

València, 4 de marzo de 2025

Impulsan un proyecto pionero en España para mejorar la calidad del sueño de las personas sin hogar

- **“Sueños Interrumpidos” está desarrollado por INGENIO (CSIC-UPV), San Juan de Dios Valencia y la Fundación del sueño Mónica Duart, y financiado por el Ayuntamiento dentro de su estrategia València Innovation Capital**
- **Los patrones del sueño de este colectivo se analizarán utilizando pulseras digitales. Expertos de la Fundación del Sueño estudiarán los datos para buscar soluciones específicas que mejoren su salud**



Un 70% de los adultos sin hogar reporta problemas de sueño frecuentes, según los estudios./ Pixabay

“Sueños Interrumpidos” es un proyecto de investigación pionero en España que analizará el sueño de las personas sin hogar en Valencia a través del uso de sensores digitales. La iniciativa está liderada por la entidad social San Juan de Dios Valencia a través de su área de Investigación e Innovación, y se desarrollará con la colaboración de la Fundación del sueño Mónica Duart y del Instituto INGENIO, centro mixto del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) y la Universitat Politècnica de València (UPV). El proyecto cuenta con el respaldo y la financiación del Ayuntamiento de València

a través de las subvenciones públicas a la innovación en el marco de València Innovation Capital.

El proyecto comenzará con un estudio previo dirigido por especialistas en sueño del Comité de Expertos de la Fundación Mónica Duart, que junto al equipo de INGENIO (CSIC-UPV) analizarán las variables necesarias para incluir en los dispositivos digitales. Posteriormente, con la ayuda del equipo de intervención de la entidad social se usarán pulseras digitales en una muestra de unas 100 personas sin hogar, tanto aquellas que viven en recursos residenciales gestionados por San Juan de Dios como las personas que viven en la calle.

A través de la tecnología se monitorizarán y recopilarán datos clave para analizar sus patrones de sueño. A partir de esta información, se desarrollarán herramientas basadas en inteligencia artificial para comprender la calidad del descanso de este colectivo y generar recursos que contribuyan a su mejora.

Isabel Tortajada, directora de San Juan de Dios Valencia, ha explicado que “estamos muy satisfechos de poder desarrollar este proyecto pionero que aborda una problemática de un colectivo invisibilizado en nuestras ciudades. Sabemos que la mala de calidad del sueño afecta y perjudica su salud y queremos aprovechar la tecnología para indagar cómo se duerme en la calle o en un recurso social”.

Desde San Juan de Dios se estima que hay unas 800 personas en la ciudad de Valencia que viven en situación de sinhogarismo, ya sea en la calle o en los distintos recursos que ofrecen las entidades sociales. Las personas sin hogar sufren tasas elevadas de sueño inadecuado o de mala calidad, con efectos directos sobre su salud física y mental. Según las publicaciones científicas más recientes, un 70% de los adultos sin hogar reporta problemas de sueño frecuentes.

Mónica Duart, presidenta de la Fundación del Sueño, defiende el derecho universal al descanso, con especial atención a las personas en riesgo de exclusión social. “Este proyecto supone un paso importante para visibilizar una problemática muchas veces ignorada: el impacto del sueño en la salud. Ponemos la innovación al servicio de las personas sin hogar para buscar soluciones específicas y eficientes para mejorar su bienestar físico y mental”.

Álvaro Fernández-Baldor investigador de INGENIO (CSIC-UPV) destaca la importancia de este proyecto porque “pone el foco en un colectivo que ha estado olvidado desde el punto de vista tecnológico”. “El trabajo que vamos a hacer desde INGENIO tiene tres líneas de acción: primero, la realización de una serie de talleres participativos para diseñar toda la metodología del estudio. Por otro lado, la elección de las *smart bands* o pulseras con los sensores que se utilizarán para medir la calidad del sueño de los participantes en el estudio y que monitorizarán aspectos como horas de sueño, calidad y pausas en el descanso. Por último, facilitaremos el diseño de una plataforma donde volcaremos todos los datos recogidos para que pueda analizarlos el equipo médico de la Fundación Mónica Duart”.

Por su parte, **Paula Llobet**, concejala de Innovación del Ayuntamiento de València, ha destacado que “la innovación debe estar al servicio de la sociedad y, en especial, de las personas en situación de vulnerabilidad. Desde València Innovation Capital impulsamos proyectos que combinan tecnología e impacto social para mejorar la vida de la ciudadanía. Con esta iniciativa, València se sitúa a la vanguardia de la innovación, aplicando herramientas tecnológicas para atender una necesidad invisible pero crucial: el descanso de las personas sin hogar”.