

xenia

LA REVISTA DE:  **Fundació Hospitalàries**
Sant Boi

Bateguem junts

#3

MARÇ 2026

LA DIMENSIÓ SOCIAL AL COR DE L'HOSPITALITAT

Per una atenció social i sanitària integrada



Consells per a la desescalada verbal



Desestigmatitzem la Teràpia Electroconvulsiva

- COM PODEM MONITORITZAR EL NOSTRE PROPÒSIT?
- REPARA RENOVA'T: INNOVACIÓ, INTEGRACIÓ I SOSTENIBILITAT
- EL TRASTORN LÍMIT DE LA PERSONALITAT: NOVA GUIA I RECURSOS
- CONEIXEM A..
Dr. David Suárez, psiquiatre
Jonathan, usuari

SUMARI

VALORS I PROPÒSIT

Quadre de comandament del propòsit.

EL REPORTATGE

La dimensió social al cor de l'atenció integral i integrada.

CONEIXEM A...

Dr. David Suárez, Psiquiatre i Responsable de TEC.
Jonathan, usuari de l'SRC.

EN PROFUNDITAT

Repara Renova't: un projecte d'innovació, integració i sostenibilitat.

SOM COMUNITAT

Entenent el trastorn límit de la personalitat.

Notícies, voluntariat, activitats, ludoteca, solidaritat i molt més.

Bústia de suggeriments:

Si vols compartir amb nosaltres projectes, idees, opinions o propostes de temes, t'escoltem a : comunicacio.santboi@fundacionhospitalarias.org

També ens trobaràs a:



@fundaciohospitalariessantboi

Bateguem junts 01



EDITORIAL

Benvolguts/udes,

En aquest tercer número de la nostra revista —el primer del 2026— vull compartir una reflexió clau per a la nostra institució: la importància de comptar amb un quadre de comandament del propòsit que ens permeti mesurar i avaluar, amb rigor, allò que dóna sentit a la nostra feina diària.

El nostre propòsit és clar: humanitzar l'atenció en salut mental. No és un lema, sinó una guia estratègica que orienta les nostres decisions i la nostra pràctica assistencial. Mesurar no vol dir deshumanitzar; al contrari, ens permet comprovar que cada procés i cada actuació estan alineats amb l'experiència d'assistència digna, ètica, propera i respectuosa que volem oferir.

El 2025 vam atendre 19.850 persones en els nostres dispositius, vam realitzar 118.136 consultes externes i vam acompanyar en hospitalització 2.344 persones. Darrere de cada xifra hi ha històries de vida que han confiat en nosaltres en moments d'especial vulnerabilitat. I darrere de cadascuna hi ha professionals compromesos.

Durant l'any 2025, 1.273 professionals han treballat en els diferents dispositius. 1.273 persones a les que vull expressar el meu agraïment sincer per fer possible aquesta tasca. La seva competència, sensibilitat i compromís són el veritable motor de la humanització que defensem.

Aquest número dedica el reportatge central al desplegament de la línia social de l'hospital, peça fonamental per avançar cap a una atenció integrada, integral i centrada en la persona.

Iniciem el 2026 reafirmant el nostre compromís: continuar cuidant amb humanitat i hospitalitat.

Dr. Joan Orrit

Director Gerent

Fundació Hospitalàries Sant Boi

El nostre propòsit: humanitzar l'atenció en salut mental

COM PODEM MONITORITZAR EL PROPÒSIT?

El propòsit de la Fundació Hospitalàries Sant Boi és **humanitzar l'atenció en salut mental**. Entenem la humanització com una forma de cuidar que situa la persona al centre, reconeix la seva dignitat, promou els seus drets i acompanya el procés de recuperació de manera integral. Tots aquests són conceptes intangibles que, a primera vista, semblarien impossibles de 'calcular', de monitoritzar.

Llavors... com podem mesurar si estem seguint el propòsit?

El quadre de comandament de monitorització del propòsit

Per garantir que aquest propòsit es tradueixi en pràctiques reals i sostingudes en el temps, **comptem amb un quadre de comandament de monitorització del propòsit**, que es revisa de forma periòdica per avaluar si els projectes, les bones pràctiques i l'atenció que oferim estan alineats amb els nostres valors i objectius.

Aquest quadre de comandament s'articula al voltant de tres eixos estratègics fonamentals:

1

La **integralitat de l'atenció**, que assegura una resposta coordinada i contínua a les necessitats de la persona en totes les fases del procés assistencial.

2

La **reintegració a la societat**, des del model de recuperació, que promou l'autonomia, la participació comunitària i la construcció d'un projecte de vida propi.

3

La **defensa de la dignitat i els drets de les persones**, com a base ètica irrenunciable de la nostra acció assistencial.



Com funciona el quadre de comandament del propòsit?

A partir d'aquests eixos, el quadre de comandament avalua **deu dimensions clau** que permeten objectivar el grau d'alineació amb el propòsit. Els 10 indicadors són:

Aplicació de pautes d'atenció i tractament personalitzat

Interdisciplinarietat i treball en equip

Existència de polítiques de qualitat objectivables i integrades

Coneixement de les percepcions clau relacionades amb la satisfacció d'usuaris i famílies

Recuperació de capacitats i inserció de la persona al seu entorn

Protocols de coordinació i continuïtat del procés assistencial

Foment d'un rol actiu tant de les persones ateses com de les famílies

Garantia dels màxims nivells de seguretat

Respecte dels drets i deures de les persones ateses

Desenvolupament de polítiques actives de lluita contra l'estigma

Valors i propòsit

La constant verificació d'aquesta alineació estratègica es duu a terme des d'un equip multidisciplinari, reforçant així una cultura organitzativa coherent, avaluable i compromesa amb una atenció en salut mental més humana, justa i transformadora.



No et perdís el vídeo!



LA DIMENSIÓ SOCIAL AL COR DE L'HOSPITALITAT

Cap a un model integrat d'atenció social i sanitària

En l'àmbit de la salut mental, tenir cura no és només tractar símptomes. És comprendre trajectòries de vida, contextos familiars, situacions econòmiques, xarxes de suport i oportunitats d'inclusió. És, en definitiva, **situar la persona al centre des d'una mirada integral i integrada.**

Les unitats i dispositius de la Fundació Hospitalàries a Catalunya avancen decididament en aquesta direcció reforçant la línia social i consolidant **un model d'atenció integrada social i sanitària** alineat amb el nou model d'atenció integrada de Catalunya.

Conchita Peña, Directora de la Línia Social de la Fundació Hospitalàries a Catalunya, és la responsable d'impulsar projectes en els que conflueixin la intervenció sanitària i social dels cinc centres de la Fundació Hospitalàries a Catalunya, entre ells, els dispositius de la Fundació Hospitalàries Sant Boi.

"L'objectiu final és situar la dimensió social en el centre de l'atenció, promoure la transversalitat dels processos d'intervenció social i el model d'atenció integrada social i sanitària. **Tot això en un marc d'innovació, excel·lència i ètica per a una atenció integral a les persones**", explica Conchita Peña, recentment premiada amb la Medalla Josep Trueta al Mèrit Sanitari. "La creació d'aquesta línia és una aposta estratègica de la institució, que sor-



-geix de la necessitat d'enfortir els processos d'atenció i recuperació de les persones des d'una perspectiva de participació social i desenvolupant nous serveis que propiciïn aquesta orientació. També és un propòsit d'obertura cap a les noves realitats socials i les noves formes de pobresa per incorporar-les de manera efectiva a la missió de l'organització".

El nou paradigma català: integració real social i sanitària per a respondre a realitats complexes

L'impuls de la línia social als dispositius de Catalunya de la Fundació Hospitalàries arriba en un moment determinant alineat amb el model innovador d'atenció integrada social i sanitària i la creació de l'**Agència d'Atenció Integrada Social i Sanitària (AGAISS)** de la Generalitat de Catalunya.

Conchita Peña
Directora de la Línia Social de la Fundació Hospitalàries a Catalunya



El nou paradigma respon a un repte clau: les necessitats de les persones no es fragmenten en compartiments administratius. Les situacions de vulnerabilitat, cronicitat, dependència o exclusió requereixen respostes coordinades, continuades i centrades en la persona.

Aquest nou model comú entre el Departament de Salut i el de Drets Socials i Inclusió promou:

- **La coordinació estructural entre sistemes sanitari i social.**
- **La planificació compartida de la intervenció.**
- **La continuïtat assistencial al llarg del cycle vital.**
- **La coresponsabilitat entre professionals de diferents àmbits.**

Els nostres dispositius, especialment els comunitaris, assumeixen aquest marc com una oportunitat estratègica per transformar la manera com entenem i organitzem l'atenció en salut mental. **En salut mental, els determinants socials influeixen de manera decisiva en l'evolució clínica, l'adherència terapèutica i els processos de recuperació.** Habitatge, ocupació, suport familiar, ingressos, inclusió comunitària o accés a recursos són factors que condicionen directament el benestar.

“Des de la Unitat de Treball Social Sanitari de la Fundació Hospitalàries Sant Boi estem col·laborant directament amb la Línia Social participant en diversos projectes socials conjunts d'actuació a Catalunya. Les treballadores socials sanitàries de la Fundació Hospitalàries Sant Boi, com també els altres professionals socials, com les educadores socials o els terapeutes ocupacionals, tenim molt present que hem de treballar sota els models d'atenció sanitària i social, i el model centrat en la persona, posant èmfasi en els determinats socials en salut i des d'un enfocament basat en el respecte dels drets de les persones”, explica **Aurora Amador**, responsable de la Unitat Treball Social de la Fundació Hospitalàries Sant Boi i treballadora social sanitària del CASD Granollers.



Aurora Amador
Responsable de la Unitat Treball Social de la Fundació Hospitalàries Sant Boi i Treballadora Social Sanitària del CASD Granollers.

A la Fundació Hospitalàries Sant Boi hi treballen 25 treballadores socials sanitàries, 16 educadors socials, 10 terapeutes ocupacionals.

Actualment, el marc del desenvolupament del Pla d'Acció de la Línia Social implica diferents pilars com:

- Incorporar la valoració social des del inici del procés assistencial.
- Dissenyar plans d'intervenció integrats, amb objectius clínics i socials compartits.
- Treballar des de la prevenció i la detecció precoç de situacions de risc social.
- Afavorir l'autonomia i el projecte vital de cadascú.
- Impulsar una cartera de serveis socials transversal i integrada en totes les línies assistencials que desenvolupem.

Aquest enfocament transversal permetrà garantir coherència, continuïtat i equitat en l'accés a recursos socials, evitant duplicitats i millorant l'eficiència organitzativa.

A més, es reforcen els mecanismes de coordinació amb serveis socials municipals, recursos residencials, entitats del tercer sector, dispositius d'inserció laboral i xarxes comunitàries, consolidant una autèntica xarxa integrada de suport.

A la Fundació Hospitalàries Sant Boi, de forma integrada amb la Línia Social que marca tots els dispositius de la Fundació Hospitalàries a Catalunya, es treballen objectius en àrees com l'atenció a les persones sense llar, especialment les dones, establint relacions estratègiques amb ajuntaments; la millora de l'atenció intermèdia en psico-

-geriatria, l'atenció domiciliària de persones amb fragilitat i el seguiment actiu i la redefinició de l'estratègia en els processos de desinstitucionalització de la mitja i llarga estada, entre d'altres.

No et perdís el video!



Mercè Pérez, treballadora social sanitària de Fundació Hospitalàries a Sant Boi



“En els nostres dispositius assistim a moltes persones en situació de gran vulnerabilitat social. **Sense una intervenció que contempli els factors socials, l'assistència sanitària en si mateixa resultaria insuficient.** Els factors socials determinen de manera decisiva l'evolució d'una persona amb malaltia mental. La precarietat econòmica, l'aïllament o l'exclusió social influeixen directament en l'adherència al tractament i la recuperació. Actualment, des de l'Àrea de Treball Social de la Fundació Hospitalàries Sant Boi, iniciarem també un estudi qualitatiu i quantitatiu sobre els principals factors socioambientals i econòmics que determinen l'evolució del problema de salut mental”, afirma Aurora Amador.

Un dels altres objectius de la Línia Social de la Fundació Hospitalàries a Catalunya és la **inclusió sociolaboral**. "Volem afavorir el desplegament d'un centre especial de treball, desenvolupant el servei ja existent Menni Integra't, per a poder desplegar millores orientades a la inclusió laboral i ocupacional dels nostres usuaris i, al mateix temps, oferir els serveis a altres entitats que també atenen a col·lectius en risc d'exclusió", explica **Conchita Peña**.

Promoure la transversalitat dels processos d'intervenció social suposa també un canvi cultural dins de

l'organització. La integralitat de l'atenció no es produeix únicament mitjançant estructures formals, sinó a través d'equips multidisciplinaris cohesionats, d'espais de planificació conjunta, de formació compartida del model d'atenció integrada, de protocols comuns i circuits coordinats, i de sistemes d'informació que facilitin el treball col·laboratiu. La Línia Social incorpora a tots els professionals socials sota el mateix paraigües. **La dimensió social passa així a formar part de l'ADN organitzatiu**, tot reforçant la corresponsabilitat entre professionals sanitaris i socials i els valors ja existents d'integralitat en l'atenció, hospitalitat i qualitat assistencial, entre d'altres.

SOM ELS SOCIALS!

Treball Social, Educació Social i Teràpia Ocupacional: professions diferents, objectius compartits.

"Des del treball social acompanyem a les persones perquè coneguin els seus drets i puguin accedir a recursos que els aportin després un suport social més gran. Actuem com un pont entre l'usuari, la família i el sistema sanitari i social."

Mónica Cámara,
Treballadora Social de l'Àrea de Rehabilitació de Sant Boi

"Des de la teràpia ocupacional intervenim per promoure l'autonomia i el desenvolupament ocupacional de persones amb problemes de salut mental que solen presentar dificultats en la organització de la vida diària, el desenvolupament professional i la participació en la vida social".

Angélica Arenas,
Terapeuta ocupacional de l'Àrea de Rehabilitació de Sant Boi

"Nosaltres valorem com els símptomes repercuteixen en el dia a dia dels nostres usuaris. Treballem les habilitats de la vida diària bàsiques: dutxar-se, la higiene..."

No et perdís el vídeo!



les instrumentals: la cuina, el maneig dels diners o la neteja de la llar, i les avançades com poden ser l'educació, l'oci o la feina".

Paula Martínez, Terapeuta ocupacional de l'Àrea de Psicogeriatría de Sant Boi

"Dins l'àmbit de la salut mental, els educadors socials realitzem intervencions de caràcter socioeducatiu."

guiats per l'oci significatiu, les relacions socials, la integració comunitària i el projecte de vida."

David Franquelo,
Educador Social de l'Àrea de Rehabilitació de Sant Boi



Paula

Angélica

David

Mónica

DR. DAVID SUÁREZ, PSIQUIATRE I REFERENT DE TEC

Parlem de la Teràpia Electroconvulsiva

"Gran part de la mala fama de la Teràpia Electroconvulsiva prové de pràctiques històriques realitzades abans dels estàndards actuals, quan no es feia servir anestèsia ni relaxants musculars, així com de representacions cinematogràfiques molt impactants que no reflexen la pràctica moderna."

El Dr. David Suárez és psiquiatre i porta gairebé deu anys vinculat a la Institució. Iniciant el seu recorregut a la Fundació Hospitalàries Sant Boi com a metge resident, des del mes de febrer de 2026 forma part de l'equip mèdic de la Unitat d'Aguts i Patologia Dual de Sant Boi i és el referent de l'Àrea TEC de l'organització. En els darrers anys, el Dr. Suárez ha treballat a l'Àrea de Rehabilitació en Salut Mental de l'hospital i, actualment, també forma part del Comitè d'Ètica Assistencial, de la Comissió d'Innovació i és el referent de la Institució en la Taula de Salut Mental del SEM/061/Salut Respon.

Parlem amb ell per a saber més sobre la Teràpia Electroconvulsiva (TEC), desmitificar-la i resoldre molts dubtes que envolten aquest tipus de teràpia...

Com funciona la Teràpia Electroconvulsiva i quin tipus d'estimulació fa a nivell cerebral?

La Teràpia Electroconvulsiva (TEC) és un tractament psiquiàtric segur i eficaç que utilitza petites corrents elèctriques per a induir una breu convulsió controlada. S'aplica de forma controlada un estímul elèctric breu, sota anestèsia general i relaxació muscular, que indueix una crisi epilèptica terapèutica de durada molt curta. A nivell cerebral, no "danya", com es pensa sovint. **El que produeix és una modulació de xarxes neuronals implicades en l'estat d'ànim, la regulació emocional i la cognició.** Sabem que actua sobre els circuits frontolímbics i que afavoreix canvis neuroplàstics: regulació de neurotransmissors, millora en la connectivitat funcional i augment de factors neurotròfics. Tot i que encara seguim investigant els mecanismes exactes, **l'evidència científica acumulada durant dècades mostra que és un dels tractaments més eficaços en depressió greu resistent.**



Per què creus que la TEC té tan “mala fama” a la societat? Quins equívocs hauríem d'eradicar?

Gran part de la mala fama prové de pràctiques històriques realitzades abans dels estàndards actuals, quan no es feia servir anestèsia ni relaxants musculars, així com de representacions cinematogràfiques molt impactants que no reflexen la pràctica moderna.

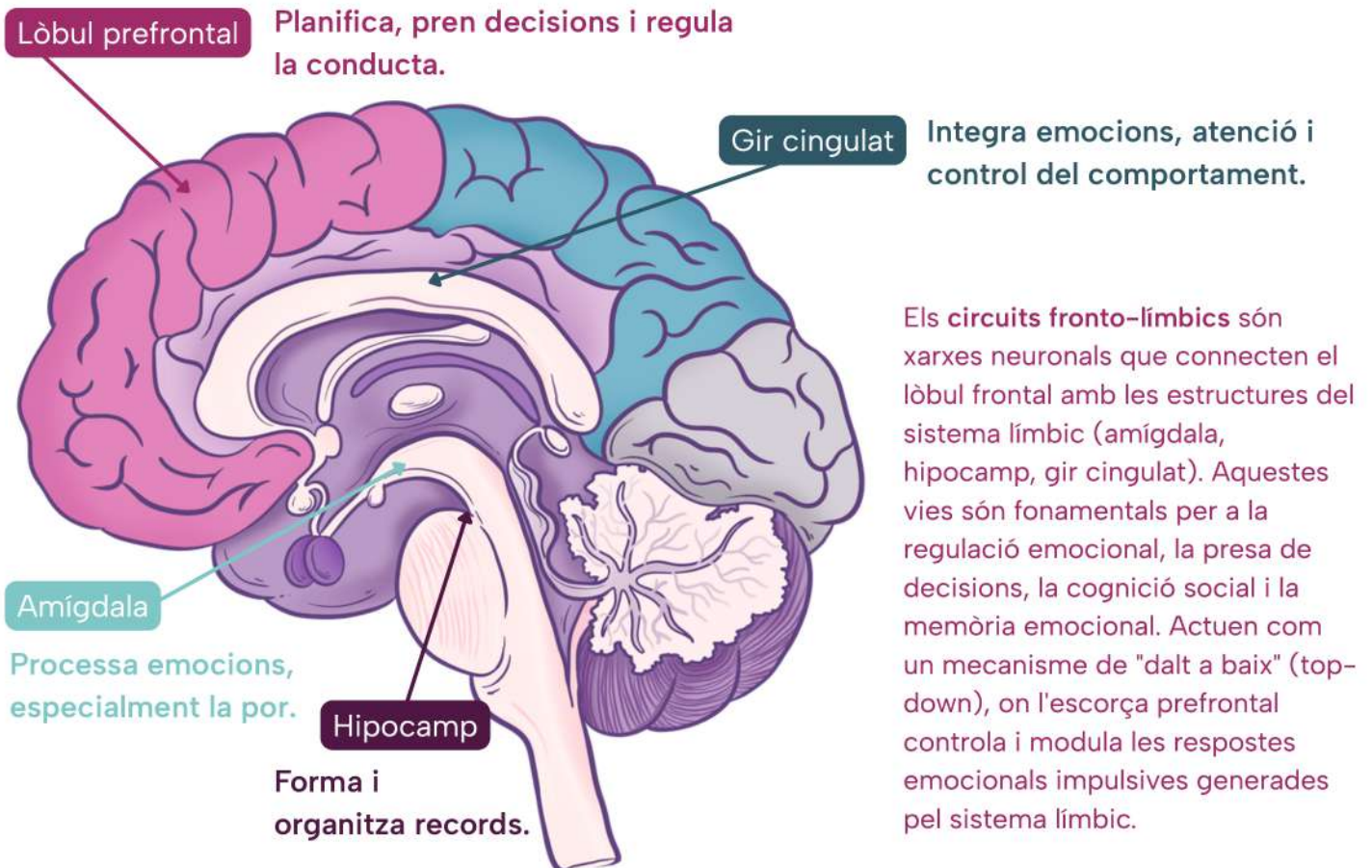
Avui dia és un procediment protocol·litzat, realitzat amb anestèsia, monitorització constant i consentiment informat. Com qualsevol tractament mèdic, té possibles efectes secundaris, principalment alteracions transitòries de la memòria, però estan ben estudiats i es valoren amb cura davant els beneficis esperats. **Combatre l'estigma implica informar amb transparència i amb rigor científic.**

Els principals equívocs que cal erradicar sobre la TEC són:

- Que s'aplica com a càstig o de manera coercitiva.
- Que produeix dany cerebral estructural.
- Que el pacient pateix dolor durant el procediment.
- Que genera pèrdues de memòria generalitzades i irreversibles en tots els casos.

Com funciona una sessió de TEC?

Abans de realitzar la sessió es duu a terme una valoració mèdica i psiquiàtrica completa, incloent-hi analítica, electrocardiograma, TAC cerebral i avaluació anestèsica. S'explica el procediment al pacient i a la família, tot resolent dubtes.



El dia de la sessió, el pacient va en dejú. La sessió es fa en un entorn hospitalari. El pacient rep anestèsia general breu i un relaxant muscular, per això està adormit i no sent dolor. Es col·loquen elèctrodes al cuir cabellut i s'administra l'estímul elèctric, que dura pocs segons. La crisi terapèutica dura habitualment menys d'un minut. Tot el procés, incloent-hi preparació i recuperació immediata, sol durar entre 20 i 40 minuts.

Després, el pacient passa a una sala de recuperació fins que es desperta completament. Generalment, el pacient pot tornar a la seva unitat o domicili durant el mateix matí. Els tractaments solen administrar-se en diverses sessions, habitualment dos o tres per setmana a l'inici, situant la mitjana d'una tanda en 12 sessions. Segons l'evolució clínica, es poden mantenir durant més temps, de manera més espaiada i de forma ambulatoria.

Quins usuaris es poden beneficiar d'aquest tipus de teràpia?

La TEC està indicada principalment en pacients amb trastorns mentals greus i potencialment incapacitants, especialment quan no han respost a tractaments farmacològics o quan cal una resposta ràpida.

Els perfils que més se'n poden beneficiar són les persones amb depressió major greu, especialment amb símptomes psicòtics o risc suïcida; els pacients amb trastorn bipolar en fases depressives o maníacques greus; alguns casos d'esquizofrènia resistent i les persones amb catatònia, independentment del diagnòstic de base. **És important subratllar que no és un tractament de primera línia en la majoria dels casos**, sinó una opció altament eficaç quan altres alternati-

-ves no han funcionat o no són segures. La indicació sempre es fa després d'una avaluació exhaustiva i consensuada per l'equip clínic.

Quins avenços científics o tecnològics es duen a terme actualment al voltant de la TEC?

Actualment es treballa en diversos fronts: en optimitzar els paràmetres d'estimulació per maximitzar l'eficàcia i minimitzar els efectes cognitius; en tècniques de col·locació d'elèctrodes més focals, com l'estimulació ultrabreu; s'investiguen biomarcadors i neuroimatge funcional per a poder predir millor quins pacients respondran i s'està estudiant com integrar altres tècniques de neuromodulació com l'estimulació magnètica transcranial.

La tendència és cap a una psiquiatria cada cop més personalitzada, on puguem ajustar el tractament a les característiques biològiques i clíniques de cada persona.

Quin repte professional suposa per a tu ser el referent de TEC de l'organització?

Per mi suposa, sobretot, una gran responsabilitat clínica i humana. **La TEC és una eina altament eficaç en determinats quadres psiquiàtrics greus, però també és una intervenció que requereix rigor tècnic, coordinació interdisciplinària i una comunicació molt clara amb pacients i famílies.** Es pretén, no només garantir que el procediment es realitzi amb els estàndards més alts de seguretat i qualitat assistencial, sinó també contribuir a la formació contínua de l'equip, revisar l'evidència científica i promoure una pràctica basada en dades i en ètica clínica. Però sobretot implica acompanyar, escoltar dubtes, validar pors i treballar en equip perquè cada indicació de TEC sigui una decisió consensuada i centrada en la persona. A la nostra institució hi ha psiquiatres amb molta expertesa en TEC i comptem amb un equip d'infermeria que fa una feina extraordinària.

REPARA RENOVA'T: INNOVACIÓ, INTEGRACIÓ I SOSTENIBILITAT



Quan portar a reparar la teva ràdio de tota la vida que no funciona té més valor que mai...

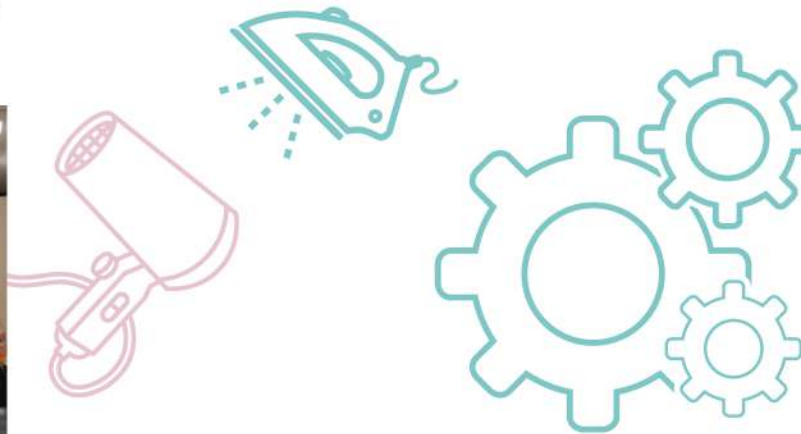
Repara Renova't' és un projecte d'integració social a través de l'educació per a la sostenibilitat i la prevenció de residus, impulsat per la Fundació Hospitalàries Sant Boi l'any 2017, des de l'àmbit de la salut mental i la diversitat funcional, amb el suport de la Generalitat a través de la seva Agència de Residus.



'Repara Renova't' és un servei públic i gratuït d'autoreparació i assessorament tècnic d'aparells electrònics i electrodomèstics petits.

Des de la Fundació Hospitalàries Sant Boi, amb l'objectiu de millorar la reinserció de les persones amb problemes de salut mental i promoure la seva reincorporació al mercat laboral; en el marc del Servei de Prelaboral, vam posar en marxa el 2017 el servei 'Repara Renova't' amb un grup de voluntaris vinculats a la xarxa de salut mental amb coneixements bàsics d'electrònica.

Repara Renova't ja porta més de 600 persones usuàries inscrites dels serveis d'atenció a la salut mental i del Servei de Prelaboral, més de 2.000 aparells reparats; 4,5 tones de residus estalviades i un 80% d'eficàcia en la reparació.



La Fundació aposta per aquest projecte innovador amb l'objectiu de generar un espai a peu de carrer de contacte social positiu entre la població general i les persones amb problemes de salut mental i afegint-hi un context de sostenibilitat.

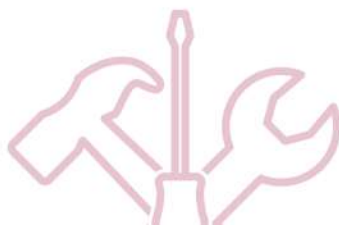
En una primera fase es va comptar amb una formació prèvia teòrico-pràctica als usuaris amb un tècnic especialista en electrònica.

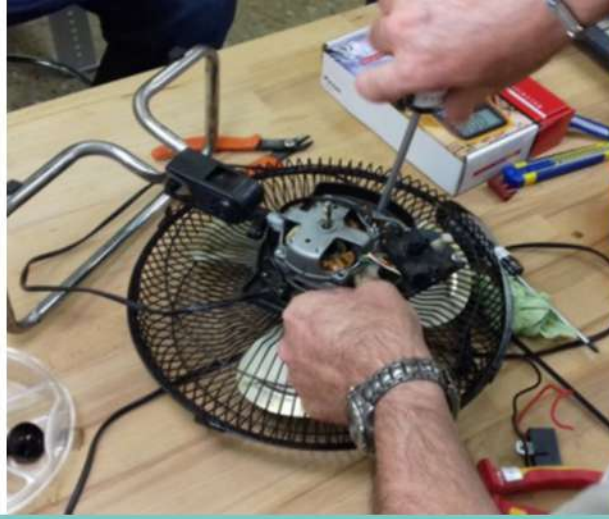
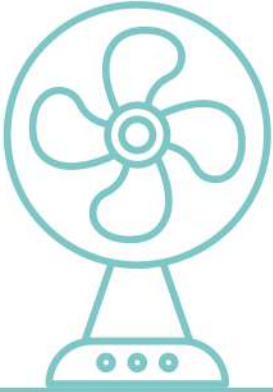


Agència de
Residus de
Catalunya



Generalitat de Catalunya
Departament
de Drets Socials





En una segona fase es va obrir el servei al públic a la **zona de Santa Eulàlia de L'Hospitalet de Llobregat**, just al costat del Servei de Rehabilitació Comunitària de la nostra Institució. A la tercera fase, 'Repara Renova't' es va incorporar com una de les línies de taller del Servei Prelaboral de la Fundació Hospitalàries Sant Boi.

Els objectius del projecte són:

- Crear **oportunitats de contacte social positiu** i suport mutu amb la resta de la ciutadania afavorint així la integració social de les persones amb problemes de salut mental i la lluita contra l'estigma.
- Promoure l'autonomia personal.
- Realitzar projectes de prevenció de residus i educació per a la sostenibilitat.
- Promoure processos d'apoderament i participació ciutadana.
- Promoure i donar suport a la capacitat de les persones en els àmbits, les habilitats i les competències relacionades amb la preparació a la inserció laboral.
- Descobrir noves tècniques per posar a punt els nostres aparells alhora que estalviem residus i diners.

A l'espai de 'Repara Renova't' podem trobar quatre grups de destinataris que, si bé coincideixen en espai i activitat, corresponen a objectius diferents: persones voluntàries de la xarxa de salut mental, persones usuàries del Servei Prelaboral en procés de capacitat laboral, població general interessada en utilitzar el servei d'autoreparació i compartir experiències, i entitats i xarxa comunitària del territori.

Coneix tots els tallers gratuïts que fan al Repara Renova't cada 15 dies al seu Instagram

 @repara_renovat



ENTENENT EL TRASTORN LÍMIT DE LA PERSONALITAT

- ✗ "Són intractables"
- ✗ "Són persones violentes"
- ✗ "Volen cridar l'atenció"

Aquests són alguns dels mites i estigma al voltant del TLP, el trastorn límit de la personalitat.

El **trastorn límit de la personalitat** és un trastorn de salut mental que influeix en la manera com una persona es percep a si mateixa, gestiona les seves emocions i es relaciona amb els altres. Conèixer millor aquest trastorn ajuda a reduir l'estigma, comprendre les dificultats associades i afavorir un acompanyament més adequat.



AMB L'ACOMPANYAMENT ADEQUAT, MOLTES PERSONES PODEN CONVIURE AMB EL TLP I DUR A TERME EL SEU PROJECTE DE VIDA COM TOTHOM.

Bateguem junts 13

Des de la Fundació Hospitalàries Sant Boi hem creat un **nou apartat a la nostra pàgina web** amb informació i recursos útils sobre diferents tipus de problemes de salut mental. A partir d'ara, els usuaris i famílies disposen de guies amb informació i recursos descarregables.



El trastorn límit de la personalitat

- **Què és?**
- **A qui es pot diagnosticar?**
- **Causes**
- **Com és el seu tractament?**
- **Guies, llibres i recursos d'interès**
- **Associacions que et poden ajudar**
- **Consells, rutines i estil de vida**
- **Recomanacions**
- **Testimoni en 1ª persona**

Descarrega't la Guia al Portal de l'Usuari del nostre web www.fundaciohospitalariessantboi.org



Apropar la informació de forma senzilla però rigorosa ajuda a empoderar a les persones, a trobar recursos, accedir-hi i a afavorir una experiència del pacient més positiva.

Què és i què no és el TLP?

ÉS



Un trastorn de salut mental real que implica gran patiment i pot afectar moltes àrees de la vida: autoimatge, relacions, regulació emocional...



Una condició mèdica amb bases biològiques, psicològiques i socials.



Un trastorn que es diagnostica amb criteris clínics, per professionals formats.



Un trastorn tractable que es pot beneficiar de moltes intervencions: psicoteràpia, suport, habilitats emocionals... Pots tenir una vida plena i independent!

NO ÉS



No és 'una elecció', ni un defecte de caràcter ni una manera de 'cridar l'atenció'.



No vol dir que les persones amb TLP siguin violentes o 'perilloses'.



No és un trastorn intractable.



No hi ha un 'medicament miraculós' que 'curi' el TLP de forma aïllada — el tractament és multidimensional (teràpia + entorn + autocura).



No és un problema puntual o ocasional. Amb un bon acompanyament, les persones amb TLP poden convida-hi i tenir una vida plena.



La Mònica Vázquez, Psicòloga clínica de l'Hospital de Dia de Salut Mental de Granollers i la Laura, usuària diagnosticada de TLP te n'expliquen més...

SER DONA: EL PEATGE DEL GÈNERE

Enguany, amb motiu del Dia Mundial de la Dona, el 8 de març, des de la Comissió d'Igualtat de la Fundació Hospitalàries Sant Boi s'ha treballat sota el concepte 'El peatge del gènere' perquè...

Pensar en tot també cansa.

Càrrega mental

3 de cada 4 dones assumeixen la logística, planificació i la presa de decisions a la llar.

Cuidar sosté vides.

Cures familiars

La cura de fills i familiars dependents a l'Estat espanyol recau majoritàriament en les dones, amb un 37% dedicant-se habitualment a la criança davant el 5,6% dels homes. Les dones dediquen gairebé 7 hores diàries a aquestes tasques, patint un major impacte laboral i un alt desgast físic/emocional, sent freqüent la "generació sandvitx" (cuidar fills i grans simultàniament) entre els 35-44 anys.

L'invisible també pesa

Desgast emocional

El desgast emocional en dones és alt, amb 7 de cada 10 sentint tristesa o apatia i 5 de cada 10 patint ansietat.

Segons quines bromes, no fan gràcia

Micromasclismes

Els micromasclismes són molt presents en el llenguatge quotidià i actuen com a formes subtils de discriminació que reforcen la desigualtat.

El sostre no sempre es veu

Sostre de vidre

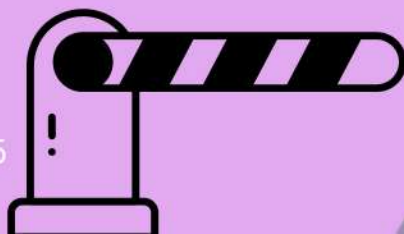
Encara avui persisteixen barreres estructurals per a les dones en lideratge: només al voltant del 22% dels llocs directius en empreses són ocupats per dones.

L'esforç no sempre es reconeix

Menys reconeixement

La desigualtat estructural també es reflecteix a la bretxa salarial de gènere: s'estima que les dones a l'Estat espanyol guanyen de mitjana entre un 15% i un 22% menys que els homes en una situació laboral similar.

El peatge del gènere no és una elecció individual, és una barrera estructural. Assenyalar-ho és el primer pas per desmuntar-lo.



LITERATURA, TRASTORN DE L'ESPECTRE AUTISTA, HUMOR I TENDRESA

La literatura és una eina poderosa per apropar-nos a realitats diverses des de l'empatia i la reflexió. En l'àmbit del trastorn de l'espectre autista (TEA), les novel·les i els testimonis autobiogràfics ens permeten treure experiències úniques: **maneres diferents de percebre el món, de comunicar-se, de sentir i de relacionar-se.**

A través de la ficció, aquests llibres també enriqueixen la nostra mirada humana. Llegir sobre autisme és, en definitiva, una invitació a qüestionar estereotips, valorar la diversitat i reconèixer que cada persona a l'espectre té una història pròpia, amb desafiaments, fortaleses i matissos singulars.



La muy catastrófica visita al zoo

Joël Dicker, 2025

Una novel·la que gira al voltant d'un grup d'estudiants amb capacitats diferents i la seva relació amb una escola ordinària, narrada amb humor i tendresa que convida a reflexionar sobre la inclusió i la mirada social cap a la diferència.

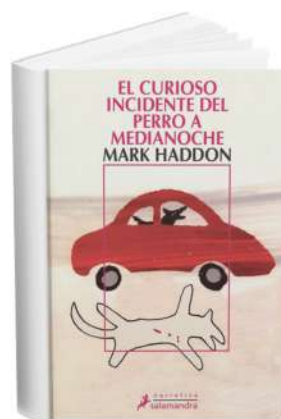


No te'l perdis!

El curioso incidente del perro a medianoche

Mark Haddon, 2003

El Christopher, un noi de 15 anys, decideix investigar la misteriosa mort del gos de la veïna. El relat, explicat en primera persona, aprofundeix en el seu món interior: lògic, literal i alhora profundament humà.



El rastro brillante del caracol

Gemma Lienas, 2014

En Sam té 16 anys i síndrome d'Asperger. És un crack dels ordinadors, però té pocs amics i li costa interactuar amb els altres a la vida quotidiana. Un dia coneix la Martina i el seu món canvia.



La razón por la que salto

Naoki Higashida, 2015

No poder parlar no significa que no tinguis res a dir. Naoki Higashida és, avui dia, un dels divulgadors sobre autisme més rellevants a nivell internacional, però va escriure aquest text quan amb prou feines havia fet els tretze anys.

CONSELLS PER A LA DESESCALADA VERBAL



Pautes clares i consensuades als professionals sobre com comunicar-se amb una persona que es troba en un estat d'agitació o crisi emocional

Els **Safewards** són un model d'intervenció desenvolupat en l'àmbit de l'hospitalització en salut mental per reduir els conflictes i l'ús de mesures coercitives (com contencions físiques o aïllament) a les unitats. El model va ser creat pel Prof. Len Bowers i es basa en la **identificació de situacions que poden generar tensió entre pacients i professionals, proposant intervencions concretes per prevenir i gestionar aquests moments de manera terapèutica.**

"En lloc de centrar-se únicament en el control del comportament, Safewards promou un entorn més segur, respectuós i col·laboratiu tant pels pacients com per l'equip assistencial", explica Blas Blánquez, Supervisor d'Infermeria i referent de Safewards de la Fundació Hospitalàries Sant Boi. "Una de les intervencions clau del model són **els consells per a la desescalada verbal.** Aquesta estratègia consisteix a oferir **pautes clares i consensuades al personal sobre com comunicar-se amb una persona que es troba en un estat d'agitació o crisi emocional.** S'emfatitza l'ús d'un to calmat, l'escolta activa, la validació de les emocions, el respecte per l'espai personal i evitar confrontacions o judicis.

L'objectiu és disminuir la intensitat emocional, afavorir la sensació de control de l'usuari i prevenir que la situació evolucioni cap a una crisi més gran".

D'aquesta manera, la paraula i l'actitud professional esdevenen eines fonamentals per mantenir la seguretat i enfortir la relació terapèutica.

Repassem els 10 dominis de la desescalada verbal?

Delimitar



- 1 Mantenir distància de seguretat.
- 3 Presentar-se i dirigir-te pel nom.
- 3 Oferir seguretat, ajuda i suport ("et volem ajudar").
- 3 Oferir anar a un lloc tranquil, sense interrupcions. Convidar a seure o prendre aigua.

Clarificar



- 4 Llenguatge concís i simple.
- 4 Oferir el temps necessari per assegurar que entén la indicació.
- 4 Tècnica del disc ratllat: repetir el missatge diverses vegades si la persona no aconsegueix processar-lo.
- 5 Fer preguntes obertes, conèixer la seva demanda i els seus sentiments.
- 6 Donar temps perquè s'expressi, respectant els temps de paraula i silenci.
- 6 Parafrasejar el missatge i oferir seguretat que el comprens.

Resoldre



- 7 Apropiar postures, respectar el seu punt de vista.
- 8 Aclarir límits i aspectes innegociables (amenaces, lesions...).
- 9 Recordar pautes de convivència, amb empatia i tacte.
- 10 Empatitzar amb els sentiments, però no amb el comportament amenaçador.
- 11 Reforçar positivament els avenços.
- 12 Ser flexible, oferir alternatives realistes i diferents opcions d'elecció per empoderar-lo.
- 13 No fer promeses que no es puguin complir.
- 14 Transmetre missatges d'esperança i optimisme.
- 15 Reestablir la relació terapèutica: explicar per què s'ha intervingut així i preguntar com es podria haver evitat.

Respecte i empatia



- 1 Mantenir contacte ocular, sense intimidar.
- 2 To de veu suau i que no denoti enuig.
- 3 Mostra preocupació sincera i interès genuï.
- 4 Comprendre el punt de vista de la persona, la seva situació i el motiu que origina el conflicte.
- 5 Llenguatge verbal i no verbal: consistent i congruent.
- 6 Escoltar el pacient, prenent el temps necessari, establir pactes mostrant empatia.
- 7 Demanar disculpes si en algun moment ens hem equivocat.
- 8 Evitar els consells i les ordres.
- 9 Reflexionar sobre el procés en equip, com es va desencadenar i què podria haver-se evitat o minimitzat.

Autocontrol



- 1 No arraconar a la persona.
- 2 No fer moviments bruscos.
- 3 Retirar objectes que puguin ser perillosos.
- 4 Expressió facial relaxada (no arrufar les celles, controlar la respiració, evitar gesticulacions i somriures).
- 5 Postura corporal relaxada (mans visibles, no creuar els braços i flexionar lleugerament els genolls).
- 6 Ni insults ni ofenses.
- 7 Evitar demostracions de força o de superioritat.
- 8 Iniciar contacte verbal: una sola persona, evitant interrupcions.
- 9 No transmetre missatges autoritaris.
- 10 No dir a l'usuari el que hauria de sentir o no hauria de sentir.
- 11 Tècnica del banc de boira: no mostrar reacció a les crítiques, reconèixer el que és real i ignorar el que no ho és.
- 12 Evitar els judicis i les crítiques, sense amenaces ni represàlies.
- 13 Valorar comportaments intermedis (per exemple, cops de puny a la paret), poden afavorir la desescalada.

Llegenda

1. RESPECTAR ESPAI PERSONAL

2. EVITAR ACTITUT PROVOCADORA

3. INICIAR CONTACTE VERBAL

4. SER CONCÍS

5. IDENTIFICAR DESITJOS/SENTIMENTS

6. ESCOLTA ACTIVA

7. MOSTRAR ACORD

8. ESTABLIR LÍMITS CLARS

9. OFERIR ALTERNATIVES OPTIMISTES

10. RECONCILIAR I AVALUAR

Més info a



JONATHAN, USUARI DE L'SRC DE L'HOSPITALET

“En el dia a dia, el Servei de Rehabilitació Comunitària (SRC) m’aporta una estabilitat, una rutina, sobretot a l’hora d’habilitats que realment no has tingut mai com son les bones relacions socials, l’oci... També et treus l’autoestigma de pensar que, només per tenir una patologia de salut mental, no tens ‘dret’ a tenir oci. T’ajuden a treure’t aquest pensament de sobre.

La veritat és que a mi el Servei de Rehabilitació Comunitària m’ha ajudat molt. Quan vaig arribar a aquest dispositiu estava molt malament. Ara, que estic a punt d’acabar, soc una persona totalment nova. Ho agraeixo moltíssim, sobretot a les educadores socials i a tots els qui treballen al SRC. Li recomanaria a tothom que tingúes problemes de salut mental poder tenir aquest suport.

Els companys i companyes que he trobat a l’SRC son persones que arriben amb la idea de voler recuperar-se. Sempre hi ha hagut molt bon rotllo.

Respecte l’estigma, la gent moltes vegades té idees preconcebudes i s’equivoca. Es pensen que les persones que tenim un problema de salut mental no tenim dret a viure una vida plena, que no podem, que tampoc tenim dret a decidir per nosaltres mateixos. M’agradaria que la gent s’informés més perquè veuria que no és així.

El record que m’enduc de l’SRC son els companys, alguns ja amics. M’enduc unes vivències molt bones. I sobretot també de les educadores socials”.

“Quan vaig arribar a aquest dispositiu estava molt malament. Ara, que estic a punt d’acabar, soc una persona totalment nova”.



LA SALUT MENTAL DELS ADOLESCENTS: UNA PRIORITAT ACTUAL



Els factors que se solen tenir en compte per explicar un augment en els problemes de salut mental juvenil inclouen:

- Canvis socials i culturals: més pressió social, acadèmica i percepció de fracàs o comparació (especialment a través de xarxes socials).
- Major consciència i menor estigma, cosa que pot conduir a un augment de diagnòstics.
- Efectes de la pandèmia COVID-19: interrupció de rutines, aïllament social i estrès familiar/emocional.
- Desequilibri entre la necessitat i els recursos públics en salut mental infanto-juvenil, cosa que retarda diagnòstics i tractament.
- Condicions socioeconòmiques i desigualtats socials que impacten el benestar emocional.

41%

Segons el Baròmetre d'Opinió de la Infància i l'Adolescència 2023-2024, el 41 % dels adolescents a l'Estat espanyol manifesta haver tingut o creure haver tingut algun problema de salut mental en els darrers 12 mesos.

50%

L'Observatori Espanyol de la Salut Mental Infanto-Juvenil recull que més del 50% d'adolescents ha pensat alguna vegada en el suïcidi, i prop del 18% ha intentat suïcidar-se.

38%

Un 38 % ha pensat a autolesionar-se, sent més freqüent entre noies. Un 58% dels adolescents ingressats per problemes de salut mental s'han autolesionat el darrer any.

X4

Les hospitalitzacions per conductes suïcides entre adolescents s'han multiplicat per quatre en la darrera dècada.

++

Un estudi de dades de la incidència de trastorns mentals entre els joves de Catalunya, entre 2008 i 2022, centrant-se en els efectes de la pandèmia de COVID-19 i des de la perspectiva de les desigualtats socials, mostra que la incidència de trastorns depressius, d'ansietat, alimentaris... ha augmentat de forma constant des de la pandèmia.

PSICOMOTRICITAT I AQUAGYM A L'ESPAI ESPORT WELLNESS!

Des del mes de febrer, els usuaris i usuàries del Servei de Rehabilitació Comunitària (SRC) i la Unitat de Recuperació Hospitalària de Granollers (UHR) participen cada divendres en dues activitats esportives a l'Espai Esport Wellness: **Psicomotricitat i Aquagym!**

"Aquesta iniciativa sorgeix perquè estàvem fent activitat física amb els usuaris però no teníem un espai específic per a fer-ho", ens comenta l'**Albert Navarro**, tècnic especialista sanitari (TES) de l'SRC i la UHR de Granollers. "Buscant recursos, vam tenir la sort de trobar la col·laboració de l'Espai Esport Wellness que ens va obrir les portes completament i ens va facilitar dos espais: una sala d'activitat dirigides, que és on dirigeixo les classes de psicomotricitat, i la piscina on ells mateixos faciliten un professional per a fer l'aquagym", afegeix.

"Abans teníem un espai molt limitat amb poc material i, ara, gràcies als recursos que tenim aquí, comptem amb un espai molt millor on els usuaris se senten més còmodes i podem treballar amb ells tant l'activitat física a la sala com l'ús de vestuaris, l'higiene personal... És una activitat comunitària on també conviuen amb altres persones del recinte".



L'esport és una eina clau pel benestar emocional i físic. La pràctica regular d'activitat física ajuda a reduir l'estrès i l'ansietat, millora l'estat d'ànim i reforça l'autoestima. En aquest sentit, la psicomotricitat té un paper especialment important, ja que treballa la connexió entre cos i ment a través del moviment, la coordinació i la consciència corporal.

En el dia a dia dels usuaris de l'SRC hi és molt present l'activitat física. "Juntament amb el **Javi Comino**, TES de l'SRC de Granollers, ens centrem en explicar una sèrie d'activitats esportives diferents: futbol, bàsquet, bàdminton... diferents esports perquè puguin descobrir-los i si a algun d'ells els desperta algun tipus d'inquietud, es doni l'opció de, més tard finalitzant el procés, poder dur a terme aquesta activitat en recursos esportius comunitàris", ens explica **Javi Nuñez**, TES de l'SRC de Granollers.



Albert Navarro, TES de l'SRC i UHR de Granollers



Javi Nuñez, TES de l'SRC de Granollers

A més de les sessions de psico-motricitat, al centre també es duen a terme activitats d'aquagym. El treball a l'aigua ofereix un entorn segur i agradable que facilita el moviment, millora la condició física i afavoreix la relaxació.



“El que fem és *Aqua Funcional*, treballant tres blocs molt importants: el primer, de contacte a l'aigua, és d'escal·fament; el segon, un treball més de força, amb material auxiliar; i el tercer més d'esti-ments”, ens detalla la **Rosa Pietrantuono**, tècnica aquàtica de l'Espai Esport Wellness.

Rosa Pietrantuono, tècnica aquàtica de l'Espai Esport Wellness

“La veritat és que estem molt contents. Fer l'activitat conjunta, SRC amb UHR, és una forma positiva de cohesió de grup, de treballar amb diferents persones i de sortir una mica de la zona de confort. L'aigua, a més, té un caire de relaxació i fer aquesta activitat pot ajudar a reduir una mica l'estrès a aquest perfil d'usuaris”, ens expressa l'**Enna Fernández**, infermeria de la UHR de Granollers.

En aquesta primera sessió, hi van assistir cinc usuaris de l'SRC i tres usuàries de la UHR. “Esperem que pel proper divendres, quan les companyes de la unitat donin el seu punt de vista, es puguin unir més usuaris i usuàries i fem el grup una miqueta més gran”, afegeix.



Enna Fernández, infermera de la UHR de Granollers



Descobreix
com va ser la
primera sessió!

Tens unes hores a la setmana i vols fer-te voluntari/a en salut mental?

Ens trobem en tres territoris:

- Sant Boi
- Granollers
- L'Hospitalet de Llobregat



Inscriu-te!



El teu temps marca la diferència

T'ESTEM
ESPERANT!



PRESCRIU-TE EL CATALÀ

MOLT PER CUIDAR.
MOLT PER APRENDRE.

Aprèn català de manera gratuïta.
INSCRIU-TE ALS CURSOS!

JOC INTERACTIU

Informa't i posa a prova el teu nivell de català en 5 minuts amb un joc interactiu!



El Departament de Salut ha posat en marxa la tercera edició del programa "Prescriu-te el català 2026", una proposta formativa adreçada a professionals de la salut per millorar i reforçar l'ús del català en l'àmbit assistencial.

Es tracta de cursos gratuïts i virtuals, adaptats a diferents nivells, amb l'objectiu de facilitar una comunicació més fluida i de qualitat amb les persones usuàries.

Aquest any, s'ofereixen els nivells A2, B1, B2 i C1 en format de tres mòduls trimestrals de 33 o 34 hores.

Coneixes el Programa Comunitat Jove de l'SRC de Granollers?

Parlem amb l'Eugenio Murcia, Educador Social del PSI i Comunitat Jove de l'SRC de Granollers i el Manu Sanabria, usuari del programa.



Descobreix-lo!

També disponible a Facebook, LinkedIn i la Intranet!



Xarxes Socials

Destaquem



El dia de la Dona i la Nena en la Ciència

Parlem amb **Aranza Palacios**, psicòloga i investigadora FIDMAG



Els gossos de teràpia en salut mental, projecte guanyador del finançament dels Arrodoniments solidaris de Condís 2026



El Dr. Jesús Vaquero defensa la seva tesi doctoral sobre l'eficàcia d'un model integral i integrat per a pacients crònics complexos i amb malaltia avançada en Atenció Primària del Baix Llobregat Centre



@fhospitalariessantboi

Fundació Hospitalàries Sant Boi

Campanya 12Mesos 12Causes de Responsabilitat Social Corporativa al nostre web

Al llarg de l'any et proposem un viatge pels diferents àmbits de la RSC i la cultura popular...



Bateguem junts 24

NOTÍCIES DESTACADES A LA PÀGINA WEB



Visita institucional de la Gerència i Direcció de de la Fundació Hospitalàries al futur Centre de l'Alt Pirineu que s'està construït amb el Bisbat d'Urgell

"El que es vol és normalitzar les persones en la seva vida en un règim obert, en què les persones surtin lliurement de la comunitat i participin de totes les activitats, també les espirituals que són molt importants", Dr. Joan Orrit, Director Gerent de la Fundació Hospitalàries Sant Boi.



LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA



Visita institucional de la Gerència i Direcció de la Regió Sanitària Metropolitana Nord a l'hospital a Sant Boi



LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA



Trobada del nostre Director Gerent, Dr. Joan Orrit, amb el Dr. Pedro Cano, Director General de Persones Grans del Departament de Drets Socials de la Generalitat de Catalunya



LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA



La segona trobada a Granada de la Fundació Hospitalàries Sant Boi reforça la germanor entre una trentena de professionals



LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA



Visita de David Quirós, Alcalde de L'Hospitalet a la Unitat Polivalent en Salut Mental (UPH)



LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA

NOTÍCIES DESTACADES A LA INTRANET



Seguim cuidant de tu: millorem els reconeixements mèdics per a una millor salut i benestar integral



LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA



Mira totes les fotos de la celebració del Carnaval!



LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA

Estigues al dia de tota l'actualitat a fundaciohospitalariessantboi.org/actualitat/ i segueix-nos a la Intranet!



El projecte solidari comú de la Fundación Hospitalarias 2026 és...

Recaptació de fons pel **Centre de salut Benedict Menni de Monròvia (Libèria)** de Germanes Hospitalàries. És un projecte d'atenció a dones amb problemes de salut mental, diversitat funcional o problemes d'addiccions.

Pots informar-te i col·laborar a:



Bateguem junts 26

xenia

Bateguem junts
#3

Fundació Hospitalàries Sant Boi

C/ Dr. Antoni Pujadas, 38.
08830 Sant Boi de Llobregat

T – 93 652 99 99

fundaciohospitalariessantboi.org
[@fhospitalariessantboi](https://www.instagram.com/fhospitalariessantboi)

Properament

17 Abril
2026

Ètica Assistencial

Intel·ligència Artificial i Salut Mental

Presentació del VII Document anual del CEA

- Recinte de Sant Boi -