



## **CONCLUSIONES SEMINARIO “LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA SALUD: DIRECTRICES DE PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO. ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y PATOLOGÍA”.**

**La Antigua, del 26 al 29 de julio 2011**

1. Se pone de relieve el problema del sedentarismo al que se liga el de la obesidad y a partir de ellos las patologías ligadas a esos hábitos de vida no saludables.
2. Para los participantes es muy importante la relación de los malos hábitos alimentarios (especialmente en los niños), tanto en los países más desarrollados, como incluso en aquellos en vías de desarrollo o en los sectores más deprimidos se refleja una alta prevalencia relacionada con el consumo de bebidas de alta concentración energética (incluso cervezas) y “snacks”.
3. Se debate intensamente sobre el papel de las grandes multinacionales del sector alimentario y sus estrategias de marketing. Ello implica la necesidad de un balance muy estrecho como responsables de políticas públicas entre las búsqueda de financiación de programas a través de esas multinacionales (de la que finalmente casi todos los países reconocen tanto su importancia como su uso) y la imposición de barreras que eviten la llegada de mensajes no saludables a los ciudadanos, especialmente a los deportistas y a los menores. Se proponen estrategias desde altamente intervencionistas con prohibición directa de alimentos no saludables en el ámbito escolar, pasando por estrategias de alianza con esas compañías a través de sus programas de RCC (Responsabilidad Civil Corporativa) teniéndolas como aliados en la promoción de actividad física, hasta estrategias de promoción hacia alimentos más saludables.
4. Finalmente se considera la importancia del sedentarismo como factor de riesgo primario, de modo aislado a la obesidad y se remarca la necesidad de implementar programas de estímulo a la actividad física de forma independiente a las estrategias de lucha contra la alimentación no saludable.
5. Algunos participantes exponen la importancia en sus ámbitos de la promoción de actividad física y el deporte, en poblaciones juveniles e infantiles, como herramienta de inclusión social y de lucha contra la violencia y la delincuencia juvenil que se están convirtiendo en un problema de primer orden en las sociedades de esos países.
6. También se debaten las relaciones entre la medicina del deporte enfocada al deporte de competición y la medicina enfocada a la salud de la población general. De esta controversia se destacan las sinergias existentes entre ambos enfoques desde el punto de vista científico, de evaluación y de la visualización como modelo de los deportistas de alto nivel, incluyendo la obligatoriedad de que los apoyos públicos que se ofrecen a sus carreras se ligan a acciones de promoción de actividad física saludable. Participantes y ponentes exponen modelos de cambios de enfoque de las competencias deportivas públicas desde el deporte de alta competición hacia el deporte para todos y deporte-salud.

7. Los ponentes y algunos participantes presentan los rasgos de diferentes programas e iniciativas nacionales de promoción de actividad física a diferentes niveles. Cada una de las iniciativas es discutida a tres niveles: científico (incluyendo bases y pros y contras de cada una), práctico (estudiando los problemas de transferencia de cada una de las iniciativas a la realidad de cada uno de los países), y estratégico (necesidad de crear políticas públicas que creen marcos de actuación generales).
8. A raíz del punto anterior se suscita y hay un acuerdo general en la necesidad de que los responsables ministeriales de Deporte, Sanidad o Salud Pública y Educación de cada uno de los países están convencidos de la dimensión del problema y unan esfuerzos intersectoriales para su solución.
9. Igualmente se destaca la necesidad de que los marcos de actuación generales contengan estrategias de adaptación a las entidades autonómicas, estatales, provinciales y locales, especialmente en los países con altos grados de transferencia competencial hacia esas estructuras.
10. Como continuación se debaten las estrategias de incorporación del uso del ejercicio, la actividad física y el deporte por parte de los equipos de atención primaria, lo que constituye el núcleo objetivo del Seminario. Los ponentes presentan estrategias avanzadas con este objetivo y se discuten las posibilidades de incorporación de esas estrategias a los sistemas sanitarios de los participantes.
11. Como consideraciones prácticas se valora la necesidad de tener muy en cuenta los condicionantes medioambientales y de material a la hora de prescribir el ejercicio físico para la salud.
12. Se insiste en la necesidad de continuar con este tipo de de Seminarios y encuentros tendente a crear una foro de conocimiento estable sobre la materia.
13. Se refuerza la idea de que todos los participantes sean factores multiplicadores en sus países de modo que puedan trasferir conocimiento hacia los responsables superiores así como expertos de otras áreas involucrados en esta materia.
14. Se propone se eleven los trabajos realizados en este Seminario al Consejo Iberoamericano del Deporte y sean los máximos representantes del deporte Iberoamerica quienes adopten las medidas tendentes a estimular la creación de una Directiva común así como protocolos de actuación en la prevención de la obesidad y el sedentarismo como política pública conjunta entre el ámbito sanitario y el público.