Art i Salut: abordatge des de l'Agència de Salut Pública de Barcelona

C S B Consorci Sanitari de Barcelona
Agència de Salut Pública
Promoció de la salut

©2024 Agència de Salut Pública de Barcelona
Tots els drets reservats.
https://www.aspb.cat/

Edita: Agència de Salut Pública de Barcelona, 30 de març de 2024

Aquesta publicació està sota una llicència Creative Commons
Reconeixement – No Comercial – No Derivades (BY-NC-ND)
https://creativecommons.org/

Art i Salut: abordatge des de l'Agència de Salut Pública de Barcelona

Gerenta de l'Agència de Salut Pública de Barcelona (Si s'escau)
Carme Borrell i Thió

Responsable de l'Informe
Rosa Puigpinós Riera[1, 2, 3, 4,]

Col·laboradores
Mª José López[1, 2, 3, 4], Pilar Ramos[1], Laura Amaya[1], Teresa Tolo[1], Ana Fernández[1,2], Cristina Rey[1], Artazcoz L[1, 2, 3, 4]

Cita recomanada
Puigpinós-Riera R, López MJ, Ramos P, Amaya L, Tolo T, Fernández A, Rey C, Artazcoz L. Art i Salut: abordatge des de l'Agència de Salut Pública de Barcelona. Agència de Salut Pública de Barcelona. Barcelona 2024.

[1] Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB), Pl. Lesseps 1, 08023 Barcelona, Spain
[2] Institut de Recerca Sant Pau (IR SANT PAU), Sant Quintí 77-79, 08041 Barcelona, Spain
[3] Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP), Madrid, Spain
[4] Agència de Gestió d'Ajuts Universitaris i de Recerca (AGAUR), Passeig de Lluís Companys 23, 08010 Barcelona, Spain

Índex

Introducció 4
Marc conceptual sobre art i salut 5
Evidència científica sobre els beneficis de l'art en la salut 7
Art i Salut a l'Agència de Salut Pública de Barcelona 12
Conclusions 43
Bibliografia 44

Introducció

Un moment fonamental per a la incorporació de l'art com una eina de salut, va ser la definició de l'Organització Mundial de la Salut (OMS) del 1948 que defineix la salut com "un estat de complet benestar físic, mental i social i no només la presència o absència de malaltia", la qual va donar peu a elaborar diferents marcs teòrics sobre quina és la manera d'abordar la salut, passant des d'un model estrictament biomèdic fins a arribar a un abordatge psicosocial, en el què s'ampliava el rang d'oportunitats per a treballar amb l'art com a eina terapèutica i de millora de la salut i el benestar[1].

En aquest document es presenta una breu revisió narrativa de l'evidència existent sobre la relació entre l'art i la salut, així com un recull de les intervencions basades en l'art en les què l'Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB) hi participa per millorar la vida de les persones de la ciutat.

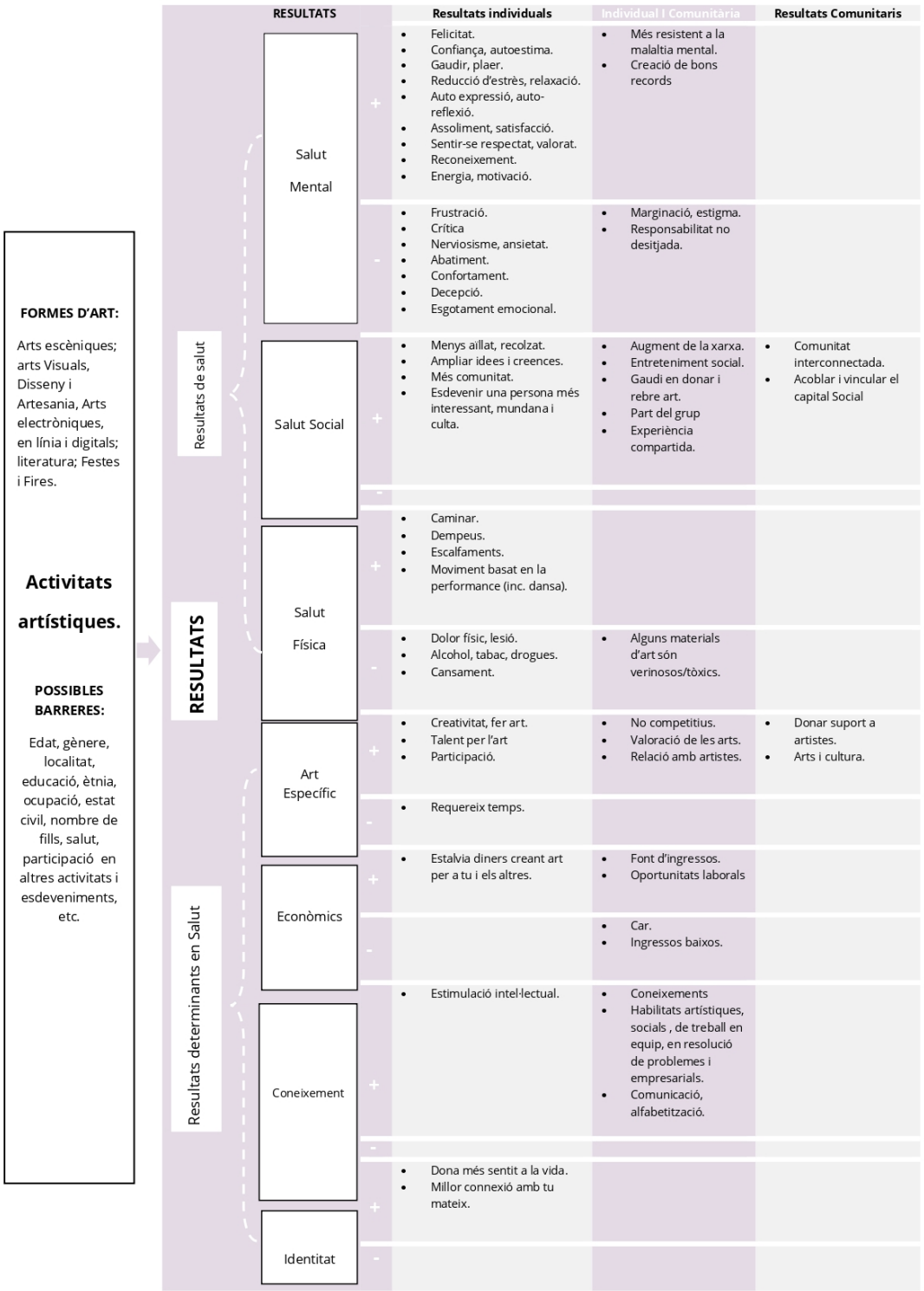
Marc conceptual sobre art i salut

Les activitats basades en l'art són considerades un tipus d'intervencions complexes, que combinen elements diversos i vinculats a diferents disciplines del coneixement. A continuació presentem un dels principals models conceptuals que explica els diferents efectes que l'art pot tenir en la salut.

Segons el marc conceptual proposat per Christina Davies[2] (Figura 1), a partir d'una activitat basada en art (visual, escènica, creativa, etc.), les persones que la realitzen i que tenen unes determinades característiques sociodemogràfiques, poden experimentar efectes o canvis individuals en la salut a tres nivells: salut mental (per exemple, reducció de l'estrès o augment de la confiança), salut social (per exemple, estar menys aïllat) i salut física (per exemple, caminar i moure's més). S'identifiquen també alguns efectes negatius que podrien donar-se en determinats casos, com ara el nerviosisme o el cansament. El marc inclou també resultats comunitaris, ja que els canvis que experimenten les persones que duen a terme l'activitat, acaben generant uns canvis a nivell del seu entorn més immediat i en la comunitat en la què viuen, ja que augmenten la seva xarxa social, tenen una major participació social i s'incrementa, per tant, el capital social.

Les activitats artístiques provoquen també canvis en altres aspectes que poden ser determinants en salut, com ara la creativitat, el talent o la participació. A més, pot influir sobre altres aspectes relacionats amb el coneixement, com la estimulació intel·lectual, les habilitats o la millora en la comunicació o alfabetització.

Figura 1. Marc conceptual de la relació entre la participació en activitats artístiques i els possibles efectes en la salut[2]



Evidència científica sobre els beneficis de l'art en la salut

Les activitats basades en l'art es caracteritzen per combinar diferents components: com ara components estètics, sensorials, emocionals i d'estimulació cognitiva, interacció social, activitat física i intel·lectual.

Durant els darrers anys és molta la literatura que ha anat apareixent mostrant els beneficis de les activitats basades en l'art. L'OMS va publicar un informe el 2019 en el què es van revisar més de 900 publicacions amb l'objectiu de descriure l'evidència del paper que l'art pot tenir en la millora de la salut i el benestar[3]. Davant la complexitat de definir què és l'art, l'OMS agrupa en cinc categories les diferents activitats artístiques:

- **Arts escèniques:** música, dansa, teatre, cant i filmacions.
- **Arts visuals:** artesania, disseny, pintura, fotografia, escultura i tèxtil.
- **Literatura:** escriure, llegir, festivals literaris.
- **Activitats culturals:** anar a museus, galeries, exposicions, concerts, a veure teatre, festivals culturals.
- **Art digital i electrònic:** animació, disseny gràfic amb ordinador, realització de pel·lícules.

Pel que fa als resultats en salut, els classifica segons siguin accions de prevenció i promoció, o de gestió i tractament (Figura 2).

Figura 2. Contingut temàtic de les accions en prevenció i promoció de la salut i gestió i tractament[3].

Prevenció i promoció

Determinants i desigualtats socials de la salut
- Determinants socials
- Desigualtats socials

Desenvolupament infantil
- Vincle mare-infant
- Desenvolupament de la parla i la llengua
- Nivell d'assoliment educatiu

Cura
- Comprensió de la salut
- Habilitats clíniques
- Benestar

Prevenció de la malaltia
- Benestar
- Salut mental
- Traumes
- Deteriorament cognitiu
- Fragilitat
- Mortalitat prematura

Comportaments promotors de la salut
- Vida saludable
- Compromís amb la cura de la salut
- Comunicació en l'àmbit de la salut
- Estigma relacionat amb la salut
- Compromís amb grups vulnerables

Gestió i tractament

Malalties mentals
- Malalties mentals perinatals
- Malalties mentals lleus i moderades
- Malalties mentals severes
- Traumes i abusos

Condicions agudes
- Infants prematurs
- Pacients hospitalitzats
- Procediments quirúrgics i invasius
- Cures intensives

Desordres neurològics i de neurodesenvolupament
- Trastorns de l'espectre autista
- Paràlisi cerebral
- Accident Vascular Cerebral
- Altres lesions cerebrals
- Desordres neurodegeneratius
- Demència

Malalties no transmissibles
- Càncer
- Malaltia pulmonar
- Diabetis
- Cardiovascular

Final de la vida
- Cures pal·liatives
- Procés de dol

Prevenció i promoció de la salut

En l'àmbit de la prevenció i la promoció de la salut hi ha evidència de la influència de l'art en cinc aspectes principals[3] :

- **Determinants i desigualtats socials de la salut:** l'art actua positivament contribuint a la millora de la cohesió social i a la disminució de les desigualtats socials. A nivell de cohesió social, hi ha experiències t basades en la música, la dansa o el teatre, que ajuden a establir vincles més ràpidament, així com també a crear ponts entre diferents col·lectius. Així, s'han fet intervencions basades en la dansa i el teatre que han reforçat els vincles entre pacients amb demència i els seus cuidadors.
  D'altra banda, intervencions amb música portades a terme amb nens i nenes que viuen en àrees especialment desfavorides, s'han mostrat efectives en la reducció de la ansietat i la depressió, alhora que s'observaven millores en l'autoestima i l' empatia.
- **Desenvolupament infantil:** les arts contribueixen al desenvolupament dels infants, començant per ajudar en la relació mare-infant a través de la música, els sons i la veu. Els fetus poden respondre als sons a les 19 setmanes de gestació. La música altrament, juga un paper molt important en el desenvolupament del llenguatge. Els arcs melòdics senzills utilitzats en el cant són cognitivament més fàcils de processar que les paraules, de manera que donen suport a la comunicació mare-infant i al desenvolupament del llenguatge mentre els nadons es troben en una etapa relativament primerenca del desenvolupament neurològic.
  Els beneficis s'han observat també a partir d'altres activitats artístiques com el teatre o la pintura, beneficioses en l'educació dels infants.
- **Cures:** cada cop hi ha més evidència sobre com l'art pot millorar les habilitats personals i de comunicació de les persones cuidadores, que poden repercutir tant en una millora del benestar físic i emocional dels pacients com del seu propi
- **Comportaments promotors de la salut:** l'art s'ha utilitzat també en l'àmbit de la promoció de la salut, com a eina per a la comunicació, informació i sensibilització, o com a eina per a trencar estigmes amb col·lectius a risc d'estigmatització com poden ser persones amb VIH o persones del col·lectiu LGBTQ+.

A nivell de la salut mental, fer i escoltar música, ballar i realitzar visites culturals a museus està associat amb una millor gestió i la prevenció del estrès i redueix el risc de desenvolupar depressió en persones de totes les edats. També s'han observat millores en l'autoestima i la confiança. En persones grans, les activitats artístiques poden ajudar a evitar o alentir el declivi a nivell cognitiu i, a més, aquelles que impliquen moviment també ajuden a prevenir o frenar el procés de fragilitat. Tot això, pot contribuir a una disminució de la mortalitat prematura .

Gestió i tractament

- **Malalties mentals:** l'art s'ha mostrat efectiu en problemes de salut mental al voltant dels processos vinculats al part i al postpart treballant amb música per a pal·liar l'estrès i l'ansietat. En infants i adolescents amb ansietat i depressió, així com en adults, activitats amb música, dansa i cant, entre d'altres, a través de la modulació que exerceixen en els neurotransmissors tals com la serotonina, poden provocar una reducció en els nivells de cortisol (vinculats al estrès), així com una disminució de la resposta inflamatòria.
- **En els trastorns mentals severs**, l'art s'ha mostrat com un important suport per al tractament farmacològic. És efectiu també en el tractament de situacions d'estres posttraumàtic.
- **Malalties agudes**: diversos estudis mostren que l'art ha estat efectiu en serveis de cures intensives de nounats, serveis d'urgències o en serveis de cirurgia i tractaments invasius. En els serveis de cures intensives, l'ansietat, el ritme cardíac, la pressió sanguínia i respiratòria milloren en pacients amb respiració assistida. La música pot reduir la necessitat de sedació i ajuda a reduir els pics de cortisol, així com els nivells d'adrenalina i dels marcadors inflamatoris. Pacients en coma que escolten música mostren millores tal com un augment del moviment dels ulls, somriures i disminució de l'agitació psicomotora, entre altres efectes.
- **Desordres neuronals:** persones amb autisme, paràlisi cerebral, ictus i altres tipus de lesions cerebrals i desordres neurològics degeneratius, han mostrat petites millores o indicis de més benestar amb activitats vinculades a la música i la dansa.

- **Malalties cròniques:** hi ha evidència sobre els beneficis d'activitats basades en l'art en persones afectades per malalties cròniques com poden ser cardiovasculars, diabetis i respiratòries. En les malalties respiratòries cantar augmenta la capacitat pulmonar, la saturació d'oxigen, la força muscular i la capacitat d'inspirar. En les persones amb càncer, escoltar música, pintar o qualsevol forma de fer art com poden ser les manualitats de diferents tipus, ajuden a millorar els efectes adversos del tractament. Així mateix, s'ha observat que l'art teràpia, la poesia i la dansa ajuden a gestionar l'estrès, l'ansietat i la depressió que poden patir persones amb càncer, en tots els grups d'edat.
- **Acompanyament al final de la vida:** les arts poden donar suport físic i psicològic al final de la vida, donant oportunitats de comunicació i expressar emocions. S'ha associat a nivells més baixos de tristesa, ansietat i depressió en aquesta etapa de la vida. Donen també suport al dol; un exemple d'això podria ser el memorial creat als Estats Units en memòria de les víctimes del VIH, amb tapissos que es creen arreu del món, lectura de poemes i música.

Art i Salut a l'Agència de Salut Pública de Barcelona

Des de l'ASPB durant els darrers anys s'han impulsat intervencions diverses basades en l'art, tant com a mètode per a provocar canvis i millores en el benestar de les persones com a eina de comunicació amb la comunitat.

A partir de la Llei de barris (Llei 2/2004) de millora de barris, àrees urbanes i viles que requereixen una atenció especial, l'any 2007 es va posar en marxa a Barcelona el programa Barcelona Salut als Barris (BSaB), que té com a principal objectiu contribuir a la disminució de les desigualtats, incorporant la comunitat a nivell de lideratge i presa de decisions conjuntament amb ASPB, el Consorci Sanitari de Barcelona, l'Ajuntament de Barcelona i els Equips d'Atenció Primària[4].

L'any 2007 es va iniciar BSaB en dos barris (el Poble-sec i les Roquetes) i actualment s'ha arribat a 26, amb un desplegament de més de 200 intervencions en aquests territoris, la meitat de les quals s'han generat de manera participativa[5]. Els principals programes de salut comunitària que es desenvolupen actualment a BSaB comprenen tot el cicle de vida i s'orienten a generar oportunitats saludables per a la comunitat i amb la comunitat: habilitats familiars, oci, primeres experiències prelaborals, xarxa social, arrelament en el barri, benestar emocional, etc. Actualment diverses intervencions de BSaB incorporen l'art com a estratègia.

A més, la darrera Mesura de Govern sobre salut comunitària a la ciutat de Barcelona 2024-2030, marca com a una de les estratègies prioritàries "Afavorir la utilització de pràctiques i estratègies relacionades amb l'art i la creativitat, com a eines de millora de la salut, en persones de diversos grups d'edat i atenent a les seves necessitats soci culturals, emocionals, formatives i de salut i benestar"[6].

En el següent apartat es presenten aquestes intervencions, així com la intervenció Art i Salut basada en la comunicació a la ciutadania a través de l'art.

ARTGRAN

Objectiu general

Reduir la solitud de les persones grans de la ciutat de Barcelona i millorar la seva qualitat de vida, mitjançant un programa basat en l'art en museus i centres culturals de la ciutat.

Objectius específics

- Millorar l'estat de salut percebut i la qualitat de vida.
- Millorar l'estat d'ànim de les persones grans i disminuir el sentiment de solitud.
- Fomentar la creació de nous contactes i xarxes socials.

Població diana

Persones de 70 anys o més residents a Barcelona i amb autonomia.

Territori

Fins al moment s'ha portat a terme la fase pilot al districte de Nou Barris (Porta i Prosperitat), districte d'Horta-Guinardó (Guinardó, Baix Guinardó, Montbau i Vall d'Hebron) i districte de Gràcia (Vila de Gràcia, Camp d'en Grassot, La Salut) i Sant Antoni.

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

Un dia a la setmana durant 10 setmanes seguides, grups d'unes 8-12 persones grans anaven a un museu (sempre el mateix), acompanyats d'una mediadora social, desplaçant-se en transport públic. Un cop allà, una mediadora cultural que actuava com a referent del grup en el museu, les rebia i proposava cada dia una activitat diferent relacionada amb alguna obra d'art (pintura o escultura), un estil arquitectònic, la figura d'un artista, un moment de la història, etc.

Els tallers sempre tenien una estructura comuna, unes persones de referència en el museu i un espai de trobada, de diàleg, de debat, de fer tallers i treballs.

D'aquesta manera, els participants tenien un espai dins de les instal·lacions del museu que percebien com a propi i família.

Any d'inici i edicions fetes

S'ha realitzat per primer cop durant el 2022 i hi han participat 138 persones. Després dels bons resultats de l'avaluació, es continuarà en diferents barris.

Institucions participants

Les entitats implicades han estat vinculades a la salut (ASPB i CAPs), a serveis socials i entitats socials. Els museus i centres culturals amb els que s'ha treballat han estat: Museu Nacional d'Art de Catalunya (MNAC), Museu d'Art Contemporani de Barcelona (MACBA), Museu Picasso, CaixaForum, Espai Modernista Sant Pau i Centre de Cultura Contemporània de Barcelona (CCCB).

Avaluació

Estudi d'avaluació quasi experimental pre-post amb grup comparació, basat en mètodes mixtes (quantitatiu i qualitatiu).

Resultats de l'avaluació

S'han identificat millores en els següents aspectes estudiats[7, 8]:

- **Qualitat de vida:** millora significativa en els aspectes vinculats a poder realitzar sense problema les seves activitats quotidianes.
- **Salut emocional:** disminueix significativament el sentiment de solitud i les persones se senten més alegres.
- **Salut social:** les persones han fet amistats, s'han sentit acompanyades, respectades i escoltades. S'ha creat un sentiment de grup i en la majoria de casos han continuat la seva relació un cop finalitzada la intervenció.

ART URBÀ I SALUT

Objectiu general

Millorar la salut i el benestar emocional del jovent participant, utilitzant l'art urbà com a eina potenciadora.

Objectius específics

- Potenciar l'autonomia personal, l'autoestima i l'autoconfiança
- Augmentar el pensament crític

Població diana

Joves de 14 a 21 anys.

Territori

Barri de Canyelles (districte de Nou Barris)

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

Durant 21 setmanes, s'ha fet una sessió setmanal en la què les persones participants han après tècniques d'art urbà i han reflexionat sobre diferents temes d'interès per als joves. S'han fet màster classes amb artistes reconeguts com el Roc Blackbloc o el Roberto Rivadeneira. La intervenció finalitza amb una pintada d'un mural al territori de manera comunitària.

Any d'inici i edicions fetes

Es va fer una edició durant el curs 2021-22 en la què van participar 12 persones. La 2a edició, curs 22-23, es va haver de cancel·lar després de 6 sessions per baixa assistència.

Institucions participants

ASPB, APCs (A Peu de Carrer-Serveis socials) i l'Escola d'Art Deià.

Avaluació

S'ha fet una avaluació quantitativa pre-post intervenció amb enquestes i metodologia qualitativa.

Resultats de l'avaluació

Quantitativament no hi ha resultats estadísticament significatius, encara que cal tenir en compte que només eren 12 participants. A nivell qualitatiu hi ha la percepció de que han incrementat els seus coneixements i s'ha millorar la seva salut emocional.

PERSIANES VIVES

Objectiu general

Millorar la salut i benestar emocional del jovent mitjançant l'aprenentatge de tècniques d'art urbà i millorar les competències per a facilitar la incorporació al món laboral.

Objectius específics

- Potenciar l'autonomia personal, l'autoestima i l'autoconfiança
- Capacitar en competències laborals
- Millorar la imatge i dinamitzar el comerç del barri per impulsar el consum de proximitat
- Promoure la relació positiva amb l'espai públic enfortint la identitat i el sentit de pertinença al barri

Població diana

Joves d'entre 16 i 25 anys en situació de vulnerabilitat i amb poca experiència laboral.

Territori

Barri de la Barceloneta

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

La intervenció consisteix en sessions de formació setmanals:

- 11 sessions d'aprenentatge de tècniques d'art urbà a càrrec de les educadores de l'entitat B Murals i artistes urbans. Es fan els dimarts a la Nau Bostik
- 4 sessions de capacitació en competències laborals i tècniques transversals per facilitar la incorporació al món laboral a càrrec de les educadores del Punt Jove (PJ). Es fan els dimecres al Centre Cívic Barceloneta

- 2 sessions participatives amb els comerços participants per tal de donar a conèixer què es vol fer. Es fa presentació d'esbossos amb la proposta de mural que es pintarà a les persianes.
- 6 sessions de preparació, neteja i realització del mural a les persianes dels comerços del barri. Es fan els caps de setmana quan els comerços estan tancats.

Any d'inici i edicions fetes

La primera edició es va fer a l'any 2022, van participar 10 persones, 5 noies i 5 nois i 5 comerços . En l' edició el 2023 van participar 12 persones, 6 nois i 6 noies i 5 comerços.

Institucions participant

ASPB, Districte de Ciutat Vella, Pla de Desenvolupament comunitari de la Barceloneta, Punt d'informació Jove Barceloneta, Comerços del Barri, Entitat B Murals, Artistes urbans.

Avaluació

Avaluació no experimental amb enquestes pre-post. S'utilitza metodologia mixta, tant quantitativa com qualitativa. Es posa èmfasi en l'avaluació de procés.

Resultats de l'avaluació

A nivell qualitatiu i ha una percepció que han après a treballar en equip, a fer nous amics i amigues, a respectar l'espai públic, a sentir-se orgullosos del que han fet i que han incrementat els seus coneixements. El nivell de satisfacció per part de les persones que han fer la intervenció ha estat de 9,1.

ART, SALUT I DONES

Objectiu general

Millorar el benestar de les dones del barri de Bon Pastor

Objectius específics

- Millorar el benestar emocional de les dones del barri
- Millorar la cohesió social
- Reduir la solitud i l'aïllament social
- Construir identitats individuals i de grup

Població diana

Dones amb fibromiàlgia, dolor crònic i altres malestars físics o emocionals.

Territori

Bon Pastor

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

Les tres disciplines artístiques que es treballen a Bon Pastor són l'artteràpia, la dansa i moviment i l'escriptura. Cada disciplina es treballa durant tres mesos, iniciant a l'octubre i finalitzant al juny. Es realitza una sessió setmanal d'una hora i mitja. Per a cada una de les disciplines hi ha una tallerista especialitzada en la temàtica a treballar. Les sessions d'artteràpia estan orientades de forma interdisciplinària treballant la plàstica, la música, l'escultura, la representació teatral... La dansa es treballa des de l'expressió corporal a través de la música, posant consciència en el moviment del cos com a forma d'expressar-se. I a la tercera disciplina, fan servir l'escriptura per narrar els seus pensaments, per imaginar, deixar-se portar i representar a través de l'escriptura allò que senten.

Any d'inici i edicions fetes

A Bon Pastor l'any 2022 es va fer la primera edició amb 8 dones participants i a l'edició que va començar a l'octubre de 2023 hi ha 11 dones participants.

Institucions participants

ASPB, Biblioteca de Bon Pastor i Centre Cívic Bon Pastor.

Avaluació

Avaluació no experimental pre-post amb metodologia quantitativa i qualitativa.

Resultats de l'avaluació

Les participants reporten una millora en la seva autoestima, salut social i emocional.

expresART

Objectiu general

Millorar el benestar en dones a través de l'art i la creativitat, treballant des de l'autoexploració.

Objectius específics

- Millorar la identificació de les emocions així com la seva regulació
- Millorar la cohesió social
- Reduir la solitud i l'aïllament social
- Construir identitats individuals i de grup
- Millorar les habilitats de comunicació

Població diana

Dones adultes del barri del Verdum amb necessitat de socialització i de millorar el seu benestar emocional.

Territori

Verdum

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

8 sessions grupals, amb freqüència setmanal, on a través de la pràctica de diverses disciplines artístiques com la pintura, l'escriptura creativa, i la fotografia es promou l'expressió emocional. El grup està dinamitzat per una art-terapeuta llicenciada en belles arts.

Any d'inici i edicions fetes

L'any 2023 es van fer dues edicions (gener-març i octubre-desembre). El projecte es va iniciar al 2022 però l'ASPB no hi participava. En cadascuna de les edicions han

participat 10 dones (en total 20). Al Juny es va fer una exposició amb algunes de les obres en el Casal de barri del Verdum.

Institucions participants

ASPB, Pla de Desenvolupament Comunitari (PDC), Casal de Barri Verdum.

Resultats de l'avaluació

Les participants reporten una millora en la seva autoestima, salut social i emocional.

mirARTe

Objectiu general

Millorar el benestar emocional i la satisfacció amb el cos de noies, persones no binàries i transsexuals de la zona centre de Nou Barris

Objectius específics

- Generar un espai de cura col·lectiva no mixta (noies, persones no binàries i transsexuals) per parlar del que ens angoixa al voltant del nostre cos, a partir de diverses tècniques relacionades amb l'art
- Incrementar el pensament crític

Població diana

Noies, persones no binàries i transsexuals de 14 a 18 anys.

Territori

Zona Nou Barris Centre (Guineueta, Canyelles, Verdum, Roquetes, Trinitat Nova i Prosperitat).

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

El programa s'estructura en 10 sessions, de dues hores de durada, amb freqüència setmanal:

- Les sessions 1 i 2 tenen com a objectiu conèixer el grup, i generar dinàmiques que siguin atractives
- Les sessions 3 i 4 introdueixen temes teòrics relacionats amb els feminismes i la perspectiva interseccional.
- Les sessions 5 a 9 treballen en profunditat els temes a partir de l'art
- La sessió 10 fa el tancament i l'avaluació.

Les tècniques artístiques són: ceràmica, collage, pintura. Amb les obres es fa una exposició que rota pels espais de joves de la zona: Masia de la Guineueta i Kasal de

Joves de Roquetes. Les exposicions s'inauguren amb tallers vivencials que són impartits per les pròpies joves.

Any d'inici i edicions fetes

L'any 2023 es va fer la primera edició (Abril a Juny). Van participar 11 persones (10 noies i un noi transsexual). Les exposicions es van fer al novembre.

Institucions participants

ASPB, APCs (A Peu de Carrer- Educadors de Serveis Socials dels centres de Trinitat-Roquetes-Canyelles i Guinaueta-Verdum-Prosperitat), Manada Periferika, AnimAcció.

Avaluació

S'ha realitzat una avaluació de procés i una avaluació de resultats qualitativa.

Resultats de l'avaluació

En la sessió final es realitza una dinàmica per recollir els aprenentatges i canvis que el projecte ha generat en les participants. Totes assenyalen una satisfacció molt alta amb el projecte i amb el procés que han viscut. Es mostren apoderades i agraeixen l'espai que han tingut. A continuació, es detallen frases que van escriure en la dinàmica final per avaluar l'impacte del projecte que va tenir per a cadascuna de les joves participants: "Compartir"; "Confiar"; "Que no soy tan rara" ; "Ser yo misma"; "Tiempo de calidad "; "Poder decir la mía"; "Conocer puntos de vista" A més, durant el procés es valora que han desenvolupat eines per tenir una posició més crítica cap a la cosificació que pateixen les dones. Reconeixen els mandats de gènere i es mostren crítiques cap als mateixos.

POSEM EL FOCUS! PASSEM A L'ACCIÓ!

Objectiu general

Fomentar els vincles i lligams entre els diversos col·lectius i veïns/es del barri

Objectius específics

- Motivar la participació activa en les activitats del barri generant un lleure saludable i sense consum
- Empoderar als veïns i veïnes i enfortir la cohesió social, a través del teatre

Població diana

Intergeneracional: adolescents, joves i adults de més de 16 anys del barri.

Territori

Sant Genis dels Agudells i Teixonera

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

Treballar a través del teatre activant els sentits i el cos enfortint aspectes tals com les habilitats socials, la comunicació verbal i corporal, l'autoestima i autocura, la confiança, la gestió de conflictes i trencar barreres generacionals.

Any d'inici i edicions fetes

Any 2023, 2 edicions fetes amb un total de 22 participants (12 al barri de Sant Genís dels Agudells i 10 al de la Teixonera).

Institucions participants

ASPB, CAP del barri, Serveis Socials, Casal Gent Gran, AAVV, Centre Cívic, Entitats del barri.

Avaluació

Avaluació no experimental pre-post, mitjançant enquestes.

Resultats d'avaluació

No es disposa de resultats

GRANS TEATRERUS

Objectiu general

Reduir la solitud no desitjada entre les persones grans a través del teatre i la cultura.

Objectius específics

- Fomentar la generalització d'hàbits culturals saludables
- Potenciar la cultura com a factor de benestar i salut
- Afavorir la relació i la vinculació intergeneracional
- Generar dinàmiques de voluntariat cultural

Població diana

Persones de 75 any o més en risc de solitud no desitjada, amants del teatre però que han deixat d'anar-hi per manca de companyia o pèrdua de poder adquisitiu i amb ganes de compartir el seu bagatge vital amb persones d'altres generacions. També gent jove d'entre 18 i 30 anys interessada per les arts escèniques i la cultura, amb vocació d'atendre i aprendre de les persones grans.

Territori

Barri del Raval

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

Es fan 25 parelles composades per una persona gran del Raval i una persona voluntària jove. Juntes gaudeixen de tots els espectacles que ofereixen el teatre Romea i el Teatre Goya durant la temporada 2023-24. La persona voluntària s'encarrega d'acompanyar a la persona gran en els trajectes, i a través de l'obra de teatre, s'estableix un intercanvi de coneixements i experiències entre els membres de la parella, generant una relació.

Any d'inici i edicions fetes

Temporada 2023-24. Hi participen 25 parelles (50 persones en total).

Institucions participants

Grup Focus de teatre en són els promotors i treballen conjuntament amb totes les institucions del barri representades a la taula de salut del Raval, entre les quals hi ha l'ASPB.

Avaluació

Avaluació pre-post i avaluació qualitativa amb grups de discussió amb les persones grans, els joves i amb els professionals implicats. A més, es fa un seguiment a partir d'entrevistes periòdiques amb els membres de les diferents parelles.

Resultats de l'avaluació

No es disposa encara de resultats

COS I MOVIMENT

Objectiu general

Reduir el sentiment de solitud i millorar la qualitat de vida de persones grans de 65 anys aïllades socialment, sobretot després de la COVID.

Objectius específics

- Generar una xarxa social i de suport mutu entre les persones grans participants per tal de disminuir el sentiment de solitud
- Millorar la salut emocional
- Millorar el benestar físic a través del moviment corporal i artístic
- Contribuir a l'apoderament de les persones grans
- Estimular la creativitat i la memòria

Població diana

Persones majors de 65 anys amb soledat no volguda.

Territori

Barris de la Marina (La Marina del Port i la Marina del Prat Vermell).

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

Una sessió setmanal d'una hora i mitja de durada on, mitjançant tècniques teatrals i d'expressió corporal, es realitzen exercicis tant físics com de memòria, acompanyats moltes vegades amb música. Dinamitza l'activitat Impacta't Teatre.

Any d'inici i edicions fetes

Es va iniciar l'any 2021 i hi van participar 18 persones (15 dones i 3 homes). L'any 2022 es va fer una segona edició en la que hi varen participar 25 persones, 21 dones i 4 homes. Al 2023 s'ha iniciat la tercera edició amb poca participació en un principi però ha anat augmentant.

Institucions participants

ASPB i entitat Impacta't Teatre.

Avaluació

Avaluació de resultats quantitativa no experimental pre-post i avaluació de procés.

Resultats de l'avaluació

El nivell de satisfacció es de 9,9

MÚSICA EN TÀNDEM

Objectiu general

Promoure el benestar emocional i social dels infants entre 10 i 12 anys mitjançant la mentoria educativa per part de voluntaris/es i de l'aprenentatge de tècniques artístiques.

Objectius específics

- Augmentar la tolerància a la frustració a través del coneixement i acceptació dels propis límits i capacitats
- Crear vincles entre les persones voluntàries (mentores) i els infants
- Potenciar l'autonomia personal, l'autoconfiança
- Detectar i treballar habilitats socials
- Apropar els infants als recursos i equipaments del territori, generant participació activa i comunitat.
- Afavorir la socialització de les participants, promovent el treball en equip
- Fomentar la constància, la concentració i els hàbits d'organització
- Facilitar el coneixement bàsic de les diferents tècniques artístiques

Població diana

Adolescents de 5è, 6è de primària i 1r d'ESO amb perfils de vulnerabilitat i dels qui hi ha certa garantia de que assistiran de forma continuada al programa.

Territori

Barris del Carmel i Verdum.

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

Activitat extraescolar de dues sessions setmanals on es combina la mentoria i acompanyament dels infants de manera individualitzada amb un taller artístic per tal de prevenir conductes de risc i promoure hàbits saludables. Els tallers poden ser de rima, producció musical, d'art plàstic i urbà, de dansa *hip hop* i *breakdance*,

de DJ i d'improvisació. A través de les músiques urbanes, s'incorpora una acció pedagògica clau en allò referent a l'anàlisi de la realitat per part dels infants, la pressa de consciència de la seva situació i de les injustícies que les travessen.

Any d'inici i edicions fetes

Es va iniciar el 2017 i se'n han fet sis edicions a cada barri, havent-hi participat un total de 130 nois i noies en total (separat per sexe).

Institucions participants

ASPB, centres educatius d'educació primària de Verdum i Carmel, Pla de desenvolupament comunitari Carmel Amunt, AFEV.

Avaluació

Avaluació no experimental, enquestes pre-post amb metodologia quantitativa.

Resultats de l'avaluació

Millora de les habilitats socials i benestar infantil.

AMICS I CIRC

Objectiu general

Millorar la salut mental, física i social dels infants del barri que cursen cinquè de primària.

Objectius específics

- Promoure la millora de la integració escolar
- Millorar l'autoconfiança i l'autoestima dels nois i noies

Població diana

Pre-adolescents en risc d'exclusió social dels barris de Bon Pastor i Baró de Viver.

Territori

Bon Pastor i Baró de Viver.

En que consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

Activitat realitzada als barris de Baró de Viver i Bon Pastor on els infants combinen dues activitats: la mentoria socioeducativa i l'aprenentatge de circ social.

A l'activitat grupal de circ social, els infants aprenen a fer tècniques de circ, al temps que generen amistat i cohesió entre elles, treballen l'autoconfiança i l'autoestima i posen en pràctica la solidaritat, la cooperació i el suport mutu.

Any d'inici i edicions fetes

S'ha fet al llarg de l'any 2022 i hi ha participat 15 joves, 5 noies i 10 nois.

Institucions participants

Pla de Barris Bon Pastor - Baró de Viver, Consorci d'Educació de Barcelona, Agència de Salut Pública de Barcelona, Equip de Salut Comunitària, AFEV (Associació

d'origen Francès de Voluntariat Juvenil), Centre Cívic Baró de Viver, Escola Baró de Viver, Escola L'Esperança, Ateneu de Nou Barris.

Avaluació

Avaluació de procés i resultats quantitativa.

Resultats

De moment s'ha valorat el nivell de satisfacció que és de 8,9

GENERACIÓ ZIRK

Objectiu general

Promoure la salut mental, física i social dels joves.

Objectius específics

- Promoure la realització d'activitats que contribueixin a millorar el benestar físic dels infants.
- Promoure la realització d'activitats que contribueixin a millorar el benestar emocional i social dels infants.

Població diana

Joves de 14 a 21 any.

Territori

Roquetes, Trinitat Nova (zona centre de 9B).

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

El programa consta de 20 sessions que es treballen des d'Octubre fins a Maig. Hi ha actius dos grups. Les participants acudeixen setmanalment. Durant el 2021 s'ha fet l'aposta d'introduir la perspectiva de gènere de manera explícita en la programació de continguts de les diferents activitats. En aquesta línia, el Projecte Generació Zirc fa un viratge cap a la creació comunitària prenent la perspectiva de gènere com a eix temàtic. A més d'aprendre les tècniques de circ, les participants treballen la creació d'un espectacle amb un tema relacionat amb la perspectiva de gènere, a través d'un procés de reflexió, a partir de dinàmiques vivencials, sobre els diferents conceptes per arribar a una narrativa. Aquest espectacle es presenta en el Festival d'arts joves de Nou Barris Erràtik que es realitza el darrer divendres de Maig a una plaça del districte (de manera rotativa).

Any d'inici i edicions fetes

Es va iniciar el 2012 i s'han fet 10 edicions. En total hi han participat 40 persones per edició (aproximadament 400 persones).

Institucions participants

Agència de Salut Pública de Barcelona, Ateneu Popular de Nou Barris Pla de Desenvolupament Comunitari de Roquetes.

Avaluació

Avaluació de procés i resultats

Resultats de l'avaluació

Es va fer una avaluació a l'inici, que va assenyalar que no hi havia impacte en la reducció dels consums (en el seu dia era l'objectiu principal), però si en variables que tenien a veure amb l'autoestima.

CIRC I CASALS

Objectiu general

Promoure la salut mental, física i social dels infants

Objectius específics

- Promoure la realització d'activitats que contribueixin a millorar el benestar físic dels infants.
- Promoure la realització d'activitats que contribueixin a millorar el benestar emocional i social dels infants.

Població diana

Infants d'entre 6 i 12 anys vinculats als casals infantils.

Territori

Trinitat Nova, Roquetes, Canyelles, Vallbona i Verdum.

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

Es treballa a través d'activitats de circ. El programa engloba la realització de 9 sessions de circ (3 per trimestre), algunes als mateixos casals infantils o altres espais de cada barri i altres a l'Ateneu Popular de 9Barris, i el retorn a la comunitat a través de la participació a la festa del circ social i altres accions en funció del territori.

Any d'inici i edicions fetes

Va començar el 2018 i s'han fet cinc edicions. Han participat 100 persones per edició. En total han participat més de 500 persones.

Institucions participants

Agència de Salut Pública de Barcelona, Ateneu Popular de Nou Barris, Casals Infantils.

Avaluació

Entrevistes grupals qualitatives cada dos anys i avaluació de procés.

Resultats de l'avaluació

Els i les participants assenyalen que els hi es útil per a tenir paciència, per a passar-s'ho bé i per conèixer coses noves. El nivell de satisfacció és de 8,3.

EL GRAN CIRC

Objectiu general

Promoure la salut mental, física i social de les persones grans.

Objectius específics

- Promoure la realització d'activitats que contribueixin a la millora del benestar físic de les persones grans
- Promoure la realització d'activitats que contribueixin a millorar el benestar emocional i social de les persones grans

Població diana

Persones de 60 anys o més en situació de soledat no volguda.

Territori

Roquetes, Trinitat Nova i Verdum.

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

Es treballa mitjançant l'aprenentatge de tècniques de circ adaptades a les necessitats de les persones grans. El programa engloba la realització de dues sessions de prova i entre 7-9 de taller, més tres sessions intergeneracionals, amb escolars de l'Institut Escola de Trinitat Nova. Es realitza un espectacle final creat per les mateixes participants.

Any d'inici i edicions fetes

Gran Circ va començar l'any 2018 i des d'aleshores s'han fet cinc edicions i hi ha participat 25 persones per edició (aproximadament 130 persones).

Institucions participants

Agència de Salut Pública de Barcelona, Ateneu Popular de Nou Barris, Pla de Desenvolupament Comunitari de Roquetes, Pla de Desenvolupament Comunitari Verdum, Centre Atenció Primària Roquetes-Cantera, Casal de Persones Grans Roquetes.

Avaluació

Avaluació de resultats i procés amb enquestes pre-post; i entrevistes per a fer avaluació qualitativa.

Resultats de l'avaluació

En les enquestes no hi ha diferencies pre-post, però a nivell qualitatiu es reporten millores a nivell de agilitat, benestar emocional i relacions socials.

Art i Salut

Objectiu general

Art i Salut és un projecte que neix de la necessitat d'apropar l'ASPB a la ciutadania utilitzant l'art com a fil conductor. És un projecte que té per objectiu explicar i donar a conèixer què és i què fa l'ASPB facilitant que la població conegui el concepte global de salut i benestar, així com les institucions que tenen cura de la seva salut més enllà dels centres de salut assistencials.

Població diana

La població diana és la població general de la ciutat que visita l'ASPB per motius diversos.

En què consisteix la intervenció i amb quin mètode creatiu s'ha treballat

Es converteix una paret de l'entrada de l'edifici mare de l'ASPB en un espai d'exposició, en el què es fan exposicions periòdiques que mostren les intervencions, programes, funcions i projectes de recerca que es duen a terme amb el lideratge i/o la participació de l'ASPB. Les exposicions poden ser en format de fotos, pintures i, en general, objectes que puguin ser penjats a la paret o en suports de diferent format, segons l'exposició sigui ideada per a poder-se desplaçar i ser exhibida en altres indrets, o sigui una exposició fixa.

Normalment des d'algun departament de l'ASPB es planteja la voluntat d'exposar algun tema vinculat al seu treball. L'equip tècnic del departament conjuntament amb les responsables d'Art i Salut i suport logístic extern, decideixen la manera gràfica, visual, entenedora i a l'hora atractiva d'explicar allò que es vol.

Es fa una inauguració breu, en la què hi participen els diferents agents implicats i es presenta un petit vídeo de l'exposició. El format de la inauguració també es busca que sigui breu i atractiu i, per tant, s'ha fet en formats diversos: com una conversa, una entrevista o fins i tot teatralitzats.

Any d'inici i edicions fetes

La primera exposició s'inaugurà al desembre de 2017 i des d'aleshores se n'han fet 16. Actualment es fan dos exposicions anuals.

Conclusions

1. L'art ha mostrat ser una eina efectiva per a comunicar-se, expressar-se, evadir-se i relaxar-se, afectant positivament al benestar físic i emocional de les persones.

2. Les intervencions basades en l'art poden millorar la salut i el benestar de diferents maneres: contribuint a la promoció de la salut actuant a nivell dels determinants socials o hàbits promotors de la salut, i també a nivell de tractament i gestió de determinades malalties com ara problemes de salut mentals o malalties no transmissibles.

3. L'ASPB treballa a nivell de salut comunitària utilitzant un ampli espectre de tècniques artístiques i creatives que en molts casos han mostrat beneficis en les persones dels diferents barris i col·lectius.

4. Fins al moment, des de l'ASPB, s'han liderat o s'ha participat en 15 intervencions diferents basades en l'art, de les que es podrien haver beneficiat més de 1500 persones a Barcelona.

5. Cal destacar que la darrera Mesura de Govern sobre salut comunitària a la ciutat de Barcelona 2024-2030, marca com a una de les estratègies prioritàries les intervencions basades en l'art.

6. Durant els propers anys es volen estendre a més barris de la ciutat les intervencions basades en l'art. Un dels reptes més importants serà potenciar el treball coordinat i en xarxa amb cultura i patrimoni, així com anar enfortint el vincle entre salut i serveis socials.

Bibliografia

1. Fancourt D. Arts in Health: Designing and Researching Interventions. Oxford University Press; 2017.
2. Davies CR, Knuiman M, Wright P, Rosenberg M. The art of being healthy: A qualitative study to develop a thematic framework for understanding the relationship between health and the arts. BMJ Open. 2014;4(4).
3. Fancourt D, Finn S. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. World Health Organization. 2019. Disponible a: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf?sequence=3
4. Diez È, Pasarin MI, Daban F, Calzada N, Fuertes C, Artazcoz, Lucía, et al. "Salut als barris" en Barcelona, una intervención comunitaria para reducir las desigualdades sociales en salud. Comunidad. 2012;14:121–6.
5. Fuertes C, Pasarín MI, Borrell C, Artazcoz L, Díez È, Calzada N, et al. Feasibility of a community action model oriented to reduce inequalities in health. Health Policy. 2012;107(2–3):289–95.
6. Mesura de Govern sobre salut comunitària i atenció primària de salut a la ciutat de Barcelona , 2024-2030. 2024. 2024. Disponible a: https://ajuntament.barcelona.cat/premsa/wp-content/uploads/2023/12/Mesura-de-Govern-Salut-Comunitaria.pdf
7. Mouriño-Ruiz R, Serral G, Continente X, López MJ, Lapena C, Puigpinós-Riera R. Evaluation of effectiveness of an art-based museum intervention in reducing loneliness among older adults (ArtGran): a quasi-experimental study. Public Health. 2024;230:149–56.
8. Puigpinós-Riera R, López MJ, Continente X, Serral G, Mouriño R, Lapena C, et al. Avaluació de la intervenció ArtGran. Barcelona: Agència de Salut Pública de Barcelona, 2023. Disponible a: https://www.aspb.cat/wp-content/uploads/2023/10/ASPB-Avaluacio_ArtGran.pdf

C S B Consorci Sanitari de Barcelona

Agència de Salut Pública

Promoció de la salut

Connectem

www.aspb.cat