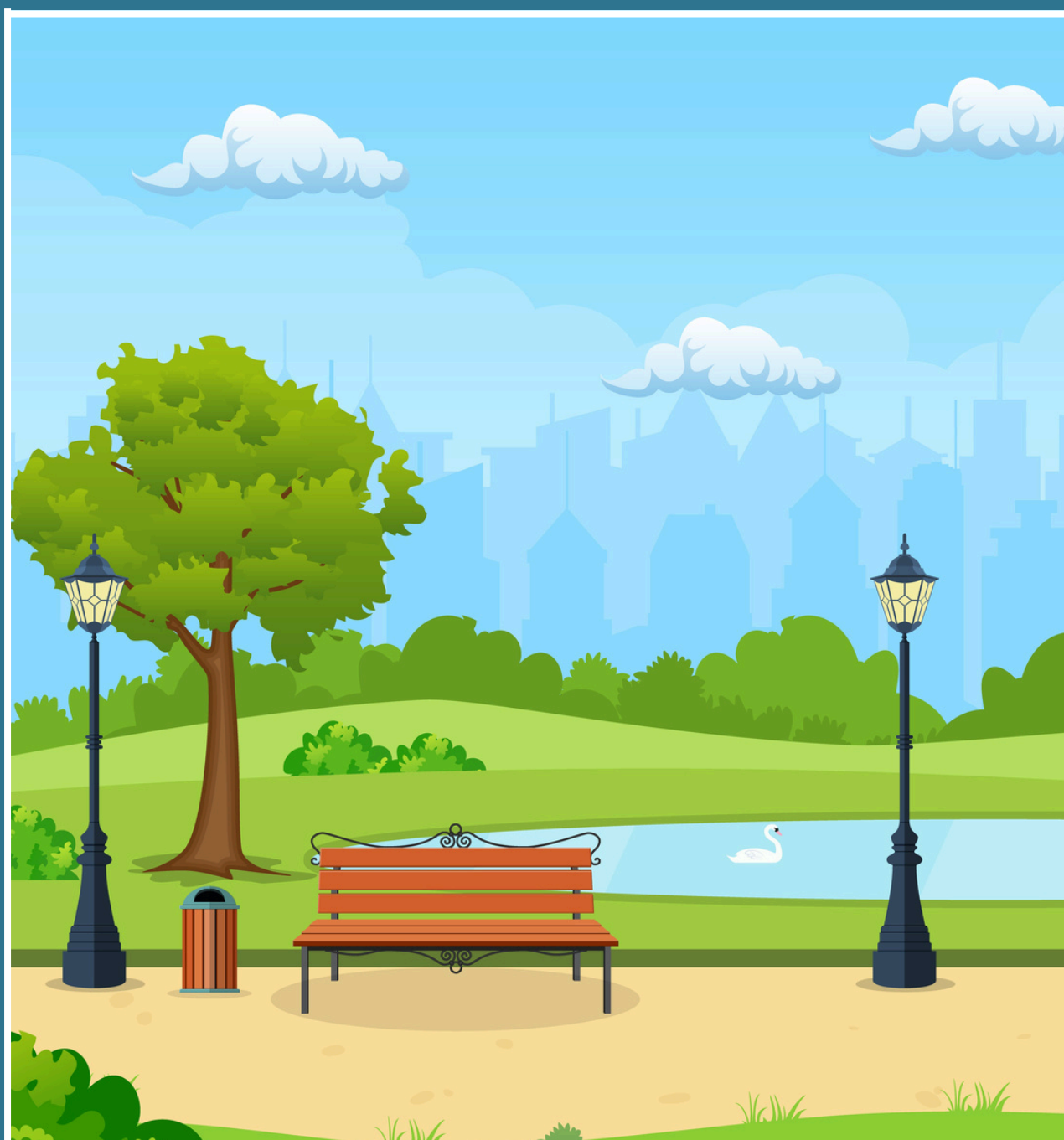


# CIUTAT SALUDABLE EL PINÓS

Estratègia municipal

2025-2028



# Índex

Introducció	04
Context	06
Objectius	13
Metodologia	16
Agent Implicats	18
Diagnòstic	22
Recursos i serveis	14
Eixos estratègics	49
Pla d'acció	51
Seguiment i avaluació	61
Bibliografia	62



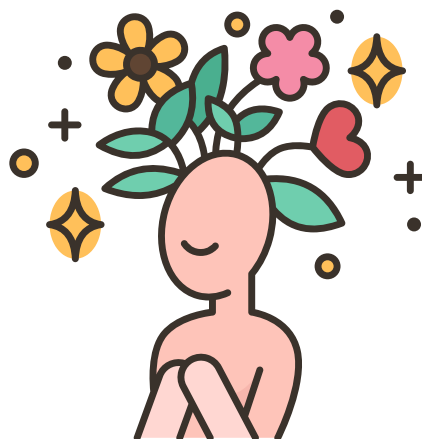
La **salut** i el **benestar** es consoliden no sols com a aspiracions individuals, sinó com a pilars fonamentals per al **desenvolupament** de qualsevol territori i comunitat. És important entendre que el concepte de salut no es refereix únicament a l'absència de malaltia, sinó que es reconeix com l'estat complet de benestar físic, mental i social (OMS).

En aquest marc, es fa ús del concepte de **salut pública**, el qual es defineix com un enfocament social i polític centrat en millorar la qualitat de vida de les poblacions mitjançant la promoció de la salut, la prevenció de malalties, foment d'estils de vida saludable i creació d'entorns favorables per a la salut. Aquesta perspectiva defensa la idea que les administracions públiques han de treballar en la prevenció, protecció i recuperació de la salut, garantint l'accés al sistema sanitari i promovent programes educatius i serveis de salut (CUF Digital, 2023). Reconeixent aquesta premissa, el municipi del Pinós presenta el seu pla de Ciutat Saludable, un compromís amb el benestar de la ciutadania. Aquest projecte subratlla la importància que assigna el municipi a la salut en el marc de desenvolupament comunitari.

Aquest projecte s'ha dissenyat amb un enfocament holístic, centrant-se en promoure **estils de vida saludable**, facilitar l'accés als serveis i recursos de salut, crear entorns que afavorisquen el benestar general de la població, entre altres.

Aquest pla és la prova d'un **compromís col·lectiu** amb la salut, volent treballar en la construcció d'un el Pinós més saludable des d'una perspectiva **transversal i participativa**. Per a això, s'ha realitzat una anàlisi exhaustiva de la realitat actual del municipi, basant-se tant en dades estadístiques com en les pròpies experiències i opinions de la ciutadania. Aquest enfocament participatiu assegura que les accions dissenyades s'alineen amb la realitat existent i les necessitats específiques del municipi.

En aquest marc, es reconeix el valor de cada individu en la construcció d'una societat més saludable i resiliència, per la qual cosa és necessari empoderar a la població, proporcionant-los els recursos i espais necessaris perquè participen activament en les decisions públiques i siguin capaces d'organitzar-se de manera independent.



# CONTEXT

- **Naturalesa del projecte**

El present projecte s'emmarca dins de la iniciativa **Ciutat Saludable** vinculada amb la **Xarxa Espanyola de Ciutats Saludables (RECS)**. La RECS és la Secció de la FEMP dedicada a la promoció i protecció de la salut i al benestar de la ciutadania, en concordança amb els principis d'actuació corresponents al projecte "**Healthy Cities**", de l'**OMS**.

Una **Ciutat Saludable** es caracteritza per situar la salut com un element prioritari en la seua agenda social, econòmica i política, promovent un enfocament humà, inclusiu i equitatiu que empodere a la ciutadania. En aquest cas, els governs locals exerceixen un paper crucial, ja que en conèixer de prop les necessitats de la població i els recursos del territori, poden implementar polítiques que s'adapten a la realitat social i promoguen el benestar dels seus habitants.

Al llarg del projecte, és important que les institucions locals tinguen en compte els desafiaments actuals com l'envelliment de la població o les desigualtats socials.

- **Bases teòriques: Fonaments del benestar**

El desenvolupament d'una ciutat saludable se sustenta en una sèrie de **principis teòrics** que integren el **coneixement interdisciplinari** sobre la salut, el benestar i la planificació urbana. A continuació, es detallen els principals pilars teòrics que guien aquesta iniciativa.

## **La Salut: Un fenomen complex i multidimensional.**

Delimitar el **concepte de salut** pot semblar simple, no obstant això, existeixen nombroses definicions des de diferents àrees de coneixement i perspectives (Valenzuela, 2016). A més, aquest concepte ha **evolucionat significativament** al llarg del temps, ja que inicialment estava associat a l'atenció mèdica i a la malaltia. No obstant això, conforme la societat experimentava transformacions socials, polítiques i culturals, s'ha tingut la necessitat d'ampliar aquest concepte (Herrero, 2016).

En l'actualitat, la definició de l'Organització Mundial de la Salut és la més acceptada per la comunitat sanitària i entre la població general. L'OMS defineix la salut com l'**estat de complet benestar físic, mental i social**, i no solament l'absència de malaltia (Herrero, 2016).

Per a comprendre el concepte de salut de manera integral s'han d'explicar els **determinants de la salut**, entesos com "el conjunt de factors tant personals com socials, econòmics i ambientals que determinen l'estat de salut dels individus o de les poblacions" (Villar, 2011).

El **model de capes de Dahlgren i Whitehead** explica els diferents nivells d'influència en la salut, des de factors individuals fins a factors socioeconòmics i ambientals.

En aquest cas, en el centre se situen els **factors individuals** com l'edat, sexe i factors hereditaris. En la segona capa, es troba l'**estil de vida individual** com l'alimentació, l'activitat física o el consum de substàncies perjudicials. Després, apareixen les **xarxes socials i comunitàries** dels individus, és a dir, la seua manera d'interactuar. La següent capa fa referència a les **condicions de vida i treball**; habitatge, educació, sistema de salut, accés a serveis, entre altres. En últim lloc, es troba l'**entorn** estructural principal, això són les condicions socioeconòmiques, culturals i mediambientals (Buldón, 2022).

En resum, aquest model destaca la **interacció** complexa entre factors individuals, l'estil de vida personal i l'entorn socioeconòmic, cultural i ambiental. Per tant, situacions com la desocupació, la precarietat laboral i la sobrecàrrega de treball afecta negativament a la salut, mentre que viure en zones verdes, comptar amb un bon nivell d'educació i una bona posició socioeconòmica impacta positivament en la salut (Mortueruel, 2019).

Sota aquesta perspectiva, per a millorar la salut de la població i la comunitat s'han de reduir les **desigualtats existents**, assegurar l'accés a recursos i promoure la igualtat d'oportunitats (Mortueruel, 2019).



## Salutogènesi

La salutogènesi és un model conceptual proposat per Aaron Antonovsky que s'enfoca en els **elements que promouen la salut**, en lloc de centrar-se únicament en les causes de la malaltia. És a dir, aquesta perspectiva se centra en els factors que fomenten la salut i el benestar, amb una visió centrada en els recursos i les capacitats individuals per a enfrontar els desafiaments de la vida (de Ramones, 2019).

Aquest model està recolzat pels conceptes d'**actiu i recurs de salut**. D'una banda, un **actiu** de salut es defineix com qualsevol factor o recursos reconegut per la comunitat que millora la capacitat de les persones per a mantindre i promoure la seua salut i benestar, contribuint a reduir les desigualtats en salut (García et al., 2019). D'altra banda, un **recurs** de salut fa referència a qualsevol element, servei o infraestructura disponible que pot ser utilitzat pels individus o comunitats per a promoure, mantindre o millorar la salut.

En resum, aquesta perspectiva s'enfoca en la **generació activa de salut**, adoptant un enfocament proactiu que promou el desenvolupament dels actius i recursos de salut. Aquest canvi no sols millora la qualitat de vida a nivell individual, sinó que també contribueix a la creació de comunitats més saludables.

## Salut i desenvolupament urbà

L'**ordenació del territori** té un impacte significatiu en la salut de les comunitats. Com s'ha esmentat anteriorment, l'estat de salut de la població també depèn de les seues condicions de vida, per la qual cosa "totes les decisions polítiques que es prenen en l'àmbit de l'urbanisme repercuteixen en la població" (Xarxa Francesa de Ciutats Sanes de l'OMS, 2016).

Per tant, per a aconseguir entorns saludables a través del disseny urbà i la planificació territorial, es proposa el disseny d'una ciutat basada en tres eixos complementaris (Fariña et al., 2022):

- **Ciutat per a caminar.** Afavorir els desplaçaments actius, reorganitzant l'espai públic per a fomentar la mobilitat a peu i amb bicicleta
- **Naturalesa en els barris.** Incorporar zones verdes
- **Espais de trobada i convivència.** Impulsar àrees que fomenten la inclusió social, reduint la desigualtat i combatent la soledat i l'aïllament social

Altres elements a tindre en compte per a aconseguir entorns saludables són: accés equitatiu a espais, alimentació, habitatge, contaminació, eficiència energètica, trànsit, seguretat, sentiment d'identitat i pertinença, entre altres.

En resum, aquesta visió no sols millora la salut física de la població, sinó també contribueix al benestar mental i social, fomentant un entorn més equitatiu, inclusiu i sostenible.

## Promoció de la salut

Des de l'Organització Mundial de la Salut defineixen la promoció de la salut com un procés polític i social que inclou accions per a enfortir les habilitats i capacitat individuals i comunitàries, així com per a modificar les condicions socials, ambientals i econòmiques (OPS, s.f.).

Com indica la **Carta d'Ottawa**, la promoció de la salut té com a objectiu (UNIR revista, 2024):

- Millorar la qualitat i condicions de vida
- Aconseguir l'equitat sanitària
- Motivar la presa de decisions de la societat sobre la salut
- Garantir una política sanitària preocupada per la salut
- Implementar mesures preventives amb la finalitat de crear societats saludables
- Fomentar l'educació sanitària

Per a això, des de l'**Estratègia i Pla d'Acció** sobre promoció de la salut en el context dels ODS, es proposen quatre línies estratègiques (OPS, s.f.):

- Enfortir entorns saludables
- Facilitar la participació i l'apoderament de la comunitat
- Enfortir la governança i l'acció intersectorial i abordar els Determinants Socials de la Salut
- Enfortir els sistemes i serveis de salut

En aquest context, s'ha de tindre en compte l'educació per a la salut, entesa com un procés educatiu que busca l'alfabetització de la salut, educand i formant a la ciutadania per a cuidar la seua salut i la de la comunitat (Consell Interterritorial del Sistema Nacional de Salut, 2003).

Per tant, l'**educació per a la salut** és una eina que, juntament amb la participació activa de les persones, es transforma en promoció de la salut. És a dir, aquesta participació implica l'apoderament i el compromís dels individus a crear entorns saludables (Quintero et al., 2017).



## Prevenció

La prevenció es defineix com les accions socials, polítiques, econòmiques i terapèutiques “orientades a l'erradicació, eliminació i minimització de l'impacte de la malaltia” (Quintero et al., 2017).

Les **activitats preventives** es poden organitzar en tres nivells (Vignolo et al., 2011):

- **Prevenció primària:** Orientada a reduir l'aparició de malalties o problemes de salut a través de reduir l'exposició a factors de risc. Com a exemple es destaca l'ús de condons per a previndre malalties de transmissió sexual.
- **Prevenció secundària:** El seu objectiu és el diagnòstic precoç de malalties, que encara no presenten símptomes clínics, i tractament oportú. Un exemple és el tractament primerenc de la hipertensió arterial, que inclou el control periòdic i seguiment del pacient.
- **Prevenció terciària:** S'ocupa de la rehabilitació, reduint les complicacions i seqüeles.

La promoció de la salut i la prevenció no són contradictòries, de fet, els programes de promoció de la salut poden incloure accions de prevenció primària, actuant abans de l'inici de la malaltia. A més, és important realitzar actuacions de promoció de la salut fins i tot en pacients malalts o en rehabilitació, ja que contribueixen a una millor qualitat de vida (Quintero et al., 2017).

## Reptes actuals

La salut pública s'enfronta a una sèrie de desafiaments significatius en la societat actual. En primer lloc es destaca l'**envelliment de la població**. L'any 2023 es va registrar un nou màxim històric del 137,3%, és a dir, 137 persones majors de 64 anys per cada 100 menors de 16 anys (Equips i talent, 2024). Això tindria implicacions en el mercat de treball, el sistema de pensions, augment de les cures de salut, canvi en les dinàmiques familiars, entre altres (Delgado, 2019).

A més, es posa l'accent a cuidar i destigmatitzar la **salut mental**, ja que a Espanya un terç de la població presenta algun problema de salut mental. L'alta incidència inclou principalment la depressió i l'ansietat. A més, s'observa un ús generalitzat dels fàrmacs com a ansiolítics, somnífers o antidepressius (RTVE, 2024). Les **conductes addictives** també suposen un problema social i sanitari que afecta a Espanya. Per a la població de 15-64 anys, l'any 2022, “les drogues amb major prevalença de consum són l'alcohol, el tabac, els hipnosedants amb o sense recepta, el cànnabis i la cocaïna”. L'edat d'inici de consum se situa al voltant de 16 anys per a l'alcohol i el tabac (Observatori Espanyol de les Drogues i les Addiccions, 2023).

Altres reptes per a la salut pública que es poden destacar són les malalties cròniques, l'educació sanitària de la població (Cobo, 2023), la prevenció de malalties transmissibles i l'aplicació segura de les noves tecnologies (Universitat Europea, 2022).

## • Marc normatiu

El marc normatiu del projecte el Pinós Ciutat Saludable, s'articula en un conjunt de directrius i normes que tenen com a objectiu promoure i garantir la salut de la ciutadania. Per a elaborar aquest llistat, s'ha pres com a referència la normativa publicada per la Xarxa Espanyola de Ciutats Amigables.

Aquesta normativa proporciona una base sòlida i coherent que guia totes les accions del pla, garantint que estiguen alineades amb els estàndards generals de salut pública, sostenibilitat i qualitat de vida.

### **Normativa Europea:**

- Reglament UE 1169 2011 del Parlament Europeu i del Consell sobre la informació alimentària facilitada al consumidor
- Reglament CE 1924 2006 del Parlament Europeu i del Consell relatiu a les declaracions nutricionals i de propietats saludables en els aliments
- Directrius activitat física UE Biarritz 2008

### **Normativa estatal:**

- Lesions a Espanya. Anàlisi de la legislació sobre prevenció de lesions no intencionals
- Sinopsis article 43 Protecció de la Salut Constitució Espanyola
- Estructura orgànica bàsica del Ministeri de Sanitat
- Reial decret 1100/1978, de 12 de maig, pel qual es regula la publicitat del tabac i begudes alcohòliques en els mitjans de difusió de l'Estat
- Llei General de Sanitat
- Ordre de 7 de Novembre de 1989 per la qual es prohibeix la venda i distribució de tabac i begudes alcohòliques als alumnes dels centres escolars públics dependents del Ministeri d'Educació i Ciència

- Llei 10/1990, de 15 d'octubre de l'Esport
- Reial decret 1045/1990, de 27 de Juliol, pel qual es regulen les toleràncies admeses per a la indicació del grau alcohòlic volumètric en l'etiquetatge de les begudes alcohòliques destinades al consumidor final
- Reial decret legislatiu 1/2007, de 16 de novembre, pel qual s'aprova el text refós de la Llei General per a la defensa dels consumidors i usuaris i altres lleis complementàries
- Llei 19/2007, d'11 de juliol, contra el racisme, la violència, la xenofòbia i la intolerància en l'esport
- Llei 33/2011, de 4 d'octubre, General de Salut Pública
- Llei orgànica 3/2013, de 20 de juny, de protecció de la salut de l'esportista i lluita contra el dopatge en l'activitat esportiva
- Llei 27/2013, de 27 de desembre, de racionalització i sostenibilitat de l'Administració Local

### **Normativa autonòmica:**

- Llei 10/2014, de 29 de desembre, de Salut de la Comunitat Valenciana
- Llei 8/2018, de modificació de la Llei 10/2014
- L'Estratègia de Salut Mental de la Comunitat Valenciana 2016-2020
- Estratègia de Salut Sexual i Reproductiva de la Comunitat Valenciana 2017-2021
- Estratègia de prevenció i atenció al tabaquisme a la Comunitat Valenciana
- Pla de Prevenció del Suïcidi i Maneig de la Conducta Suïcida de la Comunitat Valenciana
- Estratègia valenciana d'envelliment actiu i lluita contra la soledat no desitjada
- Pla de Seguretat Alimentària de la Comunitat Valenciana 2021-2025
- Estratègia de Salut Digital del Sistema Nacional de Salut
- Estratègia de Salut Pública 2022. Ministeri de Sanitat
- Estratègia de Promoció de la Salut i Prevenció en el Sistema Nacional de Salut
- Estratègia Nacional sobre Addiccions 2017-2024
- Pla Estratègic de Salut i Medi Ambient 2002-2026
- Estratègies de Salut Mental del Sistema Nacional de Salut
- V Pla de Salut de la Comunitat Valenciana

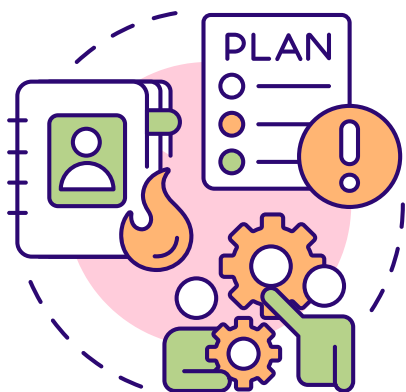
### **Normativa local:**

- I Pla d'Igualtat Intern Ajuntament del Pinós 2020-2023
- Pla de Turisme Accessible Inclusiu i Sostenible del Pinós
- Pla Estratègic Zonal de Serveis Socials

# OBJECTIUS

## Visió

Consolidar una comunitat saludable, amb qualitat de vida i benestar en tots els nivells, reduint la bretxa en salut i garantint una governança participativa



## Missió

Desenvolupar una estratègia integral a nivell municipal que fomenti estils de vida saludables, la participació activa de la ciutadania i millori els recursos i serveis de salut

## Objectius generals:

Els objectius generals d'aquest projecte són els següents:

- **Promoure la salut i el benestar** de totes les persones al Pinós, assegurant que totes tinguin un accés equitatiu a serveis de salut
- **Reduir les disparitats en salut** mitjançant polítiques i programes inclusius que aborden les necessitats específiques de grups vulnerables
- Millorar el **lideratge** local en matèria de **salut pública**
- Fomentar la **coordinació** i col·laboració regionals per a compartir bones pràctiques i aprendre d'experiències similars
- Adoptar i implementar les directrius i **recomanacions de l'OMS** per a abordar els desafiaments específics de salut

## Qüestions prioritàries

En relació, es destaquen qüestions prioritàries que s'han de tindre en compte al llarg de tot el projecte, especialment en dissenyar les futures accions a implementar al Pinós.

Aquestes inclouen invertir en les persones que componen les nostres ciutats, dissenyar nuclis urbans saludables, i fomentar una major participació i l'establiment d'aliances per a la salut i el benestar. A més, és crucial millorar l'accés a béns i serveis comuns, garantir la pau i seguretat mitjançant societats inclusives i protegir el planeta a través d'un consum i una producció sostenible.



- **Principis rectors**



### **+ Equitat**

Es protegeix la justícia social en salut, assegurant que tots els individus tinguin igual accés als serveis i recursos necessaris per a aconseguir el benestar, sense importar les seues diferències de partida (OPS, s.f.)

### **+ Promoció de la salut**

Es garanteix el disseny i la implementació d'accions innovadores amb enfocament integrals per a abordar la salut des d'un punt de vista col·lectiu i comunitari, tenint en compte una multitud de factors com l'alimentació, l'activitat física, l'ambient i les condicions socials.

### **+ Perspectiva de gènere**

Es consideren les diferències i necessitats específiques de gènere en la salut i es reconeix com les desigualtats poden influir en l'accés a serveis i tractaments de salut.

### **+ Participació comunitària**

Es compromet a involucrar a la ciutadania en la presa de decisions sobre salut, consolidant una governança participativa.

### **+ Coordinació i transversalitat**

És essencial garantir la col·laboració i la transversalitat en les estratègies de salut, amb accions coordinades entre tots els departaments i nivells, i tenir en compte les interaccions amb altres ciutats saludables.

### **+ Atenció primària**

Es desenvolupen funcions de promoció, prevenció, assistència i rehabilitació a l'individu i a la comunitat

### **+ Compromís**

Els actors involucrats asseguren un compromís actiu i sostingut en la millora de la salut pública.

# METODOLOGIA DE TREBALL

En aquest apartat es descriu l'enfocament i les fases realitzades per a dur a terme el present projecte. La **metodologia** determina la forma en la qual s'aborda el fenomen d'estudi, especificant el mètode de recollida de dades, anàlisi i interpretació d'aquests, perquè s'aconsegueixen els objectius plantejats (Manglar Editors, 2023). Per tant, la metodologia serveix de guia per a indicar com es duu a terme l'estudi.

## Comptar amb una metodologia sòlida és fonamental per a garantir la credibilitat i validesa de les troballes d'una investigació (Manglar Editors, 2023)

Per a l'elaboració del Pla de Salut del Pinós, se seguirà una **metodologia mixta** que assegura una comprensió integral de les necessitats de salut del municipi i la inclusió de diverses perspectives. Els aspectes clau d'aquesta metodologia són:

- **Recopilació d'informació estadística.** S'analitzaran dades estadístiques detallades per a obtenir una radiografia del municipi del Pinós. Això inclourà indicadors de salut, dades sociodemogràfiques i econòmiques, identificació de recursos i serveis, entre altres factors rellevants.
- **Enquesta a la ciutadania.** Es realitza una enquesta per a arreplegar les necessitats, preocupacions, opinions i propostes dels habitants del Pinós.
- **Procés participatiu.** Es duu a terme una taula participativa que reuneix personal expert i agents clau amb l'objectiu de realitzar un diagnòstic de la realitat social, identificar eixos estratègics i planificar accions concretes de promoció de la salut.

Aquesta metodologia permet un desenvolupament òptim del projecte, ja que reflecteix les necessitats i expectatives de la comunitat, fomentant i garantint l'efectivitat de les accions dissenyades i implementades.



**01****Planificació**

En aquesta fase es defineix l'objecte d'estudi, s'estableixen els objectius, els principis rectors i es consolida l'equip de treball. A més, es determina la metodologia i les eines que s'utilitzaran per a recopilar i analitzar la informació.

**02****Diagnòstic**

Durant aquesta fase, s'arreglen dades sobre la situació actual al Pinós. Això inclou la recopilació de dades estadístiques, la realització d'enquestes a la ciutadania, i les consultes amb experts i agents clau. L'objectiu és realitzar una radiografia social del Pinós, identificant les necessitats i preocupacions de la població en matèria de salut. Al mateix temps, es registren els recursos i serveis existents en el territori.

**03****Anàlisi**

En aquesta fase, es processen, organitzen, analitzen i interpreten les dades arreglades durant la fase 2 (diagnòstic). S'identifiquen patrons, tendències i relacions significatives. Aquesta anàlisi permet identificar les àrees prioritàries d'intervenció.

**04****Disseny**

Amb la informació obtinguda de l'anàlisi, es dissenyen eixos estratègics, objectius generals i específics i accions per a millorar la salut i la qualitat de vida del municipi. Aquestes estratègies han d'adaptar-se a la realitat existent per a garantir que les accions siguin viables i necessàries per a la comunitat.

**05****Implementació**

En aquesta etapa, s'activa el Pla i s'implementen les accions i estratègies dissenyades. Durant la seua vigència, es mobilitzen recursos i es posen en marxa els programes i activitats planificades.

**06****Avaluació i seguiment**

Durant la implementació de les accions, és fonamental realitzar un seguiment continu i mesurar els progressos, tant de manera anual com al final de la vigència del pla. Aquesta avaluació i seguiment es realitza a través d'uns indicadors prèviament definits en el pla d'acció.

# AGENTS IMPLICATS

La implementació del Pla de Salut del Pinós requereix d'una **col·laboració** activa i efectiva de diferents agents socials i entitats que exerceixen un paper clau en el municipi. Aquest enfocament integral i **participatiu** assegura que totes les dimensions de la salut pública siguin abordades, des de la prevenció i promoció d'estils de vida saludables fins a l'atenció mèdica i el suport social. Es poden distingir dos grups d'actors socials; àmbit intern, àmbit extern.

D'una banda, l'**àmbit intern**, correspon a l'Ajuntament del Pinós i especialment a la **Regidoria de Serveis Socials**. En aquest cas, és important conèixer detalladament l'estructura interna de l'Ajuntament del Pinós i la seua organització de l'àrea de Serveis Socials, encarregada del disseny i implementació d'aquest projecte en matèria de salut.

## Corporació municipal legislatura 2023-2027

Alcalde <b>Lázaro Azorín Salar</b>			
Regidories			
<b>Silvia Verdú Carrillo</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Cultura i Joventut</li><li>• Personal</li><li>• Hisenda</li><li>• Educació</li><li>• Residus</li><li>• Agricultura</li><li>• Policia, Protecció Civil i Trànsit</li><li>• Montes i pedreres</li><li>• Finestreta Única</li></ul>	<b>María José Moya Vidal</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Serveis Socials</li><li>• Igualtat i LGTBI+</li><li>• Sanitat</li><li>• Mitjans de comunicació</li><li>• Col·lectius socio-sanitaris</li><li>• Medi ambient</li></ul>	<b>César Pérez Cascales</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tercera Edat</li><li>• Arxiu i Biblioteca</li><li>• Patrimoni i Memòria Històrica</li><li>• Estrangers</li><li>• Participació Ciutadana</li></ul>	
<b>Elisa Santiago Tortosa</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Festes i protocol</li><li>• Pedanies</li></ul>	<b>José Ángel Pérez Verdú</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Parcs i Jardins</li><li>• Camins</li><li>• Aigües i Recursos Hídrics</li><li>• Obres</li><li>• Noves Tecnologies</li><li>• Neteja Viària</li><li>• Esports</li></ul>	<b>Raúl Pérez Albert</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Cementeri</li><li>• Indústria</li><li>• Habitatge</li><li>• Il·luminat</li><li>• Urbanisme</li></ul>	<b>Neus Ochoa Rico</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Desenvolupament local</li><li>• Turisme</li><li>• Comerç, mercat i consum</li><li>• Neteja d'Edificis Públics</li></ul>

- **EQUIP SERVEIS SOCIALS**

Coordinadora Serveis Socials		
Treballador/a Social	Treballador/a Social	Treballador/a Social
Psicòleg/a	Educador/a social	Assessor/a jurídic
Auxiliar administratiu/a	Auxiliar administratiu/a	

El/la coordinadora de Serveis Socials és el/la responsable del Pla de Salut, per la qual cosa les seues funcions en aquest projecte inclouen:

- Actuar com a **contacte referent** per a la **Xarxa Espanyola de Ciutats Saludables**.
- **Dur a terme la labor d'avaluació:** registrar en les fitxes d'avaluació les activitats realitzades segons el calendari establert.
- Promoure i mediar les **accions** incloses en el pla durant les reunions amb els diferents agents socials, com en la **taula intersectorial**, en qualitat de "persona responsable del Pla de Salut".
- L'últim any de vigència del pla, comunicar al ple municipal la fi del pla i proposar la continuïtat de l'estratègia a través d'un segon pla.

D'altra banda, l'**àmbit extern** fa referència a la **ciutadania**, associacions, grups informals, equip tècnic LIKERT, xarxa Ciutats Saludables, etc. Aquests actors exerceixen un paper crucial en la recollida d'informació, el disseny i la implementació d'accions saludables.

En el cas del Pinós, es pot afirmar que compta amb un **teixit associatiu ampli i sòlid**. Es troben **associacions de diverses índoles**; associacions culturals, cíviques, esportives, festives, empresarials, etc. Seguint el nostre objecte d'estudi, existeixen **cinc associacions sociosanitàries**.

### **Associacions municipals:**

- Asociación de Comerciantes de Pinoso
- Grupo de Coros y Danza " Monte de la Sal"
- Grup de Danses El Pinós
- Asociación Boixet de Encajeras de Bolillos
- Asociación Amigos del vino
- Pinoso Athletic Fútbol Sala
- Peña Ciclista El Pinós
- Sociedad Unión Lírica Pinosense
- Cruz Roja
- Cáritas
- Club de lectura
- Clubes deportivos (Pinoso Club de Fútbol, Basket, H2 Crol, tenis...)

### **Asociaciones sociosanitarias:**

- Iguales i sense traves (Discapacitat)
- Respir (Alzheimer)
- Plataforma El Pinós contra la violència de gènere
- Asociación de la Tercera Edad 11 de septiembre
- Asociación Alicante para la lucha contra el cáncer
- Asociación Amas de Casa de Pinoso

En parlar de participació, s'ha de tindre en compte els **Consells Locals**, entesos com a òrgans consultius, que agrupen diferents agents clau amb l'objectiu d'assessorar i col·laborar en la gestió pública de polítiques municipals.

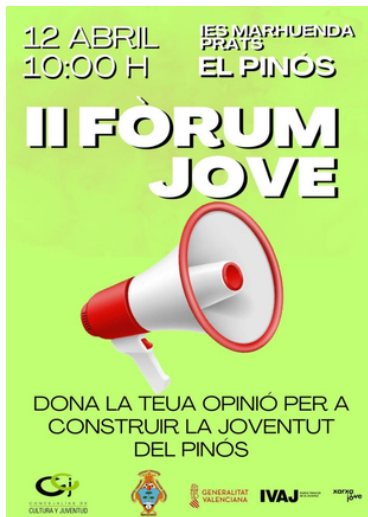
Aquests Consells funcionen com a plataformes de diàleg entre el govern local i la ciutadania, permetent una gestió més participativa i transparent, assegurant que les decisions preses reflectisquen les necessitats reals i interessos comuns de la població.

Entre els Consells Locals que operen al Pinós, es destaca el **Consell Escolar, el Consell de Salut i la Taula Intersectorial de Salut**. Cadascun d'aquests consells s'enfoca en àrees específiques i treballen per a millorar aspectes clau de la vida del municipi. En el cas que ens ocupa, el **Consell de Salut el Pinós-Alguenya** aborda qüestions de salut individual i comunitària. Entre les seues funcions es destaquen la participació en el diagnòstic de salut de la zona i la proposta d'accions específiques, avaluar els programes implementats en el territori, promoure la participació ciutadana en activitats de promoció i protecció de la salut, difondre informació de l'àmbit sociosanitari, etc.

D'altra banda, la **Taula Intersectorial de Salut del Pinós** està formada per representants de l'administració local i diferents agents locals com les associacions sociosanitàries, el Consell Escolar Municipal, i personal sanitari en representació del Centre de Salut el Pinós-Alguenya i de Salut Pública.

Aquest espai de participació impulsa la **salut local i l'acció comunitària**, considerant factors com els serveis socials, l'oci saludable, l'esport, la cultura i el medi ambient. El seu objectiu és entendre la salut comunitària i adquirir habilitats i coneixements per a participar activament en el disseny d'accions de promoció de la salut en la localitat.

Seguint amb la **tradició participativa** del Pinós, s'han de tindre en compte els **processos participatius** realitzats en el municipi. Aquestes jornades són essencials perquè els individus expressen les seues opinions i preocupacions, fomentant així la inclusió de la ciutadania en la presa de decisions i augmentant el sentit de pertinença a la comunitat. Al llarg dels anys, el Pinós ha implementat diverses iniciatives participatives com els **pressupostos participatius** o el **Fòrum Jove**.



En definitiva, la **participació activa i coordinada** d'aquests actors socials és fonamental per al correcte funcionament del Pla de Salut del Pinós. La seua implicació és crucial no sols en el disseny i execució del pla, sinó també en la seua avaluació i continuïtat. Per tant, s'espera un **compromís sostingut** al llarg del temps per part de tots els individus i grups involucrats.

# DIAGNÒSTIC: LA SALUT DEL PINÓS EN XIFRES

## • Anàlisi sociodemogràfica i econòmica

El Pinós, situat a la comarca del **Mitjà Vinalopó**, és un municipi pertanyent a la província d'Alacant (Comunitat Valenciana). Compta amb una superfície de **126,48 Km<sup>2</sup>** i està situat a 56 quilòmetres de la capital de província.

El Pinós té els seus orígens en el Paleolític Superior i l'Edat de Bronze, amb assentaments estables. Durant la dominació romana, la regió era apreciada per la seua agricultura, destacant la localització de quatre viles romanes. Per contra, són escassos les restes de l'època musulmana, quan el Pinós era un grup de caserius dispersos.

Després del tractat de Almisra en 1244, la zona es va integrar en la Corona de Castella, fins que l'any 1296 Jaume II la va incorporar a la Corona d'Aragó. Va ser l'any 1773 quan va rebre el nom oficial del Pinós.

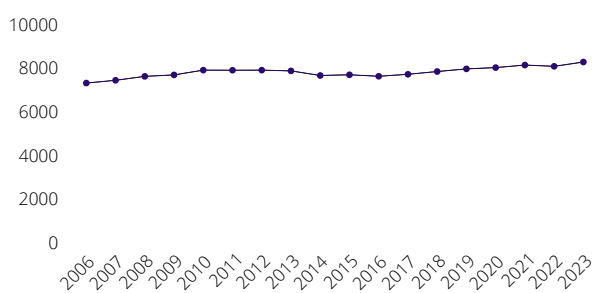
Fins al segle XIX, el territori formava part del Ducat de Híjar i depenia administrativament de la vila de Monòver com a pedania. Va ser finalment **l'any 1826 quan aconseguix independitzar-se i constituir el seu primer govern municipal.**

En el segle XX, la crisi vitícola i l'emigració van reduir la població i van estancar el creixement fins a finals del segle. En el s. XXI, el Pinós ha evolucionat combinant l'agricultura amb indústries com la sabatera, la mobiliària i la mineria, experimentant així un creixement amb l'arribada de nous residents.

En l'actualitat, el Pinós registra l'any 2023 una població de **8.281 habitants**, sent 4.214 homes i 4.067 dones. Entre 2022 i 2023, la localitat va experimentar un augment del 2,44%, un reflex del seu **creixement poblacional.**

Tenint en compte l'**evolució** de la població en els últims anys, es pot observar que des de 2006 fins a 2023, la població del Pinós ha experimentat un creixement gradual però amb fluctuacions notables com a lleugers descensos durant els anys 2014, 2015 i 2016. La variabilitat pot atribuir-se a fluctuacions naturals en la migració interna i externa, així com a les condicions econòmiques o factors socials.

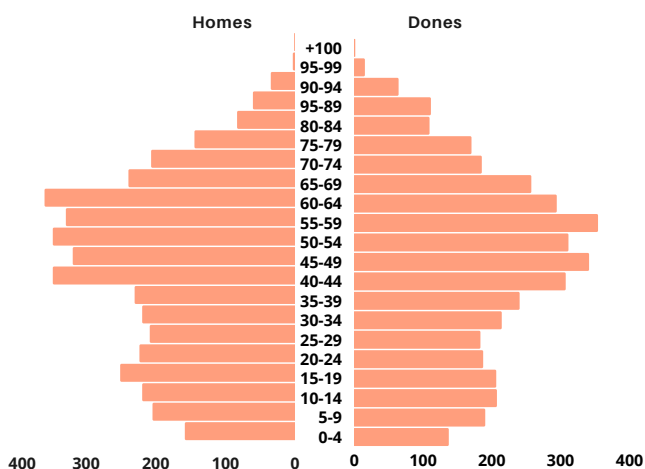
Gràfic 1. Evolució població



L'**estructura demogràfica** del Pinós mostra una distribució poblacional caracteritzada per una **proporció considerable d'adults**, ja que les categories que més persones registren són de **50 a 54 anys**, de **55 a 59 anys** i de **60 a 64 anys**. Aquesta estructura representa l'envelliment de la població, la qual cosa suposa un desafiament a nivell local i global, i té implicacions socials, econòmiques i de salut pública.

Com expliquen Abellán i Pérez (2018), aquest fenomen comporta un augment de malalties cròniques i de multimorbiditat. Per tant, s'incrementa la demanda de cures i de recursos i serveis sanitaris. També es poden alterar les dinàmiques familiars i de convivència. En conseqüència, es planteja un desafiament en el sistema de benestar.

Gràfic 2. Piràmide població



Font: INE

Per a comprendre aquest fenomen amb major profunditat, s'ha d'analitzar l'**índex de dependència**. Aquest indicador mesura la proporció de la població dependent (menor de 16 anys i major de 64 anys) sobre la productiva (de 16 a 64 anys). Al Pinós, aquest índex és del **53,4%** (l'any 2023), la qual cosa indica que més de la meitat de la població depèn de l'altra meitat en termes de suport i cura.

Desglossat aquest índex, es destaquen dos components importants. D'una banda, l'**índex de dependència de les persones majors de 64 anys**, el qual expressa la proporció de persones majors de 64 anys sobre la població productiva, al Pinós registra un valor del **31,2%**. D'altra banda, l'**índex de dependència de la població menor de 16 anys**, el qual indica el percentatge de població menor de 16 anys sobre la població productiva, al Pinós és del **22,2%**.

El Pinós presenta un **índex d'envelliment del 140,6%**. Aquest indicador compara la quantitat de persones majors de 64 anys amb la quantitat de persones menors de 16 anys. **Un valor superior al 100% indica que hi ha més persones majors que menors, la qual cosa evidencia que el Pinós presenta una població envellida**. De fet, dins de les persones majors de 64 anys, un **47,3%** ha aconseguit els **75 anys**, la qual cosa indica una alta esperança de vida i una notable longevitat en la població major.

Així doncs, el Pinós presenta un **moviment natural de la població negatiu**, cosa que significa que el nombre de defuncions supera al nombre de naixements. Segons dades recents, entre 2018 i 2022 els resultats s'han mantingut en xifres negatives, aconseguint **-37 en 2022**.

**Aquesta informació reflecteix la necessitat d'adaptar les polítiques per a abordar les necessitats d'una població major, fomentant l'envelliment actiu i el desenvolupament de serveis de suport per a millorar la qualitat de vida de la població.**

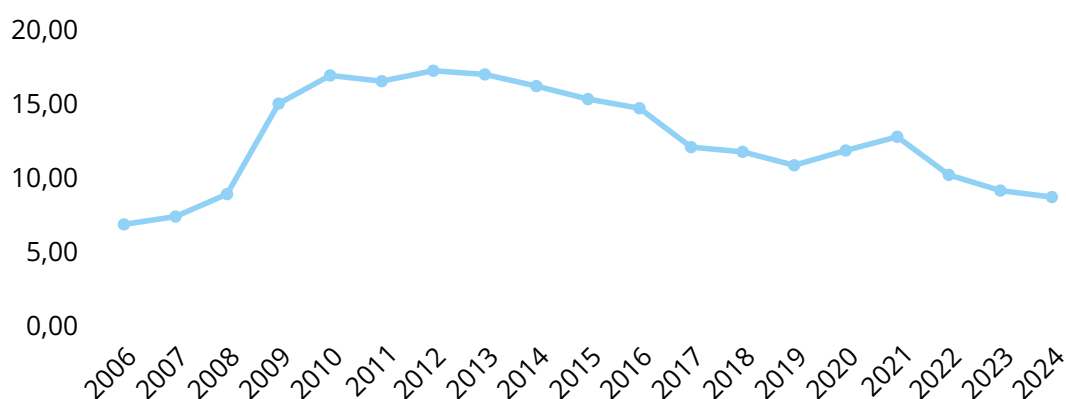
Quant a la població per **nacionalitat** al Pinós, el **80,9% dels habitants procedeixen d'Espanya**. Del percentatge restant, el 4,3% són ciutadans de la Unió Europea i el 14,8% d'altres nacionalitats com altres llocs d'Europa (9,6%) , Àfrica (2,8%), Amèrica (1,7%) i resta del món (0,6%). Per tant, és important considerar la diversitat cultural que caracteritza la comunitat, ja que el **20% dels seus habitants procedeixen d'altres nacionalitats**. Aquesta multiculturalitat és un actiu que ha de valorar-se, ja que contribueix a una comunitat més inclusiva en un món cada vegada més globalitzat.



També s'han d'exposar les dades relatives a l'àmbit **econòmic**, abastant la desocupació, el teixit empresarial, l'habitatge, així com els indicadors de pobresa i desigualtat. Aquestes dades proporcionen una visió detallada i completa de la qualitat de vida de la ciutadania del Pinós. De fet, nombrosos experts determinen que “tindre una bona salut financera és una de les variables que més impacta en la qualitat de vida” (BBVA, s.f.).

En primer lloc, la **desocupació** registrada al Pinós (juny de 2024) és de **462 persones**, és a dir, del **8,51%**. El sector de treball més afectat és el sector **serveis (51,52%)**, seguit de la **indústria (26,19%)**. Amb valors més baixos, es registra un **7,79% en l'agricultura i un 5,41% en la construcció**. La desocupació al Pinós ha mostrat una **evolució** marcada per un augment significatiu entre 2008 i 2013, a causa de la **crisi econòmica** global. Des de llavors, ha experimentat una tendència descendent sostinguda, passant del 16,30% en 2014 al 8,79% al novembre de 2024.

Gràfic 3. Evolució desocupacio



Font: Argos

Si es realitza una comparació de la **desocupació per edat** es troben diferències significatives, les **persones majors de 45 anys** presenten valors més alts de desocupació. Asenjo (2023) explica que les càrregues familiars, la formació i la menor disposició per a acceptar canvis de ciutat influeixen en l'ocupabilitat d'aquesta franja d'edat.

Analitzant les diferències per **sexe**, les **dones presenten una proporció més alta de desocupació, registrant el 61,26%**. És a dir, mentre que 179 homes es troben en situació de desocupació, la xifra ascendeix a 283 per a les dones. Aquesta dada revela una disparitat en el mercat laboral, on les dones experimenten desafiaments addicionals en comparació amb els homes. Com explica Millán (2023), "la bretxa de gènere és present en pràcticament tots els àmbits de l'ocupació"; salaris, temporalitat, treballs a temps parcial, menys llocs directius, dificultat per a la conciliació, etc.

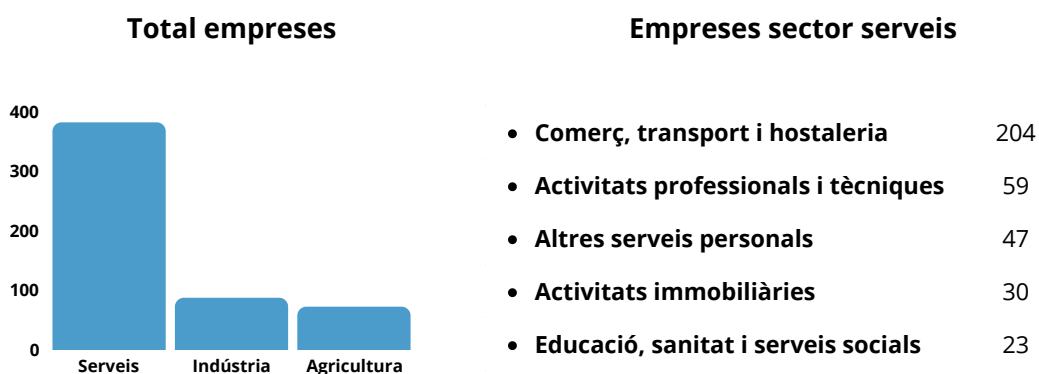
**Aquests resultats reflecteixen la necessitat d'establir mesures que promoguen la igualtat d'oportunitats i reduïsquen les disparitats tant per edat com per gènere en l'àmbit laboral.**

Taula 1. Desocupació per edat i sexe.

Sexo y edad					
Homes			Dones		
Menys de 25 anys	Entre 25 i 44 anys	Majors de 45 anys	Menys de 25 anys	Entre 25 i 44 anys	Majors de 45 anys
14	58	107	6	111	166

Font: SEPE

Quant al teixit empresarial del municipi, a data d'1 de gener de 2023 compta amb **382 empreses del sector serveis, 87 de la indústria i 72 de la construcció**. Per tant, els sectors amb nivells més alts de desocupació també són els més predominants en la localitat.

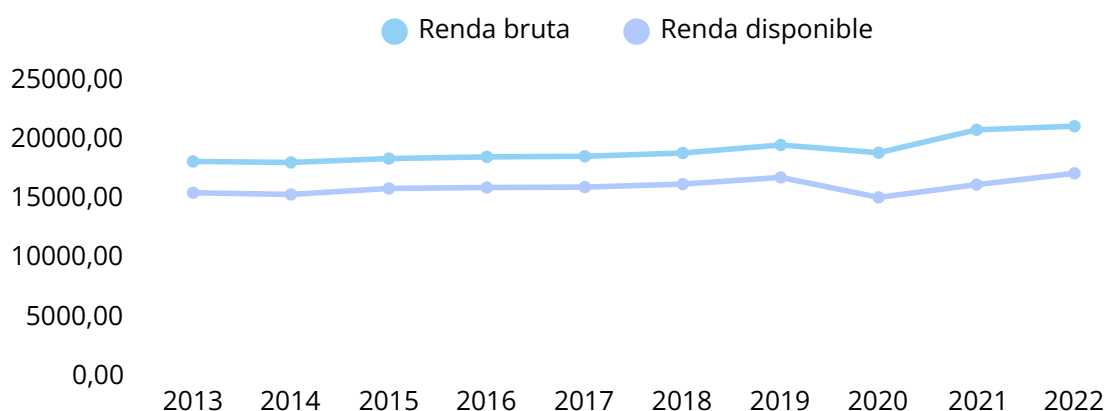


Un altre element fonamental en aquest context econòmic és el **nivell de renda** de la població del Pinós. Aquest indicador reflecteix l'ingrés mitjà que reben els habitants del municipi i és crucial per a comprendre la seua capacitat adquisitiva. Aquest nivell pot influir en diversos aspectes com el consum local o la inversió en béns i serveis.

Encara que no es disposen de dades recents, el **nivell de renda bruta l'any 2021 va ser de 20.798€ i la renda disponible de 16.160€**. En analitzar l'evolució de la renda, tant bruta com disponible, en els últims anys, s'observa una **tendència creixent**. Entre 2013 i 2022, tant la renda bruta com la renda disponible han mostrat un creixement constant, reflectint una millora en el poder adquisitiu de les llars. No obstant això, aquest augment ha sigut moderat per l'increment dels impostos i les cotitzacions socials, que han reduït parcialment l'impacte positiu en la renda disponible.

És important esmentar que l'any 2020 es registra una disminució que es recupera l'any 2021. Aquesta disminució va ser la conseqüència directa de la crisi sanitària i els seus efectes, com la reducció del consum, les mesures de confinament i les restriccions econòmiques (Fernández, 2021).

Gràfic 4. Evolució renda bruta i renda disponible



Font: Datosmacro

Quant al preu de **l'habitatge** al Pinós, s'assenyala per a març de 2024 un preu de **1.239 €/m<sup>2</sup>**, experimentant un augment del **4,7%** respecte al mes anterior (1.183 €/m<sup>2</sup>), un augment del **15,5%** en comparació amb el trimestre anterior i un notable creixement del **30,2%** en relació a l'any anterior (març 2023, 952 €/m<sup>2</sup>). **Per tant, s'observa una tendència a l'alça en el preu de l'habitatge al Pinós, això podria dificultar l'emancipació de la ciutadania i influir en la seua qualitat de vida.**

En últim lloc, s'ha d'exposar els **indicadors de pobresa i condicions de vida**. Com s'ha explicat en l'apartat teòric, la vulnerabilitat i l'exclusió social té efectes en la salut de les persones, per la qual cosa és important comprendre la situació en el municipi i desenvolupar mesures que garantisquen el benestar de tota la ciutadania. Abordar aquests aspectes contribueix a la construcció d'una comunitat més saludable i resilient.

Taula 2. Indicadors de pobresa i condicions de vida

	Taxa de risc de pobresa	AROPE	Manca material	Manca material severa	Manca material i social severa	Renda mitjana per unitat de consum
El Vinalopó Medio	18,3%	25%	19,5%	8,6%	7,6%	18.068€

Font: Portal Estadístic de la Generalitat Valenciana

- **Taxa de risc de pobresa:** Aquest indicador mesura el percentatge de llars els ingressos equivalents de les quals estan per davall del 60% de l'ingrés mitjà equivalent nacional. En aquest cas, un **18,3%** de la població del Pinós es troba en aquesta posició de vulnerabilitat.
- **AROPE:** Aquest indicador reflecteix les persones que es troben en risc de pobresa i/o exclusió social segons l'Estratègia Europa 2020. S'inclouen a les persones en risc de pobresa i aquelles que pateixen de manca material severa o viuen en llars amb baixa intensitat de treball. Al Pinós hi ha un **25%** de persones que es troben sota aquest llindar.
- **Manca material:** Proporció de persones que resideixen en llars que manquen d'almenys tres conceptes d'una llista de sis de l'Enquesta de Condicions de Vida. el Pinós presenta un valor del **19,5%**.
- **Manca material severa:** Proporció de persones que resideixen en llars que manquen d'almenys quatre conceptes d'una llista de sis de l'Enquesta de Condicions de Vida. Al Pinós es registra un valor del **8,6%**.
- **Manca material i social severa:** Proporció de persones que resideixen en llars que manquen d'almenys set conceptes d'una llista de 13 de l'Enquesta de Condicions de Vida. Al Pinós, un **7,6%** presenta aquesta circumstància.
- **Renda mitjana per unitat de consum:** Es tracta de l'ingrés mig total d'una llar dividida pel nombre d'unitats de consum dins de la llar. Aquest valor s'assigna com a unitat de consum a tots els membres de la llar per igual. En el cas del Pinós es registra un valor de **18.068€**.

Aquests resultats indiquen desafiaments significatius en termes d'accés a recursos i oportunitats, destacant la necessitat de polítiques orientades a millorar les condicions de vida i reduir les desigualtats.

## DIAGNÒSTIC PARTICIPATIU

- **Actius i necessitats de salut del Pinós. Quin paper juga la participació ciutadana en l'efectivitat d'un pla local?**

La **participació ciutadana** es defineix com el mecanisme que permet a la ciutadania intervindre en l'esfera pública i en la presa de decisions. És a dir, és un procés que permet la interacció entre la ciutadania i el govern en un espai públic (Montecinos i Contreras, 2019).

La participació ciutadana sorgeix dels moviments socials dels anys 60 i es presenta com una **estratègia clau** per a abordar la crisi de representativitat i promoure noves maneres de fer política. De fet, en les democràcies modernes, és essencial perfeccionar les relacions entre ciutadans i el govern, garantint una **gestió governamental amb valors d'inclusió i transparència** (Montecinos i Contreras, 2019).

La participació efectiva és costosa i requereix d'una reflexió acurada sobre els objectius. Per a garantir la seua efectivitat, és fonamental garantir l'existència de tres elements: **el desig de participar de la ciutadania, el coneixement sobre com fer-lo i la disponibilitat dels mecanismes adequats** (Menéndez et al., 2020). Existeixen diferents tipus de participació ciutadana, com a pressupostos participatius, associacions, activitats de voluntariat, Fòrum Jove, consells, fòrums, comitès, etc.

Quan les persones poden formar part de les decisions i influir en el disseny, implementació i avaluació de polítiques públiques, es fomenta una **ciutadania responsable** que exerceix els seus drets i assumeix les seues obligacions. Així, es converteixen en agents actius que aporten informació basada en el seu coneixement i experiència. Aquesta perspectiva representa una forma distinta de relacionar-se amb les administracions públiques, ja que els òrgans polítics deixen de tindre el control exclusiu i estableixen una comunicació en pla d'igualtat (Menéndez et al., 2020).

Així mateix, aquest procés contribueix al **creixement individual i al desenvolupament social, empoderant als individus i enfortint el sentiment de pertinença a la comunitat**.

És important que les administracions públiques no reduïsquen la participació "a un mer servei de suport o complement. Sinó que implique un canvi en la forma tradicional de fer política" (Menéndez et al., 2020).

En definitiva, la participació ciutadana és fonamental per a l'èxit d'un pla local, ja que permet a la ciutadania expressar les seues necessitats i prioritats, assegurant que el pla estiga alineat amb la **realitat** existent. Aquesta col·laboració permet una **comprensió** més profunda de les problemàtiques locals i assegura que les solucions proposades siguen pertinents. Al mateix temps, en involucrar a la ciutadania en el procés de disseny, genera un **compromís** en la implementació del pla i la seua posterior avaluació. A més, en tindre en compte les opinions de la ciutadania del Pinós s'incrementa la possibilitat que el pla siga ben rebut. Així, la participació no sols enriqueix el pla, sinó també enforteix el vincle entre la comunitat i les autoritats locals.

- **Enquesta ciutadana**

Per al Pla de Salut del Pinós, s'ha difós una enquesta en línia a la ciutadania amb l'objectiu de **conèixer les seues opinions i propostes en matèria de salut**. Aquesta iniciativa cerca recopilar i obtindre informació valuosa que permeta comprendre tant l'estat de salut individual com comunitari, així com proposar accions concretes per a millorar la qualitat de vida de la població.

L'enquesta està estructurada en **diferents blocs temàtics** que aborden diferents aspectes de la salut i del benestar individual i comunitari. A continuació s'explica amb detall el contingut de cadascun d'aquests blocs:



- **La Salut de la població del Pinós**

Aquest primer bloc temàtic se centra en conèixer els hàbits saludables i les pràctiques diàries que contribueixen a mantindre una bona salut de la ciutadania. Les preguntes inclouen elements com la pràctica d'activitat física, alimentació, revisions periòdiques mèdiques, consum de substàncies nocives, qualitat del descans, etc.

- **Avaluació de l'entorn**

En aquest segon bloc s'arreplega la percepció dels individus sobre diferents aspectes de l'entorn del municipi que influeixen en la qualitat de vida com el transport, la cura dels espais públics, l'accés a espais naturals, les activitats d'oci disponibles, l'economia local, la interacció social, la identitat i sentit de pertinença, oportunitats de participació ciutadana, etc.

- **Accés a la informació i participació ciutadana**

En aquest bloc està destinat a conèixer el nivell d'interés de la ciutadania a participar en diverses activitats que fomenten el benestar, així com el seu grau d'informació sobre els recursos i serveis disponibles en el territori.

- **Problemàtiques percebudes i propostes d'actuació**

En l'últim bloc, s'ofereix un espai obert perquè els individus puguin descriure els principals problemes que identifiquen al Pinós i aporten les seues pròpies idees i suggeriments.

- **Fitxa tècnica**

<b>Àmbit</b>	Pla de Salut el Pinós
<b>Univers</b>	Ciudadanía de Pinoso
<b>Grandària de la mostra</b>	207
<b>Mètode</b>	Enquesta online
<b>Procediment de mostreig</b>	Mostreig aleatori simple
<b>Disseny de qüestionari</b>	Quatre blocs temàtics + preguntes sociodemogràfiques
<b>Difusió</b>	A través d'un QR, cartelleria, xarxes socials, contacte directe...
<b>Empresa, disseny i anàlisi de resultats</b>	LIKERT. Instituto de Investigación Social
<b>Objectius</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conèixer els hàbits saludables de la població del Pinós</li> <li>• Comprendre la perspectiva i l'opinió sobre el municipi del Pinós en matèria de benestar i qualitat de vida</li> <li>• Examinar el coneixement de la població sobre els recursos i serveis públics disponibles</li> <li>• Identificar els principals desafiaments existents en termes de salut</li> <li>• Fomentar la participació ciutadana en permetre que els individus compartisquen idees i recomanacions d'accions saludables</li> </ul>

## Resultats

L'enquesta va comptar amb un total de **207 respostes**, de les quals la majoria van ser proporcionades per dones (81,75%). Les franges d'edat predominants entre les persones participants van ser de 30 a 44 anys (38,10%) i de 45 a 59 anys (36,51%), la qual cosa reflecteix un interès significatiu en el tema de salut per part d'aquesta població.

Quant als **hàbits de la població** del Pinós es pot observar que la majoria de les persones enquestades presenten **comportaments saludables**, ja que afirmen mantindre una alimentació equilibrada (56,86%), practicar activitat física (39,22%), assistir regularment a consultes mèdiques (48,04%), tindre un descans reparador (45,10%) i evitar el consum de substàncies nocives com el tabac i alcohol (39,22%).

Taula 3. Hàbits de la població

	"Practique activitat física amb regularitat"	"Crec que tinc una alimentació saludable"	"Assistisc periòdicament a consultes mèdiques per a fer un seguiment"	"Evite consumir substàncies nocives per al meu organisme"	"Considere que tinc un descans reparador"
<b>Molt d'acord</b>	39,22%	28,43%	14,71%	39,22%	24,51%
<b>D'acord</b>	39,22%	56,86%	48,04%	28,43%	45,10%
<b>Ni d'acord ni desacord</b>	12,75%	10,78%	3,92%	0,98%	1,96%
<b>En desacord</b>	2,94%	1,96%	5,88%	9,80%	12,75%
<b>Molt desacord</b>	5,88%	1,96%	20,59%	16,67%	10,78%

Font: Elaboració pròpia a partir de les dades de l'enquesta

Respecte a l'**estat del Pinós en matèria de benestar**, les persones enquestades atorguen les següents puntuacions en una escala del 0 al 10, on el 0 representa molt males condicions i el 10, molt bones condicions.

La nota més alta la rep la **seguretat** del municipi, ja que obté una puntuació de **7.32**. Entorn d'una puntuació de 6, apareix la capacitat de **caminar** o desplaçar-se amb bicicleta de manera fàcil i per trajectes agradables i assegurances (6.47), la **identitat positiva** i el sentiment de pertinença cap al Pinós (6.32) i la possibilitat de gaudir d'un **espai natural**, atractiu, segur i de fàcil accés (6.26).

En arribar a la puntuació de 5, les persones enquestades destaquen aspectes com la **realització d'activitats d'oci i esplai** (5.95), la suficiència **d'espais i activitats** per a relacionar-se amb altres persones (5.35), i que els **edificis públics** estan ben cuidats (5.34).

En una puntuació de **4.98**, s'esmenta la capacitat de **participar** en la presa de decisions públiques. Finalment, amb una puntuació de **2**, es registra la percepció sobre l'existència d'una **economia local activa** que afavorisca l'ocupació en el municipi (2.89), així com la disponibilitat de **transport públic** (2.36).

Taula 4. Estat del Pinós en matèria de benestar

Et sents segur en el teu barri?	7,32%
Pots caminar i/o desplaçar-te amb bicicleta fàcilment i per trajectes agradables i assegurances?	6,47%
el Pinós té una identitat positiva i sents que pertanyes o que pots pertànyer a ell?	6,32%
Pots gaudir al Pinós d'un espai natural atractiu, segur i de fàcil accés?	6,26%
Es poden realitzar activitats d'oci i esplai?	5,95%
Hi ha oportunitats i varietat d'espais i activitats per a relacionar-se amb altres persones?	5,35%
Estan els edificis ben cuidats i els carrers i espais públics són agradables?	5,34%
Sents que pots participar en la presa de decisions?	4,98%
Hi ha una economia local activa en el municipi que afavorisca l'accés a una bona ocupació?	2,89%
El transport públic respon a les necessitats de totes les persones del Pinós?	2,36%

Font: Elaboració pròpia a partir de les dades de l'enquesta.

En resum, l'anàlisi sobre l'estat del Pinós revela tant fortaleses com àrees de millora significatives. La **seguretat** del municipi destaca com l'aspecte millor valorat, la qual cosa suggereix que la població se sent relativament segura en el seu entorn. No obstant això, a mesura que descendeix l'escala, s'evidencien reptes importants. Encara que les activitats d'oci i la qualitat dels espais públics reben puntuacions acceptables, la participació ciutadana, la percepció d'una economia activa i el sistema de transport són àrees crítiques que necessiten atenció.

També se'ls va preguntar a les persones participants sobre el seu **grau d'interés per unes certes pràctiques saludables**. L'activitat que major interès suscita (molt interessant) és el **moviment funcional i actiu** (dansa, ioga, etc.) (48,35%) i la **formació en hàbits saludables** (43,96%). Altres activitats que també són categoritzades com a “interessants” són realitzar tallers sobre **nutrició** saludable (47,78%), realitzar activitats per a la **pràctica esportiva en entorns naturals** (47,78%) i realitzar **col·laboracions i usos compartits d'instal·lacions d'altres municipis** (40,66%).

Taula 5. Grau d'interés per activitats de benestar

	Pràctica esportiva en entorns naturals	Formació en hàbits saludables	Moviment funcional i actiu	Col·laboracions i usos compartits d'instal·lacions d'altres municipis	Tallers sobre nutrició saludable
Gens interessant	2,22%	2,20%	3,30%	8,79%	3,33%
Poc interessant	5,56%	6,59%	8,79%	16,48%	7,78%
Interessant	47,78%	43,96%	39,56%	40,66%	47,78%
Molt interessant	42,22%	3,30%	48,35%	29,67%	35,56%
NS/NC	2,22%	3,30%	-	4,40%	5,56%

Font: Elaboració pròpia a partir de les dades de l'enquesta.

Al mateix temps, es va voler avaluar el **grau d'informació** que té la població **sobre els recursos, activitats i serveis sanitaris** al Pinós, d'aquesta manera es vol obtenir una perspectiva valuosa sobre la comunicació i l'accessibilitat de la informació.

En aquest cas, el **49,45% de la població enquestada afirma estar poc informada**. Mentre que un 35,16% de les persones enquestades es troben bastant informades. Les categories “gens informat/a” i “molt informat/a” presenten un valor de 7,69% cadascuna. Aquestes dades evidencien la necessitat de millorar la difusió d'informació per a fomentar una major participació de la comunitat en activitats de benestar. Encara que no existeixen diferències significatives per grup d'edat, ja que en tots la categoria predominant és “poc informat/a”, el grup d'edat que té una **percepció més positiva sobre el seu nivell d'informació és el de 30-44 anys**.

Així doncs, la major part de les persones enquestades s'informen principalment a través de **xarxes socials (54,69%)**. Un percentatge significatiu ho fa a través de **mitjans de comunicació (28,91%) i família i amics (21,09%)**. Amb menys repercussió, un 11,72% s'informa a través de cartelleria, i un 10,94% a través de la pàgina web. Únicament un 1,56% ho fa a través de monitors, personal públic, etc. Aquestes dades indiquen que les xarxes socials juguen un paper fonamental en la comunicació, mentre que altres mitjans, com els canals oficials o presencials, tenen menor impacte.

A través d'aquesta enquesta, també es vol aprofundir en els **principals problemes que es perceben al Pinós per part de la ciutadania**, per la qual cosa s'ofereix un espai obert perquè puguin expressar les seues opinions.

En primer lloc, es destaca la **necessitat de millorar el centre de salut i els serveis mèdics**. Això inclou comptar amb un centre que oferisca més serveis, més professionals i una atenció més ràpida i eficient. S'esmenta específicament la falta de metges, pediatres i especialistes (salut mental, salut sexual, nutricionista, ginecòleg, fisioterapeutes, prevenció de conductes addictives), així com la necessitat d'ampliar les hores d'atenció i optimitzar la gestió de cites. En relació, exposen la gestió de les ambulàncies i la necessitat d'ambulàncies 24h.

Uns altres dels problemes que identifiquen són els següents: La ciutadania fa referència a la necessitat de realitzar més **activitats esportives i fomentar l'esport en adolescents**; "espais per a fer exercicis més adequats", "envelliment actiu", "oci juvenil", etc.. També esmenten qüestions sobre la **neteja dels carrers i la cura de l'entorn urbà**, algunes de les seues reclamacions són; "carrers amb sots i lloses alçades en el casc de Cánovas del Castell", "més carril bici", "mala accessibilitat als carrers", etc.

La població enquestada fa referència al **transport**. D'una banda, expressen la necessitat de millorar el transport entre diferents pobles pròxims. D'altra banda, destaquen la necessitat de comptar amb un transport adequat per a arribar als altres centres de salut especialitzats. A més, s'esmenta la falta de **difusió** de la informació i la realització de **campanyes de conscienciació i sensibilització**.

Així mateix, se'ls va demanar a les persones enquestades que seleccionaren tres problemes que identifiquen en el municipi a partir d'un llistat de set ítems.

Taula 6. Principals problemes percebuts en el municipi

<b>El consum d'alcohol i drogues</b>	<b>22,66%</b>
<b>Prevalen conductes incíviques que no permeten el descans</b>	<b>21,88%</b>
<b>La ubicació dels centres de salut</b>	<b>18,75%</b>
<b>No existeix oferta formativa que promoga l'adquisició d'hàbits saludables</b>	<b>17,97%</b>
<b>La contaminació, insalubritat o recollida de residus afecta a la salut de la ciutadania</b>	<b>15,63%</b>
<b>Els espais per a la pràctica esportiva són insuficients</b>	<b>10,94%</b>
<b>No existeix una oferta diversa de clíniques, òptiques, gimnasos o dentistes privades</b>	<b>7,03%</b>

Font: Elaboració pròpia a partir de les dades de l'enquesta.

En aquest cas, el **consum d'alcohol i drogues (22,66%)** és percebut com el principal problema al Pinós. A continuació, la prevalença de **conductes incíviques que no permeten el descans (21,88%)** es considera el segon problema, seguit de la **ubicació dels centres sanitaris (18,75%)**, ja que es troben massa lluny.

En quart lloc, un 17,97% de les persones enquestades opina que no hi ha una **oferta formativa** que promoga l'adquisició d'hàbits saludables. Posteriorment, s'esmenta la **contaminació**, la insalubritat i la recollida de residus (15,63%), així com la **insuficiència d'espais per a la pràctica esportiva** (10,94%). Finalment, un 7,03% assenjala que no existeix una **oferta diversa de clíniques, òptiques, gimnasos o dentistes en el municipi**.

En definitiva, en considerar les respostes sobre els problemes percebuts al Pinós, es pot concloure que els principals desafiaments estan relacionats amb la falta de serveis i recursos mèdics adequats. La població també destaca les conductes addictives i les conductes incíviques, que afecten negativament la qualitat de vida, com el soroll i la brutícia. Aquests factors no sols alteren el descans, sinó que contribueixen a un entorn poc saludable, per la qual cosa és crucial abordar aquestes qüestions.

## • Taula participativa

Per a complementar les dades participatives quantitatives, es va realitzar una **taula participativa**, una iniciativa fonamental per a fomentar la col·laboració i el diàleg entre la ciutadania en temes de salut i benestar comunitari. En un context on la **participació ciutadana** és clau per a la formulació de polítiques efectives, aquest espai busca integrar les veus i perspectives dels habitants en el Pla de Salut del Pinós.

La jornada s'organitza entorn de diverses **temàtiques** que aborden qüestions relacionades amb els hàbits saludables, espais de convivència, qualitat de vida i altres aspectes rellevants. Mitjançant la interacció i l'intercanvi d'idees, es pretén identificar les necessitats de la població del Pinós en matèria de salut i proposar accions concretes per a millorar la situació de partida.

Per tant, la informació recopilada en aquesta jornada és crucial per a elaborar un diagnòstic detallat que reflectisca la realitat de la població, i al seu torn, per a la presa de decisions informades. Els resultats d'aquest procés participatiu s'utilitzaran per a dissenyar accions concretes que responguen a les necessitats i preocupacions de la població del Pinós.

Amb aquest enfocament, s'espera que el Pla de Salut no sols siga un document tècnic, sinó un reflex de la voluntat col·lectiva de la comunitat per avançar cap a un entorn més saludable i amb una qualitat de vida millorada.



La jornada participativa es va celebrar el **24 de setembre a les 17:00h en el Centre Cultural**; van assistir set persones de diversos perfils i edats, la majoria d'elles vinculades a alguna associació, la qual cosa demostra el seu caràcter participatiu. Totes les persones assistents es van mostrar obertes al debat, respectuoses i còmodes durant la jornada, la qual va tindre una duració de tres hores i es va estructurar en tres parts.



### **Explicació de les dinàmiques:**

La primera part va consistir en una breu **presentació** sobre el projecte (Pla Ciutat Saludable) i sobre diferents conceptes necessaris en matèria de salut com la salutogènesi, l'equitat en la salut, els determinants de la salut i els actius i recursos de salut. D'aquesta manera, totes les persones participants tenien una base sobre el projecte i sobre el tema a tractar. En aquest punt, també s'esmenta la importància de tindre en compte la perspectiva i l'opinió d'aquelles persones o grups que no han pogut assistir a l'esdeveniment.

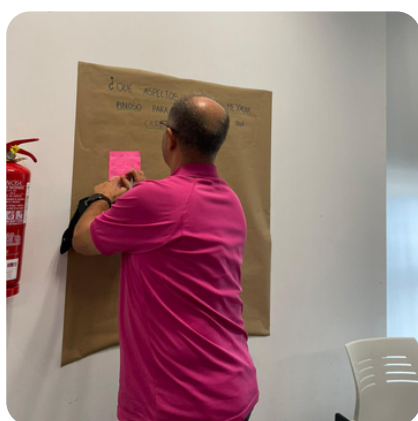
Després d'aquesta breu presentació, cada assistent es va presentar breument, indicant el seu nom, associació a la qual pertany (en cas de formar part d'alguna entitat) i les seues expectatives de la jornada. Després d'aquesta primera presa de contacte, es va introduir la primera pregunta general:

### **“Quins aspectes hauria de millorar el Pinós per a convertir-se en una Ciutat Saludable?”**

Les persones participants estaven organitzades en un semicercle per a facilitar la comunicació entre elles i per a observar bé la pregunta general situada en un llenç en la paret. A més, disposaven de bolígrafs i notes adhesives per a respondre a la pregunta plantejada. A mesura que completaven les seues respostes de manera individual, s'alçaven i col·locaven les seues aportacions en el llenç comú. Posteriorment, es va obrir un xicotet debat per a analitzar les respostes més recurrents.

Per a la segona dinàmica, es va dur a terme un **World Café** per a conèixer la situació municipal en matèria de salut, així com facilitar l'intercanvi d'idees i promoure el diàleg col·laboratiu sobre diversos temes relacionats. El World Café es tracta d'una metodologia de diàleg i col·laboració que fomenta la participació activa i l'intercanvi d'idees entre grups de persones. Es basa en la idea que les converses informals i en un ambient relaxat pot facilitar que fluisca la informació i la generació d'idees.

En aquest cas, es van organitzar **tres estacions** on les persones participants van comptar amb un temps determinat per a fer les seues aportacions en el llenç. Una vegada transcorregut el temps, es passava a la següent estació. Es va optar per realitzar aquesta activitat de manera **conjunta** i en un sol grup, a causa del nombre de persones assistents i el bon funcionament del grup.



- **DAFO**

En la primera estació, es va dur a terme una anàlisi DAFO (Debilitats, Amenaces, Fortaleses i Oportunitats) amb l'objectiu d'identificar els aspectes positius i negatius relacionats amb la salut en el municipi. Aquest enfocament permet una avaluació integral tant de factors interns com externs que afecten la salut del Pinós.

- **Mapa recursos i actius**

La segona estació va consistir a crear un mapa de recursos i actius del Pinós, en el qual les persones participants havien d'identificar i situar en un mapa de la localitat tres categories distintes:

- **Actiu:** Qualsevol factor o recurs reconegut que millora la capacitat de les persones per a mantindre i sostindre la salut i el benestar, i que els ajuda a reduir les desigualtats en salut. Aquests recursos presents en la comunitat poden actuar a nivell individual, familiar i/o comunitari i tenen com a denominador comú la capacitat d'enfortir l'habilitat de les persones o grups per a mantindre o millorar la salut física, psíquica i social i contrarestar situacions d'estrés.

- **Recurs:** Qualsevol element relacionat amb les persones, els llocs, diferents institucions o organitzacions, que pot ser utilitzat per a promoure la salut o respondre a les seues necessitats i millorar la qualitat de vida i el benestar de la comunitat o les persones que la integren. La diferència entre actiu i recurs és que un recurs pot no estar sent utilitzat per a generar salut i un actiu clarament sí que genera benestar.

- **Disminueix la salut:** Qualsevol element relacionat amb les persones, els llocs, diferents institucions o organitzacions, que no afavoreix el benestar comunitari genera conflicte i fins i tot malaltia. Amb un clar símptoma de millora perquè es convertisca en recurs o actiu en salut.

Aquesta dinàmica és molt important, recolzant les paraules d'una persona participant, **"és necessari crear entorns per a preservar la salut"**.

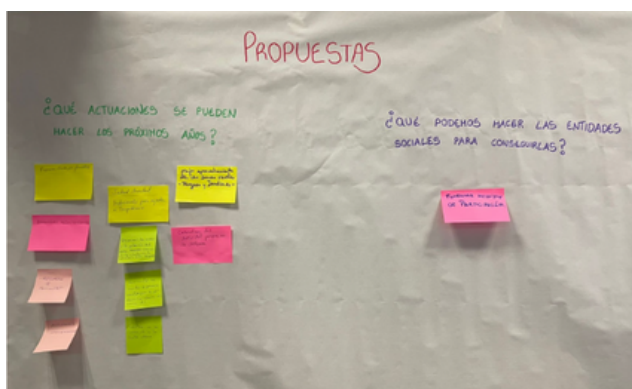
### • Iceberg: Salut al Pinós

En l'última estació, es va utilitzar la metàfora de l'iceberg per a analitzar els reptes en la comunitat. En la part visible, en el cim de l'iceberg, es van situar reptes manifestos, aquells que són evidents i reconeguts per la població. En la base, submergits i menys visibles, es van identificar els reptes latents, que representen les causes subjacents d'aquestes situacions. Aquesta dinàmica permet que les persones participants compreguen de forma més profunda la realitat del territori.

Per a facilitar la comprensió de la dinàmica als individus, es van col·locar en el cim de l'iceberg alguns resultats de l'enquesta realitzada a la ciutadania, la qual cosa els va permetre identificar les causes subjacents d'aquestes afirmacions.

Després d'aquesta dinàmica, es va passar a la tercera part; la formulació de propostes. Una vegada s'havien discutit i analitzat sobre diversos temes en les taules, les persones participants havien de proposar accions específiques perquè s'implementaran al Pinós en els pròxims anys, amb l'objectiu de millorar la salut, la qualitat de vida i la situació de partida del municipi. Per a això, de manera individual, cada assistent va escriure la seua resposta en una nota adhesiva i la va col·locar en el llenç final.

En aquest llenç final, també se'ls va preguntar a les persones assistents quines accions podrien dur a terme les entitats socials per a aconseguir aquestes propostes, promovent així una actitud proactiva i de col·laboració entre la ciutadania.



## Principals resultats:

Una vegada s'han explicat detalladament les dinàmiques realitzades, es procedeix a explicar els resultats obtinguts del procés participatiu. La informació es presenta del general a l'específic, començant per una pluja d'idees per a identificar quins aspectes hauria de millorar el Pinós per a convertir-se en una ciutat saludable. Posteriorment, s'aprofundeix sobre aquestes qüestions en el World Café per a finalment concretar-les en el tauló de propostes.

En primer lloc, davant la pregunta general **“Quins aspectes hauria de millorar el Pinós per a convertir-se en una Ciutat Saludable”**, les persones participants van organitzar les seues respostes entorn de diferents temes:

- **Eliminar barreres arquitectòniques:** Garantir espais accessibles i adaptats per a totes les persones.
- **Incrementar cursos de primers auxilis a nivell bàsic:** Es va proposar oferir més formació bàsica en primers auxilis per a empoderar a la població davant situacions d'emergència.
- **Difusió de la informació més eficaç:** Les persones participants van subratllar la importància de millorar la comunicació, assegurant que la informació siga clara i accessible per a tots.
- **Fomentar la participació ciutadana:** Es va emfatitzar en la necessitat d'involucrar a tots els sectors de la comunitat en la presa de decisions i en la implementació d'iniciatives de salut.
- **Millorar la pol·lució de l'aire i els sorolls:** Els individus van reconèixer la necessitat d'abordar els problemes ambientals que afecten la qualitat de vida de la ciutadania.
- **Millora del transport:** Es va considerar fonamental millorar el sistema de transport per a facilitar la mobilitat de la població a uns certs actius de salut. A més, es proposa la necessitat de fomentar el carril bici.
- **Oci saludable:** Es va destacar la importància d'oferir alternatives d'oci saludable a la població juvenil.
- **Activitats intergeneracionals:** Es va proposar fomentar la interacció entre diferents generacions

Aquestes categories reflecteixen una àmplia gamma d'àrees en les quals el Pinós podria millorar per a avançar cap a una ciutat més saludable. Totes aquestes idees generals es treballen en les següents dinàmiques, debatent a més altres temes rellevants.

Per tant, per a aprofundir en aquestes idees i no centrar-se únicament en la visió negativa, es procedeix a plasmar els resultats del World Café. En primer lloc, es presenta l'anàlisi DAFO.

<p><b>DEBILITATS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sorolls i contaminació de l'aire</li> <li>• Barreres arquitectòniques</li> <li>• Falta de transport Alguenya - el Pinós - Monóver - Elda - Alacant</li> </ul>	<p><b>AMENACES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Degradació del camp</li> <li>• Falta de relleu generacional</li> <li>• Noves addiccions</li> </ul>
<p><b>FORTALESES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Centre Cultural</li> <li>• Espais esportius</li> <li>• Teixit associatiu fort i sòlid</li> <li>• Centre Tercera Edat</li> <li>• Estratègia municipal</li> </ul>	<p><b>OPORTUNITATS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entorn rural</li> <li>• Subvencions</li> <li>• Major importància de la salut</li> </ul>

Les persones participants identifiquen principalment tres **debilitats**. En primer lloc, esmenten la constant presència de **soroll** procedent del trànsit i la **contaminació** de l'aire. A més, destaquen l'existència de **barreres arquitectòniques** que limiten l'accés a diversos espais públics i serveis, afectant especialment persones amb mobilitat reduïda i persones majors. En últim lloc, remarquen la manca d'opcions de **transport** entre Alguenya - el Pinós - Monóver - Elda - Alacant, la qual cosa dificulta la mobilitat i limita l'accés a serveis de salut.

No obstant això, a nivell intern, les persones assistents ressalten aspectes positius (**fortaleses**) com l'existència de **recursos** i serveis municipals. De fet, durant tota la jornada van posar l'accent que al Pinós es realitzen un gran nombre **d'activitats** de diverses índole; formatives, recreatives, mediambientals, etc. A més, subratllen la fortalesa del **teixit associatiu** del Pinós, destacant també que totes les entitats socials estan ben coordinades i treballen en col·laboració, la qual cosa potencia l'efectivitat de les iniciatives comunitàries. Així mateix, esmenten que la realització d'aquest projecte presenta una fortalesa i un compromís significatiu per a la comunitat.

Quant a factors externs negatius, destaquen com a amenaces l'abandó del **camp** i la falta de relleu **generacional**. També esmenten l'aparició de noves substàncies **addictives** i el consum generalitzat de drogues en el territori.

Pel que fa a les **oportunitats**, subratllen **l'entorn** privilegiat en el qual es troba el Pinós, així com la disponibilitat de subvencions i la creixent importància que la salut té en la societat actual.

Quant a la segona dinàmica, la corresponent al **mapa**, els individus van realitzar una classificació utilitzant tres colors. Aquesta codificació permet distingir de manera visual els actius (verd), recursos (groc) i elements que disminueixen la salut (roig) al Pinós.

### Zones verdes - Actius de salut

- Poliesportiu
- Entitats Socials (Creu Roja, Iguals i Sense Traves, Tercera Edat)
- Centre Cultural
- Centre de Salut

### Zones grogues - Recursos de Salut

- Parc biosaludable
- Horts urbans

En aquesta dinàmica, també se'ls va preguntar a les persones participants què es podria fer per a transformar les àrees grogues en actius de salut. Les seues respostes es van fixar principalment a augmentar la **difusió** dels recursos de salut disponibles, perquè la població els reconega i els utilitze. En relació a l'hort urbà, van proposar activitats que promoguen l'ús d'aquest espai, com a concursos, activitats escolars, banc d'aliments, voluntariat, entre altres.

### Zones roges - Elements que disminueixen la salut

- Zones de botellons
- Barreres arquitectòniques: Ajuntament, Centre associacions, voreres, etc.
- Carril bici (situat als afores del municipi)



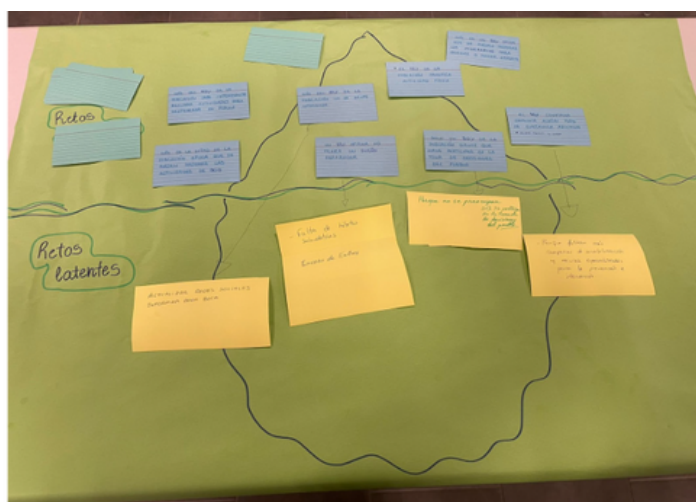
En la tercera dinàmica, corresponent a l'**iceberg**, es van presentar en el cim una sèrie de dades revelades per l'enquesta. Les persones assistents tenien la tasca d'identificar i agregar les causes subjacents a aquestes dades. A continuació, s'exposa com va quedar finalment el llenç, reflectint tant els reptes visibles com les causes latents que els sustenten.

### Elements manifestos

- Més d'un 90% de la població creu interessant realitzar activitats per a mantindre's en forma
- Més de la meitat de la població opina que es poden millorar les activitats d'oci
- Més del 52% de la població no se sent informada
- Un 33% afirma no tindre un somni reparador
- El 73% de la població practica activitat física
- Més d'un 50% opina que es poden millorar els itineraris per a caminar o fer esport
- Només un 30% de la població sent que pot participar en la presa de decisions del poble
- El 45% confirma consumir algun tipus de substància addictiva (alcohol, tabac i joc)

### Elements latents

- Falta de campanyes de sensibilització
- Falta de recursos especialitzats per a la prevenció i intervenció en conductes addictives
- Poca implicació i interès de la ciutadania en la vida pública
- Poca higiene del somni
- Falta d'hàbits saludables
- Poca difusió d'informació municipal a través de xarxes socials



Una vegada exposats els resultats de totes les estacions del World Caf , es presenten les **propostes** específiques que van fer les persones participants en l'última dinàmica:

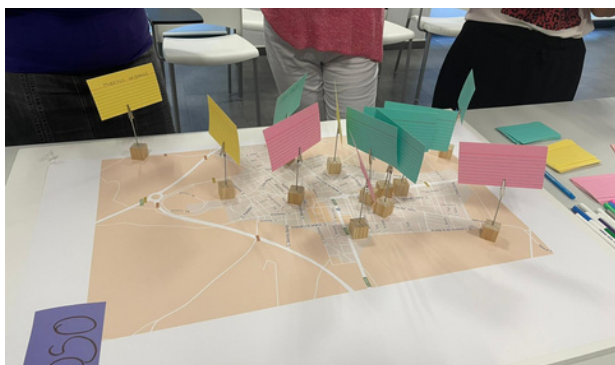
PROPOSTES	
Quines actuacions es poden fer en els pròxims anys?	Què podem fer les entitats socials per a aconseguir-les?
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Afegir professionals per a la prevenció de <b>conductes addictives</b></li> <li>• Activitats que afavorisquen la <b>salut mental i sexual</b></li> <li>• Millor aprofitament dels <b>espais verds (parcs i jardins)</b></li> <li>• <b>Coordinar</b> les activitats de les entitats socials i l'Ajuntament per a evitar el solapament</li> <li>• Incrementar els <b>cursos</b> de primers auxilis per a tota la població: escoles, associacions, etc.</li> <li>• Realitzar activitats entorn dels <b>horts urbans</b></li> <li>• Reduir la <b>circulació de vehicles</b> dins del municipi</li> <li>• Reduir les <b>barreres arquitectòniques</b></li> <li>• Oferir <b>recursos</b> de proximitat</li> <li>• Realitzar activitats <b>intergeneracionals</b></li> <li>• Incorporar l'Escola de <b>Famílies</b></li> <li>• Dinamitzar <b>rutes</b> guiades de senderisme</li> <li>• Campanyes de <b>sensibilització</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomentar mecanismes de <b>participació</b></li> </ul>

## Conclusions finals

El procés participatiu realitzat al Pinós ha permés identificar i analitzar diverses àrees que requereixen atenció per a transformar el municipi en un territori més saludable. A través de dinàmiques interactives, les persones participants han expressat les seues opinions, necessitats i inquietuds, revelant tant les debilitats com les fortalezes del municipi.

Els principals resultats indiquen unes certes necessitats com l'eliminació de **barreres arquitectòniques** en el territori o la implantació d'una línia de **transport** Alguenya - el Pinós - Monóver - Elda - Alacant per a poder accedir als espais de salut. També es fa una especial recalcamet en la falta de **participació** ciutadana. Malgrat comptar amb un sòlid teixit associatiu i una bona coordinació entre les entitats, encara hi ha una part significativa de la població que no rep informació adequada ni participa activament en la vida pública del Pinós. Això evidencia una manca d'educació participativa, aquest aspecte és fonamental per a empoderar a la ciutadania i fomentar el seu involucrament en la presa de decisions. Com bé exposava una persona participant, "**participar és salut**".

Les propostes sorgides d'aquest procés ofereixen un camí clar cap a la millora de la salut i el benestar al Pinós. Aquestes iniciatives no sols busquen resoldre problemes immediats, sinó que també tenen el potencial de promoure un desenvolupament més sostenible i saludable en el municipi.



## Troballes participatives

Una vegada finalitzat l'anàlisi de les dues dinàmiques participatives, es pretén oferir un resum de les opinions de la ciutadania sobre la situació actual en matèria de salut. Aquest **resum** inclou les diferents propostes que han sorgit, integrant la informació recaptada tant de l'enquesta com del procés participatiu, d'aquesta manera s'aconsegueix una visió més completa de la realitat social.

Entre els principals reptes en matèria de salut al Pinós destaquen les **barreres arquitectòniques** que limiten l'accessibilitat, la **contaminació** de l'aire i el **soroll**, així com la falta de **transport**. A més, es percep una falta d'**educació participativa** (participació ciutadana) i de **recursos mèdics adequats**. Tant en l'enquesta com en la dinàmica participativa, les persones participants subratllen la necessitat de millorar la **difusió** d'informació. Aquests factors impacten negativament en la qualitat de vida de la ciutadania.

No obstant això, el municipi compta amb un **teixit associatiu sòlid, centres culturals i esportius, i una estratègia municipal en salut en desenvolupament**. A més, **l'entorn natural** privilegiat ofereix oportunitats per a millorar el benestar de la població, juntament amb el creixent interès per la salut. De fet, a nivell individual, una part significativa de la ciutadania manté comportaments saludables, com portar una alimentació equilibrada i practicar activitat física.

Per a millorar la situació actual i consolidar el Pinós com un municipi més saludable, les persones participants proposen una sèrie d'accions clau: millorar el transport, enfortir la difusió d'informació, educar en participació ciutadana i fomentar activitats de formació bàsica en salut i hàbits saludables, com a cursos de primers auxilis o tallers de nutrició. A més, suggereixen enfortir els llaços comunitaris mitjançant activitats intergeneracionals, activitats de moviment funcional i actiu (dansa, ioga, etc.), etc.

En conclusió, la ciutadania és conscient de la realitat municipal i proposa accions realistes per a millorar la situació actual. A més, destaquen la importància del seu propi paper com a agents socials, subratllant la necessitat d'involucrar-se activament en aquests esforços per a impulsar el canvi i millorar el seu benestar i el de la ciutadania.

## RECURSOS I SERVEIS PER AL BENESTAR COMUNITARI

Els **serveis, recursos públics i les infraestructures** són pilars fonamentals en el desenvolupament i benestar de qualsevol comunitat. Com explica Ubalde (2021), l'espai públic influeix "no sols en la salut i el benestar sinó també en l'aprenentatge, i pot influir en la cohesió social i els problemes d'equitat en les comunitats. Els espais públics es poden dissenyar com a espais naturals i pacificats per a promocionar la restauració i reducció de l'estrés, promoure l'activitat física, el joc i fomentar l'experimentació, la creativitat i les habilitats crítiques de manera sostenible".

En aquest context, s'ha de garantir la qualitat i accessibilitat d'aquests serveis a la ciutadania. Per això, en aquest apartat s'examinen els principals serveis públics i infraestructures presents al Pinós, incloent-hi instal·lacions sanitàries, centres educatius, instal·lacions esportives, entre altres. A més, s'analitzen altres elements que influeixen directament en la salut de la població, destacant els recursos de Serveis Socials.

### • Instal·lacions esportives:

El municipi del Pinós compta amb una variada oferta d'instal·lacions esportives i activitats coordinades des de l'Àrea d'Esports.

- Camps de futbol: El municipi disposa de diversos camps de futbol, dos d'ells de gespa
- Pavellons esportius: Tendre Galván i Pavelló García Córdoba
- Pista de tenis, pàdel, frontó i petanca
- Zones d'escalada
- Piscina municipal
- Gimnàs municipal
- Sala d'usos múltiples on es realitzen activitats com l'aeròbic

A més del complex esportiu municipal, el Pinós compta amb altres instal·lacions de titularitat municipal que enriqueixen l'oferta esportiva com les pistes esportives del barri Santa Catalina, el jardí de Las Dalias i la nova plaça al costat del gual de Rico Lucas.



- **Instal·lacions culturals i juvenils:**

- Centre Cultural
- Centre Juvenil
- Teatre auditori Emilio Martínez Saez
- Centre Social Santa Catalina
- Centre Associacions
- Arxiu municipal Manuel Pérez Mira
- Biblioteca municipal Maxi Banegas

Alguns dels cursos i **tallers** que es duen a terme en aquestes instal·lacions són: cursos d'idiomes, ioga, balls de saló, pintures i manualitats, noves tecnologies, exposicions, xarrades, monòlegs, concursos de talents (escriptura i poesia), etc.

Des de la Regidoria de Cultura i Joventut també es duen a terme diverses campanyes de sensibilització i conscienciació, com a exemple es destaca la labor **preventiva en conductes addictives**.

- **Àrea d'Igualtat i LGTBI+**

Des de l'àrea d'Igualtat es treballa per la inclusió de tota la comunitat, detectant i eliminant les desigualtats basades en gènere, orientació sexual i identitat de gènere. Aquesta iniciativa promou recursos, eines i serveis per a sensibilitzar sobre aquests temes a la ciutadania, consolidant així una comunitat diversa. Alguns dels projectes que es poden destacar en aquesta àrea són "Camí per la Igualtat" i "Dia de l'Orgull LGTBI+".

- **Instal·lacions educatives:**

- Centre d'educació infantil i primària Sant Antón
- Centre d'educació infantil i primària Santa Catalina
- Centre de formació de persones adultes Enrique Tierno Galvan
- EIM La Milotxa
- Escola de Música Societat Unió Lírica Pinosense
- Institut d'ensenyament secundari José Marhuenda Prats

Aquesta regidoria proporciona informació detallada sobre recursos educatius, processos d'escolarització i orientació personalitzada a famílies i alumnes. També proporciona acompanyament per a aquells alumnes que han abandonat el sistema educatiu, facilitant el seu reingrés a programes formatius o la inserció en el món laboral.

Alguns dels programes que es desenvolupen en aquesta àrea són els següents:

Fira d'educació IES José Marhuenda Prats, Programa d'Absentisme, Programa d'intervenció socioeducativa amb menors, Aula d'intervenció socioeducativa amb menors i l'Aula de convivència per a adolescents.

- **Instal·lacions i recursos Serveis Socials:**

L'àrea de Serveis Socials del Pinós està compost per un grup multidisciplinari de professionals dedicats a millorar la qualitat de vida i el benestar social de la localitat. Aquest equip inclou: treballadores socials, psicòloga, educadora social, assessor jurídic, personal administratiu, auxiliars d'ajuda a domicili.

Els Serveis Socials d'atenció primària ofereixen una àmplia gamma de prestacions i mesures dissenyades per a fer costat a la ciutadania en diverses situacions. Algunes d'aquestes prestacions són les següents:

- Servei d'acolliment i atenció davant situacions de necessitat social
- Servei de promoció de l'autonomia
- Servei d'inclusió social
- Servei de prevenció i intervenció amb famílies
- Servei d'assessorament jurídic
- Servei d'acció comunitària

- **Zones verdes i medi ambient:**

el Pinós compta amb diversos espais verds que ofereixen a la ciutadania llocs d'oci, esport, esplai i contacte amb la naturalesa. Aquests espais no sols embelleixen el municipi, sinó que contribueixen al benestar de la comunitat. A continuació es detallen algunes de les principals zones verdes i paratges naturals en el municipi:

- Jardí Municipal
- Parc de Santa Catalina
- Plaza Virgen del Remei
- Parc Donya Maxi
- Glorieta Gabriel Miró
- Parque "Paco Fresco"
- Plaça del Molí
- Parc Gravina
- Jardí Dalías
- Zones enjardinades al carrer Príncep d'Astúries
- Espai verd del Polígon Industrial "El Cabezo"
- Zona verda del depòsit
- Paratge natural municipal Muntanya Vedat
- Cabezo de la Sal declarat Monument Natural
- Aiguamoll-Saladar Prado-Rodriguillo
- Enebral de los Cabecicos
- Àrea biosaludable i parc de Calderón de la Barca

En aquest apartat també es poden destacar altres recursos com el **Punt d'Informació Ambiental**, dirigit a informar i atendre totes les demandes i qüestions en matèria ambiental.

També es destaca l'**Aula de la Naturalesa Muntanya Vedat**, la base de coordinació del voluntariat ambiental, que durant els mesos d'estiu fan les tasques de vigilància i prevenció d'incendis forestals, així com activitats de conservació i protecció d'espècies. A l'Aula de la Naturalesa existeix un punt d'informació i d'exposició per a totes aquelles persones interessades a conèixer la zona i realitzar rutes pels voltants.

L'àrea compta amb un refugi, berenador, aparcaments, lavabos, dutxes, fonts, etc. L'Aula de la Naturalesa i el seu entorn funcionen com un centre d'interpretació ambiental, promovent l'educació i conservació dels valors naturals de la zona.



De fet, des de fa anys l'Ajuntament del Pinós desenvolupa projectes i actuacions per a la recuperació i posada en valor dels seus espais naturals.

En relació, amb l'objectiu de fomentar les iniciatives de participació social per a la defensa dels valors naturals, es desenvolupa el programa de **Voluntariat Ambiental** dedicat a la conservació i protecció del patrimoni natural. Els projectes que es realitzen són: vigilància i prevenció d'incendis forestals, conservació i recuperació d'hàbitats per a amfibis, projecte de recuperació i manteniment de poblacions de fartet, eliminació de residus en espais naturals, cens d'arbres, etc.

Quant als **residus**, l'Ajuntament té implantat un model de recollida que combina l'arreglada porta a porta i la recollida en contenidors. Així doncs, desenvolupa una sèrie de campanyes per a conscienciar a la població com a campanyes de reducció de l'ús de plàstics, visites escolars a l'ecoparc, campanya Plogging, campanya olis usats de cuina, etc.

- **Recursos sanitaris:**

Quant a instal·lacions sanitàries es destaca un Centre de Salut, tres farmàcies, una residència per a persones majors dependents i una llar per a persones majors al Pinós.

## EIXOS ESTRATÈGICS

Una vegada analitzada la informació recaptada a través de les dinàmiques participatives i el diagnòstic sociològic, és moment de dissenyar els eixos estratègics que guiaran les futures accions al Pinós. Aquest enfocament naix de la comprensió de la realitat municipal i les necessitats identificades, ja que a partir d'aquest coneixement s'abordaran els desafiaments en matèria de salut i benestar, fomentant una comunitat més saludable i participativa.

Els eixos estratègics es dissenyen considerant dues perspectives clau: d'una banda, la promoció d'estils de vida saludables, enfocada a consolidar entorns urbans que afavorisquen l'adopció d'hàbits més sans. D'altra banda, la prevenció de malalties, mitjançant la creació d'espais saludables i lliures de contaminació, promovent la integració de zones verdes i altres elements que contribuïsquen al benestar de la població (Fariña et al., 2022).

### → **Línia d'acció 1: Promoció d'hàbits saludables**

Aquest eix busca fomentar un estil de vida saludable en la població mitjançant activitats físiques regulars, la promoció d'una alimentació balancejada i la conscienciació sobre la importància del benestar mental i emocional. S'inclouen campanyes educatives per a previndre el consum de substàncies nocives com a tabac, alcohol i drogues, així com tallers que ensenyen la importància de gestionar l'estrés i cuidar la salut mental.

### → **Línia d'acció 2: Desenvolupar un entorn urbà saludable, verd i social**

L'objectiu és crear una ciutat dissenyada per a caminar, on els habitants tinguen accés fàcil a rutes per als vianants segures i connectades. A més, es pretén desenvolupar i mantindre àrees verdes accessibles i ben distribuïdes que oferisquen espais per a l'oci, el descans i la convivència comunitària. Es fomentarà l'ús de mitjans de transport sostenibles com a bicicletes i transport públic, contribuint a una millor qualitat de l'aire i a una mobilitat més eficient.

### → **Línia d'acció 3: Participació ciutadana**

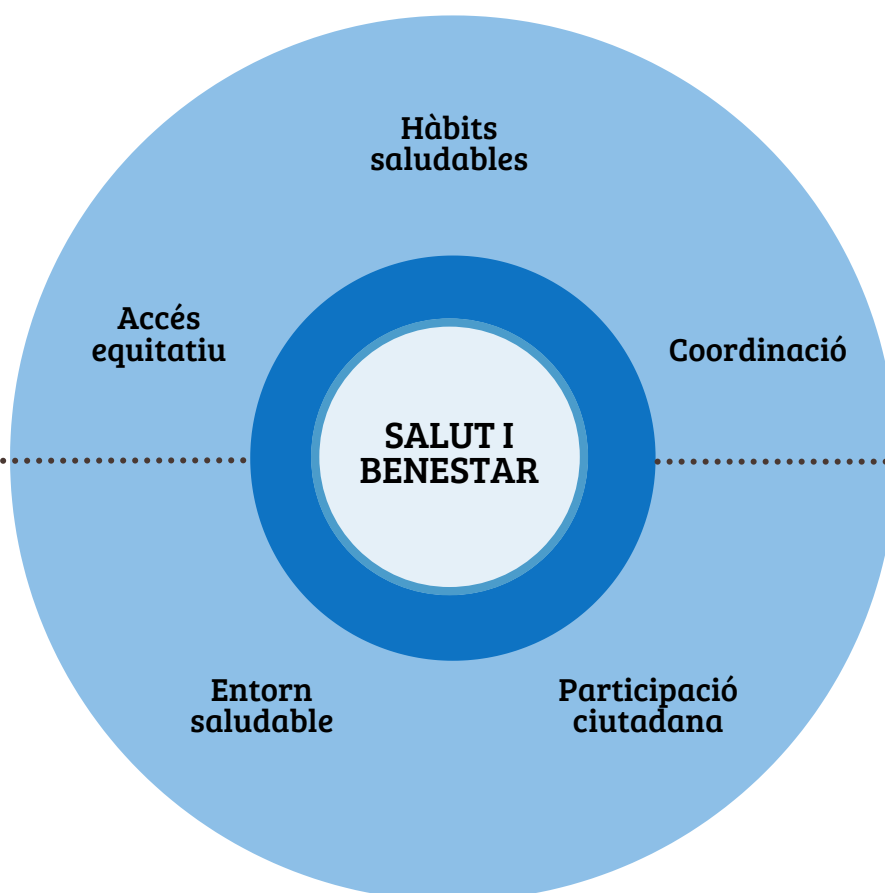
Es busca promoure la implicació activa de la ciutadania en la presa de decisions relacionades amb la salut, creant mecanismes de participació en els quals els residents puguen aportar idees i col·laborar en iniciatives de salut pública. A més, aquest eix se centra en la creació i enfortiment d'espais de convivència, que fomenten comunitats més solidàries i equitatives, i que faciliten les relacions socials, reduint així els problemes de soledat i aïllament.

→ **Línia d'acció 4: Garantir un accés equitatiu als serveis de salut**

Aquest eix se centra en millorar l'accés als serveis de salut per a tota la població, eliminant barreres socioeconòmiques, culturals i geogràfiques que puguen limitar aquest accés, especialment per a grups vulnerables i en àrees rurals. La difusió adequada dels serveis disponibles és clau, assegurant que totes les persones coneguen i accedisquen als recursos de salut que necessiten.

→ **Línia d'acció 5: Enfortir la gestió i coordinació de l'equip multidisciplinari**

Aquest objectiu se centra en desenvolupar mecanismes efectius de col·laboració entre diferents institucions de salut, organitzacions comunitàries i altres actors rellevants per a millorar la resposta davant situacions de salut pública i garantir l'accés equitatiu als serveis de salut.



## → Línia d'acció 1: Promoció d'hàbits saludables

Objectiu específic 1.1. Sensibilitzar a la població sobre la importància de la salut i el benestar	
Actuació	Indicador de seguiment
Realitzar campanyes de sensibilització en mitjans de comunicació i xarxes socials	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de campanyes realitzades</li> <li>• Xarxes socials utilitzades</li> <li>• Temàtiques tractades</li> </ul>
Difusió del Pla de Ciutat Saludable del Pinós	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de publicacions realitzades</li> <li>• Xarxes socials utilitzades</li> </ul>
Donar suport als tallers i esdeveniments comunitaris sobre salut i benestar (alimentació, activitat física, salut mental) que organitzen les associacions municipals (Associació Contra el Càncer, Associació d'Alzheimer, Associació Mestresses de casa, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'associacions que realitzen accions en salut</li> </ul>
Organitzar xarrades i tallers sobre la prevenció de les conductes addictives (drogues, alcohol, joc, tecnologia, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitats realitzades</li> <li>• Núm. de persones participants</li> <li>• Núm. d'associacions involucrades</li> </ul>
Implementar xarrades i tallers sobre prevenció de malalties en col·laboració amb l'Associació del Càncer	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitats realitzades</li> <li>• Núm. de persones participants</li> <li>• Núm. d'associacions involucrades</li> </ul>
Desenvolupar materials informatius (fullets, infografies, vídeos) sobre hàbits saludables, prevenció de malalties i prevenció de conductes addictives	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de campanyes realitzades</li> <li>• Xarxes socials utilitzades</li> <li>• Temàtiques tractades</li> <li>• Núm. d'associacions involucrades</li> </ul>
Dissenyar i difondre un llibre de bones pràctiques en salut que arreplegue enfocaments, mètodes i estratègies que han demostrat ser efectives per a millorar la salut a nivell individual i comunitari.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Núm. de publicacions-materials realitzats</li> </ul>
Donar continuïtat a la Campanya de Salut del Pinós	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
Consolidar dates assenyalades relacionades amb la salut	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de dies celebrats</li> <li>• Núm. d'accions realitzades</li> <li>• Núm. de participants</li> <li>• Núm. de publicacions difoses</li> </ul>

**Objectiu específic 1.2. Fomentar el benestar familiar i la criança positiva al llarg de les diferents etapes del desenvolupament infantil.**

Actuació	Indicador de seguiment
Organitzar tallers i cursos sobre criança saludable i criança positiva, abordant temes com a disciplina positiva, comunicació efectiva i maneig d'emocions	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitat realitzades</li> <li>• Núm. de participants</li> <li>• Satisfacció de les persones participants</li> <li>• Núm. d'associacions involucrades</li> </ul>
Proporcionar tallers per a famílies sobre primers auxilis, seguretat en la llar i prevenció d'accidents, per a augmentar la confiança i la preparació	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitat realitzades</li> <li>• Núm. de participants</li> <li>• Satisfacció de les persones participants</li> <li>• Núm. d'associacions involucrades</li> </ul>
Desenvolupar els mecanismes necessaris per a la detecció precoç de situacions de risc i desprotecció infantil entre professionals de salut, educació i serveis socials	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
Realitzar tallers i xarrades sobre salut afectiu-sexual orientada a adolescents, abordant temes com a relacions saludables, prevenció d'MTS, anticonceptius i menstruació	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitat realitzades</li> <li>• Núm. de participants</li> <li>• Satisfacció de les persones participants</li> </ul>
Difondre informació (materials, xarxes socials, cartelleria...) sobre salut afectiu-sexual orientada a adolescents, abordant temes com a relacions saludables, prevenció d'MTS, anticonceptius i menstruació	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de materials difosos</li> </ul>
Implementar tallers i xarrades sobre prevenció de conductes addictives orientada a adolescents	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitat realitzades</li> <li>• Núm. de participants</li> <li>• Satisfacció de les persones participants</li> </ul>
Donar suport a les activitats de la Creu Roja en matèria d'Escola de Família	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitat realitzades</li> </ul>
Difondre informació (materials, xarxes socials, cartelleria...) sobre prevenció de conductes addictives orientada a adolescents	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de materials difosos</li> </ul>
Implementar sessions de fisioteràpia i exercicis específics per a enfortir el sòl pelvià, tant durant l'embaràs, el postpart com en la vellesa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitat realitzades</li> <li>• Núm. de participants</li> <li>• Satisfacció de les persones participants</li> <li>• Núm. d'associacions involucrades</li> </ul>
Ofereix tallers que ensenyen als adolescents en el maneig d'emocions	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitat realitzades</li> <li>• Núm. de participants</li> <li>• Satisfacció de les persones participants</li> </ul>
Incloure en els tallers d'educació parental informació sobre la salut afectiva i sexual, i la seua importància en el desenvolupament dels adolescents	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitat realitzades</li> <li>• Núm. de participants</li> <li>• Satisfacció de les persones participants</li> </ul>

**Objectiu específic 1.3. Promoure l'envelliment actiu i el benestar de les persones majors en El Pinós**

<b>Actuació</b>	<b>Indicador de seguiment</b>
Oferir classes i tallers d'exercicis físic adaptat a les necessitats de les persones majors, com a ioga, pilates o exercici de manteniment	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. d'activitat realitzades</li><li>• Núm. de participants</li><li>• Satisfacció de les persones participants</li></ul>
Dissenyar i implementar una estratègia específica (diagnòstic i pla d'acció) per a les persones majors (Ciutat Amigable amb les Persones Majors)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Realització de l'acció: Sí/No</li></ul>
Donar continuïtat als programes d'estimulació cognitiva per a treballar la concentració i l'atenció: exercicis mentals, foment de la lectura, resolució de trencaclosques, etc. (ex. Taller de ment activa per a les persones majors 60 anys)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. d'activitat realitzades</li><li>• Núm. de participants</li><li>• Satisfacció de les persones participants</li></ul>
Realitzar xarrades sobre salut mental: aïllament, dol, jubilació, soledat, etc.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. d'activitat realitzades</li><li>• Núm. de participants</li><li>• Satisfacció de les persones participants</li></ul>
Oferir tallers sobre el maneig de malalties cròniques	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. d'activitat realitzades</li><li>• Núm. de participants</li><li>• Satisfacció de les persones participants</li></ul>
Col·laborar amb l'Associació d'Alzheimer en el Taller d'estimulació cognitiva	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. d'activitat realitzades</li></ul>

**Objectiu específic 1.4. Promoure hàbits alimentosos saludables en la població del Pinós**

<b>Actuació</b>	<b>Indicador de seguiment</b>
Difondre un dossier de receptes senzilles i saludables, amb productes de temporada	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. de materials difosos</li></ul>
Realitzar tallers anuals sobre hàbits alimentaris saludables (tallers de cuina tematizados)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. d'activitat realitzades</li><li>• Núm. de participants</li><li>• Satisfacció de les persones participants</li></ul>
Donar contingut als horts urbans per a promoure el consum d'aliments frescos i saludables (concursos, tallers, visites guiades...)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. d'activitat realitzades</li><li>• Núm. de participants</li><li>• Satisfacció de les persones participants</li></ul>

**Objectiu específic 1.5. Millorar la salut mental i el benestar emocional de la població**

<b>Actuació</b>	<b>Indicador de seguiment</b>
Implementar programes de suport psicològic i emocional (psicòleg)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. de consultes individuals</li></ul>
Oferir tallers de maneig d'estrés i habilitats emocionals per a diferents grups d'edat	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. d'activitat realitzades</li><li>• Núm. de participants</li><li>• Satisfacció de les persones participants</li></ul>
Facilitar informació sobre on acudir en cas de necessitat de recursos i serveis de salut mental	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. de materials difosos</li></ul>
Realitzar teràpies alternatives per a millorar l'expressió d'emocions: Musicoteràpia, risoteràpia, dansateràpia, etc.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. d'activitat realitzades</li><li>• Núm. de participants</li><li>• Satisfacció de les persones participants</li></ul>

**Objectiu específic 1.6. Capacitar a professionals de salut en l'atenció inclusiva i diversa**

<b>Actuació</b>	<b>Indicador de seguiment</b>
Organitzar seminaris amb experts en salut pública i diversitat, abordant experiències i millors pràctiques en atenció inclusiva	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. d'activitat realitzades</li><li>• Núm. de participants</li><li>• Satisfacció de les persones participants</li></ul>
Dissenyar i difondre guies, fullets i recursos digitals sobre atenció inclusiva	<ul style="list-style-type: none"><li>• Núm. de materials creats i difosos</li></ul>

## → **Línia d'acció 2: Desenvolupar un entorn urbà saludable, verd i social**

En esta àrea s'han de tindre en compte uns certs factors com la densitat poblacional, servicis de proximitat, complexitat demogràfica, social i econòmica, oferta de vivenda, organització de l'espai públic segons prioritats de mobilitat, confort i comoditat (climàtic, topogràfic, visual i acústic), accessibilitat universal, seguretat, sentit de pertinença i identitat, equipaments (escolars, sanitaris, esportius, convivencials...), comunicacions entre barris, amb altres ciutats, etc.

En este eix, en relació a la creació d'entorns verds, es destaca que la creació d'estos espais no sols fomenta l'activitat física, reduïx l'estrés i millora la qualitat de l'aire, sinó que també reforça la cohesió social. Este apartat aborda diverses estratègies per a aconseguir-lo, com el desenrotllament d'infraestructures verdes i blaves, l'optimització de terrats i terrasses i introduir l'entropia natural a través de paviments i àrees sense ús per a afavorir el creixement espontani de la naturalesa i consolidar espais per a activitats no planificades i trobades socials.

**Objectiu específic 2.1. Dissenyar un espai públic amb les condicions necessàries perquè la ciutadania pugui accedir als llocs quotidians caminant.**

<b>Actuació</b>	<b>Indicador de seguiment</b>
Crear un mapa interactiu de servicis pròxims (comerços, centres educatius, sanitaris, etc.) accessibles a peu des de cada barri	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
Instal·lar més il·luminació en rutes per als vianants clau i optimitzar el seu disseny per a minimitzar punts insegurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Núm. de zones il·luminades</li> </ul>
Incorporar papereres per a mantindre l'entorn net i promoure hàbits de reciclatge	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Núm. de papereres noves instal·lades</li> </ul>
Instal·lar bancs en àrees estratègiques per a oferir espais de descans	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Núm. de bancs instal·lats</li> </ul>
Disposar de fonts d'aigua en punts clau per a proporcionar accés a aigua potable	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Núm. de fonts instal·lades</li> </ul>
Realitzar intervencions artístiques (murals) en el municipi per a reforçar la identitat i el sentit de pertinença	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Lloc de la intervenció</li> </ul>
Establir rutes per als vianants que connecten punts clau, com el col·legi, amb senyalització clara i visible per a facilitar l'orientació i promoure la seguretat de la ciutadania	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Ruta de la intervenció</li> </ul>
Senyalitzar els passos de vianants en zones d'alt trànsit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
Elaborar i difondre una guia que arreglegue les rutes de senderisme al Pinós, destacant les seues característiques, nivells de dificultat i punts d'interés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
Fer un estudi dels espais públics i edificis municipals per a identificar barreres arquitectòniques i després crear un pla per a eliminar-les, assegurant que tots els espais siguin accessibles per a tots	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Núm. d'espais habilitats</li> </ul>

**Objectiu específic 2.2. Integrar la naturalesa en els entorns urbans, contribuint al benestar físic i mental de la ciutadania i promovent un entorn més saludable.**

Actuació	Indicador de seguiment
Construir corredors verds que connecten diferents àrees de la ciutat i afavorisquen la biodiversitat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
Implementar programes de sostres verds en edificis municipals i privats	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Núm. de sostres verds</li> </ul>
Promoure la renaturalització d'espais urbans degradats	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
Organitzar esdeveniments comunitaris en parcs i espais naturals	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
Instal·lar mobiliaris urbà (bancs, fonts, zones de joc) per a promoure la convivència en àrees verdes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Núm. de zones habilitades</li> </ul>
Plantar arbres en àrees urbanes amb poca cobertura vegetal per a millorar la qualitat de l'aire	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Àrea d'implementació</li> </ul>
Implementar programes d'exercicis a l'aire lliure en parcs per a millorar el benestar físic	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>

→ **Línia d'acció 3: Participació ciutadana**

**Objectiu específic 3.1. Establir mecanismes de participació ciutadana en la presa de decisions de salut**

<b>Actuació</b>	<b>Indicador de seguiment</b>
Consolidar i fixar seus físiques de participació ciutadana (centres cívics)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
Organitzar jornades i taules de diàleg entre la ciutadania, les associacions i les administracions públiques per a la presa de decisions comunitàries	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Núm. de jornades participatives realitzades</li> <li>• Temes tractats</li> <li>• Núm. de persones participants</li> </ul>
Implementar plataformes digitals de participació ciutadana per a facilitar la comunicació i la presa de decisions col·laborativa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Núm. de jornades participatives realitzades</li> <li>• Temes tractats</li> <li>• Núm. de persones participants</li> </ul>
Incorporar a la ciutadania en el seguiment i avaluació del Pla Ciutat Saludable del Pinós	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de jornades realitzades</li> <li>• Núm. de participants</li> </ul>

**Objectiu específic 3.2. Enfortir el teixit associatiu i voluntariat**

<b>Actuació</b>	<b>Indicador de seguiment</b>
Facilitar i acompanyar en la creació de noves associacions, oferint suport tècnic i logístic	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de sessions realitzades</li> </ul>
Desenvolupar programes de voluntariat intergeneracional i multicultural que promoguen la cohesió social	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitats realitzades</li> <li>• Núm. de persones participants</li> </ul>
Establir aliances amb organització no governamentals (ONG) per a realitzar projectes comunitaris i socials	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitats realitzades</li> <li>• Núm. de persones participants</li> <li>• Núm. d'organitzacions participants</li> </ul>
Establir un programa d'acompanyament per a persones que enfronten dificultats com a barreres lingüístiques, d'accessibilitat o en risc d'aïllament, facilitant la integració en la vida comunitària i l'accés a serveis de salut i recursos locals	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. d'activitats realitzades</li> <li>• Núm. de persones participants</li> </ul>

→ **Línia d'acció 4: Garantir un accés equitatiu als serveis de salut**

<b>Objectiu específic 4.1. Augmentar el coneixement sobre els serveis de salut i prevenció</b>	
<b>Actuació</b>	<b>Indicador de seguiment</b>
Crear fullets i cartells que expliquen els serveis de salut disponibles, incloent-hi horaris, ubicació i requisits, i distribuir-los en llocs estratègics (centres de salut, escoles, biblioteques).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de materials creats</li> <li>• Núm. de publicacions realitzades</li> </ul>
Habilitar un espai en la pàgina web municipal que arreplegue informació actualitzada sobre recursos de salut	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
Realitzar una Fira de Salut per a facilitar l'accés a la informació i conscienciar sobre la importància de la salut i el benestar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
Organitzar jornades de portes obertes en centres de salut per a mostrar els serveis disponibles	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>

<b>Objectiu específic 4.2. Facilitar l'accés als serveis de salut</b>	
<b>Actuación</b>	<b>Indicador de seguimiento</b>
Incorporar un programa on voluntaris acompanyen a persones que el necessiten a les seues cites mèdiques i altres recursos com la farmàcia, fisio, podòlegs, etc.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de voluntaris</li> </ul>
Difondre informació específica sobre les opcions de transport públic disponibles per a accedir als serveis de salut, incloent-hi horaris i rutes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de publicacions o materials difosos</li> </ul>
Analitzar les debilitats del sistema de transport i desenrotllar mesures efectives per a garantir el seu accés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de millores registrades</li> <li>• Núm. de jornades participatives registrades</li> <li>• Núm. de participants</li> </ul>

→ **Línia d'acció 5: Enfortir la gestió i coordinació de l'equip multidisciplinari**

**Objectiu específic 5.1. Establir i assegurar xarxes de comunicació entre els diferents serveis municipals**

Actuació	Indicador de seguiment
<p>Establir un sistema de registre compartit on es documenten les activitats programades per l'Ajuntament i les associacions, amb la finalitat d'evitar solapaments i assegurar una millor coordinació</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
<p>Dissenyar un manual que detall els procediments i protocols de l'Ajuntament en matèria de salut, establint rols, derivacions i responsabilitats</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> </ul>
<p>Organitzar reunions amb els membres del Consell de Salut cada quatre mesos per a garantir un seguiment regular i coordinat</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Núm. de reunions realitzades</li> </ul>
<p>Desenvolupar un directori actualitzat que incloga informació de contacte i serveis oferits per tots els agents socials del municipi (organitzacions, associacions, serveis de salut, etc.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realització de l'acció: Sí/No</li> <li>• Àrees participants</li> </ul>

## SEGUIMENT I AVALUACIÓ

El seguiment i l'avaluació són components **essencials** en la implementació de qualsevol pla estratègic, i el Pla de Salut del Pinós no és una excepció. Dur a terme una avaluació de manera regular, tant anualment com al final del període de vigència del pla, permet mesurar els avanços reeixits i el seu impacte en la ciutadania. Assegurar un seguiment adequat no sols contribuïx a la transparència i rendició de comptes, sinó que també enforteix l'eficàcia de les accions planificades.

Evaluar periòdicament l'estat de les accions i metes del pla ofereix la possibilitat d'ajustar estratègies i optimitzar recursos en temps real. Així mateix, l'avaluació final global proporciona una visió integral dels assoliments i lliçons apreses, establint les bases per a futurs plans.

Para assegurar un seguiment rigorós, és fonamental definir **indicadors** clars i mesurables per a cada acció contemplada en el pla. Estos indicadors han de permetre avaluar tant els resultats directes com el progrés cap als objectius estratègics establits. En este cas, en el Pla d'Acció es descriuen els indicadors específics de cada acció.

Per a facilitar l'avaluació de l'estat dels objectius, s'emprarà la **tècnica del semàfor**, que permet visualitzar de manera senzilla el grau de compliment:

**Verd:** L'acció ha sigut realitzada completament.

**Groc:** L'acció ha sigut realitzada de manera parcial

**Roig:** L'acció no ha sigut realitzada o no ha mostrat avanços significatius.

Esta tècnica ofereix una visió clara i ràpida de l'estat general del pla, permetent identificar àrees que requereixen atenció immediata.

A més del seguiment tècnic, és crucial garantir una **avaluació participativa**, on s'involucren tant els **agents clau** com la **ciutadania**. La retroalimentació de les persones beneficiàries de les accions del pla resulta essencial per a valorar la percepció d'impacte i adequar les estratègies a les necessitats reals.

Este enfocament participatiu enriqueix el procés d'avaluació, aportant perspectives diverses i fomentant la corresponsabilitat en l'èxit del Pla de Salut del Pinós.



## BIBLIOGRAFIA

Abellán, A., & Pérez, J. (2018). Implicaciones sociales del envejecimiento demográfico. *Demografía y Problemas Sociales*, 23. [https://digital.csic.es/bitstream/10261/241213/1/implicaciones\\_sociales\\_envejecimiento.pdf](https://digital.csic.es/bitstream/10261/241213/1/implicaciones_sociales_envejecimiento.pdf)

Asenjo, A. (12 de enero de 2023). Los parados mayores de 45 se han triplicado desde la crisis financiera. *El Independiente*. <https://www.elindependiente.com/economia/2023/01/12/los-parados-mayores-de-45-anos-se-han-triplicado-desde-la-crisis-financiera/>

BBVA (s.f.). Qué factores determinan la calidad de vida y cómo se puede mejorar. BBVA. <https://www.bbva.com/es/salud-financiera/que-factores-determinan-la-calidad-de-vida-y-como-se-puede-mejorar/>

Buldón Olalla, A. (20 de noviembre de 2022). Determinantes Sociales. *lafisioterapia.net*. <https://lafisioterapia.net/determinantes-de-salud/>

Cobo, T. (21 de julio de 2023). Diez retos en sanidad para los próximos cuatro años. *El Mundo*. <https://www.elmundo.es/ciencia-y-salud/salud/2023/07/21/64ba48c2e9cf4a1d118b45b8.html>

Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud (octubre 2003). Formación en Promoción y Educación para la Salud. Ministerio de Sanidad y Consumo. <https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/promoSaludEquidad/docs/formacionSalud.pdf>

de Ramones, E. M. R. (2019). Camino salutogénico: estilos de vida saludable. *Revista digital de postgrado*, 8(1), e159-e159.

Delgado, C. (28 de marzo de 2019). Efectos del envejecimiento poblacional. *Unicajabanco*. <https://uniblog.unicajabanco.es/efectos-del-envejecimiento-poblacional>

Equipos y talento (26 de enero de 2024). El envejecimiento alcanza un nuevo máximo histórico en España, del 137,3%. *Equipos y talento*. <https://www.equiposytalento.com/noticias/2024/01/26/el-envejecimiento-alcanza-un-nuevo-maximo-historico-en-espana-del-1373>

Fariña J, Higuera E, Román E, Pozo E (2022). Guía para planificar ciudades saludables. Ministerio de Sanidad, FEMP. Madrid.

Fernández, M. (mayo 2021). El impacto de la crisis sanitaria sobre las cuentas de los hogares y de las empresas. *Funcas*. <https://www.funcas.es/articulos/el-impacto-de-la-crisis-sanitaria-sobre-las-cuentas-de-los-hogares-y-de-las-empresas/>

García, M., Miota, A., Barranco Tirado, J., Belda Grindley, C., Páez Muñoz, E., Rodríguez Gómez, S., & LafuenteRobles, N. (2019). Salud comunitaria basada en activos. Guía breve. Granada, Escuela Andaluza de Salud Pública y Servicio Andaluz de Salud. [https://www.easp.es/wp-content/uploads/dlm\\_uploads/2019/01/EASP\\_Guia\\_breve\\_SaludComActivos-FUM-05-12-18.pdf](https://www.easp.es/wp-content/uploads/dlm_uploads/2019/01/EASP_Guia_breve_SaludComActivos-FUM-05-12-18.pdf)

Herrero Jaén, S. (2016). Formalización del concepto de salud a través de la lógica: impacto del lenguaje formal en las ciencias de la salud. *Ene*, 10(2). Recuperado en 20 de junio de 2024, de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1988-348X2016000200006&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2016000200006&lng=es&tlng=es)

Manglar Editores (26 de noviembre de 2026). La importancia de la metodología. *Manglar Editores*. <https://www.manglareditores.com/post/la-importancia-de-la-metodolog%C3%ADa>

Menéndez, S., Torralbo, M., & Luque, S. (2020). Guía práctica para la planificación y evaluación participativas de las políticas públicas. Instituto Andaluz de Administración Pública.

Millán, J. (26 de junio de 2023). La brecha de género: más allá del salario. 20 minutos. <https://www.20minutos.es/noticia/5140883/0/brecha-genero-mas-alla-salario-las-mujeres-sufren-mas-paro-mas-temporalidad-mas-parcialidad-trabajan-menos-horas/>

Montecinos, E., & Contreras, P. (2019). Participación ciudadana en la gestión pública: Una revisión sobre el estado actual. *Revista venezolana de Gerencia*, 24(86), 341-362.

Mortueruel, M. (2019). ¿Qué son y por qué son importantes los determinantes sociales de la salud? OSEKI. <https://www.oseki.eus/areas/determinantes-sociales-de-la-salud>

Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones. Informe 2022. Alcohol, tabaco y drogas ilegales en España. (2023) Madrid: Ministerio de Sanidad.

OPS (s.f.). Determinantes sociales de la salud. OPS. <https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales-salud>

OPS (s.f.). Equidad en Salud. OPS. <https://www.paho.org/es/temas/equidad-salud>

OPS (s.f.). Promoción de la salud. OPS. <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>

Quintero Fleites, E. J., Fe de la Mella Quintero, S., & Gómez López, L. (2017). La promoción de la salud y su vínculo con la prevención primaria. *Medicentro Electrónica*, 21(2), 101-111. <http://scielo.sld.cu/pdf/mdc/v21n2/mdc03217.pdf>

Red Francesa de Ciudades Sanas de la OMS (mayo 2016). Urbanismo y Salud. Red Francesa de Ciudades Sanas de la OMS. <https://recs.es/wp-content/uploads/2018/03/Urbanismo-y-Salud.-El-papel-de-las-Administraciones-Locales.pdf>

RTVE (8 de abril de 2024). Estudio Internacional sobre Salud y Bienestar Mental 2024. RTVE. <https://www.rtve.es/noticias/20240408/problema-salud-mental-europa/16050090.shtml>

Universidad Europea (8 de marzo de 2022). Los retos de la salud pública. Universidad Europea. <https://universidadeuropea.com/blog/retos-salud-publica/>

UNIR Revista (22 de octubre de 2024). ¿Qué es la promoción de la salud? Objetivos y ejemplos. UNIR. <https://www.unir.net/salud/revista/promocion-salud/>

Ubalde, M. (13 de mayo de 2021). ¿Cómo impacta la planificación urbana en nuestra salud? ISGlobal. <https://www.isglobal.org/healthisglobal/-/custom-blog-portlet/-como-impacta-la-planificacion-urbana-en-nuestra-salud-nuestra-salud-y-la-del-planeta-dependen-del-diseno-de-las-ciudades>

Valenzuela Contreras, L. M. (2016). La salud, desde una perspectiva integral.

Villar Aguirre, M. (2011). Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención. *Acta Médica Peruana*, 28(4), 237-241. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1728-59172011000400011&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172011000400011&lng=es&tlng=es)

Vignolo, J., Vacarezza, M., Álvarez, C., & Sosa, A. (2011). Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud. *Archivos de Medicina Interna*, 33(1), 7-11. [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1688-423X2011000100003&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-423X2011000100003&lng=es&tlng=es)

