Xenia

LA REVISTA DE: Fundació Hospitalàries Sant Boi

Bateguem junts

#5

OCTUBRE 2026



UNA FOTOGRAFIA PER REVELAR

- DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL
- CONEIX EL SERVEI DE FARMÀCIA
- COMUNITAT JOVE DE GRANOLLERS
- CONEIXEM A... SANDRA, USUÀRIA DE LA UIC

SUMARI

VALORS I PROPÒSIT
El compromís amb les persones en resultats

CAMPANYA
Una fotografia per revelar

COMPROMÍS...
Quan cal, hi som! Campanya de donació de sang, plasma i medul·la òssia

EL REPORTATGE
Dia Mundial de la Salut Mental

CONEIXEM A...
Blas, supervisor d'infermeria
Sandra, usuària de la UIC

EN PROFUNDITAT
Nus a nus, una tradició al club social

BONES PRÀCTIQUES
Coneixem les Comissions de Seguretat del Pacient

BATEGUEM JUNTS
Com és el dia a dia al Servei de Farmàcia?

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



EDITORIAL

Benvolguts/des,

És un plaer presentar-vos un nou número de Xenia. En aquesta edició volem destacar una fita especialment significativa per a la nostra institució: la presentació de la campanya de marca "Una fotografia per revelar", la primera gran campanya de sensibilització impulsada per la Fundació Hospitalàries Sant Boi. Durant els propers mesos, aquest projecte serà present en diferents suports digitals i espais públics, com ara autobusos, metro, ferrocarrils i mitjans de comunicació. Més enllà d'una acció comunicativa, es tracta d'una oportunitat per apropar-nos a la societat, combatre estigmes i mostrar la realitat de la salut mental des d'una mirada humana, respectuosa i transformadora. Una invitació a descobrir tot allò que sovint queda fora de focus, però que és essencial per entendre les persones que acompanyem cada dia.

També presentem la Memòria Assistencial i de Responsabilitat Social Institucional 2025, una publicació que, a partir d'ara, tindrà caràcter anual i que recull de manera integrada els principals resultats assistencials, els projectes desenvolupats i l'impacte social de la nostra activitat. Aquest exercici de transparència ens permet compartir els avenços assolits gràcies al compromís dels professionals i reafirmar la nostra voluntat de continuar generant valor per a les persones ateses, les seves famílies i la comunitat.

A més, aquest número inclou altres continguts que reflecteixen el dinamisme dels nostres serveis i equips: les activitats organitzades amb motiu del Dia Mundial de la Salut Mental, una iniciativa de macramé impulsada des del Club Social de la Unitat Polivalent en Salut Mental de L'Hospitalet, un reportatge sobre el Servei de Farmàcia i moltes altres experiències que contribueixen a enriquir el dia a dia de la nostra organització.

Us convido a endinsar-vos en aquestes pàgines i a descobrir històries que parlen de compromís, innovació, proximitat i esperança.

Moltes gràcies per formar part d'aquest camí.

Dr. Joan Orrit
Director Gerent
Fundació Hospitalàries Sant Boi

EL COMPROMÍS AMB LES PERSONES EN RESULTATS

A la Fundació Hospitalàries Sant Boi treballem amb el **compromís d'oferir una atenció de qualitat, centrada en la persona i basada en els valors de l'hospitalitat, l'ètica i la qualitat**.

La nostra **Carta de Serveis** recull els compromisos que assumim amb les persones ateses i amb les seves famílies. Per saber el grau de compliment d'aquests compromisos, mesurem diferents indicadors i escoltem la valoració de les persones usuàries sobre l'atenció rebuda.

Una atenció centrada en la persona no només consisteix en allò que fem, sinó també en **com ho viuen les persones que acompanyem**.

Entre els resultats obtinguts el 2025, destaquem tres indicadors especialment vinculats a la nostra manera d'entendre la cura: el tracte rebut, l'escolta i el suport dels professionals mèdics, i el respecte cap a la intimitat. Les dades mostren un **elevat grau de satisfacció** en aspectes essencials de l'experiència assistencial.

Darrere de cada resultat hi ha persones. **Gràcies a tots els professionals de la Fundació Hospitalàries Sant Boi per la seva dedicació, compromís i vocació**.

Continuem **humanitzant l'atenció en salut mental**, posant les persones al centre i treballant cada dia per oferir una atenció més propera, respectuosa i de qualitat.

130 anys sent el cor de l'hospitalitat

96,9%

Usuaris satisfets amb el tracte rebut

96,3%

Usuaris satisfets amb el respecte cap a la intimitat

84,2%

Usuaris satisfets amb l'escolta i suport dels metges



Consulta la Carta de Serveis, així com el Grau de compliment dels compromisos:

Descobreix qui són tots a:
unafotografiaperrevelar.com

Una fotografia per revelar.



Hi ha estudis que apunten
que **tots ells van conviure amb**
un problema de salut mental.

Una etiqueta pot descriure un símptoma,
però mai et podrà definir com a persona.

A la Fundació Hospitalàries Sant Boi
fa més de 130 anys que cuidem
la salut mental amb una atenció
integral i centrada en la persona.

Humanitzem l'atenció en salut mental.

Fundació Hospitalàries
Sant Boi

Compromís

QUAN CAL, HI SOM!

Amb motiu del **Dia Mundial del Donant de Medul·la Òssia**, el 22 de setembre, la **Fundació Hospitalàries Sant Boi**, el **Banc de Sang i Teixits**, la **Fundació Josep Carreras – REDMO** i l'**Ajuntament de Sant Boi** vam unir esforços per sensibilitzar sobre la importància de la donació i fomentar la participació ciutadana.

La iniciativa va combinar informació, testimonis i jornades de donació. Un dels moments centrals va ser la **Taula Rodona amb donants, receptors i representants de les entitats participants**, que va permetre conèixer de primera mà diferents experiències i reflexionar sobre el valor de la donació de sang, plasma i medul·la òssia. La sessió es va poder seguir també en streaming i va ser molt emotiva i plena d'esperança, especialment pels testimonis.



La Taula, celebrada el 17 de setembre, va reunir cinc participants amb experiències i rols diferents: **Cristina Valverde**, coordinadora de Programes de Donació del Banc de Sang i Teixits; **Núria Marieges**, coordinadora del Registre de Donants de Medul·la Òssia (REDMO) de la Fundació Josep Carreras; **Arce García** i **Paula Rodríguez**, donants de medul·la òssia; i **Yaiza Cumelles**, supervivent de limfoma i receptora d'un trasplantament de medul·la òssia.


Yaiza Cumelles


Arce García


Paula Rodríguez


Núria Marieges


Cristina Valverde

La setmana vinent, la campanya de donació de sang i plasma, celebrada el **22 de setembre al nostre centre** i el 23 de setembre a Can Massallera, va comptar amb una resposta molt significativa. **Al nostre centre, en total, s'hi van apropar 85 persones, 75 van fer efectiva la seva donació i 9 ho van fer per primera vegada. A més, 18 persones es van inscriure com a donants de medul·la òssia. En conjunt, la iniciativa va generar 199 possibles beneficiaris**, una xifra que posa de manifest com el gest de donar pot tenir un impacte real en la vida de moltes persones.

Si no vas poder assistir a la Taula Rodona sobre donació de sang, plasma i medul·la òssia, t'animem a veure la sessió al nostre canal de YouTube!





DONEM LA VOLTA A LA SALUT MENTAL

Commemorem el Dia Mundial de la Salut Mental amb activitats esportives, artístiques i comunitàries als tres territoris, promovent la participació, la convivència i la sensibilització.

Durant el mes d'octubre, a la Fundació Hospitalàries Sant Boi hem commemorat el **Dia Mundial de la Salut Mental** sota el lema "**Dona la volta a la salut mental"**, amb una programació d'activitats a Sant Boi, L'Hospitalet i Granollers. Esport, cultura, expressió artística i espais de reflexió han reunit persones ateses, professionals, entitats i agents de la comunitat amb un objectiu compartit: **fer visible la importància de la salut mental i enfortir els vincles amb l'entorn.**

Una celebració per compartir

El 9 d'octubre, Sant Boi va acollir una jornada festiva amb **jocs gegants, activitats artístiques, música i xurros amb xocolata**. Una trobada que va posar en valor la convivència i la creació d'espais per compartir experiències i gaudir plegats.



Esport, moviment i participació

L'activitat física també ha estat protagonista, amb propostes com **zumba**, la **pujada a Sant Ramón** i una jornada de **pàdel**. A L'Hospitalet, el **torneig de futbol inclusiu** i el **torneig de petanca** també han fomentat la participació i el moviment.



Pujada a Sant Ramón



Bingo musical

El programa també ha inclòs un **taller de mindfulness a càrrec de Bojosxtu Sant Boi**, que ha ofert un espai per fomentar l'atenció plena i el benestar.

L'art com a espai d'expressió

La creativitat ha ofert noves maneres d'expressar emocions i compartir vivències. A Sant Boi, el programa ha inclòs un **taller d'artteràpia**, una **representació teatral del grup Imagina**, la difusió de l'**exposició dedicada a Yayoi Kusama** i un **bingo musical.**

A L'Hospitalet, l'exposició **"Vull emocionar-te"** ha connectat l'alumnat de l'Escola FEP Sant Jaume amb les persones usuàries del SRC Santa Eulàlia a través del dibuix i les paraules. I a Granollers, l'exposició de ceràmica **"Darrere la màscara"**, del programa Comunitat Jove, ha convidat a reflexionar sobre les emocions i allò que sovint amaguem darrere les aparences.

Una comunitat implicada

Les fires i mostres d'entitats de Sant Boi, L'Hospitalet i Gavà han apropat a la ciutadania els recursos i les iniciatives del territori en salut mental.

La comunicació també ha tingut un paper destacat, amb una **setmana temàtica a Ràdio Granollers** i **tallers de Polivarrina Ràdio a L'Hospitalet**, que han donat veu a les persones protagonistes.

La programació s'ha completat amb espais de reflexió sobre els drets en salut mental, com la jornada **"Drets en Salut Mental: Evolució dels Quality Rights a Catalunya"**, a Granollers, i iniciatives de participació comunitària a L'Hospitalet i Sant Boi.

Un compromís que va més enllà d'octubre

La diversitat de propostes i la implicació dels tres territoris han mostrat que parlar de salut mental també és crear espais per expressar-se, fer activitat física, compartir cultura, reflexionar sobre els drets i enfortir les relacions amb la comunitat.

Per a la Fundació Hospitalàries Sant Boi, aquestes iniciatives formen part del compromís amb una atenció integral centrada en la persona i amb la construcció d'una comunitat més inclusiva.

Perquè donar la volta a la salut mental també vol dir escoltar, participar i construir entorns més inclusius, durant el mes d'octubre i al llarg de tot l'any.

Mira a la intranet totes les imatges de les activitats celebrades!



Taller d'artteràpia



Fira d'entitats de Sant Boi



Mindfulness amb Bojosxtu i Associació Huellas Eternas



Torneig de futbol



Fira d'entitats de Gavà

Coneixem a...

BLAS BLÁNQUEZ, SUPERVISOR D'INFERMERIA

"La infermeria aporta una visió holística de les necessitats de la persona"

Amb motiu del Dia Internacional de la Infermeria de Salut Mental, vam parlar amb Blas Blánquez, supervisor d'infermeria a la Fundació Hospitalàries Sant Boi, sobre el paper, els reptes i els aprenentatges d'una professió essencial per al benestar i la qualitat de vida de les persones que atenem.

Per què et vas fer infermer?

Sempre m'ha atret el món de la salut i el fet de poder ajudar altres persones. La cura sempre ha estat un valor molt present en mi i en el meu entorn. Durant els meus estudis de batxillerat vaig fer petites col·laboracions de voluntariat i, en aquell moment, vaig descobrir realment que era una tasca que m'omplia i que la infermeria era la professió que podia conduir a tots aquests objectius. Que la persona a qui has ajudat t'agraeixi i posi en valor el que has fet per ella per millorar la seva qualitat de vida és una de les sensacions més gratificants que pots rebre com a professional.

Què creus que aporta la infermeria en la recuperació en salut mental?

La infermeria té un paper fonamental perquè aporta una visió holística de les necessitats de la persona. Aquesta mirada integral és essencial per comprendre què necessita cada persona en cada moment i adaptar-ne les cures per ajudar-la a recuperar el seu projecte de vida.

Quins són els principals desafiaments que observeu en l'atenció a la salut mental?

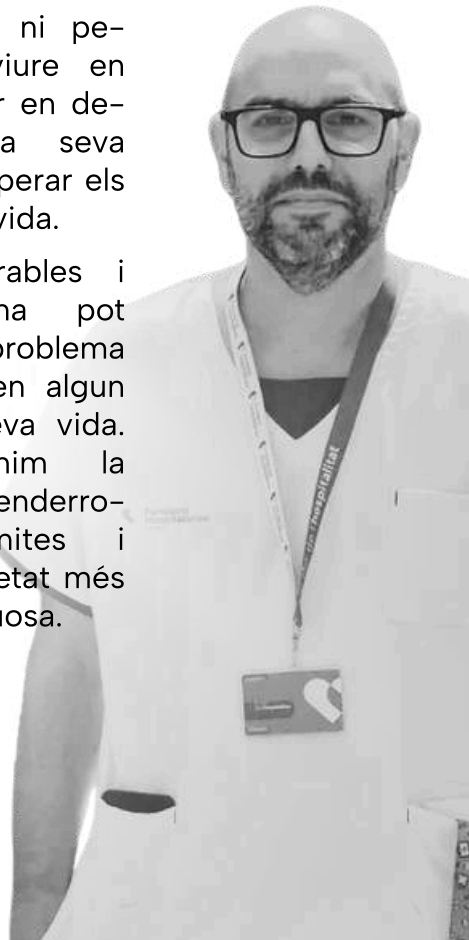
Considero que n'hi ha molts, però n'hi ha un amb el qual estic especialment sensibilitzat: avançar cap a l'eliminació de l'ús de contencions mecàniques en la nostra pràctica assistencial. És molt difícil parlar d'una atenció digna, humanitzada i amb respecte als drets humans si es continua recorrent a mesures coercitives.

Les infermeres de salut mental som les que estem en primera línia en la prevenció i el maneig de situacions de crisi, i tenim un paper clau per contribuir a aquest canvi cultural. Models com Safewards, les tècniques de desescalada, les intervencions proactives, la revisió contínua de processos... tot contribueix a millorar la seguretat, el clima terapèutic, les relacions i l'experiència de les persones ateses. Estic convençut que, entre tots, podrem arribar a l'objectiu de la contenció zero.

Si poguessis enderrocar un mite sobre la salut mental, quin seria?

Els enderrocaria tots. Però, sobretot, l'estigma social que encara envolta la salut mental. Les persones amb problemes de salut mental no són violentes ni perilloses; poden viure en societat, participar en decisions sobre la seva pròpia salut i recuperar els seus projectes de vida.

Tots som vulnerables i qualsevol persona pot experimentar un problema de salut mental en algun moment de la seva vida. Entre tots tenim la responsabilitat d'enderrocar aquests mites i construir una societat més inclusiva i respectuosa.



SANDRA, USUÀRIA DE LA UIC DE LA UPH

"El tracte del personal és increïblement humà. Estic molt contenta, especialment amb el meu psiquiatra, perquè puc parlar amb ell estigui en la situació que estigui emocionalment".

Avui compartim el testimoni de la **Sandra**, usuària de la Unitat d'Ingrés a la Comunitat (UIC) de la Unitat Polivalent de l'Hospitalet (UPH) de la Fundació Hospitalàries Sant Boi, qui comparteix la seva experiència i el seu dia a dia amb els professionals i companys de la unitat.

Com és un dia a la UIC?

Un dia normal seria llevar-te quan et desperten, ja que ens aixequem tots a la mateixa hora per fer l'esmorzar. Hi ha molt bona coordinació perquè tots col·laborem a muntar les taules, a desmuntar les taules i després hi ha petites activitats que cada dia van variant. I la que per a mi és de les meves preferides és la dels dimecres, que és la teràpia de grup, on ens partim en dos grups i allà podem expressar les nostres emocions del dia o de les setmanes.

Què és el que més valores de la teva estada a la UIC?

La veritat és que el tracte del personal sanitari és increïblement humà. Estic molt contenta, sobretot amb el meu psiquiatre, perquè puc parlar amb ell, estigui en la situació en la qual estigui emocionalment. I el que m'agrada, com bé diuen les sigles UIC, és que és un ingrés a la comunitat.

Sí, per exemple, jo un dia vull dinar amb la meva família perquè és l'aniversari del meu pare, simplement he d'avisar que no vindré a dinar. Et donen la medicació perquè no perdis el ritme i les pautes mèdiques que tens. Pots sortir a dinar amb la teva família i després tornar al centre, o sortir després d'esmorzar, donar-te una volta per la zona i després tornar a entrar al centre sense cap tipus de problema.

Què destacaries de la relació amb els companys i companyes?

Aquí entre companys ens recolzem molt i podem parlar entre nosaltres tant de la nostra patologia com del que ens passa a diari, i això ens ajuda a portar el dia a dia molt millor. I hi ha una tranquil·litat que fa que puguem ser nosaltres mateixos i jo, la veritat, és que em sento gairebé com a casa aquí.

Quins són els teus objectius de futur?

El meu somni seria, sobretot, ser autosuficient per poder gestionar-me jo des de casa. Jo visc sola i m'agradaria poder gestionar el dia a dia d'una casa, ja se sap: les tasques, anar a treballar o fer algun curs, tenir un cercle d'amistats, que no hagi de fallar-los perquè em trobo malament i no els digui res a ningú... perquè moltes vegades et sents tan malament que no tens forces d'agafar el telèfon i avisar. Per a aquestes coses aquí et donen eines per poder gestionar-te de manera assertiva i jo crec que... això a mig termini, m'agradaria poder aconseguir-ho.



NUS A NUS, UNA TRADICIÓ AL CLUB SOCIAL

Les tardes de macramé al Club Social de la UPH s'han convertit en un espai per crear, aprendre i compartir junts.

Cada setmana, el Club Social de la Unitat Polivalent de L'Hospitalet (UPH) es transforma en un espai ple de fils, cordes, nusos i, sobretot, molta creativitat.

El **macramé** forma part de les activitats del Club des de fa temps i, setmana rere setmana, continua reunint persones amb ganes d'aprendre, crear i gaudir d'una estona diferent.

Les sessions són una oportunitat per desconnectar de la rutina i dedicar una estona a una activitat manual que requereix calma, concentració i una mica de paciència. A poc a poc, els fils es van convertint en peces úniques que cadascú pot adaptar al seu gust i donar-hi el seu propi toc.

Camilo Sánchez, coordinador del Club Social de la UPH, ens explica que "al taller venen aproximadament entre quinze i vint usuaris. Fent macramé reballen molt les relacions socials perquè els que més en saben ajuden els que acaben de començar. Entre ells i elles mateixes sempre es van ajudant a fer la feina, treballant també la part de destresa manual".



Camilo Sánchez, coordinador del Club Social de la UPH

Al llarg de les diferents sessions, els participants han anat fent **polseres, clauers, testos penjants, cortines, elements decoratius i moltes altres creacions**. Cada projecte planteja un repte diferent i permet descobrir noves formes de treballar el macramé, des de les tècniques més senzilles fins a elaboracions una mica més complexes.

"Vinc aquí cada tarda al Club Social i fem atrapasomnis, cortines, clauers... Moltes coses de macramé, i porto venint deu anys", ens comparteix la Josefa, una usuària del Club Social que elabora la majoria de clauers i penjolls originals que es poden trobar a l'espai.



Josefa, usuària del Club Social de la UPH

Més enllà de crear peces boniques, el macramé també pot ser una bona manera de desconnectar i trobar un moment de calma. La repetició dels nusos i la concentració que requereix seguir cada pas ajuden a centrar l'atenció en el que estem fent i a deixar de banda, durant una estona, el ritme i les preocupacions del dia a dia. És una activitat que **afavoreix la concentració, la paciència i la creativitat,** i que també aporta la satisfacció de veure com, a poc a poc, allò que estem fent amb les nostres mans es converteix en una peça acabada.

“Porto quatre anys venint al Club. Vaig començar fent polseres i ara ja soc una experta en el macramé. La veritat és que és l’activitat que més m’agrada del Club Social”, ens expressa l’Adriana, usuària del Club Social de la UPH.

“Jo formo part del Club des de fa una mica més de tres anys i mig. M’encanta el macramé perquè és un art fet a mà. És un ofici on et sents relaxat i creatiu, i m’ha ensenyat moltes coses: a ser més pacient, a tenir una mica més de tolerància, a estar en pau... Perquè et trobes amb tu mateixa. I el fet de compartir-ho amb la resta de companys ho fa un ambient molt agradable.

Estic molt contenta des que estic assistint al Club Social. He sentit un gran canvi a la meva vida i en la gestió del meu temps”, afegeix la Vanesa, usuària del Club Social de la UPH.



Adriana i Vanesa, usuàries del Club Social de la UPH











Coneix com és una sessió de Macramé!

Bateguem junts 10

Bones pràctiques

CONEIXENT LES COMISSIONS DEL COMITÈ DE SEGURETAT DEL PACIENT

Amb l'objectiu d'acostar el treball de les diferents Comissions del Comitè de Seguretat del Pacient a tots els professionals del centre, hem posat en marxa una sèrie de **podcasts**, un per a cadascuna de les vuit comissions actives:

- **Comissió de risc d'emergències**
- **Comissió de risc de caigudes i altres riscos associats a infraestructures**
- **Comissió d'úlceres per pressió i ferides cròniques**
- **Comissió d'errors de medicació**
- **Comissió de risc nutricional**
- **Comissió de risc de proves complementàries**
- **Comissió de risc d'infeccions**
- **Comissió de violència**

En cada episodi, membres de les respectives comissions expliquen de forma propera i clara els seus objectius, les funcions que desenvolupen i com el seu treball diari contribueix a millorar la seguretat de les persones ateses. Una nova manera d'aprendre, escoltar i sentir-se part de la cultura de seguretat del pacient que compartim entre tots.

Us convidem a escoltar els dos primers episodis!

Episodi 1:
Comissió de risc d'emergències

Formada per professionals de medi-cina, infermeria i TCAI, la Comissió d'emergències promou la formació dels professionals en l'atenció a l'emergència vital. Elabora i actualitza els procediments, gestiona les inci-dències d'activació i del transport sanitari urgent i es coordina amb SSGG i Recepció per adequar les ins-tal·lacions i els circuits assistencials.

Ens ho explica l'**Oscar Bou**, TCAI, integrant de la Comissió i formador en primers auxilis i RCP de la Fundació Hospitalàries Sant Boi.

Escolta'l aquí!



Episodi 2:
Comissió de risc de caigudes i altres riscos associats a infraestructures

Té com a objectiu prevenir les caigudes i minimitzar els riscos associats. For-mada per professionals multidiscipli-naris de totes les àrees d'atenció que analitzen els incidents en caigudes, impulsen les mesures pre-ventives i actualitzen procediments i protocols d'actuació.

Ens ho explica l'**Arantza Prieto**, TCAI i integrant de la Comissió de la Fundació Hospitalàries Sant Boi.

Escolta'l aquí!



Responsabilitat Social

EL COMPROMÍS DE LA FUNDACIÓ HOSPITALÀRIES SANT BOI AMB LA TRANSPARÈNCIA I LA QUALITAT

La **Memòria d'Activitat i Responsabilitat Social Institucional 2025** constitueix la primera edició d'una publicació que, a partir d'ara, tindrà caràcter anual i integrarà en un únic document la Memòria de Responsabilitat Social Institucional (RSI) i la Memòria Assistencial de l'entitat.

Aquesta nova orientació respon a la voluntat d'oferir una visió més completa, integrada i transparent de l'activitat de la Fundació, incorporant tant els principals indicadors de responsabilitat social, sostenibilitat i bon govern com les dades d'activitat assistencial de tots els dispositius i unitats, amb un nivell de detall més ampli que permet conèixer millor l'evolució, els resultats i l'impacte de l'organització.

L'informe posa de manifest el compromís de la Fundació Hospitalàries Sant Boi amb la transparència, la qualitat assistencial, la sostenibilitat, la millora contínua i l'excel·lència, destacant els valors que guien la seva activitat i els impactes econòmics, socials, ambientals i assistencials derivats de la seva gestió.

Sabies que...

Hem reduït el consum elèctric un 18,5%.

Hem atès a unes 19.000 persones.

Hem atès a 797 persones amb el servei d'acompanyament espiritual i religiós

Tenim 138 voluntaris.

Els nostres professionals han fet 3.187 h de formació externa.



Som comunitat

ENTENENT LES ADDICCIONS

Una **addicció** és un problema de salut mental caracteritzat per una pèrdua progressiva del control sobre el consum d'una substància o sobre una determinada conducta. La persona continua consumint o repetint aquest comportament malgrat les conseqüències negatives que provoca en la seva salut, les seves relacions personals, la feina o els estudis.

L'addicció és un problema de salut mental, no una qüestió de falta de voluntat.

Es considera un trastorn perquè produeix canvis en el funcionament del cervell que dificulten controlar el consum.

Actualment, als **Centres d'Atenció i Seguiment a les Drogodependències (CAS)**, les substàncies que generen més demandes de tractament són l'alcohol, el cànnabis i la cocaïna.

Presentem un nou recurs sobre addiccions a la nostra pàgina web amb informació i recomanacions útils per a persones usuàries i familiars.

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



Hi trobaràs informació sobre:

- Què són les addiccions?
- Causes i diagnòstic
- Tipus d'addiccions
- Tractament i recuperació
- Guies i recursos d'interès
- Associacions que et poden ajudar
- Eines i consells per comunicar-se amb una persona que està passant per un trastorn per ús de substàncies.
- Testimoni en 1ª persona

Què ÉS i NO ÉS una addicció?

ÉS

Un problema de salut mental
L'addicció modifica el funcionament del cervell i altera la capacitat de controlar el consum o determinades conductes.

Una situació en la qual la persona perd el control
Quan és la substància o la conducta qui acaba controlant la persona, i no a l'inrevés, parlem d'una addicció.

Una condició influïda per molts factors
Els factors biològics, psicològics, familiars i socials intervenen conjuntament en el desenvolupament de les addiccions.

Un problema que es pot tractar
Amb l'acompanyament adequat, tractament especialitzat i suport de l'entorn, moltes persones aconsegueixen recuperar-se i reprendre el seu projecte de vida.

NO ÉS

Una falta de voluntat
Les persones amb una addicció no continuen consumint perquè vulguin, sinó perquè el trastorn afecta els mecanismes cerebrals relacionats amb el control dels impulsos.

Ser una persona "viciosa"
Aquest és un dels mites més estesos. Les addiccions són un problema de salut, no una qüestió moral.

Un problema sense solució
Existeixen tractaments eficaços adaptats a les necessitats de cada persona.

Consumir puntualment en un context social
Tot i que el consum de drogues sempre comporta riscos, una addicció apareix quan el consum deixa de formar part d'un context puntual.

Una situació irreversible
Una persona amb una addicció pot recuperar el control de la seva vida amb ajuda professional, motivació personal i suport de l'entorn.



El **Dr. Oscar Pino**, Psicòleg i Coordinador del CAS de L'Hospitalet de Llobregat de la Fundació Hospitalàries Sant Boi i el **Luis**, usuari, ens expliquen les addiccions.

DOCUMENT INFORMATIU

EINES i CONSELLS per comunicar-se amb una persona que està passant per un trastorn per ús de substàncies.



Ludoteca

JA HAS PASSAT PER LA BIBLIOTECA MOMENTS PER AGAFAR LLIBRES EN PRÉSTEC?

La nova **Biblioteca Moments** està a disposició de professionals i usuaris del centre. És un espai per descobrir històries, compartir lectures i gaudir d'una estona de calma. Tant si busques una lectura lleugera com una més profunda, hi ha de tots els estils

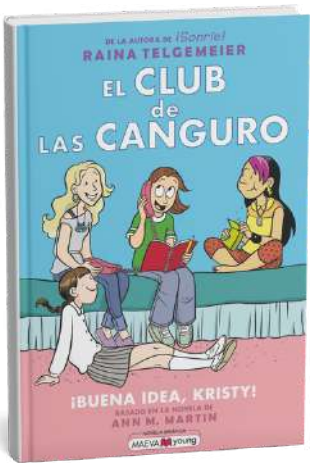
T'animem a apropar-t'hi, descobrir el seu fons i **endur-te llibres en préstec per gaudir de la lectura**.

Si no saps per on començar, aquí tens algunes recomanacions:

Biblioteca MOMENTS
PAUSA · LECTURA · BENESTAR
La biblioteca de tots i totes

El club de las canguro
Raina Telgemeier, 1984-2000

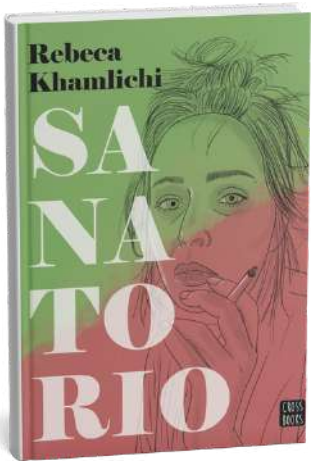
Les aventures d'un grup d'amigues que creen un club per cuidar infants. Històries divertides, tendres i plenes d'amistat, adaptades al format còmic.

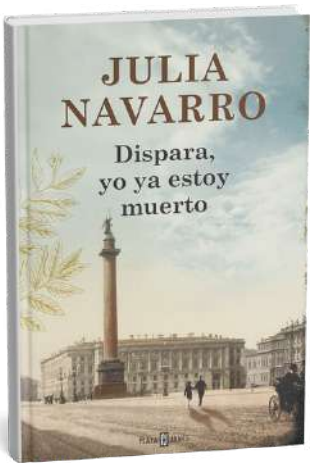


Hi ha molts números de la col·lecció. Ideal per a nens i nenes d'entre 8 i 10 anys.

Sanatorio
Rebeca Khamlichi, 2024

Sanatorio narra, a través de textos i il·lustracions, la cruda experiència de l'autora amb la salut mental, la depressió i els ingressos en institucions de salut mental.





Dispara, yo ya estoy muerto
Julia Navarro, 2013

Una gran novel·la històrica que recorre diverses generacions i explora els conflictes, les relacions humanes i la recerca de la convivència a l'Orient Mitjà.



La chica del tren
Paula Hawkins, 2015

Una novel·la de suspens plena de girs inesperats, on una dona es veu involucrada en la investigació d'una misteriosa desaparició. Tens diferents exemplars a la biblio, inclús un en anglès.

Han cantado bingo
Lana Corujo, 2025

Una història plena d'humor negre, tendresa i una mirada molt esmolada sobre la família, la malaltia i la identitat. És una novel·la que parla de personatges trencats, de relacions complicades i de com el passat mai no acaba de desaparèixer.



Compromís antiestigma

LES PARAULES TAMBÉ CUIDEN

Bones pràctiques per a una atenció més hospitalària, respectuosa i lliure d'estigma.

L'any passat es va canviar la identitat corporativa de la Institució, però també estem en ple procés del projecte d'Hospital de Futur que, no només inclou millores estructurals sinó també una comunicació i transformació arrelada amb els valors de l'Hospitalitat i la Humanització de l'atenció.

Us compartim un petit material de Bones pràctiques 'Les paraules també cuiden' perquè entenem que encapçalar aquesta mirada centrada en la persona i en els seus drets i dignitat és una feina conjunta entre tots i totes.

L'hospitalitat també es manifesta en la manera com rebem, escoltem i ens adrecem a cada persona. Les paraules també són una forma d'acollir, respectar i cuidar.

RECOMANEM	EVITEM
Parlem d'**hospital de salut mental i atenció intermèdia.**	No ens referim a l'hospital com a **hospital psiquiàtric, manicomi, etc.**
Parlem d'**unitats i/o de dispositius.**	No parlem de **pavellons.**
Ens referim a la persona atesa com a **usuari / usuària.**	No ens referim a la persona atesa com a **pacient ni com a malalt.**
Parlem de **problemes de salut mental.**	No parlem de **problemes psiquàtrics, trastorns mentals o malalties mentals.**
Parlem de **persona usuària, persona atesa o pel nom de la persona.**	**Evitem etiquetes diagnòstiques:** no parlem de "esquizofrènic", ni "bipolar", "psicòtic"...
Parlem de **diversitat funcional.**	Evitem parlar de **discapacitat intel·lectual.**
Parlem de **mesures de suport a la capacitat jurídica.**	Evitem parlar de **tutela**: el pacient tutelat, la Fundació de tutel·les...
Parlem de **persona referent.**	Evitem parlar de **tutor legal.**

COM ÉS EL DIA A DIA AL SERVEI DE FARMÀCIA?

El servei de Farmàcia de la Fundació Hospitalàries Sant Boi treballa cada dia perquè cada medicament arribi a l'usuari de manera segura, correcta i individualitzada.

Quan pensem en el servei de Farmàcia d'un hospital de salut mental, és fàcil imaginar un espai dedicat principalment a emmagatzemar i dispensar medicaments. Però la realitat és molt més àmplia. La selecció dels medicaments, la seva adquisició i conservació, la validació de les prescripcions, la preparació de les dosis, el seguiment farmacoterapèutic o la conciliació de la medicació formen part d'un circuit assistencial en què cada pas és important.

A la Fundació Hospitalàries Sant Boi, el **Servei de Farmàcia** treballa en coordinació amb altres àrees de l'hospital per garantir que cada medicament arribi a la persona que el necessita de manera segura, eficaç i individualitzada.

"A vegades es pensa que al Servei de Farmàcia només ens dediquem a fer la compra i la dispensació dels medicaments, però la nostra tasca va molt més enllà. **Treballem per garantir que els medicaments s'utilitzin d'una manera segura, eficaç i eficient per a cada usuari**.

Això implica la selecció del medicament a través de la comissió de Farmàcia, l'adquisició, l'emmagatzematge segons les condicions de cada medicament i la dispensació.

Però també fem una validació i una revisió de les prescripcions mèdiques, un seguiment farmacoterapèutic i una conciliació de la medicació cada vegada que hi ha una transició assistencial.

La nostra feina la fem en coordinació amb altres professionals sanitaris, principalment metges i infermeria. Estem aquí per donar suport clínic i ajudar en tot allò relacionat amb el medicament, perquè **el nostre objectiu comú és l'usuari**", ens explica la Silvia Sanz, coordinadora del Servei de Farmàcia.



Silvia Sanz, coordinadora del Servei de Farmàcia

Un circuit que comença molt abans que el medicament arribi a l'usuari

Una de les funcions essencials del servei és la validació farmacèutica. Abans que un tractament sigui administrat, les farmacèutiques revisen que el medicament prescrit sigui adequat i segur per a l'usuari. Aquesta revisió es realitza d'acord amb guies de les societats científiques, protocols aprovats al centre i els criteris de les diferents comissions relacionades amb la seguretat del pacient.

El servei també participa en la conciliació de la medicació, un procés especialment important durant les transicions assistencials. Consisteix a comparar la medicació que la persona prenia abans de l'ingrés amb la que se li prescriu durant la seva estada, per identificar possibles discrepàncies i comprovar que els canvis estiguin justificats.

Aquesta tasca es desenvolupa al llarg de tota la jornada i acompanya els canvis de tractament, els nous ingressos i les

diferents situacions que poden modificar la medicació d'una persona.



Al Servei de Farmàcia de la Fundació Hospitalàries Sant Boi hi treballen **tres farmacèutiques i sis tècnics de farmàcia, en un servei que funciona de manera ininterrompuda de 8 h a 21 h**.

A primera hora del matí, es revisen les prescripcions realitzades durant la tarda i la nit anterior, i es validen els canvis de tractament i els nous ingressos. Paral·lelament, a la zona d'unidosi es prepara la medicació perquè pugui ser administrada als usuaris.

"Al nostre hospital està instaurat el sistema de distribució de medicaments en dosi unitària, la coneguda unidosi. Cada usuari disposa d'un espai individual correctament identificat i cada medicament es prepara de manera individualitzada.

Una evidència clara és que la unidosi disminueix els errors de medicació i augmenta la seguretat en l'administració del medicament.



Helena Julio, farmacèutica del Servei de Farmàcia

El farmacèutic d'un hospital és un enllaç. És un pont d'ajuda i de consulta entre el metge i la seva prescripció fins a arribar a infermeria amb l'administració del medicament. I t**ot això té una finalitat: la seguretat del pacient**", ens exposa l'Helena Julio, farmacèutica del Servei de Farmàcia.

Darrere de cada tractament hi ha també una important tasca de gestió logística que permet garantir la disponibilitat dels medicaments i el seu correcte circuit dins de l'hospital.

El servei de Farmàcia coordina tot aquest procés, des de la recepció i l'emmagatzematge dels productes fins a la seva distribució a les unitats i als centres externs. Una activitat que requereix control, organització i seguiment constant.

"Una altra de les tasques de la Farmàcia, i no menys important, és la gestió del magatzem, des de la recepció i l'emmagatzematge dels medicaments fins a la seva distribució.

Durant tota la jornada controlem les caducitats, fem inventaris i preparem les peticions individualitzades i urgents de cada usuari. També gestionem la custòdia de medicaments que requereixen unes condicions específiques, com els estupefaents i els medicaments d'assajos clínics.

Un dia habitual a la Farmàcia és un dia de molta activitat, amb **un objectiu clar: garantir que la medicació arribi a l'usuari de manera segura, correcta i individualitzada**", ens explica l'Ester Font, farmacèutica del Servei de Farmàcia.



Ester Font, farmacèutica del Servei de Farmàcia



Coneix la tasca del Servei de Farmàcia!

COMUNITAT JOVE: UN ESPAI PER CONNECTAR I CONSTRUIR FUTUR

El programa forma part de l'SRC de Granollers i acompanya joves en el desenvolupament de les habilitats socials, l'autonomia i els projectes formatius i laborals.

La joventut és una etapa de canvis, noves experiències i nous reptes. Quan hi ha dificultats de salut mental, disposar d'un espai de confiança on compartir experiències, establir vincles i recuperar la motivació pot marcar la diferència.

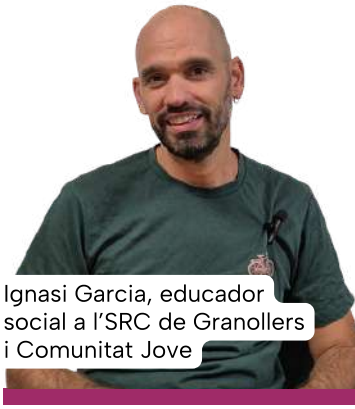
Amb aquesta mirada, la Fundació Hospitalàries Sant Boi, a través del Servei de Rehabilitació Comunitària de Granollers, impulsa Comunitat Jove, un programa socioeducatiu adreçat a joves de 17 a 25 anys vinculats als serveis de salut mental del territori.

Un espai per compartir i guanyar autonomia

Conduït pels educadors socials **Ignasi Garcia i Eugenio Murcia**, el programa treballa les **relacions socials, el vincle amb els serveis de referència i l'acompanyament en els itineraris formatius i laborals**.

Mitjançant activitats grupals, dinàmiques participatives i propostes d'oci saludable, els joves poden **descobrir interessos, expressar-se i aprendre els uns dels altres**.

"La gran diferència de Comunitat Jove amb la resta de programes és que treballem en grup i des d'**una mirada socioeducativa especialitzada en aquesta etapa vital**", ens explica l'Ignasi.



Ignasi Garcia, educador social a l'SRC de Granollers i Comunitat Jove



Eugenio Murcia, educador social al PSI de Granollers i Comunitat Jove

"**Donem molta importància a treballar a partir del vincle**, tant entre els participants com amb els professionals, perquè aquestes relacions es puguin mantenir més enllà del grup", afegeix l'Eugenio.

Acompanyar els projectes de futur

Un altre dels objectius del programa és acompanyar els joves en la **recuperació de rutines i en la construcció d'un projecte formatiu o laboral**. La coordinació amb els recursos del territori permet orientar-los en la recerca de formació i feina, així com oferir-los suport per mantenir aquests itineraris.



Per a la **Marilyn**, usuària de Comunitat Jove, aquest espai li permet expressar-se amb llibertat i compartir els seus interessos: "**És un lloc on puc ser jo mateixa i expressar-me com vull**", ens explica. Li agraden especialment les sessions de dibuix, en què pot compartir les seves creacions i aprendre dels altres. També explica que el programa l'ha ajudat en les relacions socials i a incorporar-se al Servei Prelaboral.

El programa destaca el valor del treball en xarxa amb els recursos formatius i laborals de la zona, que facilita l'accés dels joves a noves oportunitats. El **Raul**, usuari de Comunitat Jove que actualment cursa un grau mitjà de frigorista, explica com aquest acompanyament l'ajuda a mantenir-se actiu i mirar cap al futur: "**M'ajuda en el tema social i també amb la feina: a buscar feina, un curs o alguna cosa per no estar tot el dia a casa**".

La **Laia**, usuària de Comunitat Jove, també valora la possibilitat de conèixer gent i participar en activitats que connecten amb els seus interessos. "**És un espai que et permet conèixer gent**", explica. Entre les propostes, destaca les activitats artístiques: "Toco el baix elèctric i faig ceràmica i teatre". Aquesta varietat d'activitats permet que cada jove trobi la seva manera de participar, compartir i sentir-se part del grup.

Comunitat Jove també és un espai per guanyar seguretat, autonomia i sentit de pertinença.

El **Pep**, usuari de Comunitat Jove, explica que assistir al programa l'ha ajudat a desenvolupar-se en el dia a dia i a millorar les seves habilitats socials. Recorda que, al principi, no sabia ben bé què s'hi trobaria, però que el van animar a participar-hi: "**Estic superagraït que m'ho diguessin perquè va ser un abans i un després**".


Marilyn, usuària de Comunitat Jove


Raul, usuari de Comunitat Jove


Laia, usuària de Comunitat Jove


Pep, usuari de Comunitat Jove

Vols conèixer més sobre Comunitat Jove?

Mira el vídeo per conèixer els testimonis!

Consulta el díptic informatiu del programa!

Escolta els seus testimonis a La Porxada de Ràdio Granollers!

Solidaritat

PROJECTES SOLIDARIS

Aliances que transformen i milloren el benestar de les persones.

Respir a la natura



Gràcies al suport de la **Diputació de Barcelona i del Departament de Drets Socials i Inclusió,** els usuaris de mitjana i llarga estada i subaguts han pogut anar uns dies de colònies.

Gràcies! Diputació Barcelona Generalitat de Catalunya Departament de Drets Socials i Inclusió

Coneix el projecte
Escaneja el QR per veure el vídeo de les colònies 'Respir'

Itinerari esportiu

Gràcies al suport de la **Fundació Cottet-Mor i de la Fundación Sacyr,** els usuaris de la Unitat d'Adolescents poden gaudir d'un parc de cal·listènia per practicar esport diàriament.

Gràcies! FUNDACIÓ PRIVADA COTTET-MOR FUNDACIÓN sacyr

Coneix el projecte
Escaneja el QR per veure el vídeo d'una sessió esportiva amb el parc de cal·listènia



REFORCEM EL COMPROMÍS AMB UN ENTORN SALUDABLE

A la Fundació Hospitalàries Sant Boi hem **renovat la senyalització de la promoció d'un Hospital Sense Fum** amb l'objectiu de fer més visible i identificable el compromís del centre amb la creació d'un recinte lliure de fum.

La renovació incorpora nous elements de senyalització als accessos i espais exteriors, entre els quals destaca un **nou cartell de gran format a l'entrada de l'hospital**.

També s'han **repintat les zones senyalitzades com a espais lliures de fum a l'accés principal** i s'han instal·lat **nous cendrers amb missatge**.



Més enllà de la renovació estètica, aquestes actuacions busquen **facilitar la identificació dels espais lliures de fum i reforçar el missatge de prevenció i promoció de la salut** entre usuaris, famílies, professionals i persones visitants.

En aquest marc, la renovació forma part del nostre **compromís amb la millora contínua** i amb la voluntat de continuar avançant en la creació d'entorns que contribueixin al benestar de tota la comunitat hospitalària.

Un compromís reconegut

GOLD FORUM 2026

GOLD Forum member

GNTH, Global Network for Tobacco Free Healthcare Services.

Xarxa Catalana | Hospitals Sense Fum

Certificat nivell Or

Xarxa Catalana d'Hospitals Sense Fum.

Coneix el nostre **compromís amb la qualitat**:



Voluntariat

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



Parlem

DIVERTEIX-TE MENTRE APRENS CATALÀ

Aprendre català també pot ser divertit. Si t'agraden els passatemps, els **jocs de paraules i els reptes lingüístics**, tens moltes opcions per practicar la llengua mentre passes una bona estona.

Posa a prova el teu vocabulari amb el **Paraulògic** o descobreix el **Trobamot**, dos jocs que et permetran jugar amb les paraules i aprendre català gairebé sense adonar-te'n.

I si et quedes amb ganes de més, trobaràs molts altres entreteniments als **jocs de VilaWeb** i als **jocs de l'Ara**. Són una manera amena de familiaritzar-te amb el català, ampliar vocabulari i mantenir activa la ment.

Un repte, unes quantes paraules... i a jugar en català!

PARAULÒGIC

Trobamot

VilaWeb

ara

Coneix els diferents protagonistes de "Una fotografia per revelar"

Una fotografia per revelar.



Entra al perfil
@fhospitalariessantboi
i descobreix la seva història!



Xarxes Socials

Reportatges



Mindfulness a la Unitat d'Aguts de Salut Mental



Gaudim d'un bingo musical!



Què tracta el Servei de Fisioteràpia a un hospital de salut mental?

Destaquem



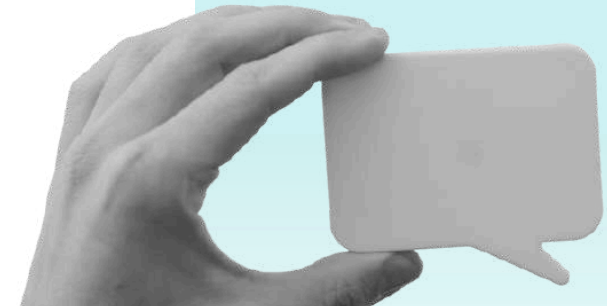
Quan les promeses van més de pressa que l'evidència



Esketamina i salut mental: què és i per a què serveix?



Ayahuasca i salut mental: mite o realitat?





@fhospitalariessantboi

Fundació Hospitalàries Sant Boi

NOTÍCIES DESTACADES A LA PÀGINA WEB



La Fundació Hospitalàries Sant Boi impulsa la campanya «Una fotografia per revelar» per combatre l'estigma en salut mental

LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA



Albert Fisas porta les aules hospitalàries al Palau de la Generalitat amb motiu del Dia de la Salut Mental

LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA

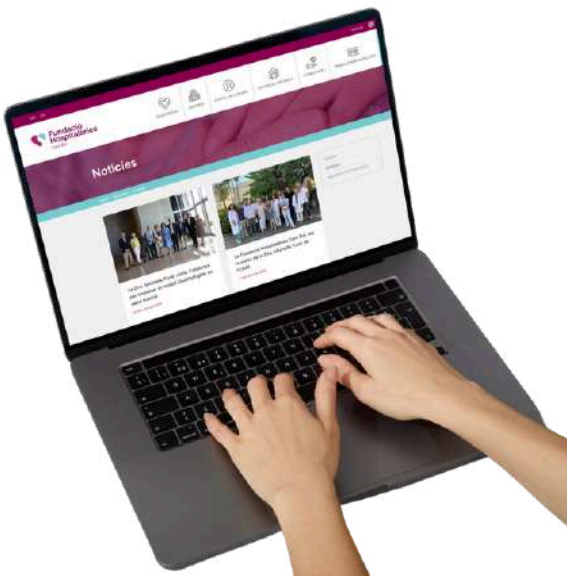


Les unitats d'Atenció Intermèdia superen l'auditoria LiberaCare amb un 93,66% dels indicadors assolits

LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA

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





ÚLTIMES NOTÍCIES A LA INTRANET



Fitxes informatives sobre problemes de salut mental per usuaris i famílies

LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA



Gràcies Mª Carmen, Alberto, Carmen i Jordi!

LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA



Fundació Hospitalàries Sant Boi participa en el Congrés Nacional de Voluntariat a Granada

LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA



L'equip de l'Hospital de Dia de Psicogeriatria presenta un taller sobre realitat virtual al XXIII Congrés SEPG

LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA



Participem en el VIII Congrés Català d'Infermeria de Salut Mental

LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA



Peregrinació a Lourdes: una experiència de convivència, espiritualitat i fraternitat

LLEGEIX LA NOTÍCIA SENCERA

Xenia

Bateguem junts
#5

Fundació Hospitalàries Sant Boi

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

T – 93 652 99 99

fundaciohospitalariessantboi.org
@fhospitalariessantboi

Fundació Hospitalàries
Sant Boi

Humanitzem l'atenció en salut mental

