



Generalitat de Catalunya

**Àmbit de l'Activitat Física: promoció,
prevenció i prescripció**

**PROCÉS PARTICIPATIU PER A UN PACTE NACIONAL DE
L'ACTIVITAT FÍSICA I L'ESPORT DE CATALUNYA**

**Dilluns 22 de maig de 2017
Esplugues de Llobregat**

Àmbit de l'Activitat Física: promoció, prevenció i prescripció

Situació actual:

Catalunya disposa de:

- Històric de molts plans i programes d'àmbit local o territorial de increment de la pràctica de l'activitat física.
- Molts col·lectius compromesos amb la lluita contra el sedentarisme i per la promoció d'hàbits saludables
- Facultats de formació de llicenciats en activitat física i esport
- Una xarxa d'Universitats saludables
- Més de 11.000 clubs i associacions esportives
- Un sistema sanitari del més alt nivell
- Una xarxa de més de 200 centres de Medicina de l'Esport per tot el territori.
- Un mapa extens d'instal·lacions esportives i espais saludables
- Moltes empreses compromeses amb la millora de la salut laboral.

Àmbit del Rendiment: detecció, tecnificació i alt nivell

Conclusions Comissió (II Congres Esport català) 2016

- Reduir les taxes de sedentarisme.
- Situar l'activitat física i l'esport en la centralitat política social i econòmica
- Situar l'activitat física i l'esport en el 3% del PIB de Catalunya
- Reforçar el teixit associatiu esportiu i dotar-lo de més instruments i autonomia

Àmbit de l'Activitat Física: promoció, prevenció i prescripció

Proposta:

Reducció de la taxa de sedentarisme:

1. Promoció de l'activitat física per el seu manteniment de forma continuada al llarg de la vida

- Foment de l'accés a l'activitat física i l'esport per part de la població en general.
- Sensibilització dels beneficis de l'activitat física sobre la salut de la població.
- Generació, manteniment i consolidació dels factors de prevenció i dels hàbits saludables mitjançant la pràctica física continuada.
- Promoció de l'activitat física en l'entorn laboral

Àmbit de l'Activitat Física: promoció, prevenció i prescripció

Proposta:

Reducció de la taxa de sedentarisme:

2. Activitat física i entorn social

- Funció i reforçament de l'associacionisme en la promoció de l'activitat física i l'accés a la mateixa
- Funció i perfil del voluntariat esportiu
- Foment de l'activitat física i l'esport inclusiu.
- Foment de l'activitat física en el col·lectiu femení.
- Aprofitament dels valors de l'activitat física com eina d'integració social.
- Promoció de l'activitat física amb arrels culturals

Àmbit de l'Activitat Física: promoció, prevenció i prescripció

Proposta:

Reducció de la taxa de sedentarisme:

3. L'activitat física dins el sistema sanitari

- Foment de la prescripció d'activitat física com eina terapèutica i/o preventiva en el mar de la millora de la salut pública.
- Incorporació de metges especialistes en activitat física i esport al sistema sanitari.
- Incorporació de llicenciats/graduats (CAFEs) en activitat física i esport al sistema sanitari.



Generalitat de Catalunya

**Àmbit de l'Activitat Física: promoció,
prevenció i prescripció**

Propostes reunions internes i territori

Àmbit de l'Activitat Física: promoció, prevenció i prescripció

Com s'implementa:

- Incorporar l'activitat física com element transversal a l'escola incidint en els seus beneficis.
- Inclusió de la formació en activitat física al grau d'Educació Infantil.
- Campanyes d'informació amb motivació/provocació
- Facilitar al màxim l'accés a la pràctica física saludable, diversificant les ofertes tenint en compte el públic diana i fent-les atractives per ells.
- Promocionant l'activitat física en l'entorn laboral.
- Foment de l'accés a la pràctica física, en les seves diferents manifestacions, per a tots els segments i grups de població de Catalunya
- Promoció de l'activitat física per al seu manteniment de manera continuada al llarg de la vida
- Recollida periòdica d'indicadors.
- Publicació d'aquests indicadors com a reforç de les accions instaurades.

Àmbit de l'Activitat Física: promoció, prevenció i prescripció

Com s'implementa:

- Col·laborant entre els diferents Departaments de la Generalitat per elaborar plans transversal de implementació de la prescripció d'activitat física preventiva i/o terapèutica en el sistema nacional de salut
- Possibilitant que els Centres de Medicina de l'Esport acreditats i repartits per tot el territori actuïn com a impulsors i generadors de programes d'activitat física per la salut
- Introduint en els currículums formatius de les professions sanitàries continguts referents al moviment com element dinamitzador de salut
- Posar en valor polític la opinió del sector en la necessitat del país en reduir el sedentarisme, per tal d'accedir als recursos adients .

Àmbit de l'Activitat Física: promoció, prevenció i prescripció

Accions:

- Inclusió de l'activitat física a nivell curricular.
- Partida pressupostària important que inclogui ajuts per col·lectius desafavorits i/o amb risc d'exclusió social.
- TV-Xarxa Escoles.
- Donar visibilitat a l'oferta d'activitat física per la població.
- Tenir en compte aquesta necessitat en la elaboració de tots els plans urbanístics.
- Elaboració d'un pla d'acció que inclogui una potent campanya institucional de divulgació.
- Reducció/ Eliminació d'impostos sobre les activitats físiques i esportives.

Àmbit de l'Activitat Física: promoció, prevenció i prescripció

Propostes: Qui i com?

Com fomentaries que la població en general fes més activitat física?

Quina funció hauria de tenir l'associacionisme i/o el voluntariat esportiu en la promoció dels hàbits saludables?

Com ajudaries a fomentar l'activitat física entre el col·lectiu femení?

Com aprofitaries els valors de l'activitat física com a eina d'integració social?

Com fomentaries la prescripció de pràctica física continuada dins el sistema sanitari com a eina de salut?