

dilluns, 13 de novembre de 2023

Un projecte per avaluar les pauses actives en el lloc de treball, finançat per La Marató

Personal investigador de la UdL i l'IRBLleida n'estudiarà l'efecte sobre els factors de risc cardiovascular

La [Fundació La Marató de TV3](https://www.ccma.cat/tv3/marato/fundacio/) [<https://www.ccma.cat/tv3/marato/fundacio/>] finançarà amb 193.161,43 euros un projecte de recerca de l'Institut de Recerca Biomèdica de Lleida (IRBLleida) que comptarà amb personal de la Universitat de Lleida (UdL), l'Institut Català de la Salut (ICS) i Gestió de Serveis Sanitaris (GSS). L'objectiu és avaluar l'efecte de les pauses actives sobre la reducció dels factors de risc cardiovascular en la plantilla dels centres d'atenció telefònica del Sistema d'Emergències Mèdiques (SEM) de Catalunya, que arriba a fer jornades de fins a 24 hores. D'obtenir-se bons resultats, el programa es podria fer extensiu als més de 22.000 treballadors i treballadores de *call centers* que hi ha a la comunitat autònoma.



Liurament d'ajudes / Foto: Fundació La Marató

L'equip, encapçalat per la investigadora i professora de la UdL Montse Gea, dissenyarà un programa d'exercicis per millorar els paràmetres vinculats a les malalties cardiovasculars, com ara la pressió arterial, els greixos i el sucre en sang o la qualitat de la son. L'Escola Politècnica Superior (EPS) de la Universitat de Lleida col·laborarà amb el disseny d'una aplicació mòbil per fer-ne el seguiment, ja que un dels problemes és l'abandonament. Els participants "podran seguir els exercicis, així com incorporar dades, rebre consells o missatges d'enhorabona", ha explicat Gea.

Per part de la UdL, intervindran en el projecte Carlos Tersa, Esther Rubinat, Minerva Granado, Helena Fernández, Francesc Rubí, Filip Bellon, José Tomás Mateos, Erica Briones de la Facultat d'Infermeria i Fisioteràpia; i Toni Granollers i Juan Enrique Garrido, de l'EPS.

Els diners de La Marató de 2022, que va recaptar 11,2 milions d'euros, donaran suport a 37 projectes d'investigació relacionats amb la salut cardiovascular durant els pròxims 3 anys.

Text: Comunicació IRBLleida / Premsa UdL