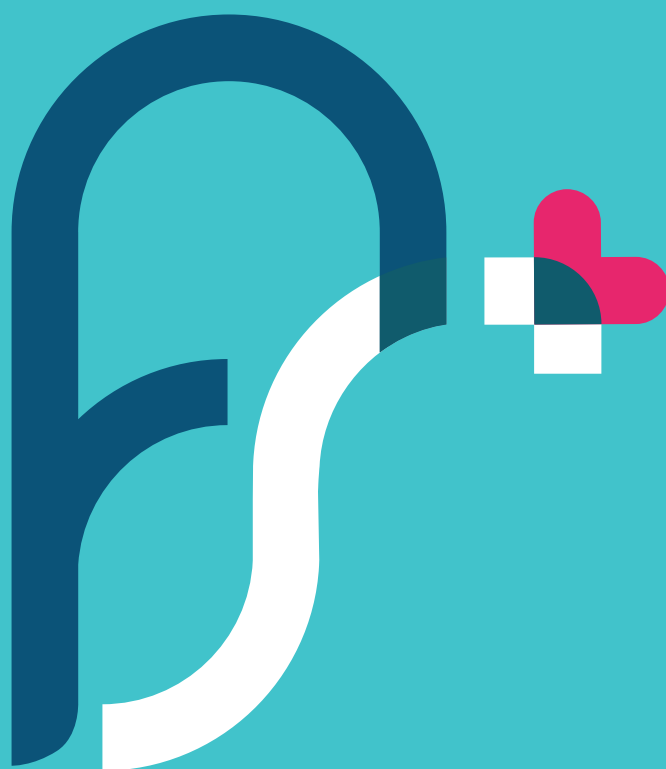




FUNDACIÓSALUT *plus*

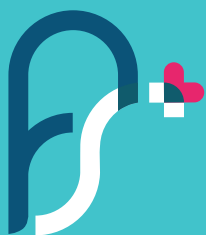
Atenció psicosocial a la persona amb malalties cròniques

MEMÒRIA D'ACTIVITATS 2023

Sant Cugat 28 de febrer de 2024

INDEX

1. INTRODUCCIÓ
2. EL PROJECTE DE INTERVENCIÓ COMUNITÀRIA AL 2023
 - 2.1. Necessitats detectades.
 - 2.2. Proposta i objectius.
 - 2.3. Metodologia.
 - 2.4. Població diana i accés al programa.
3. RESULTATS OBTINGUTS.
4. COMUNICACIÓ I DIFUSIÓ DELS RESULTATS.
5. INCORPORACIÓ I SEGUIMENT DELS VOLUNTARIS A LA FUNDACIÓ.
6. PROJECTES DE FUTUR.



1. Introducció

La Fundació Salut plus (FSP) va ser posada en marxa al març de 2019 a Sant Cugat del Vallès com a entitat privada sense ànim de lucre amb la missió de planificar i desenvolupar activitats d'atenció psicosocial a persones afectades per malalties cròniques i les seves famílies a l'àmbit comunitari, incloent l'atenció personalitzada a nivell ambulatori o a nivell domiciliari quan existeixen barreres de mobilitat o d'accessibilitat. Al 2020, com a continuació i intensificació de l'activitat previa, la FSP va participar en la convocatòria de la Fundació bancaria "la Caixa" per la "Promoció de l'autonomia personal i atenció a l'envelliment, a la discapacitat i a la malaltia" amb el projecte "Intervenció comunitària per fomentar l'autonomia, la salut mental i la qualitat de vida en persones amb malalties cròniques i avançades i famílies" finalitzada el setembre de 2021, mentre que l'Ajuntament de Sant Cugat va renovar la seva confiança en la FSP confiant una subvenció anual pel 2022 i el 2023. A les següents pàgines presentem les dades més significatives d'activitats de la Fundació referides al 2023 – es a dir de l'ú del gener fins al 31 desembre del 2023- un període marcat per la post pandèmia i per l'impacte posterior de la crisi iniciada per la guerra d'Ucraina i en Palestina. Per últim hem de resaltar i agrair el paper dels professionals, dels voluntaris i dels usuaris i famílies FSP durant aquest període, aportant el treball i la creativitat que ens ha permès avançar malgrat les dificultats existents.



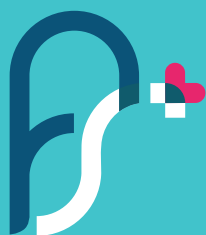
2. El projecte d'intervenció comunitària al 2023

2.1. Necessitats detectades.

Les malalties cròniques s'han convertit per la seva expansió i afectació en un dels problemes sanitaris i socials de la nostra societat. La persistència dels símptomes com dolor, malestar, disfuncions, incertesa i pèrdua d'autonomia entre d'altres, faciliten l'aparició de problemes de salut mental-especialment depressió- en més d'un 30% de les persones afectades i les seves famílies, complicant l'evolució i reduint de forma significativa la qualitat de vida. Les dades disponibles mostren que les intervencions més efectives per prevenir i tractar la depressió i altres problemes de salut mental en persones amb malalties cròniques inclouen la promoció d'hàbits saludables, l'aplicació de tècniques psicosocials de suport individual i grupal i d'autoajuda per afavorir el benestar emocional i l'afrontament de les dificultats derivades de les malalties.

2.2. Proposta i objectius.

El projecte de la FSP consisteix en l'aplicació d'una intervenció comunitària centrada en les persones amb malalties cròniques i les seves famílies amb l'objectiu general de millorar l'autonomia, la salut mental i la qualitat de vida en aquestes condicions al llarg d'un any en una mostra d'unes 160 persones afectades. Els objectius específics han estat el promoure un pacient actiu implicat en el seu procés, incrementar l'auto cura i la capacitat d'afrontament, reduir l'estrès, l'ansietat i depressió i millorar la percepció de qualitat de vida del pacient i les famílies.



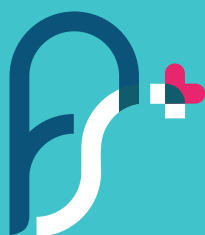
2.3. Metodologia.

El disseny de la intervenció inclou una avaluació prèvia i posterior de les mesures i indicadors. Els resultats esperats són la reducció significativa dels símptomes d'ansietat i depressió, l'augment de les mesures d'autonomia, de qualitat de vida i de satisfacció personal. La demostració dels resultats positius en el projecte pot permetre validar el model aplicat per a poblacions més extensa en un futur.

La intervenció va ser desenvolupada per l'equip assistencial de la fundació integrat per una psicòloga, treballadora socio-sanitària, un psiquiatre i la cooperació de voluntaris experts.

2.4. Població diana i accessibilitat al programa.

La població diana inclou les persones residents a Barcelona i al Vallès occidental i oriental que són afectats de malalties cròniques i inclouen malalties mentals, càncer, malalties respiratòries i cardiocirculatòries, fibromiàlgia, malalties neuro degeneratives, digestives o d'altres tant en pacients o familiars i cuidadors. Els pacients han accedit sobretot directament a FSP ja que el accés on-line, telefònic o presencial no requeria cap altre requisit. En menor proporció han estat derivats des dels Centres d'atenció primària, Serveis socials municipals, Unitat de crònics (UFC) , Hospital General de Catalunya , Hospital Mútua de Terrassa y Centres mèdics privats.



3. Resultats Obtinguts

Atenció a persones amb malalties cròniques.

3.1. Motius de consulta i diagnòstics.

Al llarg del 2023 s'han atès un total de 168 persones distribuïdes entre 141 persones afectades de malalties cròniques en primera persona (pacients) i 27 familiars o cuidadors. Les malalties cròniques principals que han estat motiu de consulta han sigut els problemes de salut mental (72), especialment la depressió i ansietat seguit del càncer (28). Altres malalties han estat les neuro degeneratives (19), les metabòliques (13), osteo-musculars (9), digestives (6), respiratòries (4) el Covid persistent (4) i altres (13).

3.2. Característiques de la població atesa.

La major part dels usuaris són residents al municipi de Sant Cugat (141) i la resta procedeixen d'altres municipis de la comarca del Vallès (Terrassa 3, Rubí 5, Sabadell 1, Cerdanyola 2) del barcelonès 2, maresme 2 i altres (2). L'edat dels usuaris compren l'interval de 18 anys fins als 81 amb una mitjana de 63 anys. El sexe predominant és femení (74%).

La font de derivació o de contacte amb la Fundació ha estat en la gran majoria per recomanació d'altres usuaris (52%), per contacte amb la línia oberta del programa de suport (14 %) per derivació de professionals d'atenció primària (13 %), derivació de serveis socials (11 %) o d'altres recursos (10%).



3.3.Modalitats d'atenció individual.

Com ja s'ha manifestat prèviament, les condicions de restricció social i de reducció de contactes físics han determinat un us extensiu de les modalitats telemàtiques i de teleconsulta. No obstant la major part de les activitats han estat presencials per la dificultat d'accés de la població més envellellida al mitjans telemàtics i a internet. En total a l'any 2023 s'han fet 1972 atencions individuals, de las quals la gran majoria han estat d'atenció psicològica i presencials.

TIPUS D'ATENCIÓ	PRESENCIALS		TELEMÀTIQUES		TOTAL
	PRIMERES	SUCCESSIVES	TELFÒNIQUES	VIDEOCONSULTES	
PSICOLOGIA AMBULATORIA	121	911	42	26	1100
PSICOLOGIA DOMICILI	4	32			36
SERVEI ATENCIÓ DOMICILI	28	467			495
PSQUIATRIA	23	60	6	3	92
TOTAL	176	1470	48	29	1723

3.4.Modalitat d'atenció grupal i de tallers.

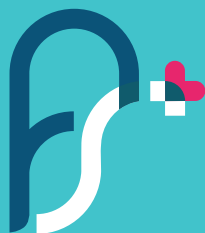
Els grups i tallers desenvolupen una funció important a la Fundació ja que aporten una font de coneixement i de pràctica que fomenten la interacció social, la millora de les habilitats cognitives, manuals i d'escolta solidària. Es realitzen al l'espai d'activitats del centre cívic "Xalet negre" de Sant Cugat del Vallès i des del gener al desembre de 2023 per mitjans mixtes :presencial i telemàtics (vídeo conferència).

1. Grups psico educatius.

Dirigits per professionals i/o voluntaris, tenen una freqüència setmanal i una duració de dues hores . El focus de les sessions és el coneixement de les malalties cròniques específiques, els problemes vinculats i les estratègies dirigides a afrontar-les amb participació dels assistents. S'han realitzat un total de 11 sessions de grup-tallers: presencials amb una mitjana d'assistència de 10 pacients o familiars per sessió, total 110).

2. Taller de loga

Dirigits per la Professora de loga s'han realitzat de forma setmanal els dimarts de 12 a 13.30 . Els objectius han estat fomentar un espai de connexió amb el cos, la relaxació, la visualització i l'atenció plena per fomentar l'autocontrol de les emocions, l'acceptació i l'autosuperació. S'han realitzat un total de 30 sessions, 26 presencials i 4 telemàtiques amb un promig 12 assistències (360 en total).



3. Taller d'Artteràpia.

Sota la direcció Joana de Mestre, professora d'Artteràpia, el taller es desenvolupa setmanalment els dijous de 15.30 a 18h amb l'objectiu de fomentar l'experimentació i expressió personal mitjançant els colors i formes inspirades a la natura. Al llarg del 2023 s'han realitzat 20 tallers presencials amb una mitjana de participació de 10 pacients per setmana (200 assistències).

4. Taller de relats curts.

És un taller centrat en el coneixement i foment de l'expressió emocional i creativitat com a eina terapèutica i de socialització. Durant l'any 2023 s'han realitzat 25 sessions telemàtiques amb un total de 7 assistències per sessió (175).

5. Taller de cine fòrum, micro-relats i taller de lectura "llegim".

Activitats alternants que proposa diferents activitats: visionat de film, construcció de micro-relats o el taller de lectura conjunta "llegim", Te una freqüència quinzenal en format presencial (11 sessions) o telemàtic (4 sessions) amb un total de 32 assistències telemàtiques i 96 presencials.

6. Taller de suport emocional "flow" (fluir).

L'objectiu del taller és dotar d'eines emocionals davant l'adversitat. S'han realitzat un total de 8 sessions presencials i 2 telemàtiques individuals, amb la participació de 11 usuaris amb un total de 124 assistències.

7. Taller de teatre.

El grup de teatre esta compost per 12 membres sota la coordinació i direcció de J.R.Porqueres. Realitzen una reunió i assaig setmanal utilitzant la dramatització de situacions socials, el relativisme i la interpretació de situacions relacionades amb les malalties cròniques. Han realitzat un total de 28 sessions i 280 assistències.

GRUPS TERAPÈUTICS	DURADA	SESSIONS	ASSISTÈNCIES ON-LINE	ASSISTÈNCIES PRESENCIALS	TOTAL
PSICO EDUCACIÓ	2 h	11	--	110	110
IOGA	1,5 h	30	48	312	380
ARTTERÀPIA	2,5 h	20	--	200	200
CINE FORUM	2 h	15	32	96	128
FLOW (FUIR)	1,50 H	10	14	110	124
PILATES	1,5h	25	--	125	125
TEATRE	2 H	28	-	280	280
TOTAL					1347

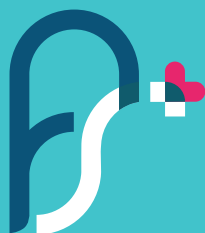


3.5. Activitats socials.

L'objectiu general de les activitats socials és fomentar la socialització i evitar l'aïllament i la solitud no desitjada en els usuaris i familiars de la FSP a l'hora que augmenta la xarxa social vinculada i es ressalten determinades celebracions. Les activitats socials són en definitiva actes festius programats de forma periòdica per la FSP i que reuneixen la major part de usuaris actius (pacients, familiars), voluntaris i professionals. Un exemple és la celebració de dates significatives com la festa de l'estiu (Juliol 2023), Concert Solidari a Sant Cugat, Teatre Auditori St. Cugat (Obra de Teatre feta pels usuaris i festa de Nadal (desembre 2023).

- La festa de Celebració d'estiu va ser celebrada amb la participació dels voluntaris (mes de 20), pacients, familiars i professionals en un clima de camaraderia i bones vibracions.
- L'obra de Teatre a l'Auditori de Sant Cugat omplint el aforo de 700 persones el 26-10-2021 a les 21 hores amb la participació de pacients i familiars, voluntaris i professionals de la FSP. Va comptar també amb l'actuació de la Jana amb l'oboe i va ser un gran èxit. .. aquest acte va coincidir amb el "dia de les malalties cròniques".
- La festa del Nadal (desembre 2023) vàrem comptar amb voluntaris i professionals i vàren venir 81 usuaris.

Per últim, el transcurs de l'activitat de la FSP ha significat la reunió mensual dels voluntaris i els professionals -unes 20 persones de mitjana durant dues hores – amb els objectius de millora de la metodologia, proximitat i coneixement de la realitat dels malalts crònic i llurs famílies durant la pandèmia.



4. Resultats obtinguts

La comunicació dels aspectes més destacats del projecte te ha quedat registrada a la web de la fundació (www.fundaciosalutplus.cat) ressaltant les entrevistes i publicacions en mitjans de comunicació d'àmbit local que resumim a continuació.



PER QUÈ A MI?

OBRA DE TEATRE QUE TINDRÀ LLOC AL TEATRE AUDITORI DE SANT CUGAT DEL VALLÈS EL DIMECRES 12 D'ABRIL A LES 20h.

La Fundació Salut Plus s'ocupa de l'atenció psicosocial de persones amb malalties cròniques. Gràcies a l'augment de l'esperança de vida entre d'altres, podem constatar la realitat flagrant de l'increment progressiu de la "CRONICITAT" en el present de les nostres vides. Paraula complexa, vol dir no cura... no ens ressona, sembla que en defugim, que ens sigui aliena que ens suggereixi rebuig com si, en general, no anés amb nosaltres i... res més lluny!

És per això que varem decidir representar les escenes quotidianes de persones que pateixen la "cronicitat": aquesta apareix sense avisar i s'instal·la en el nostre present envaint el nostre cos, provocant canvis permanents en la nostra vida i la de les persones que ens envolten.

Animeu-vos a contactar amb aquesta "nostra realitat" venint a veure l'obra, deixant que els nostres sentits captin i es deixin captivar simplement pel que ens succeeix o pugui aparèixer en un futur no tan llunyà i, alhora, aprenguem que hi podem conviure, fins i tot, ser feliços malgrat les limitacions.

L'obra us farà emocionar, riure, plorar i, sobretot, ajudarà a posar-vos a la pell d'un malalt crònic i els seus múltiples moments de grandesa interior.





Actors amateurs, els directors -Roger Pallàs i Marta Duran-, i membres de la Fundació Salut Plus
Foto: Cugat Mèdia.

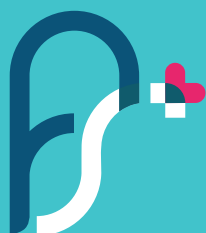
4.2.EXPOSICIÓ A L'ESPAI LLUÍS RIBAS

Dijous, 20 d'abril de 2023

Avui presentem una exposició molt especial de l'artista Lluís Ribas, són els dibuixos que no es mostren habitualment, els esbossos que es fan en la intimitat de l'estudi, els quals, uns acabaran esdevenint una pintura, i els altres quedaran sempre...

4.3.PER QUÈ A MI? OMPLE EL TEATRE AUDITORI !

El 22 de d'abril de 2024 es va representar amb gran èxit l'obra Per què a mi? al Teatre Auditori de Sant Cugat del Vallès. Vam omplir! Gràcies als usuaris/actors, al director Roger Pallàs i a les autoritats que ens van seguir!



4.4. FESTA DEL DIA DE LES MALALTIES CRÒNIQUES

Divendres, 28 d'octubre, 2022

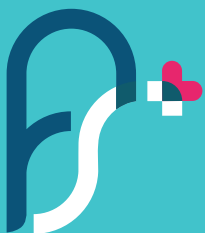


Claudia Massé: "cal prendre consciencia sobre la realitat de les malalties cròniques"



El 26 d'octubre de 2023, Dia de les Malalties Cròniques, vam tenir el plaer de compartir la tarda amb els nostres usuaris/àries per fer-ne la pertinent celebració. Vam poder sentir de viva veu els nostres usuaris explicant com seduirien a altres pacients a gaudir del ventall d'oportunitats, tant sanitàries com de socialització, que ofereix la Fundació Salut Plus. Van ser moments molt emocionals. Per arrodonir la vesprada, la Núria Rossy, cantautora, ens va inspirar amb la seva veu i melodies precioses. Tot plegat, un èxit! Esperem continuar gaudint del Dia de les Malalties Cròniques, tots junts i en harmonia.

Moltes gràcies a tots per fer-ho possible!



4.5. DIRECTORI ENTITATS AJUNTAMENT DE SANT CUGAT DEL VALLÈS.

<https://www.santcugat.cat/directori/fundacio-salut-plus9>

Ajuntament de Sant Cugat 2021

Sanitaris i serveis socials

Fundació Salut Plus

Plaça d'en Coll, 4 - 08172 Sant Cugat del Vallès

675 700 737

fundaciosalutplus@fundaciosalutplus.cat

www.fundaciosalutplus.cat

Horari d'activitat:

de dilluns a divendres taller individual de 9 a 15h,

dilluns de 10 a 13h consulta psiquiàtrica,

dimarts de 9 a 14h tallers de grup i relaxació,

dimarts i dijous de 17 a 19h.

Horari d'atenció al públic:

dilluns i divendres, de 9 a 15h,

dilluns de 10 a 13h, dimarts de 9 a 14h,

dimarts i dijous de 17 a 19h.

Més informació: Fundació Salut Plus.

4.6. ALTRES NOTICIES DE LA WEB.

<https://www.fundaciosalutplus.cat/noticies/>

A nivell de comunicació la Fundació té diferents dianes: els usuaris/es, voluntaris/es, empresa privada, empresa pública, fundacions privades/públiques, la societat, etc. Per cadascun d'ells la manera d'abordar la comunicació serà diferent i amb objectius específics.

El centre de tot és el pacient o usuari/ia. Està permanentment ben comunicat per mitjans privats i públics, així com amb la directora de la Fundació com amb els diferents voluntaris o comissions que l'han d'assistir. Els voluntaris/es estan comunicats entre si a través de comunicacions privades o bé mitjançant l'enllaç via directora. La Fundació es comunica amb la resta de la població a través de la seva pàgina web. S'han editat pòsters, roll up i tríptics amb tota mena d'indicacions per posar-s'hi en contacte i/o aportar donacions. Tot segueix una mateixa línia gràfica, molt sòlida, que pretén captar l'atenció i ser memoritzada per part del potencial usuari/a, voluntari/a i donant. De cara al branding, esmentat als objectius de la Fundació, s'implementaran campanyes a xarxes socials, que es retro alimentaran amb la pàgina web i d'altres elements propis de la comunicació off line.



5. Incorporació i seguiment dels voluntaris a la fundació

La nostra política de voluntariat està d'acord amb la nostra missió, els valors i la visió de compromís social, respecte, disponibilitat, integritat, dignitat i ètica.

Definim Voluntari com la persona que, de forma altruista i compromesa, sense contraprestació econòmica ni qualsevol altra, realitza activitats que s'emmarquen en els àmbits que integren la seva missió: escoltar, acollir, acompanyar i donar suport a les persones amb malalties cròniques i avançades així com el treball en altres àmbits de la Fundació.

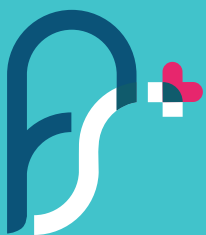
A la Fundació hi ha molts àmbits i nivells d'actuació on poden estar adscrits els voluntaris, segons el perfil del voluntari i el nivell demanat :

- Col·laborar acompanyant a les persones segons necessitats en el procés de la malaltia de final de vida.
- Col·laborar en l'estructura de la Fundació a diferents nivells.
- Recursos.
- Col·laborar en actes, campanyes, festes.
- Col·laborar en activitats psico educatives o d'altres.
- Col·laborar en la sensibilització de la comunitat.

El voluntari ha d'obtenir informació sobre el funcionament, les finalitats i objectius de la Fundació. Ha de conèixer l'acció voluntària i mitjans per dur-la a terme i rebre tota la formació a nivell general i específica de la seva tasca. Serà tractat amb respecte i participarà activament en la creació, execució i avaluació de les activitats/programes. Estarà cobert mitjançant la corresponent pòlissa d'assegurança com a beneficiari pels riscos d'accidents i danys que involuntàriament podria causar a tercers per raó de la seva activitat. Definir lliurament el seu compromís, temps de dedicació i responsabilitat.

Haurà de realitzar l'activitat a que s'ha compromès amb responsabilitat, gratuïtat i donant suport a la Fundació amb tot el respecte a les normes internes establertes i actuar amb confidencialitat respecte a les informacions rebudes, conegudes preservant tant els drets de l'usuari com de la Fundació. Participar en les reunions de supervisió i tenir un referent de consulta continuada a la Fundació.

Durant el període 2022 s'han incorporat un total de 4 nous voluntaris a la Fundació i a la vegada han sigut baixa 2.



6. Conclusions i projectes de futur.

Després de valorar els diferents objectius generals i les activitats realitzades al 2023 podem concloure que s'han complert la majoria dels objectius proposats pel Patronat de la FSP, els professionals, els voluntaris i usuaris.

En primer lloc, l'accés dels usuaris al projecte s'ha situat dins els límit previstos permetent la nova vinculació de 168 persones distribuïdes entre 141 persones afectades de malalties cròniques en primera persona (pacients) i 27 familiars o cuidadors. La severitat dels diagnòstics dels pacients participants posen de manifest l'important risc per la salut física i la salut mental que representa aquest segment de la població. Respecte a l'aïllament i la solitud no desitjada, la FSP ha permès un contacte regular, presencial i online amb els pacients i familiars mantenint una mitjana de mes de 10 contactes per pacient a l'any per recollir les demandes d'atenció no resoltes, tant a nivell individual com grupal.

En segon lloc, la gran part dels pacients i familiars han incrementat el grau de coneixement de les malalties, les possibilitats de millora i afrontament en relació a la formació rebuda als tallers de psico-educació i de suport emocional, a l'hora que han vist incrementada la seva capacitat per resoldre conflictes i millorar el clima familiar.

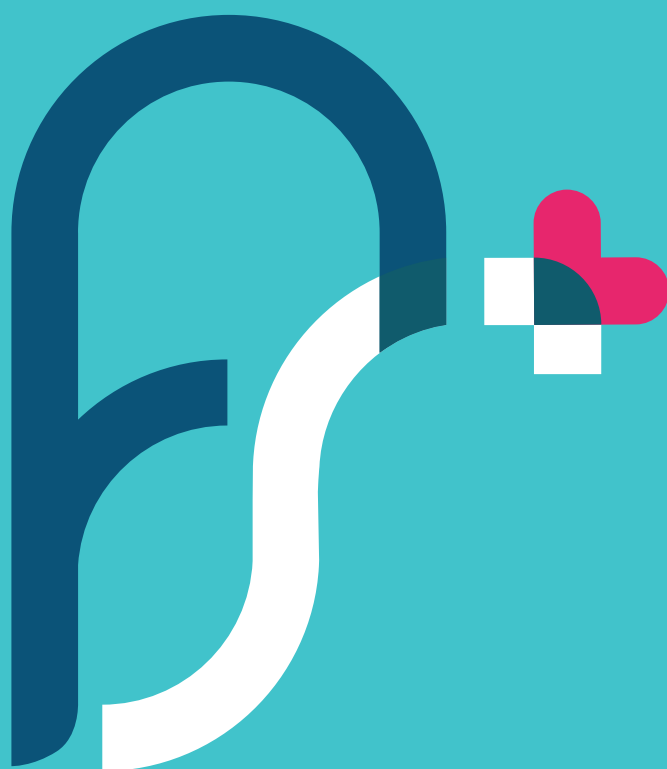
Un tercer aspecte molt remarcable ha estat l'accés a múltiples demandes espontànies que ha permès visualitzar les necessitats emergents a la comunitat, tant per suport emocional com per orientar i informar a les persones afectades i les seves famílies.

En resum, la FSP ha mostrat que la integració d'un únic recurs comunitari que reuneix aspectes assistencials, de socialització i psico-educatius amb persones amb malalties cròniques i llurs famílies, constitueix un sistema d'atenció efectiu tant per la detecció i resolució dels problemes socials i de salut que afecten a les persones com per el seu dinamisme i el seu cost limitat.

Com a nous reptes de futur, la Fundació preveu desenvolupar nous projectes

enfocats en la millora de la salut i la qualitat de vida percebuda per persones i familiars amb malalties cròniques a la comunitat considerant l'ús de noves tecnologies que permetin l'accessibilitat a la població i la combinació de tècniques d'intervenció psicològica, intervenció social i a activitats psico-educatives en mostres més amples.





FUNDACIÓSALUT *plus*

Atenció psicosocial a la persona amb malalties cròniques