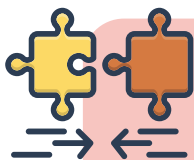


PROMOCIÓ DE L'ACTIVITAT FÍSICA SALUDABLE (AFS)

Programa per a la promoció de l'activitat física (AF) a través de l'atenció primària i el municipi, mitjançant consells breus i fomentant els recursos locals que faciliten l'AF. El 2020 s'integren els programes "Activitat física saludable", "Beveu menys" i "Atenció primària sense fum" pel que fa a la comunicació i els processos i estratègies. Vegeu-ne més



IMPLEMENTACIÓ

L'any 2020 continua la fase de manteniment de l'AFS en el marc del Pla de salut 2016-2020, en la línia de salut pública.



FORMACIÓ

- Es formen **158** professionals als **13** tallers d'EAP.
- **343** persones han aprovat el curs en línia d'AF, de **1.051** inscrits.

Inscriu-te al curs en línia d'activitat física!



MUNICIPIS

300 municipis hi participen, amb més de **920** rutes saludables per Catalunya



ACTIVITAT FÍSICA I COVID-19

L'estudi La salut en temps de confinament pel coronavirus, realitzat per l'ASPCAT, IDIAP Jordi Gol i ESADE i al qual van participar **37.810** persones, (**71%** dones) va trobar que:

- **50,2%** han estat assegudes més de **6** hores al dia (**35,3%** al 2018).
- La mitjana d'hores asseguts al dia s'ha incrementat en **2h**.
- L'AF ha disminuït: **34,8%** persones tenen un nivell baix d'activitat física (**17,9%** al 2018).



WEB

Al 2020 la pàgina Promoció de l'activitat física saludable rep **10.133** visites:

- **1.524** als recursos per a professionals
- **887** al Test "Soc suficientment actiu/va".



HISTORIA CLÍNICA

Al 2020 el **33,5%** dels usuaris insuficientment actius i amb factor de risc cardiovascular que es van atendre van rebre un consell d'AF. Degut a la COVID-19 aquest indicador ha sofert una davallada de **9** punts respecte al 2019.



PUBLICACIONS

- S'ha publicat 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).
- El PAFES és a la base de dades MOVING del World Cancer Research Fund



DIA MUNDIAL DMAF 2020

Degut a la COVID-19 s'ha dut a terme la campanya "Gent Activa desde casa" conjuntament amb la Secretaria General de l'Esport.

Més informació