

## Referent de benestar emocional i salut comunitària

Recentment s'han incorporat els referents de benestar emocional i salut comunitària (RBEC) als centres d'atenció primària. La Judit i el Rubén, psicòloga i psicòleg, són els RBEC de l'EAP Dreta Eixample.



Judit Escarré Grifell  
Psicòloga



Rubén López Jiménez  
Psicòleg

Referent de Benestar Emocional i Salut Comunitària

CAP Roger de Flor  
EAP Dreta de l'Eixample  
@caprogerflor

### Per què s'ha creat aquest nou rol dins del CAP?

La pandèmia ha suposat un gran repte per a la societat i per al sistema sanitari català. Entre les problemàtiques existents destaca un increment de l'afectació del benestar emocional i salut mental en totes les franges d'edat. En aquest sentit, és important posar el focus en les persones que han patit més les conseqüències de la Covid-19 com la població infantil, els adolescents, la gent gran i les persones que han patit solitud no desitjada o violència domèstica.

L'atenció primària és el servei de salut més proper a la comunitat, amb una alta demanda relacionada amb

problemes de malestar emocional, com ara estats anímics apàtics, sentiments de soledat, angoixa o tristesa, reaccions adaptatives i darrerament s'ha objectivat un creixent consum de psicofàrmacs.

Per abordar aquesta problemàtica emocional també és necessari acompanyar a les persones des del treball en xarxa. La funció principal de la RBEC és detectar les necessitats de la població així com factors de risc psicosocial i promoure el benestar emocional de la comunitat, treballant en xarxa amb els diferents agents i actius de la comunitat.



### Exactament, què fa aquesta nova figura al CAP?

1. Realitza grups psicoeducatius, activitats i tallers relacionats amb la salut emocional als diferents col·lectius: infants i joves, adults, famílies, gent gran i persones en situació de vulnerabilitat. Per exemple: fem una xerrada en el taller d'obesitat del CAP parlant de l'angoixa i el fet de picar a deshores.
2. Prescriu serveis comunitaris (prescripció social) per millorar el benestar emocional en funció de la necessitat específica que es manifesta. Per exemple: els pacients poden sortir de la consulta del CAP amb la recepta d'una activitat comunitària per atendre

el seu malestar emocional, com fer una ruta de salut o fer exercici acompanyat de veïns del barri.

3. Es coordina amb els serveis i recursos del barri-districte per tal de fer treball en xarxa. Ens reunim amb les entitats del barri, com el casal de la gent gran, per prioritzar els temes a tractar en l'escola de salut per gent gran, segons la demanda i les necessitats detectades.
4. Es coordina amb els professionals de l'EAP per tal de detectar situacions de malestar i implementar accions. Entre d'altres, fem formació a l'equip del CAP

per atendre l'ansietat amb recursos alternatius als fàrmacs.

5. Participa en el programa salut-escola de les escoles del barri. Fem xerrades a les escoles sobre sexeafectivitat per evitar relacions tòxiques entre adolescents.

**Per participar en el nostre projecte de treball en xarxa ens podeu contactar per.**

Telèfon: 935 070 390

Email: [jescarre@eapdre-taeixample.cat](mailto:jescarre@eapdre-taeixample.cat), [rlopez@eapdre-taeixample.cat](mailto:rlopez@eapdre-taeixample.cat)