

08/06/2018

Com reduir les desigualtats en salut a zones urbanes desfavorides?



Un equip format per membres de la Fundació Salut i Envel·liment (UAB) i el CAP Sardenya ha dut a terme l'estudi AEQUALIS, en el qual han desenvolupat i avaluat l'eficàcia d'una sèrie d'intervencions locals per reduir les desigualtats en salut, adaptada a les necessitats i contextos locals de persones majors en situacions vulnerables.

Intervenció en el Centre d'Atenció Primària La Marina (Barcelona). Foto: Teresa Graell

Per reduir desigualtats en salut, es necessari incidir en polítiques públiques que promoguin canvis estructurals dirigits als determinants socials de la salut. La literatura ha posat de manifest la necessitat de desenvolupar intervencions promogudes per els agents locals de salut per incidir en els determinants de salut intermedis susceptibles de ser modificats: l'autocura, l'alfabetització per a la salut i el capital social. Aquests tres mediadors, estretament relacionats entre sí, són objectes del present estudi.

L'estudi AEQUALIS pretén desenvolupar i avaluar l'eficàcia d'una intervenció dirigida a promoure l'autocura, l'alfabetització sanitària i el capital social, en la millora de la seva salut percebuda com a indicador de reducció de les desigualtats en salut. És un assaig clínic aleatoritzat, controlat, paral·lel, obert i pragmàtic en el que hi han participat 390 persones majors de 60 anys que perceben la seva salut com a regular o dolenta i que viuen en zones urbanes desfavorides.

La intervenció grupal, anomenada “Sentir-nos Bé”, consta de 12 sessions de dues hores de durada. Les activitats faciliten l'intercanvi d'experiències entre els participants i estan dirigides a: entendre per què és important tenir cura de la salut i com es pot fer; millorar l'equilibri i la flexibilitat mitjançant exercicis suaus; identificar i manejar les emocions mitjançant exercicis de respiració i relaxació; saber com es pot menjar de forma més sana, senzilla i econòmica; millorar la relació amb les persones de l'entorn; conèixer les activitats que es poden realitzar al barri; millorar la comunicació amb els professionals de la salut que els atenen, i reflexionar sobre com poden augmentar la seva autonomia personal en situacions quotidianes. La dinàmica grupal ha estat orientada a generar suport mutu entre les persones participants per crear un clima de confiança en el qual poguessin trobar ajuda per reconèixer els hàbits i la presa de decisions quotidianes que poden millorar o canviar per aconseguir un estil de vida més actiu i saludable.

Entre setembre de 2015 i abril de 2017 es van desenvolupar les intervencions grupals en 16 centres d'atenció primària de Barcelona, Badalona, Hospitalet, Cornellà, Blanes i Reus. Nou de les 12 sessions es realitzen en els mateixos centres d'atenció primària, i tres van consistir en sortides al barri en grup: una passejada saludable pel barri, una visita a un supermercat i una visita a un centre cívic.

L'estudi aporta evidència sobre com implementar una intervenció adaptada a necessitats i contextos locals de persones grans que viuen en situacions de vulnerabilitat, i també ajudarà a entendre com la salut individual i les trajectòries socials estan vinculades a les desigualtats.

L'estudi AEQUALIS està promogut per la Fundació Salut i Envel·liment UAB i el CAP Sardenya, i compta amb la col·laboració de RecerCaixa, un programa impulsat per l'Obra Social “La Caixa” i l'Associació Catalana d'Universitats Públiques (ACUP).

Sergi Blancafort Alias

Fundació Salut i Envel·liment UAB

sergi.blancafort@uab.cat

Laura Coll-Planas

Fundació Salut i Envel·liment UAB

laura.coll@uab.cat

Rosa Montesión Nadal

Centre d'Atenció Primària Sardenya

monteserin@eapsardenya.cat

Referències