

## Resumen proyecto

### PreDisc - Modelo innovador de prevención de discapacidad en personas mayores: desde el hospital a las zonas rurales

#### Prevenir la discapacidad

> Objetivo: prevenir la discapacidad y mejorar la calidad de vida de las personas mayores fomentando la actividad física regular durante y tras periodos de hospitalización.

¿Cómo?

Gracias a la prescripción de un programa de actividad física personalizada durante el periodo de hospitalización y su continuidad - tras el alta hospitalaria - gracias a un seguimiento por Atención Primaria y el desarrollo de una herramienta innovadora eHealth.

- ⇒ Dimensión sanitaria y social: hacia otro modelo de atención sanitaria de la persona mayor, más integral, con la prescripción de ejercicio físico en el hospital y su continuidad en el domicilio gracias al seguimiento por atención primaria y al desarrollo de una herramienta innovadora eHealth.
- ⇒ Dimensión territorial: más igualdad de acceso a la sanidad mediante modelos de coordinación entre profesionales (hospital/atención primaria) y por el uso de herramientas tecnológicas. Menos desplazamientos e ingresos innecesarios => favorece la cohesión social y el equilibrio territorial.

#### Del hospital a las zonas rurales

Se trata de dar prioridad a la recuperación funcional, gracias a un programa de entrenamiento individualizado que permitirá acortar la estancia hospitalaria y evitar la discapacidad que puede surgir durante las hospitalizaciones. Se trata de fomentar un abordaje más integral de las personas mayores y de alejarnos de un modelo más enfocado en la enfermedad que en el paciente.

Existen varios estudios que destacan los beneficios de la actividad física durante la hospitalización para prevenir el deterioro funcional asociado a la hospitalización, sin embargo, todavía no se ha integrado completamente en la práctica clínica habitual. Para ello es necesario generar una mayor evidencia científica a través de un **ensayo clínico**

**multicéntrico, en este caso internacional y en colaboración con Atención Primaria** para asegurar la continuidad de la estrategia.

- ⇒ En el hospital: ensayo clínico multicéntrico aleatorio (HUN, CHU Toulouse, ULSBM, HNSM-SAAS, para generar una mayor evidencia científica y poder en el futuro integrar programas de actividad física personalizada en la práctica clínica habitual a nivel hospitalario.
- ⇒ En el territorio: promoción del modelo de envejecimiento activo con un foco especial en las zonas rurales:
  - Coordinación y continuidad del programa de actividad física desde Atención Primaria (tras el alta hospitalaria).
  - Desarrollo de herramienta tecnológica innovadora eHealth en base a las necesidades del paciente y del personal sanitario con un doble objetivo: facilitar la atención local y mejorar el seguimiento y la atención del paciente mayor promoviendo el ámbito familiar.
- ⇒ Evitar ingresos y desplazamientos no necesarios.
  - Formación de personal sanitario de AP y pacientes en herramientas tecnológicas (incluyendo formación en competencias digitales básicas, reduciendo la brecha digital generacional).
  - Realización de visitas domiciliarias en entornos rurales con menor acceso a infraestructuras sanitarias, promocionando el envejecimiento activo.
  - Realización de eventos y encuentros en entornos rurales, mostrando los beneficios del envejecimiento activo y saludable.

---

#### En resumen:

El proyecto PreDisc busca prevenir la discapacidad en personas mayores mediante la promoción de la actividad física regular durante y después de periodos de hospitalización. Esto se logra mediante la prescripción de un programa personalizado durante la hospitalización y su continuación después del alta, gracias a su seguimiento por Atención Primaria y gracias al desarrollo de una herramienta eHealth innovadora. Asimismo, el proyecto incluye un ensayo clínico multicéntrico para generar evidencia científica y promover la integración de estos programas en la práctica clínica habitual.

Además, PreDisc se enfoca en promover un modelo de envejecimiento activo, especialmente en zonas rurales, mediante el desarrollo de herramientas tecnológicas, la formación del personal sanitario, la realización de visitas domiciliarias y eventos en comunidades rurales, lo que debe permitir reducir ingresos hospitalarios innecesarios. El objetivo es favorecer la igualdad de acceso a la sanidad acercándose a las zonas rurales y limitando la necesidad de las personas mayores de desplazarse.

### Programa y presupuesto

PreDisc cuenta con un presupuesto total de 1.288.550 euros, cofinanciado al 75% por el Programa Interreg Sudoe, que apoya el desarrollo regional en el sudoeste de Europa colaborando en el impulso de proyectos transnacionales a través del Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER). Este programa promueve la cooperación para resolver problemas comunes a las regiones del sudoeste europeo.

El consorcio del proyecto está liderado por el centro de investigación biomédica Navarrabiomed - Fundación Miguel Servet y cuenta con la participación de Instituto de Investigación Sanitaria de Navarra (IdiSNA), Atención Primaria del Servicio Navarro de Salud – Osasunbidea (SNS-O), Universidad de Deusto (Bizkaia, Euskadi), Centre Hospitalier Universitaire de Toulouse Pôle Gériatrie (Occitania), Unidade Local Saúde Baixo Mondego, (Coimbra, Región Centro) y Servei Andorrà d'Atenció Sanitària (Andorra), apoyados a su vez por 9 organismos públicos y privados del sudoeste europeo que participan en calidad de entidades asociadas.