

Gobierno vasco presenta en el Parlamento un plan para aumentar la actividad física y reducir el sedentarismo

Busca "crear una sociedad más activa en Euskadi para obtener beneficios en salud"

VITORIA, 19 May. (EUROPA PRESS) -

El Departamento de Educación, Política Lingüística y Cultura y el Departamento de Salud del Gobierno vasco han presentado este lunes en el Parlamento vasco el plan estratégico común 'Mugiment 2013-2020' para la promoción de la actividad física y prevención del sedentarismo, que tiene como objetivo "crear una sociedad más activa en Euskadi para obtener beneficios en salud".

El director de Juventud y Deportes, Jon Redondo, y la directora de Salud Pública, Miren Dorronsor, han presentado este plan ante la Comisión de Cultura, Euskera, Juventud y Deporte del Parlamento vasco, a petición del PSE.

Según han explicado los representantes del Ejecutivo, la inactividad física constituye la cuarta causa de mortalidad en el mundo y en Euskadi, en función de los datos recogidos en la última Encuesta de Salud de la Comunidad Autónoma Vasca (ESCAV), el 31 por ciento de la población no cumple con los mínimos en la práctica de actividad física establecidos por la Organización Mundial de la Salud. Este grupo de población se considera inactiva y el porcentaje es mayor en las mujeres (34%) que en los hombres (27%).

Asimismo, han señalado que el sedentarismo es resultado de la sociedad actual en la que la mayoría de trabajos y el tiempo de ocio se desarrollan alrededor de actividades sedentarias que incrementan el riesgo de padecer enfermedades como la hipertensión, obesidad, diabetes o cáncer.

EFFECTOS BENEFICIOSOS

En este sentido, han subrayado que el incremento de los niveles de actividad física en la población generaría "efectos beneficiosos" en distintos órdenes que afectan directamente a la comunidad y a las condiciones de vida.

Bajo estas premisas, el Gobierno vasco ha elaborado el plan 'Mugiment' que recoge la recomendación del Consejo Europeo sobre la promoción de la actividad física. El proyecto, elaborado por ambos Departamentos del Gobierno vasco, tiene como documentos guías el Plan de Actividad física y Prevención del sedentarismo y el Plan de Salud del Gobierno Vasco.

El Plan de Salud 2013-2020 recoge entre sus objetivos aumentar el número de personas que realizan alguna actividad física y rebajar el porcentaje actual de

inactividad entre un 10 y 15 por ciento, todo ello "en sintonía con la promoción de entornos y estilos de vida saludables de toda la población", mediante la colaboración intersectorial y el trabajo en lo local y en lo comunitario que contempla el Plan de Salud.

OCHO ESTRATEGIAS

Para ello, Mugiment se estructura en ocho estrategias diseñadas para públicos diferentes --población en general, población infantil, población mayor, profesionales, expertos-- y en cada una de ellas se concretarán los objetivos y las acciones que se llevarán a cabo a través de Direcciones de Juventud y Deportes, y Salud Pública y Adicciones.

Como ejemplo de actuaciones en el caso de la población infantil, Redondo ha explicado que el objetivo es incrementar el tiempo de actividad física en los centros escolares y evitar el sedentarismo entre la población escolar.

Sin embargo, ha rechazado que se vaya a solicitar una hora más de actividad física dentro del curriculum educativo, sino que el plan propone "aportar recursos didácticos para que en diferentes asignaturas se puedan dar de forma más activa, evitando así el sedentarismo".