

Fem Comunitària, Fem Salut

Autors:

Sonia Mataix, Silvia Mercade, Silvia Villanueva, Mireia Garcia Serrano, Gemma Puig

INTRODUCCIÓ

La Salut comunitària és el conjunt d'actuacions destinades a millorar la situació de salut de la comunitat en les seves dimensions físiques, psicològiques i socials, que actuen per mitjà de la capacitat col·lectiva d'adaptació positiva als canvis de l'entorn" (Llei 18/2009, del 22 d'octubre, de salut pública).

La salut comunitària suposa que la comunitat i els professionals que hi treballen sumin esforços per tal de millorar la salut i el benestar de la comunitat i de reduir les desigualtats socials.

Mobilitzar els **actius de la comunitat** els seus sistemes de suport, normes, aspectes culturals, institucions, les polítiques i les creences.

- Identificar i donar resposta a necessitats i determinants socials als quals estan exposats.

- La participació de la comunitat com a protagonistes del procés.

OBJECTIUS

Generals: Fomentar els hàbits de vida saludable mitjançant activitats comunitàries dinamitzades pels professionals de l' Equip d' Atenció Primària (EAP).

Específics: Promoure l'activitat Física i Incentivar l'alimentació saludable.

MATERIAL I MÈTODE

Activitats Comunitàries adreçades la població general del municipi de Vilanova i la Geltrú i a professionals que treballen als EAP's de Vilanova 1 i 2 durant l'any 2022.



Ruta dissenyada per la caminada.

RESULTATS

Un **equip multidisciplinari** format per la **Nutricionista**, la **referent de comunitària dels professionals d'atenció a la Ciutadania**, i altres professionals del **Grup Motor de Comunitària de l'EAP**, van dissenyar el cronograma per a organitzar les activitats mixtes :

camnada i xerrada d'alimentació saludable:

- 1.Preparació Itinerari de la caminada
- 2.Preparació de la infografia de l'activitat
3. Difusió a la ciutadania de l'activitat
4. Preparació dels tríptics amb receptes d'alimentació saludable

Els dies **7 d'abril en motiu del Dia mundial de la Salut**, i el dia **2 de Juny del 2022 en motiu de la Setmana sense Fum**, es van realitzar unes caminades populars conjuntes amb ciutadans del municipi de Vilanova i professionals dels dos equips d'atenció primària .

Es va fer difusió prèvia de l'activitat a la població i professionals per informar mitjançant pòsters ubicats als punts de més afluència dels centre d'atenció primària del municipi i amb el suport de les xarxes socials.

La **participació conjunta (ciutadania i professionals) en les activitats van ser de 26 assistents en la primera caminada i de 19 en la segona.**



Ciutadania i professionals de l'EAP que hi van participar.



Recepta dissenyada per la nutricionista assignada a l'EAP de Vilanova 1.

CONCLUSIONS

Des dels Equips d' Atenció Primària del **municipi de Vilanova i la Geltrú**, s'han organitzat **activitats comunitàries** per promoure **hàbits saludables** on van participar **ciutadans de diferents edats, així com professionals dels dos EAP's**.

Es van establir vincles entre participants, organitzadors i professionals sanitaris, obrint un **espai de comunicació** que va convidar a **recollir inquietuds, suggeriments i necessitats de la comunitat**.