



RECURSOS PER A LA SALUT I EL BENESTAR DE LA GENT GRAN DE SANT ANTONI

Mapa d'Actius en Salut

17 d'octubre de 2019

LA COMISSIÓ DE GENT GRAN I EL MAPA D'ACTIUS



Els inicis...

Diagnòstic de
salut del barri
(juliol 2017)

Comunitària de
Sant Antoni
(inici 2018)

Creació de la
Comissió de
Gent Gran

LA COMISSIÓ DE GENT GRAN

- Participants
- Objectius

Participants:



ESPAI GENT GRAN SANT ANTONI



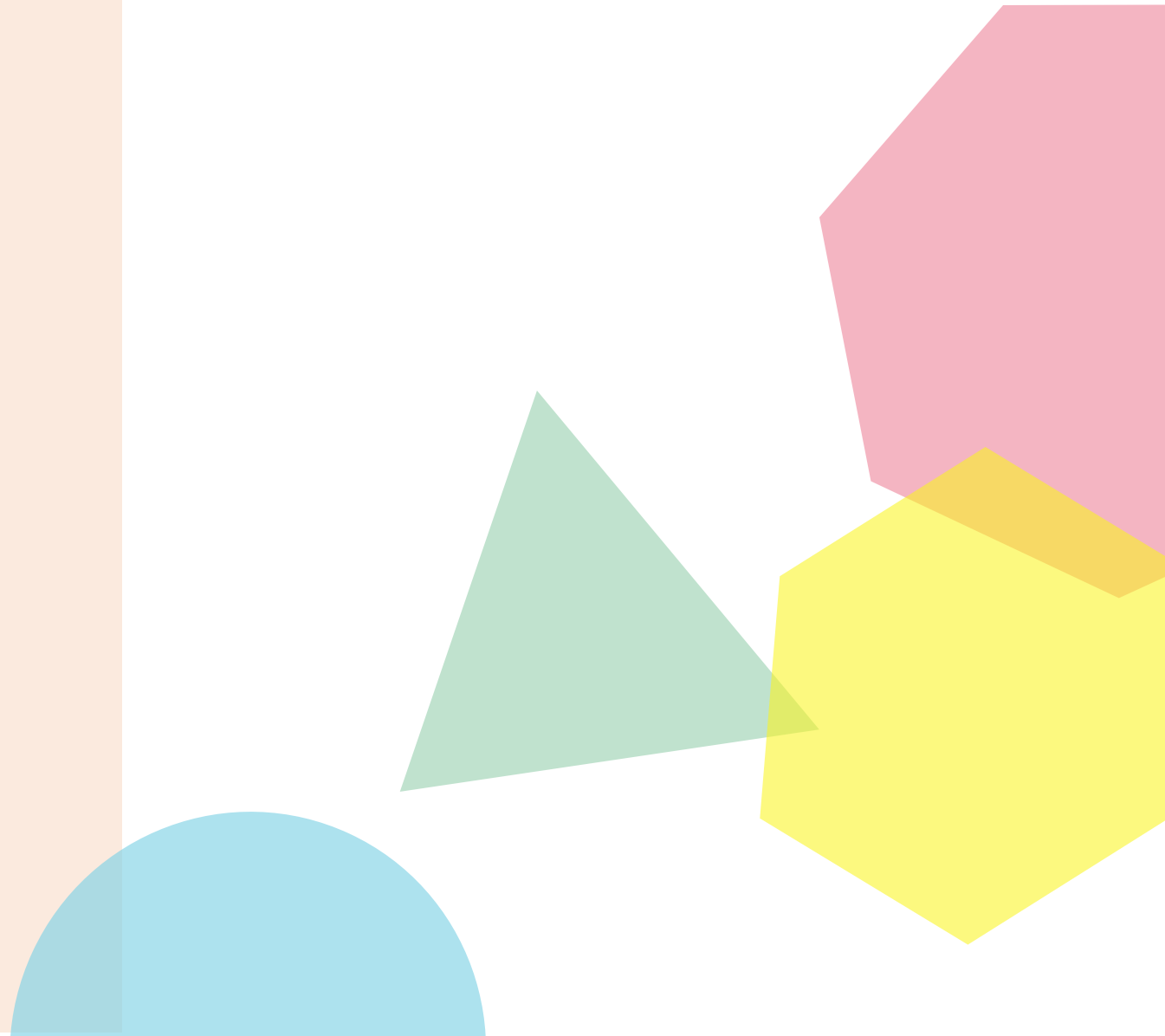
Els objectius:

- **Sensibilitzar a la població sobre la soledat no desitjada** en la que viu part de la gent gran del barri.
- Sensibilitzar sobre la importància de **detectar aquesta solitud** en el veïnatge.
- **Fer entendre els motius** que generen aquesta situació, per prevenir-los.
- Donar a conèixer, impulsar i potenciar **l'ús de la prescripció social**.
- **Millorar la coordinació** entre serveis, equipaments i entitats, fent xarxa, per optimitzar els esforços que ja fan les i els professionals que treballen per a la gent gran del barri, donant resposta a les seves necessitats.



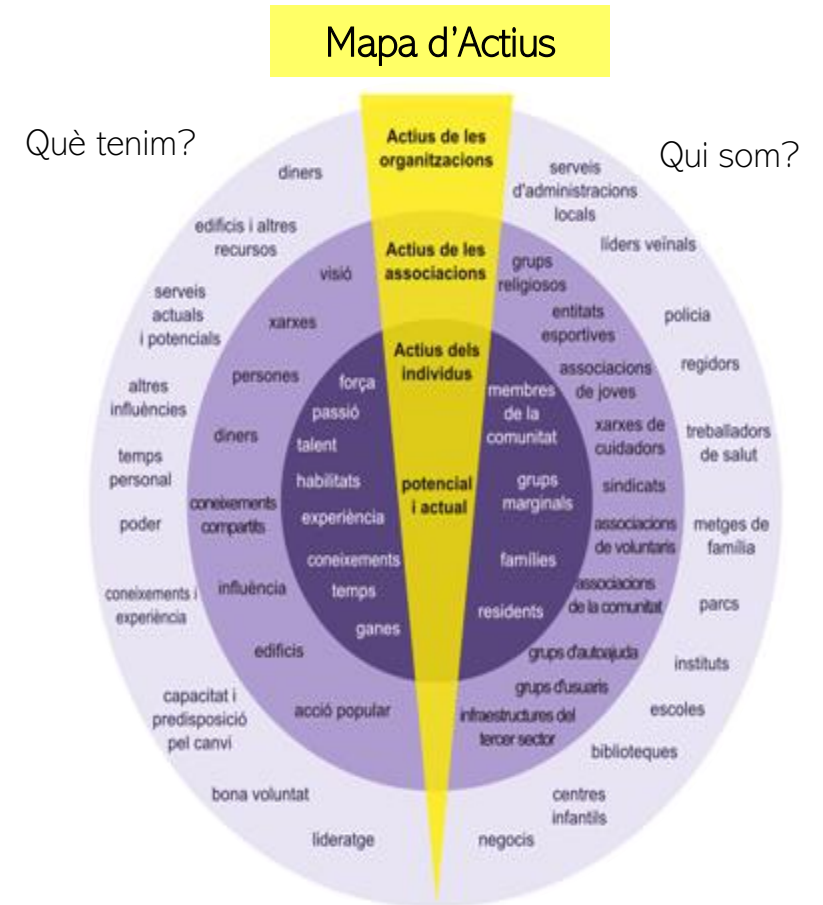
EL MAPA D'ACTIUS

- Què és?
- Objectius
- Contacte



Què és?

- És un recurs, un servei, que dóna salut i benestar a les persones d'una comunitat, en aquest cas la del barri de Sant Antoni.
- Exemple: persones, entorns, equipaments, activitats comunitàries, etc.
- Les fitxes que conformen el Mapa d'Actius en Salut per a la gent gran de Sant Antoni, busquen presentar de manera clara i senzilla els serveis que ja existeixen al barri i que totes les persones grans tenen a la seva disposició.



Els objectius

El primer projecte engegat per la Comissió de Gent Gran ha sigut dissenyar el *Mapa d'Actius en Salut*

- ✓ Objectius:
 - Donar a conèixer tots els serveis que tenen a la seva disposició a prop de casa.
 - Dotar de recursos als i les professionals del Centre d'Atenció Primària i a les entitats que treballen al barri.

- ✓ I tot això per:
 - Fer una prescripció social adequada i actualitzada, fomentant a més, els vincles socials i la vida de barri.

El contacte

Si alguna entitat vol afegir-se i col·laborar amb els propers projectes de la Comissió, pot escriure a

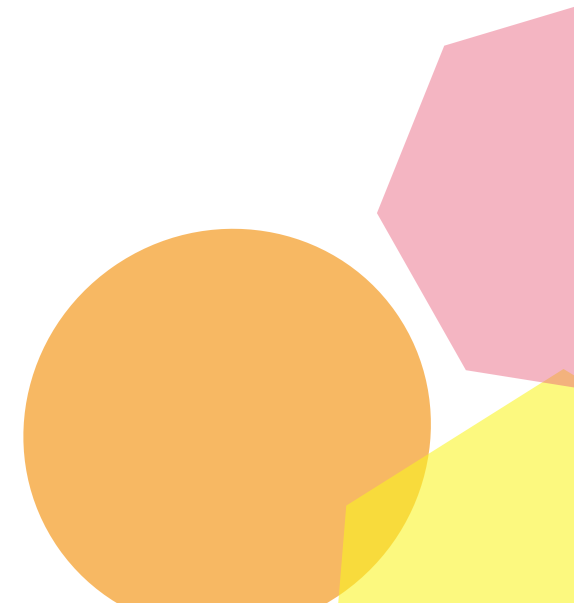
salutcomunitaria.santantoni@gmail.com

LA SOLITUD NO VOLGUDA DE LA
GENT GRAN
AL BARRI DE SANT ANTONI



LA SOLITUD NO VOLGUDA DE LA GENT GRAN AL BARRI DE SANT ANTONI

- Introducció
- Definició
- Factors
- Conseqüències
- Algunes dades



LA SOLITUD NO VOLGUDA

Introducció.
De què parlem?



De què parlem?

- Segons dades de la Creu Roja (2019) a Catalunya "la solitud i l'aïllament social" afecta a milers de persones grans. Concretament, hi ha censades a casa nostra 318.384 persones majors que viuen soles.
- Un 22% dels majors de 65 anys viuen sols, majoritàriament dones.
- De les més de 300.000 persones, majors de 65 anys, que viuen soles a Catalunya, 175.000 afirmen patir els diferents graus de soledat no volguda (Amics de la Gent Gran, 2019).

LA SOLITUD NO VOLGUDA

Què és ?



Què és?

- La solitud pot ser definida com una resposta psicològica negativa a una discrepància entre les relacions socials i interpersonals desitjades i les relacions reals (Peplau & Perlman, 1982)
- Per tant, és un sentiment de patiment i no sols una situació.

Què és?

En un estudi dut a terme per Hauge i Kirkevold (2010), es van realitzar entrevistes a persones majors de 65 anys que vivien en els seus domicilis i en residències. Els van preguntar: Què és per a tu la solitud?

Algunes definicions de solitud que ells van donar van ser: “És lletja”; “És com estar una habitació fosca”; “És sentir-se abandonat pels altres”.

LA SOLITUD NO VOLGUDA

Factors que la desencadenen



Factors que la desencadenen

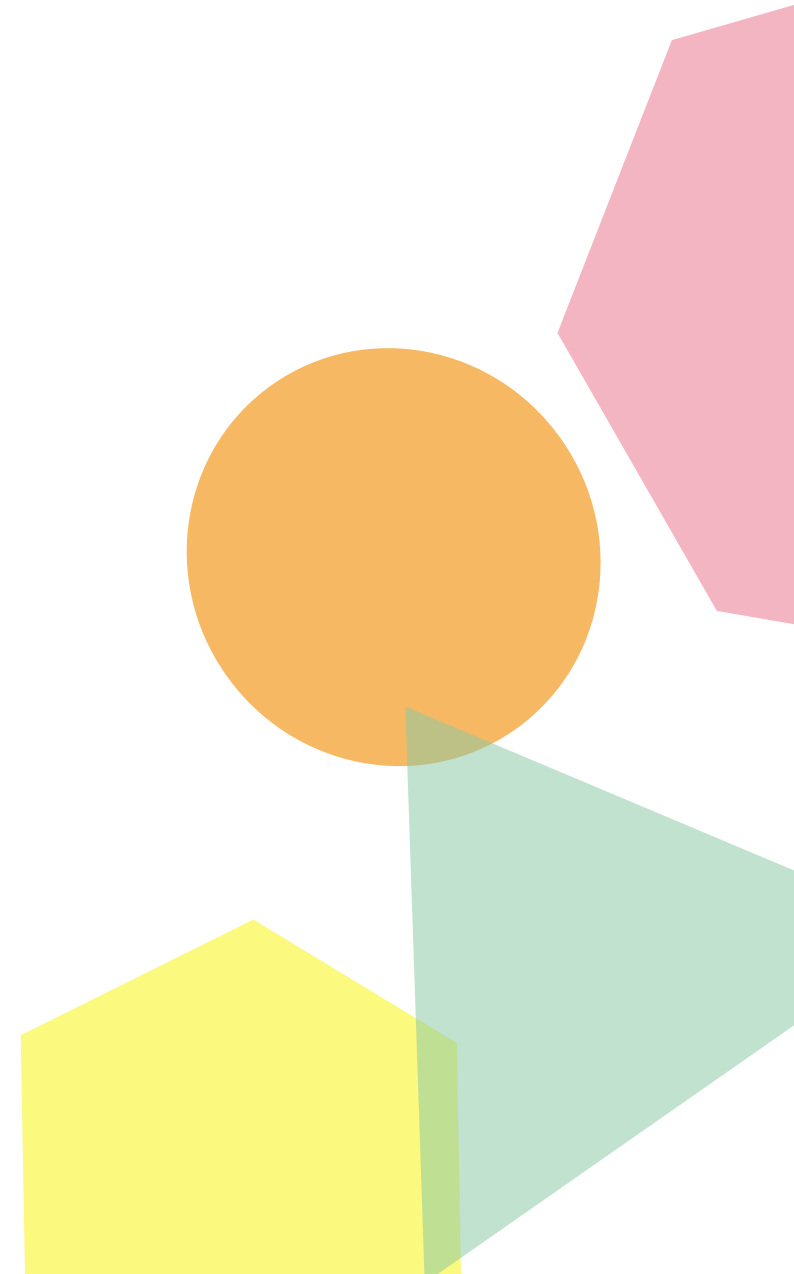
La solitud no desitjada és un problema multifactorial en el qual influeix la conjunció inadequada de factors socials, familiars i culturals.

Factors que la desencadenen

- Hi ha factors demogràfics que predisposen a les llars unifamiliars:
 - * Alta esperança de vida (86,29 anys per a les dones i 81 en els homes).
Per tant, existeixen moltes llars d'ancians que viuen i se senten sols.
 - * Predomini de llars unifamiliars de vídues.
- Hi ha factors culturals, canvis organitzatius i socials de les comunitats:
 - * Baixa taxa de natalitat (1,3 fills a Catalunya). Poc suport familiar.
 - * Tendència a les llars nuclears amb convivència sense avis.
 - * Escassa conciliació horària i laboral per atendre als nostres grans.
 - * Concentració urbana amb models de vida individualista.

LA SOLITUD NO VOLGUDA

Conseqüències
per a la salut de
la persona gran.



Conseqüències per a la salut de la persona gran.

En relació a l'impacte de la solitud en la salut en general, fins al moment s'ha trobat que:

- S'associa a major risc de depressió.
- L'ansietat és més freqüent en les persones que se senten soles.
- El consum d'alcohol és també més freqüent entre les persones que estan soles.
- Augmenta la inflamació crònica associada al desenvolupament de malalties cardiovasculars.
- Les persones soles tenen més risc de morir prematurament.

Conseqüències per a la salut de la persona gran.

- Augmenta el risc de deteriorament cognitiu i demència.
- Augmenta el risc de sofrir accidents domèstics i de no ser atesos adequadament.
- La solitud i l'aïllament s'han associat a pitjor qualitat del somni.
- Un informe de l'any 2017, presentat durant la Convenció Anual de l'Acadèmia Americana de Psicologia, conclouïa que la solitud podia arribar a ser tan nociva com fumar 15 cigarrets al dia.

LA SOLITUD NO VOLGUDA

Algunes dades
orientatives del
barri de Sant
Antoni



Algunes dades orientatives del barri de Sant Antoni

- Població al Barri de Sant antoni a l'any 2018: 38.291 persones
- Població de 65 i més anys (22,5%): 8.615 persones.
- Índex de sobreenvelliment (55,9%) 4,815 persones tenen més de 75 anys.
- Població de més de 65 anys que viu sola (28,9%):
2.491 persones (Dones → 1.929, Homes → 562)
- Mitjana d'edat de la població ≥ 65 que viu sola:
Dona → 79,39 Home → 76,91
- Població gran que pateix solitud no desitjada ????

Moltes gràcies

Comissió de Gent Gran Sant Antoni

