

BENESTAR EMOCIONAL: DONEM VEU A LES PERSONES JOVES

Informe dels resultats de l'enquesta

10 d'octubre de 2023
Dia Mundial de la Salut Mental



Introducció

- / Objectius de l'enquesta
- / Marc conceptual
- / Metodologia

Resultats

- / Estat emocional autopercebut
- / Actuacions i serveis de benestar emocional

Conclusions



Introducció

- En els darrers anys s'han acumulat evidències que la **joventut està patint més problemes relacionats amb la salut mental** o emocional que la població amb més edat.
 - Enquesta d'hàbits de salut a alumnes de quart de l'ESO realitzada per la Diputació de Barcelona: **l'estat d'ànim dels joves de 15 i 16 anys ha empitjorat arran de la pandèmia.**
 - Observatori Català de la Joventut: **el benestar emocional d'aquest col·lectiu en els darrers anys s'ha agreujat** a conseqüència de la pandèmia i les restriccions que es van adoptar.
 - Consell Nacional de Joventut de Catalunya i la Federació de Salut Mental de Catalunya (2023) han presentat un informe que denuncien una **situació d'“emergència juvenil” en matèria de salut mental.**
- El **benestar emocional representa una part fonamental de la salut integral** (emocional, psicològica, física, social, econòmica i espiritual).
- **Donar veu a les persones joves** implica situar-les al centre de la salut comunitària i la vida ciutadana.



Introducció / Objectius de l'enquesta

- En aquest context, el Consell Comarcal del Vallès Occidental ha realitzat una enquesta amb tres objectius:
 1. **Aportar** coneixement sobre les **opinions** de la joventut.
 2. **Visibilitzar** les qüestions sobre salut mental en l'etapa de l'adolescència i joventut.
 3. **Establir prioritats** en les actuacions de benestar emocional de l'adolescència i la joventut.

Aquestes dades proporcionen **informació rellevant i actualitzada** per realitzar actuacions concretes sobre un tema tan rellevant i invisibilitzat com el benestar emocional de l'adolescència i la joventut.



Introducció / Marc conceptual

L'enquesta i l'informe resultant es basa en aquests models teòrics:

1. Model de salut comunitària.

- Participació de la comunitat en la identificació de les necessitats que té a nivell de salut, així com en la planificació i la prioritització de les accions.

2. Model de promoció de la salut.

- Les intervencions basades en aquest model planifiquen accions per treballar determinants conductuals/psicosocials i determinants d'entorn.

3. Model ecosocial

- Posa en el centre la necessitat de fer front als nombrosos determinants econòmics, socials i culturals, més enllà dels factors genètics i individuals, que configuren les maneres de consumir i d'emmalaltir.



Introducció / Metodologia

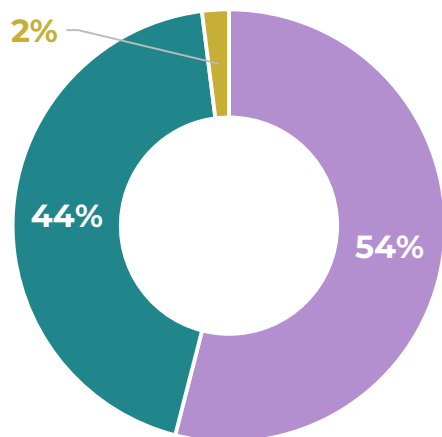
- **Àmbit geogràfic:** 10 dels 12 municipis de l'Àrea Bàsica dels Serveis Socials (Castellbisbal, Matadepera, Palau-Solità i Plegamans, Polinyà, Rellinars, Sant Llorenç Savall, Sentmenat, Ullastrell, Vacarisses i Viladecavalls).
- **Població objectiu:** adolescents d'entre 12 i 17 anys.
- **Nombre de respostes:** 913 respostes de la població objectiu. El total de respostes corresponen al 14,5% de la població adolescent d'aquests municipis de l'Àrea Bàsica.
- **Format de l'enquesta:** virtual.
- **Difusió:** personal tècnic de joventut i centres educatius.
- **Període:** des del dia 20 d'abril fins al 22 de juny del 2023.
- **Estructura:** L'enquesta es divideix en tres parts. La primera conté preguntes relacionades amb el perfil demogràfic de la joventut; la segona sobre l'estat emocional autopercebut i; la tercera sobre els serveis i actuacions de benestar emocional de l'àrea de Drets Socials del Consell Comarcal.



Introducció / Metodologia

Distribució de les respostes per gènere

■ Dona ■ Home ■ No binari



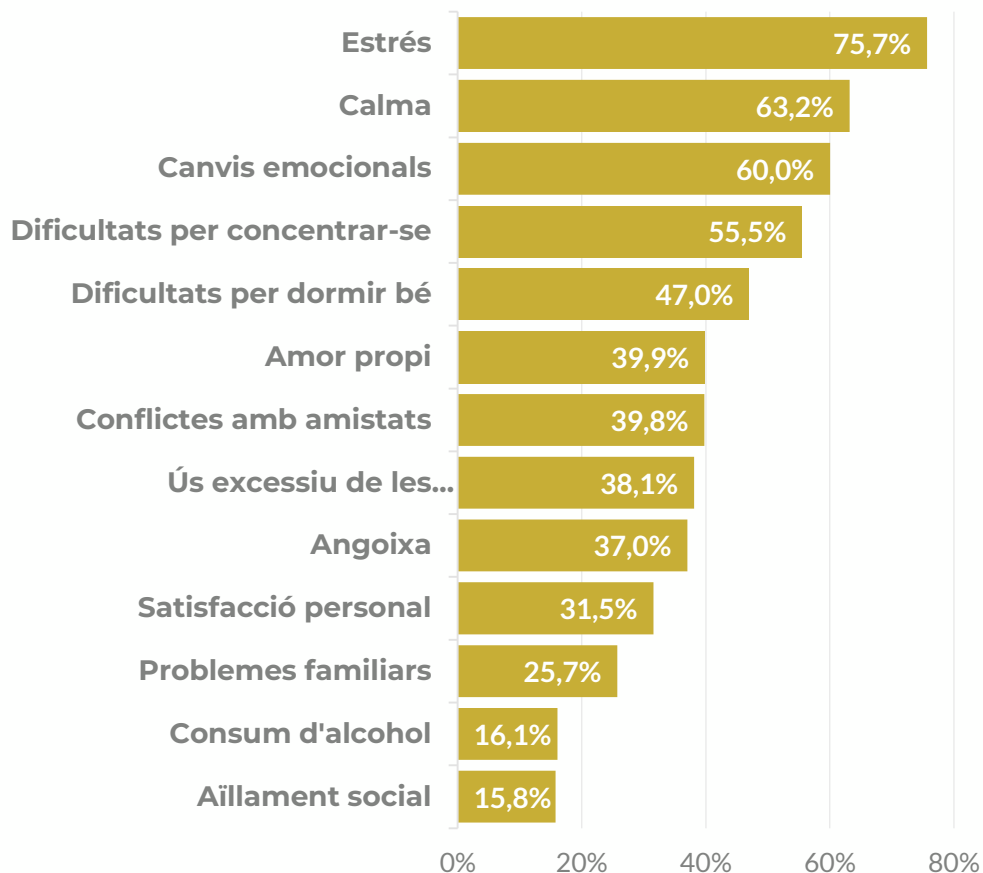
Distribució de les respostes per municipis de l'ABSS

| Municipis | Nombre respostes | % total respostes | Població 12-17 anys | % respostes pobl. 12-17 anys |
|--------------------------|------------------|-------------------|---------------------|------------------------------|
| Sentmenat | 191 | 20,9% | 691 | 27,6% |
| Palau-Solità i Plegamans | 299 | 32,7% | 1.152 | 26,0% |
| Matadepera | 207 | 22,7% | 900 | 23,0% |
| Polinyà | 136 | 14,9% | 759 | 17,9% |
| Sant Llorenç Savall | 15 | 1,6% | 161 | 9,3% |
| Rellinars | 4 | 0,4% | 50 | 8,0% |
| Vacarisses | 18 | 2,0% | 658 | 2,7% |
| Ullastrell | 5 | 0,5% | 212 | 2,4% |
| Castellbisbal | 25 | 2,7% | 1.139 | 2,2% |
| Viladecavalls | 13 | 1,4% | 595 | 2,2% |
| Total | 913 | 100,0% | 6.317 | 14,5% |



Resultats / Estat emocional autopercebut

Has experimentat alguna d'aquestes situacions en els últims sis mesos?



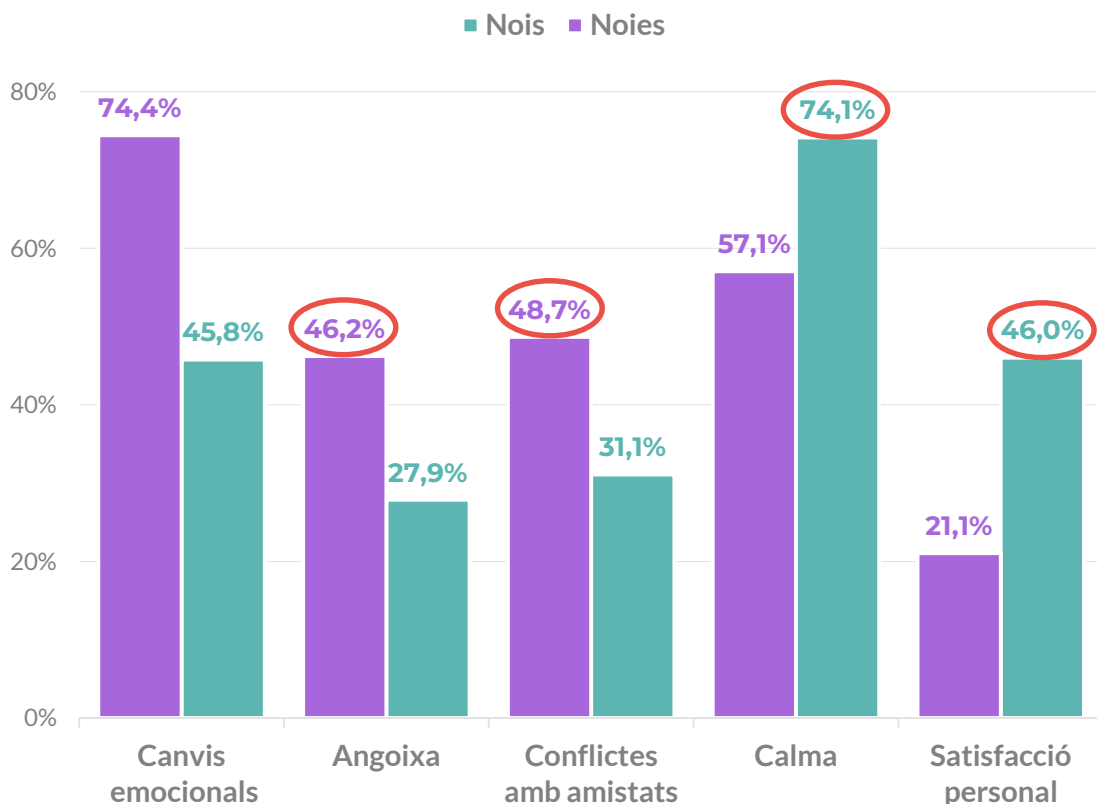
- Tres quartes parts dels i de les adolescents han experimentat **Estrès** (75,7%) durant els darrers sis mesos de la realització de l'enquesta, mentre que el 63,2% n'ha experimentat **Calma**.
- Aquestes dues emocions contradictòries es veuen reflectides en la tercera situació més freqüent, la dels **Canvis emocionals** (60%).
- És interessant des del punt de vista de les generacions actuals destacar com el 38,1% de les persones adolescents que han contestat diuen haver fet un **Ús excessiu de les tecnologies**.



Resultats / Estat emocional autopercebut

Has experimentat alguna d'aquestes situacions en els últims sis mesos?

Diferències entre gèneres

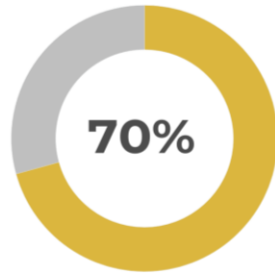


- Els resultats de les situacions experimentades segregats per **gènere ens presenten diferències** de percepció del benestar emocional.
- Les **noies** han dit haver experimentat estats afectius considerats com a **desagradables**, com els **Canvis emocionals** o l'**Angoixa** en major quantitat que els nois.
- Els estats afectius percebuts com a **agradables**, com la **Satisfacció personal**, són les que **destaquen en el gènere masculí**.

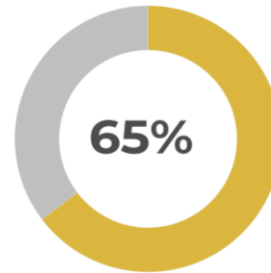


Resultats / Actuacions i serveis de benestar emocional

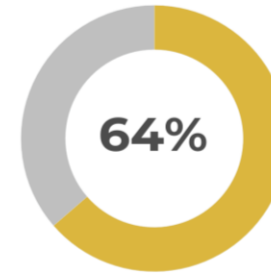
Quines d'aquestes actuacions de benestar emocional consideres més importants?



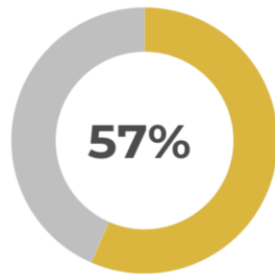
Activitats per la prevenció de les autolesions i el suïcidi juvenil



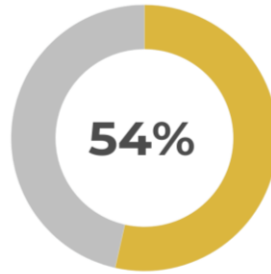
Activitats esportives (gratuïtes o amb un cost baix)



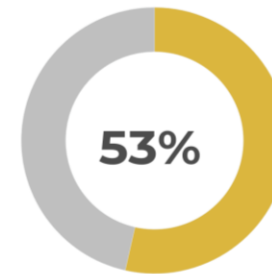
Campanya anti-estigma en salut mental



Ajuts econòmics per a teràpia psicològica per a persones amb menys recursos socioeconòmics



Tallers de gestió de les emocions, la frustració, la ràbia, la incertesa, l'estrés...



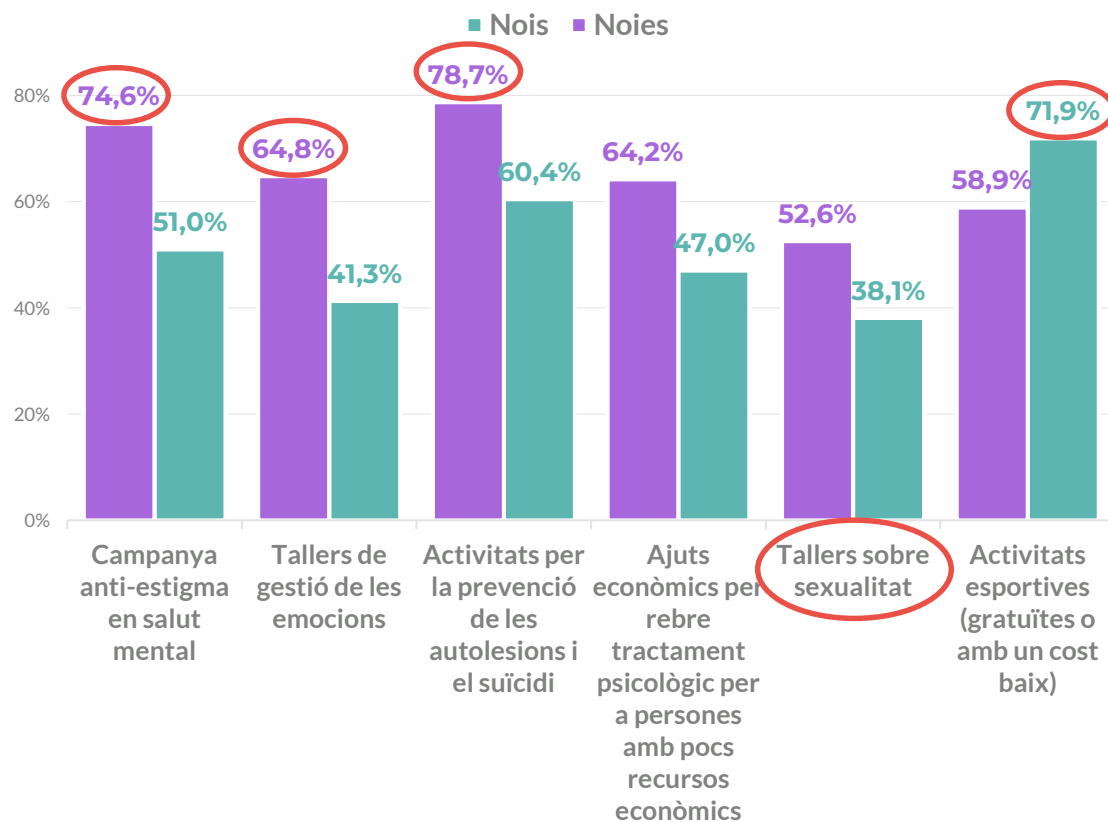
Formació al professorat i altres professionals que treballen amb joves



Resultats / Actuacions i serveis de benestar emocional

Quines d'aquestes actuacions de benestar emocional consideres més importants?

Diferències entre gèneres

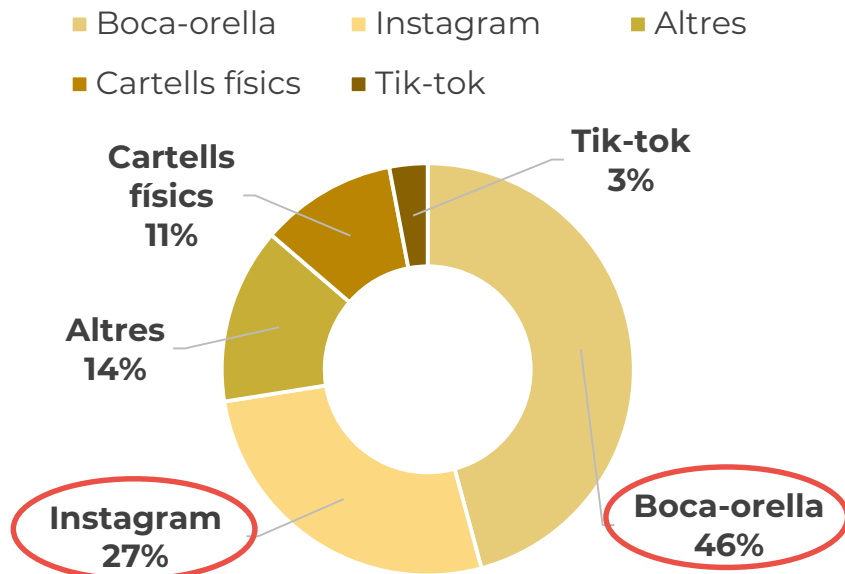


- Inclús en les actuacions on els diferents gèneres consideren que tenen una alta rellevància es poden observar **diferències significatives**.
- L'**única actuació** que els homes presenten una proporció més elevada és la d'Activitats esportives (gratuïtes o amb un cost baix), situant-se 13 punts per sobre de les dones.



Resultats / Actuacions i serveis de benestar emocional

Com t'arriba la informació de les activitats que es fan al poble?



Quina disponibilitat tens per participar a activitats al poble?



Els **caps de setmana** és quan la població adolescent té més disponibilitat i que, per a la majoria, el canal pel qual arriba la informació és el **boca-orella**, seguit de la xarxa social més utilitzada pel jovent (**Instagram**).



Conclusions



- Major **detall de les realitats juvenils** per a les persones responsables i tècniques.
- Resposta a les **necessitats concretes**.
- Execució d'**intervencions proactives**.
- Difusió d'informació clau per adoptar **pautes i comportaments beneficiosos** i saludables.
- Contribució al **debat públic** sobre la temàtica.



Conclusions

- **Situacions emocionals que la majoria d'adolescents diuen haver experimentat** en major quantitat en els darrers mesos: estrès, canvis emocionals i calma.
- Elevada proporció d'adolescents que diuen fer un **ús excessiu de les tecnologies**.
- Major importància a les actuacions de benestar emocional relacionades amb les activitats per a la **prevenció de les autolesions i el suïcidi** i en una línia similar, les **campanyes anti-estigma en la salut mental**. També destaca les **activitats esportives**.
- **Diferències rellevants entre gèneres**, tant en els estats afectius experimentats, com també en les actuacions de benestar emocional que consideren més importants.



Conclusions

PROPOSTA D'EIXOS D'ACTUACIÓ:

1. Estratègia i planificació:

- Pla comarcal d'atenció i prevenció de les conductes addictives al Vallès Occidental.
- Participació en espais de treball i de coordinació.

2. Sensibilització comunitària i prevenció:

- Foment de l'esport.
- Accions per a la prevenció de les autolesions i el suïcidi juvenil.

3. Atenció i intervenció directa:

- Servei Connectem: assessorament i suport emocional per a joves.
- La Clau. Assessoria sobre drogues, pantalles i conductes de risc.
- Activitats d'educació sexual.
- Activitats culturals i d'oci.



Moltes gràcies!



OBSERVATORI
VALLÈS OCCIDENTAL



Amb el suport de



Xarxa d'Observatoris
del Desenvolupament
Econòmic Local