

ASSOCIACIÓ DE PREMATURS DE CATALUNYA - SOM PREMATURS



Àmbit geogràfic: Autonòmic

Forma jurídica: Associació amb utilitat pública

Seu social: La Palma de Cervelló

- 1 persones treballadores
- 35 persones voluntàries
- 275 persones sòcies

NOMBRE ACTUAL DE PERSONES ATESES EN ELS SERVEIS D'ATENCIÓ A LES PERSONES:

- 3000 a serveis a la infància i la joventut
- 50 a serveis a la gent gran
- 3000 a serveis a persones dependents o amb discapacitat
- 3000 a usuàries a altres col·lectius: (Infància dependent)

www.somprematur.cat

Breu història de l'organització

Des de 2015, SOM PREMATURS acompanya famílies en el trànsit de la prematuritat. Cada any, un 6,2% dels naixements a Catalunya (uns 3.057) són prematurs, amb riscos elevats de mortalitat, morbiditat i llargues estades a UCIS Neonatals. Aquesta situació comporta un desgast emocional, físic i econòmic per a les famílies, que es veuen immerses en un escenari de gran incertesa i vulnerabilitat.

La mort de l'Aina, una nena prematura de només 8 dies, inspira la creació de SOM PREMATURS. Davant la pèrdua i la sensació de buit, els seus pares prenen consciència de la necessitat urgent de suport emocional, psicosocial i mèdic per a les famílies de nadons prematurs. Aquesta realitat, amb matisos únics en cada cas, es repeteix malauradament en moltes famílies.

La fundadora de SOM PREMATURS entén que aquests infants tan vulnerables venen al món per recordar-nos que necessiten comprensió, suport emocional, psicosocial, mèdic i terapèutic des del naixement fins a l'adolescència, moment en què les seqüeles de la prematuritat es poden identificar i tractar adequadament.

SOM PREMATURS neix a l'Hospital Clínic-Maternitat i s'expandeix ràpidament per la demanda creixent de suport a tot el territori català, establint col·laboracions amb nombrosos hospitals per oferir acompanyament i eines a les famílies que afronten el repte de la prematuritat.

Missió

SOM PREMATURS és una associació sense ànim de lucre que aplega mares, pares, familiars i professionals de la salut, entitats i institucions que han viscut i compartit l'experiència de tenir un nadó prematur o bé estan interessats en la prematuritat i en les seves conseqüències.

Volem acompanyar els pares i les mares de prematurs en aquest camí, i volem proporcionar-los un punt de trobada, suport, informació i aprenentatge en què se sentin escoltats i en el qual puguin compartir les experiències, resoldre dubtes, escoltar les preocupacions i opinions, i per descomptat, compartir èxits.

SOM PREMATURS pretén endegar tots els canvis, reformes legals i normatives que impliquin una millora sobre la prematuritat. Així com adscriure'ns i recolzar les reformes del sistema plantejades per altres associacions que incideixin directament sobre la prematuritat i representin una millora en la condició d'aquesta.

Descripció de l'activitat

Des de 2015, SOM PREMATURS acompanya famílies en el trànsit de la prematuritat, una realitat que afecta anualment unes 3.057 famílies a Catalunya (6,2% dels naixements). Davant els riscos elevats, els llargs ingressos hospitalaris i l'impacte emocional i econòmic que implica la prematuritat, oferim suport emocional, acompanyament personalitzat i recursos pràctics basats en l'evidència científica.

Desenvolupem programes com les Guies per a Famílies Prematures, el Projecte de Foment de la Lactància Materna, el Projecte d'Acompanyament a Peu d'Incubadora i l'Escola de Prematuritat, un espai de formació i empoderament per a famílies. També impulsem activitats de sensibilització social i formacions dirigides a professionals de la salut. La nostra acció facilita la presa de decisions informades, promou la vinculació afectiva, reforça la salut mental i contribueix a una criança respectuosa i saludable, millorant significativament la qualitat de vida de nadons i famílies.

DESCRIPCIÓ DE LA INICIATIVA PROPOSADA

MY LITTLE HERO (MLH)

Breu descripció

Quan un nadó neix prematur, l'alegria habitual de l'arribada dona pas a la por, la incertesa i el buit emocional. Les famílies es troben soles, envoltades de màquines i de sons d'alarma en una unitat neonatal, sense res a celebrar encara, pendants de l'evolució del seu petit que lluita per viure. En aquest context tan fràgil, My Little Hero (MLH) sorgeix com un gest de llum i esperança.

MLH crea un vincle profund entre persones grans en el tram final de la seva vida i famílies amb nadons prematurs. A través d'un primer regal —un gorret i uns patuquets de cotó 100% orgànic teixits amb amor—, oferim un símbol de suport i acompanyament que recorda a aquestes famílies que no estan soles.

El projecte involucra més de 100 persones voluntàries, majoritàriament dones grans, que troben en aquest gest un propòsit renovat. Amb la col·laboració de 15 hospitals catalans, es lliuren anualment més de 500 lots personalitzats, que inclouen també una targeta amb un missatge d'escalf.

MLH transforma dos moments vitals —el final d'una vida i el principi d'una altra— en una trobada de solidaritat i amor, humanitzant l'experiència hospitalària i enfortint la comunitat a través de la connexió intergeneracional.

Aportació de valor de la iniciativa

My Little Hero ofereix una resposta innovadora i humana a la solitud i la incertesa que viuen les famílies amb nadons prematurs hospitalitzats. A través d'un petit, però profund gest —un primer regal teixit per persones grans—, crea un impacte emocional positiu en un moment de gran vulnerabilitat, reforçant el sentiment de suport i comunitat. Alhora, proporciona a les persones grans una via significativa de participació social, combaten l'aïllament i posant en valor la seva experiència i capacitat de donar. El projecte construeix xarxes de solidaritat intergeneracional, humanitza l'atenció sanitària neonatal i demostra que l'acompanyament emocional pot ser clau en la recuperació i el benestar de les famílies. MLH és un model senzill, replicable i d'alt impacte, que transforma l'entorn immediat i enforteix el teixit social des de l'empatia i la connexió humana.

Necessitat a la qual respon

El naixement prematur és un esdeveniment traumàtic que irromp de manera inesperada en la vida de més de 3.000 famílies a Catalunya cada any. En lloc de la celebració i la benvinguda habituals, aquestes famílies viuen la incertesa, la por i una profunda soledat emocional. La lluita per la supervivència del nadó en un entorn hospitalari altament medicalitzat, envoltat de màquines i alarmes, deixa els pares desorientats, vulnerables i sovint sense espai per expressar la seva angoixa. Aquesta situació sovint es veu agreujada per la manca de recursos emocionals i de suport específic en els hospitals.

Al mateix temps, moltes persones grans experimenten sentiments d'inutilitat, solitud i desconexió social en les darreres etapes de la seva vida. La societat sovint invisibilitza aquestes persones, privant-les d'espais significatius per contribuir activament al bé comú.

My Little Hero respon simultàniament a aquestes dues necessitats: ofereix suport emocional i acompanyament a les famílies de nadons prematurs i proporciona a les persones grans una oportunitat per aportar valor i reforçar la seva connexió amb la comunitat. Així, la iniciativa construeix ponts entre generacions, transforma moments de vulnerabilitat en gestos d'amor i esperança, i reforça la cohesió social des de l'acció comunitària.

Principals objectius assolits

My Little Hero ha assolit amb èxit diversos objectius fonamentals. En primer lloc, ha contribuït a humanitzar l'experiència hospitalària de nadons prematurs i les seves famílies, proporcionant-los un primer gest de reconeixement, amor i esperança en un moment de gran incertesa i por. Aquest gest simbòlic ha ajudat a reduir la sensació d'aïllament emocional i a reforçar el sentiment de suport comunitari.

En segon lloc, el projecte ha ofert a més de 100 persones grans un espai significatiu de participació social, ajudant a combatre

la solitud i a reconèixer el seu valor actiu dins la comunitat. A través de la seva implicació, han recuperat un sentiment de propòsit i utilitat, enfortint el seu benestar emocional.

A escala d'impacte comunitari, MLH ha consolidat una xarxa de col·laboració amb 15 hospitals de Catalunya, implicant equips sanitaris, famílies i voluntariat en una iniciativa transformadora. L'entrega de més de 500 lots anuals ha permès mantenir la continuïtat del projecte i augmentar la seva visibilitat i reconeixement com a bona pràctica de solidaritat intergeneracional.

Principals resultats obtinguts

Des de la seva implementació, My Little Hero ha lliurat més de 500 lots anuals a nadons prematurs hospitalitzats a 15 hospitals de Catalunya, arribant a més de 500 famílies en moments d'alta vulnerabilitat emocional. Les enquestes de satisfacció realitzades a les famílies indiquen que més del 90% van percebre el gest com un suport emocional significatiu que va ajudar a alleugerir la seva sensació de solitud i ansietat durant l'hospitalització.

A escala qualitativa, el projecte ha estat valorat pels equips sanitaris com una eina d'humanització de les cures, afavorint una atenció més empàtica i centrada en la persona. Les persones voluntàries, principalment dones grans, han manifestat un augment del sentiment de benestar, utilitat i connexió social després de participar en la iniciativa.

MLH ha establert aliances sòlides amb hospitals i entitats socials, contribuint a la creació d'una xarxa de solidaritat intergeneracional i reforçant la cohesió social en els territoris participants. La iniciativa s'ha consolidat com una bona pràctica replicable, amb interès creixent per part d'altres centres sanitaris per implementar el model.

Abast de l'experiència

My Little Hero ha consolidat una xarxa activa que implica 15 hospitals de Catalunya, més de 100 persones grans voluntàries i 500 famílies de nadons prematurs cada any. El projecte abasta tant l'àmbit hospitalari com la comunitat, unint agents socials diversos —famílies, voluntariat, professionals sanitaris— al voltant d'un objectiu comú: humanitzar l'atenció neonatal i promoure la solidaritat intergeneracional. MLH impacta directament l'entorn immediat de les unitats neonatals i s'estén cap a la comunitat, creant una cultura de cura, suport emocional i cohesió social. La iniciativa ha demostrat capacitat d'escalabilitat i ha despertat l'interès d'altres centres per replicar el model.

Persones implicades en l'experiència:

Treballadores: 1

Membres equips directius: 10

Sòcies: 275

Ateses: 500

Voluntàries: 100



Principals factors clau d'èxit

Un dels factors clau d'èxit de My Little Hero és la seva senzillesa i càrrega emocional, que permet un alt grau de connexió entre persones desconegudes en moments vitals oposats. La combinació d'un gest tangible (el regal teixit) amb un missatge personalitzat crea un impacte emocional profund tant en les famílies com en les persones voluntàries.

La implicació activa de 15 hospitals ha estat fonamental per garantir la distribució efectiva dels lots i per integrar la iniciativa dins la dinàmica d'humanització de les cures neonatals. La col·laboració amb professionals sanitaris ha reforçat la legitimitat del projecte i n'ha assegurat la continuïtat.

Un altre factor d'èxit és la mobilització comunitària de persones grans, moltes de les quals han trobat en el projecte una forma significativa de contribució social i de lluita contra l'aïllament.

La sostenibilitat del projecte, basada en donacions materials (cotó 100% orgànic) i l'autogestió de la producció artesanal, permet replicar-lo amb recursos limitats i alta implicació emocional. La simplicitat, la capacitat de mobilitzar emocions positives i la connexió entre generacions fan de MLH una iniciativa transformadora i replicable.

Dificultats i reptes superats

My Little Hero (MLH) ha enfrontat diversos reptes al llarg del seu desenvolupament, especialment relacionats amb la coordinació de voluntariat, la logística de producció i distribució dels lots i el manteniment de la motivació dels participants. Un dels primers desafiaments va ser garantir una producció constant de gorrets i patuquets de cotó 100% orgànic, fet a mà per persones grans voluntàries.

Un altre repte significatiu va ser la coordinació amb els hospitals per garantir que els lots arribessin de manera adequada a les famílies dels nadons prematurs. Això va requerir una comunicació constant amb els equips sanitaris i l'adaptació del model de lliurament per complir amb les normes de seguretat i higiene hospitalàries.

La sostenibilitat del projecte també va plantejar dificultats, especialment per assegurar el subministrament continu de materials i el finançament de les activitats. Per superar-ho, es van establir aliances amb empreses locals per a la donació de materials i es va optimitzar la producció per reduir costos sense comprometre la qualitat.

Finalment, mantenir la motivació de les persones grans voluntàries va ser un repte, ja que moltes d'elles requerien suport emocional i reconeixement constant.

Elements innovadors que aporta la iniciativa

My Little Hero introdueix una proposta innovadora en diversos nivells. En primer lloc, aborda dues realitats sovint invisibilitzades —la vulnerabilitat emocional de les famílies amb nadons prematurs i la solitud de les persones grans— a través d'una mateixa acció solidària, creant un pont entre generacions en moments crucials de la vida. Aquesta connexió emocional directa entre l'inici i el final de la vida és única i aporta un nou model de suport comunitari basat en l'empatia i la cura mútua.

El projecte també innova en la manera d'humanitzar l'entorn hospitalari: introdueix un element personal, artesanal i carregat d'emoció dins d'un espai altament tècnic i medicalitzat. A diferència d'altres intervencions d'acompanyament, My Little Hero utilitza el regal simbòlic com a eina per trencar la barrera de la por i la incertesa, proporcionant esperança des del primer moment.

A més, la metodologia de MLH, basada en la participació activa de persones grans, no només promou la seva inclusió social sinó que reivindica el seu paper com a agents de transformació. L'ús de materials sostenibles (cotó 100% orgànic) i la producció artesanal reforcen els valors de sostenibilitat, solidaritat i comunitat que fonamenten el projecte.

Finalment, la seva estructura senzilla i adaptable facilita la transferència a altres territoris i àmbits assistencials, demostrant que la innovació social no sempre requereix grans recursos, sinó idees potents amb capacitat real de transformar vides.

Principals factors que permeten la transferència i replicabilitat

My Little Hero presenta una estructura senzilla, flexible i fàcilment adaptativa a diferents entorns, la qual cosa facilita la seva transferència i replicabilitat. El projecte es basa en un model de col·laboració entre persones voluntàries (persones grans), centres hospitalaris i entitats socials, sense requerir grans inversions econòmiques ni infraestructures complexes. Aquesta característica permet que altres organitzacions, tant d'àmbit local com autonòmic, puguin reproduir el model amb recursos propis o amb aliances de proximitat.

La metodologia està clarament definida: identificació de voluntariat, informació bàsica sobre el projecte i la seva finalitat emocional, coordinació amb centres sanitaris per a la recepció i lliurament dels paquets personalitzats, i seguiment de l'impacte emocional a través de qüestionaris a famílies i professionals.

L'ús de materials accessibles (cotó 100% orgànic), la possibilitat de col·laboració amb empreses locals per a la donació de materials i la creació de xarxes de suport entre voluntàries són elements que reforcen la sostenibilitat del projecte i en faciliten l'extensió.

A més, la càrrega emocional i simbòlica del projecte transcendeix contextos culturals i socials, fent que el model sigui transferible a diferents realitats hospitalàries, sempre mantenint l'essència: un gest d'escalf i esperança en moments crítics. My Little Hero demostra que la transformació social pot començar amb petits gestos que generen un impacte profund.