



Intervención breve integrada sobre tabaco, alcohol, alimentación y actividad física en APS

Carla Bruguera, Alba Cabricano, Lena Reisloh, Maria Manera, Nerea Fernández





FACTORES DE RIESGO



21,4% fuma a diario y ocasionalmente



11,3% bebe por encima del límite de bajo riesgo



14,5% es físicamente inactivo/a



55% no sigue la dieta mediterránea

65% adultos presenta al menos un factor de riesgo

20% adultos presenta al menos 2 factores de riesgo



ANTECEDENTES



[Programa **Beveu Menys**]

1995



Programa **Atenció Primària sense fum**
www.papsf.cat

2002



 Pla d'Activitat Física **Saludable**

2005



petits canvis
PER MENJAR MILLOR

2018



ÁMBITO Y POBLACIÓN

Accesible

Individualizada

Integral

Longitudinal

70% población
15 años o más
visita
anualmente
APS

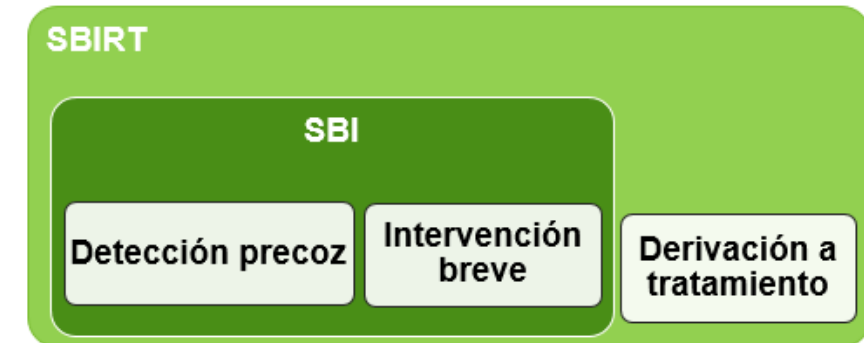




MODELO DE DETECCIÓN PRECOZ E INTERVENCIÓN BREVE

Cribado oportunista:

- **IB de alcohol, tabaco y actividad física (nuevo):** cada dos años. Toda la población > 14 años.
- **IB de alimentación:** cada dos años. Población > 14 años con factores de riesgo cardiovascular o con una condición que pueda tratarse con dietoterapia.





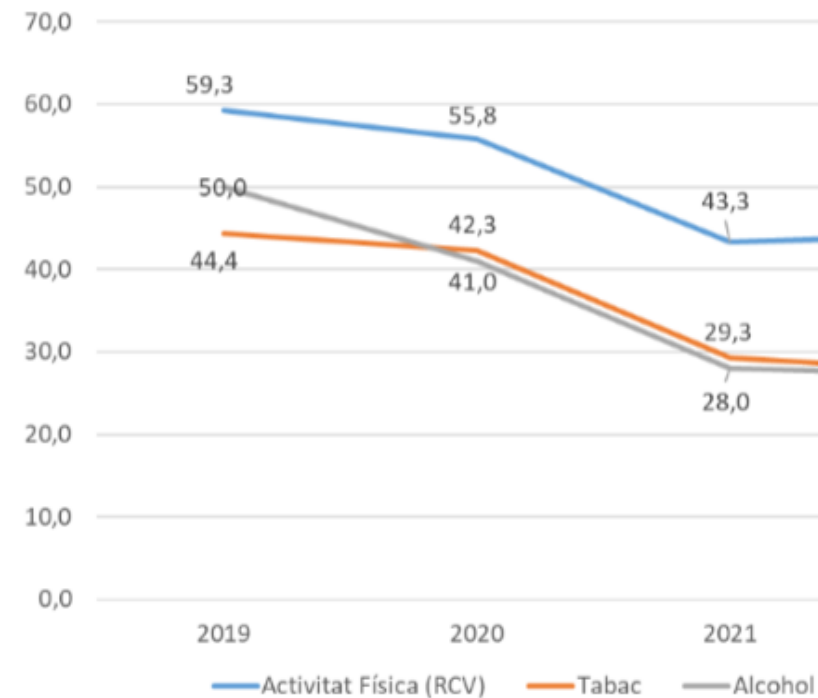
REPENSAR LA PREVENCIÓN

2017 - efecto techo

- Presión asistencial de demanda aguda
- Exceso referente en el mismo centro.
- Alta rotación de profesionales
- Brote de COVID-19



% de población atendida cribada en AP. 2019-2021





REPENSAR LA PREVENCIÓN



SumaSalut 

Quan t'actives, menges sa, no fumes i beus menys, sumes salut

- Recomendaciones sobre el estilo de vida. Actualización PAPPS 2024. SEMFYC, 2024.
- Consejo integral en estilo de vida en Atención Primaria, vinculado con recursos comunitarios en población adulta. Consejo Interterritorial del SNS, 2015.
- Integrated brief interventions for noncommunicable disease risk factors in primary care: the manual: BRIEF project (WHO)



COMPONENTES DE LA IMPLEMENTACIÓN

1 Organizativo

2 Profesionales

3 Población general



COMPONENTES DE LA IMPLEMENTACIÓN

1

Organizativo

- Marco institucional
- Herramientas y variables en historia clínica
- Incentivos económicos
- Sinergias con sociedades científicas





COMPONENTES DE LA IMPLEMENTACIÓN

2

Profesionales

- Formaciones acreditadas
- Red de referentes
- Guías de intervención





COMPONENTES DE LA IMPLEMENTACIÓN

3

Población general

- Semanas/días mundiales
- Material divulgativo, web





RESULTADOS

Implementación integrada





RESULTADOS

Red de referentes unificada

**1.000 referentes con
cobertura del 97%
centros**

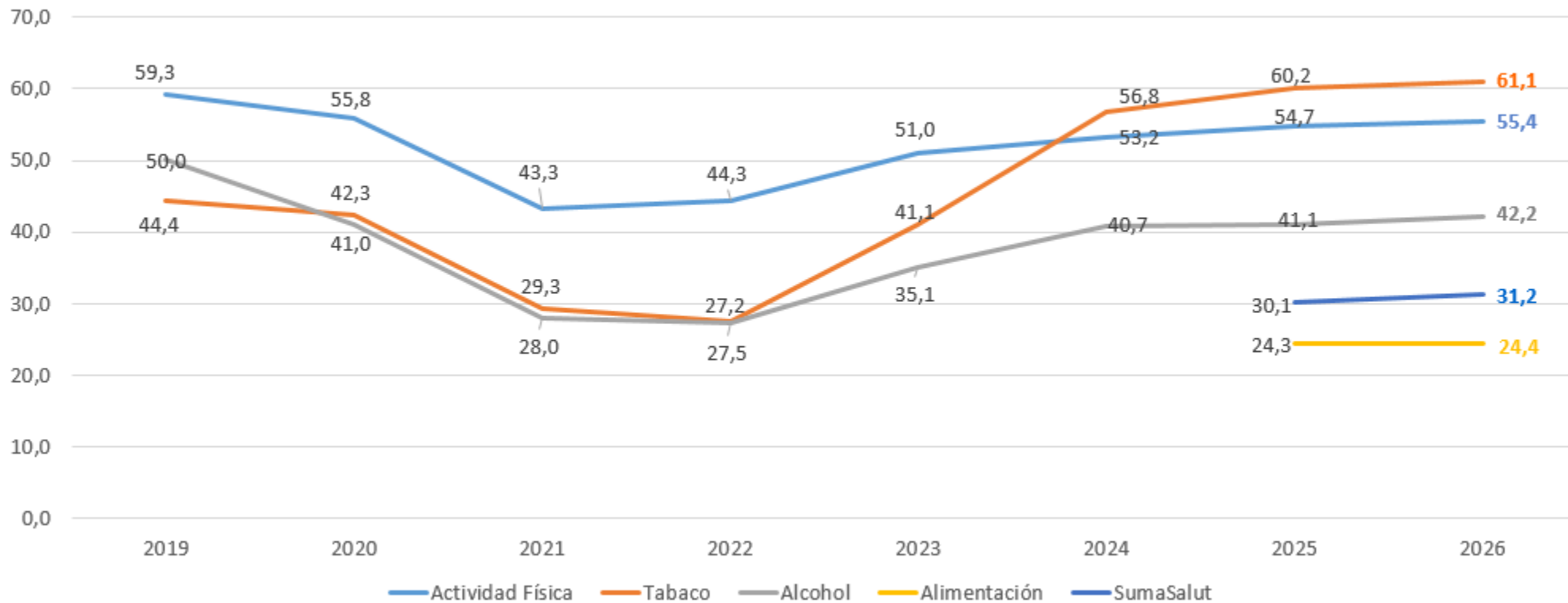




RESULTADOS

Mejora en los indicadores

Cribados SumaSalut, 2019-2026 (%)





RETOS

- Estrategias digitales
- Equidad en la intervención

La meva
/Salut

El teu espai
de salut digital

La Meva Salut és un espai personal de salut digital que et permet accedir a la teva informació de salut, fer consultes als professionals i realitzar tràmits de manera senzilla, segura i confidencial.

Conèixer els serveis

Entrar



RETOS

- Estrategias digitales
- Equidad en la intervención





CONCLUSIONES

- La prevención constituye una **responsabilidad esencial** de la atención primaria de salud.
- Existen **desafíos importantes** sistémicos que requieren **estrategias innovadoras y basadas en la evidencia como el programa SumaSalut.**
- **Centrar la atención en la persona y optimizar la implementación** en los centros mejora los resultados reforzando la capacidad preventiva de la APS.
- Es necesario seguir avanzando para **garantizar la equidad en salud.**

Buenas Prácticas del SNS

2025-2026



suma.salut@gencat.cat

GRÀCIES!

SumaSalut 

Quan t'actives, menges sa, no fumes i beus menys, sumes salut



**Generalitat
de Catalunya**



CAMFiC
societat catalana de medicina
familiar i comunitària

AiFiCC

ASSOCIACIÓ D'INFERMERIA
FAMILIAR I COMUNITÀRIA
DE CATALUNYA