
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
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

Sensibilització pel bon tracte a les persones grans

Esther Celda Garcia

Direcció Hospital d'Atenció Intermèdia Bernat Jaume
Fundació Salut Empordà

Introducció

El primer article de la *Declaració Universal dels Drets Humans* estableix: «Tots els éssers humans neixen lliures i iguals en dignitat i en drets» (Organització de les Nacions Unides, 1948).

Aquí emergeix el concepte de dignitat, present en el preàmbul de la majoria de les lleis, especialment aquelles que tenen les persones com a subjecte central. L'edat no ha de suposar mai un límit, ja que la dignitat és una qualitat intrínseca dels éssers humans. Es tracta d'un valor absolut que implica el respecte als valors, a les prioritats i a les preferències de cada persona, i que està vinculat a la capacitat de triar el propi camí, amb un únic límit: respectar la dignitat dels altres.

L'Organització Mundial de la Salut (2019) ha declarat el període 2020-2030 com la *Dècada de l'Envel·liment Saludable*, que inclou deu anys de col·laboració concertada, catalitzadora i sostinguda. A la fi d'aquesta dècada, la xifra de persones de seixanta anys o més haurà augmentat un 34 %, passant de 1.000 a 1.400 milions. L'any 2050 hi haurà més del doble de persones grans que de nens menors de cinc anys.

L'envelliment saludable consisteix a desenvolupar i mantenir, en edats avançades, la capacitat funcional que fa possible el benestar. Aquesta capacitat és determinada per la capacitat intrínseca (física i mental), per l'entorn on es viu i per les interaccions entre tots dos factors.

La vulnerabilitat pot aparèixer quan la capacitat intrínseca és disminuïda (discapacitat i dependència), l'entorn no és inclusiu i les interaccions estan condicionades per l'edatisme. Aquests elements incrementen el risc de situacions de maltractament. La font inicial del maltractament és la vulneració dels drets.

L'obligació del *bon tracte* és, en primer lloc, una obligació ètica que es concreta en el reconeixement dels drets de les persones. La igualtat en dignitat exigeix igualtat en drets i, especialment, prou oportunitats per exercir-los en la vida quotidiana.

Totes les persones tenen dret a no ser limitades en la seva llibertat i a rebre el suport necessari; a la informació veraç i comprensible; al consentiment informat; a expressar directrius prèvies; a la privacitat, la intimitat, la imatge i l'honor; a rebutjar intervencions; i a gestionar la pròpia vida d'acord amb els propis valors i preferències.

Taula comarcal contra el maltractament de les persones grans: atenció social i sanitària, xarxa territorial i mirada compartida



De la prevenció del maltractament a la defensa dels drets de les persones grans

L'any 2014 es va constituir el marc de col·laboració entre els serveis sanitaris i socials que establia el Pla interdepartamental d'acció i interacció social i sanitària (PIAISS). Una de les línies de treball compartides entre dispositius socials i sanitaris era l'abordatge dels maltractaments contra la gent gran.

L'any 2018, la FSE es va incorporar als Projectes d'Especialització i Competitivitat Territorial (PECT) – *Girona, regió saludable*. Aquest projecte va permetre crear l'Observatori INDIKA a la comarca de l'Alt Empordà.

El 2019 es va crear la Taula comarcal contra els maltractaments de les persones grans amb els objectius següents:

1. Aterrar el protocol de la *Guia territorial de la demarcació de Girona contra els maltractaments a les persones grans*, sistematitzant un circuit i un continuïtat en l'atenció, i creant una xarxa de professionals i serveis.
2. Crear un equip especialitzat de referència en l'abordatge i assessorament de casos complexos de maltractament.
3. Elaborar una eina de treball consensuada, amb un llenguatge comú, que permeti als professionals de la comarca detectar, graduar i fer el cribratge dels maltractaments i dels factors de risc.
4. Fer tasques de prevenció i sensibilització mitjançant accions comunitàries i de formació, fomentant el bon tracte.

En aquest context es van crear tres comissions, actualment en ple funcionament:

- Comissió de suport a casos complexos de maltractament.
- Comissió de centres.
- Comissió de sensibilització i formació.

Es tracta d'un projecte en què tots els agents estan implicats i que, per tant, integra tota la comunitat.



Les actituds vers l'edat comencen a formar-se en la primera infància. Al llarg de la vida, és possible que s'interioritzin (edatisme autodirigit) i repercuteixin negativament en la longevitat de la persona. L'edatisme també es tradueix en obstacles en les polítiques i programes de sectors com l'educació, el treball o la salut, ja que influeix en la manera de plantejar els problemes, en les preguntes que es formulen i en les solucions que s'ofereixen. L'OMS estima que el 50 % de la població mundial és edatista.

Cal fomentar models d'intervenció de bon tracte que s'enfrontin als estereotips (com pensem), als prejudicis (com ens sentim) i a la discriminació (com actuem) respecte a les persones en funció de la seva edat.

Finalment, i com era d'esperar, cal destacar la presència activa i determinant de la gent gran en tot el procés. Les persones grans no són únicament receptores de serveis, sinó una part activa imprescindible del procés de canvi. No es poden idear accions per a la gent gran sense la gent gran.

La Comissió de Sensibilització i Formació treballa en aquesta línia i, per aquest motiu, el 2023 la Taula contra el maltractament de la gent gran va passar a denominar-se Taula comarcal pels drets de les persones grans de l'Alt Empordà.

A partir d'aquí, la comissió va posar en marxa accions contra l'edatisme i a favor de la defensa dels drets, en el marc de les relacions intergeneracionals enteses com a accions de benefici mutu. Les persones grans ensenyen, transmeten valors i costums; els joves busquen identitat cultural i històrica, així com models positius. Les relacions intergeneracionals van més enllà de la convivència: impliquen participar, compartir i aprendre mútuament.

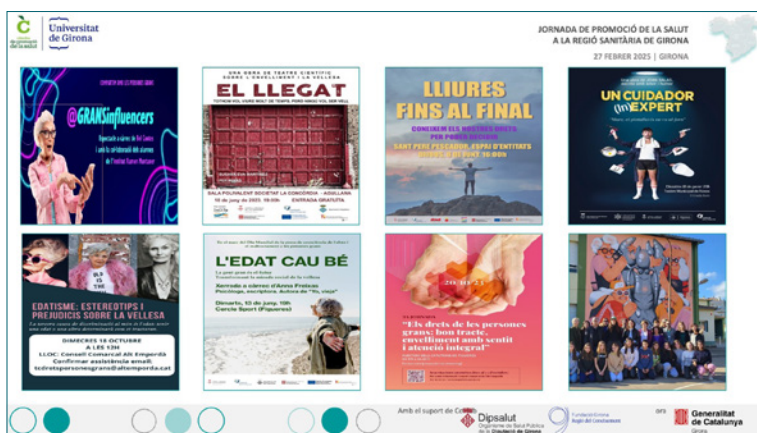


El 2024, la comarca de l'Alt Empordà va culminar el seu projecte amb la segona edició de la Setmana *Compartim*, amb un conjunt d'activitats significatives i la complicitat del professorat:

- Conferències i tallers amb la participació de 29 escoles (3.400 alumnes) i 6 instituts (1.100 alumnes), liderats per 130 persones grans.
- Activitats lúdiques com *Ballem amb música d'ara i abans*, protagonitzades per 700 joves i persones grans.
- Caminades pels drets de la gent gran, amb la participació de 7 poblacions de la comarca i més de 800 persones joves i grans.

El món de la cultura i de l'espectacle tampoc no resta al marge de la Comissió de Sensibilització. Ben al contrari, hi té una presència continuada:

- **@GRANSinfluencers.** Obra de teatre realitzada per estudiants de l'Institut Ramon Muntaner de Figueres. S'han fet 39 representacions arreu de la comarca, amb la implicació de 1.700 alumnes, que han generat profundes reflexions sobre l'última etapa de la vida: com acompanyar, com combatre l'edatisme o com pal·liar la soledat.
- **El Llegat.** Teatre científic sobre l'envelliment, a càrrec de la companyia Incite.
- **Un cuidador (in)expert.** Monòleg escrit per Joan Salas amb humor i amor, que explora el viatge d'un fill que torna a casa per cuidar la seva mare amb una patologia degenerativa. Basant-se en la seva experiència, l'autor relata com va decidir abandonar la seva carrera artística a la capital per assumir el paper que li dictava el cor.



Reptes de futur

- Promoure un envelliment amb sentit, continuant el treball en el respecte i la garantia dels drets.
- Incorporar la diversitat cultural i d'orígens de les persones grans en les estratègies d'intervenció.
- Abordar l'envelliment de les persones amb diversitat funcional des d'una mirada inclusiva.
- Revisar les cures de llarga durada al llarg del cicle vital, adaptant-les a les necessitats canviants.
- Potenciar la formació i capacitació dels professionals en la prevenció, detecció i abordatge dels maltractaments a les persones grans, així com en l'ús de pràctiques, eines i estratègies per gestionar aquestes situacions de manera eficaç.

Conclusions

1. A l'Alt Empordà, la lluita contra els maltractaments a la gent gran, un cop en funcionament la comissió per a casos complexos i el registre corresponent, se centra en la prevenció, la defensa dels drets i la lluita contra l'edatisme.
2. Les relacions intergeneracionals, mitjançant accions amb sentit, constitueixen la base de la lluita contra l'edatisme.
3. La gent gran és proveïdora de riquesa a la comunitat. Cal evitar el paternalisme i promoure el concepte d'«espais de salut», on les persones grans ensenyen, en lloc d'«escoles de salut», on només aprenen. Arribar a edats molt avançades significa haver sabut envellir, i aquestes habilitats cal transmetre-les a les generacions més joves que inicien el seu propi camí vital i procés d'envelliment.



Bibliografia

Departament de Drets Socials – Generalitat de Catalunya. (2024). *Model català d'abordatge davant l'abús i els maltractaments de persones grans*.

Departament de Treball, Afers Socials i Famílies – Generalitat de Catalunya. (2018). *Guia territorial de les comarques gironines per a l'actuació contra el maltractament a les persones grans*.

Goikoetxea, M. (2024). *Ètica, trato y modelos de intervención y relación profesional*.

Indika. Observatori de Salut i Social de l'Alt Empordà. (s. f.). https://www.indikasalut.cat/?trk=public_post_reshare-text

Organització Mundial de la Salut. (2019). *Decade of healthy ageing 2020-2030: Informe*.

Organització de les Nacions Unides. (1948). *Declaració Universal dels Drets Humans*. https://www.ohchr.org/sites/default/files/UDHR/Documents/UDHR_Translations/cln.pdf

