



MEMÒRIA DOTS-2018



Diputació de Lleida



Universitat de Lleida
Càtedra Desenvolupament
d'Organitzacions i Territoris
Saludables (DOTS)



INEFC
Lleida



CÀTEDRA DE DESENVOLUPAMENT D'ORGENAITZACIONS I TERRITORIS
SALUDABLES.2017

Facultat d'Educació, Psicologia i Treball Social

Espai DOTS, despatx 3.06

Avinguda Estudi General, 4. 25001 Lleida

dots@udl.cat

973703374

<http://www.catedradots.udl.cat/es/>

© 2018 DOTS





El 2018 comença amb importants reptes per a la càtedra DOTS. Recordem el Pla d'accions programat i que es concreta en:

- ✓ Desplegar l'OBSERVATORI DOTS
- ✓ Realitzar transferència del coneixement en el marc de la formació oficial: Màster i Doctorat.
- ✓ Desenvolupar un catàleg de serveis.
- ✓ Seguir potenciant la coordinació amb altres agents i institucions orientades a la promoció d'estils de vida saludable.
- ✓ Aconseguir fonts de finançament estable
- ✓ Organitzar actuacions de promoció de la salut al territori amb la participació d'experts. Organitzar les II Jornades DOTS (23.11.2018)
- ✓ Impulsar la formació continua.
- ✓ Treballar pel reconeixement càtedra UNESCO

Cadascuna d'aquestes línies de treball s'han concertat en un seguit de actuacions reflectides en aquesta Memòria DOTS-2018.

Cal destacar un canvi a nivell organitzatiu marcat per la incorporació al CAC (Comitè Assessor Científic) d'un membre representant de l'INEFC de Lleida en compliment de la clàusula vuitena del conveni de col·laboració signat.

El representant és el Sr Pere Lavega, i la seva participació contribuirà al CAC en l compliment de les seves tasques:

- ✓ Actuar com consell assessor sobre els diferents àmbits d'actuació de la Càtedra.
- ✓ Ajudar en l'organització i desenvolupament de les activitats previstes per la
- ✓ Càtedra DOTS
- ✓ Col·laborar en la cerca d'experts de cadascuna de les àrees quan l'activitat ho
- ✓ requereixi.
- ✓ Proposar accions a realitzar per la Càtedra i suggerir futures línies d'actuació.





El 2018 ve marcat a nivell de recerca per quatre fets importants:

- Finalització d'alguns projectes iniciats al 2016
- Desplegament de l'àmbit **IN** (Innovació DOTS) i que engloba els següents aspectes:
 - Salut 2.0
 - Portal de formació virtual
 - Impacte de les noves tecnologies en les organitzacions socials.
 - Formació competencial
 - Disseny, edició i validació de materials per a la Ed per a la salut
 - Impacte de la formació en les organitzacions.
 - Publicacions digitals, jocs on-line
 - Desenvolupament de projectes
 - Comunitats pràctiques professionals
- II Convocatòria de recerca DOTS
- I Premis DOTS
- Impuls de nous TFG, TFM i Tesis doctorals

Finalitzen projectes de recerca del 2016

EFFECTE D'UNA INTERVENCIÓ SOBRE EL TRANSPORT I LA MANIPULACIÓ DE LA MOTXILLA ESCOLAR

Investigadora/responsable: M. Luisa Guitard Sein-Echaluze

Objectiu:

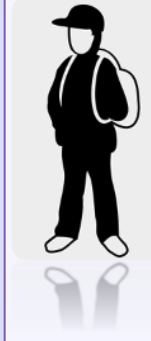
Quantificar l'efecte d'un programa d'educació per a la salut basat en la correcta manipulació i transport de la motxilla en escolars de 5è i 6è d'Educació Primària.

Estat actual del projecte:

- S'ha fet l'explotació i anàlisi de les dades.
- S'estan finalitzant dos articles amb els resultats globals i del efecte de la intervenció.

Transferència:

Els resultats obtinguts es van exposar a les escoles corresponents.



QUÈ ES LLEGEIX A L'ESCOLA? LECTURES I LECTURES SALUDABLES A LES ESCOLES DE LLEIDA CIUTAT

Investigadora/responsable: Moisés Selfa Sastre

Objectiu:

Evidenciar si es treballen Lectures Saludables als cursos de 4t, 5è i 6è d'Educació Primària de les escoles de Lleida.

Estat actual del projecte:

El projecte s'ha finalitzat.

Transferència:

Actualment, els resultats obtinguts es presenten en congressos, publicacions i s'elaboren TFM relacionats.

El projecte **Objectiu 10000**, liderat per Gemma Espigares i que va sorgir al 2017 des de la càtedra DOTS amb la finalitat d'incentivar a les persones a caminar, concretament incrementar fins a 10.000 passes/dia/persona, i així millorar la salut, es desplega aquest 2018 amb el disseny i implementació de l'APP **O10K**.

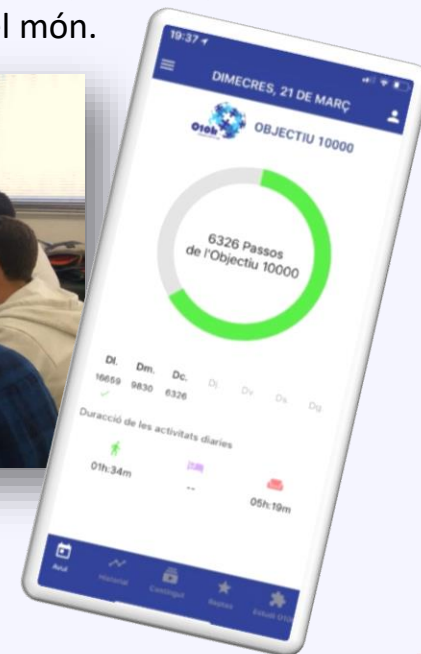
L'acrònim O10k sorgeix d'Objectiu 10000 i la "K" Representa tres zeros en anglès "000" (k=1000), aquest és el número mínim de passes diàries recomanades per la OMS per portar una vida activa.

L'APP O10k, és un recurs per al benestar i la salut de les persones, inclòs en un projecte de promoció d'activitat físic saludable en la població. Aquesta APP (en versions per a Android i iOS) permet calcular el nombre de passos/dia a la vegada que es promociona hàbits de vida saludable.

L'aplicació pretén ser un recurs per conscienciar als diferents col·lectius de la població, a mantenir una vida saludable a partir de l'activitat física, centrant-se en els número de passes diàries.

L'ús pràctic de l'APP O10K mòbil es centra en motivar, guiar i monitoritzar l'activitat de l'usuari, alhora que aporta informació rellevant per a l'estudi dels hàbits de la població. Aquest fet, ha de permetre planificar les accions estratègiques i implementar l'avanç tecnològic a la prescripció d'activitat física a la consulta.

La *target poblacional* a qui va dirigida l'APP O10k està en consonància amb la seva validació. Així, ha estat validada (fiabilitat, usabilitat i accessibilitat) per a ser utilitzada a tota la població a partir de 12 anys que disposa d'un telèfon intel·ligent. Inicialment, l'APP està pensada per a població lleidatana (plana de Lleida), tot i que la part del podòmetre pot ser utilitzada en qualsevol part del món.



L'APP **O10K** programa un seguit de reptes, treballant la motivació de l'usuari des de la *gammificació*.

S'han realitzat durant el primer semestre de l'any 2018, un total de 5 reptes col·lectius per tal de potenciar la descàrrega i ús de l'APP. La participació ha estat incentivada amb la possibilitat de guanyar premis o incentius solidaris.



Els reptes planificats i realitzats han estat:

- ✓ **Repte UdL saludable: 19-22 de març de 2018.** Es va organitzar una competició entre els membres (PDI, PAS i estudiantat) dels diferents centres de la Universitat de Lleida. Van participar 300 persones
- ✓ **Repte saludable DMAF: 6-12 d'abril de 2018.** Es va tornar a organitzar una competició, aquesta vegada entre els centres d'atenció primària (CAPs) de la plana de Lleida (Segrià, Noguera, Urgell, Pla d'Urgell, Segarra i Garrigues) per a promocionar l'activitat física. Van participar 562 persones
- ✓ **Repte Marxa del Segrià: 8 abril 2018.** Es va dur a terme un repte el dia 8 d'abril a Lleida, en el marc de la Marxa del Segrià, per a promocionar l'activitat física. Amb una participació de 280 persones.
- ✓ **Repte solidari Balàfia – Aremi: 21 abril 2018.** Va consistir en realitzar un repte el dia 21 d'abril a Lleida, durant la cursa inclusiva Balàfia-Aremi. Als participants de les diferents modalitats (caminada, curses 5 i 10km i cursa inclusiva). Van participar 28 persones

- ✓ **Repte Instituts saludables: 10-16 de maig de 2018.** Entre diferents instituts de Lleida (Maria Rúbies, Sant Jaume de les Heures, Ronda, Episcopal, La Mitjana i La Caparrella) es va organitzar una competició en la qual van participar tant alumnes com professors/es del 2n cicle d'ESO. Amb una participació de 742 persones.



- ✓ **Repte ESTIU ACTIU de 1-31 d'agost de 2018.**

Aquest repte va ser el més llarg de tots, amb una durada d'un mes (Agost del 2018). Cada participant caminava de manera individual i l'objectiu era aconseguir mínim els 10.000 passos diaris. Cada persona podia escollir on fer aquestes passes, ja que el que es volia era comparar el tipus de desplaçament tenint en compte si estem a la muntanya, platja, ciutat o poble rural.

- ✓ **Repte Setmana Mobilitat: 16-22 setembre 2018.** Aquest repte es va fer coincidir amb la Setmana Europea de Mobilitat. Es va aprofitar per enganxar a la gent i augmentar la mobilitat amb bicicleta, caminant, transport públic, etc. L'objectiu era realitzar mínim 10.000 passos diaris durant 7 dies.



- ✓ **Repte XV CIOIE: 17 -19 d'octubre de 2018.** Durant la celebració del Congrés Internacional d'Organitzacions d'Institucions Educatives celebrat a Lleida, es va activar un repte entre els congressistes. Amb una participació de 300 persones, al final es va fer l'entrega dels premis al congressista que durant els dies del XV CIOIE havia fet més passes.



- ✓ **Repte HEALTHIO: 16-17 octubre 2018**

Durant la celebració del Healthio 2018 (esdeveniment on es reuneixen ciutadans, pacients, innovacions mèdiques, professionals i empreses del sector de la salut) es va fer una competició entre visitants (usuaris i professionals), expositors, voluntaris i organitzadors. D'aquesta manera es va aconseguir que els descansos fossin més actius.



Els reptes programats des de l'APP **O10K** eren premiats amb un premi individual, premi col·lectiu i premi solidari.

Els reptes i els premis eren patrocinats per un important grup d'empreses del territori

- Patrocinador dels reptes:



- Col·laboradors en un o diversos reptes:



Universitat de Lleida
Vicerectorat de Campus

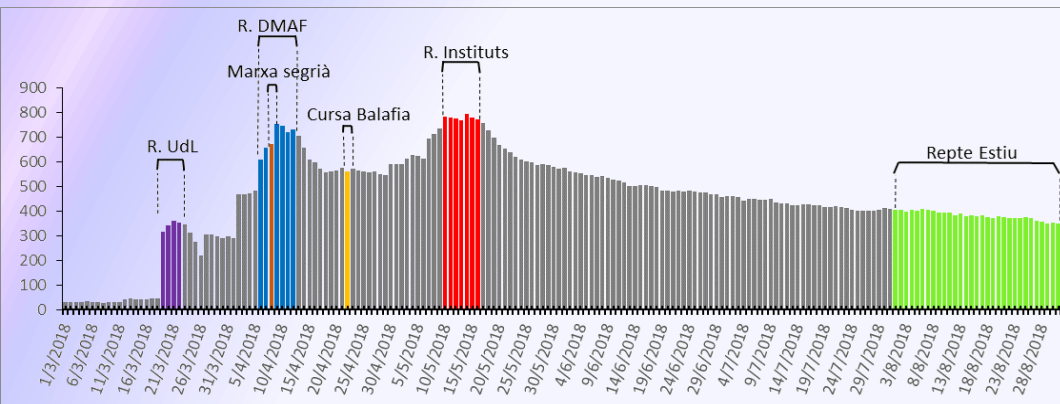


- Entitats amigues



- Patrocinador dels premis solidaris:





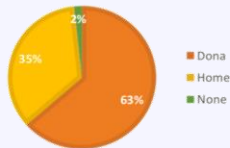
Els usuaris actius a l'APP O10K fins el mes d'agots ha estat de 1497.

Hi ha punts on l'ús de l'APP és més alt degut a l'activació d'un repte.

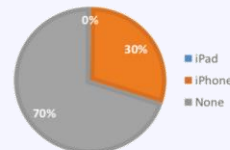
La distribució dels usuaris per gènere i nivell d'estudis és la següent:

Distribució Usuaris O10k

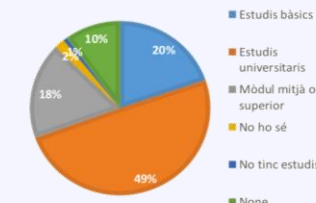
Gènere	Nº registres
Dona	1364
Home	746
None	38
Total general	2148



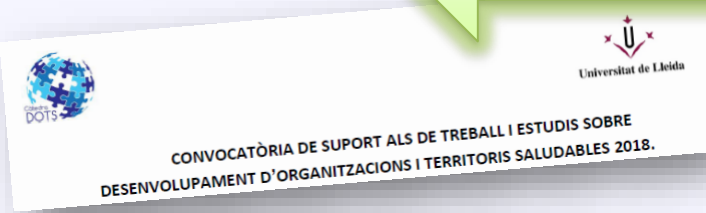
So	Nº Registres
iPad	2
iPhone	643
None	1503
Total general	2148



Estudis Assolits	Nº Registres
Estudis bàsics	425
Estudis universitaris	1067
Mòdul mitjà o superior	384
No ho sé	41
No tinc estudis	16
None	215
Total general	2148



II Convocatòria de recerca DOTS



Aquesta II Convocatòria de Recerca DOTS.2018 té per objectiu *dotar de suport econòmic a projectes ja consolidats, alhora que finançar nous projectes relacionats amb la càtedra.*

Les línies de recerca objecte de ser finançades en aquesta convocatòria són les que encaixen en els eixos estratègics de la càtedra:

- Promoció d'estils de vida saludable al territori
- Actuacions educatives-sanitàries amb poblacions vulnerables
- Innovació tecnològica en educació per a la salut
- Desenvolupament d'organitzacions eficients i saludables.

El Comitè Assessor Científic (CAC) de la càtedra ha acordat destinar un total de 4.000€. L'import màxim per projecte és de 1.200€



Gent gran i espais lúdics i de salut

IP. M.Luisa Guitard

Aquest projecte que es va iniciar al 2016, vol en el 2018 fer unes observacions sistemàtiques de diferents espais lúdics del territori, amb la idea de poder donar resposta a:

Es pot considerar suficient la utilització dels ELS instal·lats al territori?
 És adequat el coneixement sobre els espais lúdics i de salut (ELS) dels potencials usuaris?

Es pot millorar la difusió d'informació sobre els ELS des de les corresponents àrees / departaments de l'administració local / ajuntaments de referència?

Els professionals del sistema sanitari coneixen suficientment la potencialitat dels ELS?

Els professionals de sistema sanitari veuen els ELS com una eina per millorar el nivell d'activitat física / forma física de la població?

Els professionals del sistema sanitari creuen que entra dins de les seves competències recomanar la seva utilització?



Els dos projectes seleccionats en la convocatòria de recerca DOTS van ser:

- *Gent gran i espais lúdics i de salut*
- *L'esbarjo en el marc d'una escola saludable. Patis escolars saludables*



L'esbarjo en el marc d'una escola saludable. Patis escolars saludables

IP. I del Arco

Els objectius d'aquest estudi són:

- Analitzar el tractament dels descansos en la jornada escolar tot determinant possibles modalitats en funció de les tipologies d'escoles
- Aplicar l'escala observacional The Great Recess Framework a les escoles de Lleida per avaluar qüestions de seguretat i estructures, com la disponibilitat de l'equip necessari per realitzar jocs organitzats; la participació i supervisió dels professors, entre altres.
- Identificar aspectes millorable de l'esbarjo i proposar



I Premis DOTS



El premi càtedra de Desenvolupament d'Organitzacions i Territoris Saludables (Càtedra DOTS) té una doble finalitat:

- reconèixer l'excel·lència dels Treball Final de Grau i Treballs final de Màster emmarcats en les línies de treball de la càtedra DOTS
- I a més, reconèixer experiències professionals al territori orientades a la promoció d'estils de vida saludable i del benestar de les persones.

Atenent a aquesta doble finalitat el premi càtedra DOTS tindrà una doble modalitat:

- Modalitat A: Premi Càtedra DOTS-Acadèmia
- Modalitat B: Premi Càtedra DOTS-Professional

Al I Premi DOTS es van presentar un total de 9 candidats i al final van resultar guanyadors els que figuren a la taula

Modalitat	Autors/es	Títol
A	Jèssica Pardos Plaza	DISEÑO DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE LA ALERGIA ALIMENTARIA EN LA ESCUELA
B	Maria Planas Parellada	ESMORZARS SALUDABLES ALS CENTRES OCUPACIONALS

L'entrega dels premis es va fer a les II Jornades DOTS celebrades el 23 de novembre de 2018



Títol TFM	Alfabetització en l'ús de desfibril·lador externs automàtics als majors de 65 anys del municipi de Linyola
Autoria	Anna Escolà Nogués
Director/a	Divina Farreny Justribó
Màster	Màster en Educació per la Salut

Títol TFG	Projecte d'intervenció en reanimació cardiopulmonar i desfibril·lador extern automàtic en entrenadors de futbol d'un club de Lleida
Autoria	Fanny Diez Roma
Director/a	M Luisa Guitard
Grau	Grau en Infermeria

Títol TFG	Seguimiento del tratamiento no farmacológico de los hipertensos atendidos en el CAP Eixample de Lleida
Autoria	Laida Ramada Barbier
Director/a	M Luisa Guitard
Grau	Grau en Infermeria

Títol TFG	Disseny d'un programa d'educació sanitària de l'exercici físic durant l'etapa de l'embaràs amb suport d'una APP.
Autoria	Gemma Barbosa Costa
Director/a	M Luisa Guitard
Grau	Grau en Infermeria

DOTS salta fronteres .Gràcies al projecte de l'APP O10K, es desenvolupa un estudi a la Universitat de Tarapacà d'Arica, Xile, on s'analitzarà l'adherència a la activitat física dels estudiants d'aquesta universitat, utilitzant l'APP com a recurs incentivador. Aquest estudi és una tesis doctoral adscrita a la universitat de Lleida en el marc del programa doctoral Educació, Societat i Qualitat de Vida.

Títol Tesis Doctoral	La adherencia hacia la actividad física reforzada con la App O10K
Autoria	Carlos Lago
Director/a	I del Arco
Universitat d'origen	Universitat de Tarapacà. Arica. Xile



II JORNADA: Desenvolupament d'Organitzacions i Territoris Saludables

23 de novembre de 2018

Sala de Junes de la Facultat d'Educació, Psicologia i Treball Social, avinguda de l'Estudi General, 4, Lleida



La Càtedra DOTS va assumir al 2016 el compromís d'organitzar en períodes bianuals les Jornades DOTS. Aquestes Jornades tenen la finalitat de constituir un punt de trobada dels professionals i estudiosos de l'àmbit de la salut, de l'educació i de l'àmbit d'atenció sociocomunitària, preocupats pel benestar de la població i la promoció de la salut.

Al 2018 les II Jornades DOTS tenen com a lema "Territori Saludable implica Territori Sostenible."

Les temàtiques a desenvolupar són:

- Lideratge i benestar en l'organització.
- Actuacions de sensibilització i alfabetització.
- Apoderament de la gent pel seu benestar.
- Experiències relacionades amb la promoció de la salut al territori.



A les II Jornades DOTS van assistir 90 persones. Es van presentar 18 pòsters que es van exposar durant la pausa del matí, durant el qual es va donar temps als assistents per fer les votacions al millor pòster.

El públic assistent va elegir com a millor pòster "Aprentatge de primers auxilis en centres educatius", presentat per Marta Sobrevals i Jordi Sabanés.



Posteriorment a la celebració de la jornada s'ha demanat als assistents que avaluin aquesta activitat amb la finalitat de saber-ne la seva opinió i quins aspectes es poden millorar en vista a les pròximes jornades.

Les valoracions dels assistents sobre el desenvolupament i el contingut de les jornades han sigut molt positives.

Els aspectes de la jornada que se'ls demanava que avaluin són:

- Horari i duració de la jornada
- Organització de la jornada
- Contingut de la taula de persones expertes
- Contingut de la presentació d'experiències
- Contingut dels pòsters

Es podia puntuar cada aspecte de l'1 (molt inadequat) al 4 (molt adequat). En tots els aspectes les valoracions es situaven entre el >3< i el >4< com es pot observar en les gràfiques següents.



Formació oficial DOTS

Formació	Matèria Transversal: II Jornada DOTS. Totes les titulacions de Grau la Udl
Responsable/Coordinadora	Isabel del Arco i MLuisa Guitard
Nombre de Matriculats	38 estudiants matriculats dels graus dels àmbits d' Educació i Salut

Formació contínua DOTS

Títol	5ª edició del Postgrau en Gestió i Direcció d'Institucions Educatives
Responsable/Coordinadora	Isabel del Arco
Nombre de Matriculats	15 mestres y professors de secundària



La segona activitat planificada en el marc del **cicle de conferències DOTS del curs 2017-18** va tenir com a tema principal **la influència de les xarxes socials i el seu impacte** i es va realitzar el 01.03.2018.

L'objectiu és conèixer els efectes en la construcció d'opinió i com els influencers generen followers incidint en l'opinió, gustos, construcció de coneixement, etc. Es pretén també, fer repàs dels principals indicadors d'activitat (twitter analytics, metricool...) i influència a les xarxes (klout, kred...), i també quina informació s'obté del tracking dels hashtags (tweet tag).

L'activitat es presenta amb dues parts, primerament la conferència programada pel 01.03.2018 de 16,30 a 18,30 a la facultat d'Educació Psicologia i Treball Social de la UdL.

El conferenciant és el sr Ignasi Servià Goixart, guardonat amb el premi al millor influencer 2017 i està entre els deu primers influencers al territori de Lleida.

I una segona part de taller de 18,30 a 20,30h del mateix dia 01.03.2018, coordinat pel sr Ignasi Servià Goixart, amb activitats pràctiques.





Demostració gastronòmica de productes de proximitat a la UdL, amb Joel Castanyé

El xef amb una estrella Michelin Joel Castanyé, del restaurant La Boscana, va oferir ahir una demostració gastronòmica, dins del cicle *De l'hort a la taula* organitzat per la càtedra de Territoris Saludables de la UdL.

II Edició de SHOWCOOKING: *De l'hort a la taula. Producte saludable, de proximitat i qualitat,*

Després de l'èxit de la primera edició de SHOWCOOKING celebrat el 16 de novembre de 2017, es va tornar a organitzar una segona edició el dia 19 d'abril de 2018.

La Segona edició es va realitzar a la Aula Magna del Campus de Salut de la UdL amb la participació de 85 persones

Va inaugurar el Vicerector de Campus i al directora de la càtedra i el xef Joel Casatanyé va fer primer una xerrada sobre els productes de proximitat i més tard una demostració gastronòmica amb aquest productes

Publicacions

Llibre: *Perspectivas y Análisis de la Salud.. Volumen II*
CAPÍTULO 5

Promoción y desarrollo de territorios saludables desde la cátedra DOTS

Isabel del Arco Bravo. Universitat de Lleida

Guitard, ML., Torres, J. Casanova, C. (2018). *¿Cómo manejan sus mochilas los escolares de primaria? En Del-Arco, I., Silva, P. (Coord). Tendencias nacionales e internacionales en organización educativa: entre la estabilidad y el cambio.* Madrid: Wolters Kluwer.

Espigares, G. Piñol-Piñol, D., Farreny, D. (2018). Co-creación, equipo de trabajo eficiente, gestión del capital humano en el diseño de la app o10k. Estudio de caso. En Del-Arco, I., Silva, P. (Coord.), *Tendencias nacionales e internacionales en organización educativa: entre la estabilidad y el cambio.* Madrid: Wolters Kluwer.

Del Arco, I.; Silva, P. (2018). *Promoción y desarrollo de territorios saludables desde la Cátedra DOTS.* En *IV Congreso Internacional en Contextos Psicológicos, Educativos y de la Salud.* Madrid

Espigares-Tribó G, Serra-Paya N, Garnacho-Castaño MV., Piñol-Piñol D., Farreny-Justribó D., Matas, S, Del Arco-Bravo I., *Promoción de la actividad física mediante la app o10k. arch med deporte 2018; 35 (suple, 1)32-64.*

TRANSFERÈNCIA



Participacions en Congressos



Simposi: Promoción y desarrollo de instituciones educativas saludables: *Promoción y desarrollo de territorios saludables desde la cátedra DOTS.*
Madrid 23.11.2018
Autores: del Arco, I y Silva, P

Autores: Espigares, G;
Farreny, D
Pòster: *Projecte O10K*
Pòster: *La càtedra DOTS.*
Barcelona



Membres de la càtedra DOTS van poder participar en la taula rodona d-HealthyLife sobre Models de co-disseny en salut digital para la promoció d'hàbits de vida saludables, en el marc de la Mobile Week Barcelona 2018

D'altra banda, es va tenir l'oportunitat d'exposar als assistents la nova APP O10K en la Jornada "Movilízate, APptividad física. como el móvil nos puede hacer más activos".



Càtedra DOTS. (2018) Reptes i Apps 10k UdL Càtedra DOTS. Participació I Jornada de Promoció de la Salut. Organitzat per l'Àrea de Promoció de la Salut del Vicerectorat de Campus UdL. 9 de maig de 2018 Disponible en <http://www.promociosalut.cat/>



L'equip de la càtedra va participar en l'organització i també presentant estudis en el XV CIOIE, en el marc d'una de les línies temàtiques d'aquest congrés que era la *d'Organitzacions Saludable si Sostenibles*.

Aquest congrés és una oportunitat de compartir experiències i coneixements entre professionals i recercadors en matèria d'Organització Educativa

Comunicació: ¿Cómo manejan sus mochilas los escolares de educación primaria?

Autors: Guitard Sein-Echaluce, M Luisa; Casanova Gonzalvo, Carles; Torres Puig-gros, Joan



Comunicació: Promoción de la actividad física mediante la app o10k

Autors: Espigares-Tribó G, Serra-Paya N, Garnacho-Castaño MV, Piñol-Piñol D., Farreny-Justribó D., Matas, S, Del Arco-Bravo I.

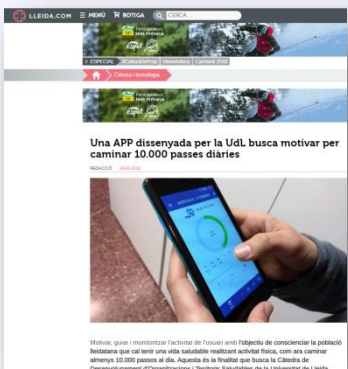
Durant el 2018 la càtedra DOTS ha tingut un fort ressort en els mitjans de comunicació del territori i també del país. El projecte de l'APP O10K i la seva implementació amb diferents reptes i la celebració de les II Jornades DOTS han estat les actuacions de més interès.



Entitats esportives del territori i importants followers van promocionar la visibilitat de la càtedra DOTS



Redacció Lleida.com (2018). Una APP dissenyada per la UdL busca motivar per caminar 10.000 passes diàries [Lleida.com](https://www.lleida.com/noticia_canal/una-app-dissenyada-la-udl-busca-motivar-caminar-10000-passes-diaries)
https://www.lleida.com/noticia_canal/una-app-dissenyada-la-udl-busca-motivar-caminar-10000-passes-diaries



Redacció el Segre (2018). La càtedra DOTS entrega material para Aspros [El Segre](https://www.segre.com/es/noticias/deportes/2018/06/20/la_catedra_dots_entrega_material_para_aspros_49413_1110.html)
https://www.segre.com/es/noticias/deportes/2018/06/20/la_catedra_dots_entrega_material_para_aspros_49413_1110.html

La càtedra DOTS entrega material para Aspros



La càtedra DOTS de la UdL entregó material deportivo por un valor de 100 euros a la Fundación Aspros. Durante la Marxa del Segre, del 8 de abril, se implicó la UdL con la App O10k, una aplicación para hacer ejercicio y actividad saludable que cuenta pasos y se obtuvieron más de un millón de pasos. Lograr el reto suponía

Els diferents premis solidaris organitzats des de els reptes de l'APP O10K van tenir ressort en la premsa escrita i en la ràdio

Inici > La Universitat de Lleida promou ...

La Universitat de Lleida promou amb una App l'activitat física en els Centres d'Atenció Primària de Lleida

El representant territorial de l'Esport a Lleida, Joan Segura, ha assistit avui al lliurament de premis que s'han entregat al Centre d'Atenció Primària Onze de Setembre de Lleida per haver resultat el CAP en què els seus usuaris han acumulat més passos, seguint les indicacions d'una aplicació per a mòbils dissenyada per la Universitat de Lleida.

17/04/2018 16:04



Amb l'objectiu de conscienciar la població lleidatana que cal tenir una vida saludable mitjançant la realització d'activitat física, com ara caminar almenys 10.000 passos al dia, la Càtedra de Desenvolupament d'Organitzacions i Territoris Saludables de la Universitat de Lleida (DOTS-UdL) va dissenyar una aplicació gratuïta per a mòbils que permet motivar, guiar i monitoritzar l'activitat de l'usuari.

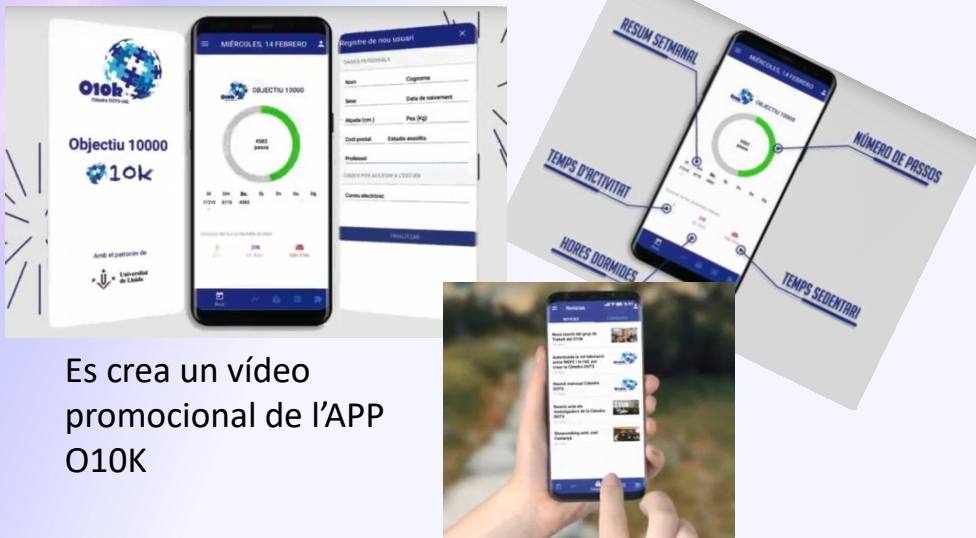
L'aplicació DOTS-Objectiu 10.000 ha estat desenvolupada per una quinzena d'investigadors de diferents àmbits i permet avaluar l'activitat física a través del nombre de passos diaris, conèixer els hàbits de la població i poder donar més eines als professionals de la salut que treballen en aquest camp.

El repte d'Objectiu 10.000 consistia a caminar. Els passos que recorria al dia cada participant se sumaven al còmput del CAP on estava inscrit. Unes 660 persones, entre empleats i usuaris dels CAP de la demarcació de Lleida, van participar en el repte entre el 6 i el 12 d'abril.

GenCat (2018). La Universitat de Lleida promou amb una App l'activitat física en els Centres d'Atenció Primària de Lleida. Sport <http://esport.gencat.cat/ca/detalls/Noticia/nota-repte-10000-passos-lleida>



La càtedra DOTS novament va tenir ressort a mitjans de comunicació de fora del territori



Es crea un vídeo promocional de l'APP O10K

Les II Jornades DOTS van tenir seguiment a les xarxes i a la premsa.

la Mañana

Abogan por una alianza entre sanitarios y educadores

La Facultat d'Educació, Psicologia i Treball Social de la UdL acogió ayer la II Jornada de Desenvolupament d'Organitzacions i Territoris Saludables, en la qual los ponentes abogaron por capacitar a todos los profesionales sanitarios y educadores en las competencias necesarias para promover estilos de vida saludable.



FOTO: UdL / Ayer se premiaron diferentes experiencias saludables



CONCLUSIONS

Aquest 2018 ha estat marcat per la celebració de les II Jornades DOTS i la posada en marxa de projectes claus per a la càtedra com ha estat l'APP O10K.

Aquestes dues actuacions han donat molta visibilitat a la càtedra i la possibilitat d'aconseguir nous patrocinadors.

S'ha iniciat el desplegament de l'OBSERVATORI DOTS i s'està treballant per desenvolupar tasques de col·laboracions amb l'ajuntament de Lleida en el projecte *Planet Youth*. Aquest projecte ajudarà a desplegar una diagnosi acurada de la població juvenil al territori i els seus hàbits saludables.

Aquest any també s'ha entregat la memòria per obtenir el reconeixement de càtedra UNESCO.

Es comença al 2018 a treballar per desenvolupar la producció científica de la càtedra.

PLA D'ACTUACIÓ PEL 2019

- ✓ Impulsar la publicació en revistes científiques
- ✓ Desplegar l'OBSERVATORI DOTS: projecte *Planet Youth*
- ✓ Desplegar el catàleg de serveis
- ✓ Impulsar la formació continua: organitzar seminaris de formació
- ✓ Treballar pel reconeixement càtedra UNESCO

