

“ LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL MARCO DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD”



Gobierno
de Chile

Jueves 22 de octubre de 2015

Profesional
Departamento de Promoción de Salud y
Participación Ciudadana
DIPOL / Subsecretaría de Salud Pública
Ministerio de Salud

**QUE VIVAMOS
EN CIUDADES DE MEJOR CALIDAD**

MEDIDA 27



“Aspiramos a un Estado moderno para Chile que promueva el fortalecimiento de la democracia, facilite el diálogo y la participación.

Un Estado que garantice el ejercicio de los derechos económicos, sociales y culturales de la ciudadanía y impulse políticas públicas para disminuir las desigualdades.

Los chilenos y chilenas quieren vivir en una Ciudad Amable. Toda familia merece vivir en un barrio con espacios públicos acondicionados, con lugares de encuentro, el deporte y la recreación.

Presidenta Michelle Bachelet Jeria
Programa de Gobierno 2014 – 2018



LA SALUD

UN DERECHO HUMANO

**Los Derechos Humanos
es la base fundamental de
una sociedad justa**

Todo ser humano tiene derecho al disfrute del **más alto nivel posible de salud** que le permita vivir dignamente y que este derecho es fundamental para vivir dignamente y que está ligado a otros derechos de manera indisoluble.

Los Estados deben crear las **condiciones** que permitan **que todas las personas puedan vivir lo más saludablemente posible**. El derecho a la salud no debe entenderse como el derecho a estar sano.



DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD

Gradiente de Salud

Acción preventiva
orientada individualmente



¿Por qué abordar los Determinantes sociales?

Repercuten directamente en la salud

Permiten predecir la mayor proporción de la varianza del estado de salud (inequidad sanitaria)

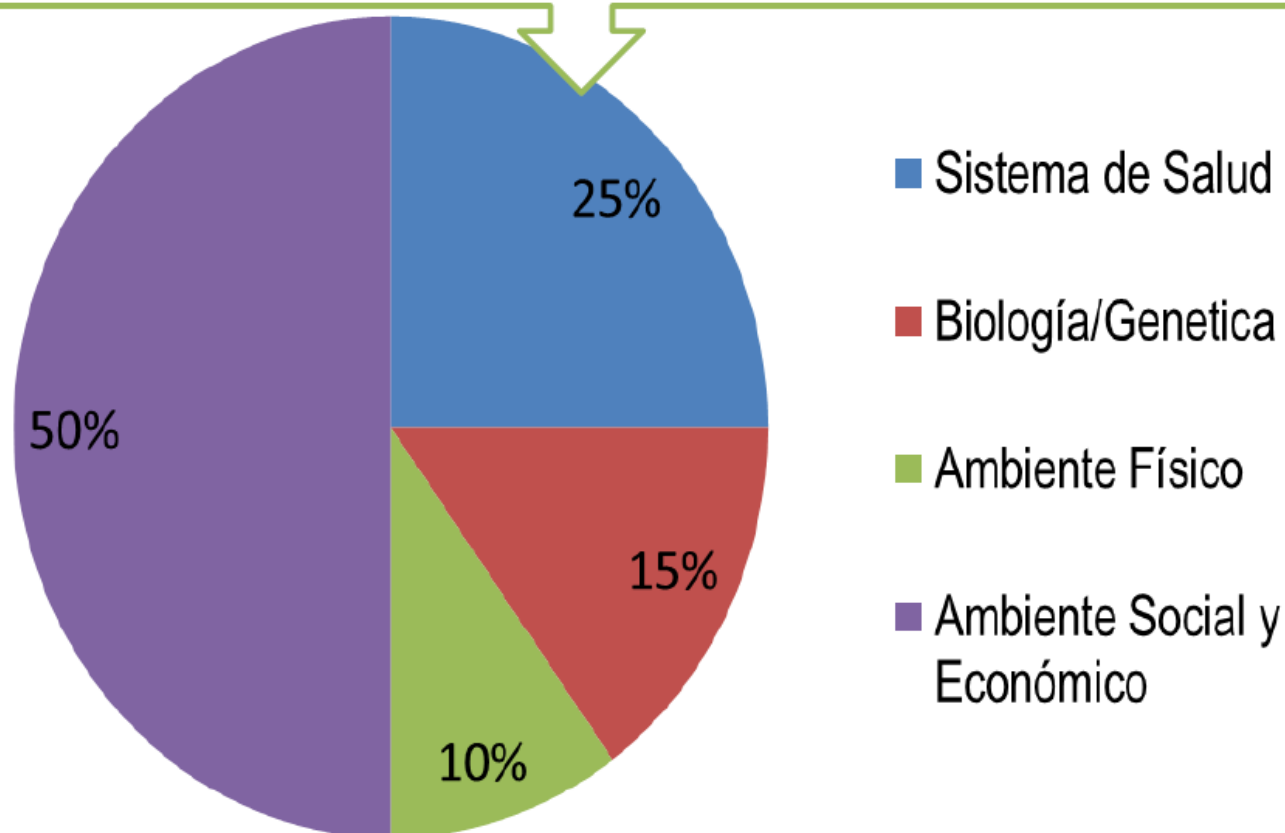
Estructuran los comportamientos relacionados con la salud

Interactúan mutuamente en la generación de salud

Para subsanar las desigualdades en una generación



EL SISTEMA DE SALUD ACTÚA COMO UN DETERMINANTE SOCIAL INTERMEDIO

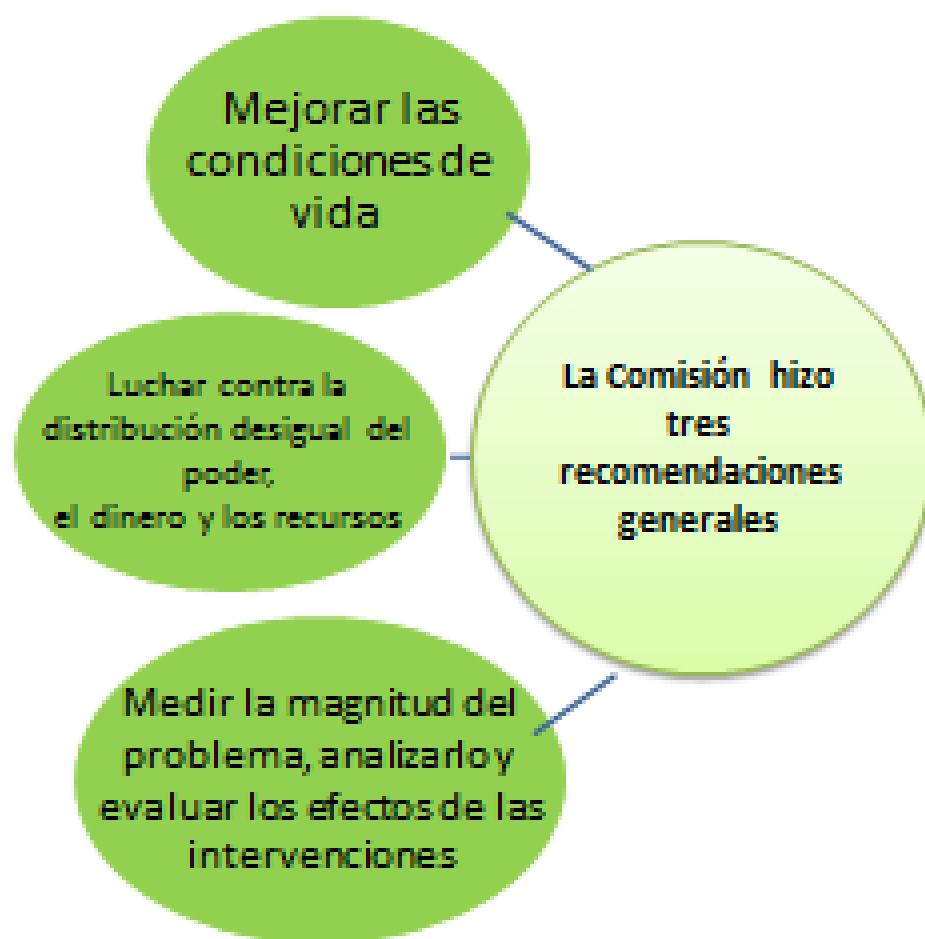
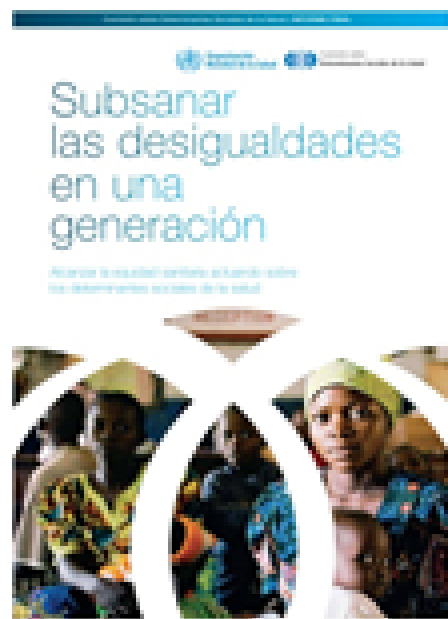


Fuente: Canadian Institute for Advanced Research, Health Canada, Population and Public Health Branch AB/NWT 2002

Abordar los determinantes sociales de la salud: Un factor esencial para romper el círculo de la inequidad

En el 2008 La Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud publicó el informe "Subsanar las desigualdades en una generación", poniendo firmemente la equidad en la agenda global.

El enfoque de determinantes sociales de la salud permite fortalecer una visión colectiva y social de la promoción de salud



OBJETIVOS SANITARIOS 2010 – 2020

Construcción colectiva intra e inter sectorial, metas compartidas, socializadas.

Objetivos:

Aumentar la prevalencia de práctica de actividad física en adolescentes y jóvenes.

Meta:

Aumentar 30% la prevalencia de actividad física suficiente (4) en población entre 15 a 24 años

(4) Actividad física o deporte, fuera del trabajo, por 30 minutos al menos 3 veces por semana

Objetivo Estratégico



Desarrollar hábitos y estilos de vida saludables, que favorezcan la reducción de los factores de riesgo asociados a la carga de enfermedad de la población

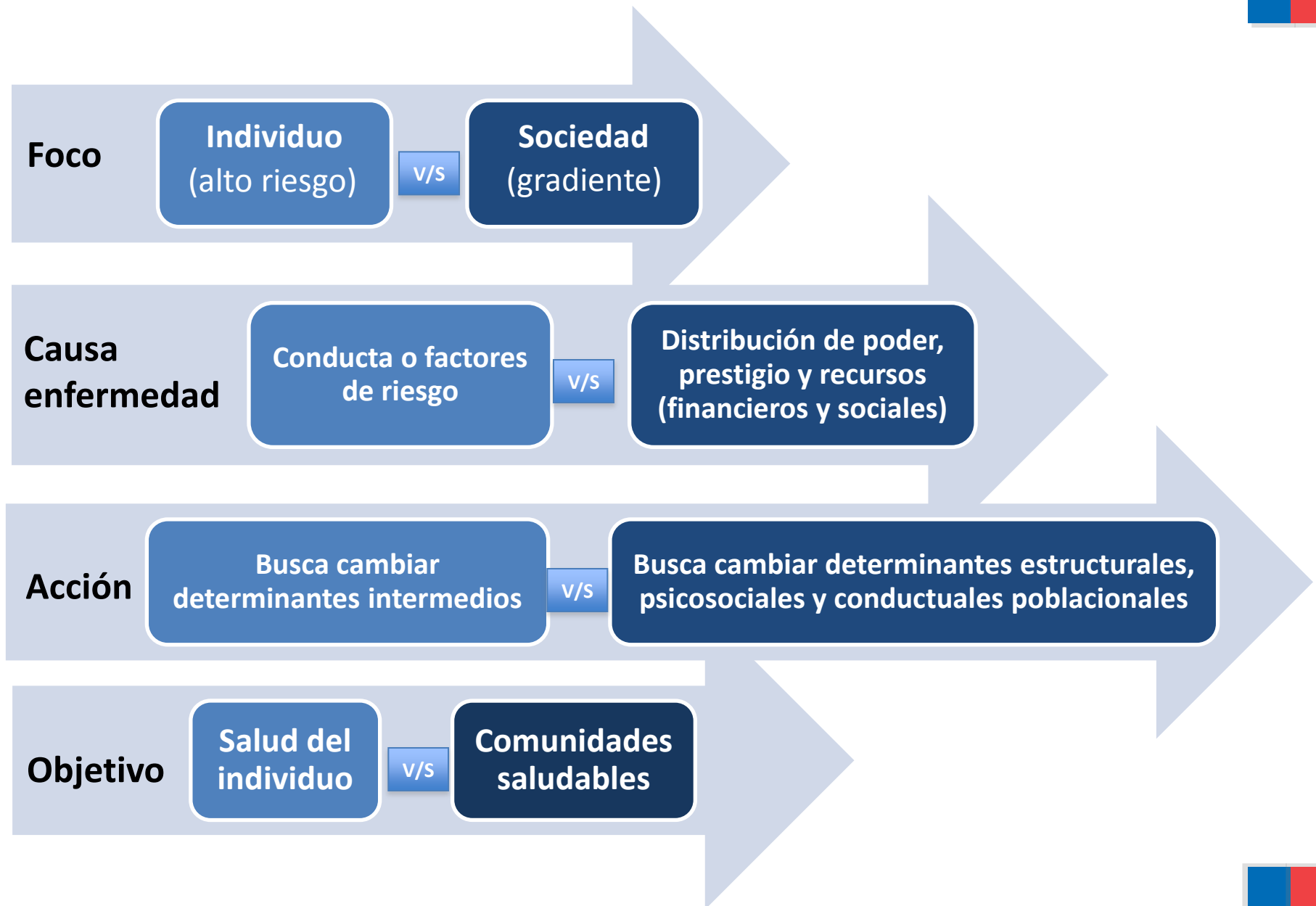
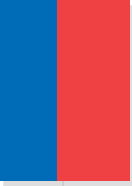
	Tema	Objetivos	Meta	2010	2015	2020
3.1	Salud Óptima	Aumentar las personas con Factores Protectores para la salud	Aumentar 20% la prevalencia de al menos 5 factores protectores(1), en población mayor a 15 años	35,6%	38,0%	42,7 %
3.2	Consumo de Tabaco	Reducir el consumo de tabaco	Reducir 5% la prevalencia proyectada de consumo de tabaco último mes en población de 12 a 64 años	40,9%	39,1%	35,6%
3.3.	Consumo de Alcohol	Reducir el consumo de riesgo de alcohol	Disminuir 10% la prevalenciaprojectada de consumo de riesgo de alcohol(2) en población de 15 a 24 años	15,1%	15,0%	14,8%
3.4	Sobrepeso y Obesidad	Disminuir prevalencia de obesidad infantil	Disminuir 10% la prevalencia de obesidad en menores de 6 años (3)	9,6%	9,0%	8,6%
3.5	Sedentarismo	Aumentar la prevalencia de práctica de actividad física en adolescentes y jóvenes	Aumentar 30% la prevalencia de actividad física suficiente (4) en población entre 15 a 24 años	23,1%	25,4%	30,0%
3.6	Conducta Sexual	Aumentar la prevalencia de conducta sexual segura en adolescentes y jóvenes	Aumentar 20% la prevalencia de uso consistente de condón en población de 15 a 19 años, activos sexualmente	34,9%	37,2%	42,0%
3.7	Consumo de Drogas Ilícitas	Disminuir la prevalencia de consumo de drogas ilícitas en población general	Disminuir 5% la prevalencia de consumo de drogas ilícitas(5) durante último año en población de 12 a 64 años	8,1%	8,0%	7,8%

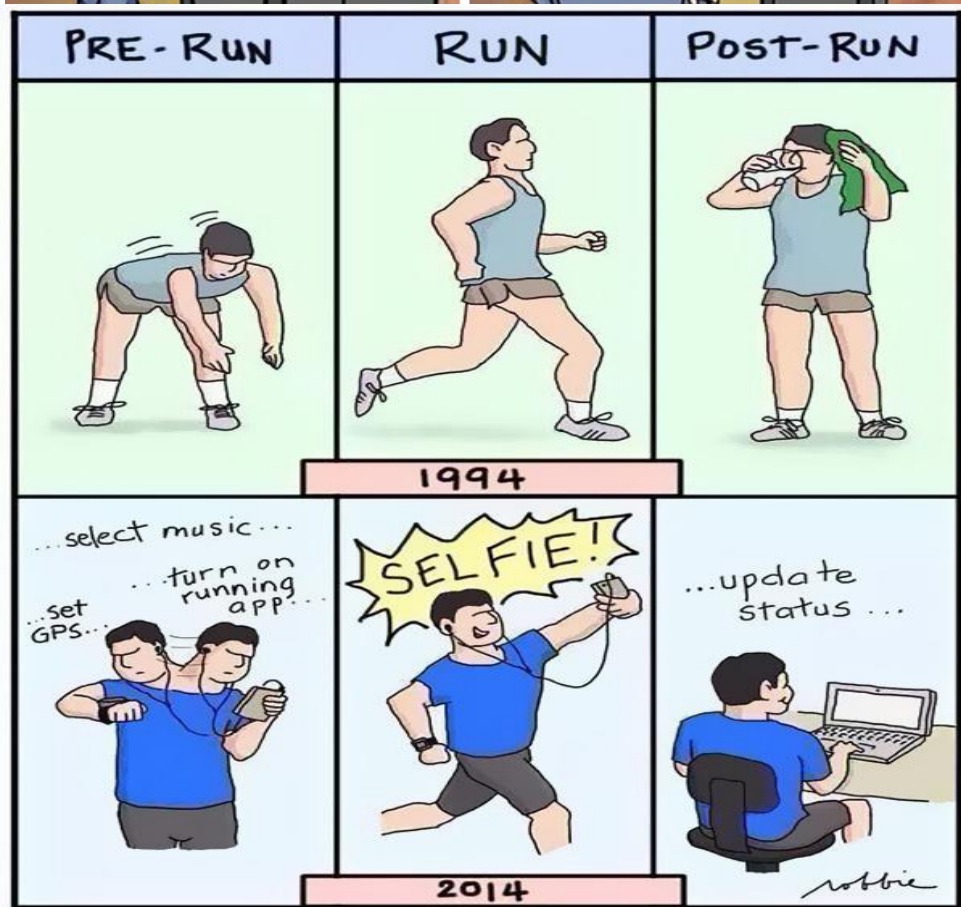
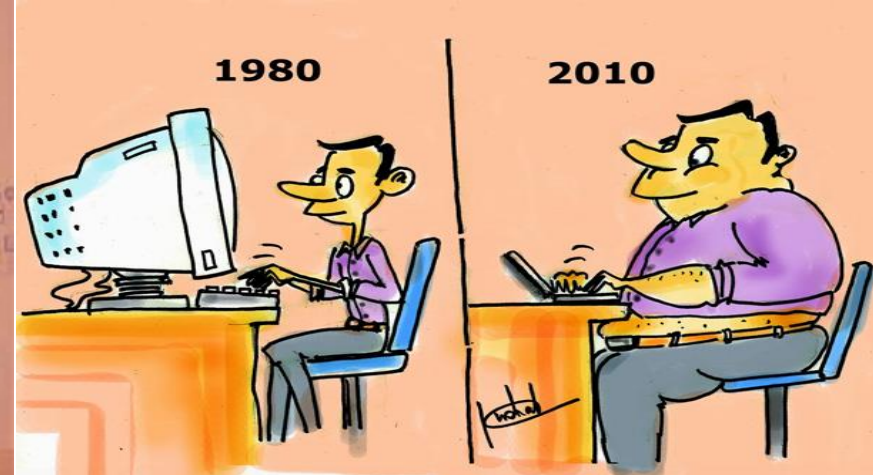
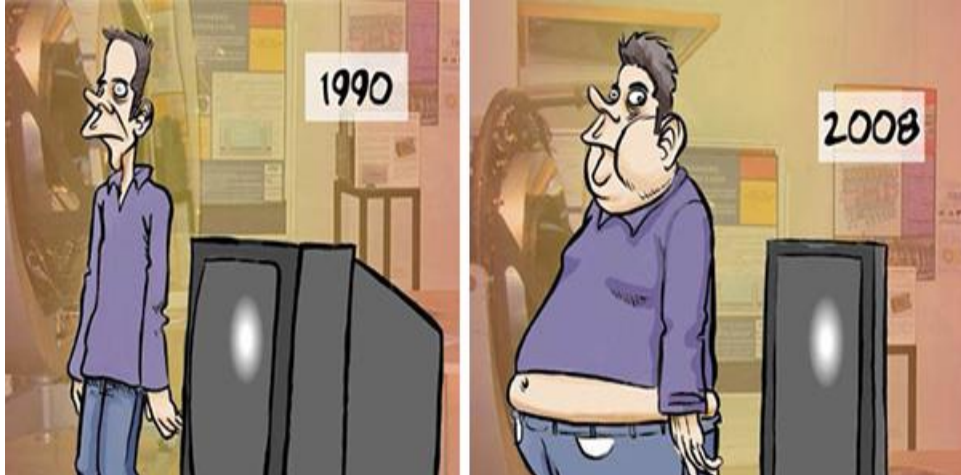


Y... ¿CÓMO LO HACEMOS?



Enfoque Estilos de Vida v/s DSS

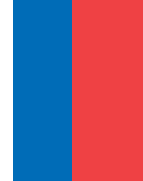




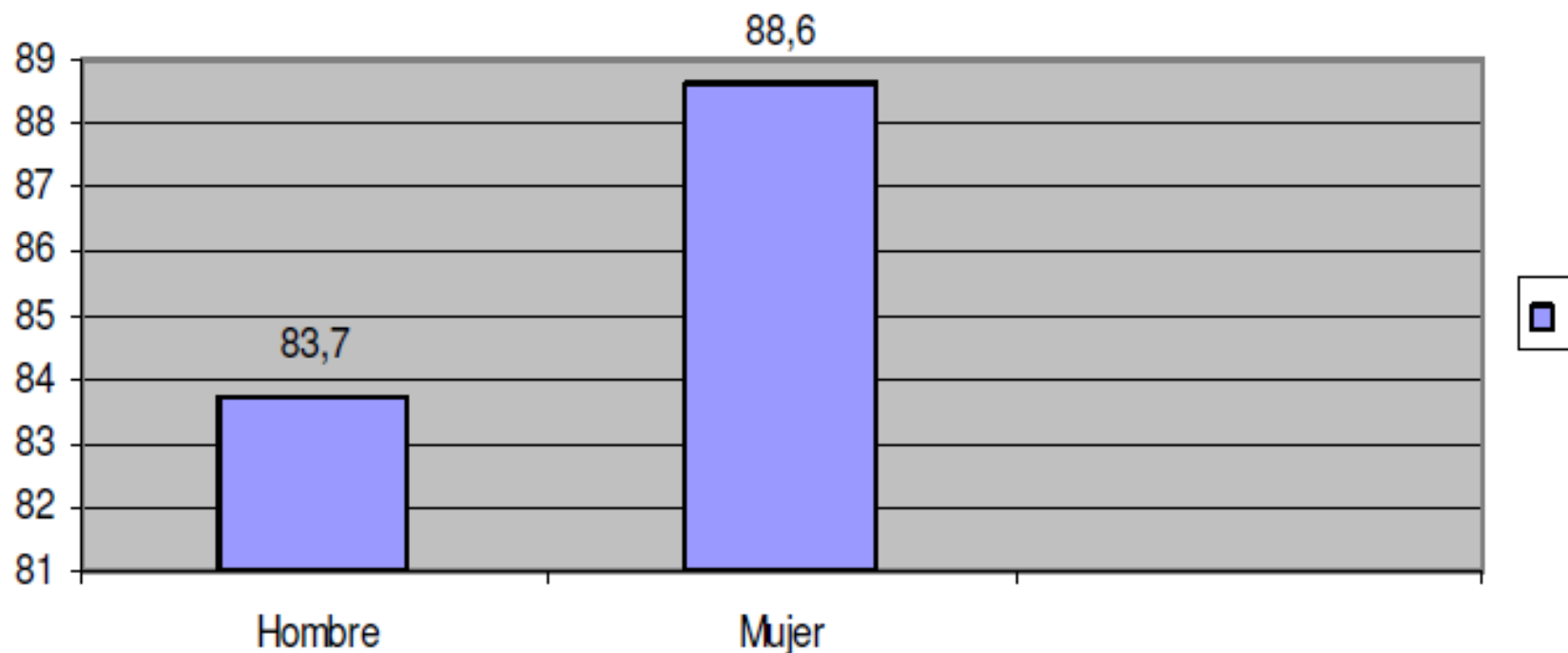
Running

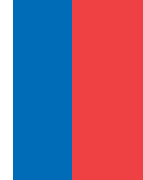


Según Encuesta Nacional de Actividad Física y Deporte, Septiembre 2012. Universidad de Concepción, Chile

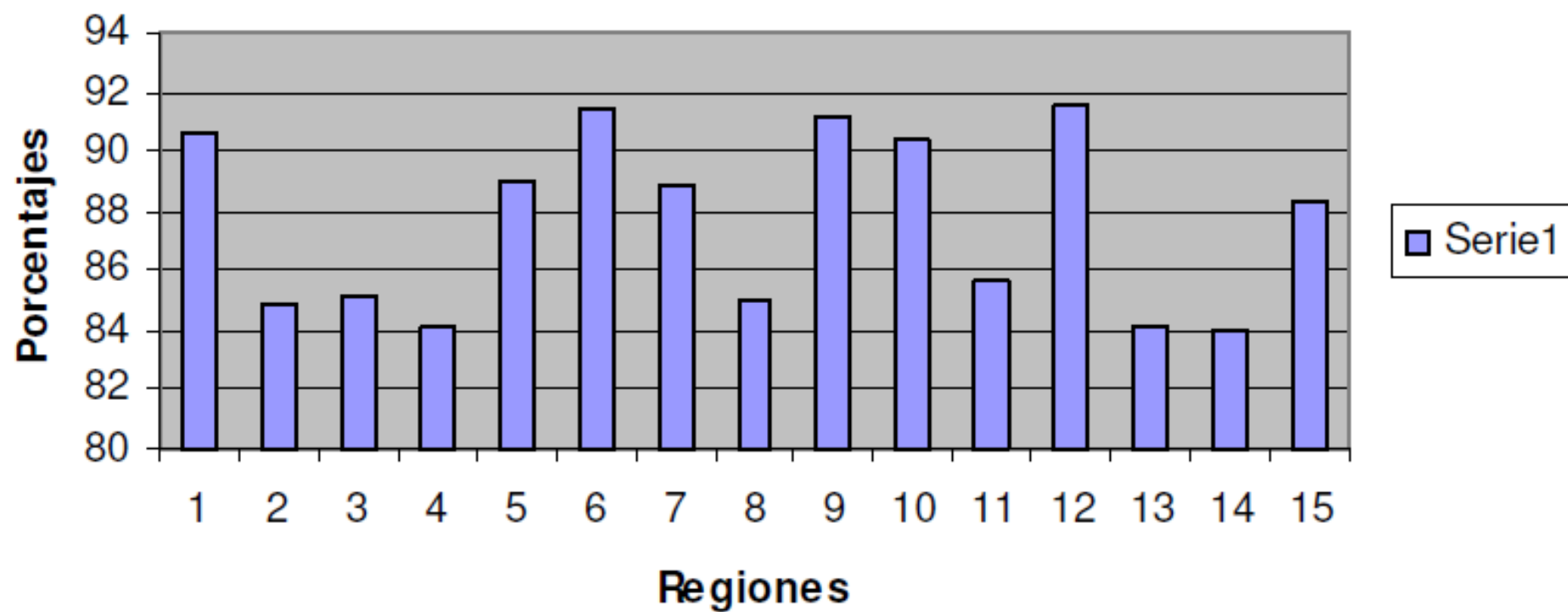


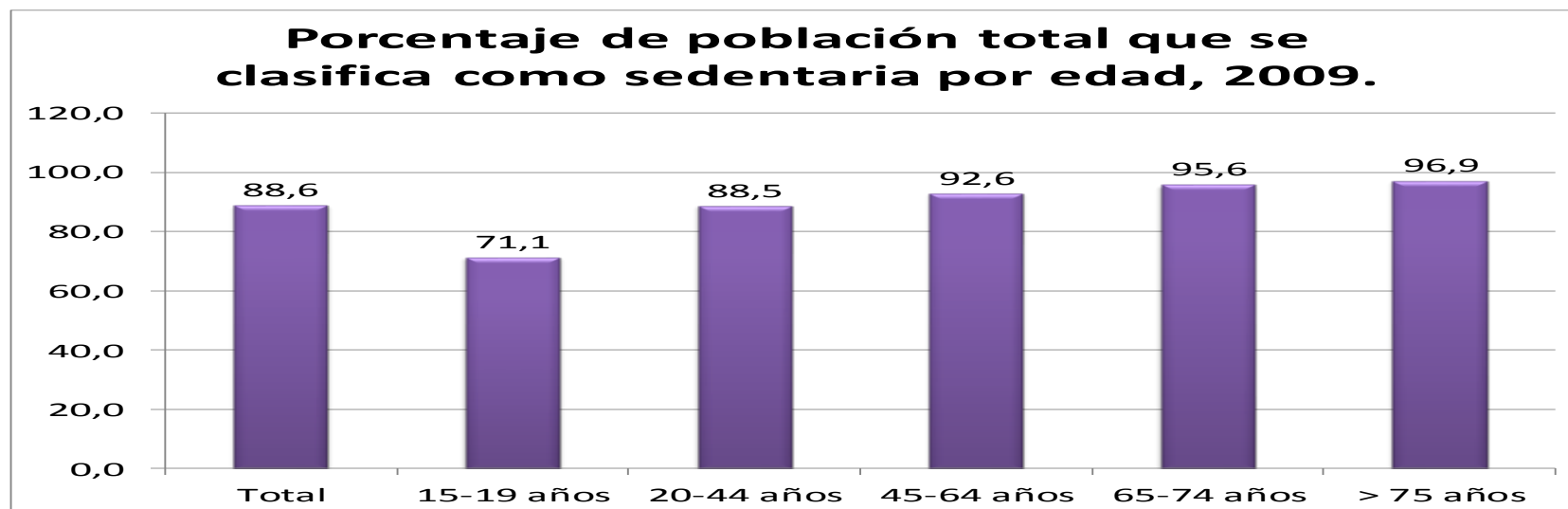
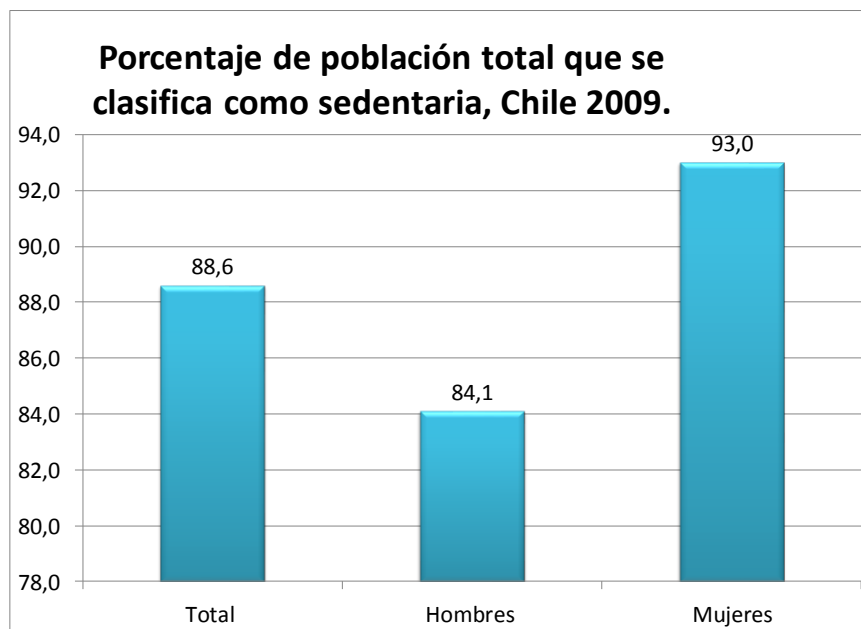
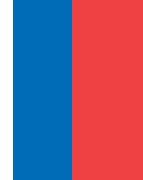
Nivel de sedentarismo según sexo





Nivel de sedentarismo según regiones

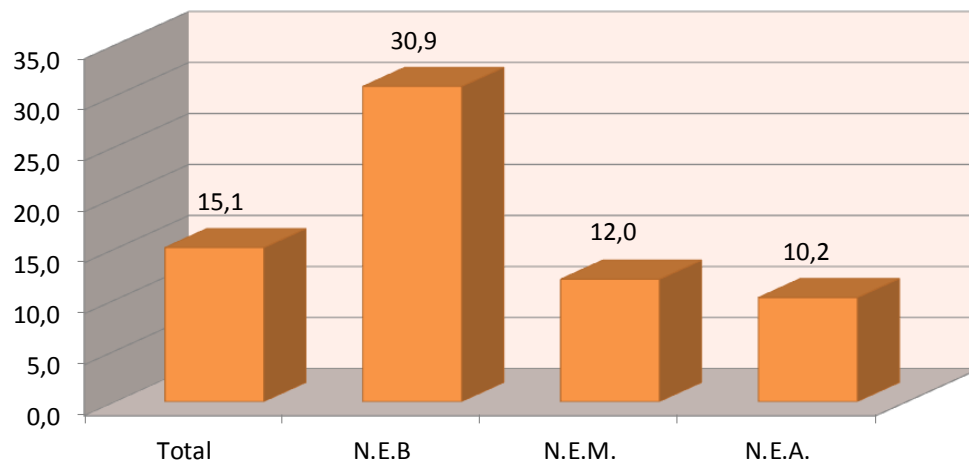




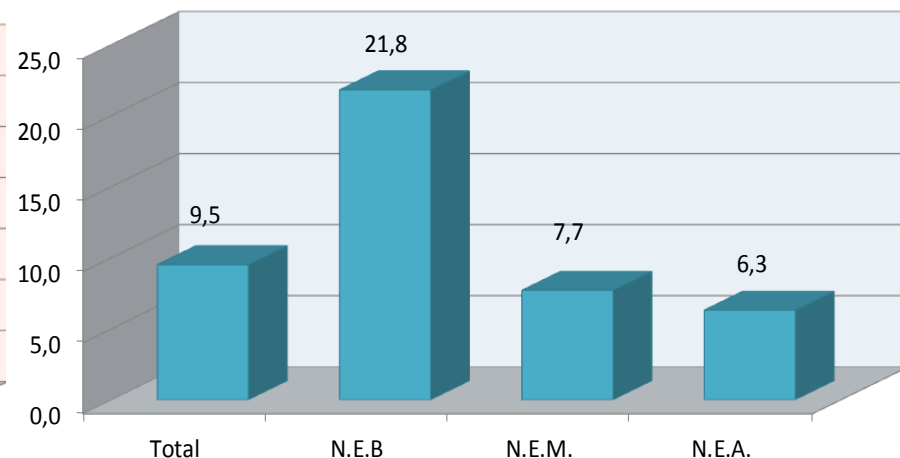
Fuente: Elaboración propia a partir de datos Departamento Epidemiología MINSAL Chile



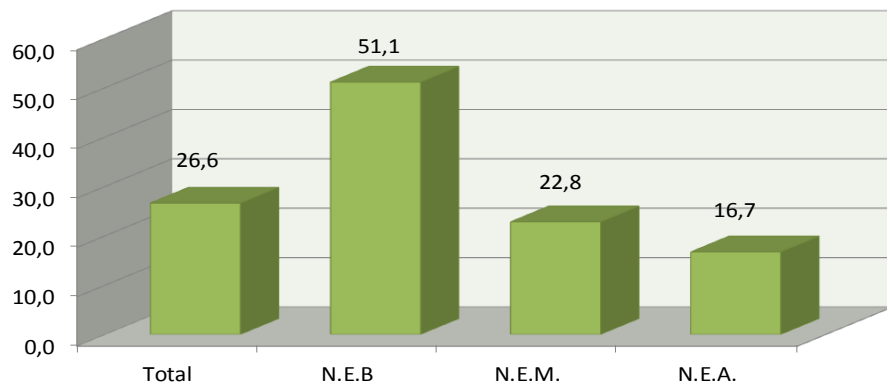
Prevalencia de RCV Alto o Muy Alto en la Población por Nivel Educacional, Chile 2010



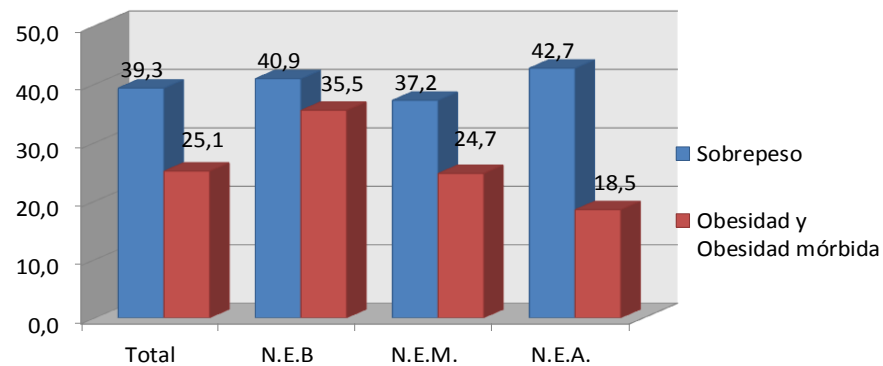
Prevalencia de Diabetes Mellitus 2 en la Población por Nivel Educacional, Chile 2010



Prevalencia de Hipertensión Arterial en la Población por Nivel Educacional, Chile 2010



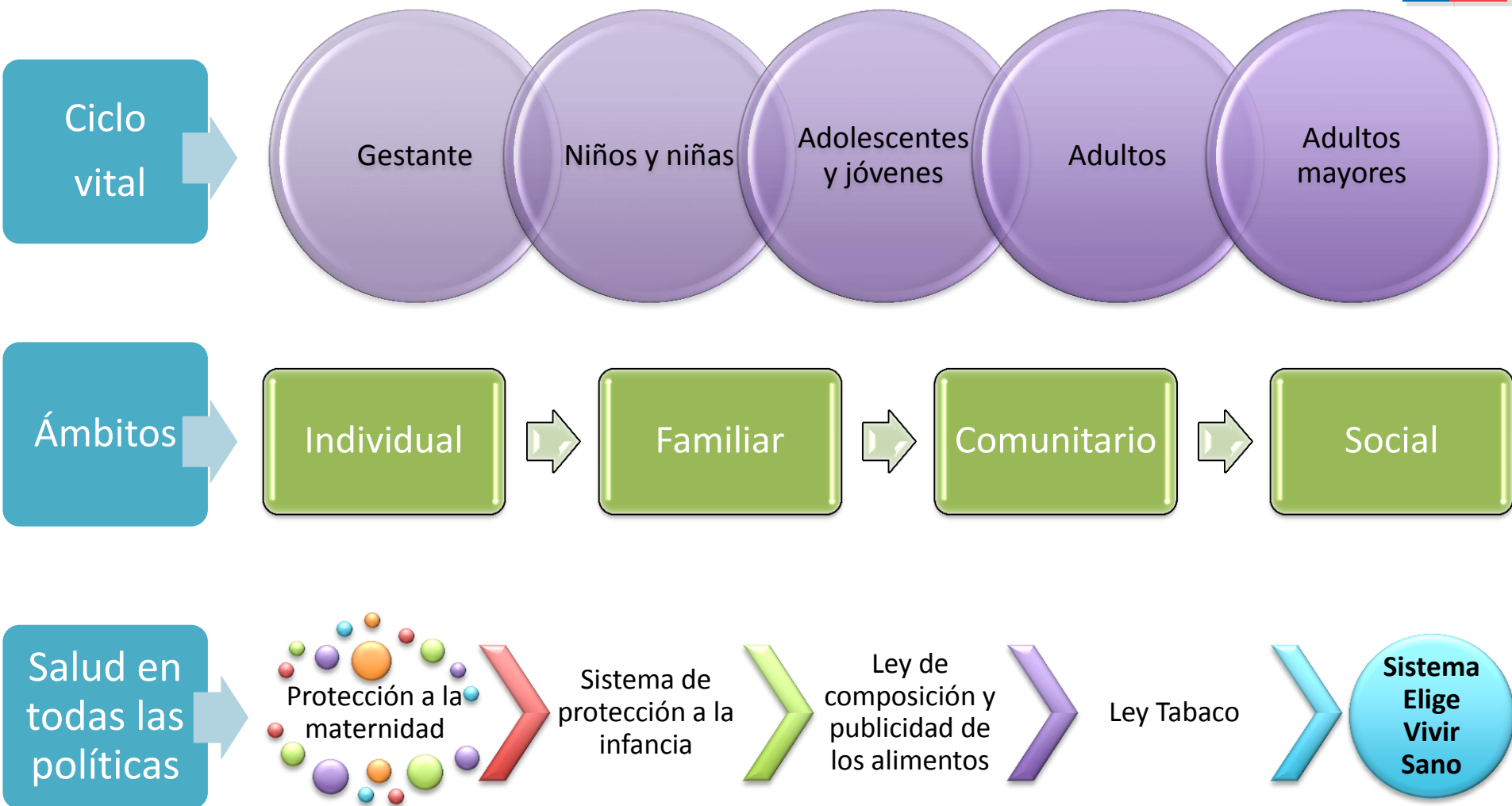
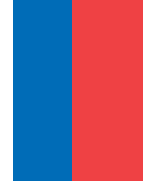
Prevalencia de Sobrepeso y Obesidad/Obesidad Mórbida en la Población por Nivel Educacional, Chile 2010



Fuente: Elaboración propia a partir de datos Departamento Epidemiología MINSAL Chile



Niveles de actuación en Promoción de Salud



¿Cómo hacemos la Promoción de Salud?



Es el esfuerzo colectivo por llevar la salud y la vida humana a un plano de dignidad, en los diversos escenarios donde se realiza la vida (decisión política, creación artística y cultural, de la vida cotidiana)



Es sacar la salud del ámbito hospitalario, para contextualizarla en los espacios en los que acontece la vida →

MODELO DE SALUD FAMILIAR



Ubicar la salud cerca de la gente, en las manos de la gente y con un alto nivel de importancia y de posibilidad de acceso para la mayoría de las personas



Es el conjunto de actividades que las distintas personas e instituciones realizan cada día para lograr que la vida sea posible y existan adecuadas condiciones de salud

PROMOCIÓN DE LA SALUD

PROMOCIÓN DE SALUD EN EL TERRITORIO

Estrategia Municipios, Comunas y Comunidades Saludables:

Escuelas-EEPS

Barrios –MCCS

Trabajo-LTPS

Salud en Todas
las Políticas

Enfoque de
Derechos
Humanos,
equidad y
justicia social

Estrategia
nacional de
Salud 2011-
2020

Participación
Ciudadana



Universidades-
IESPS

APS-MCCS

Institutos-
IESPS

Imagen: <http://www.crececontigo.gob.cl/>

INTEGRACIÓN DE LAS POLÍTICAS PÚBLICAS QUE IMPACTAN EN SALUD

Salud en Todas las Políticas

Políticas medio ambientales
Políticas de Alimentos
Políticas de trabajo
Políticas de Educación
Políticas de Deportes
Políticas de Salud
Políticas de vivienda y urbanismo
Políticas de transporte
Etc

Riesgo

Aumento de contaminación ambiental
Aumento de prevalencia obesidad
Aumento de prevalencia sedentarismo

Daño en Salud

Aumento de prevalencia cáncer
Aumento de prevalencia diabetes
Aumento de prevalencia hipertensión
Aumento Años de Vida Potencialmente Perdidos (AVPP)

Municipio gestiona reparación de caminos
El municipio gestiona la reparación de caminos para mejorar la movilidad de la comunidad. Los trabajos de reparación de caminos para mejorar la movilidad de la comunidad. Los trabajos de reparación de caminos para mejorar la movilidad de la comunidad.

Municipio regala árboles de quillay
El municipio regala árboles de quillay para mejorar el medio ambiente. Los trabajos de reparación de caminos para mejorar la movilidad de la comunidad.

MUNICIPIO CREA FONDO COMUNAL PARA APOYAR EMPRENDIMIENTOS LOCALES
El municipio crea un fondo comunal para apoyar emprendimientos locales. Los trabajos de reparación de caminos para mejorar la movilidad de la comunidad.

Políticas públicas saludables

Procesos en la Instalación de Capacidades 2015



Fase de
Ejecución

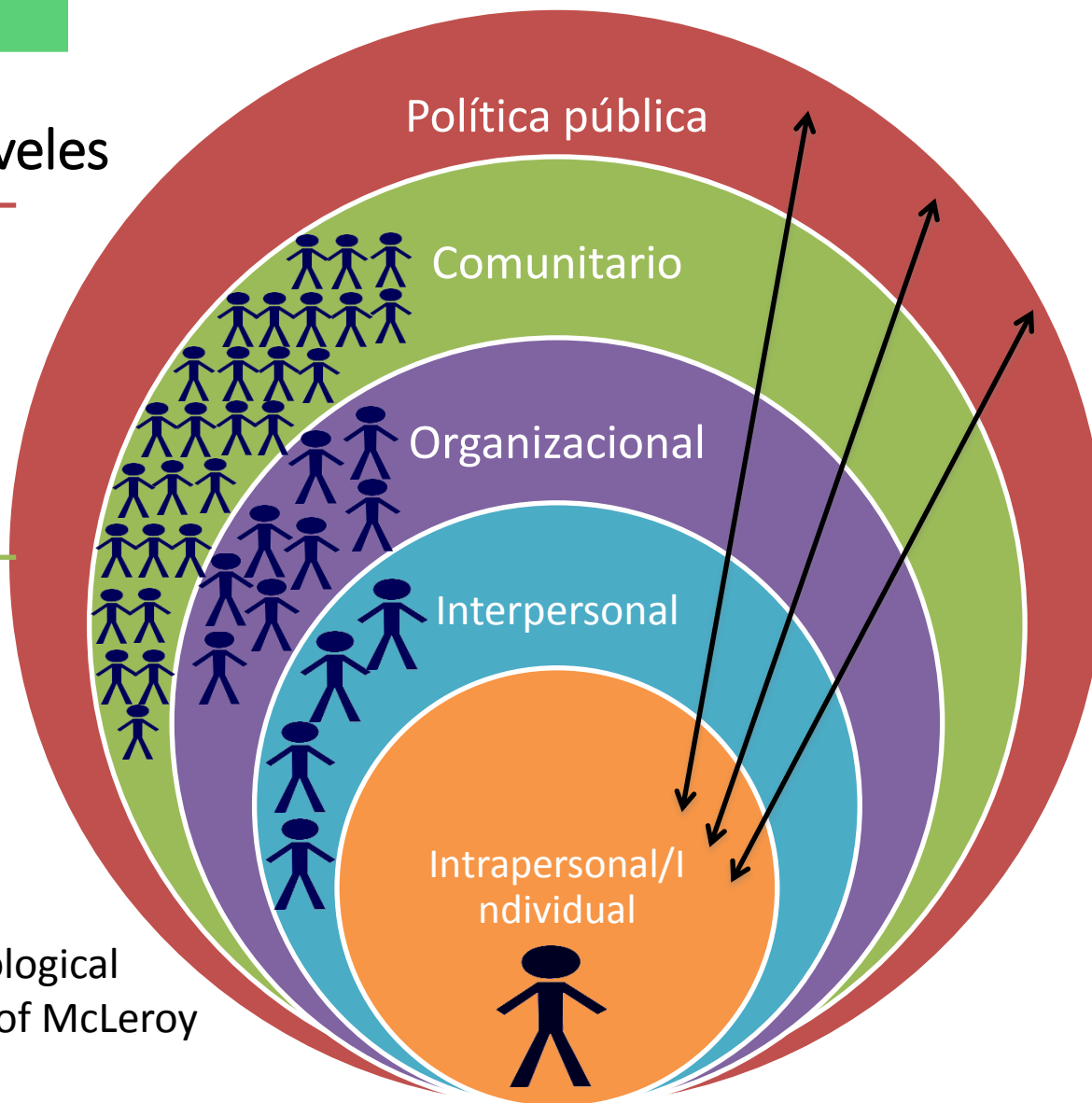
EL MODELO SOCIO ECOLÓGICO DE MCLEROY ET AL 1988

Cinco niveles

El
comportamiento
afecta y es
afectado por
múltiples niveles
de influencia

Los
comportamientos
individuales
influye en los
entornos y los
entornos sociales
influyen en el
comportamiento

The Social Ecological
Model (SEM) of McLeroy
et al. 1988



LOS 3 GRANDES CAMINOS DON NUTBEAM 2000

Abogacía
para la
Salud

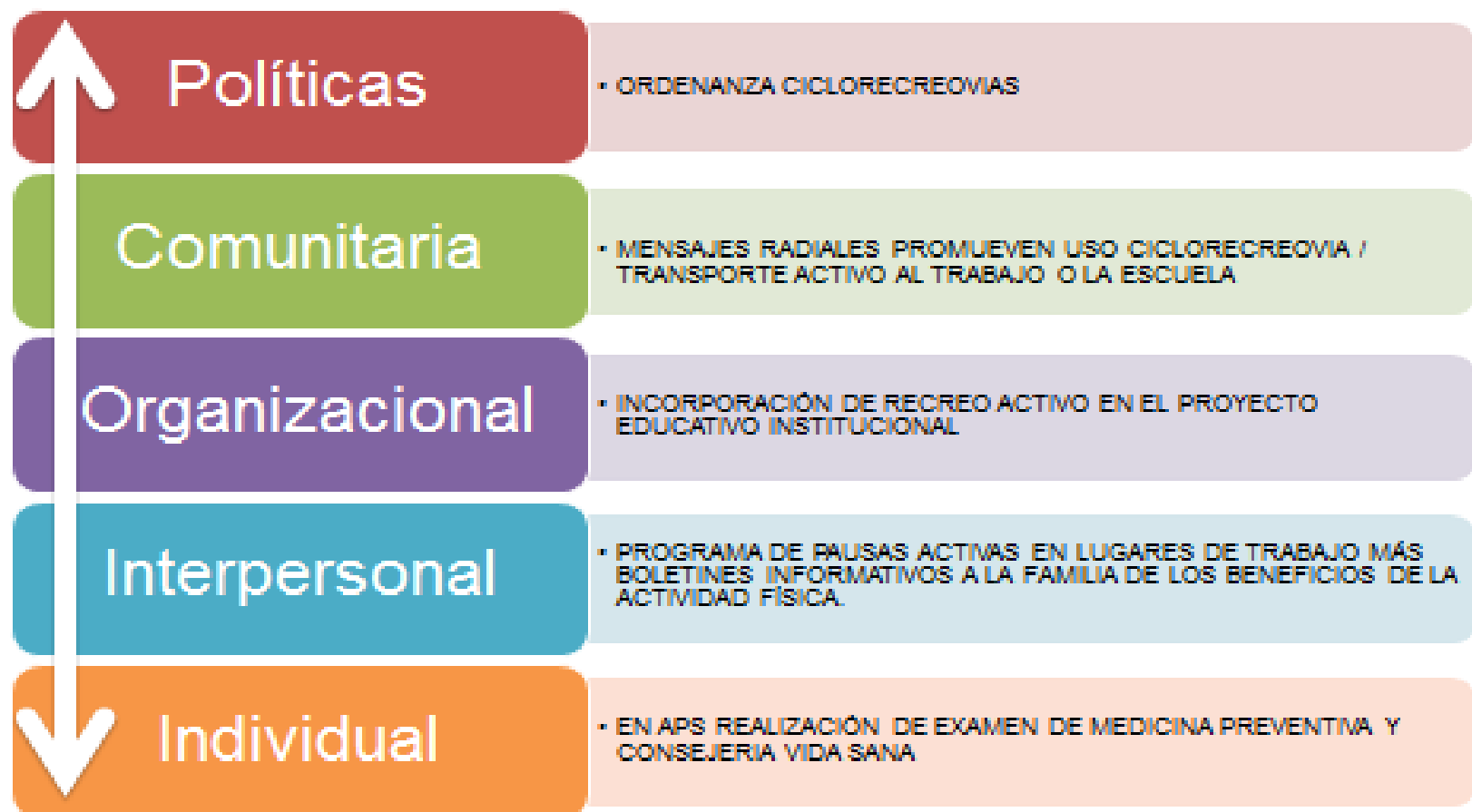


Movilización
Social



Educación
para la
Salud

EJEMPLOS DE INTERVENCIONES EFICACES PARA AUMENTAR LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN



Fuente: OMS. Intervenciones eficaces en materia de régimen alimentario y actividad física



Creación de Entornos Saludables:

Instalación de Plazas Saludables en comunas:

Acción directa sobre las personas y el ambiente, destinada a incidir en la mejora de la calidad de vida e instalación de hábito de realización de AF en toda la población [Enlace Plazas Saludables](#)



Instalación de Ciclo vías:

Vías exclusivas para ciclistas, para estimular el traslado activo de la población.

[Enlace Ciclorecreovías](#)



CREACIÓN DE POLÍTICAS PÚBLICAS SALUDABLES

ORDENANZAS MUNICIPALES

COMUNA DE
SANTA CRUZ



Artículo Nº 1: Insértese en PLADECO la promoción de la salud. Considerando fundamental que en la población infantil y adolescentes se promuevan los estilos de vida saludables, se ordena:

a) Que los Colegios municipales básicos y medios de la Comuna de Santa Cruz se **cambie el horario del desayuno a primera hora**, con el objetivo de disminuir los ayunos prolongados y evitar que los alumnos tomen desayuno nuevamente

Artículo Nº 13: Que los **nuevos centros habitacionales incorporen a lo menos una plaza** en movimiento en su área verde.



CREACIÓN DE POLÍTICAS PÚBLICAS SALUDABLES

ORDENANZAS MUNICIPALES

COMUNA DE PEÑALOÉN

Artículo 2ª.- Los planes y programas de los establecimientos educacionales municipales deberán contar con:

- Al menos 3 horas semanales de actividad física en los niveles desde pre-kinder a 2do medio.
- Al menos 2 horas semanales de actividad física en 3ro y 4to medio.

...deberán destinar para ello parte de las horas de libre disposición con que cuentan dichos establecimientos.

Artículo 3º : los establecimientos educacionales municipales fomentarán la realización de actividad física en los recreos para lo cual contarán con patios aptos para la actividad física y con monitores

Aumenta horas
actividad física y
recreos activos



LA IMPORTANCIA DEL CARÁCTER INTERSECTORIAL DE LAS POLÍTICAS PÚBLICAS EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



TIPOLOGIA DE INTERSECTORIALIDAD CON OTROS SECTORES O MODELOS DE TRABAJO

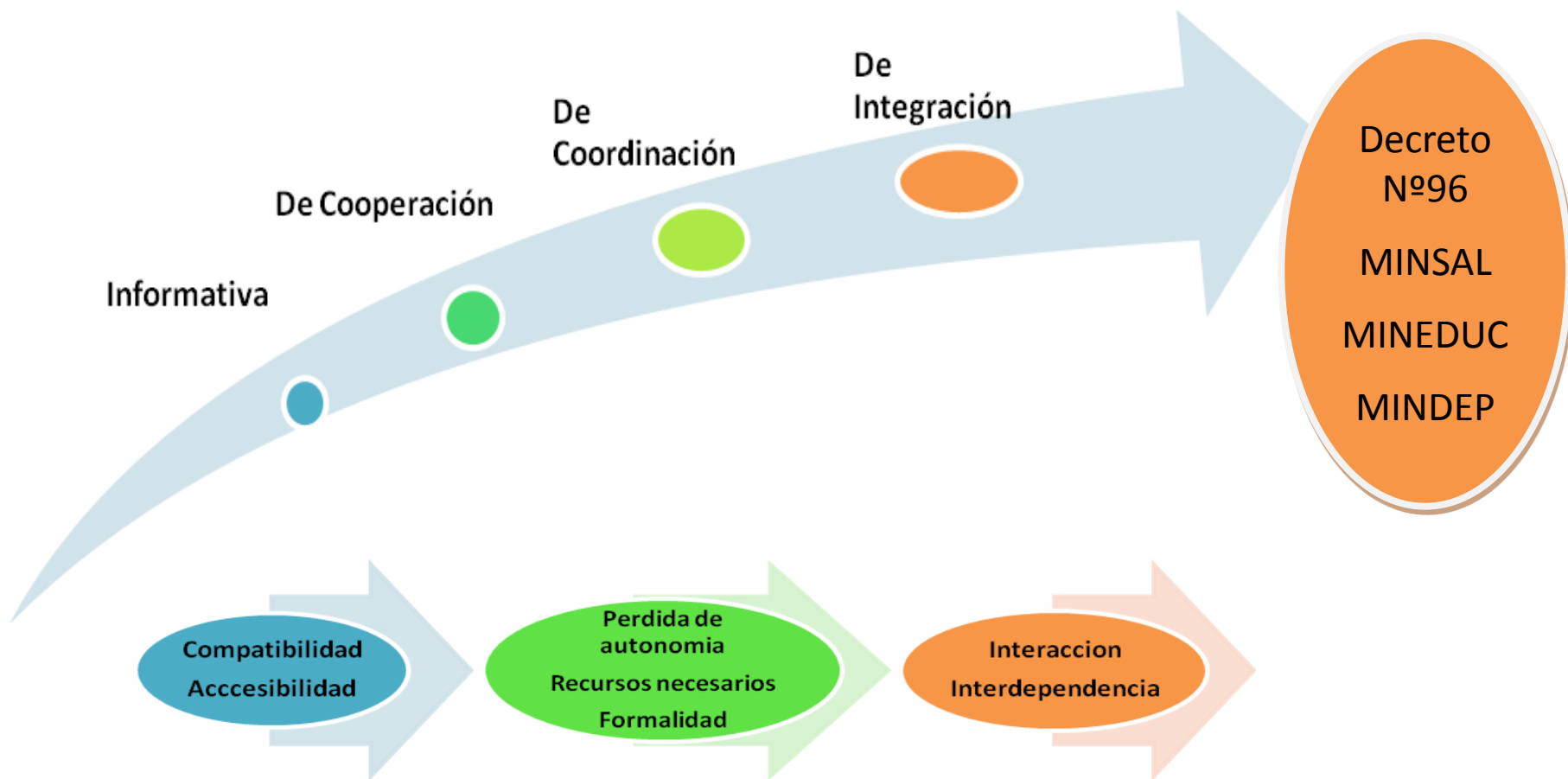
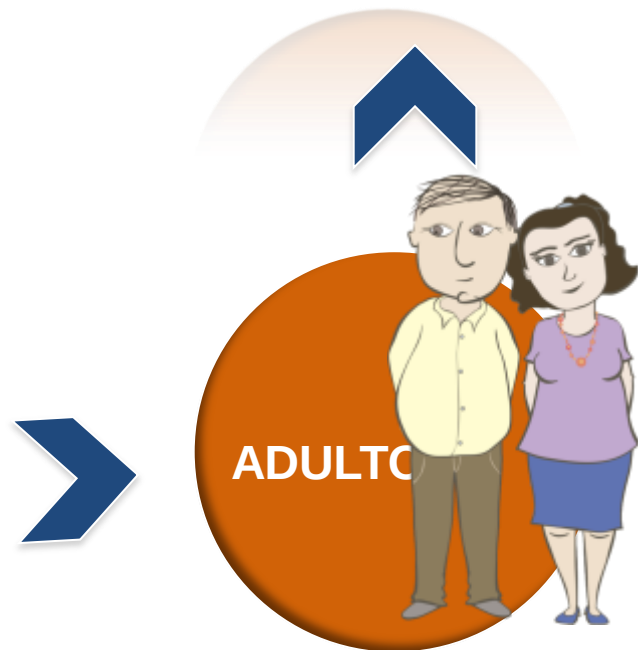
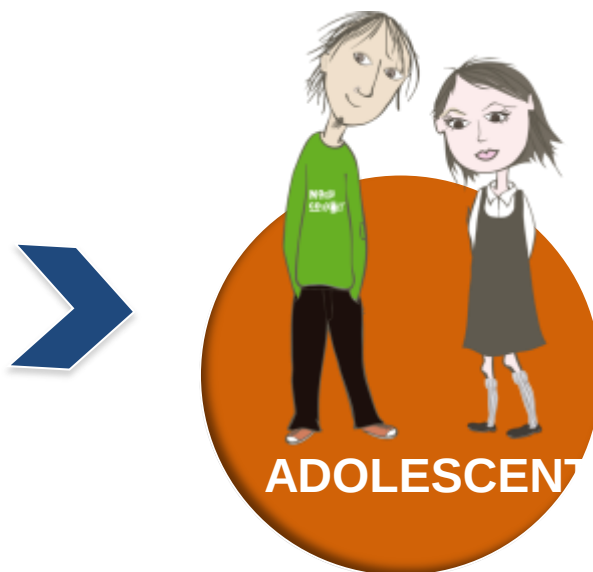
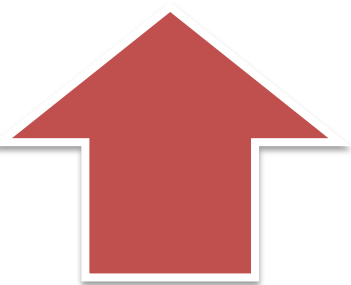
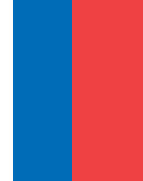


Diagrama: Adaptado por Solar & Valentinen de Policy integration Nethreland E. Meijers

ACUERDO DE TRABAJO INTERSECTORIAL MESA DE EXPERTOS RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA POBLACIÓN CHILENA







Actividad Física



**Obesidad y
Sedentarismo**

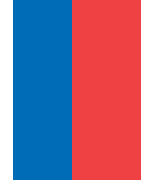
Estrategias

Construcción
Política Nacional
de Actividad
Física

Propiciar su
incorporación
en los Planes de
Promoción
Regional

Generar y
participar en
programas de
comunicación
social





MATRIZ RECOMENDACIONES DE AF PARA LA POBLACIÓN CHILENA POR GRUPO ETARIO

MATRIZ TÉCNICA DE LAS RECOMENDACIONES											
Grupo edad	Tiempo	Frecuencia	Intensidad	Modalidad-actividad	Metodología	Requerimientos		Sugerencias por sector			
						Infra.	RRHH	MINDEP	MINSAL	MINEDUC	Otro



Definición de campos de la matriz:

Grupo: se refiere al rango de edad de trabajo de la mesa. Se solicita a los expertos argumentar este rango etareo.

Tiempo: se refiere a la cantidad expresada en tiempo que debe durar la actividad física recomendada. Debe considerar la recomendación de parcelación de ese tiempo y cada cuánto se debe realizar. Se solicita a los expertos argumentar el tiempo recomendado.

Frecuencia: se refiere a las veces por semana que debe realizarse el tiempo recomendado. Se solicita a los expertos argumentar la frecuencia sugerida.

Intensidad: se refiere al nivel de esfuerzo que debe tener la actividad física recomendada.

Modalidad/actividad: se refiere a la forma de cumplir con la actividad física recomendada (tipo de actividad).

Metodología: se refiere al cómo ejecutar, a la didáctica; una referencia generalizada de las características de cómo desarrollar las actividades propuestas.



Requerimientos: se refiere a las condiciones tanto de infraestructura como de recursos humanos que los expertos sugieren como necesario para cumplir con las recomendaciones y metodologías

Sugerencias por sector: se refiere a propuestas de cómo cada uno de los sectores, Ministerios de Salud, Deporte, Educación u otros, podría incorporar las recomendaciones en sus políticas públicas, planes y programas.



2015

Recomendaciones para la actividad física en Chile: (Versión Preliminar)



Ministerio de Salud.

Ministerio de Educación.

Ministerio del Deporte.

05/10/2015

CRONOGRAMA DE TRABAJO INTERSECTORIAL 2015



Enero	Hito comunicacional, firma el acuerdo por los tres ministerios y se constituye el vínculo con los expertos en Actividad Física.
Marzo	Constitución de grupos de trabajo de recomendaciones por curso de vida.
Mayo	Entrega de primer informe avance de trabajo desarrollado por cada mesa de expertos
Junio-Agosto	Entrega de los documentos finales elaborados por cada mesa de expertos, para las nuevas recomendaciones de Actividad Física con curso de vida
Octubre	Hito comunicacional de las nuevas recomendaciones de Actividad Física. Determinar la incorporación de los Ministerios de Trabajo, Vivienda y Transporte, para conformar un comité inter ministerial para la Actividad Física
Noviembre-Diciembre	Evento en un espacio público vinculado a la ciudadanía con el Comité Inter Ministerial para Actividad Física.



Campo de acción del Profesor de Educación Física en la Salud

Centros de
Salud Privados

Rol del Profesor de Educación Física

Paradigma Cualitativo

*Promoción
de la Salud*

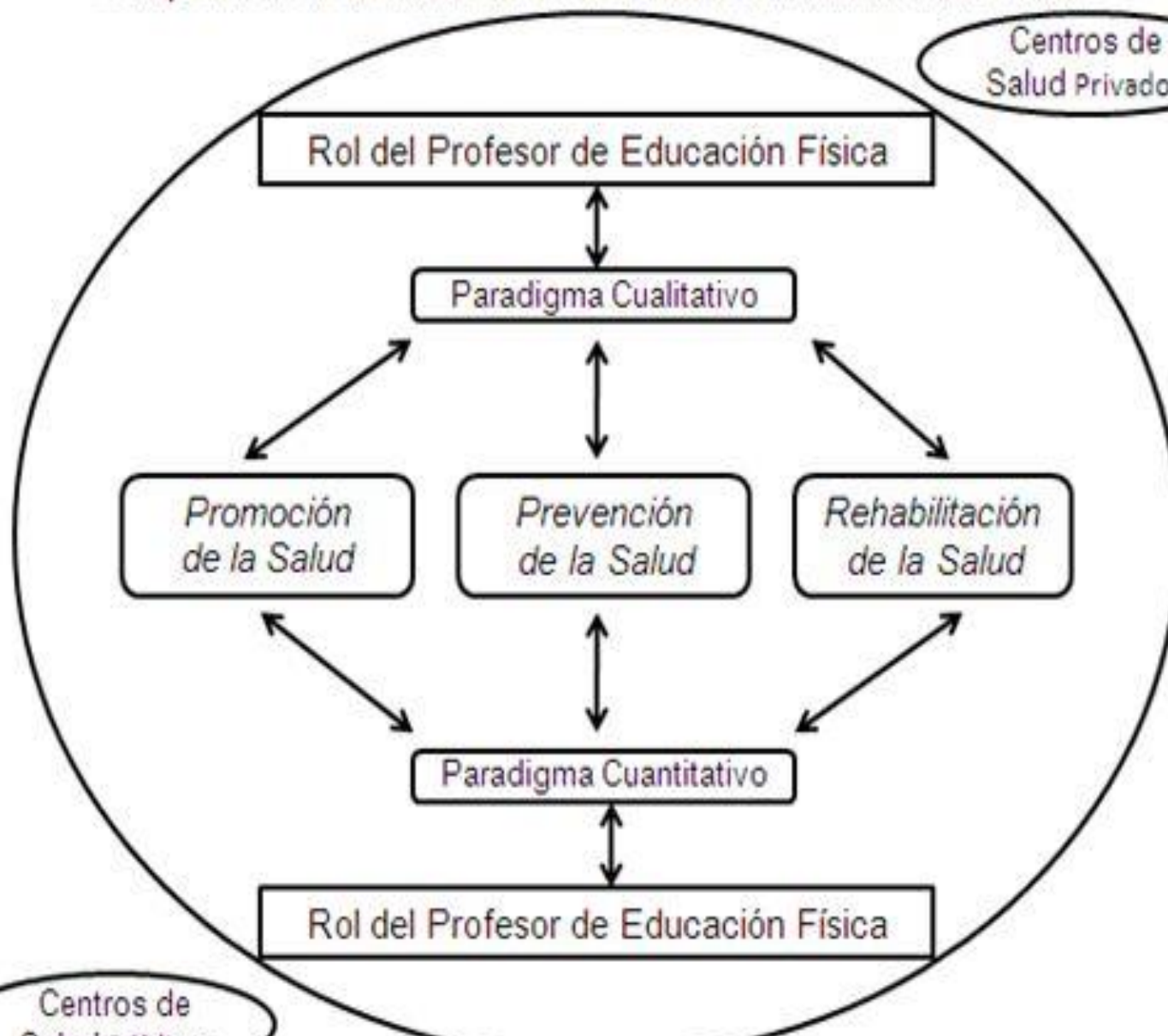
*Prevención
de la Salud*

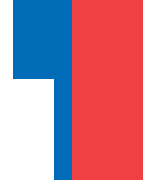
*Rehabilitación
de la Salud*

Paradigma Cuantitativo

Rol del Profesor de Educación Física

Centros de
Salud Públicos





Meta	Nombre de la meta sanitaria	Medio
1	Evaluación del Desarrollo Psicomotor a los 18 meses niños (as) en control	Conocimiento científico
2	Cobertura de PAP (Examen de Papanicolau) en mujeres de 25 a 64 años	Capacidad Organización social
3	Alta odontológica total en adolescentes de 12 años	Sin injerencia
4	Alta odontológica integral en embarazadas primigestas	"
5	Alta Odontológica Total a los 6 años	"
6	Alta Odontológica Total en embarazadas no primigestas	"
7	Compensación de personas diabéticas bajo control de 20 años y más	Ejercicio físico
8	Compensación de personas hipertensas bajo control de 20 años y más	"
9	Obesidad en niños menores de 6 años bajo control	"
10	Profesionales con agenda centralizada en SOME en cada establecimiento	Sin injerencia
11	Consejos de desarrollo de salud funcionando regularmente	Conocimiento científico
12	Gestión de Reclamos	"
13	Tercera dosis pentavalente	"



Algunos Hitos...

1999 firma de convenio de la Universidad de Toronto Canadá, con la Universidad de Chile, Concepción, Austral, INTA.

Red Universitaria de Promoción y Autocuidado en colaboración con CONACE: uso y abuso de drogas
Actividades áreas específicas: VIH/SIDA, tabaco, alcohol y drogas, Universidad Austral, Católica del Norte, Concepción, La Frontera
Congreso de Universidades Saludables



2006

- Se publica Guía de Universidades Saludables para incorporar la promoción de salud en los proyectos educativos y laborales.

Construyendo Comunidades Educativas Saludables



GUÍA PARA LA AUTOEVALUACIÓN Y RECONOCIMIENTO DE INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR PROMOTORAS DE LA SALUD

Red Nacional de Universidades Promotoras de la Salud 2013



2009

- Se conforma Comité Ejecutivo Nacional (CEN) con representantes de REDUPS y MINSAL. Participa Universidad de Chile, Universidad Austral, Universidad Católica de Chile, Universidad Católica de Valparaíso, INTA, UMCE.
- Se inicia proceso de definición de criterios y exigencias mínimas para evaluar y reconocer Instituciones de Educación Superior como Promotoras de Salud. Se genera Guía para la Autoevaluación y Reconocimiento de IESPS

2014

- Se entrega Guía para la Autoevaluación y Reconocimiento de IESPS



IESPS

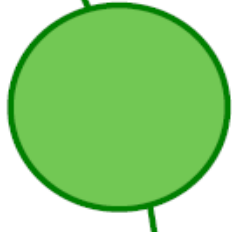
Son Universidades o instituciones de educación superior que han incorporado como parte de su proyecto educativo y laboral la Promoción de salud con el propósito de mejorar la calidad de vida de la comunidad educativa



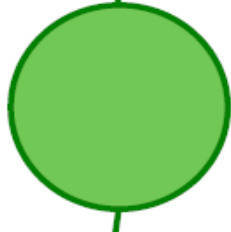
ROL PROMOTOR DE LA SALUD DE IESPS



Responden a las problemáticas de salud y educación del país o la región



Generan e intercambian conocimientos en torno a la promoción de salud



Orientan y apoyan la educación para el autocuidado y los estilos de vida saludable



Son agentes de cambio para la promoción de salud

(Muñoz y Cabieses, 2008)



OBJETIVOS ESTRATEGIA IESPS



Generar condiciones favorables para la calidad de vida

Articular trabajo intersectorial

Incorporar un programa de promoción de salud en la institución

Facilitar la articulación y movilización multisectorial de recursos regionales, subregionales y nacionales

Apoyar la creación de condiciones propicias para el aprendizaje, desarrollo humano y mejoramiento de las comunidades educativas

SISTEMA DE RECONOCIMIENTO IESPS

Proceso de autoevaluación de las IESPS para establecer criterios de Buenas Prácticas para las instituciones

Proceso Voluntario

Proceso Formativo



SISTEMA DE RECONOCIMIENTO IESPS

Incentiva a las IES a instalar políticas organizacionales y programas dirigidos a promoción de salud para su comunidad educativa

Incorpora la promoción de Salud en su proyecto educativo, con el fin de propiciar el desarrollo humano y mejorar la vida de las personas que estudian y trabajan.

Contribuye al diseño e implementación de planes y programa de promoción de salud al interior de las instituciones de educación superior con el fin de contribuir a mejorar la calidad de vida de la comunidad educativa

Fortalecer la formación como modelos o promotores de estilos de vida saludables a nivel de sus familias, en sus futuros entornos laborales y en la sociedad en general

Establece el cumplimiento de requisitos predefinidos en diversas áreas

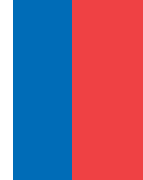
SISTEMA DE RECONOCIMIENTO IESPS

AREAS	COMPONENTES
Gestión institucional	- Políticas institucionales - Indicadores de gestión - Calidad de vida laboral - Calidad de vida estudiantil - Aspectos curriculares y de formación académica - Vinculo con el medio
Comunicación y Participación	- Comunicación efectiva - Participación Social
Entornos Saludables	- Infraestructura: espacios estudiantiles - Infraestructura: espacios laborales - Seguridad - Manejo de Residuos - Entornos inclusivos: necesidades especiales
Estilos de Vida	- Mecanismos protectores psicosociales - Salud sexual y reproductiva - Alimentación Saludable - Actividad Física - Promoción de factores protectores psicosociales y prevención del consumo de drogas



Ministerio de
Salud

Gobierno de Chile



**TODOS
XCHILE!**

