

V Congreso del deporte en Euskadi

Bilbao, 15-16 de noviembre de 2012

Juanma Murua

Secretaría Técnica Aktibili

jmurua@aktibili.org

aktibili

Una iniciativa de toda la sociedad vasca
para que seamos personas más activas



¿Quién impulsa Aktibili?

Promotores – Comisión Coordinadora



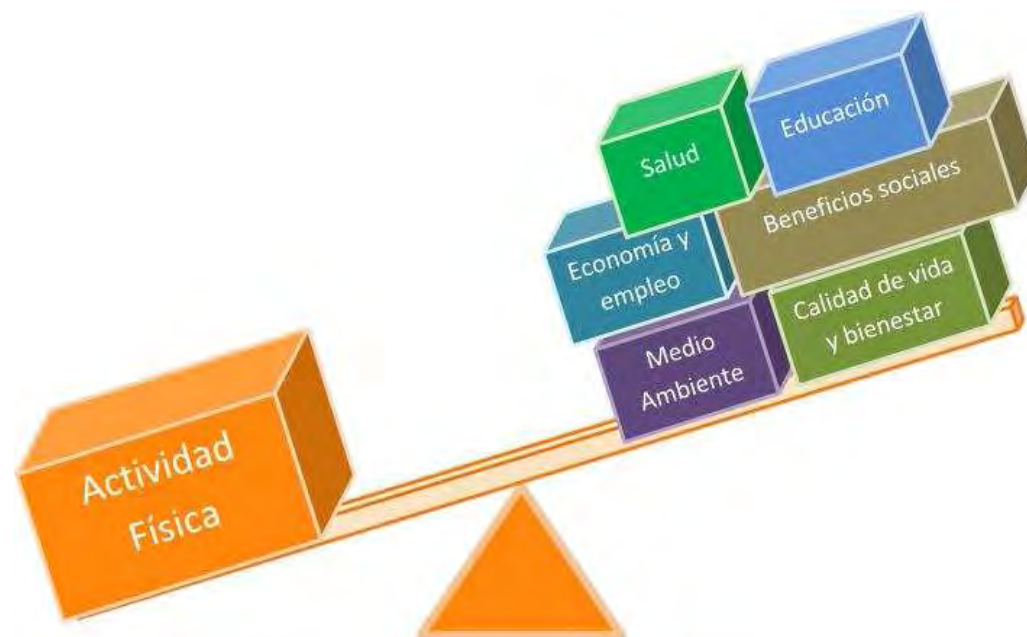
Entidades colaboradoras



¿Por qué Aktibili? Beneficios de la Actividad Física

Impacto positivo contrastado en:

- Salud
- Educación
- Beneficios sociales
- Economía y empleo
- Medio ambiente
- Calidad de vida y bienestar



¿Por qué Aktibili? Diagnóstico de Actividad Física



- Un **29,4%** de la población vasca mayor de 15 años puede considerarse **activa** (ENCAV 07).
- Tenemos un amplio **margen de mejora** sobre países más destacados de Europa.
- Los registros relativos a **la edad infantil y juvenil**, indican unos niveles **preocupantes** de práctica de actividad física, sólo un tercio de los chicos y una de cada cinco chicas pueden ser considerados activos o activas en su tiempo libre.
- Las **mujeres** vascas son significativamente **menos activas** que los vascos.
- Sólo una de cada cinco personas no tiene interés en la práctica de actividad física: multitud de **personas inactivas con una actitud positiva**.

Visión

En Euskadi, hemos conseguido que la opción de práctica de **actividad física** diaria sea la **opción fácil** para las vascas y los vascos, alcanzando **niveles** de población activa similares a los de los países **más activos** de Europa y hemos logrado reducir el tiempo que las personas permanecemos sedentarias.

Aumentar un **20%** el porcentaje de población activa en **20 años**

Algunas claves: principios rectores

1. Manejo de un concepto amplio de actividad física.
2. Abordaje de los determinantes sociales, individuales y del entorno físico de la inactividad física.
3. Trabajo en red.
4. Una cuestión de género
5. Reorientación de los servicios evitando duplicidades y consiguiendo la sostenibilidad.
6. Centrado en las personas. Especialmente: mujeres, niños y niñas, personas con enfermedades crónicas, ancianos/as.
7. Las personas, en su entorno próximo.
8. Continuum entre investigación y promoción.
9. Basado en lo efectivo y prioritario.
10. Tiene en cuenta la mejor evidencia disponible y adaptado a las características de la sociedad vasca.



Algunas claves: principios rectores

Fomentar la actividad física **y** reducir el sedentarismo

Planteamiento **contraintuitivo**:

Una persona, a pesar de alcanzar los mínimos diarios recomendados de actividad física puede ser sedentaria



Algunas claves: principios rectores

Manejo de un concepto amplio de actividad física

No se trata de “hacer deporte”, que también, hablamos de actividad física en la vida cotidiana: en los desplazamientos al trabajo, subir por las escaleras, no permanecer largos periodos sentado/a, bailar, trabajar una huerta...

Vida activa



Algunas claves: principios rectores

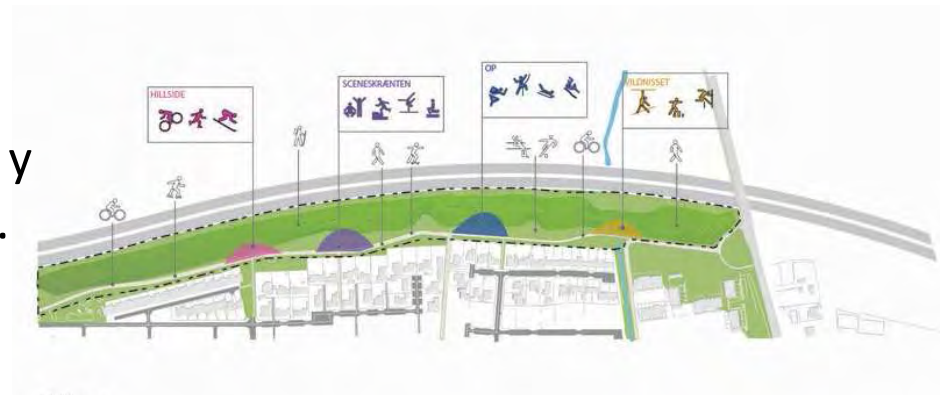
Abordaje de los determinantes sociales, individuales y del entorno físico de la inactividad física

Antes se decía: “el que en Euskadi no hace actividad física es porque no quiere”.

Responsabilidad sobre el individuo.

No estamos de acuerdo

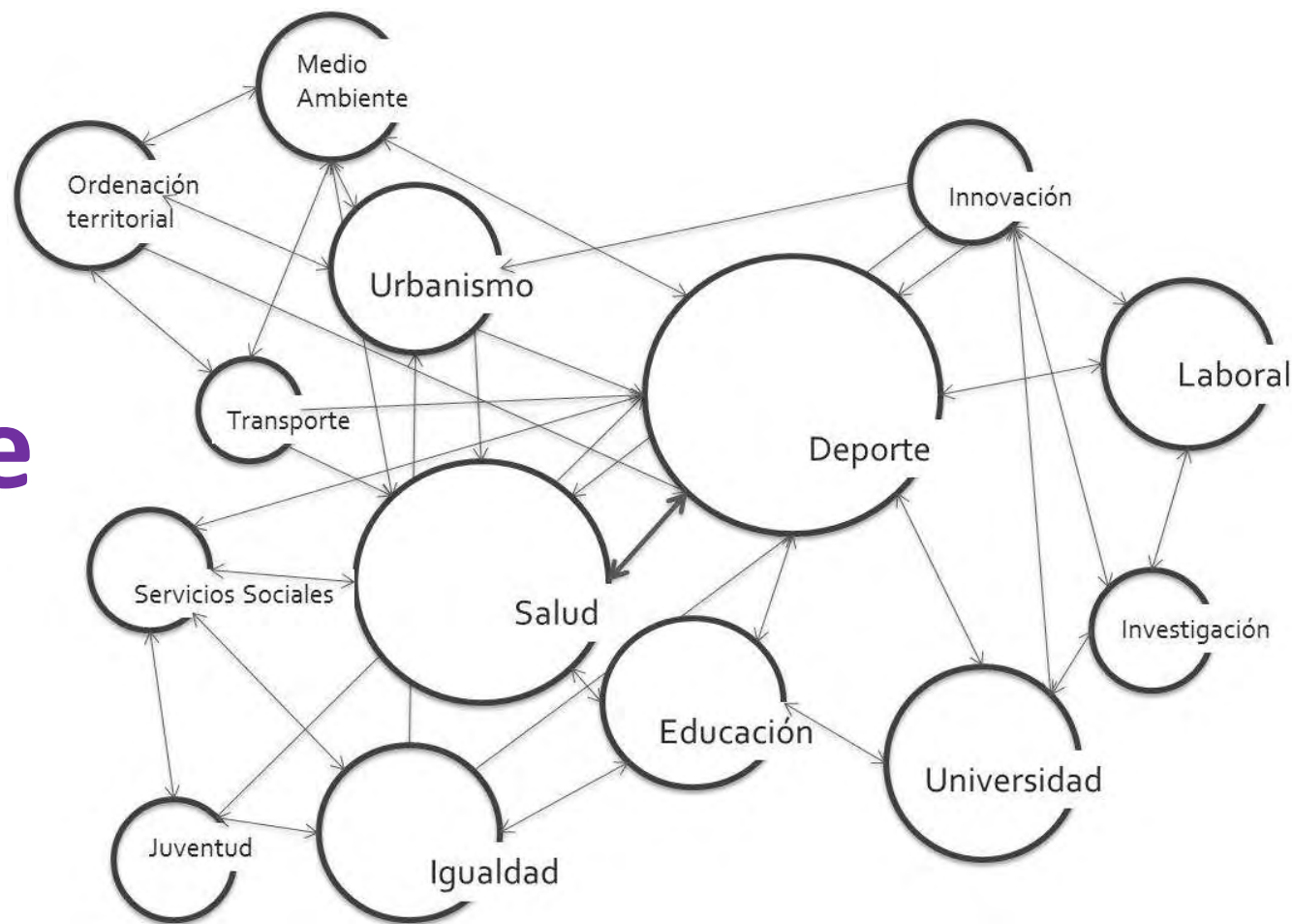
Las evidencias muestran que un entorno físico y social adecuado favorece la práctica deportiva.



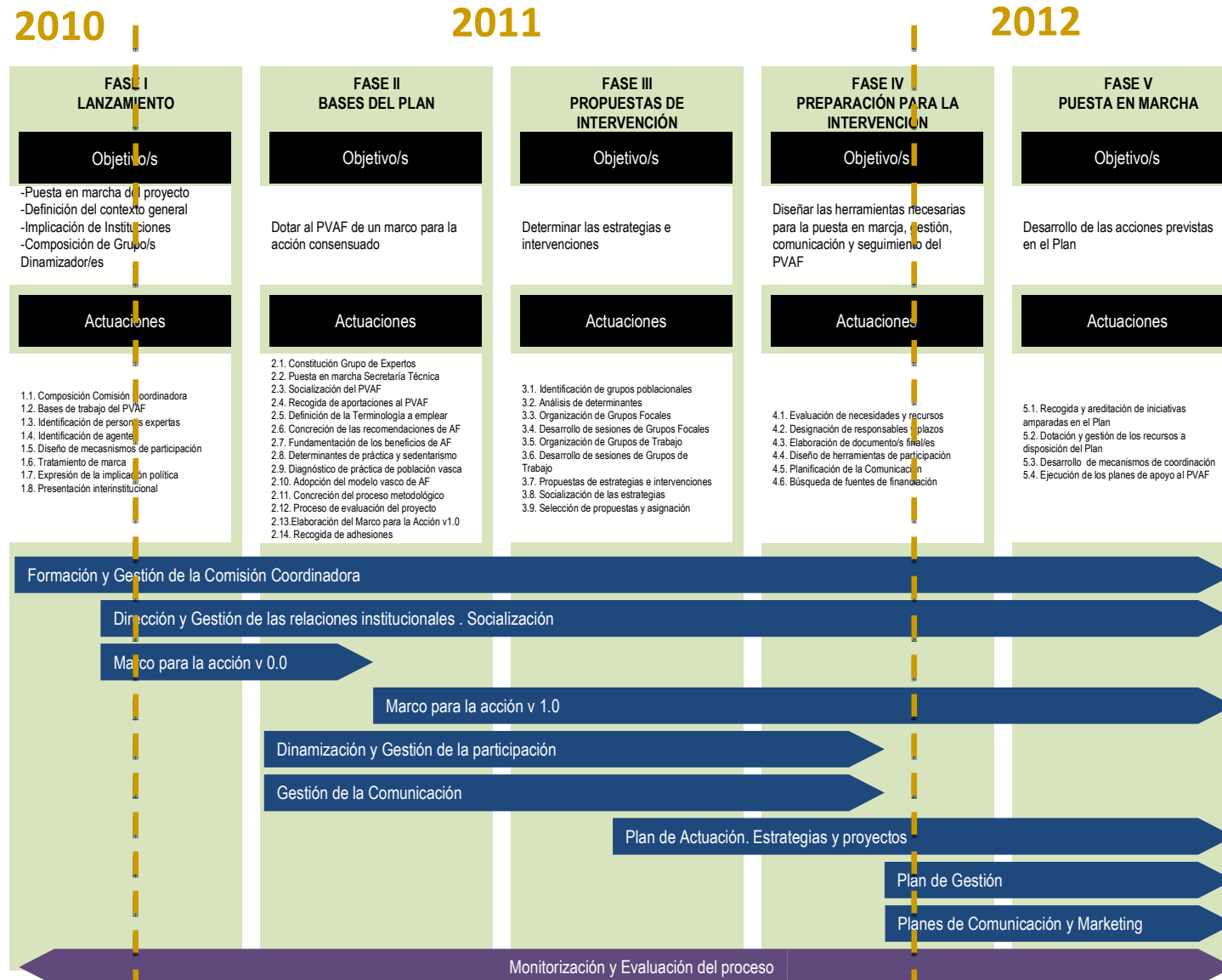
Algunas claves: principios rectores

Trabajo en red

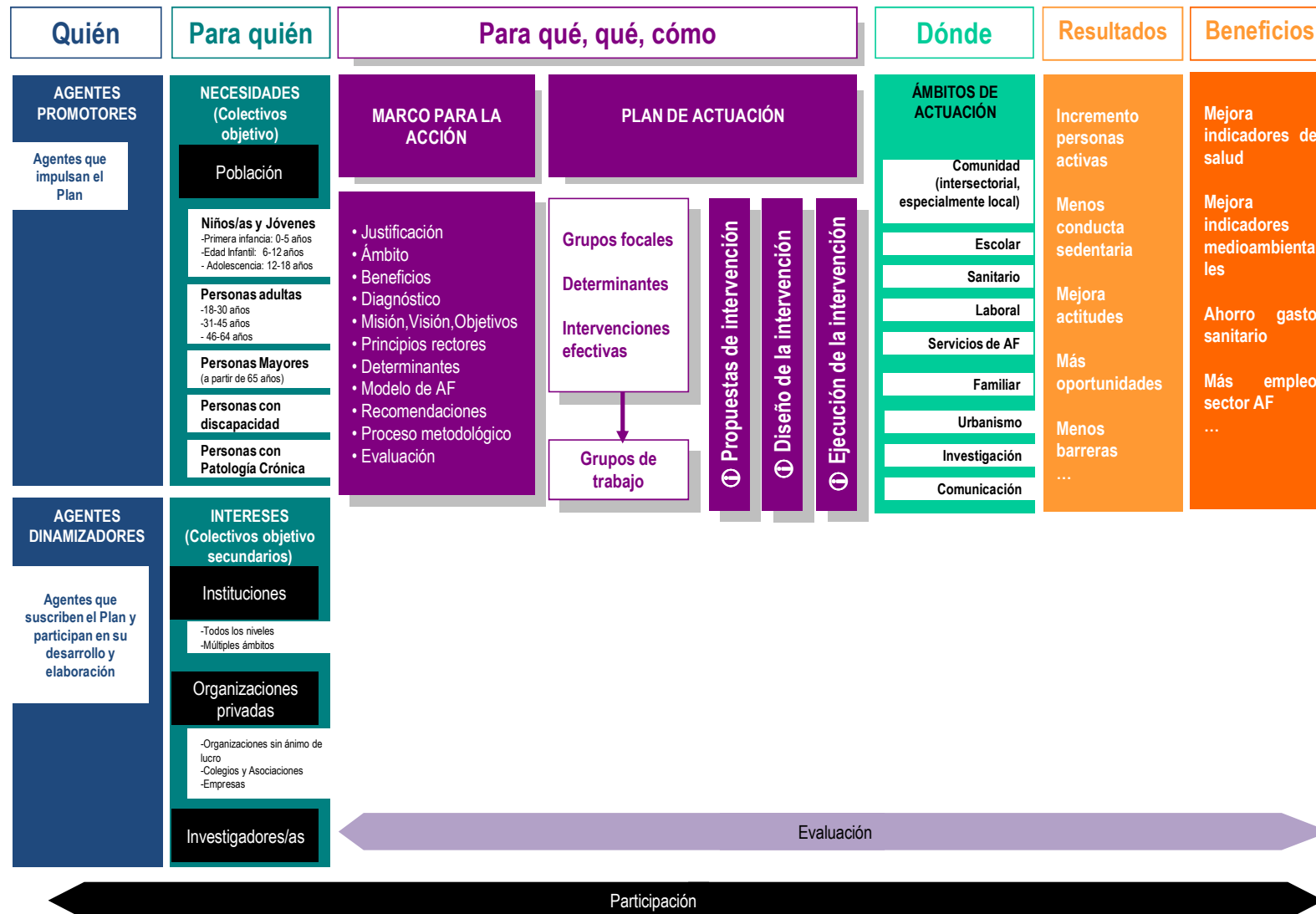
Un poco de
“red” es
mucho



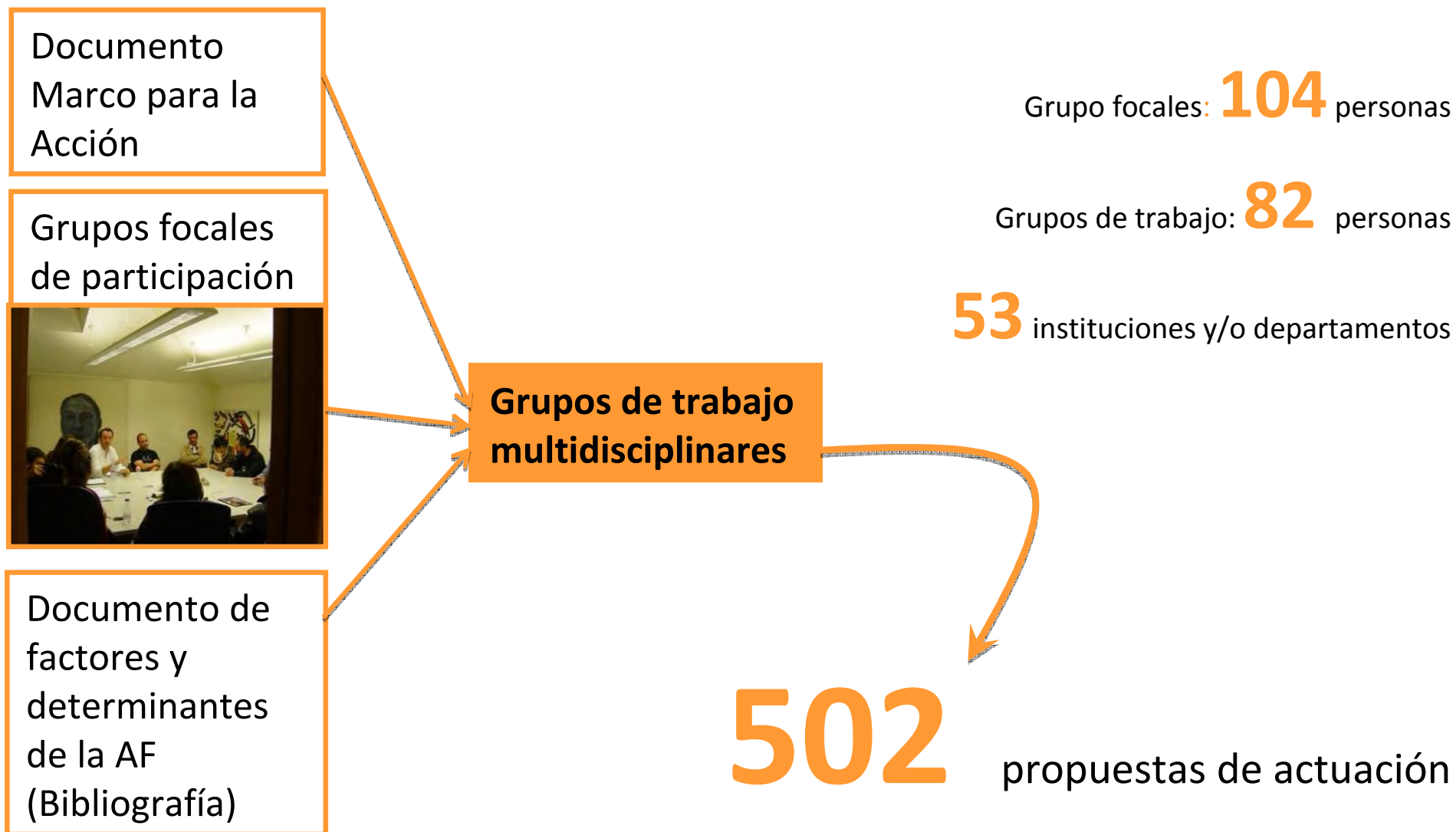
Fases



Metodología participativa

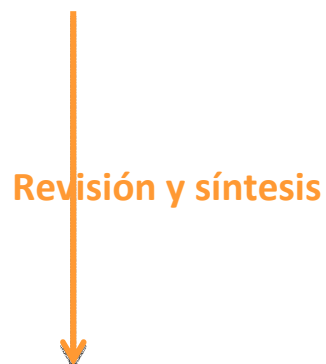


Años 2010-2011: Bases del trabajo y de la actuación



Años 2010-2011: Bases del trabajo y de la actuación

502 propuestas de actuación



11 ámbitos de actuación

13 estrategias

96 propuestas de actuación



Proyecto: derivación desde los Centros de Salud

La importancia del nivel local

Nivel Local

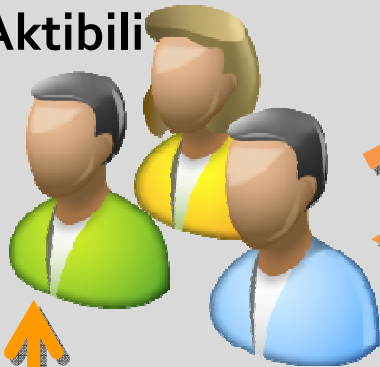
CAFAs
Grupos
específicos

GRUPOS DIRIGIDOS
Diferentes intensidades
Diferentes edades

ACTIVIDAD LIBRE
Instalaciones (piscina, salas...)
Aire libre (rutas, parques...)

Recursos de Actividad Física

Agentes Aktibili
Públicos
Privados



asesoramiento

derivación



Centros
de Salud

Programas de
formación y
actualización

dudas

Seminario



aktibili
Registro Agentes y
Centros Aktibili



Osakidetza

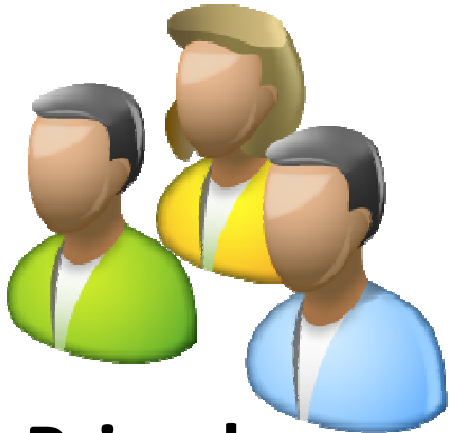
EUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO

OSASUN ETA KONTSUMO
SAILA

DEPARTAMENTO DE SANIDAD
Y CONSUMO

Forma en características de personas derivadas

Plantea población objetivo



Privados:

- Gimnasios e instalaciones privadas
- Clubes deportivos que gestionan instalaciones
- Empresas de gestión de instalaciones públicas
- Empresas de nueva creación

Públicos:

- Servicios deportivos municipales

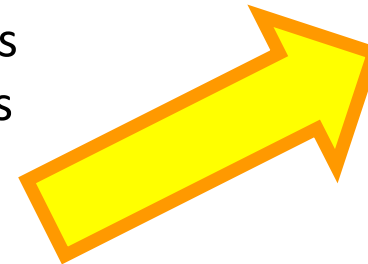
Agentes Aktibili

Orientación a un sector social habitualmente excluido de la AF

Mercado Salud-AF en auge

Nuevos clientes

Mejoras de servicio



Eskerrik asko

Muchas gracias

