

## BULLETÍ PASS JUNY



SumaSalut ha rebut el **Premi OR** de la convocatòria 2025–2026 de **Bones Pràctiques del Sistema Nacional de Salut**, en l'àmbit de Promoció de la Salut i Prevenció.

El reconeixement destaca el seu model d'intervenció breu integrada en tabac, alcohol, alimentació i activitat física a l'atenció primària. També la seva contribució a la prevenció de les malalties no transmissibles i a la promoció d'estils de vida saludables. El premi consolida SumaSalut com una bona pràctica de referència estatal, basada en l'evidència, el treball en xarxa i una perspectiva integrada, equitativa i sostenible.

**Enhorabona!**

Podeu llegir la notícia en [aquest enllaç](#)



### Estudio de caso sobre alimentación escolar: España

Elaborado por el Consorcio de Investigación sobre Salud Escolar y Nutrición, una iniciativa de la Coalición de Comidas Escolares

L'article **Estudio de caso sobre la alimentación escolar: España**, impulsat pel Research Consortium for School Health and Nutrition en el marc de la Coalició de Menjadors Escolars, analitza l'evolució, l'organització i els principals reptes dels programes d'alimentació escolar a Espanya. El document posa de manifest el paper d'aquestes polítiques en la promoció d'una alimentació saludable, sostenible i equitativa.

Entre les experiències destacades, l'informe identifica el **Programa de Revisió de Menús Escolars (PReME) de Catalunya** com una de les principals bones pràctiques desenvolupades a Espanya. L'estudi assenyala que la millora continuada de la qualitat nutricional dels menús oferts als centres educatius catalans demostra l'eficàcia del programa des de la seva implementació.

Podeu descarregar el document en el següent [enllaç](#)



El passat 16 de juny, Tarragona va acollir una nova jornada SumaSalut, centrada en la **incorporació de la perspectiva de gènere, la revisió dels materials de suport a la consulta i la presentació de bones pràctiques**. La trobada va combinar espais d'actualització, reflexió i participació entre professionals referents, equips d'atenció primària i salut pública territorial. La jornada també va permetre compartir experiències i reforçar el treball en xarxa per avançar en la promoció de la salut des d'una mirada integral.

Podeu llegir la notícia en aquest [enllaç](#).

**03/06/26**  
13.00 - 14.30 h

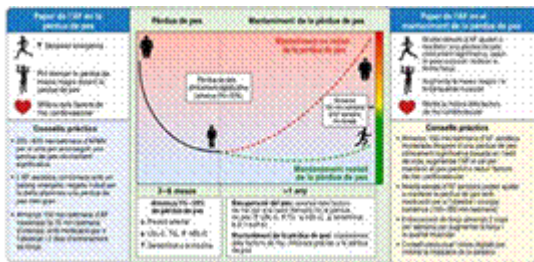
**Consell alimentari  
des de l'atenció  
primària de salut**

Inscripció al  
seminari web  
[aquí](#)

**Consell alimentari i desigualtats socials:  
reptes per a l'atenció primària**

El passat dia 3 de juny es va realitzar el seminari web sobre: **Consell alimentari i desigualtats socials**, en el que hi varen participar prop de 500 professionals.

En el següent [enllaç](#) hi trobareu la gravació del seminari.



Una declaració científica de l'*American Heart Association* reforça el paper de l'**activitat física en el tractament integral de l'obesitat**. Tot i que l'exercici per si sol acostuma a produir una pèrdua de pes limitada, millora la pressió arterial, la sensibilitat a la insulina, el perfil lipídic, la capacitat cardiorespiratòria i la composició corporal, independentment del pes perdut. El document també destaca que l'activitat física ha de complementar els tractaments farmacològics i quirúrgics i adaptar-se a les necessitats i possibilitats de cada persona.

En [aquest enllaç](#) podeu trobar un resum l'article.



En el marc de la participació del [POICAT](#) en el Projecte Educatiu de Barri de La Mina, la Subdirecció General de Promoció de la Salut s'ha adherit al Decàleg per la Coeducació del pebMINA. El document impulsa la incorporació activa de la perspectiva de gènere i LGBTIQ+ en els serveis i activitats adreçats a infants, adolescents i famílies, amb l'objectiu de promoure la igualtat, el respecte i la inclusió, i prevenir situacions de discriminació i violència.

Podeu accedir al document en aquest [enllaç](#).



### Passar-s'ho bé i menjar millor!

Breu document que proposa recomanacions per a les programacions de menús de campus esportius i casals d'estiu amb l'objectiu d'assegurar una alimentació saludable, sostenible i refrescant.

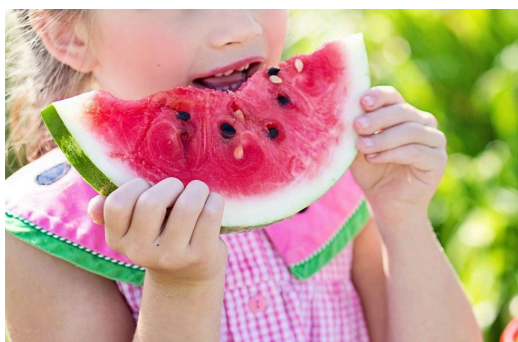
Podeu consultar el document en aquest [enllaç](#)



### Activem-nos a l'estiu i gaudim de moure'ns!

L'estiu ofereix moltes oportunitats per incorporar activitat física al dia a dia, com caminar, nedar, anar amb bicicleta o compartir jocs i activitats a l'aire lliure. Per moure-us amb seguretat, eviteu les hores de màxima calor, hidrateu-vos sovint, protegiu-vos del sol i adapteu la intensitat a les condicions ambientals. Recordeu que no cal fer grans esforços: caminar més, pujar escales o fer activitats a la natura i en companyia són **petits canvis que sumen salut i benestar**.

En aquest [enllaç](#) podeu trobar més informació



**A més calor, més fruites i verdures!** La temporada més calorosa de l'any és el moment perfecte per incorporar més fruites i verdures fresques als àpats. Aquests aliments no només ajuden a hidratar-nos, sinó que també ens proporcionen nutrients a partir d'una gran varietat d'opcions delicioses i refrescants. En [aquest enllaç](#) hi trobareu recomanacions de consum, propietats nutricionals, receptes i altres informacions d'interès. També un vídeo divulgatiu sobre [les fruites](#) i [les hortalisses](#) i altres [consells de salut per a l'estiu](#).

**Gaudim d'un estiu refrescant i saludable!**



### Seguretat alimentària, a l'estiu més que mai!

Seguir les normes bàsiques d'higiene alimentària des del moment de comprar els aliments fins que es consumeixen ajuda a garantir-ne la seguretat i a prevenir intoxicacions.

Consulteu els consells en [aquest enllaç](#).

