Envia el teu projecte a impulsacsc@consorci.org

Programa Impulsa - Impuls a la salut cerebral – WeMind Awards	
Informació general *Aquest apartat no puntua en l'avaluació final del projecte*	
Títol del projecte:	**SALSA (Salut, ALimentació i SociabilitAt): Xarxes comunitàries d'alimentació saludable, autonomia i interacció social**
Títol curt:	**SALSA**
Entitat/s participant	
Persona de contacte	
Correu electrònic	
Telèfon de contacte	
Sub-categoria	**Projectes socials**
Innovació social *(màxim 250 paraules)* Descripció detallada de la solució o projecte proposat en relació al problema social abordat. *Aquest apartat correspon al criteri d'avaluació "Innovació"*	
La soledat no desitjada és un determinant social de la salut que afecta especialment les persones grans i s'associa a un major risc de depressió, ansietat, malnutrició, deteriorament cognitiu, pitjor qualitat de vida i major morbiditat i mortalitat. Davant d'aquesta realitat, SALSA proposa convertir els restaurants de proximitat en actius comunitaris per a la salut, integrant-los en un model de prescripció social que connecta alimentació, relacions socials i salut emocional en un entorn quotidià. En lloc de crear nous equipaments assistencials, SALSA articula recursos ja existents - atenció primària, serveis socials, restauració local i comunitat - i els posa al servei de persones que necessiten recuperar vincles, rutines i espais de participació. El programa ofereix àpats compartits periòdics en restaurants que han rebut formació prèvia, amb dinamització social, i els complementa amb tallers d'alimentació saludable i gestió quotidiana dels àpats. La innovació va més enllà de facilitar el "menjar en companyia": transforma un acte quotidià i culturalment significatiu en una eina de salut comunitària. SALSA actua així sobre determinants interconnectats de l'envelliment saludable i la salut cerebral - soledat, benestar emocional, autonomia, alimentació i pertinença - i crea un pont entre el sistema sanitari i la vida comunitària. El restaurant deixa de ser únicament un espai comercial i passa a formar part de l'ecosistema local de prescripció social.	
Impacte social *(màxim 250 paraules)* Explicació sobre el grau de desenvolupament de la solució proposada, resultats ja obtinguts i/o els resultats que s'espera obtenir per generar un canvi positiu en la societat. *Aquest apartat correspon al criteri d'avaluació "Impacte"*	

SALSA té com a finalitat reduir la soledat no desitjada i millorar el benestar emocional, la qualitat de vida, els hàbits alimentaris i la vinculació amb la comunitat. El projecte ha passat a la pràctica i disposa d'evidència obtinguda en un assaig clínic registrat a ClinicalTrials.gov (NCT06800027), realitzat a Sant Joan de Vilatorrada amb 83 participants.
Els resultats mostren una reducció significativa de la simptomatologia depressiva, una millor percepció de l'estat de salut i una reducció de l'ús de serveis sanitaris. En concret, s'observa una millora clínica del 26,04% de la depressió i del 24,51% de l'ansietat, així com una millora del 23,83% en la percepció de qualitat de vida. També es registra una disminució del 32,54% en les visites al CAP, del 37,59% en les visites a urgències i del 35,56% en les derivacions hospitalàries.
Tanmateix, l'impacte de SALSA va més enllà dels indicadors clínics. Els àpats compartits han facilitat noves amistats, xarxes informals de suport i relacions intergeneracionals i interculturals. En diversos casos, aquests vincles han continuat més enllà del programa, reforçant el sentiment de pertinença i reduint l'aïllament.
Després de l'experiència a Sant Joan de Vilatorrada, el model s'ha provat també a la Pobla de Segur, incorporant copagament, amb una resposta positiva i reforçant el seu potencial de transferència.
SALSA ha estat reconegut amb el Premi PAAS i el Premi Josep Davins i Miralles. El repte actual és consolidar aquest impacte i facilitar que el model pugui arribar a més persones i territoris.

Inclusió i diversitat

(màxim 250 paraules)

Consideració i promoció de la diversitat i inclusió en el projecte.

Aquest apartat correspon al criteri d'avaluació "Inclusió i diversitat"

La necessitat, i no l'etiqueta, determina l'accés a SALSA. La soledat no desitjada pot afectar persones de diferents edats, gèneres, orígens, situacions socioeconòmiques i xarxes de suport. Per això, el programa parteix de la detecció de necessitats des de l'atenció primària i els serveis socials, i no de la pertinença a un col·lectiu concret.
La intervenció es desenvolupa en restaurants de proximitat, espais quotidians i normalitzats que eviten estigmatitzar les persones com a "usuàries d'un servei social" i afavoreixen la participació en condicions d'igualtat. Els menús es treballen amb els restauradors perquè siguin saludables i adaptables a les necessitats de salut, capacitats funcionals i preferències de les persones, reforçant-ne l'autonomia i la capacitat d'elecció.
Els àpats compartits faciliten, a més, relacions entre persones que probablement no coincidirien en recursos específics i afavoreixen vincles intergeneracionals i interculturals. En l'escalat del programa, SALSA pot adaptar-ne la implementació per reduir barreres de mobilitat, accessibilitat, idioma o capacitat econòmica.
Aquesta flexibilitat és especialment rellevant en municipis petits i entorns rurals, on els recursos específics poden ser més limitats, però els actius comunitaris tenen un gran potencial per generar participació, autonomia i inclusió social.

Sostenibilitat

(màxim 250 paraules)

Descripció de la viabilitat i continuïtat del projecte per assegurar la sostenibilitat a llarg termini

Aquest apartat correspon al criteri d'avaluació "Viabilitat"

La sostenibilitat de SALSA es basa en aprofitar recursos que ja formen part de la comunitat. El programa connecta atenció primària, serveis socials, restaurants de proximitat i equipaments comunitaris sense necessitat de crear noves infraestructures assistencials. Això facilita la seva integració en circuits de prescripció social, promoció de la salut, envelliment saludable i prevenció de la soledat.
L'experiència de la Pobla de Segur, on es va incorporar un sistema de copagament amb una resposta positiva, mostra que el model pot explorar fórmules de finançament adaptades a cada territori, garantint sempre que la capacitat econòmica no es converteixi en una barrera d'accés. Paral·lelament, l'assaig de Sant Joan de Vilatorrada aporta evidència favorable sobre la sostenibilitat econòmica del model: durant

els quatre mesos de seguiment es va estimar una reducció de 348,08 € en costos sanitaris directes per participant respecte al grup control, equivalent al 45,3% del cost de la intervenció.
La sostenibilitat de SALSA és, per tant, econòmica, social i territorial: activa la restauració local, reforça xarxes comunitàries i genera relacions i hàbits que poden continuar després de la intervenció. A llarg termini, l'objectiu és consolidar un model amb governança compartida i finançament estable entre salut, serveis socials, administracions locals i altres agents comunitaris.

Escalabilitat

(màxim 250 paraules)

Descripció del potencial del projecte per ser replicat o ampliat en altres contextos. Indiqueu en quins entorns es podria aplicar i quins requisits són necessaris per escalar-lo.

Aquest apartat correspon al criteri d'avaluació "Escalabilitat"

SALSA ha estat concebut com un model replicable i adaptable, amb uns elements essencials comuns i una implementació ajustable a les característiques de cada territori. Pot aplicar-se en contextos urbans, semiurbans i rurals perquè no depèn de construir nous equipaments, sinó de connectar recursos ja existents: atenció primària, serveis socials, restauració local, espais comunitaris i un agent coordinador.
L'experiència de Sant Joan de Vilatorrada ha permès validar el model en el marc d'un assaig clínic, mentre que el desplegament posterior a la Pobla de Segur ha mostrat que pot traslladar-se a un altre municipi i incorporar canvis en el model de funcionament, com el copagament, mantenint una resposta positiva. Aquesta adaptabilitat és un element clau per a l'escalat.
Per facilitar-ne la replicació cal sistematitzar els components essencials: criteris d'identificació i derivació, selecció i formació dels restaurants, adaptació dels menús, dinamització dels grups, tallers d'alimentació saludable, coordinació entre agents i sistema comú d'avaluació. Alhora, aspectes com la freqüència dels àpats, el transport, la mida dels grups o el model de finançament poden adaptar-se localment.
La següent fase ha de convertir aquesta experiència en un model de transferència clar que permeti estendre SALSA progressivament a altres municipis de Catalunya i, posteriorment, a altres territoris amb reptes similars.