

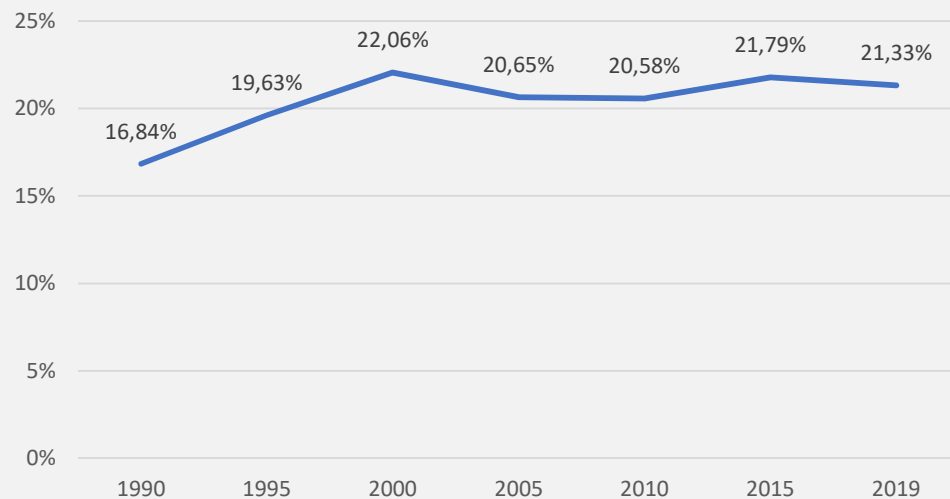
Intervencions comunitàries per afavorir els vincles i la participació de la gent gran



Pilar Ramos i
Servei Salut Comunitària

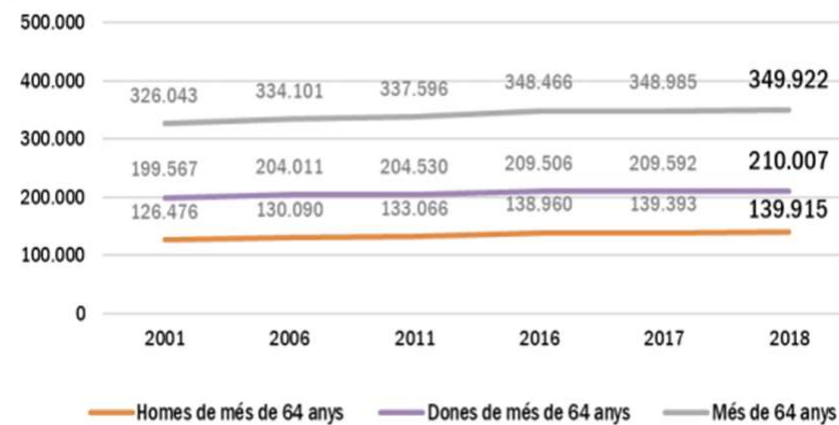
Algunes dades de la ciutat de Barcelona

% de persones >64 anys



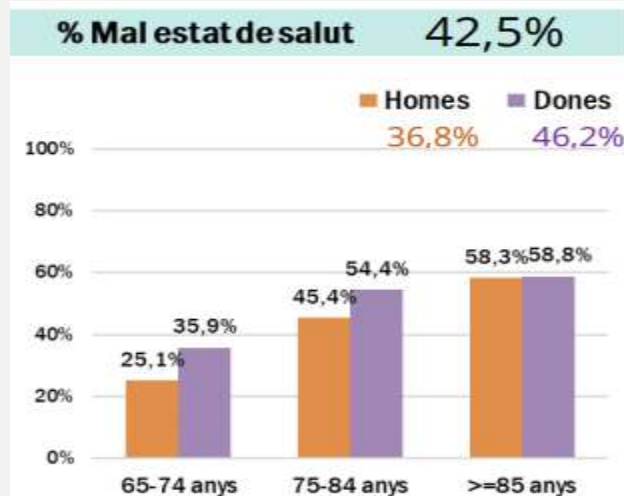
Font: IDESCAT. Indicadores demogràfics y de territorio (2019)

Evolució del nombre persones de més de 64 anys

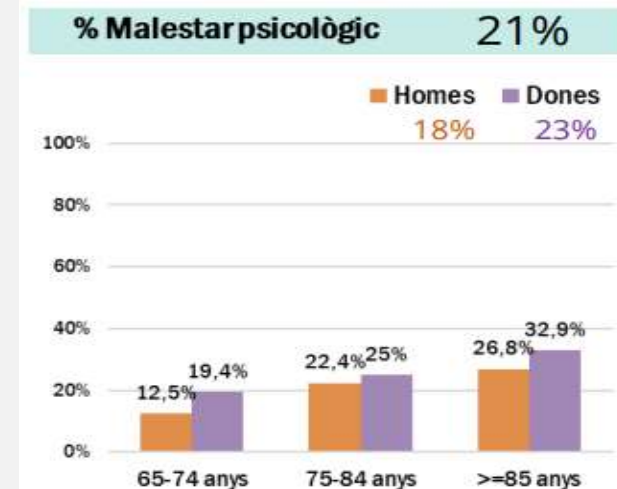


Font: Padró d'habitants, Ajuntament de Barcelona (2018)

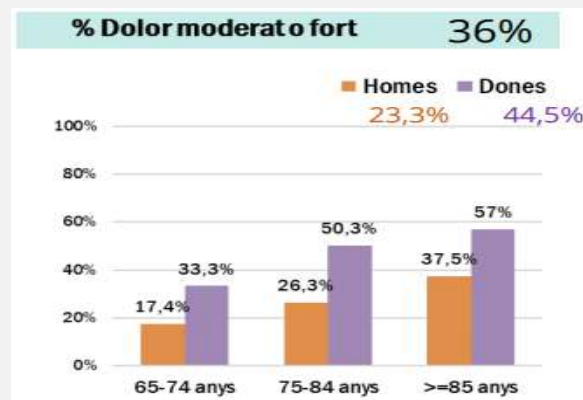
Salut en persones de més de 65 anys



Font: Enquesta de Salut 2016/2017, ASPB

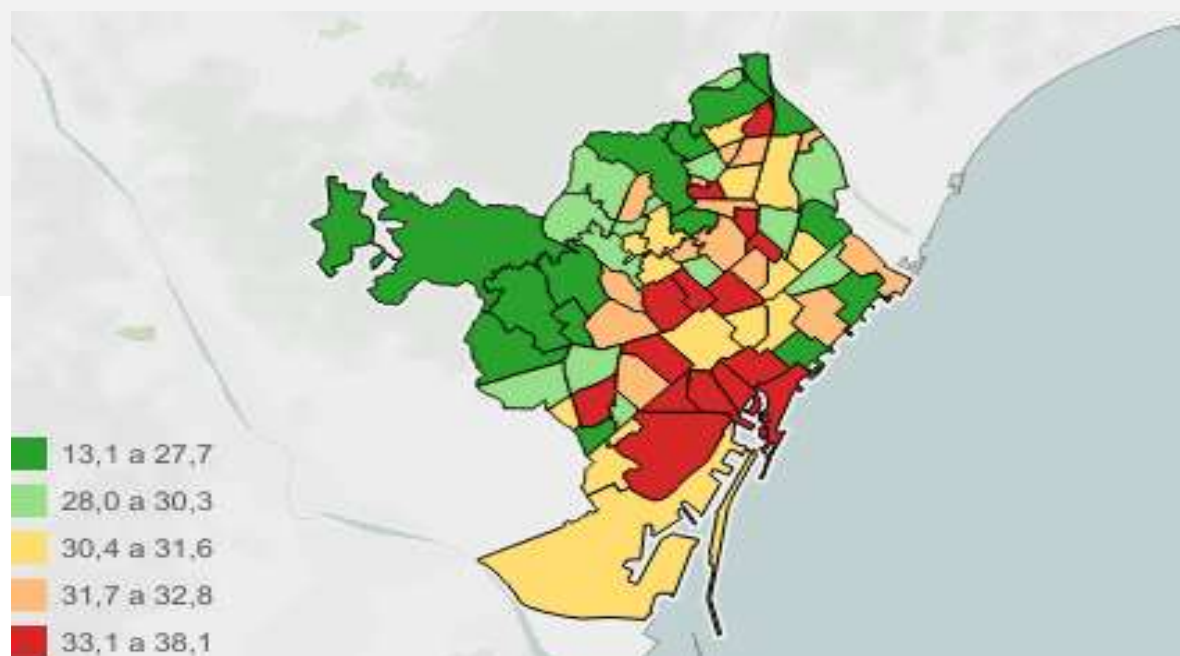


Font: Enquesta de Salut 2016/2017, ASPB



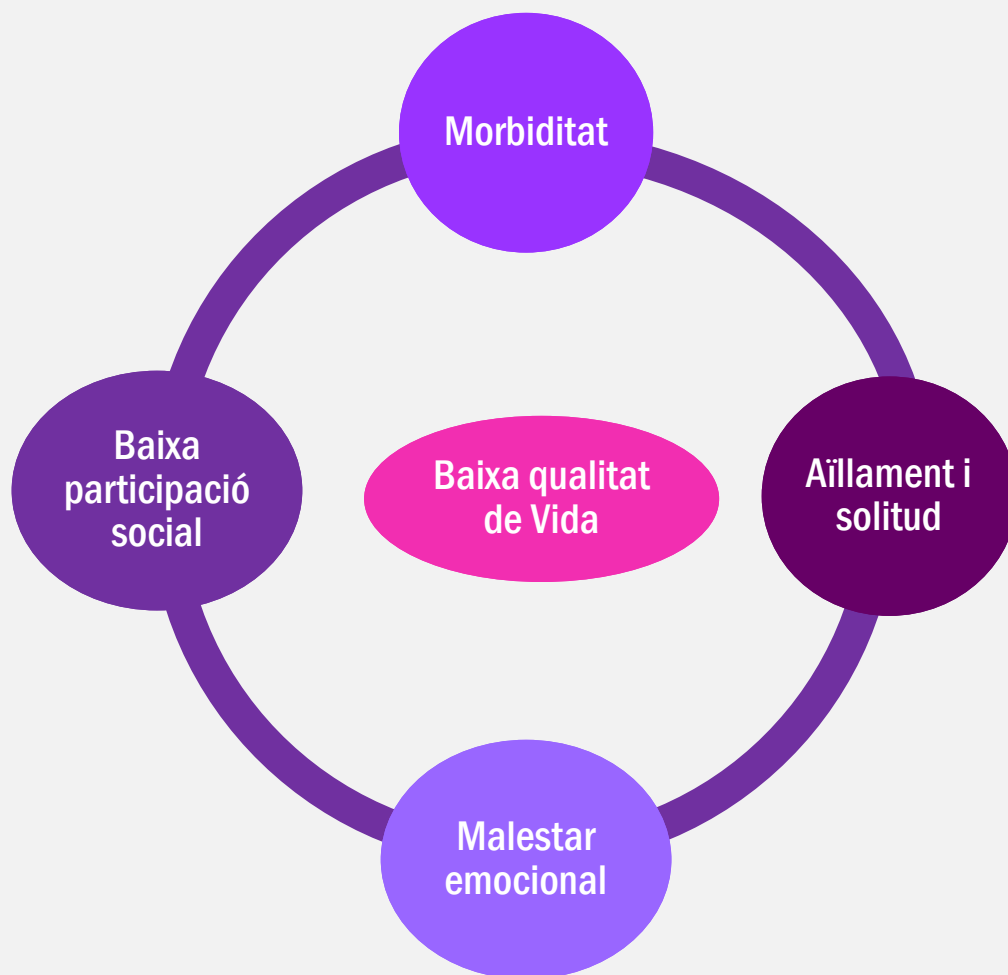
Font: Enquesta de Salut 2016/2017, ASPB

Percentatge de persones de més de 74 anys que viuen soles (2018)



Font: Infobarris (2018): <https://www.aspb.cat/docs/infobarris/index.html>

Quines són les conseqüències?



Quines intervencions proposem?

Intervencions que millorin...

- La capacitat d'autocura
- L'activitat física
- La participació social i comunitària

Escoles de Salut de la Gent Gran

- **Objectiu:** és millorar la qualitat de vida i reduir l'aïllament social de les persones > 60 anys.
- Entre 18-21 sessions amb freqüència setmanal de 60-90 minuts.
- Entre 25-40 persones per Escola
- Diversos temes: hàbits saludables, seguretat, drets, cultura, salut emocional, activitat física, sessions intergeneracionals, (...)
- Participació dels diferents agents del territori
- 599 persones participants en tota la ciutat de Barcelona l'any 2019



“Escoles de Salut de la Gent Gran”



Activa't

- **L'Objectiu:** és fomentar la pràctica d'activitat física en la població >40 anys mitjançant exercicis suaus en espais oberts de la ciutat.
- **Es fa 2 dies a cada parc:** 1 dia es Tai Txí i Txi kung (1h) i l'altre caminades i exercicis de memòria (1h)
- **Coordinat per Institut Barcelona Esports (IBE), Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB), CSB i Parcs i Jardins formen part del grup de seguiment**
- **799 persones participants en tota la ciutat de Barcelona l'any 2019**



Baixem al carrer

- **Objectiu:** Reduir la solitud i millorar la qualitat de vida de persones majors de 65 anys aïllades socialment per problemes de mobilitat, barreres arquitectòniques i dificultats per anar soles pel carrer.
- **Població diana:** > 65 anys.
- **Contingut:** Sortides individuals, preferentment setmanals amb 1 o 2 voluntàries. El programa el gestiona les entitats Creu Roja i Airun.
- 187 persones participants en tota la ciutat de Barcelona l'any 2019.



Tallers de memòria

- **Objectiu:** prevenir les pèrdues de memòria associades a l'envelliment i promoure l'autonomia personal i la qualitat de vida.
- **Població diana:** persones majors de 65 anys sense deteriorament cognitiu.
- **Contingut:** 10 sessions d'estimulació cognitiva en grup, conduïdes per una professional sòcio-sanitària especialitzada durant 90 minuts.
- **Total de participants:** 24 persones
- **Llocs:** Barri Gòtic i el Carmel (24 persones)



Endavant!

- **Objectiu:** Crear un espai accessible per compartir com alimentar-se adequadament en un entorn de proximitat.
- **Població diana:** Persones majors de 65 anys.
- **Contingut:** S'han realitzat 5 sessions de tres hores amb freqüència quinzenal, on es comparteixen coneixements relacionats amb l'alimentació, així com eines per millorar la gestió de l'economia domèstica.
- **Lloc:** Bon Pastor i Baró de Viver – 8 persones



El Gran circ

- **Objectiu:** Promoure el benestar físic, emocional i social de les persones participants mitjançant l'aprenentatge de tècniques de circ.
- **Població diana:** Persones >65 anys dels barris de Trinitat Nova, Roquetes i Verdum.
- **Contingut:** El programa engloba la realització de 2 sessions de prova i 8 de taller. Al final del taller es fan 4 mostres, una d'elles intergeneracional amb escolars de l'Institut Escola de Trinitat Nova.
- **Participants:** 18 persones



Altres intervencions

- Ens Movem: Espai de Mar (La Barceloneta, Ciutat Vella)
- Sortides grupals amb persones grans en situació d'aïllament (El Raval, Ciutat Vella)
- Acompanyament (Poble-sec, Sants-Montjuïc)

Reptes futurs i reflexions

- **Protocols d'intervenció disponibles i replicables (ESPG)**
- **Programes i intervencions comunitàries sostenibles, compartides**
- **Facilitar la participació en la presa de decisions de les persones grans**
- **Incrementar la cobertura de les intervencions**
- **Fomentar intervencions inter-generacionals**
- **Millorar el monitoratge de les intervencions**
- **Reforçar les aliances intersectorials: derivacions, millor coordinació**
- **Realitzar avaluació de l'impacte**



Reptes futurs i reflexions

- Què ha canviat el COVID?

Intervencions pensades des de la presència.

- **Bretxa digital** (manca de coneixements, dispositius, accés a wifi)

Digitalitzar sessions: generarà desigualtats

- **BaC i Activa't** mesures d'higiene i protecció recomanades
- **Territoris amb comunitat arrelada** (taules de gent gran): més sostenibilitat
- **Seguiment** de les persones participants
- **Detecció de noves necessitats:** identificació de aïllament social i deteriorament salut emocional



Reptes futurs i reflexions

- Què ha canviat el COVID?

Força de la comunitària: el treball intersectorial i la participació de la comunitat pot contribuir a:

- 1) Facilitar una resposta adaptada al context en cas de crisi sanitària; i
- 2) Mitigar els efectes derivats d'aquesta crisi econòmica i social.

Resposta coordinada amb ciutadania i entitats: veritables motors solidaris

Necessitat de presència: contacte físic, aprenentatge cooperatiu grupal

PROACTIVES EN POSAR VEU ALS MES VULNERABLES: generar espais/intervencions, denunciar les desigualtats.