
COMPARTINT EXPERIENCIES DE PROMOCIÓ DE LA SALUT DE LA REGIÓ SANITARIA 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
Bosc 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

L'àrea de promoció de la salut de Dipsalut

Pau Batlle Amat

Dipsalut

Introducció

L'Àrea de Promoció de la Salut de Dipsalut és una unitat operativa de l'organisme de salut pública de la Diputació de Girona que, a través de la prestació de serveis, vol contribuir a la millora de la salut i del benestar de les persones, alhora que promou la consciència sobre l'impacte de l'acció humana en el planeta i en les espècies que l'habiten.

Què entenem per promoció de la salut?

La promoció de la salut és un procés continu i dinàmic que té com a finalitat generar les condicions perquè totes les persones puguin viure amb el màxim benestar possible. Entenem la salut com un dret fonamental que no ha d'estar condicionat per factors socials, culturals, econòmics o ambientals.

Considerem que la millor política possible és «donar a cada infant el millor inici possible de la seva vida». Per aquest motiu, és essencial oferir eines a les persones que en tenen cura i, al mateix temps, vetllar pel context social, econòmic i ambiental en què creixen.

Què sosté la línia de treball de l'Àrea?

Des de l'Àrea de Promoció entenem que la persona humana és, en essència, un ésser social i ambiental que neix, creix, viu i mor en un espai de relació amb els seus congèneres i en estreta connexió amb el medi que li permet la vida. Considerem que la salut i el benestar formen part dels drets humans, els quals constitueixen els prerequisits essencials de qualsevol societat democràtica i socialment justa.

En aquest sentit, la nostra raó de ser és promoure la igualtat en salut i benestar entre totes les persones, tot cuidant el medi ambient i assumint que els processos dinàmics i complexos de la desigualtat requereixen intervencions equitatives per garantir una vida digna. D'acord amb aquesta visió, l'Àrea s'alinea amb les tres línies estratègiques de Dipsalut: la dimensió social, la salut i la sostenibilitat. Així, orientem el nostre treball des de la perspectiva de les condicions de vida humanes i planetàries.

Per una banda, les condicions de vida humanes són el conjunt de factors polítics, socials i econòmics que els diferents grups articulen per regular la seva coexistència. Per altra banda, les condicions de vida planetàries inclouen els factors biològics, físics i químics que determinen l'habitabilitat del planeta. Ambdues dimensions estan íntimament lligades: l'acció humana altera els ecosistemes i, alhora, els canvis ambientals transformen els sistemes socials, arribant a comprometre les condicions d'habitabilitat humana.

El model de determinants socials de la salut i el benestar ens permet abordar les desigualtats en les condicions de vida humanes. En paral·lel, la salut planetària analitza la interdependència entre l'activitat humana i els sistemes naturals, i com aquesta relació afecta la salut de les persones, els animals i els ecosistemes. És necessari consolidar una salut pública basada en l'evidència i explorar la salut pública de precisió, que combina les dades procedents de les noves ciències computacionals i de salut amb les fonts tradicionals sobre determinants socials. Tot plegat ha de permetre intervencions més precises, eficaces i eficients. Aquesta mirada es completa amb la perspectiva salutogènica, que posa el focus en l'origen de la salut i confia en les capacitats individuals i col·lectives per avançar cap a un estat òptim de benestar.

L'evidència mostra que les condicions de vida i els seus principals factors —el mercat laboral i immobiliari, els sistemes educatiu, sanitari i energètic, així com les polítiques urbanístiques, de transport i agroalimentàries— són font de desigualtat. Les desigualtats en salut i benestar deriven de la distribució inequitable dels recursos i de l'exposició desigual als factors ambientals. Són desigualtats injustes, innecessàries i evitables, que esdevenen causa principal de pobresa i, en contextos de feble socialització, també de processos d'exclusió. A més, erosionen la cohesió social, tensionen la garantia dels drets i generen vulnerabilitat.

El canvi climàtic, la pèrdua de biodiversitat o la dificultat d'accés a l'aigua dolça són factors que agreugen aquestes desigualtats, exposant especialment els grups més vulnerables.

Finalment, som conscients que la majoria d'aquests factors escapen a la nostra capacitat directa d'actuació. Tot i això, podem incidir promovent processos de mobilització social i exercint influència intersectorial i interinstitucional. Vincular la salut de les persones amb la del planeta és una oportunitat per afrontar, des dels municipis de la demarcació, els reptes derivats de l'emergència climàtica i ambiental mitjançant accions de mitigació i adaptació.

Què fem?

La mateixa Organització Mundial de la Salut defineix la promoció de la salut com un procés polític i social global que inclou tant accions destinades a enfortir les habilitats i capacitats individuals i comunitàries, com accions orientades a transformar les condicions socials, ambientals i econòmiques, amb l'objectiu de generar un impacte positiu en la salut, tant individual com col·lectiva.

En l'àmbit individual, impulsem processos d'apoderament que permetin a les persones posar en pràctica eines per millorar la gestió de la seva vida. Oferim programes i serveis de caràcter general per a tots els municipis, com ara els programes de salut escolars («Sigues tu») o els programes d'activitat física («Activa't amb la natura»).

En l'àmbit comunitari, actuem com a facilitadors de la intervenció comunitària, amb la finalitat d'incidir en les condicions de vida de les persones. Aquestes intervencions es dissenyen a partir de la realitat concreta de cada territori, incorporant les veus i les necessitats tant de la població com dels professionals locals (per exemple, el programa «Benestar i Comunitat»).

De manera transversal, apliquem principis generals de la promoció de la salut, com les teories de l'apoderament, l'estratègia de «Salut en Totes les Polítiques» i l'universalisme proporcional. Alhora, incorporem factors específics del nostre territori, com l'atenció especial a les desigualtats, a la diversitat social i a la dispersió poblacional.

La millora contínua

L'avaluació és un element central de la nostra manera de treballar. Avaluar no és només mesurar resultats, sinó també aprendre del

que funciona i del que no, identificar bones pràctiques i garantir la transparència i la rendició de comptes.

Tots els nostres programes incorporen sistemes d'avaluació des de la seva fase inicial. Combinen indicadors quantitatius (participació, satisfacció, canvis d'hàbits) amb metodologies qualitatives (entrevistes, grups focals, observació), que permeten captar la complexitat dels processos.

A més, col·laborem amb institucions acadèmiques i centres de recerca per enfortir l'evidència científica dels nostres projectes. Aquesta cultura de l'avaluació ens permet adaptar les intervencions, innovar i construir coneixement útil per al conjunt del sistema públic de salut.

Conclusions

Entenem la promoció de la salut com un compromís amb les persones, el planeta i el territori que habitem. La nostra tasca respon a la voluntat de contribuir a deixar el món una mica millor del que hem trobat, des de la il·lusió i les ganes de generar canvis positius.

Per aquest motiu, procurem oferir respostes valentes, coordinades i amb una visió de llarg termini, basades en el rigor tècnic i guiades per la sensibilitat social i ambiental.

