

## **MEMORIA 2020**

### **Suport al desenvolupament del Programa Promoció de l'Activitat Física Saludable**

**Barcelona, desembre 2020**

**Responsables del pla a nivell de l'ASPCat:** Carmen Cabezas

**Coordinadora:** Angelina Gonzalez i Eulalia Roure

# Índex

1. Breu descripció del programa i dades de procés.
2. Implementació PAFES i altres actuacions durant el 2020.
3. Registre a l'Historia Clínica d'Atenció Primària.
4. Base de dades i avaluació del PAFES.
5. Premi bones pràctiques al PAFES.
6. Activitat física a l'Enquesta de Salut de Catalunya.
7. Web.
8. Campanyes: Dia mundial de l'activitat física (DMAF).
9. Activitat Física i la COVID19.
10. Proposta d'integració dels programes de prevenció i promoció.
11. Difusió i col·laboracions.
12. Propostes 2021.
  - Annex 1. Resultats satisfacció amb el curs online PAFES.
  - Annex 2. Infografia resum dels resultats de l'avaluació del PAFES.

## 1. Breu descripció del programa i resultats

El programa de Promoció d'Activitat Física Saludable s'inicia al 2005 amb el Pla d'Activitat Física, Esport i Salut (PAFES). Un pla interdepartamental e intersectorial (Departament de Salut – Salut Pública- i la Secretaria General de l'Esport) per a la promoció de l'activitat física a través de l'atenció primària i complementada a nivell local mitjançant foment dels recursos locals (disseny de fulletó amb 2-3 rutes interurbanes per caminar i recull d'activitats saludables a l'abast en el municipi) i la capacitat dels professionals.

Des de la Fundació d'Atenció Primària es dona suport des del 2011 al PAFES, a través de suport tècnic, assessorament, i la coordinació de la implementació del programa a l'atenció primària de salut. A partir de 2019 la relació interdepartamental termina, i el PAFES es transforma en el Programa de Promoció d'Activitat Física Saludable (AFS), liderat des de l'Agència de salut pública de Catalunya conjuntament amb la Fundació d'Atenció Primària.

El AFS és un programa comunitari en el que participen l'administració autonòmica i local per a la promoció d'entorns facilitadors de l'activitat física. El programa va començar al 2005 amb un pla pilot, el PIP, i des del 2007 es fa la implementació (en fases consecutives) per a incloure les ABS de Catalunya. Des del 2009 te una [web](#) pròpia.

Els objectius del programa son:

- Incorporar el consell i la prescripció d'activitat física a la pràctica habitual dels professionals de l'APS.
- Millorar la capacitat dels professionals sanitaris de l'APS en el consell i la prescripció d'activitat física.
- Establir circuits de comunicació i derivació d'usuaris amb l'expert en activitat física

(LCAFE) per a la prescripció d'activitat física.

- Potenciar la utilització dels equipaments esportius com a opció de promoció de salut.
- Treballar conjuntament amb els professionals promotors de l'activitat física locals, les diverses administracions i sectors implicats.

Per a la prescripció/consell d'activitat física als Centres de Salut el programa prioritza les persones adultes sedentàries i sanes que presenten algun factor de risc cardiovascular (hipertensió, dislipèmia, obesitat/sobrepès i/o diabetis tipus 2).

A nivell de l'atenció primària, el protocol d'actuació estableix 3 nivells de consell/prescripció d'activitat física per a persones que estiguin en un estadi del canvi de preparació:

1. Consell general o breu
2. Assessorament en activitat física
3. Derivació a un programa d'exercici físic supervisat per un Llicenciat de l'activitat física (derivació a un equipament esportiu local, fent un exercici físic en grup durant 6 mesos). Aquest nivell es porta a terme només a les ABS on els municipis ho faciliten i es gestiona a nivell local.

La prescripció/consell d'activitat física es basa en el model de Prochascka i Diclemente. Inicialment es valora l'estadi del canvi, mitjançant la pregunta: "Feu activitat física moderada (equivalent a caminar a bon pas) regularment, és a dir, almenys 5 cops per setmana durant 30 minuts cada dia com a mínim (es poden acumular al llarg del dia)?"

A partir de la identificació de l'etapa del canvi en la que es troba la persona es realitza el consell més adequat: entrevista motivacional, reforç, consell general, assessorament o derivació (en cas que sigui una opció). Des del 2009 a l'Historia Clínica s'incorporen dos ítems de registre PAFES, a d'Intel·ligència Activa. Al 2019 s'incorpora al registre el qüestionari CBPAAT que mesura de forma objectiva el nivell d'activitat física i la valoració del temps asseguats diari.

## Questionari CBPAAT. Nivell d'Activitat Física:

Test d'exercici breu - Brief Physical Activity Assessment Tool (CBPAAT)

Data del test: 12/06/2019

Ítem	Exemples	Sessions setmanals
Quantes vegades per setmana realitza vostè 20 minuts d'activitat física intensa que li faci respirar ràpid i amb dificultat?	Córrer, aixecar pesos, excavar, aeròbic, bicicleta ràpida o caminar a un ritme que li impedeixi parlar amb normalitat.	<input type="radio"/> Mai <input type="radio"/> 1-2 cops per setmana <input type="radio"/> 3 o més cops per setmana
Quantes vegades per setmana realitza vostè 30 minuts d'activitat física moderada o passeja de manera que augmenti la seva freqüència cardíaca o respiri amb més intensitat del normal?	Tasques domèstiques, carregar pesos lleugers, anar amb bicicleta a una marxa regular, jugar amb nens, a petanca o un partit de dobles de tennis.	<input type="radio"/> Mai <input type="radio"/> 1-2 cops per setmana <input type="radio"/> 3-4 cops per setmana <input type="radio"/> 5 o més cops per setmana

Calcular

Puntuació / Interpretació

## Estadi de canvi (variable VP1101)

Valors	Descripció
Fa Més	Fa més de 6 mesos que ho faig (MANTENIMENT)
Des De	Des de fa menys de 6 mesos que ho faig (ACCIÓ)
Comença	Començaré en els propers 30 dies (PREPARACIÓ)
Comença	Començaré en els propers 6 mesos (CONTEMPLACIÓ)
No Tinc	No tinc intenció de començar abans de 6 mesos (PRECONTEMPLACIÓ)
Recaigu	Recaiguda
No Proc	No procede

## Consell donat a la consulta (variable AL110)

Valors	Descripció
Consell	Consell reforç
Consell	Consell breu
Consell	Assessorament o prescripció
Derivac	Derivació a programa d'exercici físic local
Derivac	Derivació activitat grupal al CAP
Entrevi	Entrevista motivacional
No Proc	No procedeix

## Variable Sedestació interrompuda:

Valors	Descripció
No	No s'aixeca com a mínim cada hora.
Si	S'aixeca com a mínim cada hora.

Del 2007 al 2014 el PAFES es va implementar a les Àrees Bàsiques de Salut (ABS) i municipis de Catalunya en fases anuals. Cada fase d'implementació va començar amb una selecció d'Equips d'APS (EAP). A cada Equip es van identificar 2 referents (idealment un metge i una infermera de família). La formació dels 2 referents de cada EAP s'ha realitzat mitjançant una estratègia de formació de formadors, descentralitzada per a cada Sector Sanitari.

A nivell municipal es va realitzar el contacte amb el municipi (Regidoria d'Esports i de Salut) per treballar la identificació de rutes saludables, i dels recursos a nivell local per a realitzar activitat física. Per part de la SGE, des del 2008 es porten a terme, entre d'altres, les següents actuacions:

- Estratègia de formació de formadors per a llicenciats de l'activitat física (379 persones formades)
- Suport a tècnics d'esport municipals per a la demarcació, disseny i edició de fulletons para la promoció de l'activitat física en el municipi:
  - o Llistat amb l'oferta d'activitat física saludable al municipi
  - o Identificació i disseny de rutes saludables interurbanes amb edició de fullets accessibles a la pàgina web.
  - o En alguns municipis oferta d'espai a l'equipament esportiu i hores d'un Llicenciat en activitat física i esport per a realitzar el programa supervisat.

Des del 2014 totes les ABS de Catalunya s'han incorporat al PAFES i es comença una fase de manteniment a la que es dona continuïtat a formacions de referents d'EAP (per als nous referents donada l'elevada rotació de professionals a l'APS), es realitzen formacions anuals a cada regió/sector sanitari per a referents PAFES per fer xarxa i formació, i es crea una formació online en activitat física i Salut, adreçada a tots els professionals de salut d'APS de Catalunya.

A partir de 2019 el PAFES passa a ser el AFS, programa liderat des de ASPCAT, i es treballa en la integració del mateix amb els programes d'Atenció Primària Sense Fum i Beveu Menys.

➤ **Dades de procés a desembre 2020 (taula 1)**

**Taula 1. Evolució dels indicadors del Pla d'Activitat Física, esport i Salut**

Indicadors	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
<b>Nombre d'ABS</b>	217	274	344	365	370	370	370	370	370	<b>370</b>
<b>Referents EAP</b>	452	548	688	694	740	740	740	740	740	<b>740</b>
<b>N tallers de regió/ N assistents</b>					1 / 32	9 / 315	4 / 115	9 / 366	7 / 232	*
<b>N tallers perifèrics/N assistents</b>							1 / 22	20 / 339	9 / 180	<b>13 / 158</b>
<b>Formació online edicions/aprovats</b>						444	928	857	649	<b>343<sup>1</sup></b>
<b>Nombre de municipis</b>	170	188	219	250	250	255	260	290	300	<b>300</b>
<b>Nombre de rutes saludables planificades</b>	644	648	741	786	786	891	906	906	920	<b>920</b>
<b>% Usuaris atesos insuficientment actius i amb factor de risc cardiovascular que reben un consell d'activitat física PAFES (15-69 anys)</b>	-	-	24,05%	35,82%	41,62%	34,33%	44,84	46,58	42,63	<b>33,54%</b>
<b>Activitats DMAF</b>	272	223	276	515	538	674	475	400	452	*
<b>Participants DMAF</b>	66.359	64.467	174.771	203.366	201.982	208.510	149.650	129.504	156.378	*
<b>ABS participants al DMAF</b>	-	29	43	77	84	60	192	152	172	*
<b>Web PAFES visites</b>	32.706	20.982	33.430	17.000	30.163	33.003	34.109	13.739	19.854	<b>10.133</b>

\*Al 2020 els tallers presencials i el DMAF van ser cancel·lats per la COVID-19; (1)L'edició oct-des encara no ha terminat



## 2. Implementació AFS

L'any 2020 continua la fase de manteniment de l'AFS en el marc del Pla de Salut 2016-2020, dins de la línia de Salut Pública. Durant el 2020 s'han portat a terme les següents actuacions per al manteniment del PAFES:

- Reunions amb referents de promoció de l'Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT) i CatSalut per a la planificació anual. Actualització dels referents i identificació de necessitats formatives.
- Des de CatSalut, degut a l'aparició de la COVID-19 s'ha retirat del contracte programa de l'Atenció Primària l'objectiu sobre el consell d'activitat física.
- Els Equips de Salut Pública Territorials (ESPT) de l'ASPCAT han mantingut, en la mesura del possible, la difusió i suport a la promoció d'activitat física a nivell municipal dintre de les seves tasques com a agents de promoció de la salut.
- Suport i potenciació dels elements comunitaris AFS, amb difusió de dades de procés per cada Regió Sanitària, i per EAP a demanda.
- Col·laboració amb l'elaboració de missatges de promoció de l'activitat física al Canal Salut i al facebook "vida saludable" de forma oportunista.
- Actualització de la base de dades per a l'avaluació del impacte d'AFS en el control dels factors de risc cardiovascular. Des del 2016 les dades que es recullen del PAFES (des de l'història clínica ECAP) són el nombre de "persones ateses de 15 a 69 anys, amb factor de risc cardiovascular, que reben un consell d'activitat física". Es a dir, cobertures de consell d'activitat física a la població diana.
- L'AFS és una de les actuacions del Pla Interdepartamental de Salut Pública. Al 2016 es crea la web actius i salut [www.actiusisalut.cat](http://www.actiusisalut.cat), un espai web que permet la creació d'un mapa d'actius de Catalunya a partir del treball en xarxa amb les entitats locals. Actius i Salut permet visibilitzar per un costat les rutes d'AFS i per altre, l'oferta per fer activitat física gratuïta que hi ha a l'ABS.

## **Actuacions formatives**

Durant l'any 2020 s'han realitzat les següents formacions:

### Tallers perifèrics realitzats pels referents PAFES als EAP

Sessions d'activitat física de 2 hores que realitzen els referents d'activitat física a cada ABS, lo qual permet que els referents que fan les sessions als seus equips obtinguin acreditació i també els assistents a la mateixa. Al 2020 13 Equips acrediten haver realitzat la formació al seu EAP, que arriba a un total de 158 professionals.

### Sessions PAFES de 4 hores (xarxa i reforç):

Durant el 2020 havien programats 5 tallers per a referents a les ABS, que degut a l'aparició de la COVID-19 ha sigut impossible realitzar. L'objectiu del taller és explicar les novetats AFS i crear xarxa entre els professionals referents a cada territori. El taller està acreditat pel Consell Català de Formació Continuada Professions Sanitàries amb 0,5 crèdits.

### Actualització acreditació de les formacions

Actualització de l'acreditació per als diferents tallers AFS. Formació online, taller perifèric (2 hores), taller de referents (4 hores) i taller de nous referents (6 hores).

### Missatges als referents AFS de les ABS

Trimestralment s'envien missatges als referents d'activitat física de cada ABS amb notícies i novetats sobre programa i/o la promoció d'activitat física (Nadal, abans i després del DMAF, juliol i setembre). Els missatges s'envien a mes de 1.000 adreces de referents PAFES i professionals de salut pública i municipis.

### Curs online "Activitat física i Salut: Intervenció a l'Atenció Primària"

Durant el 2020 es realitzen 3 edicions del curs online "Activitat física i Salut: Intervenció a l'Atenció Primària". Aquesta formació s'adreça a tots els professionals de salut del territori. El curs segueix una metodologia docent que replica visites d'usuaris a professionals de salut, seguint el model del curs a distància realitzat pel programa "Atenció Primària Sense Fum" que està en marxa des del 2011 amb uns resultats molt positius. El curs ha estat acreditat amb 4,1 crèdits.

Durant 2020 un total de 1.051 persones s'han inscrit al curs online. Al llarg de 3 edicions 343 professionals aproven el curs (un 67% dels professionals que l'inicien). Els resultats de la satisfacció segueixen sent molt positius.

A mes a mes, durant el 2020 s'actualitzen els temes docents amb contingut i bibliografia recent. Al 2021 es realitzarà un canvi del aplicatiu del curs, i es faran 2 edicions.

### Tutoritzat estudiants i tesines

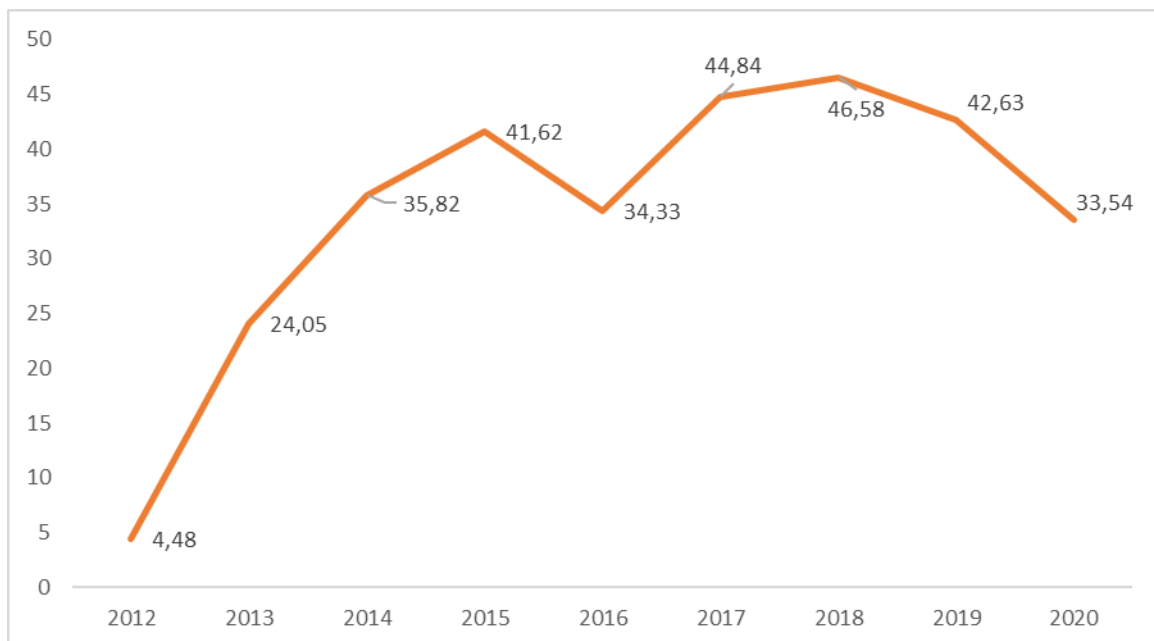
Durant el 2020 s'ha tutoritzat els següents alumnes:

- 2 diplomats universitaris de infermeria, implicats en diverses tasques de revisió de materials, creació de presentacions per a tallers de reforç, suport durant els tallers etc.
- Tutoritzat 3 treballs de fi de Tesina, dels alumnes Laura Azlor i Joan Olivet en el marc del Diploma de Salut Publica UPF, i de l'alumna Yosra Benjelloun El Hassani del Màster de salut Internacional UAB.

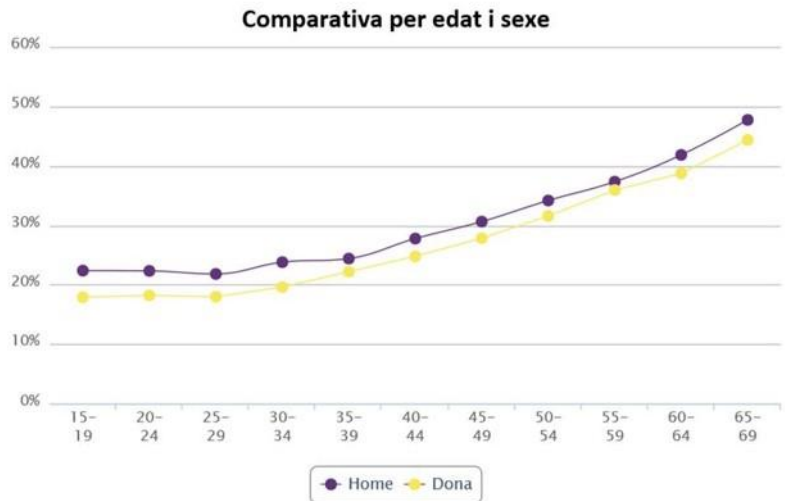
### 3. Registre AFS a l'Historia Clínica

Pel que fa a l'indicador “Percentatge d'adults atesos amb factor de risc cardiovascular, que sent insuficientment actius reben un consell d'activitat física (breu, assessorament i/o supervisat)”, les dades de cobertura 2020 (a octubre) van ser del 33,54% (rang 33,02%-46,65%). Les dades eCAP pel 2020 han sofert l'aparició de la COVID-19, que han relegat les activitats de promoció de la salut (Figures 1,2 i 3).

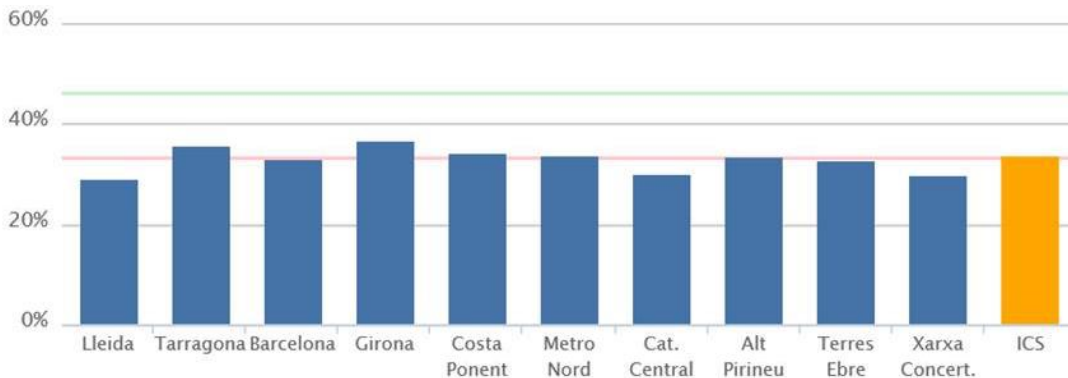
**Figura 1. Evolució del objectiu d'activitat física per a l'atenció primària: “Percentatge d'adults atesos amb factor de risc cardiovascular, que sent insuficientment actius reben un consell d'activitat física”**



**Figura 2. Comparativa per edat i sexe de l'indicador de consell d'activitat física eCAP.**



**Figura 3. Comparativa per regió sanitària de l'indicador de consell d'activitat física eCAP.**



#### **4. Base de dades i avaluació AFS**

De forma continuada es realitza la gestió/actualització de la base de dades pel que fa a dades de: referents d'ABS, dades físiques d'ABS o CAP, municipis amb rutes i recull d'oferta etc...La base de dades permet la creació d'informes temàtics i per territoris diferenciats.

Al 2020 es continua amb l'actualització dels referents del programa a la base de dades, necessitat que sorgeix degut a l'elevada mobilitat. Per cada Regió Sanitària es realitza un Excel resum amb els referents (actualització de les dades prèvies), ABS formades i data de formació. També s'actualitza el llistat de persones per a la difusió.

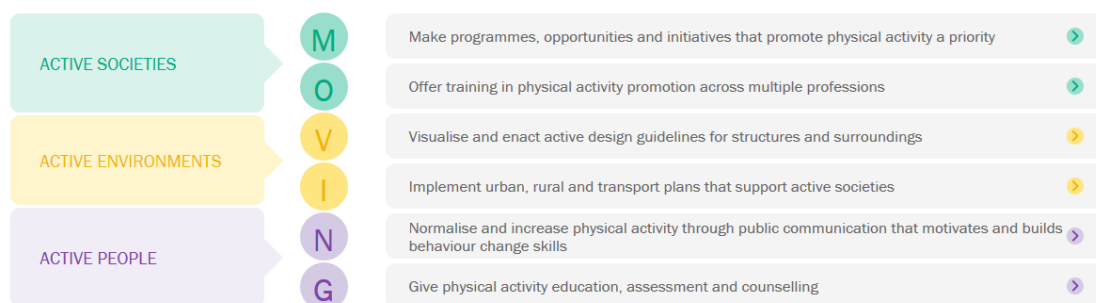
## **Avaluació**

Durant el 2020 es continuen les accions per a l'avaluació del programa:

- Revisió d'abast de programes/Plans semblants a AFS que s'hagin implementat i avaluat a nivell del món està en fase de preparació per a la seva publicació durant el 2021.
- Implantació del PAFES als EAP de Catalunya en el seu % de control de diabetis, obesitat, hipertensió i dislipèmies està en fase de preparació per a la seva publicació durant el 2021.
- L'estudi Patterns of sitting time and their associations with noncommunicable diseases in the population of Catalonia. A cross-sectional study, ha sigut enviat per a publicació a la revista European Journal of Public Health.
- Es publica l'article [Evaluation of the Physical Activity, Sport and Health Plan \(PAFES\) in Catalonia, Spain: A nested case-control study](#). ( Weisler J et al 2020 European Journal of Public Health).

## 5. AFS a la Base de Dades MOVING

Al 2020 World Cancer Research Fund, crea la Base de dades MOVING, un banc de bones pràctiques, guies i protocols i de polítiques i programes de promoció de l'activitat física d'arreu del món, que tenen com a objectiu fer que les persones siguin més actives, especialment adreçat a infants i joves. Està basat en el [marc MOVING](#).



Al 2020 s'aconsegueix que el PAFES-AFS, amb les seves dades d'avaluació, formi part de MOVING.

## 6. Activitat física i ESCA 2019

Com cada any es col·labora amb la definició de les variables per mesurar el nivell d'AF a l'ESCA.

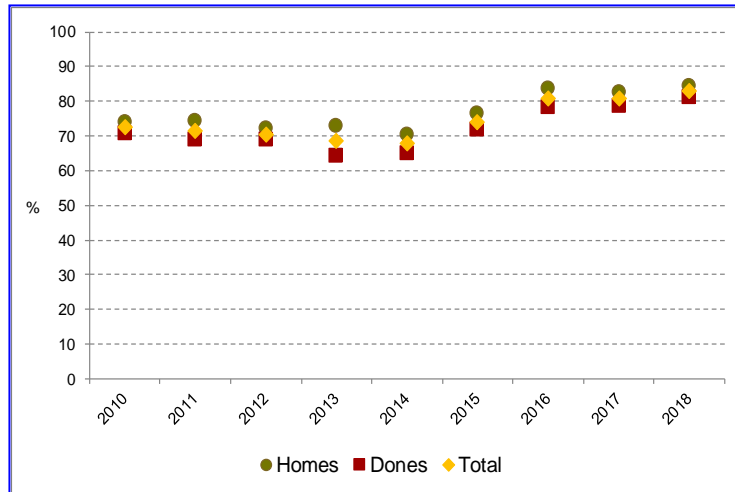
### Evolució de les dades de sedentarisme en adults segons ESCA

Al 2019 es pot observar una millora en les dades de sedentarisme respecte a anys anteriors. El qüestionari que es fa servir (IPAQ breu) només està validat per a poblacions de 18 a 69 anys. Al 2006 no es tenen dades per aquests grups d'edat. Però l'evolució per aquestes edats de 2010 a 2018 es positiva:

Vuit de cada deu persones d'entre 15 i 69 anys té un nivell d'activitat física saludable (84,4% els homes i 79,8% les dones). La Regió Sanitària Barcelona Ciutat (86,4%) té un percentatge d'aquest indicador superior al de Catalunya, mentre que les regions sanitàries Terres de l'Ebre (74,6%), Girona (76,4%) i Catalunya Central (77,2%) tenen una proporció de persones que fan activitat física saludable per sota de la de Catalunya. La prevalença d'activitat física saludable augmenta des del 2010 fins al 2016 i, en els

següents anys, s'estabilitza. No s'han trobat diferències estadísticament significatives entre el 2018 i el 2019.

**Figura 2. Evolució de l'activitat física saludable en la població de 15 a 69 anys per sexe. Catalunya, 2010-2018.**(Proporcions estandarditzades. Mètode directe amb la població estàndard europea 2013.)



Font: Enquesta de Salut de Catalunya 2010-2018

## 7. Web

Durant el 2020 la pàgina de [Promoció d'Activitat Física Saludable](#) del web ASPCAT va rebre **10.133 visites**, de les quals 1.524 van ser consultes a l'apartat de recursos per a professionals i 887 al Test "Soc suficientment actiu/va".

A mes a mes, al canal salut s'actualitza la informació adreçada a població general i professionals referent a l'activitat física a l'apartat d'[activitat física](#).



## 8. Campanyes: Dia Mundial de l'activitat física (DMAF)

Al volant del dia 6 d'Abril, en el marc del AFS es dona suport anualment a la celebració del Dia Mundial de l'activitat física (DMAF). El lema DMAF 2020 va ser **Cada pas compta**.

Al 2020 el DMAF no va poder ser celebrat en format comunitari degut a la pandèmia de la COVID-19 i al confinament. Conjuntament amb la Secretaria General de l'Esport es realitza la campanya alternativa ["Gent activa des de casa!"](#).

## 9. Activitat física i la COVID-19

Durant el temps de confinament es va col·laborar en la creació de materials de suport per a un confinament saludable i actiu. Els diferents materials es poden consultar [aquí](#).

A l'abril es col·labora amb l'estudi **La salut en temps de confinament pel coronavirus**", realitzat per l'ASPCAT juntament amb IDIAP Jordi Gol i ESADE L'estudi tenia com a objectiu conèixer i avaluar l'impacte que el confinament ha provocat per la pandèmia de la COVID19 ha tingut sobre la salut, el benestar emocional i els estils de vida de la ciutadania. A mes a mes, de identificar riscos i estratègies d'afrontament per entendre quines són les necessitats d'actuació arran del confinament. Els resultats seran útils per al disseny de programes i intervencions específiques per abordar-ne les conseqüències negatives, especialment per als subgrups de població més vulnerables. Un total de 37.810 persones (71% dones) van respondre el qüestionari i entre els principals resultats trobem que:

- El **sedentarisme augmenta** en un 15% i la mitjana d'hores asseguts al dia incrementa en 2h.
- Es triplica el percentatge de població que refereix simptomatologia de depressió i malestar emocional durant el confinament.
- El percentatge de població que refereix simptomatologia ansiosa és quatre vegades més gran que abans del confinament; es triplica el consum d'hipnosedants prescrits, i el de no prescrits augmenta 10 vegades.
- La població entre 16 i 44 anys és el grup més afectat, amb el doble de simptomatologia de depressió, ansietat i malestar emocional.

Durant el període de confinament, l'enquesta mostra que el 50,2% de la població ha estat asseguda més de 6 hores al dia, el que significa un increment important del sedentarisme si es compara amb el 35,3% d'abans del confinament. Igualment la mitjana d'hores assegut ha augmentat en 2 hores, passant de 5 hores de mitjana segons l'ESCA 2018, a 7,1h durant el confinament.

L'activitat física també ha disminuït durant la crisi de la pandèmia si comparem el 34,8% de persones que manifesten tenir un nivell baix d'activitat física amb el 17,9% observat en l'ESCA del 2018. Aquesta disminució és similar tant en homes com en dones com entre els diferents grups d'edat.

**Taula 3. Comparació entre els resultats de l'enquesta i resultats anteriors per sedentarisme i nivell d'activitat física**

	ABANS del CONFINAMENT	DURANT el CONFINAMENT <sup>a</sup>
	%	%
<b>Sedentarisme<sup>a</sup></b>	35,3%	50,2%
<b>Activitat física baixa<sup>c</sup></b>	17,9%	34,9%
<b>Activitat física moderada</b>	55,7%	45,7%
<b>Activitat física alta<sup>b</sup></b>	26,5%	19,4%

a Estar assegut més de 6 hores al dia

b Activitat física alta equival a no poder parlar mentre es realitza

c Inclou caminar

Més informació a la [nota web](#) de la seva presentació.

Paral·lelament es realitza un estudi adreçat a estudiar els efectes del confinament en persones vulnerables, dependents i sense accés a les xarxes socials. Per a tal efecte s'adapta i escurça el qüestionari de l'estudi anterior per tal de fer-ho a través de trucades telefòniques per part dels professionals de serveis socials tant de l'atenció primària com d'ajuntaments i altres entitats. El qüestionari arriba a 898 persones (75% dones), i està en fase de publicació.

## 10. Proposta d'integració dels programes de prevenció i promoció

Al 2020 s'inicia el Projecte d'Integració dels Programes de Prevenció i Promoció de la Salut a l'atenció primària [Document informatiu](#)

En aquest sentit estem treballant en les següents actuacions:

- Elaboració d'un document justificatiu del projecte per a la Integració dels Programes de Prevenció i Promoció de la Salut des de l'Atenció Primària, que de moment comença amb els programes Activitat Física Saludable, Atenció Primària Sense Fum i Beveu Menys.
- Desenvolupament d'una estratègia per a promoure l'auto-test de l'estat de salut respecte a tabac, alcohol i activitat física a través de La Meva Salut.
- Desenvolupament d'un Projecte per al consell breu en format telemàtic (telefònic i per missatge a través de l'eConsulta).
- Creació d'una web conjunta per a l'accés als materials dels 3 programes i d'una marca que englobi i unifiqui els programes.
- Creació d'un butlletí, per a l'enviament d'informació i notícies de forma conjunta dels tres programes adreçant-se de forma unificada als referents.
- Informació coordinada i conjunta de les activitats formatives dels tres programes.

## 11. Difusió i altres col·laboracions

Durant el 2020 es realitzen les següents col·laboracions:

- Re-edició de la Guia PEFS
- Jornada PAAS 2020
- Protocol Obesitat de Catalunya, i la seva implementació com a pilot a La Mina, Osona i Tarragona (adaptació al format online)

## 12. Propostes 2021

- Continuació del Projecte d'Integració dels Programes de Prevenció i Promoció de la Salut a través de la Atenció Primària conjuntament amb els programes Atenció Primària Sense Fum i Beveu Menys.
- Manteniment de les bases de dades relacionades amb el programa.
- Realització de sessions en línia adreçades a referents d'activitat física d'ABS
- Actualització de la plataforma del curs a distància i realització de 2 edicions del curs a distància: "activitat física i Salut: Intervenció a l'Atenció Primària". I manteniment de l'acreditació de la mateixa.

- Suport als ESPT per a la Incorporació de nous municipis al PAFES, i per a la creació de rutes saludables i recull de l'oferta per realitzar activitat física.
- Impuls a la celebració del DMAF 2021: manteniment del web, difusió de possibles esdeveniments, enviament de materials a demanda de territori.
- Avaluació AFS:
  - o Publicació de l'article sobre la cerca de Plans/Estratègies d'activitat física al mon i de com s'han avaluat.
  - o Publicació de l'article sobre l'avaluació del impacte de la implantació del PAFES als EAP de Catalunya en el seu % de control de diabetis, obesitat, hipertensió i dislipèmies
- Col·laboració estacional amb elaboració de missatges de promoció de l'activitat física tant al Canal Salut (Departament de Salut) com al web de l'Agència de Salut Pública de Catalunya
- Manteniment i actualització del web, i espai d'activitat física al canal salut, així com enviar missatges trimestrals als referents PAFES de les ABS.
- Tutoritzar alumnes d'Infermeria i Màster de Salut Pública.
- Participació a jornades, cursos , tallers segons demanda i oportunitat.