
---

# Procés de treball: implementació dels nous rols (RBEC)

97% dels RBEC incorporats (365 professionals)



# Procés de treball: implementació dels nous rols (RBEC)



## RBEC

- Fer trobades periòdicament amb els gestors per tal d'aprofundir sobre projectes i tasques que han d'anar desenvolupant els/les RBEC.
- Disposar d'un espai per compartir experiències i bones pràctiques realitzades.
- Tenir un/a referent o representant de RBEC per regió sanitària.

## DEAP

- Disposar de materials de suport, guies clíniques, documents, recursos educatius, etc. validats i homogenis per a RBEC de tot el territori.
- Unificar documents i materials per a tots/es els professionals del territori.
- Disposar de materials consensuats per entregar a pacients.
- Crear un espai virtual on compartir documents, materials, recursos, etc.

## GRUP ASSESSOR

- Elaborar presentacions estàndard per a les sessions grupals.
- Creació d'un catàleg de dinàmiques/activitats per les sessions grupals a escollir pels RBEC en funció de la realitat del seu EAP.
- Generar un catàleg de material de suport i de tasques a dur a terme per part dels/de les usuaris/àries en els domicilis.

# Grup assessor RBEC

Facilitar la qualitat assistencial dels serveis que els/les RBEC ofereixen a tota la ciutadania des dels equips d'atenció primària de tot el sistema català de salut.

Recollir necessitats

Detectar i compartir  
bones pràctiques

Resoldre i consensuar  
dubtes clínics

Homogeneïtzar materials,  
eines, mètodes, etc.)

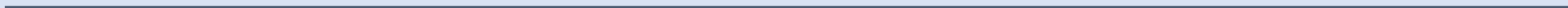
Millorar la relació i  
coordinació entre serveis i  
professionals

Actualitzar el pla funcional  
Validar indicadors





# Resultats



# DERIVACIÓ DE SOL·LICITUDS DE PRIMERA VISITA

## Dades Acumulades

	2019	2022	VAR
Psiquiatria	326	341	5%
Psicologia	153	218	42%
U Desintoxicacio	10	11	10%
<b>TOTAL</b>	<b>489</b>	<b>570</b>	

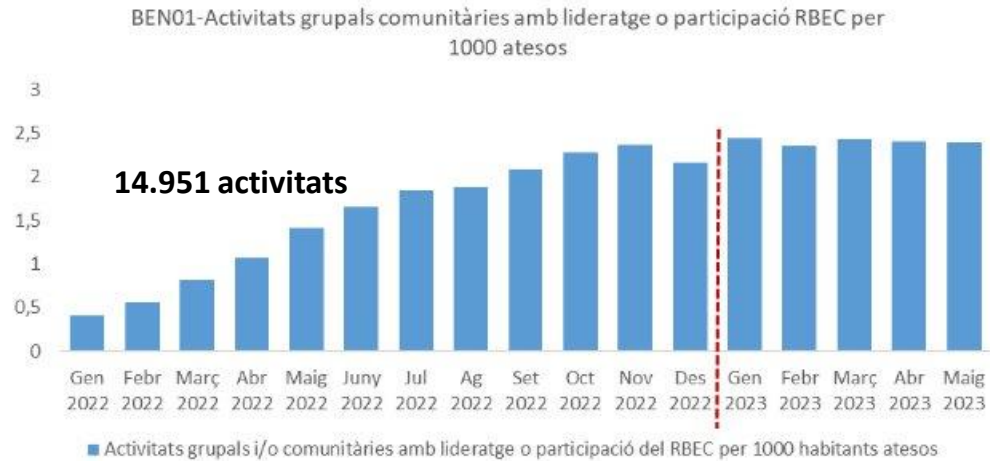
  

	2019	2022	VAR
Psiquiatria	359	305	-15%
Psicologia	251	150	-40%
U Desintoxicacio	58	28	-52%
<b>TOTAL</b>	<b>610</b>	<b>483</b>	

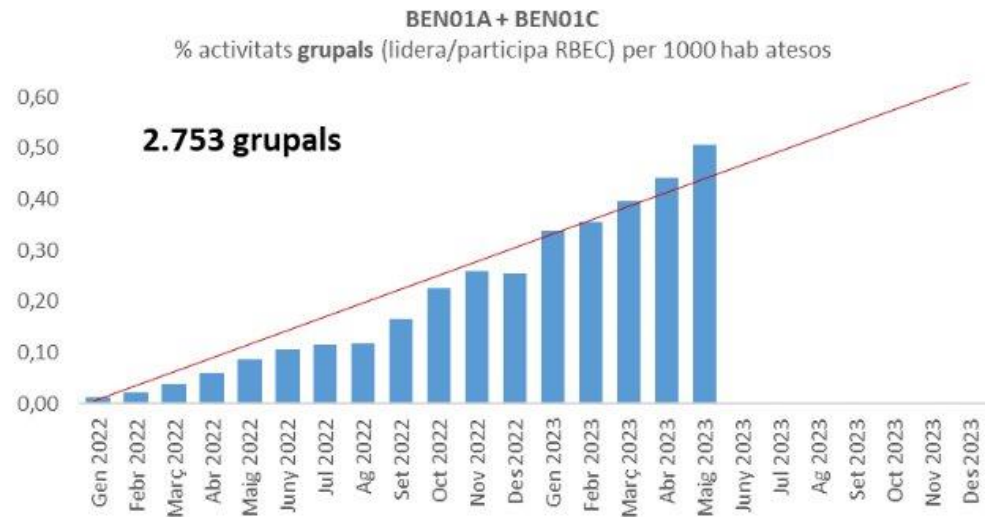


# Activitats grupals

- **BEN01 Activitats grupals i/o comunitàries amb lideratge/participació del RBEC per 1000 atès**



- **BEN01A + BEN01B**  
**Activitats grupals i/o grupals comunitàries amb lideratge/participació del RBEC per 1000 atès**



# Punts clau

- Davant de l'augment del risc psicosocial d'un gran nombre de persones, cal potenciar les eines que s'han mostrat efectives per a l'abordatge d'aquelles situacions de risc elevat per a la salut, desprotecció i/o vulnerabilitat.
- Resulta imprescindible analitzar aquestes situacions des d'una mirada àmplia i multidisciplinària, que concebi la salut en totes les seves dimensions i no només s'enfoqui a detectar i tractar la malaltia.
- Es necessari definir indicadors de resultats que tinguin en compte aspectes poblacionals segons el model de determinants de salut.

# Gràcies



**Dades de contacte**

**Carme Herranz**

Carrer del Comte Borrell, 305, 08029

[cherranz@clinic.cat](mailto:cherranz@clinic.cat)