Gac Sanit. 2025;39(S2):68

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

207 - "ESPACIOS PARA RESPIRAR DONDE NOS CUIDAMOS COLECTIVAMENTE": EVALUACIÓN CUALITATIVA DE UNA INTERVENCIÓN COMUNITARIA PARA LA MEJORA DEL BIENESTAR EMOCIONAL Y SOCIAL EN BARCELONA

V. Puig Barrachina, M. Domènech Cantó, P.J. Escobar, T. Tolo, K. González Corona

Agència de Salut Pública de Barcelona; Institut de Recerca Sant Pau; Universitat Pompeu Fabra; Servei de Medicina Preventiva i Epidemiologia, Vall d'Hebron Hospital Universitari; Grup de Recerca de Epidemiologia i Salut Pública, Vall d'Hebron Institut de Recerca.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: “A la Marina ens cuidem” es un programa de salud comunitaria que incluye talleres grupales para mejorar la salud emocional y el soporte social de personas adultas que se encuentran en situaciones complejas relacionadas con el mercado laboral. El objetivo del estudio es conocer los cambios percibidos generados por el programa a nivel emocional, social, ocupacional y comunitario, atendiendo a los ejes de género y estatus migratorio.

Métodos: Estudio con metodología cualitativa de tipo explicativo-interpretativo con perspectiva fenomenológica. Se realizó un muestreo teórico. Las técnicas de recogida de datos fueron grupos focales, grupos triangulares y entrevistas individuales, con un total de 28 informantes entre diciembre de 2023 y febrero de 2024. Los datos se analizaron mediante un análisis de contenido temático.

Resultados: Las personas participantes experimentaron cambios importantes en su salud emocional y social, siendo un factor clave el rol de la coordinadora del programa, generando espacios seguros de soporte grupal. Las personas participantes reportaron aumentar su capacidad para expresar emociones, generar redes de soporte social y encontrar momentos de respiro y autocuidado. También se generó un sentimiento de pertenencia al barrio. No obstante, las condiciones de precariedad laboral de muchas

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

participantes, especialmente entre las personas migrantes, condicionaron su salud mental y su capacidad de poder participar plenamente en el programa. Otras barreras para el acceso fueron estados de salud mental relacionados con la depresión, limitaciones culturales y de género, y un escepticismo previo a participar debido a experiencias negativas previas con intervenciones terapéuticas. Las personas migrantes propusieron talleres para conocer sus derechos laborales y de mejora de habilidades para el mercado laboral complementando los talleres de mejora de la salud emocional.

Conclusiones/Recomendaciones: Las intervenciones comunitarias que incluyen talleres grupales combinando diversas actividades facilitan la creación de redes de soporte entre participantes, promoviendo una mejora de la salud social y emocional. Dadas las barreras estructurales como la precariedad laboral, las desigualdades de género y el racismo sistémico, es necesario que el diseño de estas intervenciones incorpore una mirada interseccional y esté acompañada de políticas dirigidas a los determinantes sociales de la salud.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados