la-manga-club-deportes.jpg.webp

SEMINARIO: “Promoción de programas de actividad y ejercicio físico beneficiosos para la salud”

- Doctora en Ciencias del Ejercicio Físico y del Movimiento Humano, ***Facultad de Ciencias Motoras de Verona,*** Italia.
- Directora del **Laboratorio de Estudios en Actividad Física** de la Universidad de Flores. https://www.uflo.edu.ar/leaf/
- Integrante del equipo técnico del Programa Nacional de Lucha contra el Sedentarismo, ***Ministerio de Salud de la Nación.***
- Docente del Ciclo de Licenciatura en Actividad Física con orientación en Salud y de la Maestría en Actividad Física y Deporte, ***Universidad de Flores.***

El ciclo de la vida

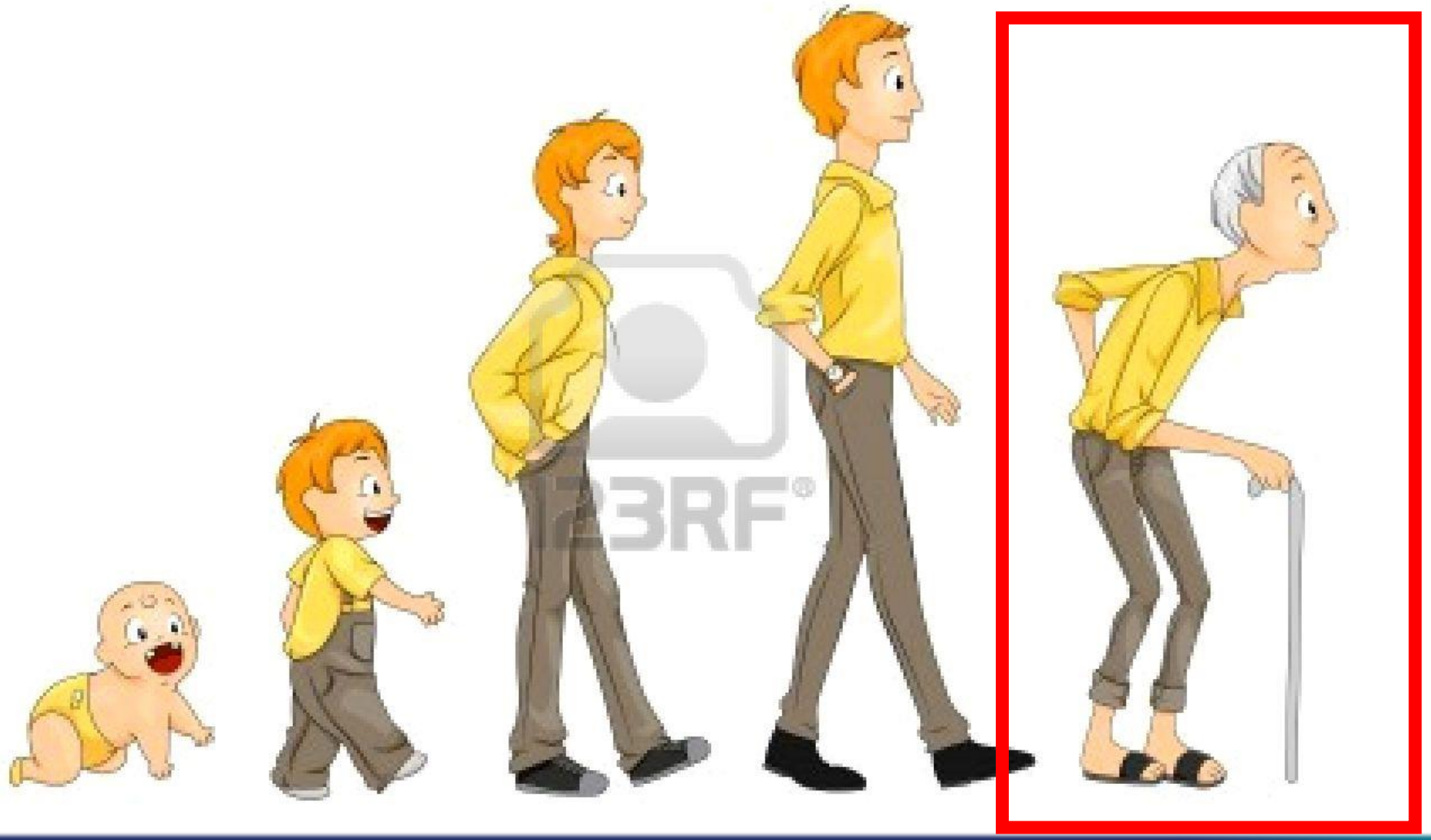
El ciclo de la vida

El ciclo de la vida

El ciclo de la vida

El ciclo de la vida

El ciclo de la vida



Heterogeneidad en la vejez

?

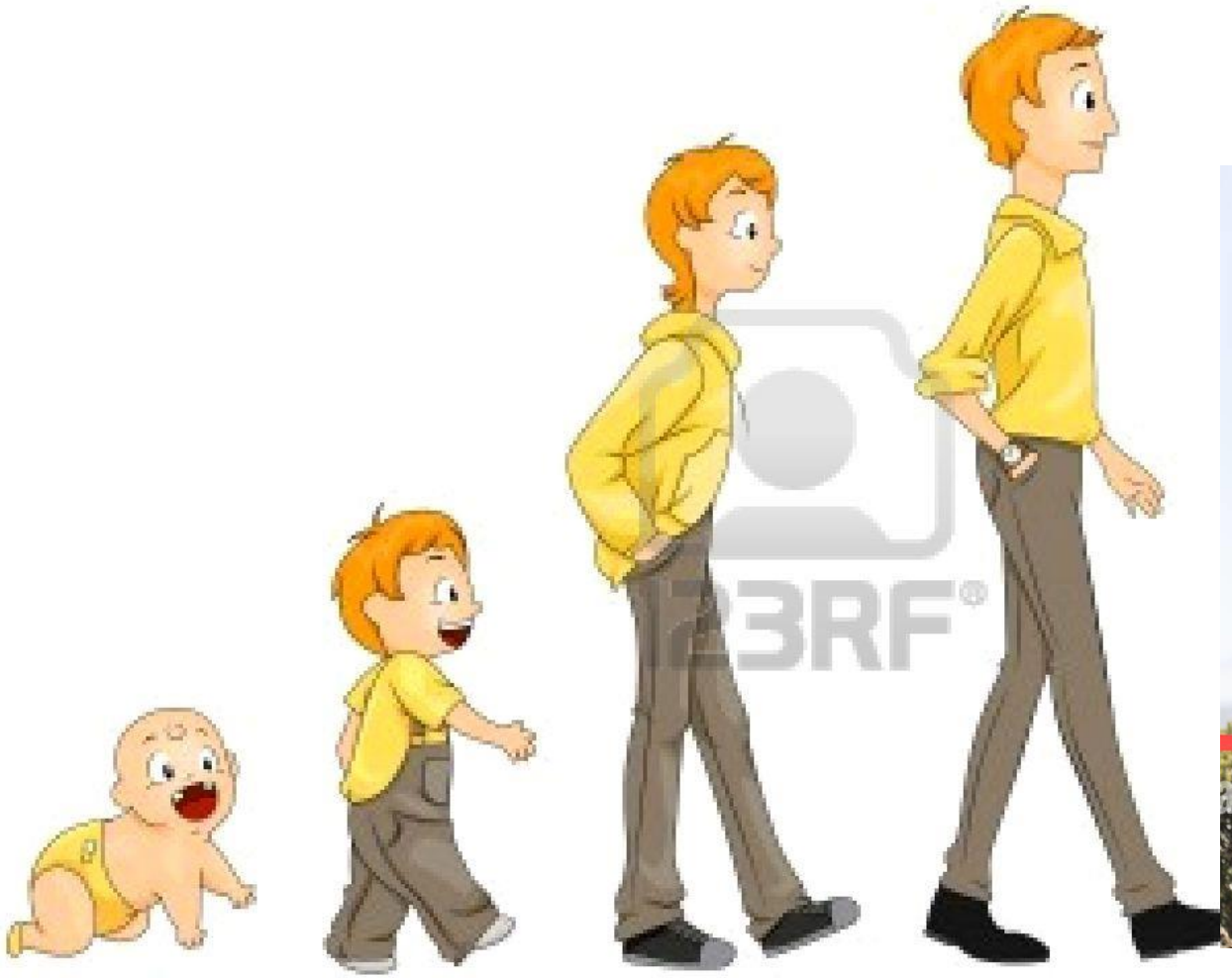
Vejez como reflejo de factores ambientales y comportamentales de la propia historia

Vejez como reflejo de factores ambientales y comportamentales de la propia historia

Vejez como reflejo de factores ambientales y comportamentales de la propia historia

Vejez como reflejo de factores ambientales y comportamentales de la propia historia

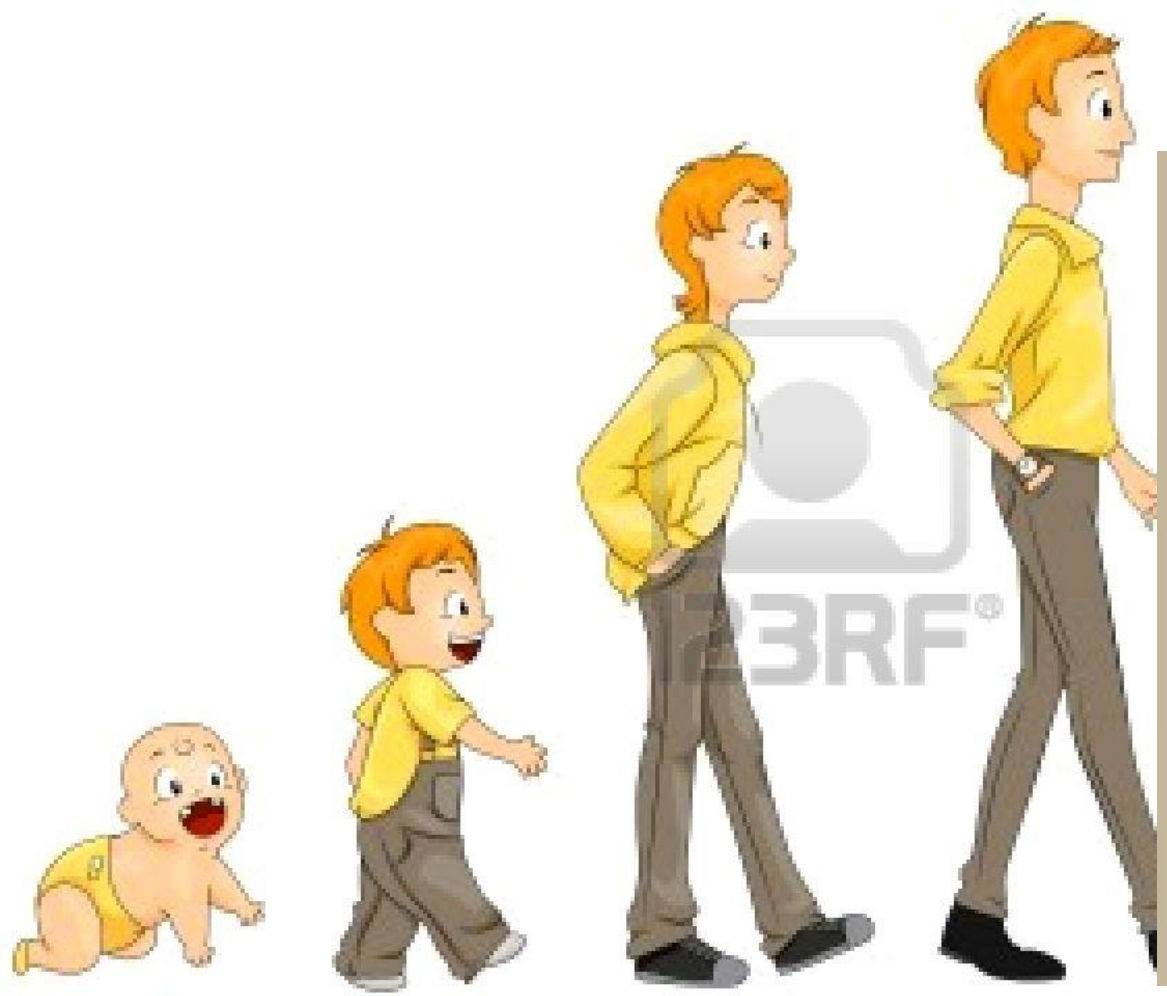
Vejez como reflejo de factores ambientales y comportamentales de la propia historia



Por qué es tan importante para el paradigma de la salud?

?

Problema sanitario: morbimortalidad por ENT



Problema sanitario: mortalidad prematura

Enfermedades no transmisibles en las Américas

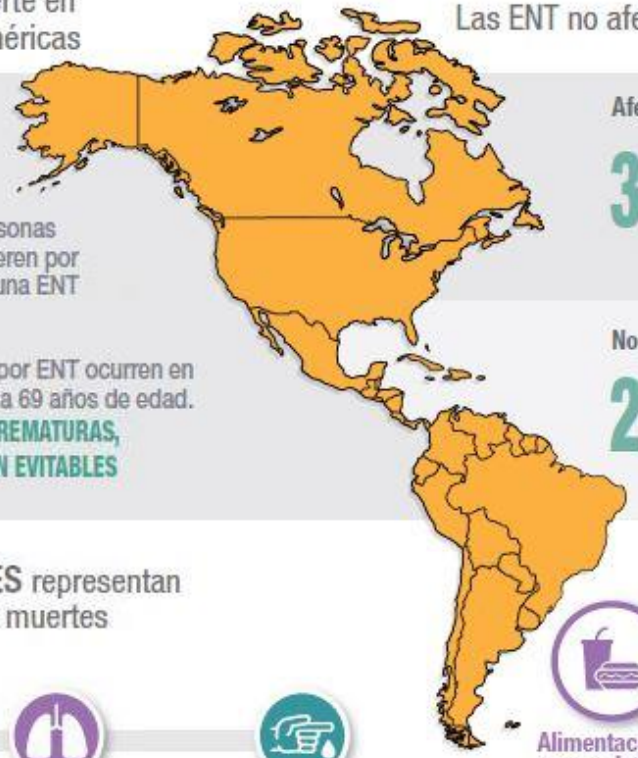
CIFRAS E INFORMACIÓN ESENCIAL

Las ENT son la causa principal de muerte en todos los países de la región de las Américas

4,8 MILLONES de muertes en las Américas

4 de cada **5** personas mueren por alguna ENT

35% De las muertes por ENT ocurren en personas de 30 a 69 años de edad.
SON MUERTES PREMATURAS, LA MAYORÍA SON EVITABLES



Las ENT no afectan por igual a todos los grupos de población

Afectan desproporcionadamente a la población más pobre:

30% de las muertes prematuras por enfermedades cardiovasculares y de las muertes totales por diabetes ocurren en las poblaciones más pobres

No afectan igual a hombres y mujeres

28% más de hombres mueren prematuramente por alguna ENT

4 ENFERMEDADES representan la mayoría de las muertes

- **ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES:** 1.800.000 muertes
- **CÁNCER:** 1.100.000 muertes
- **ENFERMEDADES RESPIRATORIAS CRÓNICAS:** 412.900 muertes
- **DIABETES:** 304.700 muertes

4 FACTORES están asociados directamente al aumento de ENT

- **Alimentación poco saludable** 59% de los adultos tienen obesidad o sobrepeso
- **Inactividad física** 32% de los adultos no hace suficiente actividad física
- **Consumo nocivo de alcohol** 14% de los adultos consume alcohol en exceso
- **Consumo de tabaco** 17% de los adultos son fumadores

Organización Panamericana de la Salud

Organización Mundial de la Salud Américas

Fuente: http://bit.ly/1WOX4Wh

www.paho.org/nmh

Enfermedades prevenibles: Factores de riesgo de las ENT

COMPORTAMENTALES

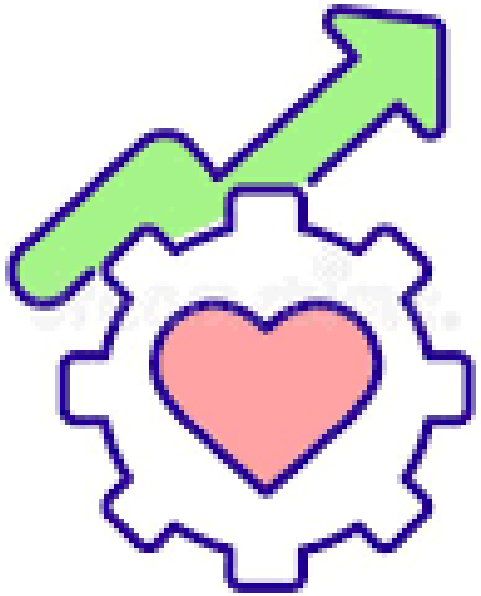
- USO NOCIVO DE ALCOHOL
- CONSUMO DE TABACO
- ALIMENTACIÓN INADECUADA
- INACTIVIDAD FÍSICA

METABÓLICOS

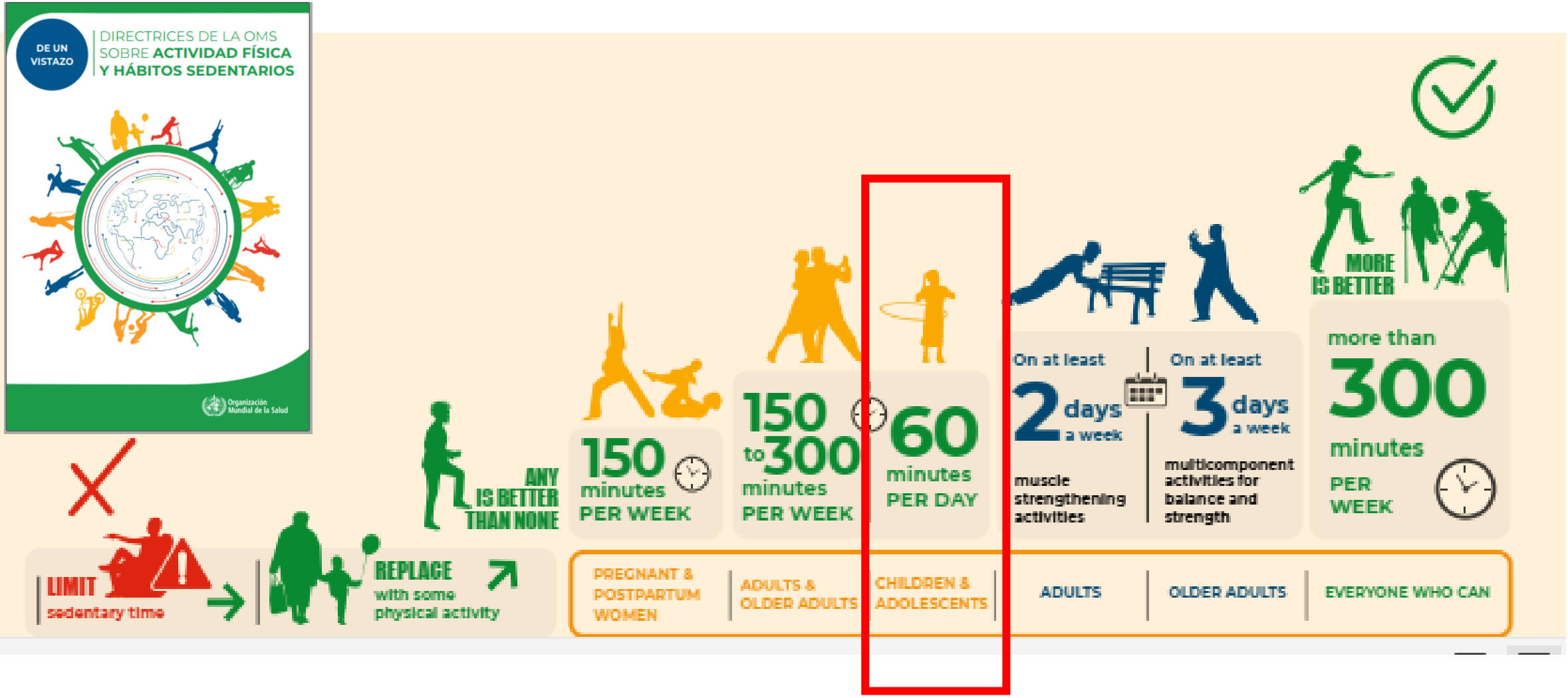
- HIPERGLUCEMIA
- HIPERTENSIÓN ARTERIAL
- HIPERLIPIDEMIA
- SOBREPESO Y OBESIDAD

COMPORTAMIENTO

- SIN ALCOHOL
- SIN TABACO
- ALIMENTACIÓN INADECUADA
- ACTIVIDAD FÍSICA

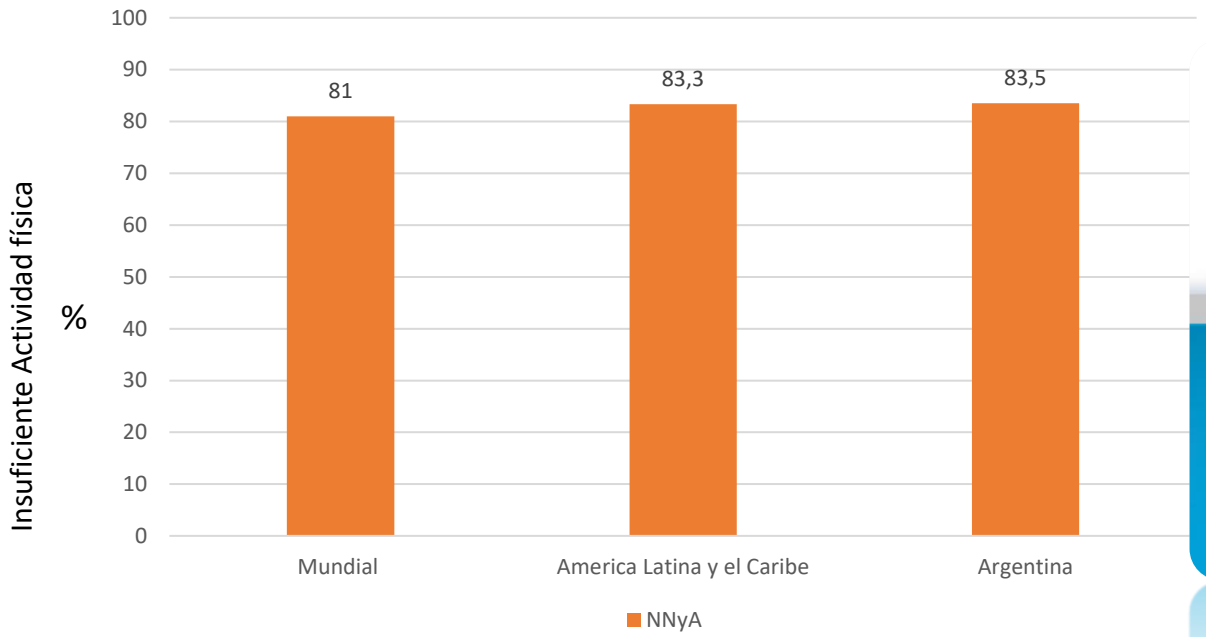


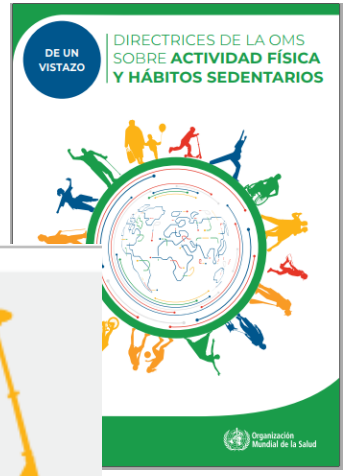
Actividad Física y salud durante todo el ciclo de la vida



Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., ... & Willumsen, J. F. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British journal of sports medicine*, *54*(24), 1451-1462.

Datos epidemiológicos sobre la prevalencia de la insuficiente actividad física





Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1· 6 million participants. *The Lancet Child & Adolescent Health*, *4*(1), 23-35.

Ministerio de Salud de la Nación (2018) . Tercera Encuesta Mundial de Salud Escolar. Disponible en https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-01/encuesta-mundial-salud-escolar-2018.pdf

https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/topic-details/GHO/ncd-risk-factors

Pandemia de la insuficiente actividad física

Physical Activity 5

The pandemic of physical inactivity: global action for public health

Harold W Kohl 3rd, Cora Lynn Craig, Estelle Victoria Lambert, Shigeru Inoue, Jasem Ramadan Alkandari, Grit Leetongin, Sonja Kahlmeier, for the Lancet Physical Activity Series Working Group*

Lancet 2012; 380: 294–305
Published Online July 18, 2012
http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60898-8
This is the fifth in a Series of five papers about physical activity

*Members listed at end of paper
University of Texas Health Science Center, Houston School of Public Health, and University of Texas at Austin Department of Kinesiology and Health Education, Austin, TX, USA (Prof H W Kohl 3rd PhD); Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute, Ottawa, ON, Canada, and School of Public Health, University of Sydney, Sydney, NSW, Australia (C L Craig MSc); UCT/MRC Research Unit for Exercise Science and Sports Medicine, Department of Human Biology,

Physical inactivity is the fourth leading cause of death worldwide. We summarise present global efforts to counteract this problem and point the way forward to address the pandemic of physical inactivity. Although evidence for the benefits of physical activity for health has been available since the 1950s, promotion to improve the health of populations has lagged in relation to the available evidence and has only recently developed an identifiable infrastructure, including efforts in planning, policy, leadership and advocacy, workforce training and development, and monitoring and surveillance. The reasons for this late start are myriad, multifactorial, and complex. This infrastructure should continue to be formed, intersectoral approaches are essential to advance, and advocacy remains a key pillar. Although there is a need to build global capacity based on the present foundations, a systems approach that focuses on populations and the complex interactions among the correlates of physical inactivity, rather than solely a behavioural science approach focusing on individuals, is the way forward to increase physical activity worldwide.

The pandemic of physical inactivity should be a public health priority

Theoretically, prioritisation for public health action is informed largely by three factors: the prevalence and trends of a health disorder; the magnitude of the risk associated with exposure to that disorder; and evidence for effective prevention and control. A practice or behaviour that is clearly related to a health disorder, is prevalent, and is static or increasing in its prevalence

Available data suggest that 31% of the world's population is not meeting the minimum recommendations for physical activity[1] and, in 2009, the global prevalence of inactivity was 17%.[2] Despite promising positive trends in leisure-time (discretionary) physical activity in some countries, incidental, transportation-related, and occupational physical activity prevalences are falling.[3–6] The global challenge of physical inactivity is further amplified by the risk it conveys. Lee and colleagues[7] presented

	Risk factor	Deaths (millions)	Percentage of total
	World		
1	High blood pressure	7.5	12.8
2	Tobacco use	5.1	8.7
3	High blood glucose	3.4	5.8
4	Physical inactivity	3.2	5.5
5	Overweight and obesity	2.8	4.8
6	High cholesterol	2.6	4.5
7	Unsafe sex	2.4	
8	Alcohol use	2.3	
9	Childhood underweight	2.2	
10	Indoor smoke from solid fuels	2.0	

Kohl 3rd, H. W., Craig, C. L., Lambert, E. V., Inoue, S., Alkandari, J. R., Leetongin, G., ... & Lancet Physical Activity Series Working Group. (2012). The pandemic of physical inactivity: global action for public health. *The lancet*, *380*(9838), 294-305. Disponible en:

World Health Organization. (2009). *Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks*. World Health Organization.

Cómo prevenir las ENT en la Niñez y Adolescencia

COMPORTAMENTALES

- USO NOCIVO DE ALCOHOL
- CONSUMO DE TABACO
- ALIMENTACIÓN INADECUADA
- INACTIVIDAD FÍSICA

METABÓLICOS

- HIPERGLUCEMIA
- HIPERTENSIÓN ARTERIAL
- HIPERLIPIDEMIA
- SOBREPESO Y OBESIDAD

Tendencias mundiales sobre IMC. Bajo peso, sobrepeso y obesidad

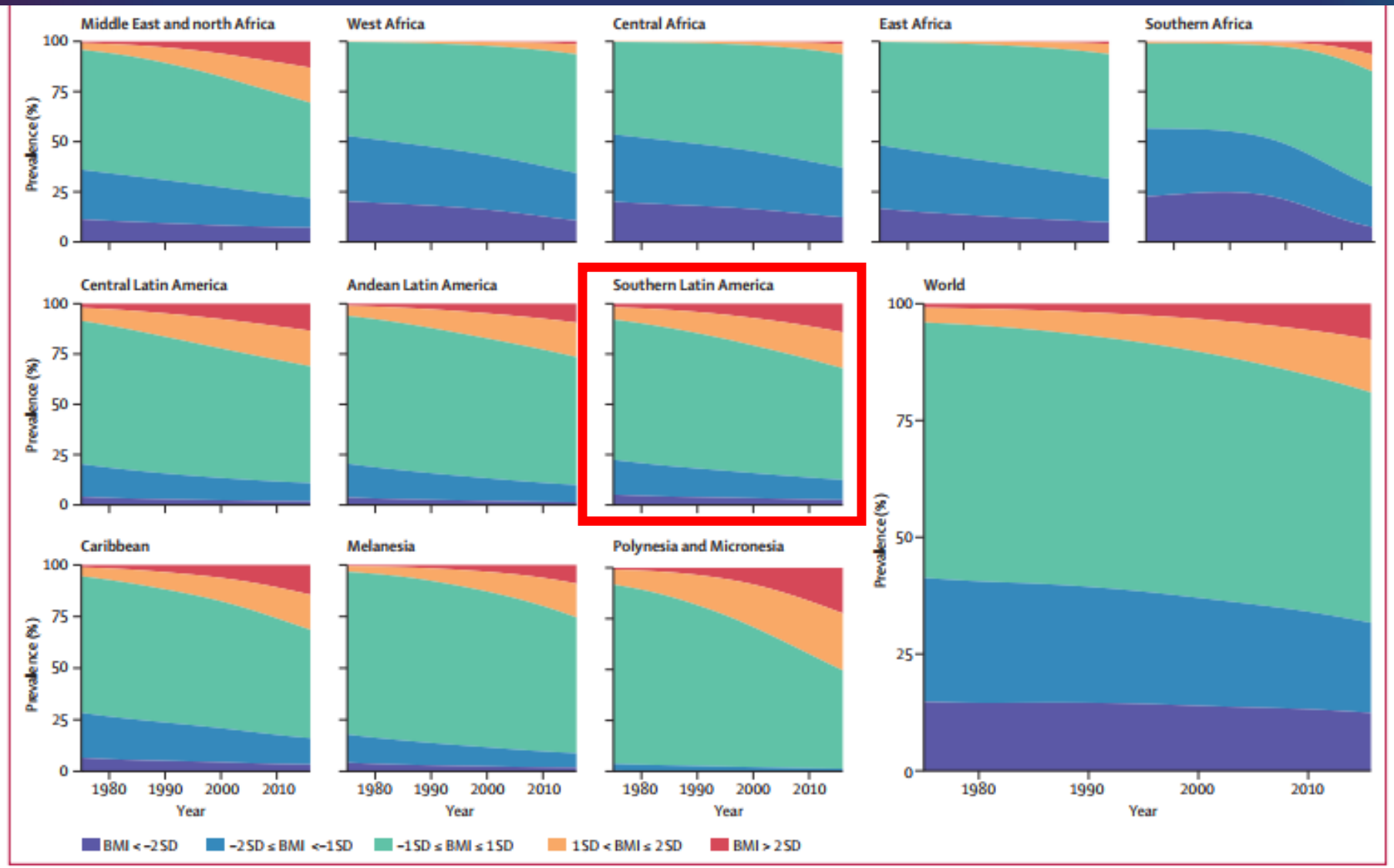


Figure 9: Trends in age-standardised prevalence of BMI categories in male children and adolescents by region
Children and adolescents were aged 5–19 years. See appendix for results for adults. BMI=body-mass index.

Abarca-Gómez, L., Abdeen, Z. A., Hamid, Z. A., Abu-Rmeileh, N. M., Acosta-Cazares, B., Acuin, C., ... & Agyemang, C. (2017). Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128· 9 million children, adolescents, and adults. *The Lancet*, *390*(10113), 2627-2642.

Prevalencia de exceso de peso (sobrepeso y obesidad) en NNyA de Argentina

Tabla 2.2: Prevalencia de delgadez, baja talla, sobrepeso, obesidad y exceso de peso en población de 5 a 17 años según características sociodemográficas. ENNyS 2. Argentina, 2018-2019.

Variables y categorías		Delgadez (IMC/E <-2DE)			Baja talla (T/E <-2DE)			Sobrepeso (IMC/E >1 y ≤ 2DE)			Obesidad (IMC/E > 2DE)			Exceso de peso (Sobrepeso+Obesidad)		
		%	IC95%		%	IC95%		%	IC95%		%	IC95%		%	IC95%	
			LI	LS		LI	LS		LI	LS		LI	LS		LI	LS
Total		**1,4**	**1,1**	**1,8**	**[illegible],7**	**3,0**	**4,5**	**20,7**	**19,4**	**22,1**	**20,4**	**18,3**	**22,7**	**41,1**	**39,3**	**43,0**
Región	*GBA*	0,4*	0,1	1,6	[illegible],7	3,2	6,9	20,3	17,3	23,7	23,8	18,5	30,1	44,1	39,7	48,6
	Centro	2,2	1,5	3,2	[illegible],7	1,8	4,0	21,4	19,1	23,9	17,3	14,6	20,3	38,7	35,7	41,7
	NEA	1,4*	0,8	2,5	[illegible],3	2,7	6,8	19,2	16,6	21,9	16,1	13,3	19,3	35,2	32,3	38,2
	NOA	2,3	1,6	3,3	[illegible],7	2,0	3,6	19,6	17,6	21,7	22,0	19,7	24,5	41,6	39,0	44,2
	Cuyo	1,2*	0,7	2,1	[illegible],3	3,9	7,2	22,2	20,0	24,7	18,4	15,7	21,4	40,6	36,9	44,5
	Patagonia	0,8*	0,4	1,8	[illegible],8	1,1	3,0	22,0	18,9	25,5	24,6	21,0	28,6	46,6	43,4	49,8
Sexo	*Mujer*	0.8*	0,6	1,1	[illegible],3	2,4	4,4	22,3	20,4	24,3	17,6	15,4	20,2	39,9	37,5	42,3
	Varón	1,9	1,4	2,6	[illegible],0	3,1	5,2	19,3	17,6	21,1	22,9	20,3	25,8	42,2	39,7	44,7
Nivel educativo jefe/a hogar	*Hasta 2° incompleto*	1,2	0,9	1,7	[illegible],7	3,7	6,0	20,1	18,3	22,0	21,1	19,0	23,4	41,2	38,9	43,5
	2° completo o más	1,6*	1,0	2,5	[illegible],2	1,5	3,0	21,5	19,5	23,7	19,6	16,3	23,4	41,2	38,0	44,4
Cobertura de salud	*Sólo público*	1,2*	0,8	1,9	[illegible],5	3,6	5,7	19,8	17,8	22,0	20,2	17,5	23,2	40,0	37,3	42,8
	O.S. o prepaga	1,5	1,1	2,2	[illegible],8	2,0	3,9	21,6	19,9	23,4	20,8	18,3	23,5	42,3	39,9	44,9
Quintil de ingresos del hogar por UC	*Q1 (Bajo)*	1,6*	0,9	2,7	[illegible],8	2,7	5,5	20	17,3	22,9	20,3	16,9	24,1	40,2	36,7	43,8
	Q2 (Medio-bajo)	0.9*	0,5	1,7	[illegible],4	4,0	7,3	19,9	17	23,1	20,1	16,9	23,7	40,0	36,2	43,9
	Q3 (Medio)	1,2*	0,7	2,0	[illegible],1	2,6	6,6	18,8	15,9	22,1	23,3	19,5	27,6	42,1	37,9	46,5
	Q4 (Medio-alto)	2,4*	1,4	4,0	[illegible],4	1,4	4,0	23,0	19,6	26,8	19,7	16,2	23,7	42,7	38,3	47,1
	Q5 (Alto)	0,7*	0,3	1,6	[illegible],3	0,7	2,3	23,1	19,5	27,1	18,4	14,1	23,7	41,5	36,1	47,1

DE: Desvío estándar; IC95%: Intervalo de confianza del 95%, IMC/E: Índice de masa corporal para la edad; LI: Límite inferior; LS: Límite superior; OS: Obra Social; Q: quintil [illegible] consumidora

** Coeficiente de variación mayor a 20%*

Ministerio de salud y Desarrollo Social de la Nación (2019). 2° Encuesta Nacional de Nutrición y Salud - Indicadores priorizados. Argentina 2019. Disponible en: https://bancos.salud.gob.ar/recurso/2deg-encuesta-nacional-de-nutricion-y-salud-indicadores-priorizados

Resultados Encuesta Mundial de Salud Escolar - EMSE 2018-

Datos EMSE 2018	Total (13 a 17 años) (M vs V)
Suficientemente activos (realizó al menos 60 min de AFMV durante los últimos 7 días)	16,5% (12,9% vs 20,4%)
Fue a clases de EF en la escuela 3 o + días a la semana durante el ultimo año escolar	37,5%
No fue y volvió de la escuela caminando o en bicicleta ninguno de los últimos 7 días	32,1%
Comportamiento sedentario (+ de 3 horas sentado, frente a pantalla, leyendo, otros- fuera del horario escolar)	55,3% (57,7% vs 52,8%)

Actividad Física desde el paradigma de la salud

Documentos sobre políticas públicas a favor de la promoción de la actividad física y salud.

La Carta de Toronto para la Actividad Física: Un llamado Global para la Acción

La actividad física regular promueve el bienestar, la salud física y mental, previene enfermedades, mejora la cohesión social y la calidad de vida, proporciona beneficios económicos y contribuye a la sostenibilidad del medio ambiente. Las comunidades que promueven la actividad física que es favorable para la salud, en formas diversas y asequibles, en diferentes contextos y durante toda la vida, pueden lograr muchos de estos beneficios.

La carta de Toronto para la Actividad Física describe cuatro acciones basadas en nueve principios guía y es un llamado para que todos los países, regiones y comunidades se esfuercen por tener un mayor compromiso político y social y así apoyar la actividad física que es favorable para la salud de todos.

¿Por qué una Carta acerca de la actividad física?

La Carta de Toronto para la Actividad Física es un llamado a la acción y una herramienta para abogar por la creación de oportunidades sostenibles que promuevan un estilo de vida físicamente activo para todos. Las organizaciones y las personas interesadas en promover la actividad física pueden utilizar esta Carta para influenciar y convocar a los tomadores de decisiones a nivel nacional, regional y local y así lograr una meta común. Estas organizaciones incluyen los sectores de la salud, transporte, medio ambiente, recreación y deporte, educación, diseño y planeación urbana, el gobierno, la sociedad civil y el sector privado.

La actividad física- Una poderosa inversión en la población, la salud, la economía y la sostenibilidad

En todo el mundo, la tecnología, la urbanización, el incremento de ambientes de trabajo sedentarios y el diseño de las comunidades centrada en el automóvil han desplazado la actividad física de la vida cotidiana. Estilos de vida ocupados, otras prioridades que compiten, estructuras familiares cambiantes, y falta de cohesión social pueden estar contribuyendo a la inactividad. Las oportunidades para la actividad física continúan disminuyendo, mientras que la prevalencia de estilos de vida sedentarios se está incrementando en la mayoría de los países, lo que resulta en consecuencias negativas para la salud, y a nivel social y económico.

En salud, la inactividad física es la cuarta causa de mortalidad por enfermedades crónicas que incluyen enfermedad cardiovascular, diabetes y cáncer, y contribuye con más de tres millones de muertes prevenibles por año a nivel mundial. La inactividad física también contribuye al creciente nivel de obesidad infantil y obesidad del adulto. La actividad física puede beneficiar a las personas de todas las edades. La actividad física lleva a un crecimiento saludable y a un desarrollo social en los niños y reduce el riesgo de enfermedades crónicas, accidentes cerebrovasculares y mejora la salud mental en los adultos. Nunca es demasiado tarde para comenzar a realizar actividad física. Para los adultos mayores, los beneficios incluyen independencia funcional, menor riesgo de caídas y fracturas y protección de enfermedades relacionadas con la edad.

1 | www.ircpaph2010.org | VERSIÓN FINAL MAYO 20, 2010

Res. 578/2013. PNLCS, Ministerio de Salud

Plan de acción para la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles en las Americas 2013-2019

Ley nacional de Lucha contra el sedentarismo 27197

6 ISPAH Congress

DECLARACIÓN DE BANGKOK SOBRE LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD MUNDIAL Y EL DESARROLLO SOSTENIBLE

6° CONGRESO INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD PÚBLICA ISPAH (SOCIEDAD INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FISICA Y SALUD, ISPAH)

Bangkok, Tailandia

16-19 Noviembre 2016

«Mejores inversiones» y otras intervenciones recomendadas para la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles

LUCHA CONTRA LAS ENT

Mejores inversiones

MÁS PERSONAS ACTIVAS PARA UN MUNDO MÁS SANO

OPS

2010 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018

Actividad Física, una política en todas las políticas

Actividad Física, una política en todas las políticas

Garantizar vidas sanas y promover el bienestar:

Aumentar el nivel de actividad física para disminuir las ENT

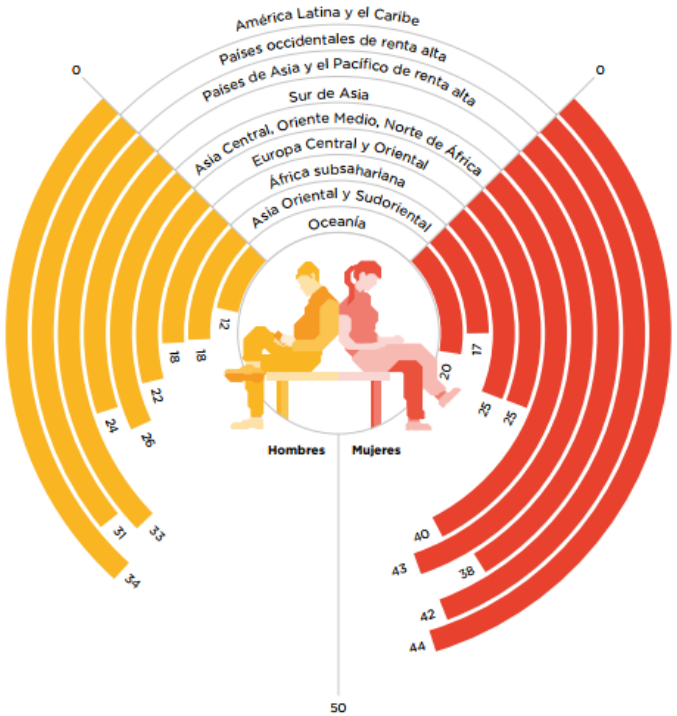
Actividad Física, una política en todas las políticas

Educación de calidad:

Garantizar el acceso equitativo a las currículas de EF, programas educativos y entornos inclusivos que permitan a tod@s l@s NNyA la alfabetización física, desenvolver habilidades físicas fundamentales y el aprendizaje, los habitos, actitudes y el disfrute por la AF.

Actividad Física, una política en todas las políticas

Igualdad de género



Mejorar el acceso a oportunidades seguras y asequibles para participar en actividades físico deportivas de niñas y mujeres a lo largo de toda la vida. Especialmente en comunidades marginadas, desfavorecidas.

Actividad Física, una política en todas las políticas

Reducir las desigualdades

Maximizar el potencial de los programas deportivos y actividad física, incluyendo los grandes eventos deportivos en, promover la inclusión y el empoderamiento más allá de los rasgos individuales.

Promover la igualdad de oportunidades

Actividad Física, una política en todas las políticas

Ciudades y Comunidades inclusivas, seguras, resilientes y sostenibles

Políticas de Planificación urbana como espacios públicos abiertos y que garanticen el acceso seguro y equitativo a infraestructuras seguras y asequibles.

sistemas de transporte y urbanización sostenibles para tod@s.

Acceso universal a espacios verdes y grises y públicos.

Reducir el impacto medioambiental en ciudades

Actividad Física, una política en todas las políticas

cambio climático

Las políticas del uso de la tierra y el transporte.
Intervenciones fiscales, ambientales y educativas que incentiven a caminar, pedalear, y usar el transporte público.

Actividad Física, una política en todas las políticas

Vida en la Tierra

Acceso y uso adecuado de los **ambientes naturales** para la **actividad física, recreación y juego** para todas las personas durante todo el ciclo de la vida.

Espacios, blancos, azules, verdes, grises

Actividad Física, una política en todas las políticas

Sociedades justas, pacíficas e inclusivas

Promover acciones tendientes a aprovechas la capacidad de los DEPORTES para alimentar los valores sociales positivos: RESPETO y HONESTIDAD para UNIR a personas de diferente EDAD, GENERO, CONDICIÓN SOCIOECONOMICA, NACIONALIDAD, CREENCIAS POLITICAS.

Mejores inversiones y otras intervenciones recomendadas

«Mejores inversiones»: Intervenciones eficaces con análisis de costoeficacia (ACE) ≤ I$ 100 por AVAD evitados en los PIBM	Poner en marcha en la comunidad una campaña de educación y concienciación pública para fomentar la actividad física que incluya una campaña en los medios de comunicación combinada con otros programas ambientales y de educación y motivación dirigidos a la comunidad y destinados a apoyar un cambio de conducta en los niveles de actividad física*
Intervenciones eficaces con ACE > I$ 100 por AVAD evitados en los PIBM	Proporcionar asesoramiento en materia de actividad física y derivación de los pacientes en el marco de los servicios básicos de atención primaria de la salud mediante una intervención breve[15]
Otras intervenciones recomendadas en orientaciones de la OMS (no se dispone de ACE)	Garantizar que el macrourbanismo incorpore elementos fundamentales tales como la densidad residencial, la conexión de redes viarias que cuenten con acera, la facilidad de acceso a diferentes destinos y el acceso al transporte público[16]
	Introducir programas que abarquen a la escuela en su conjunto y prevean actividades de educación física, la disponibilidad de instalaciones adecuadas y el apoyo a la actividad física para todos los niños
	Proporcionar acceso conveniente y seguro a espacios públicos abiertos de calidad e infraestructuras adecuadas para fomentar los desplazamientos a pie y en bicicleta
	Poner en marcha en el lugar de trabajo programas de actividad física integrados por múltiples componentes
	Promover la actividad física por medio de grupos y clubes deportivos organizados, programas y eventos

* Se ha actualizado el texto del documento A70/27 para armonizarlo con el de la sesión de información técnica titulada «Physical inactivity interventions for the Appendix 3 of the WHO Global NCD Action Plan», presentada ante los Estados Miembros el 24 de abril de 2017 como parte de las actividades de la OMS para ofrecer sesiones adicionales de información técnica sobre los datos subyacentes a las mejores inversiones y las intervenciones recomendadas (véase http://www.who.int/ncds/governance/appendix3-update/en/).

Plan de Acción Global para la Actividad Física 2018-2030: gente más activa para un mundo más saludable.

La meta de este plan de acción es lograr una reducción relativa del 15%, tomando como línea de base el año 2016, en la prevalencia mundial de la inactividad física en adultos y adolescentes.[2]

LET'S Be active
Everyone Everywhere Everyday

World Health Organization. (2019). *Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world*. World Health Organization. Disponible en: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/50904/9789275320600_spa.pdf

Promoción de la actividad física en la niñez y adolescencia

Promover actividad física en los diferentes entornos :

Políticas no regulatorias: capacitar y concientizar
Políticas regulatorias: garantizar el acceso a oportunidades eliminando barreras

Hogar

Escuela

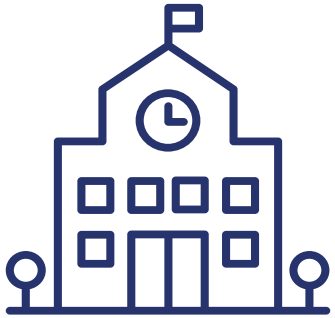
Transporte

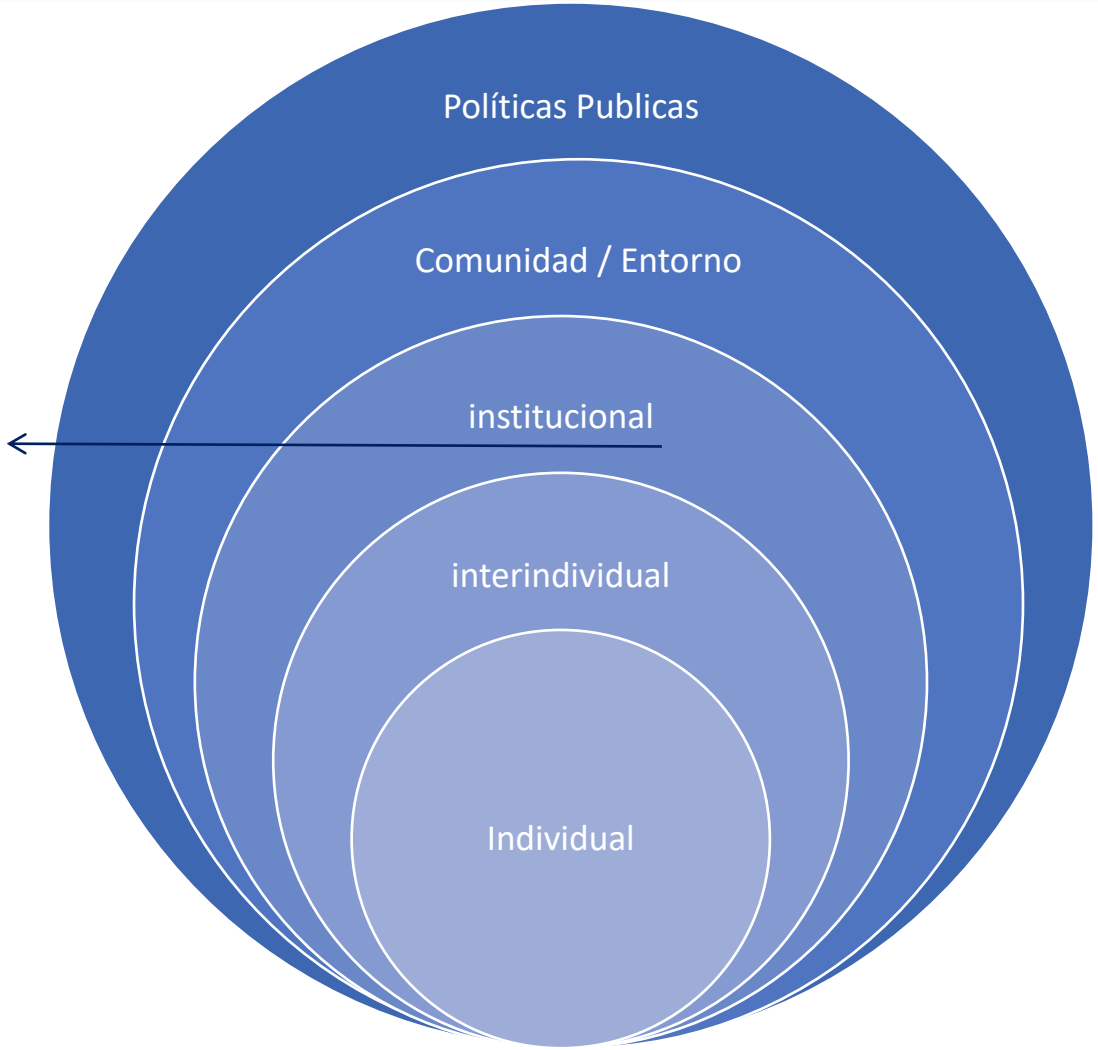
Tiempo libre

Decisiones personales

Entornos facilitadores

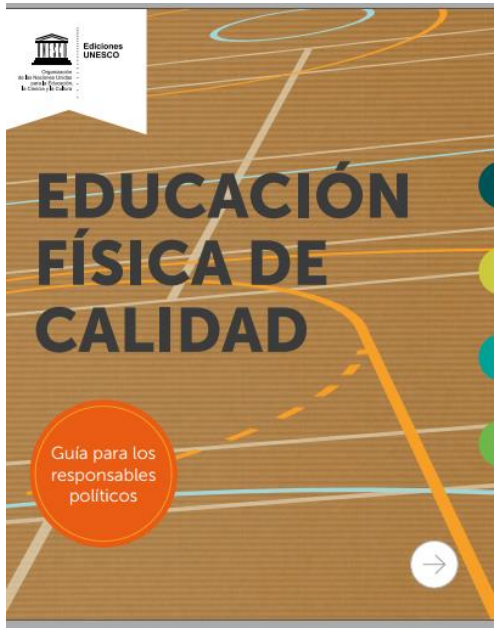
Modelo Ecológico de promoción de la actividad física

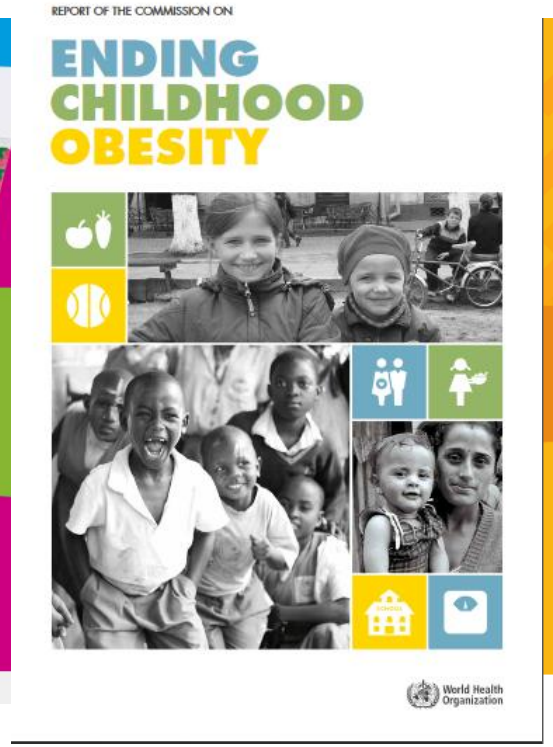


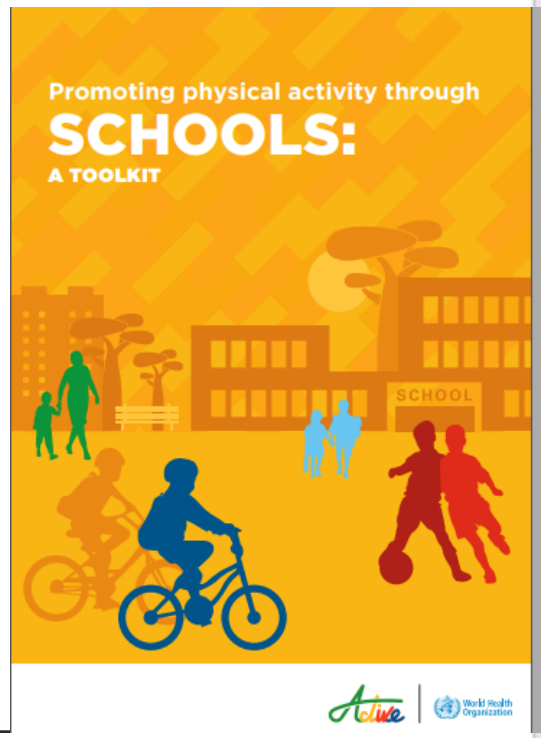


Sallis J, Owen N, Fisher E. (2008). *Ecological models of health behavior*.

Recomendaciones Internacionales para promover Entornos Escolares Saludables

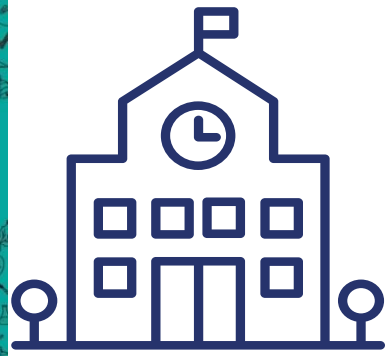






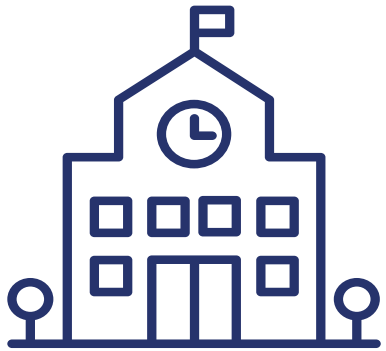
Recomendaciones Internacionales para promover Entornos Escolares Saludables

Escuela físicamente activa: entorno facilitador de la realización de actividad física



- Ley Nacional N° 22.520, de Ministerios- Artículo 23, Inciso 12. El Ministerio de Educación de la Nación, es la autoridad competente en materia de la educación física y el deporte escolar en todos los niveles del sistema educativo.
- Ley 26.462/2008 que instituye con carácter de "competencia anual" el Programa Social y Deportivo "Juegos Nacionales Evita".
- Ley Nacional del Deporte Ley N° 27.202/15, modificatoria de la Ley Nacional 20.655/74.
- Ley Nacional N° 27.197/15 de “lucha contra el sedentarismo” a “promover la salud mediante la actividad física, con una mirada holística, en el marco de las políticas públicas sobre prevención y control de enfermedades crónicas no transmisibles y de todas otras aquellas que ayuden al bienestar total de la persona”.

Escuela físicamente activa:
políticas normativas a nivel provincial

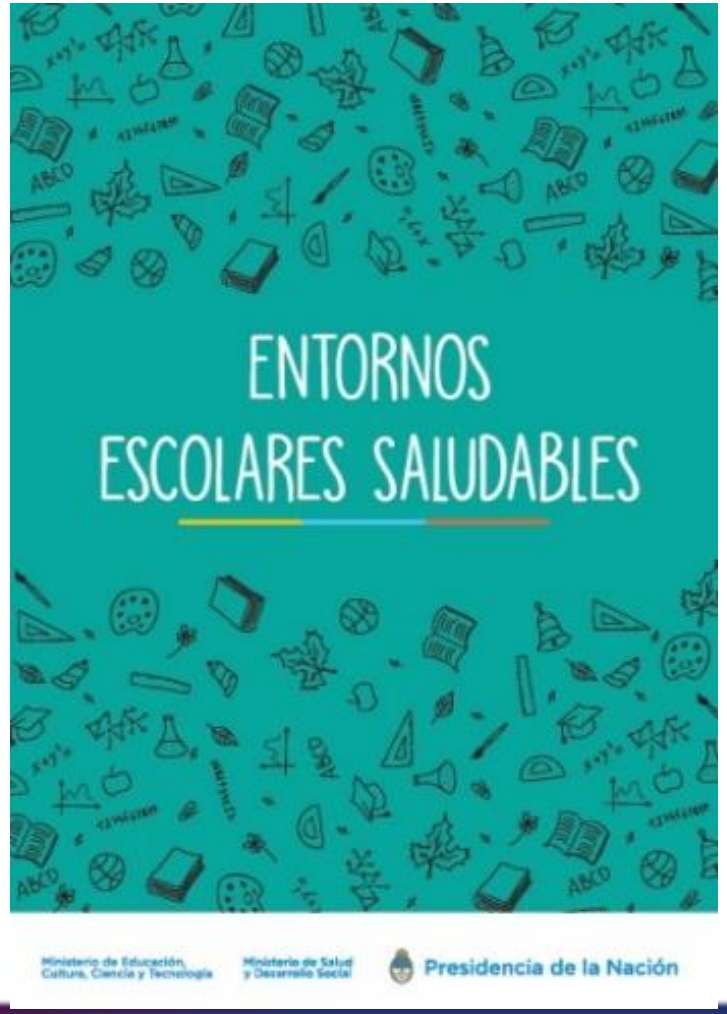


Garantiza el derecho a la actividad física de NNyA, eliminando las barreras que obstaculicen su realización y potenciando los facilitadores en el entorno escolar

No prohíbe bajo ningún pretexto y por ninguna causa la realización de actividad física escolar que no esté debidamente fundamentada y certificada.

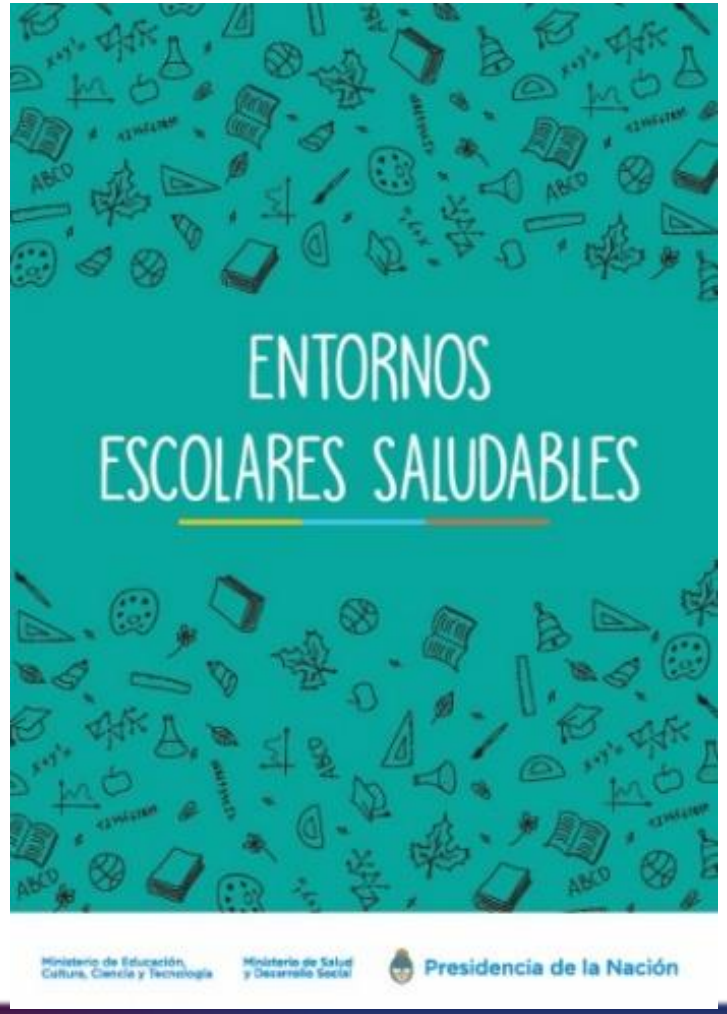
Garantiza el alcance de las recomendaciones mundiales de actividad física dentro del entorno escolar en todos los niveles de enseñanza a través de acciones con enfoque de diversidad, asequibilidad y seguridad en el ámbito curricular, extracurricular y extraescolar para contribuir al óptimo crecimiento y desarrollo de todos los NNyA.

Entornos escolares saludables: trabajo conjunto multisectorial



- Aprobada por resolución Salud 564/2019
- Aprobada por resolución Educación 350CFE
- Convenio con las provincias Resolución 1579/2019

Escuela físicamente activa:



1- Garantizar una adecuada cantidad y calidad de actividad física en el ámbito escolar

2- Promover actividad física en el ámbito extraescolar

3- Promover el enfoque inclusivo para el desarrollo de AF en NNyA

4- Fomentar la formación docente

5- Garantizar las instalaciones, los equipamientos y recursos para alcanzar el desarrollo de la actividad física de calidad

1- Garantizar una adecuada cantidad y calidad de actividad física en el ámbito escolar:

- 1.A. Areas/espacios/actividades CURRICULARES

EDUCACIÓN FÍSICA

OTRAS AREAS CURRICULARES

1- Garantizar una adecuada cantidad y calidad de actividad física en el ámbito escolar:

- 1.A. Areas/espacios/actividades CURRICULARES

Educación Física

- Frecuencia y duración
- Profesional a cargo
- Contenidos
- Evaluación de la Aptitud Fisica
- Fortalecimiento del área

"práctica pedagógica que, en el ámbito escolar, tematiza las formas de actividades expresivas corporales como: juego, deporte, danza, gimnasia, formas que configuran un área de conocimiento que podemos llamar cultura corporal"

(Colectivo de autores, 1992, p. 50)

"Aprendizaje progresivo que tiene lugar en un momento programado y en el marco de un plan de estudios. Esto abarca el «aprendizaje para moverse» (o sea, adquirir mayores habilidades físicas) y «moverse para aprender» (por ejemplo, aprender por medio del movimiento) una serie de competencias y conocimientos que van más allá de la actividad física"

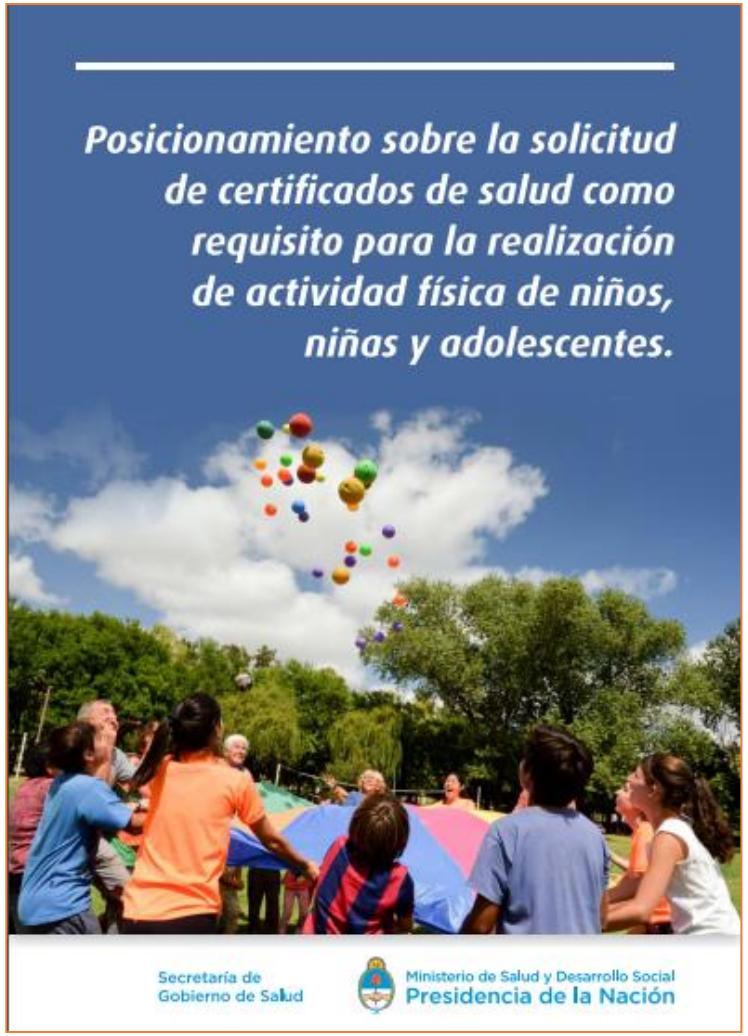
(OMS, 2022, p.8)

Actividad física segura para Niños, Niñas y adolescentes :
APTO FISICO ESCOLAR: MENSAJE ACTUAL

l@S NNyA NO PUEDEN REALIZAR EDUCACION FISICA ESCOLAR HASTA QUE EL MEDICO EXTIENDA UN CERTIFICADO/CONSTANCIA DE APTITUD FÍSICA/ APTO FÍSICO.

Educación física

Actividad física en NNyA y Muerte súbita.



- ✓ La muerte súbita en esta población es extremadamente baja.
- ✓ Según **datos internacionales**, su incidencia anual es del orden del **0,8 cada 100.000 individuos de 1 a 14 años y menos del 30% ocurren durante la práctica deportiva**
- ✓ **En Argentina**, a partir de los datos de la Dirección de Estadística e Información de Salud (DEIS), **la incidencia es aún menor,** del orden de 1 en 500.000 en población de 1 a 19 años.
- ✓ Por otro lado, múltiples investigaciones demuestran que **la muerte súbita puede ocurrir en personas asintomáticas, con evaluación médica y estudios complementarios normales.**
- ✓ El **rastreo sistemático además de no haber demostrado reducir la muerte súbita**, llevaría innecesariamente a estigmatizar a NNyA, alarmar a su familia y efectuar estudios más complejos, muchas veces no exentos de riesgo.

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación (2019). Posicionamietno sobre la solicitud de certificados de salud como requisito para la realización de actividad física de niños, niñas y adolescentes. Argentina 2019. Disponible en https://bancos.salud.gob.ar/recurso/posicionamiento-sobre-la-solicitud-de-certificados-de-actividad-fisica

Apto Físico Escolar para acceder a la práctica de actividad física escolar

- ✓ No cuenta con fundamento científico.
- ✓ Ninguna institución internacional lo recomienda
- ✓ Pedido que opera como barrera a la práctica de actividad física escolar.
- ✓ Medicalización de la actividad física escolar infundada en la evidencia científica.
- ✓ Representa un falso reaseguro de salud.

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación (2019). Posicionamietno sobre la solicitud de certificados de salud como requisito para la realización de actividad física de niños, niñas y adolescentes. Argentina 2019. Disponible en https://bancos.salud.gob.ar/recurso/posicionamiento-sobre-la-solicitud-de-certificados-de-actividad-fisica

¿Qué se propone en el documento?

1. **Promover la realización de actividad física** en tod@s l@s NNyA
2. **Realizar un control integral de salud periódico** a tod@s l@s NNyA con el objetivo de acompañar el proceso de crecimiento y desarrollo, y promover su acceso, sin que su presentación represente un requisito para la realización de actividad física en los distintos espacios curriculares y extracurriculares del sistema educativo.
3. **No exigir**, desde las instituciones, una constancia de salud o apto **físico como requisito** para que NNyA accedan a los distintos espacios curriculares y extracurriculares del sistema educativo que tengan como eje central, la realización de actividad física, entre los cuales se encuentran las clases de educación física, torneos escolares, talleres, campamentos, entre otros.
4. **Extender una constancia médica** para presentar en las instituciones **únicamente** en los casos que se presenten condiciones detectadas a partir del control integral de salud, que **contraindiquen o limiten en forma temporal o permanente la realización de actividad física o que requieran de cuidados especiales.**
5. **Promover la aplicación de la Ley 26.835** "Ley de Promoción y Capacitación en **las técnicas de reanimación cardiopulmonar básicas** en los establecimientos escolares" y de la **Ley 27.159 "Muerte Súbita. Sistema de Prevención Integral".**

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación (2019). Posicionamietno sobre la solicitud de certificados de salud como requisito para la realización de actividad física de niños, niñas y adolescentes. Argentina 2019. Disponible en https://bancos.salud.gob.ar/recurso/posicionamiento-sobre-la-solicitud-de-certificados-de-actividad-fisica

Actividad física segura para Niños, Niñas y adolescentes : MENSAJE PROPUESTO

TOD@S L@S NNyA PUEDEN REALIZAR EDUCACION FISICA ESCOLAR, EXCEPTO QUE EL MEDICO EXTIENDA UNA CONSTANCIA QUE LIMITE O CONTRAINDIQUE LA ACTIVIDAD FÍSICA ESCOLAR

1- Garantizar una adecuada cantidad y calidad de actividad física en el ámbito escolar:

- 1.A. Areas/espacios/actividades CURRICULARES

Otras áreas curriculares

- Pausas Activas
- AF dentro de la currícula
- AF como recurso didáctico para el desarrollo de los contenidos

Escuela físicamente activa:

1- Garantizar una adecuada cantidad y calidad de actividad física en el ámbito escolar:

- 1.B. Areas/espacios/actividades EXTRACURRICULARES

RECREOS ACTIVOS

OTRAS PROPUESTAS EXTRACURRICULARES

TRANSPORTE ACTIVO

CAMPAMENTOS, TORNEOS DEPORTIVOS

1- Garantizar una adecuada cantidad y calidad de actividad física en el ámbito escolar:

- 1.B. Areas/espacios/actividades EXTRACURRICULARES

Recreos Físicamente Activos

- Espacio facilitador
  - Espacio organizado
  - Instalaciones adecuadas
- Las normas de convivencia a favor del movimiento
  - se puede: correr, saltar, trepar, jugar con materiales
- Seguridad
  - Actividades supervisadas
  - Cantidad de alumnos por recreo
  - Espacio seguro

1- Garantizar una adecuada cantidad y calidad de actividad física en el ámbito escolar:

- 1.B. Areas/espacios/actividades EXTRACURRICULARES

Otras propuestas extracurriculares

- Transporte activo
  - Educación vial
  - Habilidades motrices específicas
- Actividades en la naturaleza
- Torneos intercolegiales
- Otras propuestas

Commercial determinants of health: advertising of alcohol and unhealthy foods during sporting events

Robin Ireland,[a] Christopher Bunn,[a] Gerda Reith,[b] Matthew Philpott,[c] Simon Capewell,[d] Emma Boyland[e] & Stephanie Chambers[f]

ARCOR
Display S.R.L.

Coca-Cola
www.mindep.cl
VIVIMOSLANOTICIA.CL

Saladix
Rex

2- Promover actividad física en el espacio extraescolar

ESCUELA ABIERTA

ARTICULACIÓN CON EL ENTORNO

2- Promover actividad física en el espacio extraescolar

Escuela Abierta en Articulación con el entorno

- Comunicación
- escuela abierta a las propuestas
- Estrategias para facilitar el acceso
- Eventos conjuntos

3- Promover el enfoque de diversidad para el desarrollo de AF en NNyA

AF en la diversidad

- discapacidad
- Género
- Grupos minoritarios

- Igualdad en cantidad y calidad de contenidos
- Currículas flexibles y adaptables
- Infraestructura y recursos materiales adecuados
- Docentes formados
- Vestimenta adecuada
- No sancionar con movimiento

Actividad física desde las potencialidades

derecho a la actividad física

IGUALDAD DE OPORTUNIDADES

4- Fomentar la formación docente

- Formación
  - Formación de grado profesorados
    - Profesorados (todos): problemática de AF y salud en NNyA/ escuela facilitadora
    - Profesorado de EF: problemática de AF y salud en NNyA/ saber hacer y encontrar el placer por el movimiento
  - Formación continua
    - Ejes prioritarios y posgrados
    - Puntaje docente
  - Formación situada
    - Jornadas docentes
    - Otras capacitaciones

5- Garantizar las instalaciones, los equipamientos y recursos para alcanzar el desarrollo de la actividad física de calidad

Recursos instalaciones equipamiento y materiales

- Espacios seguros y asequibles
  - Propios o en articulación
  - Adaptados a las condiciones climáticas extremas
  - Instalaciones, equipamiento y materiales con enfoque inclusivo
- Espacio facilitador del transporte activo
  - Espacio escolar
  - Accesibilidad del entorno
- espacios priorizados

Entornos escolares facilitadores de la práctica de actividad física"

POLÍTICA PÚBLICA

ENTORNOS ESOLARES SALUDABLE

Actividad física

Políticas regulatorias

Reducir barreras

Educación física

Prohibición Publicidad promoción y patrocinio

a r t i c u l a c i ó n

desigualdad

Infancia y adolescencia

Alfabetización motriz

O D S

Espacios seguros y asequibles

S A L U D

Facilitadores del acceso a la práctica de AF

Obesidad infantil

ENTORNOS

CONCIENTIZACIÓN

Antes, durante y después de la escuela

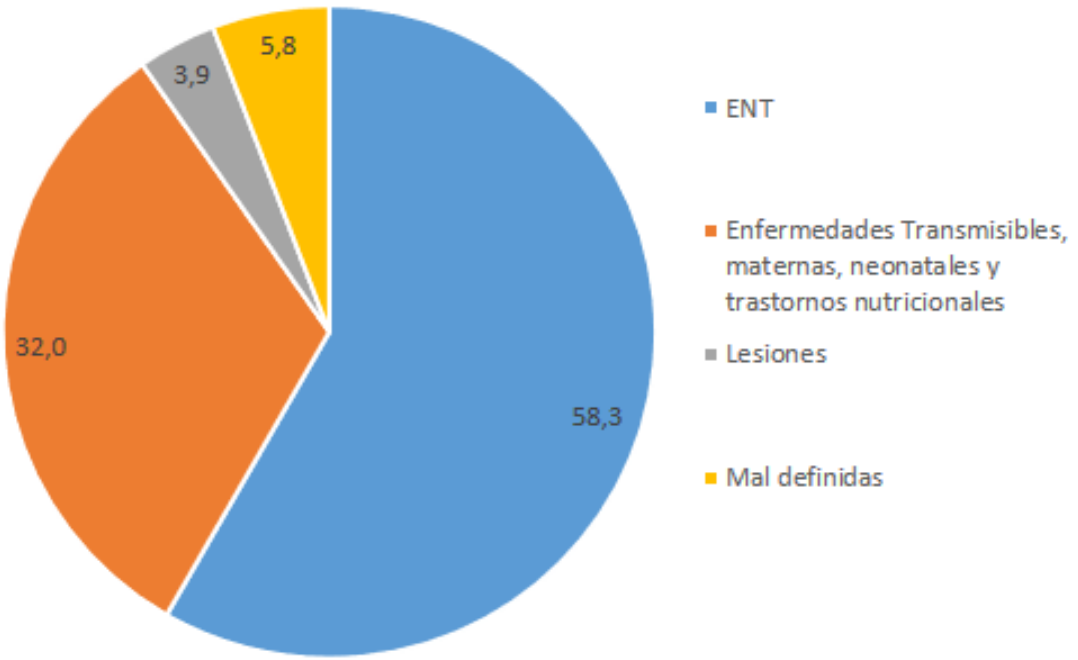
tod@s, todos los días, en todo lugar

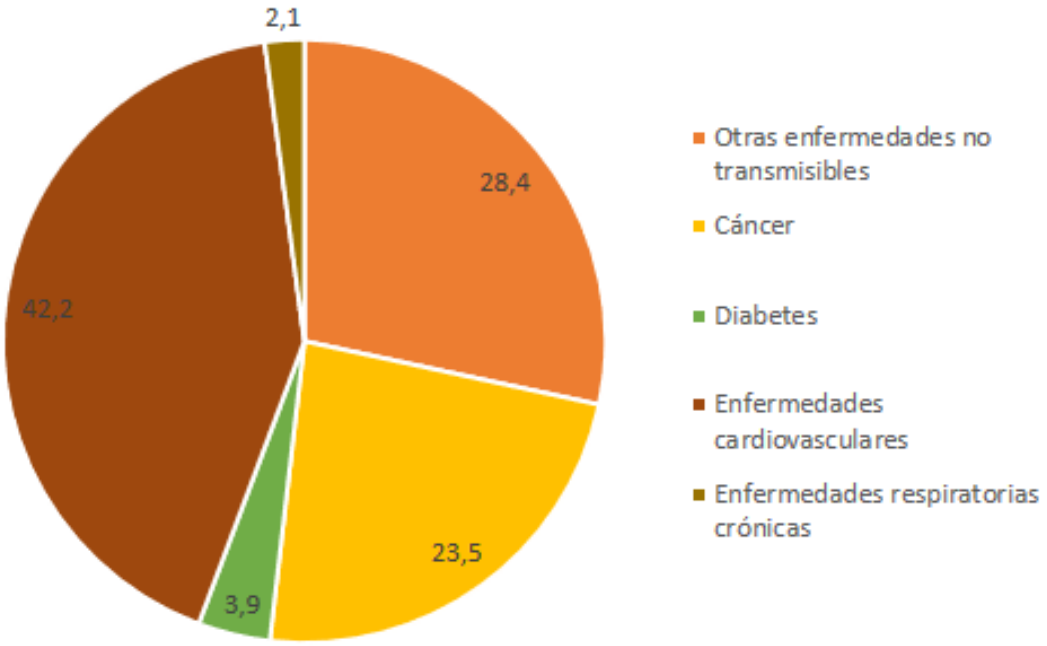
Muchas Gracias

Por más escuelas capaces de generar oportunidades asequibles que faciliten el acceso a la práctica de actividad física en y desde el entorno escolar

DATOS SOBRE MORTALIDAD 2021: ARGENTINA

Distribución porcentual de la mortalidad en ambos sexos según grandes grupos de causas. Argentina, 2021
N=436.799





Fuente: Área de Vigilancia Epidemiológica– DNAIENT en base a Estadísticas Vitales proporcionadas por la DEIS. Ministerio de Salud, Argentina 2023.