
COMPARTINT EXPERIÈNCIES DE PROMOCIÓ DE LA SALUT DE LA REGIÓ SANITÀRIA DE GIRONA



Compartint experiències de Promoció de la Salut de la Regió Sanitària de Girona

Dolors Juvinyà i Canals
(ed.)

CIP 614.4(063) JOR

Jornada de Promoció de la Salut a la Regió Sanitària de Girona (2025 : Girona, Catalunya), autor

Compartint experiències de Promoció de la Salut de la Regió Sanitària de Girona / Dolors Juvinyà i Canals (ed.).

– Girona : Documenta Universitaria : Oficina Edicions UdG, octubre 2025. – 1 recurs en línia (246 pàgines) : il·lustracions ; cm

Comunicacions presentades a la Jornada de Promoció de la Salut a la Regió Sanitària de Girona, celebrada el febrer de 2025 a Girona i organitzada per la Càtedra de Promoció de la Salut. – Descripció del recurs: 27 octubre 2025 ISBN 978-84-8458-733-0 (Oficina Edicions UdG). ISBN 978-84-9984-718-4 (Documenta Universitaria)

I. Juvinyà Canal, Dolors, editor literari II. Universitat de Girona. Càtedra de Promoció de la Salut 1. Promoció de la salut – Congressos 2. Llibres electrònics

CIP 614.4(063) JOR

Amb el suport de

Correcció del text original: Documenta Universitaria

Disseny de la coberta: Documenta Universitaria

Il·lustració de la coberta: Càtedra de Promoció de la Salut de la UdG

© del text: els seus autors i les seves autores

© de l'edició: Universitat de Girona

© de l'edició: Documenta Universitaria*

ISBN Documenta Universitaria: 978-84-9984-718-4

ISBN Oficina Edicions UdG: 978-84-8458-733-0

DOI: 10.33115/b/9788499847184

Girona, desembre de 2025



Dipsalut

Organisme de Salut Pública
de la **Diputació de Girona**

**Universitat
de Girona**



**Documenta
Universitaria**

@DocUniv
documentauniversitaria.com



Els textos i imatges publicats en aquesta obra estan subjectes —llevat que s'indiqui el contrari— a una llicència Creative Commons de tipus Reconeixement-NoComercial (BY-NC) v4.0. Podeu copiar-los, distribuir-los i transmetre'ls públicament sempre que en citeu l'autor i la font i que no en feu un ús comercial. La llicència completa es pot consultar a <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.ca>

Índex

Presentació	7
Pròleg.....	11

Promoció de la Salut en entorns i centres

Hospital Universitari Mollet: un centre NetZero en emissions directes.....	17
Museus espais de benestar	31
Artteràpia i visita als museus	43
Boscos per a la salut. Un programa de prescripció de natura a la infància i embaràs.....	53

Promoció de la Salut i professionals

Com abordem l'obesitat infantil a Catalunya? Una proposta salutogènica per a promoure entorns saludables des de l'acció comunitària	63
INFANEO (Inclusió de les Famílies a NEONatologia)	71
Experiència de benestar físic i emocional a l'IAS	83

Promoció de la Salut i persones i comunitat

L'àrea de promoció de la salut de Dipsalut	93
Programa pilot de prescripció d'activitat física i esportiva (PAFE) a infants de 7 a 9 anys amb sobrepès de la Garrotxa	99
Cuines (S)àvies.....	109
Projecte #Noalabenzodependència	115
Escola de salut.....	121
Sensibilització pel bon tracte a les persones grans	131

Experiències

Resiliència i salut mental positiva en professionals de salut mental: un estudi transversal en serveis d'hospitalització i urgències.....	141
La Mosqueta: el còctel sense alcohol oficial de la Festa Major de Girona	149
Generant vincles: taller de lactància materna.....	157
Els Òscars de les emocions. Programa de millora del benestar emocional en nens amb necessitats especials.....	163
Projecte estima't.....	167
No ens volen sanes, ens volen primes: Una aproximació a les narratives de gordofòbia mèdica i les seves conseqüències	173
La promoció de la salut des de la perspectiva dels professionals de la salut.....	179
Grup d'hàbits saludables en persones d'origen magrebí amb diagnòstic de diabetis tipus 2 en atenció primària i comunitària	185
Promoció d'activitats lúdiques i educatives amb els fills a l'aire lliure, tot deixant el mòbil desat al calaix.....	191
Tinc gana! La història de les àvies sàvies	197
<i>Gordofòbia</i> mèdica: actituds negatives de les infermeres d'AP vers les persones amb sobrepès o obesitat.....	203
Cuidar-se per cuidar	209
Apostant per les relacions entre generacions aprofitant els recursos i espais naturals significatius de la Residència de Gent Gran Creu de Palau de Girona. Generalitat de Catalunya.....	215
Sensibilizant als professionals en promoció de la salut (PS) des de la interdisciplinarietat	221
Zona Mood. Soledat adolescent.....	229
Sistemes de Mediació per a cuidar de les relacions dels professionals de la salut	235
Estratègia en promoció de la salut des del treball en xarxa als hospitals i centres de Catalunya	241

Museus espais de benestar

Museu del Suro de Palafrugell

Museu de la Mediterrània de Torroella de Montgrí

Museu de la Pesca de Palamós

Museu d'Història de Sant Feliu de Guíxols

Museu Terracotta de la Bisbal d'Empordà

Museu d'Arqueologia de Catalunya d'Ullastret

ABS del Baix Empordà: Palafrugell, Torroella de Montgrí, la Bisbal d'Empordà, Palamós i Sant Feliu de Guíxols

Introducció

L'Organització Mundial de la Salut, en la seva constitució de 1946, defineix la salut com «un estat complet de benestar físic, mental i social, i no sols l'absència d'afeccions o malalties» (World Health Organization, 1946). La salut i el benestar de les persones depenen de les condicions socials, econòmiques, ambientals, culturals, geogràfiques, educatives i sanitàries del lloc on viuen (Vega Romero, 2009). El grau de cohesió social, l'existència o no de determinats recursos, l'ús que se'n fa i la manera com estan connectats són elements que també influeixen en la salut poblacional.

Així doncs, la salut surt del marc del sistema sanitari i passa a ser el producte d'una interacció entre les persones i els condicionants que les envolten. S'inicia una nova dinàmica on els serveis sanitaris es reorienten per crear entorns favorables al benestar de la comunitat i es promouen tots aquells determinants que l'afavoreixen.

Entre aquests determinants de la salut hi ha els relacionats amb la cultura i l'art. El binomi art i salut presenta nombrosos exemples en què actuacions conjuntes han tingut un impacte positiu en la salut i el benestar de la població (Grifoll, Soler, i Torrents, 2022). Per aquest motiu, a la comarca del Baix Empordà es vol donar un impuls als museus com a actiu en salut, com a espais de cura personal i de benestar emocional.

En aquest marc neix el projecte *Museus = Espais de Benestar*, impulsat conjuntament pels Referents de Benestar Emocional Comunitari (RBEC) de les cinc Àrees Bàsiques de Salut (ABS) del Baix Empordà i pels sis museus de titularitat municipal del territori: el Terracotta Museu (la Bisbal d'Empordà), el Museu Arqueològic d'Ullastret, el Museu de la Mediterrània (Torroella de Montgrí), el Museu del Suro (Palafrugell), el Museu d'Història (Sant Feliu de Guíxols) i el Museu de la Pesca (Palamós).

El projecte parteix dels models de la prescripció social, la salutogènesi (Antonovsky, 1996) i la promoció del sentit de coherència i de connexió comunitària com a factors de salut. Així mateix, es fonamenta en l'evidència creixent sobre el paper transformador de l'art i la cultura en la salut mental i emocional (Fancourt i Finn, 2019).

Objectius

General

- Potenciar els museus com a espais de benestar i actius en salut.

Específics

- Promocionar actius en salut per reduir o evitar la medicalització dels malestars de la vida quotidiana.
- Generar una xarxa de treball amb els museus del Baix Empordà que permeti la col·laboració com a agents de salut i la creació d'activitats per a la població.
- Proposar una activitat autoguiada i adaptable que fomenti l'autocura i el benestar emocional, per utilitzar els museus de la comarca del Baix Empordà.

Metodologia

El projecte *Museus = Espais de Benestar* sorgeix com una proposta innovadora i pionera al territori del Baix Empordà, fruit d'un treball conjunt entre els Referents de Benestar Emocional Comunitari (RBEC) de les cinc Àrees Bàsiques de Salut de la comarca i els sis museus municipals que en configuren el teixit cultural. Es tracta d'una iniciativa singular, no només per la seva transversalitat i arrelament territorial, sinó també perquè, per primer cop, tota la comarca s'implica de manera coordinada en un projecte comunitari de promoció de la salut amb base cultural.

Amb una trajectòria de divuit mesos, el projecte s'estructura en dues línies de treball complementàries, que combinen accions puntuals d'alt impacte amb intervencions continuades, properes i adaptades a la realitat de cada museu i col·lectiu.

Jornades anuals de cap de setmana

Aquesta línia d'acció té com a objectiu principal visibilitzar els museus com a actius de salut dins la comunitat, tot promovent

una mirada salutogènica i integradora de la cultura. S'han desenvolupat dues edicions amb formats diferenciats:

Edició inaugural (2023)

Dissenyada com una jornada oberta a la ciutadania, va servir per presentar públicament el projecte i posar èmfasi en els fonaments conceptuals que l'inspiren —la salutogènesi (Antonovsky, 1996), el benestar emocional i la cultura com a eina de salut—. L'objectiu era generar interès, reconeixement i implicació per part de la comunitat.

Edició tècnica (2024)

Adreçada a professionals dels àmbits sanitari, social, educatiu i cultural, aquesta trobada va consolidar els museus com una opció de prescripció social, especialment rellevant en l'abordatge de la soledat no desitjada.





Activitats de benestar en cap de setmana

Coincidint amb les jornades anuals, s'organitzen activitats gratuïtes als museus participants, obertes a la ciutadania i centrades en la promoció del benestar emocional. Aquestes activitats, vinculades a la identitat i als recursos propis de cada museu, han inclòs:

- Dansa comunitària i moviment creatiu.
- Concerts en espais singulars.
- Ioga, meditació i activitats sensorials.
- Tallers d'autodescoberta sensorial.
- Tallers de pintura, art i musicoteràpia.
- Caminades saludables.







Activitats transversals i de continuïtat

Aquesta línia posa el focus en les accions sostingudes al llarg de l'any, desenvolupades conjuntament entre els professionals sanitaris i els equips museístics, amb una clara vocació comunitària i amb impacte directe sobre col·lectius específics.

Activitats grupals dins els museus

Els museus esdevenen espais terapèutics i de relació, on es duen a terme activitats destinades a grups vulnerables o en situació de risc psicosocial. S'hi han organitzat sessions per a persones amb soledat no desitjada, grups de dol, tallers de gestió emocional amb joves i espais de benestar emocional per a la comunitat.

Activitats comunitàries amb segell del projecte

Cada museu desenvolupa com a mínim tres activitats anuals sota la marca *Museus = Espais de Benestar*. Aquestes accions tenen un caràcter obert, participatiu i transformador, i consoliden els museus com a espais vius al servei de la salut col·lectiva.

Resultats

En les dues edicions realitzades han participat un total de 303 persones, entre població general i professionals de diferents àrees com la salut, l'educació, els serveis socials i la cultura.

L'avaluació d'aquestes dues primeres edicions s'ha fet mitjançant una enquesta autodissenyada per analitzar la percepció de les persones participants en les activitats. Els resultats mostren que el

82 % de les persones que van respondre l'enquesta estan totalment d'acord que els museus són espais que promouen la salut, que les activitats que s'hi duen a terme generen benestar i que recomanarien aquest tipus de recurs o activitat a altres persones. El 16 % es mostren d'acord i l'1 % ni d'acord ni en desacord en els diferents ítems.

Conclusions

Els museus són un actiu comunitari amb la capacitat d'oferir activitats, espais i recursos relacionals que permetin a les persones tenir-los com un referent de benestar emocional. Representen un espai on cuidar la part cognitiva, emocional i espiritual de la persona i, així, reforçar la idea de la salut més enllà dels centres sanitaris.

Bibliografia

- Antonovsky, A. [Aaron]. (1996). *La salut, l'estrès i el sentit de coherència*. Edicions 62.
- Fancourt, D. [Daisy], i Finn, S. [Saoirse]. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*. World Health Organization, Regional Office for Europe. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/329834>
- Grifoll, J. [Jordi], Soler, M. [Maria], i Torrents, N. [Núria]. (2022). *Art i salut: Experiències, pràctiques i models d'intervenció*. Diputació de Barcelona – Xarxa de Museus Locals. https://xarxadobert.diba.cat/sites/default/files/art_i_salut_diba_2022.pdf

Vega Romero, R. [Raúl]. (2009). Los determinantes sociales de la salud: Situación actual, desarrollos recientes y perspectivas de futuro. *Revista Comunidad*, 11(1), 4–18.

World Health Organization. (1946). Constitution of the World Health Organization.

