
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

Artteràpia i visita als museus

Jordi Pujiula Masó

Centre Geriàtric Maria Gay

Introducció

La promoció de la salut com a eix transversal del model assistencial

Des de la seva definició a la *Carta d'Ottawa* (World Health Organization, 1986), la promoció de la salut s'ha consolidat com un enfocament fonamental dins les polítiques públiques i l'atenció sanitària global. La proposta estableix cinc àrees d'acció clau:

1. Elaboració de polítiques públiques saludables.
2. Creació d'entorns favorables.
3. Reforç de l'acció comunitària.
4. Desenvolupament d'habilitats personals.
5. Reorientació dels serveis de salut.

Aquest marc serveix de guia per transformar els serveis sanitaris en agents de canvi proactiu per a la salut de la població. En aquest sentit, el Centre Maria Gay de Girona, des de l'any 2011, ha adoptat aquest model de manera transversal, integrant-lo en la seva

estratègia de qualitat assistencial. L'objectiu és no només atendre, sinó també promoure activament la salut física, emocional, social i espiritual de les persones ateses i dels professionals que en formen part.

Compromís institucional amb un entorn saludable i sostenible

El Centre ha desenvolupat múltiples iniciatives en l'àmbit de la promoció de la salut. Algunes d'aquestes accions s'alineen amb els Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS), especialment en els àmbits de la salut i el benestar, la igualtat i la sostenibilitat ambiental.

Formem part de la xarxa HPH Catalunya (*Hospitals i Centres de Promoció de la Salut*), i col·laborem amb plataformes com l'*Alliance of Nurses for Healthy Environments* i la iniciativa *Sanidad por el Clima*, impulsada pel Ministeri de Sanitat espanyol. A nivell intern, cuidem la salut emocional del nostre personal oferint accés a atenció psicoemocional gratuïta les 24 hores del dia, gràcies a la col·laboració amb la Fundación Salud y Persona (2025). Així mateix, fomentem l'equilibri entre la vida laboral i la personal mitjançant el programa VipDistrict Salut (2025), que ofereix serveis d'acompanyament i beneficis per al personal.

Atenció centrada en la persona i envelliment actiu

Una de les línies més consolidades és el foment de l'envelliment actiu i saludable, que treballem des del 2010 a través de programes que combinen tractaments no farmacològics, atenció integral i activitats que estimulen la participació, la socialització i la qualitat de vida.

Aquest enfocament inclou:

- Programes intergeneracionals amb infants i joves.
- Col·laboracions amb Càritas de Girona (per exemple: *Grans moments, Grans experts, Compartim aficions*).
- Participació activa en la vida cultural local.
- Consells de participació amb residents i familiars.
- Prevenció de riscos com les caigudes o els errors de medicació.
- Millora de la mobilitat, la seguretat i la qualitat alimentària.
- Promoció de l'autoeficàcia, l'autocura, l'adherència, la resiliència i el sentit de coherència, elements clau per al benestar psicològic i la capacitat adaptativa.

L'art com a eina terapèutica: fonaments i potencial

En aquest marc ampli de promoció de la salut, les arts visuals emergeixen com una eina poderosa. Tant l'artteràpia com la teràpia d'art visual (TAV) s'utilitzen per potenciar el benestar emocional, fomentar l'expressió personal i estimular processos cognitius.

- **L'artteràpia**, conduïda per terapeutes formats, és un procés d'expressió i transformació mitjançant el dibuix, la pintura, l'escultura, etc.
- **La teràpia d'art visual (TAV)**, més funcional, fa servir l'art com a suport terapèutic per treballar habilitats cognitives, socials o motores.

La recerca científica ha començat a posar el focus en aquest tipus d'intervencions com a alternatives o complements no farmacològics per tractar el deteriorament cognitiu lleu (DCL). Una revisió sistemàtica de Masika, Yu i Li (2020) destaca millores en la funció cognitiva, l'estat d'ànim i la qualitat de vida en persones grans institucionalitzades que participen en programes d'art visual.

Intervenció al Centre Maria Gay

Partint d'aquesta base, al nostre Centre es va dur a terme una intervenció específica amb persones amb deteriorament cognitiu lleu (DCL). L'activitat va consistir en:

- La selecció de 14 residents del servei d'estada llarga i de la residència assistida amb DCL.
- Sessions setmanals de dues hores durant dues setmanes.
- L'elecció d'una obra d'art significativa i la seva reinterpretació plàstica.
- Sessions grupals de debat i intercanvi emocional.
- Una visita al Museu d'Art de Girona per veure les obres originals, guiats pel personal del museu.

L'activitat va tenir un doble valor, terapèutic i cultural: va reforçar l'autoestima, la memòria autobiogràfica, la connexió emocional i la socialització entre residents.

Resultats observats i revisió de l'evidència

Tot i que el nostre Centre encara no ha publicat resultats propis, l'experiència ha estat molt positiva i coincideix amb la literatura revisada. En estudis previs, com el de Mahendran et al. (2018), s'han observat:

- Millores en la funció cognitiva general, mesurada amb el *Rey Auditory-Verbal Learning Test* (RAVLT).
- Reducció dels símptomes depressius, avaluats amb l'escala GDS (*Yesavage Geriatric Depression Scale*).
- Disminució de l'ansietat, mesurada amb l'*Inventari Geriatric Anxiety Inventory* (GAI).

També s'han descrit beneficis en altres modalitats d'intervenció artística, com la pintura, l'educació artística i les arts expressives a distància. Tanmateix, cal destacar que l'evidència científica encara és limitada i que la majoria d'estudis presenten mancances metodològiques. Són necessaris assaigs clínics aleatoritzats i controls a llarg termini per validar definitivament aquestes intervencions com a estratègies de salut pública.

Reflexions i reptes de futur

Les arts poden tenir un paper fonamental en la construcció d'un model sanitari més holístic i humà. No són només una eina terapèutica, sinó també un recurs per a la transformació personal, la cohesió social i la dignificació de la vellesa.

A la llum de les experiències viscudes i de les evidències incipients, proposem:

- Fomentar la recerca rigorosa en artteràpia i teràpia d'art visual.
- Incloure aquestes pràctiques en les guies clíniques com a intervencions complementàries no farmacològiques.
- Formar professionals sanitaris en l'ús terapèutic de les arts.
- Estendre la col·laboració amb museus, centres culturals i comunitats locals.

Conclusions

- Les intervencions artístiques tenen un gran potencial en la promoció de la salut cognitiva i emocional en les persones grans.

- L'art no és només entreteniment, sinó també una via d'expressió, d'autoconeixement i de vincle amb els altres.
- És possible millorar la qualitat de vida de les persones amb deteriorament cognitiu lleu (DCL) mitjançant estratègies creatives, socials i no invasives.
- Calen més estudis per avaluar l'impacte a llarg termini, la seguretat i la rendibilitat d'aquestes pràctiques.
- La integració de les arts en els serveis assistencials representa una aposta per una cura més humana, integral i innovadora.

Fotografies







Bibliografia

- Agència de Salut Pública de Catalunya. (2014). *Bases per a la promoció de l'envelliment actiu i saludable*. Generalitat de Catalunya.
- Corbin, H. H., Sanmartino, M., Hennessy, E. A., i Urke, H. B. (Eds.). (2023). *Arts and health promotion: Tools and bridges for practice, research, and social transformation*. Springer.
- Fundación Salud y Persona. (2025, 4 de juliol). *Fundación Salud y Persona*. <https://saludypersona.org/>
- HPH Catalunya – Xarxa d'Hospitals i Centres Promotors de la Salut. (2025, 4 de juliol). *HPH Catalunya – Xarxa d'Hospitals i Centres Promotors de la Salut*. <https://promociodelasaluthph.cat/>
- Mahendran, R., Gandhi, M., Moorakonda, R. B., et al. (2018). Art therapy is associated with sustained improvement in cognitive function in the elderly with mild neurocognitive disorder: Findings from a pilot randomized controlled trial. *Trials*, 19(1), 615. <https://doi.org/10.1186/s13063-018-2988-6>
- Masika, G. M., Yu, D. S. F., i Li, P. W. C. (2020). Visual art therapy as a treatment option for cognitive decline among older adults: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 76(7), 1892–1910. <https://doi.org/10.1111/jan.14362>
- VipDistrict Salut. (2025, 4 de juliol). *Programa d'acompanyament professional*. CatSalut. <https://catsalut.gencat.cat/ca/proveidors-professionals/programa-acompanyament-professionals-sanitaris/index.html>
- World Health Organization. (1986). *Ottawa charter for health promotion*. World Health Organization.

