

# Programa de salut dirigit als docents per detectar de manera precoç signes de trastorns mentals i malestar emocional en els adolescents de Vilanova del Vallès

Treball de fi de grau

Infermeria

Curs 2021-2022

Júlia Inglada Lerin [jinglada@edu.tecnocampus.cat](mailto:jinglada@edu.tecnocampus.cat)

Ariadna Trigo Soler [atrigo@edu.tecnocampus.cat](mailto:atrigo@edu.tecnocampus.cat)

Directora: M<sup>a</sup> José Reyes Ramos [mreyes@tecnocampus.cat](mailto:mreyes@tecnocampus.cat)



Centre adscrit a:



## AGRAÏMENTS

Primerament, agrair a la nostra directora del treball de final de grau, així com tots els docents que conformen el comité, per tot l'esforç i temps dedicat durant l'elaboració d'aquest treball.

A tots els professionals de la salut i d'educació ja que, sense la seva participació i motivació no s'hagués pogut dur a terme aquest treball.

A tots els professionals assistencials d'infermeria que ens han format, ens han fet créixer com a infermeres, ens han ensenyat a estimar la professió i valorar la nostra vocació.

I per últim, però no menys important a les nostres famílies per acompanyar-nos i recolzar-nos al llarg d'aquests quatre anys.

## RESUM

**Introducció.** Els trastorns mentals i el malestar emocional dels adolescents ha incrementat notablement en els darrers dos anys, circumstància que ha provocat que esdevingui una problemàtica de salut pública prioritària. Aquest programa de salut dirigit als docents pretén, a través de la detecció precoç, minimitzar l'impacte derivat d'una afecció mental. **Objectiu.** L'objectiu general és: Durant el curs escolar 2022/2023, augmentar en un 40% la detecció de malestar emocional i de trastorns mentals en els alumnes d'11 a 18 anys de l'IES de Vilanova del Vallès.

**Mètode.** El programa s'ha planificat regint-se pel Model de Creences de Salut. Per poder elaborar el diagnòstic comunitari es recolliran dades utilitzant: enquestes, entrevistes i dades del municipi i d'aquesta manera detectar les necessitats de la població. Seguidament es realitzaran un total de dues activitats amb l'objectiu que els participants assoleixin els coneixements necessaris. **Resultats.** L'avaluació, a través d'una enquesta, serà de caràcter qualitatiu i quantitatiu on s'avaluen els resultats i el seu impacte, així com el procés i l'estructura amb la finalitat d'analitzar la seva efectivitat, eficiència i eficàcia. Finalment, s'ha reflexionat sobre les recomanacions de les praxis futures i la implicació d'aquest programa de salut en la pràctica infermera.

**Paraules clau:** malestar emocional, trastorns mentals, adolescents, detecció precoç, prevenció, educació sanitària, programa de salut, docència, infermeria escolar.

## ABSTRACT

**Introduction.** Mental disorders and emotional discomfort of teenagers has increased significantly in the last two years, this circumstance has become a priority for the public health system. This health program, which aims at teachers, suggests through an early detection, to reduce the impact derived from a mental issue. **Objective.** The main goal is: during the school year 2022/2023, increase in a 40% the emotional discomfort and mental disorder detection in students from 11 to 18 years old of the Vilanova del Vallès highschool. **Methods.** The program has been planned in function of the Health Belief Model. In order to develop a communal diagnosis is needed to gather information using: surveys, interviews and town council datum, and by this way, detect population necessities. Furthermore, two activities will be carried out, in which the main goal is that the participants achieve the required knowledge. **Results.** The evaluation, through a survey, shall be qualitative and quantitative, where results and their impact will be measured, as well as the process and the structure with the purpose of analyzing its effectiveness, efficiency and efficacy. At last, it has been thinking about recommendations of the future praxis and the implications of this health program in nursing practice.

**Key words:** emotional discomfort, mental disorders, teenager, early detection, prevention, health education, health program, teaching/teachers, school nurse.

## ÍNDEX

<b>1.INTRODUCCIÓ</b>	<b>6</b>
1.1 Definicions	6
1.2 Epidemiologia dels trastorns mentals en adolescents	7
1.3 El paper de la infermera en la detecció precoç de trastorns mentals	8
1.4 El paper dels docents en la detecció precoç de malestar emocional i trastorns mentals dels adolescents.	9
<b>2.JUSTIFICACIÓ</b>	<b>10</b>
<b>3.DIAGNÒSTIC COMUNITARI</b>	<b>12</b>
3.1 Perfil epidemiològic	12
3.1.1 Indicadors sociodemogràfics de Vilanova del Vallès	12
3.1.2 Indicadors econòmics de Vilanova del Vallès	12
3.1.3 Indicadors sanitaris de Vilanova del Vallès	12
3.2 Perfil comunitari	13
3.2.1 Àrees educatives, esportives, culturals i sanitàries	14
<b>4.OBJECTIUS</b>	<b>16</b>
4.1.Objectiu general	16
4.2. Objectius intermedis	16
4.3. Objectius específics	16
<b>5.PROCÉS DE PLANIFICACIÓ DEL PROGRAMA DE SALUT</b>	<b>17</b>
5.1. Difusió del programa i captació de la mostra	17
5.2. Disseny i planificació de les activitats.	17
5.3 Taula d'activitats	19
5.4 Execució	22
<b>6.MODEL D'APRENENTATGE</b>	<b>23</b>
<b>7.CRONOGRAMES</b>	<b>24</b>
7.1 Cronograma del treball final de grau	24
7.2 Cronograma del programa	25
<b>8.PRESSUPOST DEL PROGRAMA</b>	<b>26</b>
<b>9.AVALUACIÓ DEL PROGRAMA</b>	<b>27</b>
9.1 Impacte del programa	27
9.2 Procés:	27
9.3 Estructura del programa	28
9.4 Avaluació de la part desenvolupada del programa fins l'entrega del TFG	28
9.4.1 Impacte	28

9.4.2 Procés	28
9.4.3 Estructura	28
<b>10.RECOMANACIONS DE PRAXIS FUTURES</b>	<b>29</b>
<b>11.IMPLICACIONS POTENCIALS A LA PRÀCTICA PROFESSIONAL I INNOVACIÓ</b>	<b>30</b>
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	<b>31</b>
<b>ANNEXES</b>	<b>35</b>
Annex 1: Enquesta de coneixements amb les respostes dels docents.	35
Annex 2: Entrevistes a la Cap d'Estudis, al Coordinador Pedagògic de l'IES i a l'adjunta d'infermeria del CAP.	41
Annex 3: Infografia	46
Annex 4: Suport visual en format Power Point de l'activitat "Parlem-ne"	47
Annex 5: Enquesta de satisfacció	51
Annex 6: Enquesta d'avaluació de les activitats, als 6 mesos i al finalitzar l'any escolar.	53
Annex 7: Registre d'avaluació de les sessions per part de la infermera.	56
Annex 8: Respostes de l'enquesta de satisfacció i elaboració del registre d'avaluació de l'activitat 1.	57

## 1. INTRODUCCIÓ

### 1.1 Definicions

La salut mental segons l'Organització mundial de la Salut, és un estat de benestar on l'individu se n'adona de les seves pròpies aptituds, pot afrontar les pressions normals de la vida diària, pot treballar productivament i és capaç de fer contribucions a la seva comunitat(1). Un trastorn mental es defineix com *“una alteració sostinguda en el temps de caràcter emocional, cognitiva o conductual, en què queden afectats processos psicològics bàsics. Aquests símptomes i signes dificulten que la persona s'adapti a l'entorn cultural i social en el qual viu”*(2).

Per altra banda, també existeix un concepte anomenat benestar emocional que es defineix com *“conjunt de sensacions positives derivades d'un funcionament mental que capacita per fer front a situacions ambientals”*, és a dir, són aquelles habilitats que una persona adquireix per combatre situacions desfavorables del dia a dia(3).

Un altre terme que està estretament relacionat amb el desenvolupament de trastorns mentals és el malestar emocional, que es defineix com: una experiència subjectiva de patiment emocional. Aquest no es considera un trastorn mental com a tal, ja que, no compleix els suficients criteris diagnòstics, però sí que pot suposar un risc per desenvolupar-ne.

Els signes d'alarma que en l'adolescència poden fer sospitar d'un trastorn mental a trets generals són:

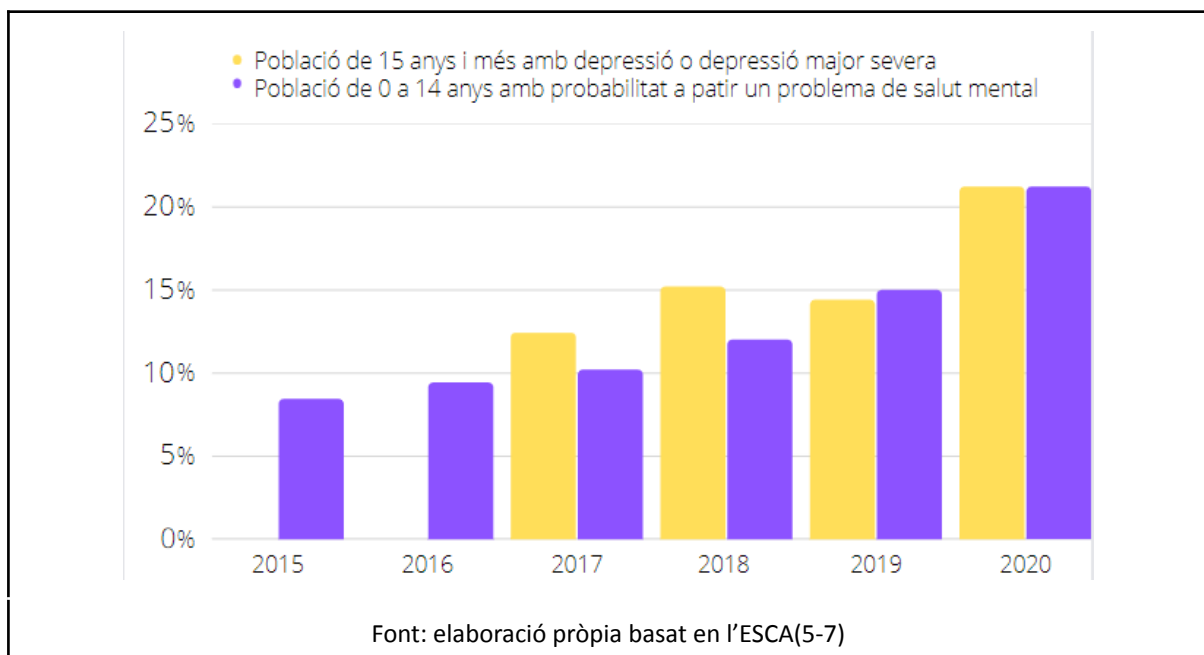
1. **Canvis en l'estat d'ànim:** sentiments de tristesa i aïllament que durin més de dues setmanes o altres canvis de l'estat d'ànim que siguin notables i que causin problemes en les relacions al domicili, a l'escola o en les relacions socials.
2. **Preocupacions excessives:** sentiments de por sense motiu aparent, a vegades acompanyats de l'augment de la freqüència cardíaca o respiratòria.
3. **Canvis de conducta:** canvis dràstics de comportament o de personalitat, a més de comportaments perillosos o fora de control. Conductes negatives o conflictes molt continuats amb familiars, docents o entre iguals.
4. **Dificultat per concentrar-se:** fàcils distraccions, no mantenir l'atenció en tasques monòtones, incapacitat per mantenir-se quiet a classe, dificultat per regular-se (actuacions sense pensar) o baix rendiment escolar.
5. **Apriment inexplicable:** disminució progressiva de la ingesta, exercici físic excessiu o vòmits autoinduïts.

6. **Danys físics:** a vegades els trastorns mentals deriven en autolesions, en algunes ocasions es realitzen aquests danys físics per tal d'autoregular la seva ansietat. També poden presentar pensaments suïcides.
7. **Abús de substàncies i de les noves tecnologies:** l'abús de les noves tecnologies pot ser un reflex de la voluntat d'aïllar-se d'un problema emocional(4).

## 1.2 Epidemiologia dels trastorns mentals en adolescents

Les dades publicades sobre l'Enquesta de Salut de Catalunya (ESCA) dels darrers anys, així com els Plans de Salut de la Generalitat, mostren una tendència creixent de l'empitjorament de la salut mental de la població(5,6,7). D'aquestes dades és rellevant la tendència creixent en població de 0 a 14 anys, de la probabilitat de patir un problema de salut mental, i la incidència de casos de depressió o depressió major severa en població de 15 anys i més, on s'observen diferències estadísticament significatives respecte al període anterior (vegeu gràfic 1).

**Gràfic 1: Evolució de les dades sobre salut mental a Catalunya del 2015 al 2020**



L'evolució que presenta el Pla de Salut 2021-2025 cita que: *“S’han multiplicat els problemes de salut mental entre els més joves, amb un augment dels casos diagnosticats de trastorn de la conducta*



*alimentària (TCA) de l'1,57% entre l'any 2019 i el 2020 en els Centres de Salut Mental Infantil i Juvenil (CSMIJ), dels intents de suïcidi, de les depressions i dels quadres d'ansietat" (7).*

Cal destacar que, els suïcidis ja són la primera causa de mort en les dones de 15 a 24 anys i en homes de 15 a 44 anys. L'any 2020 el 90% de persones que es suïciden presenten una afectació de la salut mental prèvia(8).

Davant d'aquestes dades i amb l'agreujant de la pandèmia de la COVID-19 es va posar en marxa el pla de salut 2021-2025 per donar resposta a les diverses problemàtiques relacionades amb la salut així com el Pla de prevenció de suïcidi de Catalunya (PLAPRESC)(7,8).

Els trastorns mentals més incidents en l'adolescència són: els trastorns de la conducta alimentària (TCA) que són malalties psiquiàtriques complexes de caràcter multicausal (9), la depressió que causa una alteració de l'estat d'ànim (10) i els trastorns d'ansietat, la qual és una resposta anticipatòria a una amenaça futura(11).

### 1.3 El paper de la infermera en la detecció precoç de trastorns mentals

La prevenció es pot definir com l'aportació de totes aquelles mesures per tal de que no aparegui una malaltia, eliminar-la un cop instaurada o minimitzar-ne l'impacte. Existeixen tres tipus de prevenció: la primària, la secundària i la terciària. La prevenció primària va dirigida a disminuir la incidència d'una malaltia i la prevenció secundària s'enfoca en detectar-la de manera precoç per tal d'instaurar un tractament adequat i efectiu, així com evitar-ne la progressió(12). La detecció precoç és un cribratge que es realitza observant i determinant si els individus poden o no desenvolupar una malaltia o un trastorn.

El programa salut i escola (PSiE) permet millorar la salut dels adolescents a través de la prevenció i de la promoció de la salut, aquest programa relaciona el centre educatiu amb el centre d'atenció primària del territori. La infermera és un punt clau en aquest programa i és necessari que tingui una bona relació interprofessional amb els professors, educadors i amb l'equip psicopedagògic del centre, per tal de facilitar la detecció precoç dels principals problemes dels adolescents(13). Els alumnes poden accedir al programa per una cita prèvia amb la infermera del PSiE directament o per la detecció d'un problema de salut observat pels treballadors del centre.

#### 1.4 El paper dels docents en la detecció precoç de malestar emocional i trastorns mentals dels adolescents.

El perfil del docent està conformat per un conjunt de competències com: coneixements, destreses, habilitats, aptituds, actituds i valors que a posterior dirigit als alumnes perquè aquests es desenvolupin i adquireixin les competències necessàries per donar resposta als problemes de la vida diària i capacitar-los en el seu exercici professional(14).

Com a éssers holístics disposem de diferents tipologies d'intel·ligència, les quals han de ser contemplades per igual. Cada cop es fa més evident que la intel·ligència emocional exerceix un paper fonamental en el benestar dels individus per així poder afrontar els reptes de la vida diària, adoptar consciència sobre les pròpies emocions i poder interaccionar de forma adequada amb l'entorn.

El professor és una figura de referència de comportament per part de l'alumnat i, per tant, és imprescindible que el professor tingui la formació necessària tan pel desenvolupament cognitiu de l'alumnat com per l'emocional (15).

## 2. JUSTIFICACIÓ

A causa de l'augment significatiu de la prevalença de trastorns mentals de la població major a 15 anys i el risc a patir un trastorn de salut mental entre la població de 0 a 14 anys (recollides en el Gràfic 1), es considera imprescindible incidir en la detecció precoç de signes d'alarma que suggereixen trastorns mentals. Es prioritza l'etapa adolescent, compresa entre els 11 i els 18 anys, ja que, és l'etapa de la vida més vulnerable a nivell psicosocial, degut als canvis que pateix la persona i la possible adquisició de conductes de risc. A més, aconseguir una bona salut mental en l'adolescència ajuda a assolir els indicadors del desenvolupament físic i emocional així com l'aprenentatge d'habilitats socials (4).

S'ha fet arribar una enquesta als 52 professors de l'institut d'ensenyament secundari (IES) de Vilanova del Vallès per a conèixer la percepció dels docents sobre la salut mental dels alumnes. Aquesta, ha sigut resposta per 20 docents del centre i els resultats de l'enquesta mostren que el 94,4% del professorat creu que han augmentat els trastorns mentals i el malestar emocional dels adolescents en els últims dos anys (Annex 1) . A més, en diferents entrevistes amb professionals sanitaris i direcció de l'IES (Annex 2), s'arriba a la conclusió de que tot i que molts adolescents no són diagnosticats amb un trastorn mental per falta de compliment de criteris diagnòstics, manifesten malestar emocional.

En la mateixa enquesta (Annex 1) també es va preguntar als docents quina és la problemàtica que tenen a l'hora de fer front a situacions que impliquin tractar amb el malestar emocional i/o el trastorn mental que presenta l'adolescent; la resposta més obtinguda és la manca de recursos i de formació que tenen els docents per detectar els trastorns mentals i el malestar emocional, i l'angoixa que això suposa. La Cap d'Estudis de l'IES va verbalitzar (Annex 2) la necessitat de rebre formació sobre la detecció precoç dels signes d'alarma i és per això que es pretén desenvolupar un programa de salut dirigit al professorat perquè pugui adquirir coneixements i habilitats. A dia d'avui, tret dels diagnòstics TEA i TDAH, no disposen de cap protocol d'actuació envers els trastorns més incidents en l'etapa de l'adolescència.

S'ha escollit com a població diana als docents del centre ja que, durant l'etapa de l'adolescència, són una de les figures amb les que interactuen durant més hores al dia i aquests passen a ser figures d'autoritat i referència. Els docents no només incideixen en la formació acadèmica, sinó que també proporcionen pautes de conducta tant a nivell personal com social. Per tant, és important que

estiguin capacitats per empoderar als individus i aquests puguin detectar i donar respostes a les problemàtiques associades a l'adolescència.

Aquest programa es basa en la prevenció primària i secundària i, és per això, que s'enfoca en identificar diversos aspectes dels adolescents per determinar si són vulnerables a patir un trastorn mental o experimentar malestar emocional i actuar en conseqüència. El paper que exerceix la infermera com a educadora, dota als docents de coneixements perquè puguin fer una bona detecció precoç dels signes d'alerta i, com a conseqüència, agilitzar la derivació eficient per tal d'obtenir un diagnòstic inicial, reduir el nombre de casos aguts, evitar el desenvolupament total de la malaltia, adequar els tractaments, reduir els possibles problemes potencials i l'activació dels dispositius adequats(16,17).

### 3. DIAGNÒSTIC COMUNITARI

La població diana són el professorat de l'institut de Vilanova del Vallès que imparteixen docència a adolescents d'entre 11 i 18 anys. L'elecció de la població diana s'ha realitzat per tal de poder incidir de manera indirecta en la salut mental dels alumnes de l'institut.

#### 3.1 Perfil epidemiològic

##### 3.1.1 Indicadors sociodemogràfics de Vilanova del Vallès

Vilanova del Vallès és una població que pertany a la comarca del Vallès Oriental, l'1 de gener de 2022, segons el padró, hi ha 5.680 habitants empadronats en una superfície de 15,20 km<sup>2</sup>, per tant, té una densitat de població 364,1 hab./km<sup>2</sup>. D'aquest nombre d'habitants 2.871 són homes i 2.809 són dones, la població d'entre 11 a 18 anys suposa el 12,67% del total. La mitjana d'edat d'aquesta població és de 39,52 anys (18).

Vilanova té tretze barris: Can Cebrià, Can Rabassa, Les Roquetes, Barri Rodes, Cal Pinxo, Can Bosc, Bosc Rusalleda, Can Nadal, Can Alegre, El barri de La Casa Nova, Can Beco, Can Jornet i el casc antic.

##### 3.1.2 Indicadors econòmics de Vilanova del Vallès

La renda bruta de Vilanova del Vallès en el 2019 va ser de 37.611 euros(19). Segons Idescat el PIB en el 2019 va ser de 103,1 milions d'euros. La renda per habitant del 2020 és de 17.194€ i concretament la renda per habitant de 16 anys i més és de 21.912€. En el desembre del 2021 hi havia registrades 228 persones a l'atur, dels quals 14 estan dins del període de 16 a 24 anys(20).

El pressupost anual municipal de Vilanova del Vallès en el 2021 va ser de 7.295.000€, d'aquesta quantitat es va destinar en serveis socials i atenció a persones 398.000€(21). El passat 31 de gener del 2022, el preu per metre quadrat construït era de 1.993€(22).

##### 3.1.3 Indicadors sanitaris de Vilanova del Vallès

Al 2021 va haver-hi 41 naixements, l'índex sintètic de fecunditat és d'1,10%. La taxa bruta de mortalitat és de 4,55/1000 habitants, van morir 25 persones(20).

L'any 2022, el CAP de Vilanova del Vallès ha registrat 84 adolescents menors de 16 anys amb diagnòstic de trastorn mental: 9 de depressió/depressió lleu, 35 d'ansietat, 30 de TDAH i 10 de TEA. No s'han trobat dades que puguin establir una diferència respecte a anys anteriors ni la quantitat de morts no naturals en els adolescents (Annex 2).

### 3.2 Perfil comunitari

El terme municipal de Vilanova del Vallès es va formar el 1.984 per segregació de part dels territoris de Montornès del Vallès i de la Roca del Vallès, als quals pertanyia el poble abans anomenat Vilanova de la Roca.

Durant molt de temps el nombre d'habitants ha oscil·lat entre 800 i 1000 persones fins al 1980, que amb l'arribada de persones que feien ús del poble com a segona residència, ha anat augmentant fins a arribar a 5.535 habitants (any 2021) (23).

La taxa d'estrangeria és d'un 4,39% del total de la població. L'edat mitjana d'aquesta, és de 36,21 i les cinc principals nacionalitats són de: Romania (8,64%), Marroc (6,99%), Itàlia (6,17%), Veneçuela (5,76%) i França (4,93%).

El nombre d'habitatges segons Cadastre és de 2.093 immobles amb ús residencial i el total d'habitatges familiars és de 2.090. Al 2019, segons la secretaria d'habitatges de la Generalitat hi ha un total de 24 habitatges buits registrats(18).

El nivell d'estudis l'any 2022 es divideix en els següents grups: el 29,80% del total de la població disposa del graduat escolar, el 41,42% del total de la població té el batxillerat o cursos de formació professional, el 27,65% compta amb un grau universitari, llicenciatura o diplomatura, el 0,86% del total no té estudis i el 0,27% és analfabeta.

#### 3.2.1 Àrees educatives, esportives, culturals i sanitàries

Els equipaments educatius i culturals de caràcter públic dels que disposa el poble són: una escola bressol (La Baldufa), el col·legi de Mestres Munguet Cortés que es divideix en dos edificis: un d'escolarització infantil i l'altre de primària, l'escola de La Falguera on es cursen també estudis de primària, l'Institut de Vilanova del Vallès en el qual es realitzen els quatre anys d'Educació Secundària Obligatòria (ESO) i el Batxillerat, la biblioteca Contravent, un espai jove, el Centre Cultural de Vilanova del Vallès, un parc anomenat Bosc de les Escoles i un centre parroquial. A més disposa d'una àrea esportiva composta per: un pavelló municipal, un camp de futbol, una pista coberta, tres pistes de pàdel i un *skate park*.

- Àrea sanitària

L'àrea sanitària de referència és el CAP. El nombre de professionals que hi treballen són: 4 infermeres d'adult i 1 de pediatria, 4 metges d'adult i 1 de pediatria, no tenen psicòlegs i la treballadora social acut un cop a la setmana. Centrant-nos en els serveis que ofereix orientats en la salut mental dels adolescents del municipi, no treballa amb cap programa propi del centre de prevenció o promoció; es fan els crivatges generals en les revisions de pediatria i adult quan aquests ja són majors de setze anys. Regint-se pel PSiE es reuneixen atenció primària i professorat, trimestralment amb l'institut i les escoles per parlar de detecció i seguiment de casos de salut mental. La infermera escolar està present al centre un dia a la setmana durant una hora. Arrel de la pandèmia el PSiE havia quedat anul·lat, però la infermera encarregada ens ha informat que a partir de setembre reprendran les tasques i aprofitaran per augmentar les hores setmanals.

Un cop són detectades aquestes problemàtiques s'elabora una interconsulta amb el CSMIJ, els quals citaran a l'individu per dur a terme una consultoria. El servei de referència en salut mental per a la població de Vilanova és el CSMIJ de Granollers. Després de contactar amb aquest, ens transmeten que al llarg de 2021 es van derivar un total d'11 menors de 18 anys de la població.

- Àrea educativa

A l'institut hi ha escolaritzats 481 alumnes, hi treballen 52 professors i 2 orientadores psicopedagogues.

Després de contactar amb l'equip directiu del centre, ens expliquen que disposen de dos recursos rellevants, proposats des del Departament d'Educació de la Generalitat, anomenats PIM (Programa Intensiu de Millora) i Hèrcules (projecte de diversificació curricular) per tal d'atendre a la diversitat. El que suggereixen aquests recursos és per a generar uns grups reduïts d'alumnes que presentin un cert dèficit i amb la voluntat d'atendre les necessitats individuals dels integrants. Els alumnes que poden formar part d'aquests grups són: individus amb un dictamen o informe, alumnat amb una situació social desfavorida, nouvinguts o bé aquells que presenten dificultats d'aprenentatge detectades des d'orientació i/o equip docent. Tot i així, no tots els alumnes que disposen de dictamen o informe necessiten fer ús d'aquests recursos i que, per tant, estan dins dels grups ordinaris (grups classe).

A dia d'avui, entre primer i quart d'ESO hi ha un total de 31 alumnes que mostren un trastorn relacionat amb: la conducta, el llenguatge, l'aprenentatge, la comprensió i factors emocionals. D'aquests, 4 formen part del grup PIM i 13 d'ells estan dins del grup Hèrcules.

L'institut ha organitzat diferents xerrades de diverses temàtiques a través del PAT (Pla d'Acció Tutorial) amb la col·laboració de diferents entitats, dirigides a: prevenció dels trastorns de la conducta alimentària, assetjament escolar, drogues i identitat digital, civisme, sexualitat i orientació acadèmica als estudiants d'entre primer i quart d'ESO.

A més, l'equip directiu es reuneix cada dues setmanes amb l'Equip d'Atenció Psicopedagògica (EAP), setmanalment amb les orientadores i un cop per trimestre amb la Comissió Social formada per: EAP, orientadores, equip directiu, pediatra del poble, serveis socials i altres agents de l'ajuntament.

Un altre recurs molt utilitzat en relació amb el benestar i reforç emocional així com en la millora de l'aprenentatge dels infants i adolescents és *Cercles*, un centre de caràcter privat que ofereix: serveis psicopedagògics, grups de suport, tallers i xerrades, orientació familiar, reforç escolar, serveis de logopèdia i classes particulars (24).

Un altre dels espais del que els joves fan ús és l'Espai Jove; el qual ha treballat la salut de forma transversal fent difusió per les xarxes socials sobre hàbits saludables i proporcionant informació i recursos per l'autogestió de la salut mental i la salut en general, així com amb la seva participació en els diferents tallers a l'institut esmentats anteriorment (25).



#### 4. OBJECTIUS

##### 4.1. Objectiu general

- Que els docents, durant el curs escolar 2022/2023, detectin de manera precoç un 60% del malestar emocional i trastorns mentals en alumnes d'11 a 18 anys de l'IES de Vilanova del Vallès

##### 4.2. Objectius intermedis

- Que un 90% del professorat, de l'IES de Vilanova del Vallès, identifiqui el concepte de malestar emocional, en un període de sis mesos lectius.
- Que el 90% del professorat, en sis mesos lectius, implanti la gestió emocional dins l'aula.
- Que 90% dels docents identifiqui els trastorns mentals més incidents en adolescents, en un període de sis mesos lectius.
- Que el 90% dels docents promoguin la detecció precoç en relació als trastorns mentals, en un període de sis mesos lectius.

##### 4.3. Objectius específics

- Que el professorat conegui quins són els principals signes de malestar emocional i quins són els canvis conductuals associats a aquest.
- Que els professors sàpiguen quins són els principals signes de: TCA, ansietat i depressió.
- Que el professorat utilitzi els recursos necessaris per abordar la gestió emocional dins l'aula.
- Que els docents siguin coneixedors dels avantatges de la detecció precoç en relació a als trastorns mentals.

## 5. PROCÉS DE PLANIFICACIÓ DEL PROGRAMA DE SALUT

### 5.1. Difusió del programa i captació de la mostra

Per aquesta part del programa es contactarà amb la direcció del centre i es concertarà una cita presencial amb la finalitat de posar de manifest la nostra proposta. Un cop acceptada, es demanarà a la direcció que la traslladi a la resta del claustre de professorat via correu electrònic, juntament amb dues infografies informatives de cada una de les activitats (Annex 3). Aquesta última també es penjarà a la sala de professors per així tenir present de forma visual tota la informació necessària per participar.

Els membres del professorat han de confirmar l'assistència, a la cap d'estudis del centre, i posteriorment ella ens farà un correu amb els noms i correus electrònics dels participants.

### 5.2. Disseny i planificació de les activitats.

Es proposen un total de dues activitats per a complir els objectius del programa. Les dues activitats estan pensades perquè les realitzi la infermera escolar que acudeix al centre.

Per a la primera activitat el format d'elecció és a través d'una plataforma online, en el nostre cas, el Zoom, principalment perquè puguin participar el major nombre de docents sense necessitat d'habilitar un espai amb les mesures de protecció de la COVID, pugui ésser més còmode d'assistir pensant en les circumstàncies dels docents i tenint en compte que ja és una eina molt emprada arrel de la pandèmia i consegüentment ja dominen. La primera activitat s'adaptarà als horaris que la direcció proposi i durant l'explicació es farà ús d'un suport visual (Power Point) que posteriorment s'enviarà en format PDF a tot el professorat via correu electrònic (Annex 4).

La durada d'aquesta serà d'una hora dividida en: 30 minuts d'explicació, 20 minuts per a respondre preguntes i resoldre dubtes i 10 minuts per a respondre l'enquesta de satisfacció fent arribar un enllaç a través de la plataforma online Zoom (Annex 5). En la segona part, en funció del nombre de participants confirmats, es proposa separar als docents en dues sales perquè puguin participar el major nombre possible exposant les seves inquietuds, dubtes i que puguin compartir les seves experiències personals si així ho desitgen. Per tant, per aquesta activitat seria adient que estiguessin presents dues infermeres. Per avaluar els objectius del programa, passats 6 mesos de la realització de l'activitat, s'enviarà una altra enquesta avaluativa (Annex 6). Per finalitzar el programa, al cap d'un any, es farà arribar via correu electrònic, una última enquesta d'avaluació (Annex 6).

La segona activitat es realitzarà a la sala d'actes de l'institut dins l'horari proposat per direcció per tal de facilitar l'assistència del professorat. Està dissenyada per tenir un màxim de 20 participants. És per això que, perquè pugui participar tot el claustre de professors es realitzarà tres vegades.

La primera part, que serà de caràcter teòric, tindrà una durada de 20 minuts. Es realitzarà una breu introducció del que és la gestió emocional, quins són els seus beneficis i de quina manera pot ajudar a la conciliació dins les aules. Serà necessari el suport d'una presentació visual (Power Point). La segona part que també tindrà una durada de 20 minuts, serà una dinàmica on els professors puguin posar en pràctica la informació proporcionada anteriorment. Per últim, s'obsequiarà a l'escola amb una capsula d'autoregulació emocional; la qual conté objectes i joguines de diferents textures i tamanys, que poden utilitzar els alumnes per reduir el nivell d'angoixa i ansietat.

Un cop finalitzada l'activitat es repartirà una enquesta de satisfacció impresa (Annex 5) i destinarem 10 minuts per tal que el professorat la respongui. Sis mesos després, s'enviarà una altra enquesta d'avaluació (Annex 6) i per últim, un any després de la realització de l'activitat s'enviarà una última enquesta d'avaluació (Annex 6)

### 5.3 Taula d'activitats

<b>Activitat 1: "Parlem-ne"</b>	
<b>Objectiu principal</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Que el professorat conegui quins són els principals signes de malestar emocional i quins són els canvis conductuals associats a aquest.</li> <li>- Que els professors sàpiguen quins són els principals signes de: TCA, ansietat i depressió.</li> <li>- Que els docents siguin coneixedors dels avantatges de la detecció precoç en relació a als trastorns mentals.</li> </ul>
<b>Metodologia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Introducció: Presentació de les infermeres que duem a terme el programa. Es farà una breu explicació de la situació actual respecte a l'augment de les malalties mentals i el perquè s'està duent a terme aquesta activitat. S'exposarà què és la detecció precoç i quins són els seus avantatges (10 minuts).</li> <li>- Breu explicació de les malalties mentals més prevalents (TCA, ansietat i depressió) amb els signes més destacats d'aquestes, què és el malestar</li> </ul>

	<p>emocional i, finalment, com detectar canvis de conducta en l'alumnat (20 minuts).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expressar sensacions sobre la xerrada, experiències personals, diferents qüestions que vulguin preguntar, etc. (20 minuts).</li> <li>- Realització de l'enquesta de satisfacció (10 minuts)(Annex 5).</li> </ul>
<b>Assistents (mostra)</b>	Docents de l'IES Vilanova del Vallès.
<b>Continguts a tractar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposar les estadístiques que corroboren l'augment de les malalties mentals més prevalents en adolescents a Catalunya i Vilanova del Vallès</li> <li>- Breu explicació de cada un dels trastorns mentals: Trastorn de la conducta alimentària, ansietat, depressió i malestar emocional i els canvis conductuals associats a aquests.</li> <li>- Que és el malestar emocional i com detectar canvis de conducta en els alumnes.</li> <li>- Avantatges de la detecció precoç.</li> </ul>
<b>Lloc</b>	Plataforma online: Zoom.
<b>Data i hora</b>	16 de maig del 2022 a les 9:30 hores.
<b>Recursos necessaris</b>	<p><u>Recursos materials:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ordinador.</li> <li>- Suport Visual de la sessió (Power Point/PDF).</li> <li>- Plataforma online (Zoom).</li> </ul> <p><u>Recursos humans</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Infermera escolar.</li> </ul>
<b>Registres / Avaluació</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enquesta de satisfacció a posterior de l'activitat (Annex 5).</li> <li>- Enquesta d'avaluació passats sis mesos de l'execució de l'activitat. (Annex 6).</li> <li>- Enquesta d'avaluació passat un any de l'execució de l'activitat (Annex 6).</li> </ul>

	- Registre d'avaluació de la sessió, de la infermera (Annex 7).
--	---

<b>Activitat 2 : “Taller de gestió emocional a l’aula”</b>	
<b>Objectiu principal</b>	Que el professorat implanti la gestió emocional dins l’aula.
<b>Metodologia</b>	Aquest taller consta de dues parts: una part teòrica (20 minuts) on es dotarà al professorat d’informació sobre la gestió emocional i una part pràctica (20 minuts) on els hi ensenyarem a gestionar el malestar a les aules i els obsequiarem amb una capsa de regulació emocional per disminuir el grau d’ansietat o angoixa, de manera ràpida i efectiva.
<b>Assistents (mostra)</b>	20 participants.
<b>Contingut a tractar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coneixements de gestió emocional.</li> <li>- Utilització de la capsa de gestió emocional (habilitats).</li> </ul>
<b>Lloc</b>	Sala d’actes de l’INS de Vilanova del Vallès
<b>Data i hora</b>	Concretada amb el centre.
<b>Recursos necessaris</b>	<p><u>Recursos materials:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Projector.</li> <li>- Pantalla.</li> <li>- Ordinador.</li> <li>- Caixa de regulació emocional (incorporació de materials d’activació sensorial).</li> <li>- Sala d’actes del centre.</li> <li>- Impressions de l’enquesta de satisfacció de l’activitat.</li> </ul> <p><u>Recursos humans</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Infermera escolar</li> </ul>
<b>Registres / Avaluació</b>	Un cop es finalitzi el taller, es faran arribar per correu electrònic dues enquestes per poder avaluar l’activitat i si s’han assolit els objectius de la sessió:

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Enquesta de satisfacció a posterior de l'activitat en format paper. (Annex 5)</li><li>- Enquesta d'avaluació passats sis mesos de l'execució del programa, via correu electrònic (Annex 6).</li><li>- Enquesta d'avaluació després d'un any de la realització de l'activitat (Annex 6)</li><li>- Registre de valoració de la sessió, de la infermera (Annex 7).</li></ul>
--	---

#### 5.4. Execució

La difusió del programa es va iniciar l'abril del 2022 en una entrevista concertada amb la direcció del centre on es va explicar el programa i els seus objectius. El dia 25 es va enviar per correu la informació a tot el professorat i es va penjar la infografia de l'activitat 1 a la sala de professors.

L'activitat "Parlem-ne", realitzada el dilluns 16 de maig de 2022, ha estat dirigida per les dues alumnes que executen aquest programa degut a que, com ja s'ha esmentat amb anterioritat, la infermera del PSiE no es reincorporarà fins al setembre del 2022.

El dia abans de la realització d'aquesta activitat es va fer arribar l'enllaç de connexió on line a la sessió via correu electrònic a la Cap d'Estudis del centre i ella el va enviar a la resta de professorat.

Els temps de duració va ser el previst, excepte en la divisió en subgrups, que es va allargar 10 minuts més del que s'havia planificat. En tot moment els participants es van mostrar participatius, interessats i respectant els torns de paraula tant amb les ponents com amb els seus companys. El format Zoom va funcionar de manera correcta, només un parell de professors tenien una connexió a internet deficitària; tot i així, van poder fer el seguiment de l'activitat amb normalitat. Al finalitzar l'activitat, es van proporcionar els 10 minuts per respondre l'enquesta de satisfacció i es va fer arribar el suport visual power point via correu electrònic, en format PDF, a tot el professorat per a que el puguin consultar. Aquells docents que no van poder assistir a l'activitat, a través de la Cap d'Estudis, també se'ls-hi va fer arribar el document.

## 6. MODEL D'APRENTATGE

Aquest programa de salut es basa en el Model de Creences de Salut (MCS o Health Belief Model). Aquest, va sorgir cap a l'any 1950 aproximadament elaborat per un grup de psicòlegs del departament de Salut Pública nord-americà, basant-se en les teories de Kurt Lewin. El MCS es centra principalment en la prevenció. Els components bàsics del model, segons les hipòtesis teòriques dels diferents psicòlegs, deriven en que la conducta d'un individu resideix en dues idees, que en l'àmbit de salut, es tradueixen en: el desig d'evitar una malaltia i la creença que el canvi de conducta saludable previndrà l'aparició d'aquesta(26).

Aquest model té en compte 3 creences: susceptibilitat percebuda, severitat percebuda i beneficis i barreres percebudes; les quals, relacionades entre si, ajuden a l'adopció d'una conducta beneficiosa per la salut de l'individu.

El primer factor que definim serà la susceptibilitat percebuda que es defineix com: la percepció de vulnerabilitat que tenen els individus a partir d'un problema i, per tant, la percepció subjectiva del risc a patir-lo. En el cas de la població a qui va dirigit el programa de salut que es defineix en aquest treball, un 94,4% del professorat del centre detecta una augment notori de la pèrdua de salut mental en els adolescents de l'IES Vilanova del Vallès en els últims dos anys.

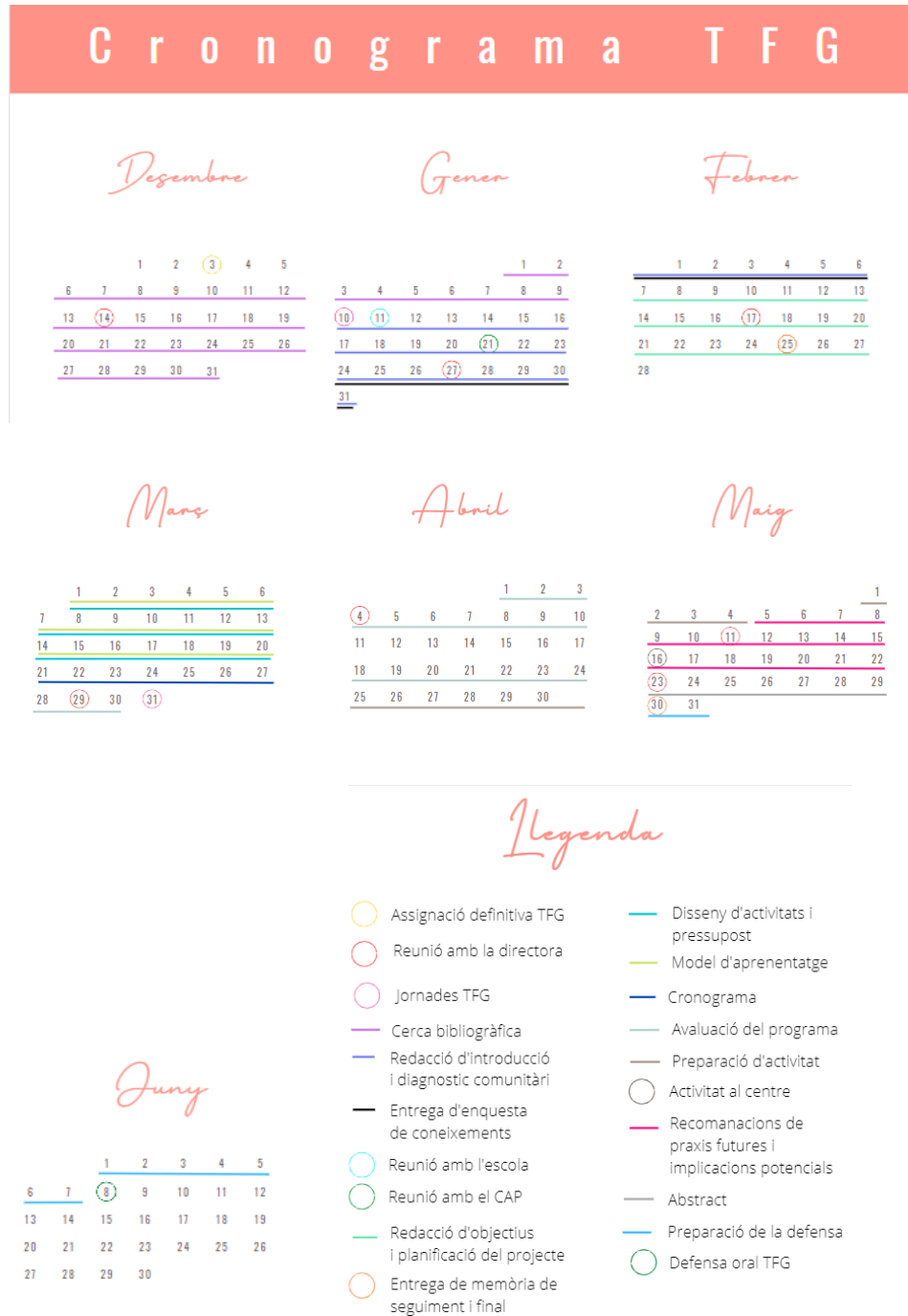
El segon factor és la severitat percebuda: la percepció sobre la gravetat alhora de patir el problema. Un 94,4% del professorat detecta que la salut mental dels adolescents en general, ha disminuït qualitativa i significativament en els últims dos anys.

El tercer factor serien els beneficis i barreres percebudes, és a dir, la percepció de que el canvi de conducta serà beneficiós amb un cost personal baix i la consideració dels diferents aspectes negatius que es puguin oposar a dur a terme aquest canvi de conducta. A curt termini, és possible que els docents tardin en aplicar els coneixements a l'aula o que simplement no succeeixin situacions en les que els hagin d'aplicar. El nostre objectiu doncs, és que siguin conscients dels beneficis que suposa adquirir el coneixement que els hi estem proporcionant. En aquesta mateixa línia, podem veure que un 94,4% del professorat creu important rebre algun tipus d'informació sobre la detecció precoç sobre les malalties de salut mental més prevalents; i per tant, que tenen una disposició per aprendre.



## 7. CRONOGRAMES

### 7.1 Cronograma del treball final de grau



## 7.2 Cronograma del programa



La difusió dels resultats és dura a terme al desembre del curs 2022/2023, ja que, es dona un temps de sis mesos per fer la primera enquesta d'avaluació i un any després de l'activitat (d'any escolar) per tal de complir l'objectiu principal del programa.

## 8. PRESSUPOST DEL PROGRAMA

El pressupost va dirigit a obtenir els recursos necessaris per la realització eficaç del programa de salut, algun dels recursos necessaris els cedeix l'institut, com per exemple: les taules, les cadires, l'ordinador, el projector, la pantalla i l'aula on es realitzaran les activitats.

<b>RECURSOS MATERIALS</b>	<b>UNITATS</b>	<b>PREU</b>
Ordinador	1	Primera activitat: aportació del CAP Segona activitat: aportació de l'IES
Projector	1	Aportació de l'IES
Pantalla	1	Aportació de l'IES
Subscripció mensual Zoom	1	Aportació del CAP
Infografies Din A3	2	19,98€ (copisteria Vilanova del Vallès)
Impressions de l'enquesta	54 còpies	Aportació del CAP
Caixa de plàstic	1	5,75€
Joguines antiestrés	Paquet de 24 joguines	13,99€
<b>RECURSOS HUMANS</b>	<b>UNITATS/ HORES</b>	<b>PREU</b>
Infermeres	1 infermera/ 4 hores	La Infermera escolar durà a terme aquestes activitats dins del PSiE.
<b>RECURSOS ESTRUCTURALS</b>	<b>UNITATS</b>	<b>PREU</b>
Sala d'actes (activitat 2)	1	Aportació de l'IES
<b>TOTAL</b>		<b>39,72€</b>

## 9. AVALUACIÓ DEL PROGRAMA

### 9.1 Impacte del programa

L'avaluació de l'impacte del programa es realitzarà mitjançant quatre enquestes que es duran a terme 6 mesos després de la realització de les activitats i al finalitzar el curs escolar.

Per avaluar l'eficàcia del programa els docents hauran de respondre correctament un total de 6 preguntes de les 9 que contenen les enquestes (Annex 6). D'aquesta manera s'assolirà l'objectiu general del programa; i per tant que augmenti, mínim en un 40% la detecció precoç de malestar emocional i trastorns mentals en els adolescents de l'INS Vilanova del Vallès.

Per avaluar l'efectivitat, s'haurà de determinar que el mateix programa aplicat a altres mostres sigui eficaç.

Per últim, per valorar si el programa és eficient s'haurà de tenir en compte que els costos d'aquest siguin menors als beneficis que proporciona.

### 9.2 Procés:

En relació al procés del programa s'avaluaran els següents aspectes mitjançant les enquestes de satisfacció (Annex 5) que els participants realitzaran un cop finalitzada cadascuna de les activitats:

- Adequació de la durada de la sessió.
- Contingut de l'activitat.
- Número de participants.
- Format de l'activitat.
- Avaluació del professional ponent.
- Funcionament de la plataforma online (activitat 1).

El professional que realitza l'activitat, farà un registre de valoració avaluant:

- Participació dels docents.
- Difusió i captació de la mostra.
- Nº participants.
- Funcionament de la plataforma online (activitat 1).

### 9.3 Estructura del programa:

A l'activitat "Parlem-ne" s'avaluarà:

- Recurs humà adequat.
- Plataforma online escollida.
- Idoneïtat del material emprat per captar la mostra: infografia i correu electrònic.
- Material i recursos: adequació del suport visual (Power Point).
- Horari escollit.

A l'activitat "taller de gestió emocional" s'avalua:

- Recurs humà adequat.
- Instal·lació i espai escollit.
- Idoneïtat del material emprat per captar la mostra: infografia i correu electrònic.
- Materials i recursos: adequació del suport visual (Power Point), adequació del material aportat (capsa de regulació emocional).
- Horari escollit.

### 9.4 Avaluació de la part desenvolupada del programa fins l'entrega del TFG:

#### 9.4.1 Impacte

Degut a que l'avaluació de l'impacte del programa i dels seus resultats en relació amb els objectius de l'activitat "Parlem-ne" es durà a terme entre sis mesos i un any després de la seva realització, no es pot determinar el seu impacte.

#### 9.4.2 Procés

S'ha realitzat una avaluació parcial del procés, en relació a la primera activitat a través de l'enquesta de satisfacció, resposta pels 20 participants, mostren que: la majoria dels participants consideren que la durada, el número de participants, el contingut i els ponents de l'activitat és adient. Per altra banda, el 25% del total dels docents obten per que el format de l'activitat fos de forma presencial (Annex 8).

#### 9.4.3 Estructura

Les respostes extretes de l'enquesta de satisfacció (Annex 8), reflexen que: el recurs humà, la plataforma, el suport visual utilitzat i l'horari són adequats a la tipologia d'activitat. En canvi, un 20% del total, hagués preferit que la via informativa utilitzada hagués sigut una altra.

## 10. RECOMANACIONS DE PRAXIS FUTURES

El que es pretén després de la realització d'aquest programa, és que els docents utilitzin els coneixements i recursos proporcionats en les activitats per identificar aquells alumnes susceptibles a patir un trastorn mental; proporcionar-els-hi una atenció ràpida i adequada i reduir el seu malestar emocional per prevenir l'aparició d'un trastorn mental. D'altra banda, també es pretén que els docents siguin capaços d'identificar símptomes de trastorn mental precoçment de manera que l'adolescent pugui ser atès per tal d'instaurar un tractament adequat i efectiu, així com evitar-ne la progressió.

Tenint en compte la finalitat d'aquest programa, es podria valorar la seva realització en altres centres educatius per abordar la problemàtica de forma més àmplia.

Una de les recomanacions que es proposa és contemplar que el programa es dirigís i s'adeqüés no només als docents sinó també als adolescents. D'aquesta manera, s'empodera als alumnes per tal que siguin capaços de gestionar la seva salut mental, detectar-se canvis en ella i en la dels seus iguals.

En la mateixa línia, una altra proposta de millora que es podria tenir en compte de cara a praxis futures és la incorporació d'activitats dirigides a les famílies dels alumnes del centre. Per tal, d'educar-los en salut i afavorir a la detecció precoç dels canvis de conducta.

Després de l'avaluació de l'activitat 1 "Parlem-ne", es recomana realitzar-la reduint el nombre d'assistents; amb màxim de 10 docents. Així, disposaran de més temps per expressar i compartir els seus sentiments, les seves experiències relacionades amb els alumnes i el seu malestar emocional i/o trastorns mentals.

## 11. IMPLICACIONS POTENCIALS A LA PRÀCTICA PROFESSIONAL I INNOVACIÓ

Realitzar una prevenció primària i secundària de qualitat afavoreix a no contraure malalties, retardar-ne la seva aparició, minimitzar l'impacte negatiu derivat d'aquesta i sobretot obtenir una població adulta amb una salut en bones condicions. Els professionals d'infermeria, són una peça clau en la promoció de la salut i en la transmissió d'aquests coneixements a la resta de la població. És per això, que la introducció de programes educatius contribueix en: la visibilització de la infermera escolar als centres, que sigui contemplada com un recurs humà dins l'àmbit sanitari i posar de manifest la importància del seu paper en la prevenció i promoció de la salut.

Com a proposta innovadora seria plantejable que, dins les aules, la infermera escolar liderés tutories centrades en el malestar emocional i els trastorns mentals i la gestió d'aquest; generar un espai perquè els adolescents puguin expressar-se, resoldre dubtes i inquietuds i establir un vincle més estret amb la infermera. En aquesta línia, es podria establir un mecanisme de contacte directe entre l'adolescent i la infermera d'atenció primària referent del programa de salut i escola, a través de la meva salut o d'altres plataformes virtuals.

Desplegar la funció investigadora de la infermera, analitzant els resultats obtinguts en l'aplicació del programa (en diferents centres, incloent l'alumnat, etc.), pot donar un valor afegit a les pràctiques basades en l'evidència per a la professió infermera.

## BIBLIOGRAFIA

- (1) Organización mundial de la salud. *Salut mental: fortalecer nuestra respuesta* [Internet]. Who.int; 30 de març del 2018 [citat el 27 de desembre del 2021]. Disponible a: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- (2) Morer, A. Varela, E. Méndez, I. ¿Qué es la Enfermedad o Trastorno Mental? [Internet]. Clinicbarcelona.org; 7 d'octubre del 2019 [citat 27 de desembre del 2021]. Disponible a: <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/cuida-tu-salud/salud-mental-en-la-infancia-y-la-adolescencia/enfermedad-o-trastorno-mental>
- (3) Morer, A. Varela, E. Méndez, I. ¿Qué es el Bienestar Emocional? [Internet]. Clinicbarcelona.org; 7 d'octubre del 2019 [citat el 27 de desembre del 2021]. Disponible a: <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/salud-mental-en-la-infancia-y-la-adolescencia/bienestar-emocional>
- (4) Mitjà Costa, J. Serrano Troncoso, E. *Señales de alarma en la detección de los trastornos mentales en la infancia y adolescencia* [Internet]. Som360.org; 7 de gener del 2021 [Citat el 25 de febrer de 2022] Disponible a: <https://www.som360.org/es/blog/senales-alarma-deteccion-trastornos-mentales-infancia-adolescencia>
- (5) Pla de salut 2016-2020 [Internet]. Direcció General de Planificació en Salut. Salutweb.gencat.cat.; juny de 2016 [citat el 20 gener del 2022]. Disponible a: [https://salutweb.gencat.cat/ca/el\\_departament/Pla\\_salut/pla-de-salut-2016-2020/](https://salutweb.gencat.cat/ca/el_departament/Pla_salut/pla-de-salut-2016-2020/)
- (6) Schiaffino, A. Medina, A. L'estat de salut, els comportaments relacionats amb la salut i l'ús de serveis de Catalunya, 2020 [Internet]. Direcció General de Planificació en Salut: salutweb.gencat.cat; gener del 2022 [citat el 20 de gener del 2022]. Disponible a: [https://salutweb.gencat.cat/ca/el\\_departament/estadistiques\\_sanitaries/enquestes/esca/resultats\\_enquesta\\_salut\\_catalunya/](https://salutweb.gencat.cat/ca/el_departament/estadistiques_sanitaries/enquestes/esca/resultats_enquesta_salut_catalunya/)
- (7) Pla de salut de Catalunya 2021-2025 [Internet]. Direcció General de Planificació en Salut; desembre del 2021 [citat el 20 gener del 2022]. Disponible a: [https://salutweb.gencat.cat/ca/el\\_departament/Pla\\_salut/pla-de-salut-2021-2025/](https://salutweb.gencat.cat/ca/el_departament/Pla_salut/pla-de-salut-2021-2025/)
- (8) Pla de prevenció del suïcidi de Catalunya 2021-2025 [Internet]. Barcelona: Direcció General de Planificació en Salut; juliol del 2021 [citat el 20 gener del 2022]. Disponible a:



[https://salutweb.gencat.cat/ca/ambits\\_actuacio/linies\\_dactuacio/estrategies\\_salut/salut\\_mental\\_i\\_addiccions/pla\\_director/pla-de-prevencio-del-suicidi-de-catalunya-2021-2025-plapresc/](https://salutweb.gencat.cat/ca/ambits_actuacio/linies_dactuacio/estrategies_salut/salut_mental_i_addiccions/pla_director/pla-de-prevencio-del-suicidi-de-catalunya-2021-2025-plapresc/)

(9) López, C. Treasure, J. Trastornos de la conducta alimentària en adolescentes: descripción y manejo [Internet]. Chile: Revista médica Clínica Las Condes; 3 de desembre del 2010 [citad el 30 de gener del 2022] Disponible a: [https://doi.org/10.1016/s0716-8640\(11\)70396-0](https://doi.org/10.1016/s0716-8640(11)70396-0)

(10) Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-V [Internet]. Arlington: Associació Americana de Psiquiatria; 2013 [citad el 30 de gener del 2022]. Disponible a: <https://ebg.ec/wp-content/uploads/2021/01/DSM-5-Trastornos-de-ansiedad.pdf>

(11) Garcia, A. La depresión en adolescentes [Internet]. Universitat Complutense de Madrid: Revista de estudios de juventud; març del 2009 [citad el 30 de gener del 2022]. Disponible a: <http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ84-07.pdf>

(12) Detección precoz en el ámbito educativo (prevención secundaria) [Internet]. Castilla la Mancha: Sanidad Castilla-la Mancha. [citad 1 de febrer del 2022]. Disponible a: [https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/trastornos-alimentarios/profesionales-del-ambito-educativo/deteccion-precoz#:~:text=Enlaces%20de%20inter%3%A9s-,Detecci%3%B3n%20precoz%20en%20el%20%C3%A1mbito%20educativo%20\(preveni%3%B3n%20secundaria\),misma%20y%20sus%20posibles%20complicaciones](https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/trastornos-alimentarios/profesionales-del-ambito-educativo/deteccion-precoz#:~:text=Enlaces%20de%20inter%3%A9s-,Detecci%3%B3n%20precoz%20en%20el%20%C3%A1mbito%20educativo%20(preveni%3%B3n%20secundaria),misma%20y%20sus%20posibles%20complicaciones)

(13) Coromines, P. Prats, R. Coll, M. Programa Salut i Escola [Internet] Barcelona: Departament de salut i Generalitat de Catalunya; 2008 [citad el 3 de febrer del 2022]. Disponible a: [https://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio\\_salut/infancia-i-adolescencia/03salut-i-escola/guia-implementacio-salutescola.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio_salut/infancia-i-adolescencia/03salut-i-escola/guia-implementacio-salutescola.pdf)

(14) Arias, M. de L. Arias, E. Arias, J. Ortiz, M. M. Garza, M. G. del C. Perfil y competencias del docente universitario recomendados por la UNESCO y la OCDE [Internet] Mèxic; juny del 2018 [citad el 5 de febrer del 2022]. Disponible a: <https://www.eumed.net/rev/atlanter/2018/06/competencias-docente-universitario.html/>

(15) Barcelar, L. de S. Carbonero, M. Á. Formación inicial docente y competencias emocionales: análisis del contenido disciplinar en universidades brasileñas [Internet] Brasil: Educação e Pesquisa; 2019 [citad el 10 de febrer del 2022]. Disponible a: <https://doi.org/10.1590/s1678-4634201945186508>

(16) Casañas, L. El papel del enfermero en la detección precoz de la enfermedad de Alzheimer [Internet] Lanzarote Universidad de la Laguna: riull.ull.es; 2019 [citad el 13 febrer del 2022]. Disponible a:

<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/15100/El%20papel%20del%20enfermero%20en%20a%20deteccion%20precoz%20de%20la%20Enfermedad%20del%20Alzheimer..pdf?sequence=1>

(17) Martínez, A. Identificación precoz por enfermería del trastorno espectro autista [Internet]. València: Dialnet; 2017 [citad el 15 de febrer del 2022]. Disponible a: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6126405>

(18) Diputació de Barcelona. Indicadors Municipals d'Habitatge de la demarcació de Barcelona [Internet]. Barcelona: media.diba.cat; 2021 [citad el 17 de febrer del 2022]. Disponible a: <https://media.diba.cat/diba/indicadors-habitatge/plots/plots/08902.pdf>

(19) Vilanova del Vallès - Renta por municipios: datos y estadísticas de la Agencia tributaria [Internet]. Espanya: EpData.es; 24 de febrer del 2022 [citad el 25 de febrer del 2022]. Disponible a: <https://www.epdata.es/datos/renta-municipios-datos-estadisticas-agencia-tributaria/201/vilanova-valles/7871>

(20) Diputació de Barcelona. Informació estadística local [Internet]. Barcelona: diba.cat; 2021 [citad el 25 de febrer del 2022]. Disponible a: [https://www.diba.cat/hg2/informes/sintesi\\_municipal\\_1.asp?mun\\_ambit=08902](https://www.diba.cat/hg2/informes/sintesi_municipal_1.asp?mun_ambit=08902)

(21) Ajuntament de Vilanova del Vallès. Pressupost General 2021 [Internet]. Vilanova del Vallès: Seu-e.cat; 2021 [citad el 25 de febrer del 2022]. Disponible a: [https://www.seu-e.cat/documents/1110898/2996653/Pressupost\\_2021.pdf/641120a0-c9ad-48b0-9b7a-50021891f86d](https://www.seu-e.cat/documents/1110898/2996653/Pressupost_2021.pdf/641120a0-c9ad-48b0-9b7a-50021891f86d)

(22) Evolución histórica de precios y tendencia del mercado [Internet]. Vilanova del Vallès: Trovimap.com; d'abril del 2022 [citad el 25 de febrer del 2022]. Disponible a: <https://www.trovimap.com/precio-vivienda/barcelona/vilanova-del-valles>

(23) Ajuntament de Vilanova del Vallès. Informació del municipi - història [Internet]. Vilanova del Vallès: vilanovadelvalles.cat; 14 de gener del 2019 [citad el 25 de febrer del 2022]. Disponible a: <https://www.vilanovadelvalles.cat/el-municipi/informacio-del-municipi/historia/>

(24) Centre psicològic i logopèdic de Barcelona [Internet]. Barcelona: grup-cercles.es [citad el 25 de febrer del 2022]. Disponible a: <http://www.grup-cercles.es/que-es-grup-cercles>

(25) Ajuntament de Vilanova del Vallès. Spai Jove [Internet]. Vilanova del Vallès: vilanovadelvalles.cat; 21 d'abril del 2021 [citad el 25 de febrer del 2022]. Disponible a: <https://www.vilanovadelvalles.cat/el-municipi/guia-del-municipi/equipaments/spai-jove.html>

(26) Moreno, E. Gil, J. El Modelo de Creencias de Salud: Revisión Teórica, Consideración Crítica y Propuesta Alternativa. I: Hacia un Análisis Funcional de las Creencias en Salud [Internet]. Universitat

d'Almentia: Revista Internacional de Psicología y Terapia Psicológica; 2003 [citada el 4 de març del 2022]. Disponible a: <https://www.redalyc.org/pdf/560/56030105.pdf>

## ANNEXES

**Annex 1:** Enquesta de coneixements amb les respostes dels docents.

És una enquesta d'elaboració pròpia que consta de 3 preguntes de resposta dicotòmica (si/no), dues preguntes obertes i una pregunta d'elecció múltiple, dirigida als docents de l'institut de Vilanova del Vallès. La van respondre un total de 20 docents.

## Enquesta de coneixements

L'objectiu d'aquest TFG és que el professorat identifiqui de manera precoç els signes de malestar emocional dels alumnes a l'aula, que conegui quins són els trastorns mentals prevalents en l'etapa de l'adolescència i els canvis conductuals propis d'aquests.

Aquesta primera enquesta va dirigida a tots els docents de l'INS, la qual es realitza amb l'objectiu de: conèixer quina és la situació actual dels alumnes del centre respecte als trastorns mentals.

Creus que la salut mental dels adolescents ha empitjorat significativament els últims dos anys?

- Sí
- No

Com a docent, creus que tens alguna limitació a l'hora de gestionar el malestar dels alumnes a l'aula?

- Sí
- No

En el cas de que la resposta anterior sigui afirmativa, quina limitació consideres que tens per gestionar el malestar emocional a l'aula?

La vostra resposta

---

Quins creus que són els trastorns mentals més incidents en l'adolescents?

- Trastorn limit de la personalitat (TLP)
- Trastorn de l'espectre autista (TEA)
- Trastorn del deficit d'atenció i hiperactivitat (TDAH)
- Trastorn de la conducta alimentària (TCA)
- Depressió
- Trastorn bipolar
- Esquizofrenia
- Ansietat

Creus que seria necessari rebre algun tipus d'informació/formació sobre la detecció precoç de les malalties de salut mental i del malestar emocional com a docent?

- Sí
- No

Quina informació/formació t'agradaria rebre com a docent que et pogués ajudar en relació a la salut mental dels adolescents?

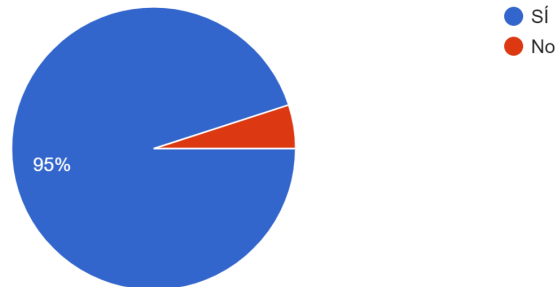
La vostra resposta

---

**Respostes:**

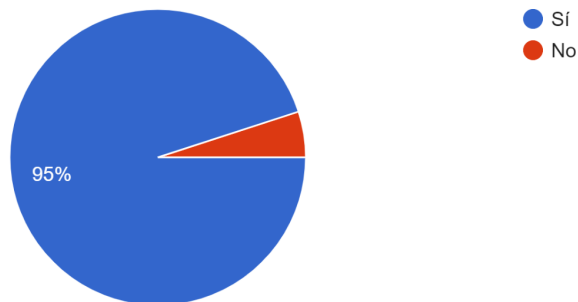
Com a docent, creus que tens alguna limitació a l'hora de gestionar el malestar dels alumnes a l'aula?

20 respostes



Creus que la salut mental dels adolescents ha empitjorat significativament els últims dos anys?

20 respostes



En el cas de que la resposata anterior sigui afirmativa, quina limitació consideres que tens per gestionar el malestar emocional a l'aula?

20 respostes

Falta de formació al respecte i eines per acompanyar-ho

Saber com atendre alumnat afectat

Ansietat.

Atès que en la majoria de les ocasions el desencadenant no prové directament de l'entorn escolar, la dificultat i la manca de recursos públics per poder treballar aquestes conductes.

La manca de formació pròpia per ajudar-los i la manca de professionals del ram a l'institut.

La forma en com podem reaccionar, primer de forma immediata i després per tal de millorar la situació de l'alumne.

La manca de recursos oferts per part de l'administració. Tot i que podem acompanyar emocionalment l'alumnat (i de fet ho fem), els professionals de l'ensenyament no som professionals de la salut mental. En aquest sentit, tenim les nostres lògiques limitacions, que es fan més evidents quant més greu és la situació del malalt/a. En els casos més preocupants resulta dramàtic veure com no s'ofereixen solucions reals a alumnat i famílies o bé que aquestes són del tot insuficients (assistència al CSMIJ, etc). Penso que tot el que sigui no reforçar aquests serveis i descarregar la responsabilitat de la salut mental dels estudiants en el seu professorat és conculcar els drets d'aquests joves.

Separació dels pares

No disposar ni de coneixements ni de recursos per afrontar la problemàtica.

No tenir ni els recursos ni les eines per poder actuar de manera acertada.

Com ajudar a l'alumne

La preocupació pels alumnes. Algunes vegades, depenén de la situació de l'alumne, no saps com actuar o, si amb l'actuació que fas empitjorars la situació.

Que es facin mal de manera severa o irreversible i que no els puguem ajudar

Veure el patiment de l'alumne que el bloqueja per la resta d'activitats de la seva vida o el condiciona.

Falta de recursos / orientadors/es de centre que ens puguin donar suport.

Ansietat i trastorns alimentaris

Separació dels pares, problemes personals i familiars

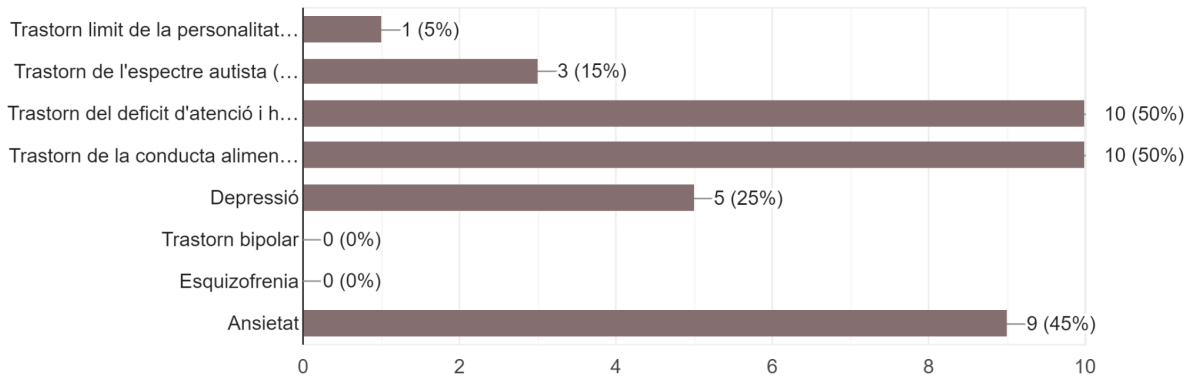
Falta de formació

Falta de recursos i orientació

Falta de formació i gestió de la situació

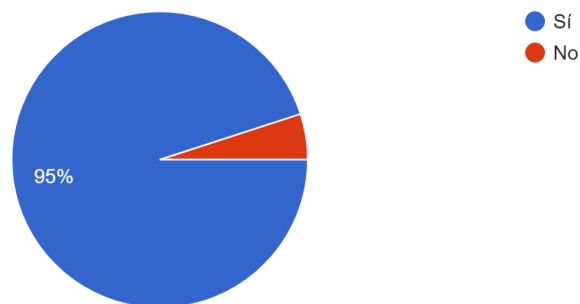
Quins creus que són els trastorns mentals més incidents durant l'etapa de l'adolescència?

20 respostes



Creus que seria necessari rebre algun tipus d'informació/formació sobre la detecció precoç de les malalties de salut mental i del malestar emocional com a docent?

20 respostes



Quina informació/formació t'agradaria rebre com a docent que et pogués ajudar en relació a la salut mental dels adolescents?

20 respostes

Eines per la detecció i per poder donar-los suport i acompanyar-los.

Formació psicopedagògica

Cursos, recomanacions de lectura...

Més que formació del professorat, que també, seria fonamental establir vincles directes entre els agents que poden treballar (Institut, Serveis Socials, Departament de Salut...), sense haver de recórrer a procediments burocràtics que donen resposta a mesos vista i amb cites mensuals o fins i tot trimestrals.

Indicadors per fer detecció.



Malgrat que sempre se'n pot saber més, els docents tenim coneixements bàsics al respecte. De fet, al nostre centre hem rebut formació d'algunes malalties específiques com els TCA. En aquest sentit, crec que això és justament el que correspon: tenir unes nocions bàsiques per detectar que alguna cosa no va bé i posar en alerta les famílies. Més enllà d'això, no tindria sentit ja que no ens correspon com a professionals. Crec que la passa següent seria que les famílies facin una visita mèdica i rebin un autèntic diagnòstic. Amb aquesta informació a la mà, ens podrien transmetre les pautes necessàries i individualitzades per facilitar la recuperació del malalt/a en allò que pertoca a la seva vida al centre i els seus estudis.

En definitiva, crec que tenim la informació general necessària.

Estratègies per afrontar-ho a l'aula

Com abordar-ho en tutoria i quins recursos existeixen

Primer de tot pautes per poder detectar aquest tipus de situacions i en segon lloc pautes per poder actuar si s'escau.

detecció de símptomes patològics i conseqüències dins l'aula.

Sobretot recursos de com actuar en diferents situacions. Està molt bé la teoria, però el que ens és molt útil és saber què fer davant d'un alumne amb alguna malaltia mental o sabe com detectar els primers signes d'alarma.

Qualsevol formació que afavoreixi tenir un coneixement de les tendències en salut mental, la seva detecció precoç i el seu abordatge.

Saber detectar i acompanyar per poder complementar a través de l'ensenyament la feina dels professionals de la salut mental.

Estaria bé poder rebre estratègies per manejar la situació en casos extrems com l'ansietat, intents de suïcidi, angoixa abans dels trimestrals o per problemàtiques alienes a l'institut, però que esclaten a l'institut. Potser estaria bé ser coneixedor d'estratègies de relaxació per amortir els atacs d'ansietat o situacions extremes. Finalment, com abordar aquests temes a l'aula de cara a normalitzar-ho i desfer-nos de l'estigma també estaria bé.

Xerrades de professionals de la salut mental (detecció i tracte als malalts)

Accions per fer segons cada problemàtica

Quins recursos podem donar com a docents

Signes d'alerta de malalties mentals

Rebre formació per gestionar la situacions com a docents.

Gestió emocional

**Annex 2:** Entrevistes a la Cap d'Estudis, al Coordinador Pedagògic de l'IES i a l'adjunta d'infermeria del CAP.

Aquestes dues entrevistes es van elaborar després d'haver-nos citat presencialment el dia 11 de gener i via correu electrònic d'aquell mateix dia amb la cap d'estudis i el coordinador pedagògic per poder completar el diagnòstic comunitari i saber quina era la situació actual respecte a la salut mental dels seus alumnes. Aquesta va tenir una durada de dues hores.

### Entrevista a la Cap d'Estudis i al Coordinador Pedagògic

1. Quants professors formen l'equip docent del centre?

Resposta:

- 52

2. Quants alumnes hi ha al centre?

Resposta:

- 481

3. Quin és el nombre d'alumnes amb trastorns mentals diagnosticats i/o amb necessitats especials?

Resposta:

*-1r ESO: 4 alumnes amb informes o dictàmens i 4 d'ells están al grup PIM.*

- *Dislèxia.*
- *TDAH.*
- *Trastorn d'ansietat.*
- *Trastorn del llenguatge.*
- *Alteració de conducta.*
- *TEA.*

*· 2n ESO: Només tenen reforç a l'aula.*

- *Dislèxia.*
- *DIL.*
- *TDAH.*
- *Disortografia.*
- *Disgrafia.*
- *Hiperactivitat.*
- *Trastorn d'ansietat.*
- *Trastorn del llenguatge.*
- *Alteració de conducta.*
- *TEA.*

· 3r ESO: 4 informes, 5 dictàmens i 13 de tercer d'ESO estan al grup Hèrcules.

- *Dislèxia.*
- *DIL.*
- *TDAH.*
- *TEA.*
- *TND (trastorn greu de conducta).*
- *Retard del llenguatge.*
- *Trastorn emocional.*
- *Discalculia.*
- *Trastorn obsessiu compulsiu.*

· 4t ESO: 2 informes i 2 dictàmens i 6 alumnes estan al grup Hèrcules.

- *Dislèxia.*
- *DIL.*
- *TDAH.*
- *Trastorn específic de l'aprenentatge.*
- *TEA.*
- *TEL (trastorn lleu del llenguatge).*

4. Disposeu d'algun protocol d'actuació quan es detecten trastorns conductuals en els alumnes?

Resposta:

*Reunions amb l'EAP (periodicitat i qui hi va):*

- *Ens reunim amb l'EAP cada 14 dies.*
- *Un cop per setmana les orientadores i l'equip directiu es reuneixen.*
- *Un cop per trimestre (mínim) fem Comissió Social: reunió EAP, orientadores, equip directiu, pediatra del poble, serveis socials, altres agents de l'ajuntament).*

5. De quins programes disposeu quan es tracta d'alumnes amb necessitats especials?

Resposta:

- *Tant el PIM com l'Hèrcules són recursos del centre per ajudar l'alumnat amb certes necessitats. No es tracta d'atendre l'alumnat conductual sinó l'alumnat que té un cert dèficit. La prioritat és l'alumnat amb dictamen però pot haver algun alumne que no el tingui. D'altra banda, indicar també que no tots els alumnes que tenen dictamen hi són allà perquè podem trobar alumnes amb TDAH que sí que van bé dins el grup ordinari (grup classe). D'altra banda, com us vaig comentar, l'Hèrcules de 4t té la particularitat que fan un horari especial: a les 12.35h marxen del centre (excepte els dilluns) perquè fan pràctiques a d'altres entitats (menjador escolar, taller de mecànica, aquí al centre, casal de dia...); d'aquesta manera comencen a tenir un primer contacte amb diferents empreses i poden enfocar-se més al que són els cicles de grau mig o PFI segons el cas. En ser un grup reduït, es pot oferir un ensenyament més personalitzat i amb uns continguts adaptats.*

6. Quins recursos com: xerrades, tallers, activitats s'han proposat aquest any que tinguin relació amb el benestar emocional?

Resposta:

- 1r ESO: "El meu cos de entén de gèneres" i "imatge i autoestima".
- 2n ESO: "Els armaris ... pels abrics", "prou assetjaments" i "drogues".
- 3r ESO: "Tu decideixes" (sexualitat), "trastorns alimentaris" i "identitat digital".
- 4rt ESO: orientació a les tutories.

7. Disposeu d'algun protocol d'actuació quan es detecta una conducta susceptible de trastorn mental en un adolescent?

Resposta:

- *Tret del TEA i TDAH no disposem de protocols d'actuació en referència a trastorns mentals.*

8. Creieu que la salut mental dels vostres alumnes ha disminuït en els últims dos anys?

Resposta:

- *Sí, molt.*

9. Creieu necessari rebre informació i educació en relació a la detecció precoç sobre malestar emocional i trastorns mentals?

- *Sí.*

### Entrevista a l'adjunta d'infermeria del CAP

Es va contactar, via correu electrònic, el 21 de març de 2022 amb l'adjunta d'infermeria per poder elaborar el diagnòstic comunitari en referència a la salut mental de la població d'entre 11 a 18 anys de Vilanova del Vallès.

1. Quants diagnòstics actius en relació a trastorns mentals hi ha de la població menor de 18 anys de Vilanova del Vallès i quins trastorns mentals són?

Resposta:

- *La població assignada ha sigut de 11 a 15 anys, a partir dels 16 anys passen a adults i l'exportació de les dades és molt més costosa.*
- *Diagnòstics actius: 4 de depressió lleu, 5 de depressió, 35 d'ansietat, 30 de TDAH, 10 de TEA i 2 casos d'anorèxia nerviosa.*
- *Fa poc vam tenir un grup (socialment unit) majors de 15 anys amb TCA, però al a ver fet els 15 ja van passar a adults i no estan presents en la exportació de dades que us hem fet arribar.*
- *Tenim 2 usuaris de fins a 15 anys els quals han tingut intents autolítics.*

2. Quina és la proporció d'adolescents menors de 18 anys que hagin mort a causa d'un trastorn mental?

Resposta:

- *No hi han dades d'èxitus per suïcidi ni de morbiditat general en salut mental.*

Han augmentat els diagnòstics de trastorns mentals des de 2018 fins 2022, en quina proporció?

Resposta:

- *L'exportació de totes aquestes dades és molt costosa.*

3. Existeix algun programa de salut en relació amb la salut mental dels adolescents que el CAP de Vilanova del Vallès estigui duent a terme? En cas afirmatiu, en què es basa?

Resposta:

- *Des de el CAP no. Es fan cribratges generals en les revisions de pediatria , hi ha el programa de Salut i Escola a l'IES , hi ha les reunions trimestrals de Escoles de Vilanova amb salut mental i el CAP per parlar de detecció i seguiment de problemes. Hi ha les consultories amb Salut Mental setmanals per posar casos en comú.*

4. Un cop s'ha elaborat un diagnòstic de trastorn mental on es fa la derivació?

Resposta:

- *Es fa una interconsulta des de CAP a Serveis Mentals i ells citen (aquestes consultories són setmanals ). El nostre servei de referència en Salut Mental és el CSMIJ de Granollers.*

5. Quantes derivacions a centres de salut mental s'han fet aquest any?

Resposta:

- *He estat revisant si podem explotar dades de derivació del CSMIJ des de Vilanova i no tenim manera de fer-ho.*
- *Quan necessitem anàlisi poc habituals o de magnitud de dades hem de fer un tràmit de gestió a Sistemes d'informació que evidentment has de notificar el motiu de la demanda i ells et diuen si aquesta explotació de dades demanades és factible o no.*

6. Quina és la proporció de treballadors sanitaris al CAP de Vilanova del Vallès?

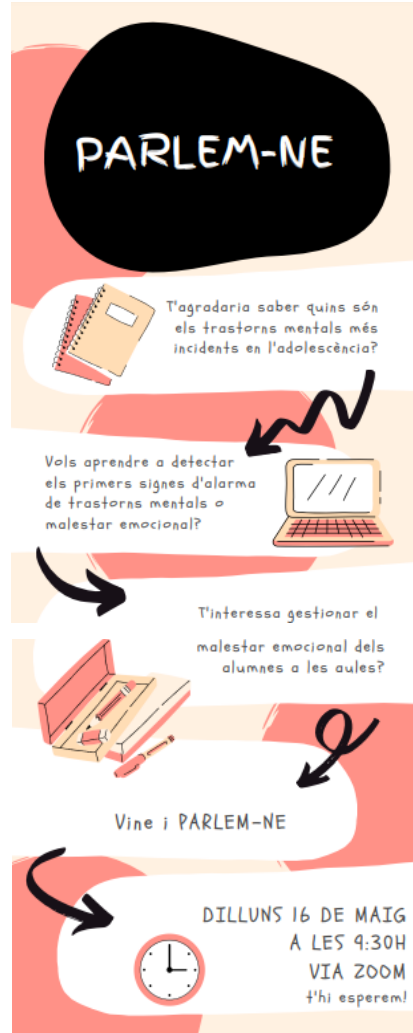
Programa de salut dirigit als docents per detectar de manera precoç signes de trastorns mentals i malestar emocional en els adolescents de Vilanova del Vallès.

Resposta:

- *Infermeres: 4, 3 d'adults i una de pediatria*
- *Metges: 4, 3 d'adults i una pediatria*
- *Psicòlegs: cap*
- *Treballadors socials: Tenim treballadora social un cop per setmana. L'ajuntament del poble té també el seu serveis de Serveis Socials que no depenen del Departament de Salut*

### Annex 3: Infografia

Aquesta infografia es va penjar a la sala de professors de l'IES, amb la voluntat de captar l'atenció dels docents per a participar en l'activitat i com a recordatori d'aquesta.



#### Annex 4: Suport visual en format Power Point de l'activitat "Parlem-ne"

A l'activitat "Parlem-ne" es va utilitzar aquest model de suport visual, per tal de facilitar al professorat a seguir el fil de la part teòrica.



# PARLEM-NE

Júlia Inglada  
Ariadna Trigo  
4t Infermeria - TFC

## Index

1. Actualitat
2. La detecció precoç
3. Trastorns mentals més prevalents
  - a. TCA
  - b. Ansietat
  - c. Depressió
4. Malestar emocional
5. Posada en comú
6. Enquesta de satisfacció
7. Bibliografia

## 1. Actualitat

### CATALUNYA

L'Enquesta de Salut de Catalunya (ESCA) i els Plans de Salut de la Generalitat, mostren una tendència creixent de l'empitjorament de la salut mental de la població adolescent. S'han multiplicat els problemes de salut mental entre els més joves, amb un augment dels casos diagnosticats(1,2,3).



Any	2015	2017	2018	2019	2020
Casos diagnosticats	~10	~15	~20	~25	~30

### VILANOVA DEL VALLES

En el CAP de Vilanova del Valles s'han registrat 84 adolescents menors de 16 anys: 9 de depressió/depressió lleu, 35 d'ansietat, 30 de TDAH i 10 de TEA.



## 2. Detecció precoç

### Definició:

La detecció precoç és un cribatge que es realitza per observar a persones i determinar si aquestes podem o no desenvolupar una malaltia o un trastorn.

### Avantatges:

- Diagnosticar de manera precoç i efectiva.
- Beneficiar-se, el abans possible, de seguiment mèdic.
- Evitar la progressió de la malaltia, eliminar/ minimitzar l'impacte d'una malaltia i la discapacitat.
- Millora la qualitat de vida de la persona afectada.

**TecnoCampus**

Escola Superior de Ciències de la Salut

## 3. Trastorns mentals

### 3.1 Trastorn de la conducta alimentària (TCA)

1. Canvis en l'estat d'ànim
2. Canvis de conducta
3. Aprimament inexplicable
4. Danys físics(4)



**TecnoCampus**

Escola Superior de Ciències de la Salut

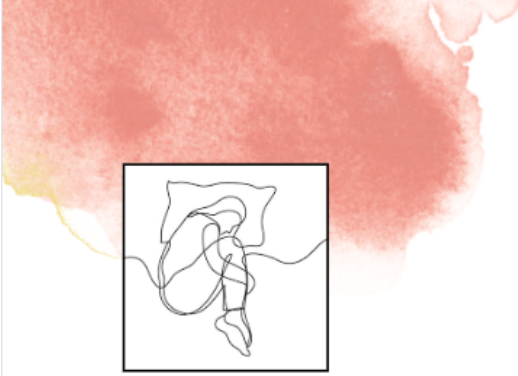
### 3.2 Ansietat

1. Canvis en l'estat d'ànim
2. Preocupacions excessives
3. Danys físics
4. Dificultat per concentrar-se
5. Abús de substàncies i de les noves tecnologies(5)



**TecnoCampus**

Escola Superior de Ciències de la Salut



### 3.3 Depressió

1. **Canvis en l'estat d'ànim**
2. **Preocupacions excessives**
3. **Dificultat per concentrar-se**
4. **Danys físics**
5. **Abús de substàncies i de les noves tecnologies(6)**

TecnoCampus  
Escola Superior de Ciències de la Salut  
UPF Universitat Pompeu Fabra



## 4. Malestar emocional

Està estretament relacionat amb el desenvolupament de trastorns mentals és el malestar emocional, que es defineix com: una experiència subjectiva de patiment emocional. Aquest no es considera un trastorn mental com a tal, ja que, no compleix els suficients criteris diagnòstic, però sí que pot suposar un risc per desenvolupar-ne(7).

TecnoCampus  
Escola Superior de Ciències de la Salut  
UPF Universitat Pompeu Fabra



## 5. Posem en comú

TecnoCampus  
Escola Superior de Ciències de la Salut  
UPF Universitat Pompeu Fabra



## Annex 5: Enquesta de satisfacció

Per avaluar el procés i l'estructura del programa s'ha elaborat una enquesta de satisfacció per les dues activitats, la qual es respondrà al finalitzar-les. Aquesta compta amb un total de 9 preguntes, 8 de les quals són de resposta dicotòmica (si/no) i una de resposta oberta.

# Enquesta de satisfacció

Un cop finalitzada l'activitat, ens agradaria que responguéssiu aquesta enquesta per valorar el grau de satisfacció en vers l'activitat i oferir millores de cara a pràxis futures.

Creus que la informació proporcionada durant la xerrada et pot ser d'utilitat en situacions futures?

- Sí
- No

---

L'horari escollit per realitzar l'activitat t'ha semblat el més idoni?

- Sí
- No

---

La durada de l'activitat t'ha semblat adient?

- Sí
- No

Creus que el format de l'activitat ha sigut l'adequat?

- Sí
- No

---

Creus via electrònia és la més adequada per mantenir-te informat sobre  
l'activitat?

- Sí
- No

---

La infografia rebuda ha captat el teu interès per participar en l'activitat?

- Sí
- No

El suport visual, així com el seu contingut t'ha semblat clarificador?

- Sí
- No

---

El ponent que ha sabut transmetre la informació adequada, així com aclarir  
dubtes i respondre preguntes?

- Sí
- No

---

Què milloraries/modificaries de l'activitat que s'ha realitzat?

La vostra resposta

---

**Annex 6:** Enquesta d'avaluació de les activitats, als 6 mesos i al finalitzar l'any escolar.

L'enquesta d'avaluació es realitzarà sis mesos després de les activitats i es divideix en dues parts, la primera: amb seguit de preguntes per observar si han detectat nous casos de trastorns mentals i/o malestar emocional en els alumnes i la segona part, la qual consta d'una sèrie de casos clínics per avaluar si s'han adquirits els coneixements derivat de les activitats, i per tant si s'han assolit els objectius del programa.

## Enquesta d'avaluació

Aquesta enquesta avaluarà els coneixements i les aptituds adquirides durant la realització de les activitats.

Què és el malestar emocional?

- Una experiència subjectiva de patiment emocional que conté criteris diagnòstics i que pot suposar un risc per desenvolupar un trastorn mental
- Por o preocupació excessiva per una situació que pot o no ocórrer, incapacitant la relaxació de l'individu
- Una alteració sostinguda en el temps de caràcter emocional, cognitiva o conductual, en la qual queden afectats processos psicològics bàsics
- Una experiència subjectiva de patiment emocional que careix de criteri diagnòstic però que pot suposar un risc per desenvolupar un trastorn mental
- Estat anímic caracteritzat per una tristesa, pèrdua d'interès o plaer, mantingut en el temps, per realitzar les diferents activitats de la vida diària

---

Has utilitzat algun dels recursos proporcionats durant les activitats per abordar la gestió emocional? En cas afirmatiu, explica quins.

La vostra resposta

---

Quins són els trastorns mentals més incidents en l'adolescència?

- Trastorn de la conducta alimentària (TCA)
- Trastorn de l'espectre autista (TEA)
- Trastorn del dèficit d'atenció i hiperactivitat(TDAH)
- Depressió
- Ansietat
- Trastorn límit de la personalitat (TLP)
- Esquizofrènia
- Trastorn bipolar

---

Quins són el avantatges que et proporciona la detecció precoç?

La vostra resposta

---

Has pogut identificar algun signe d'alarma conductual en algun alumne? En cas afirmatiu podries redactar quin?

La vostra resposta

---

---

Alumne de 16 anys. Es mostra absent i trist durant algunes classes. Es pot observar una baixada sobtada de notes degut a la falta de concentració. En ocasions es mostra làbil emocionalment. Es recolza molt en el seu cercle social.

- Trastorn de la conducta alimentària (TCA)
- Depressió
- Ansietat
- Malestar emocional



Alumne de 12 anys que es mostra inquiet durant les classes i necessita sortir de manera reiterada de l'aula. A l'hora de fer-lo participar davant dels seus companys es mostra nerviós i angoixat, presenta respiracions ràpides, sudoració i tremolor de mans.

- Trastorn de la conducta alimentària (TCA)
- Depressió
- Ansietat
- Malestar emocional

Alumne de 14 anys. S'observa un canvi en la manera de vestir, sempre utilitza xandall i dessuadora ample per anar a l'escola. Les companyes avisen al professorat de que llença l'entrepà cada dia a l'hora del pati. El professorat que imparteix les classes, després de dinar, noten que es mou molt i que li és difícil mantenir-se assegut/da. Amb quin trastorn ho relacionaries?

- Trastorn de la conducta alimentària (TCA)
- Depressió
- Ansietat
- Malestar emocional

Alumne de 18 anys, s'observa una baixada de notes de manera progressiva durant els últims sis mesos. Mostra una conducta apàtica i desinteressada. Les faltes d'assistència són freqüents i quan assisteix es mostra poc participatiu.

- Trastorn de la conducta alimentària
- Depressió
- Ansietat
- Malestar emocional



Les respostes correctes són:

- **Pregunta 1:** una experiència subjectiva de patiment emocional que careix de criteri diagnòstic però que pot suposar un risc per desenvolupar un trastorn mental.
- **Pregunta 2:** qualsevol activitat que suposi la introducció de gestió emocional i/o la capsa.
- **Pregunta 3:** TCA, depressió i ansietat
- **Pregunta 4;** ha de contenir un mínim de 4 conceptes dels esmentats: agilitzar la derivació eficient per tal d'obtenir un diagnòstic inicial, reduir el nombre de casos aguts, evitar el desenvolupament total de la malaltia, adequar els tractaments, reduir els possibles problemes potencials i l'activació dels dispositius adequats.
- **Pregunta 5:** qualsevol resposta afirmativa que concordi en els canvis de conducta exposats en l'activitat 1.
- **Pregunta 6:** malestar emocional.
- **Pregunta 7:** ansietat.
- **Pregunta 8:** TCA.
- **Pregunta 9:** depressió.

**Annex 7:** Registre d'avaluació de les sessions per part de la infermera.

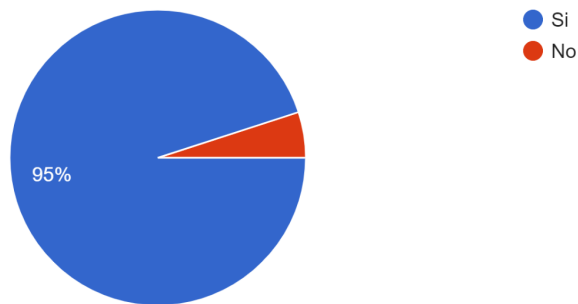
Aquest és un model de registre de les sessions que omplirà la realitzadora de l'activitat, per tal, d'avaluar-la. El resultat d'aquest registre serveix per complimentar l'avaluació del procés. Es valorarà de l'1 al 5; essent 1: insuficient, 2: suficient, 3: correcte, 4: adequat 5: excellent.

<b>Aspectes a valorar:</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1. Participació dels docents					
2. Difusió i captació de la mostra					
3. Número de participants					
4. Material i recursos utilitzats					

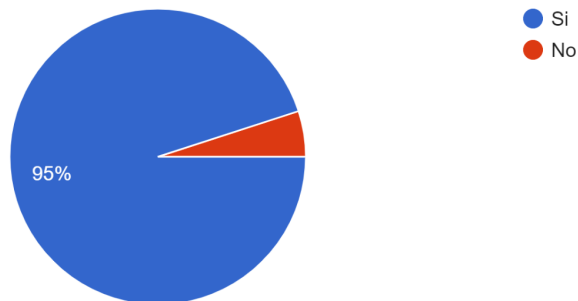
**Annex 8:** Respostes de l'enquesta de satisfacció i elaboració del registre d'avaluació de l'activitat 1.

Un cop finalitzada l'activitat "Parlem-ne", els docents van respondre l'enquesta de satisfacció per avaluar el procés i l'estructura del programa, en relació a la primera activitat. Per altra banda, les dues estudiants que han realitzar l'activitat, van dur a terme el registre d'avaluació.

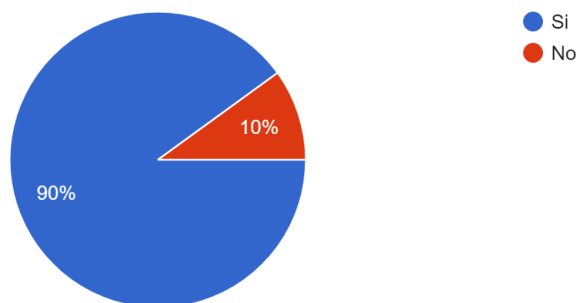
Creus que la informació proporcionada durant la xerrada et pot ser d'utilitat en situacions futures?  
20 respostes



L'horari escollit per realitzar l'activitat t'ha semblat el més idoni?  
20 respostes

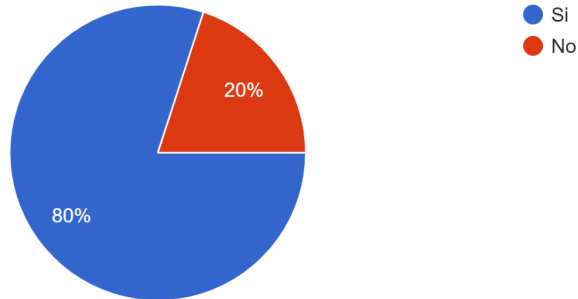


La durada de l'activitat t'ha semblat adient?  
20 respostes



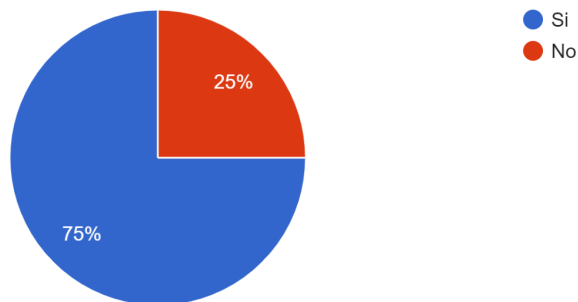
Creus que el format de l'activitat ha sigut l'adequat?

20 respostes



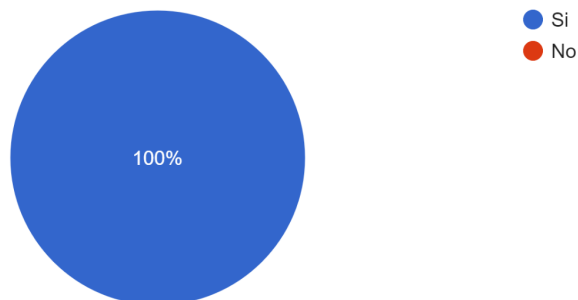
Creus via electrònica és la més adequada per mantenir-te informat sobre l'activitat?

20 respostes



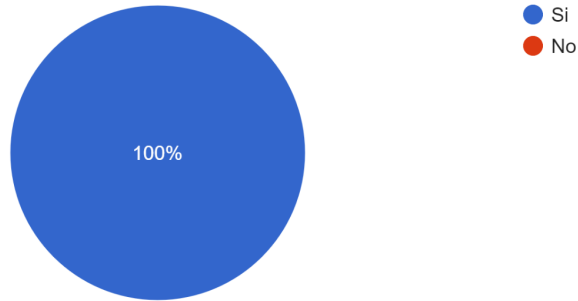
La infografia rebuda ha captat el teu interès per participar en l'activitat?

20 respostes



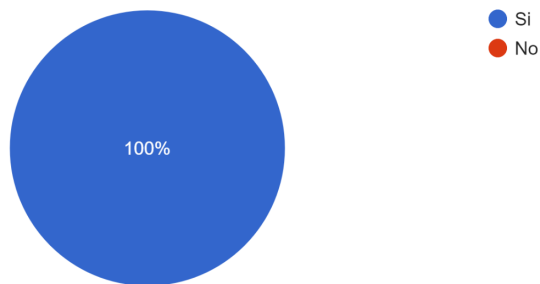
El suport visual, així com el seu contingut t'ha semblat clarificador?

20 respostes



El ponent que ha sabut transmetre la informació adequada, així com aclarir dubtes i respondre preguntes?

20 respostes



Què milloraries de l'activitat que s'ha realitzat?

20 respostes

- No milloraria res
- No hi ha res a millorar
- No modificaria res
- Fer més activitats relacionades
- L'horari no s'adapta a tots els docents
- M'hagués agradat profunditzar més en els trastorns mentals
- Vull rebre més informació sobre el TCA
- Dedicar més temps a compartir les nostres vivències
- No he percebut res a millorar

M'hagués agradat rebre més informació sobre els trastorns mentals

Activitats presencials

M'hagués agradat tenir més temps per que els diferents docents haguessim pogut expressar la nostra perspectiva sobre la situació actual i també per donar a conèixer les nostres experiències amb els alumnes.

No he detectat res que clagués millorar

És una proposta molt innovadora i no milloraria res

M'ha semblat correcte i educatiu, no milloraria res

No he trobat cap aspecte a millorar

Res a millorar, des del meu punt de vista

No m'ha semblat trobar res a millorar

Registre d'avaluació:

<b>Aspectes a valorar:</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1. Participació dels docents					X
2. Difusió i captació de la mostra				X	
3. Número de participants		X			
4. Material i recursos utilitzats				X	