

3a JORNADA DE BONES PRÀCTIQUES I SAPIENS

BHFITNESS



Euncet
Business
School

MATRIX

 **sap
iens**



Bona pràctica:

“DUIN: L'Exercici Com a Tractament i
Impacte Social”

DUIN: L'Exercici Com a Tractament i Impacte Social

Contingut

- 01 Marc Estratègic: Connectant Salut i Comunitat
- 02 Cas d'Èxit 1: RAFS (Recuperació Post-COVID)
- 03 Cas d'Èxit 2: LungFit (Oncologia i Recerca)
- 04 Conclusions i Model de Futur

Presentar com DUIN ha evolucionat de ser un gestor d'instal·lacions esportives a convertir-se en un **agent actiu de salut pública**, mitjançant la col·laboració institucional i el rigor científic.

DUIN: L'Exercici Com a Tractament i Impacte Social

Marc estratègic

Connectant Salut i Comunitat: De centres esportius a agents actius de salut pública.



Exercise is Medicine

Canvi de paradigma: L'activitat física no és només oci, és una **eina terapèutica** validada per millorar la recuperació de patologies.



Compromís Social

Integrem DUIN en l'ecosistema local. Ens enfoquem en col·lectius vulnerables (COVID persistent, oncologia) per marcar la diferència.



Aliances Estratègiques

Model col·laboratiu. Unim forces amb Institucions Públiques, Fundacions i Centres Mèdics per multiplicar els resultats.

DUIN: L'Exercici Com a Tractament i Impacte Social

Cas d'èxit 1: Projecte RAFS

Recuperació Guiada per a Pacients amb COVID Persistent

Recuperació Post-COVID

Col·laboració: Ajuntament de Sant Boi & DUIN Pau Gasol

- ✓ **El Repte:** Atendre pacients amb síndrome de COVID Persistent (fatiga crònica, dispnea, pèrdua de força).
- ✓ **La Solució:** Programa de 12 setmanes d'activitat física guiada i adaptada.
- ✓ **Metodologia:** Avaluació integral inicial (física i psicològica) per establir una línia base i personalitzar la càrrega.



AJUNTAMENT DE SANT BOI DE LLOBREGAT

DUIN: L'Exercici Com a Tractament i Impacte Social

Recuperació Guiada per a Pacients amb COVID Persistent

Resultats quantitatius

Comparativa mitjana de millora funcional després de 12 setmanes d'entrenament (Test Inicial vs. Final).

Força (Puntuació)

Inici: 5.75

Final: 9.2 (+60%)

Resistència (Puntuació)

Inici: 6.6

Final: 8.9 (+35%)

Tren Inferior

Major estabilitat i equilibri, clau per a la **prevenció de caigudes**.

Tren Superior

Enfortiment de cadenes musculars per a la **sustentació postural** i amplitud toràcica.

DUIN: L'Exercici Com a Tractament i Impacte Social

Recuperació Guiada per a Pacients amb COVID Persistent

Resultats qualitatius



Cohesió de Grup

Creació d'un **espai segur** i de pertinença. L'exercici va actuar com a vàlvula d'alleujament per combatre l'aïllament social de la malaltia.



Autonomia

Èmfasi en la tècnica i la consciència corporal. Els pacients van guanyar eines per gestionar la seva nova realitat física i regular expectatives.



Compromís

Malgrat les incidències mèdiques i laborals, els participants van mantenir un **alt nivell d'adherència**, validant la utilitat del programa.

DUIN: L'Exercici Com a Tractament i Impacte Social

Cas d'èxit 2: Projecte LungFit

Rigor Científic i Oncologia

The Ricky Rubio Foundation | ICO | AstraZeneca |
AEACAP

El Repte: Passar de la "recomanació" d'exercici a la "**prescripció basada en evidència**" per a pacients amb Càncer de Pulmó.

El Rol de DUIN: Actuem com a operador tècnic especialitzat. Aportem instal·lacions (DUIN Magic Badalona) i professionals formats per executar protocols clínics.



[LungFit - Ricky Rubio Foundation](#)

DUIN: L'Exercici Com a Tractament i Impacte Social

Cas d'èxit 2: Projecte LungFit

Rigor Científic i Oncologia



Combatre la Fatiga

Reduir la fatiga oncològica, un dels efectes secundaris més debilitants, millorant directament la qualitat de vida (QoL) del pacient durant el tractament.



Millora Funcional

Augmentar la capacitat pulmonar i la resistència física general per tolerar millor els tractaments agressius com la quimioteràpia.



Model Replicable

Generar evidència per crear un protocol validat d'atenció coordinada Hospital-Centre Esportiu que pugui ser replicat en el sistema sanitari.

DUIN: L'Exercici Com a Tractament i Impacte Social

Conclusions

De l'emergència a l'evidència

Hem demostrat capacitat d'adaptació en dos escenaris crítics:

- ✓ **RAFS:** Resposta àgil i comunitària als efectes a llarg termini d'una crisi sanitària (COVID)
- ✓ **LungFit:** Investigació clínica a llarg termini per a malalts oncològics, extrapolable a malalts crònics.

*“L'EXERCICI FÍSIC, QUAN ESTÀ BEN PRESCRIT I MONITORITZAT PER PROFESSIONALS COM ELS QUE FORMEN L'EQUIP DE **DUIN**, ÉS UNA INVERSIÓ ESTRATÈGICA EN SALUT PÚBLICA”*

GRÀCIES
PEL VOSTRE
TEMPS

