

## **Título Seminario: Promoción de programas de actividad y ejercicio físico beneficiosos para la salud (AFBS)**

### **PROPUESTA ACTIVIDAD**

Iniciativas orientadas a la utilización de la actividad físico-deportiva como herramienta fundamental en la promoción de la salud presente y futura.

#### **Duración (carga horaria)**

3 días de encuentro presencial (30 horas totales)

Días 6,7 y 8 de junio de 2023.

**Lugar :** Centro de Formación de la Agencia Española para la Cooperación Internacional y el Desarrollo (AECID) en Santa Cruz de la Sierra (Bolivia)

#### **Breve descripción:**

Cada vez hay más estudios que demuestran la importancia tanto de realizar actividad física como de reducir el sedentarismo, ya que ambos factores tienen una influencia clara en la mejora de la salud, en la prevención de algunas enfermedades crónicas y en la gestión de algunas de ellas y, por tanto, en la calidad y la esperanza de vida de la población.

Es importante que la ciudadanía sea consciente de los beneficios que aporta a la salud ser una persona más activa, así como las consecuencias que tienen la inactividad física y el sedentarismo, y que conozca las recomendaciones específicas de actividad física para la salud, reducción del sedentarismo y del tiempo de pantalla para cada grupo de edad

#### **Objetivos:**

**El objetivo de este seminario presencial es analizar como el desarrollo y aplicación adecuados de políticas promotoras de actividad físico-deportivas adecuadas puede constituir un elemento de impacto para la consecución de la Agenda 2030 en Iberoamérica y en el resto del mundo.** Dada la gran expansión de este innovador campo de acción, y en base a estudios relacionados, el interrogante ya no es determinar si el deporte puede ser una herramienta para el desarrollo sostenible, sino cómo puede serlo de una manera más amplia, efectiva y eficiente.

Se hace necesario un foro donde tanto autoridades nacionales e internacionales, organizaciones gubernamentales y no gubernamentales que se ocupan de la educación física,

el deporte, la salud, la atención sanitaria que aborden de manera eficaz y coordinada estableciendo sinergias para el desarrollo de programas que redunden en una mejora de la salud de la población y como método de prevención de enfermedades, así como tratamiento complementario en caso de ciertas patologías

### Perfil de los participantes:

Responsables técnicos y políticos, expertos y técnicos especialistas en salud, educación física y deporte de organizaciones públicas y del movimiento deportivo y académico de los **países miembros del Consejo Iberoamericano del Deporte (CID)** formado por los siguientes países: Argentina, Bolivia, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, Cuba, Dominica, Ecuador, El Salvador, España, Guatemala, Haití, Honduras, México, Nicaragua, Panamá, Paraguay, Perú, Portugal, Puerto Rico, República Dominicana, Uruguay y Venezuela.

### Metodología:

Los contenidos se desarrollarán de forma presencial si bien se podrá contar de forma puntual, con colaboraciones virtuales a través de sesiones de videoconferencia sincrónicas hasta completar las 30 horas lectivas que incluyen las sesiones presenciales, las clases prácticas y los trabajos que se planteen durante el Seminario.

L@s participantes que hayan cumplido el 90% de las horas de la carga lectiva programada recibirán un diploma a la finalización del mismo.

### A quién se dirige:

Responsables políticos y personal técnico cualificado de gobiernos locales y nacionales del ámbito de las ciencias de la salud, la educación física, el deporte y la recreación interesados en conocer y poner en práctica en su entorno, de una forma adaptada a su realidad contextual, las diferentes estrategias, políticas y protocolos expuestos durante el seminario, y que suponen una referencia en las políticas vinculadas a la promoción de la actividad físico-deportiva como herramienta ideal para promoción de la salud y de la igualdad entre cualquier colectivo, y como recurso valiosísimo para la generación de oportunidades personales y profesionales en cualquier rincón del mundo.

### Coordinación:

**María Belén Lara Martínez**, Jefa de Área de Cooperación Internacional. Gabinete del Consejo Superior de Deportes. España.

**José Ignacio Melendro Jurado**. Consejero Técnico. Subdirección General de Ciencias del Deporte. Consejo Superior de Deportes. España.

### Martes 6 de junio

#### Hora Bolivia

<u>9.00-9.15</u>	Acto inaugural. Autoridades.
<u>9.15-10.00</u>	Conferencia Inaugural. <i>“Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios.”</i> Dra. Maria Jesús Sánchez Martín. Representante OPS y OMS
<u>10.00-11.00</u>	<i>“El problema del sedentarismo y la inactividad física”</i> Dr. Manel González, Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte, Jefe de la Unidad Hospitalaria de Medicina del Deporte, Xarxa Sanitaria y Social Santa Tecla. Tarragona
<u>11.00-11.30</u>	<u>Pausa Café</u>
<u>11.30-12.15</u>	<i>“Entornos escolares facilitadores de la práctica de actividad física”</i> . Gabriela de Roia, Directora del Laboratorio de Estudios en Actividad Física de la Universidad de Flores (Argentina) y docente investigadora e integrante del equipo técnico del programa nacional de lucha contra el sedentarismo, del Ministerio de Salud de la Nación (Argentina)
<u>12.15-13.00</u>	<i>“Intervenciones efectivas en promoción de AF en entorno escolar”</i> . Rocío Gámez Martínez. Academia Olímpica Colombiana y Universidad del Rosario. <b>(Presentación virtual)</b>
<u>13.00-14.00</u>	<u>Comida</u>

<u>14.00-15.00</u>	<i>“Beneficios para la salud de los programas de actividad y ejercicio físico y cuantificación de los programas de actividad y ejercicio físico”.</i> Javier Ortega López, Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y profesor Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Castilla la Mancha, especialidad Salud y actividad física
<u>15.00-15.30</u>	Pausa-Café
<u>15.30-17.00</u>	<i>“Promoción de la Salud en Centros Educativos. Propuesta de actuaciones”</i> Rafa Nogués, Catedrático de Enseñanza Secundaria en Educación Física, Valencia. <b>(Presentación virtual)</b>

Miércoles 7 de junio

<u>9.00-10.00</u>	<i>“Estrategia de implementación de los programas de actividad y ejercicio físico”.</i> Javier Ortega López, Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y profesor Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Castilla la Mancha, especialidad Salud y actividad física
<u>10.00-11.00</u>	<i>“Programas de ejercicio físico en el ámbito hospitalario, atención primaria y comunitario”.</i> <i>Dr. Manel González, Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte, Jefe de la Unidad Hospitalaria de Medicina del Deporte, Xarxa Sanitaria y Social Santa Tecla. Tarragona</i>
<u>11.00-11.30</u>	Pausa Café
<u>11.30-12.15</u>	<i>“La experiencia de Guanajato en la implementación de Planet Youth, Deporte y prevención de la violencia. Buenas prácticas”</i> Dr. Daniel Alberto Díaz Martínez, Secretario de Salud y Director General del ISAPEG, México <b>(Presentación virtual)</b>
<u>12.15-13.00</u>	<i>“Propuestas de intervención en programas de actividad y ejercicio físico en el ámbito local”.</i> Alberto Dorado, Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, profesor de Enseñanza Secundaria y profesor de

	Gestión Deportiva y de Innovación Educativa en la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Castilla-La Mancha (UCLM). <b>(Presentación virtual)</b>
<u>13.00-14.00</u>	Comida
<u>14.00-15.00</u>	<i>“Intervenciones de ejercicio de estimulación metabólica, con especial atención al trabajo con niños y adolescentes”</i> Dr. Adrián Casas, Director de la Cátedra de Fisiología del Ejercicio en la Universidad de La Plata, Argentina
<u>15.00-15.30</u>	Pausa-Café
<u>15.30-17.00</u>	<i>“Actividad física saludable en el ámbito corporativo. Buenas prácticas”</i> Manuel Palencia, Graduado en Enfermería, Especialista en Fisioterapia del Deporte, Consultoría Bienestar y Salud Corporativa. <b>(Presentación virtual)</b>

### Jueves 8 de junio

<u>8,30-9,15</u>	<i>“Beneficios de la digitalización en la aplicación de los programas de actividad física y ejercicio para la salud”.</i> Javier Ortega López, Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y profesor Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Castilla la Mancha, especialidad Salud y actividad física.
<u>9,15-10.00</u>	<i>“Programa de Promoción de Actividad Física Saludable PAFES. Buenas prácticas”</i> Dr. Manel González, Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte, Jefe de la Unidad Hospitalaria de Medicina del Deporte, Xarxa Sanitaria y Social Santa Tecla. Tarragona
<u>10.00-10.45</u>	<i>“Promoción de Programas de Actividad y Ejercicio Físico Beneficiosos para la salud (AFBS)”</i> José Ignacio Melendro, Consejero Técnico del Consejo Superior de Deportes de España.

<u>10,45- 11, 15</u>	<u>Pausa Café</u>
<u>11,15-12,00</u>	<i>“Construcción Comunidades Activas y Saludables”</i> . <i>Videoconferencia Daniela Hernández, Proyecto de Construcción de Comunidades Activas y Saludables del Instituto Distrital de Recreación y Deporte de Bogotá.</i> <b>(Presentación virtual)</b>
<u>12,00 -13,00</u>	<i>Conclusiones Seminario “Promoción de programas de actividad y de ejercicio físico beneficiosos para la salud”</i> Clausura oficial y entrega de diplomas
<u>13.00-14,00</u>	Comida
<u>14.00-15.00</u>	<i>“Propuesta de intervención local del programa de la receta deportiva en Camarena, Toledo, España”</i> Dra. Susana Aznar, <i>Profesora Catedrática Directora grupo de investigación PAFS. Universidad Castilla la Mancha.</i> <b>(Presentación virtual)</b>
<u>15.00-15.30</u>	Pausa-Café
<u>15.30-17.00</u>	<i>“La evaluación del retorno social de la inversión en deporte” (SROI). Videoconferencia</i> Dr. Alfonso Jiménez, Catedrático de Ciencias del Ejercicio y Salud de la Universidad Rey Juan Carlos. <b>(Presentación virtual)</b>