

TÍTOL DE L'EXPERIÈNCIA:

**Disseny i aplicació de l'eina virtual [Saludate.info](https://saludate.info) en l'abordatge complementari de persones amb depressió.**

AUTORS:

Mar BodasMartínez.  
Antoni Corominas Díaz.  
Inmaculada Jódar Ortega.  
Laura Montesinos Rueda.  
Manel Santaló (promotor).  
Jordi Salvatella (promotor).

PERSONA QUE FARÀ LA COMUNICACIÓ:

Mar Bodas Martínez

CENTRE:

Servei de Salut Mental i Addiccions de la Fundació Sanitària Mollet

DADES DE CONTACTE:

TLF: 646528050  
CORREU: [m.bodas@fsm.cat](mailto:m.bodas@fsm.cat)

## **Introducció**

En el procés assistencial la relació entre el professional de salut i la persona ha evolucionat en una relació més simètrica i en la qual es busca una major implicació dels usuaris i les seves famílies. Actualment, no n'hi ha prou amb informar, el professional de la salut proporciona formació, transfereix coneixements als usuaris perquè aquests prenguin decisions sobre la seva salut.

Les Tecnologies de la Informació i la Comunicació s'han anat incorporant a l'àmbit de la salut mental en un intent dels sistemes de salut actuals de ser més accessibles a la població i oferir un complement terapèutic a les visites clíniques habituals. En els trastorns depressius, són múltiples les eines virtuals que brinden al públic informació o ajuda sense compartir el mateix moment temporal, tot i que les dades són molt heterogènies fins ara.

## **Idea Innovadora**

La incorporació de les plataformes digitals d'aprenentatge, com per exemple Moodle, podria incrementar la capacitació i coneixement de la persona en relació al seu problema i donar lloc a una comunicació i monitoratge més àgil amb els professionals de la salut. Aquestes plataformes també ens permeten valorar les possibilitats que ofereix l'e-learning en el maneig de les persones amb trastorns mentals per potenciar l'apoderament i la participació activa de l'usuari i la seva família.

## **Transformant la idea en acció.**

A partir de la proposta dels promotors als autors de l'experiència per participar en el desenvolupament i aplicació d'una eina que incorpori les plataformes virtuals en la relació professional – persona atesa dins del camp de la salut mental, i més concretament basant-se en la plataforma Moodle, es dissenya una plataforma virtual transdisciplinària en fase pilot que s'està efectuant en un Centre de Salut Mental. Inclou 13 Seccions (temes clínics, psicopatològics, d'autocura i familiars), 28 lliçons, 25 vídeos explicatius, 14 qüestionaris i 15 registres.

En la fase actual s'aplica a un primer grup de 20 persones amb simptomatologia depressiva que compleixin criteris DSM-IV-TR de trastorn depressiu major, trastorn distímic, trastorn adaptatiu o bé trastorn depressiu no especificat. als quals se segueix tractant de la forma habitual, per tant, l'aplicació de l'eina no substitueix aquest abordatge sinó que és complementari.

Quan una persona entra a la plataforma troba una oferta de seccions que li van activant d'una manera controlada i adaptada a la seva evolució. Se li ofereix informació en format de vídeo i de text que aprofundeix en tots els aspectes de la seva malaltia. En totes les seccions podem incloure test per als usuaris. També comptem amb un instrument de relació molt potent que és el fòrum on els professionals i l'usuari (de forma individualitzada) compartim idees, respondre preguntes, etc. L'equip professional i la persona formem un grup dins la plataforma i en tot el procés d'atenció estem interconnectats.

## **Resultats**

Canvi en el model relacional entre els professionals, la persona atesa i la família aportant l'apoderament al seu màxim exponent i "obligant" a professionals i usuaris a interactuar i simetritzar la seva relació.

En la fase pilot s'està avaluant la utilització, el grau de satisfacció i estudiant les àrees de millora abans d'estendre la seva utilització a altres unitats assistencials.

De les respostes al qüestionari final de comprensió i satisfacció els usuaris estan valorant molt positivament l'eina com a font de coneixement i informació sobre el seu trastorn, seguidament la possibilitat d'adquirir capacitats i recursos per afrontar el problema i que és un bon complement a les visites presencials. Cal seguir treballant la freqüència d'ús, i plantejar-nos fer un estudi posterior més ampli que valori la seva eficàcia.

## **Conclusions**

L'eina "Salúdate.info" resulta comprensible i és aplicable en pacients amb depressió tractada ambulatoriament (complementa l'assistència presencial). Vol copsar aspectes qualitius entre pacients i professionals (satisfacció i facilitat demaneig de la plataforma) i fer ús de variables quantitatives (escales) per plantejar hipòtesis causals que permetin justificar un segon estudi cas-control que valori la seva eficàcia clínica (resolució dels episodis i reducció taxa de recaigudes).