



## Arrenca un servei pioner a l'Estat per prevenir la fragilitat i promoure l'autonomia entre la gent gran

- És un projecte pilot per validar l'eficàcia d'un nou dispositiu de suport a l'atenció primària per prevenir (o revertir) la fragilitat
- L'11% de les persones de més de 64 anys són fràgils, la majoria de les quals reuneixen varies d'aquestes condicions: estan malaltes, prenen diversos medicaments, no s'alimenten adequadament, estan soles o tenen problemes de mobilitat o cognitius.

**A Espanya hi ha 9,3 milions de persones de més de 64 anys. La longevitat és un indicador de qualitat de vida, però també posa un repte a les societats benestants. Un equip multidisciplinari de Consorci Sanitari del Maresme (CSdM), experts en l'estudi i l'abordatge de l'envelliment, ha dissenyat un nou servei sanitari amb la finalitat que les persones d'edat avançada puguin gaudir d'una vida autònoma el major temps possible.**

Aquest nou dispositiu per prevenir i atendre la fragilitat en persones grans representa una innovació per als sistemes sanitaris públics a Europa, i s'acaba de posar en marxa a l'Hospital de Mataró en fase de pilotatge gràcies al finançament dels fons europeus FEDER.

L'objectiu final és que, si l'estudi valida l'eficàcia d'aquest abordatge integral i preventiu de la fragilitat, el nou dispositiu es pugui integrar en el sistema sanitari públic.

***“ Està clar que l'edat avançada s'associa a pèrdua de funcionalitat, i que sovint s'acompanya de malalties cròniques, però aquesta circumstància pot ser perfectament compatible amb una vida activa i autònoma. De fet, com a sistema sanitari, tenim el repte i el deure moral de fer-ho compatible”*** afirma Mateu Serra, responsable de la Unitat de Recerca del Consorci Sanitari del Maresme i coordinador del projecte.

Serra explica que ***“la innovació d'aquest projecte rau en l'abordatge multidisciplinari i en la seva orientació a la prevenció. Un equip de professionals de diferents especialitats avaluarà persones que tenen factors de risc de fragilitat que, si no es corregeixen, poden derivar en dependència ràpidament. Aquestes persones rebran un seguit de recomanacions personalitzades, i s'estudiarà la seva evolució en visites periòdiques al llarg de 24 mesos.”***

**L'impacte social de la fragilitat.** La fragilitat és una síndrome pròpia de l'envelliment i es caracteritza per un declinar progressiu de la funció de diversos òrgans i sistemes. Això provoca una major vulnerabilitat per patir malalties, caigudes, fractures, complicacions postoperatòries, discapacitat, dependència i, fins i tot, un major risc de mort.

A Catalunya, l'11% de les persones de 65 anys o més són fràgils. Aquesta prevalença és superior en les dones i augmenta amb l'edat, superant el 50% en les persones majors de 80 anys.

Es tracta, doncs, d'un problema de salut pública de primer ordre, que requereix d'una intervenció per reduir la taxa de discapacitat i dependència de la gent gran i, en conseqüència, pal·liar l'impacte social i econòmic de l'envelliment.



**Estructura multidisciplinària.** El nou Equip de Suport per a la Prevenció i Atenció Integral a la Fragilitat (**ESPAI-fragilitat**) està ubicat a l'Hospital de Mataró i compta amb un equip multidisciplinari: un metge de família, una infermera, dos fisioterapeutes, una treballadora social i una dietista. A més, un farmacèutic, un metge rehabilitador, un geriatre i un psiquiatre hi participen com a consultors del projecte.

**Abordatge integral.** Els tres centres d'atenció primària que gestiona el CSdM, ubicats als municipis de Mataró i Argentona, identificaran quins dels seus pacients de més de 65 anys es troben en situació pre-fràgil i, per tant, compleixen un o dos dels cinc criteris de fragilitat: pèrdua de pes, pèrdua de força, cansament, poca activitat física o alentiment de la marxa.

A aquestes persones se les programarà una visita a l'ESPAI-fragilitat, on se'ls farà una avaluació integral, en 5 eixos associats al risc de fragilitat:

- Mèdic: hi ha comorbiditats (diverses malalties), dolor o depressió?
- Farmacològic: prenen diversos medicaments? Són necessaris, interaccionen entre ells?
- Nutricional: hi ha desnutrició?
- Funcional: poden fer front a les activitats de la vida diària?
- Social: disposen de suport familiar, social o institucional?

**Enfocament preventiu.** La fragilitat es mesura en una escala que va de l'estat de "robustesa" al de "dependència total". Les persones que participen en l'estudi es troben en situació pre-fràgil, i l'objectiu és prevenir que passin a l'estat de "fràgil". A partir de l'avaluació geriàtrica integral, a cada persona se'ls farà un seguit de recomanacions personalitzades amb l'objectiu de revertir l'estat de pre-fragilitat i prevenir la discapacitat i la dependència funcional. Després d'aquesta primera avaluació, se'ls farà un seguiment cada dos mesos al llarg d'un any.

**Estudi científic.** En tractar-se d'una proposta nova, actualment inexistent en el sistema sanitari, s'acompanya d'un estudi científic per avaluar-ne l'eficàcia clínica. Hi participaran 400 persones a les quals es farà seguiment durant 12 mesos per valorar si aquesta intervenció aconsegeix prevenir la fragilitat, la discapacitat i la dependència funcional.

Normalment, el 20% de les persones en l'estadi pre-fràgil passen a fràgil al cap de l'any; la hipòtesi d'aquest estudi és que, amb l'avaluació integral i les recomanacions preventives, aquest percentatge es redueixi al 7%.

**Projecte europeu.** Aquesta intervenció s'emmarca en el Projecte d'Especialització i Competitivitat Territorial *Mataró-Maresme: ecosistema d'innovació per a les ciutats cuidadores*, finançat amb fons FEDER de la Unió Europea: <https://www.csdm.cat/ca/r-d-i/recerca/pect/>

El **Consorci Sanitari del Maresme** és una entitat pública formada pel Servei Català de la Salut, l'Ajuntament de Mataró i el Consell Comarcal del Maresme, que gestiona l'Hospital de Mataró, l'Antic Hospital de Sant Jaume i Santa Magdalena, la Residència Sant Josep, i les àrees bàsiques de Mataró Centre i Cirera Molins (a Mataró) i la d'Argentona.