



Marc de promoció de la salut

En un context marcat per grans desigualtats socials, crisis ecològiques i canvis demogràfics, la salut pública ha de ser capaç de redefinir el seu paper i ampliar la seva mirada. Dipsalut, conscient d'aquesta realitat, entén que es construeix la salut des de la quotidianitat, les relacions socials, i els entorns on les persones desenvolupen la seva vida diària, entorns en els quals les polítiques públiques municipals i l'acció de les entitats prenen una especial rellevància.

Salut i benestar

Segons la **definició oficial de l'OMS la salut** és un estat complet de benestar físic, mental i social i no només l'absència de malaltia (OMS 1948). Veiem que es tracta d'una definició molt utòpica i inabastable per a moltes persones, com per exemple, les que tenen malalties cròniques. Alhora, també és difícil d'operativitzar, ja que com es pot mesurar «un estat complet de salut»? També deixa de banda la capacitat humana per afrontar els desafiaments físics, emocionals i socials de la vida.

Més recentment, **Jadad i col·laboradors** (2011) han proposat una nova definició de salut més operativa i que inclou la mirada comunitària: **la salut és la capacitat de les persones i les comunitats d'adaptar-se i autogestionar-se davant els desafiaments físics, mentals, espirituals i socials**. A més, a partir de l'any 2021 a la Conferència de Ginebra de l'OMS incideix en començar a parlar de **benestar**, com aquell estat positiu que experimenten els individus i les societats. Això abasta la qualitat de vida i la capacitat de les persones i les societats a contribuir al món d'acord amb un sentit de significat i propòsit.

Aquest darrer enfocament és el que defensem des de Dipsalut, ja que el benestar i la salut d'una societat es pot observar en la mesura que els seus individus són resilients, desenvolupen capacitat d'acció i estan preparats per superar els desafiaments de la vida.

Pel que fa als ajuntaments, és molt important que les polítiques municipals tinguin en compte la salut i el benestar en totes les seves àrees d'actuació, des de l'urbanisme i l'habitatge fins a la cultura, acció social, l'educació, la mobilitat, el medi ambient i l'esport i activitat física per promoure una salut equitativa i justa per a tota la ciutadania. És el que es coneix com a **Salut en Totes les Polítiques**.

De la mateixa manera, és fonamental promoure una **governança** que vetlli per la coordinació entre administracions, entitats i ciutadania. Cal establir espais de participació i responsabilitat compartida per integrar la salut en totes les polítiques.

Determinants socials de la salut

Quan parlem de salut és imprescindible parlar del **context social i econòmic**, ja que gairebé el **80% dels factors que incideixen sobre en la nostra salut estan fora del sistema sanitari**. Aquests factors tenen a veure amb les condicions de vida com: l'habitatge, el treball, el país d'origen, els ingressos econòmics o l'educació, entre d'altres.

Està demostrat que els factors socials i econòmics expliquen la major part de les **diferències en salut que són innecessàries, injustes i evitables** (Whitehall, 1991, University of Wisconsin,



2025). Tot i que el context global i la repartició del poder determinen moltes d'aquestes desigualtats, des dels ajuntaments i les entitats es poden endegar accions per tal de modificar aquestes condicions i contribuir a millorar la salut i el benestar de la població.

Per aquest motiu, la intervenció des del món local és tan important i ha de tenir en compte **l'equitat com a eix central**. Es parla de gradient social en salut, que vol dir que, com pitjor és la posició social de la persona, pitjor salut i menys esperança de vida té. L'evidència en el camp de la salut ens demostra que, si ens centrem només en aquells sectors més desafavorits, no podrem revertir la situació. Per reduir aquesta desigualtat en salut injusta, les accions han de ser universals, però amb una escala i una intensitat proporcionals al nivell de desavantatge, la qual cosa s'anomena **universalisme proporcional** (Marmot, 2010).

Actualment, la població de les comarques gironines és molt heterogènia i, per tant, és fonamental tenir-ho en compte a l'hora d'intervenir en matèria de salut i benestar. La **teoria de la interseccionalitat** (Crenshaw, 1989) completa la mirada de determinants i explica com les diferents categories socials (el gènere, la classe, l'ètnia, el fenotip, la procedència, l'orientació sexual...) estan interrelacionades i poden donar lloc a una doble o triple discriminació. Aquesta teoria afirma que tots els prejudicis basats en la intolerància (sexisme, racisme, homofòbia...) no actuen de forma independent, sinó que donen lloc a un sistema global d'opressió. Així, per exemple, per entendre la salut de les dones no n'hi ha prou amb analitzar-la només amb una mirada de gènere, caldrà considerar també categories com la procedència, la classe social o la diversitat funcional, entre d'altres.

També cal tenir en compte que **la salut és un dret humà fonamental**, de manera que les polítiques i els programes han d'oferir estratègies i solucions que permetin afrontar i reduir les desigualtats i eliminar les pràctiques discriminatòries i les relacions de poder injustes. En aquest sentit, la Carta d'Ottawa (OMS, 1986) destaca que els requisits per a la salut han de ser la pau, l'educació de qualitat, uns recursos econòmics i alimentaris adequats, l'habitatge digne, un ecosistema estable, justícia social i equitat. Així doncs, es posa en relleu l'estreta relació que hi ha entre les condicions socials i econòmiques, l'entorn físic, els estils de vida individuals i la salut.

La Salut Planetària i l'agenda 2030

La nostra forma de vida actual centrada en el consumisme fa que «estem actuant en contra de la nostra pròpia supervivència» (Y. Herrero, 2024). Per tant, cal un **canvi de paradigma que garanteixi la sostenibilitat de la vida al nostre planeta**, ja que els éssers humans som ecodependents dels recursos del planeta i interdependents els uns dels altres.

En aquest sentit, recentment es parla del concepte de **Salut Planetària**, que suposa l'assoliment del nivell més alt de salut, benestar i equitat a tot el món, respectant els límits dels sistemes naturals de la terra mitjançant la integració de diferents sistemes humans (socials, polítics i econòmics).

A més, es va desplegar l'**Agenda 2030 per al Desenvolupament Sostenible**, que respon a cinc grans àrees clau conegudes com les 5P (persones, planeta, prosperitat, pau i partenariat) i conté els disset Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS, 2016).



Aquests objectius tenen sentit en la mesura que cada territori els assumeixi com a propis, els implementi en els seus diferents àmbits d'actuació i contribueixi de forma efectiva a canviar el rumb cap a un ús sostenible dels recursos i unes societats pacífiques i inclusives. D'aquesta manera, des dels municipis és fonamental contribuir al seu assoliment a partir de petites accions.

L'educació per a la salut

En definitiva, podem veure la salut des de dos punts de vista; d'una banda, evitar tot allò que ens pot fer emmalaltir que són els riscos per a la salut i, d'altra banda, promoure tots els recursos que ens ajudin a millorar la salut. Aquesta segona mirada és el que anomenem **Promoció de la salut**, que són *totes aquelles accions destinades a enfortir les habilitats i capacitats individuals i actuar sobre les condicions socials, ambientals i econòmiques per tal que les persones i comunitats puguin augmentar el control sobre els factors que afecten a la seva salut i poder millorar-la.*

La principal eina de la promoció de la salut és **l'educació per a la salut**, que comprèn qualsevol combinació d'experiències d'aprenentatge dissenyades per ajudar les persones i les comunitats a millorar la seva salut augmentant els coneixements, influint en la motivació i millorant l'alfabetització en salut. En definitiva, l'educació per a la salut és la metodologia de la promoció de la salut i va més enllà de donar informació, ja que inclou les **habilitats per a la vida** necessàries per prendre bones decisions en salut.

Així doncs, la promoció de la salut és molt àmplia i pot abastar diferents àrees d'intervenció que estan centrades a millorar els estils de vida de les persones amb relació a l'activitat física, l'alimentació, la sexualitat, els consums, la convivència, la gestió de les emocions i de l'estrès... Per dur a terme aquestes accions és fonamental tenir en compte els determinants socials de la salut, l'universalisme proporcional i el marc de la salut planetària i els ODS que hem mencionat anteriorment.

Aquestes intervencions es poden liderar a través de l'àrea de salut de l'ajuntament o bé en col·laboració o col·laboratge amb altres àrees com: participació, educació o acció social. També des de les entitats sense ànim de lucre de manera independent o, molt millor, coordinadament amb les accions dels respectius ajuntaments.

Per saber-ne més:

- Determinants socials de la salut: [Model of Health](#) (University of Wisconsin, 2025)
- Universalisme proporcional: [The Marmot Review](#)
- Interseccionalitat i món local: [Com incorporar la interseccionalitat en les polítiques locals](#) (Ajuntament de Terrassa)
- Salut Planetària: [Institut de Salut Global de Barcelona.](#)
- Objectius de Desenvolupament Sostenible: [Nacions Unides](#). A més, en aquest enllaç de la [Diputació de Barcelona](#) podeu trobar exemples d'experiències locals en la implementació dels ODS.
- Habilitats per a la vida: [Programa "Sigues tu" de Dipsalut.](#)