

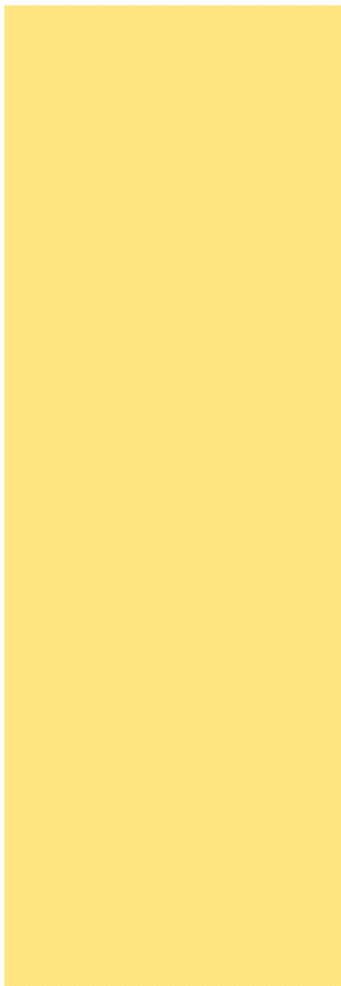


---

**PLAN INTEGRAL  
PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA  
Y EL DEPORTE**

---

**v.1**



**Actividad Física y Salud**

## **Documento elaborado por:**

**Jose Luís Terreros Blanco (Coordinador)**

**Fernando Gutiérrez Ortega (CSD)**

**Susana Aznar Laín**

**Vicente Elías Ruiz**

**Manel González Peris**

**Javier Ibáñez Santos**

**M<sup>a</sup> Teresa Lara Hernández**

**Francisco Javier López de las Heras**

**Sara Maldonado Martín**

**Begoña Merino Merino**

**José Naranjo Orellana**

**Nicolás Terrados Cepeda**

**Jose Gerardo Villa**

## ÍNDICE

<b>1. GLOSARIO DE TÉRMINOS .....</b>	<b>4</b>
<b>2. DEFINICIÓN. DIAGNÓSTICO ACTUAL.....</b>	<b>6</b>
<b>2.1 ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD .....</b>	<b>9</b>
<b>2.2 PREVALENCIA DE LA OBESIDAD Y DE OTRAS PATOLOGÍAS RELACIONADAS     CON EL SEDENTARISMO .....</b>	<b>14</b>
<b>2.3 EJERCICIO, METABOLISMO Y SÍNDROME METABÓLICO.....</b>	<b>26</b>
<b>2.4 PREVALENCIA DEL SEDENTARISMO .....</b>	<b>28</b>
<b>2.5 RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD. INICIATIVAS ..</b>	<b>39</b>
<b>2.6 RESUMEN Y CONCLUSIONES DE LA DEFINICIÓN Y EL DIAGNÓSTICO ACTUAL     .....</b>	<b>45</b>
<b>3. DISTRIBUCIÓN COMPETENCIAL.....</b>	<b>47</b>
<b>4. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES .....</b>	<b>50</b>
<b>5. VISIÓN DE FUTURO .....</b>	<b>52</b>
<b>5.1 INDICADORES AVANZADOS .....</b>	<b>53</b>
<b>6. OBJETIVOS GENERALES.....</b>	<b>55</b>
<b>7. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA .....</b>	<b>56</b>
<b>8. ÁMBITOS DE ACTUACIÓN .....</b>	<b>58</b>
<b>8.1 ACTUACIONES EN EL ÁMBITO ESCOLAR .....</b>	<b>59</b>
<b>8.2 ACTUACIONES EN LOS ÁMBITOS DOMÉSTICO Y FAMILIAR .....</b>	<b>63</b>
<b>8.3 ACTUACIONES EN LOS ÁMBITOS COMUNITARIO Y LOCAL .....</b>	<b>64</b>
<b>8.4 ACTUACIONES EN LOS ÁMBITOS CIVIL Y EMPRESARIAL.....</b>	<b>65</b>
<b>8.5 ACTUACIONES EN EL ÁMBITO URBANÍSTICO, MEDIOS DE TRANSPORTE.....</b>	<b>66</b>
<b>8.6 DESARROLLO DEL PROGRAMA DE EJERCICIO FÍSICO PARA LA SALUD .....</b>	<b>75</b>
<b>8.7 TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO CIENTÍFICO .....</b>	<b>82</b>
<b>8.8 ACTUACIONES DE FORMACIÓN, INFORMACIÓN Y PROMOCIÓN DEPORTIVA     EN GENERAL.....</b>	<b>83</b>
<b>8.9 ACTUACIONES EN EL DEPORTE ORGANIZADO .....</b>	<b>85</b>
<b>9. AGENTES IMPLICADOS.....</b>	<b>87</b>
<b>10. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A DESARROLLAR.....</b>	<b>88</b>
<b>11. REFERENCIAS.....</b>	<b>144</b>

## 1. GLOSARIO DE TÉRMINOS

**Actividad física:** se define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de “ejercicio” físico.

**Ejercicio físico:** es un término más específico que implica una actividad física planificada, estructurada y repetitiva realizada con una meta, con frecuencia con el objetivo de mejorar o mantener la condición física de la persona. Por ejemplo, las actividades de jardinería o subir escaleras en el hogar no pueden catalogarse como “ejercicio” estructurado, pero evidentemente constituyen actividades físicas.

**Condición física:** es un estado fisiológico de bienestar que proporciona la base para las tareas de la vida cotidiana, un nivel de protección frente a las enfermedades crónicas y el fundamento para el desarrollo de actividades deportivas. Esencialmente, el término condición física describe un conjunto de atributos relativos al rendimiento de la persona en materia de actividad física. También se le llama “*Fitness*”.

**Salud:** es un reflejo del bienestar global físico, mental y social de la persona. Este término es mucho más amplio que la mera ausencia de enfermedad. La salud, como todos sabemos, es una característica que no se mantiene estable a lo largo del tiempo y que puede variar a lo largo de un desarrollo continuo desde situaciones próximas a la muerte (mala salud) hasta un funcionamiento fisiológico óptimo (alto nivel de bienestar).

**Niveles de intensidad de la actividad física:** las recomendaciones sobre actividad física tanto para personas adultas como para niños, niñas y adolescentes hacen referencia a la importancia del ejercicio de al menos intensidad *moderada*.

Las personas que realizan actividad de intensidad moderada normalmente sienten:

- Un incremento del ritmo respiratorio que no obstaculiza la capacidad para hablar.
- Un incremento del ritmo cardíaco hasta el punto de que éste se puede sentir fácilmente en la muñeca, el cuello o el pecho.
- Una sensación de aumento de la temperatura, posiblemente acompañado de sudor en los días calurosos o húmedos.

Una sesión de actividad de intensidad moderada se puede mantener durante muchos minutos y no provoca fatiga o agotamiento extremos en las personas sanas cuando se lleva a cabo durante un período prolongado.

Es importante comprender que la intensidad moderada tiene un carácter *relativo* con respecto al nivel de condición física de cada persona. Por ejemplo, una persona con una mejor condición física deberá realizar la actividad con una intensidad *absoluta* más elevada que otra persona con peor condición física con el fin de sentir unas sensaciones similares de incremento del ritmo respiratorio, del ritmo cardíaco y de la temperatura, que son las características de la actividad física de intensidad moderada.

## 2. DEFINICIÓN. DIAGNÓSTICO ACTUAL

Existe una fuerte evidencia médica sobre los efectos perjudiciales para la salud que provoca el sedentarismo, también conocemos que su prevalencia en Europa es alta y que España es uno de los cuatro países más sedentarios de Europa. Las instituciones sanitarias internacionales, las instituciones europeas, las asociaciones médicas, los investigadores, los profesionales de la salud, incluso los propios gobiernos, han levantado repetidamente la voz dadas las importantes implicaciones para la salud, todos están de acuerdo en que se necesitan urgentemente estrategias preventivas y terapéuticas.

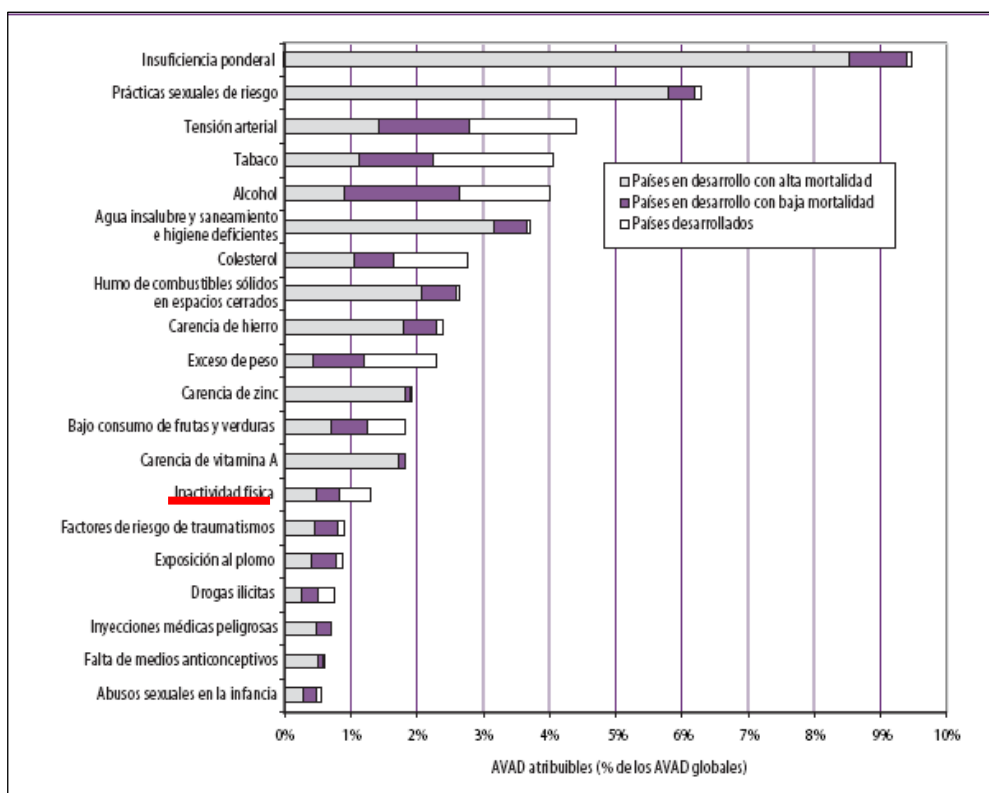
Como se expondrá en el presente estudio no faltan reuniones oficiales y declaraciones sobre el tema, tampoco escasean los trabajos de investigación ni las directrices y recomendaciones en ellos basadas, incluso existen numerosos ejemplos de programas exitosos de impulso a la actividad física. Sin embargo nuestra comunidad está muy lejos de conseguir un nivel de actividad física que podamos considerar saludable.

A pesar de su sencillez intuitiva, no se ha consensuado un concepto unánime de sedentarismo. En algunas publicaciones se toma la totalidad del gasto energético diario y se deriva el sedentarismo como fracción entre el consumo energético realizado en actividades que requieren al menos 4 equivalentes metabólicos (MET) y el consumo energético total. Otras lo centran en el gasto durante el tiempo libre, definiéndolo en función del cociente entre las actividades de ocio realizadas con gasto de 4 o más MET y la energía total consumida durante el tiempo de ocio. Pero, en la práctica clínica, los conceptos basados en el gasto energético son de difícil aplicación porque requieren cálculos laboriosos y la lucha contra el sedentarismo precisa un concepto de más fácil utilización. En los estudios se suele emplear como definición, dada su mayor eficiencia, el concepto de sedentarismo basado en averiguar si el/la paciente realiza 25-30 minutos diarios de ocio activo <sup>5</sup>.

La Organización Mundial de la Salud ( en adelante OMS) <sup>51</sup> estima que la inactividad física causa en conjunto 1,9 millones de defunciones a nivel mundial y que causa en torno a un 10% a 16% de los casos de cáncer de mama, cáncer colorrectal y diabetes mellitus, y aproximadamente un 22% de los casos de cardiopatía isquémica.

La OMS en su *Informe Anual sobre la Salud en el Mundo* de 2002, destaca que un 47% de la mortalidad mundial puede atribuirse a solo 20 factores de riesgo principales, (más de una tercera parte a los 10 primeros). Como se muestra en la

Figura 1, se estimó el impacto de los 20 riesgos principales seleccionados, expresándolo como la prolongación potencial de la esperanza de vida sana que conllevaría su eliminación. Si esos riesgos no existieran, en el año 2000 la esperanza de vida sana podría haber sido como media casi 10 años mayor en todo el mundo <sup>51</sup>.



**Figura 1.-** Impacto sobre la mortalidad mundial de los 20 riesgos principales Informe sobre la Salud en el Mundo (OMS) <sup>51</sup>.

Sin embargo, en los países desarrollados, el impacto de estos factores sobre la mortalidad es muy diferente. En la Tabla 1 se aprecia que el sedentarismo es el 7º factor en esta lista, pero además está comprobado con fuerte evidencia científica su incidencia sobre el 2º, 4º y 5º factores (hipertensión, dislipemias y exceso de peso) <sup>51,81</sup>.

Según la OMS la proporción de esa carga se podría reducir en los próximos 20 años mediante la atenuación de los factores de riesgo. En el mundo mueren 57 millones de personas al año. Dicho Informe Anual <sup>51</sup> muestra como el aumento de las enfermedades crónicas es el responsable de las dos terceras partes de estas muertes y del 46% de la morbilidad global. Estos porcentajes van en aumento, por

lo que si no invertimos esta tendencia, en el año 2020 las enfermedades no transmisibles serán la causa del 73% de las defunciones y del 60% de la carga mundial de enfermedad.

**Tabla 1.-** Factores de impacto sobre la mortalidad en los países desarrollados

Modificado del Informe sobre la Salud en el Mundo (OMS)<sup>51</sup>.

Factor de riesgo	Impacto
Tabaquismo	12.2%
<b>Hipertensión arterial</b>	<b>10.9%</b>
Consumo de alcohol	9.2%
<b>Dislipemias</b>	<b>7.6%</b>
<b>Exceso de peso</b>	<b>7.4%</b>
Bajo consumo de frutas y verduras	3.9%
<b>Inactividad física</b>	<b>3.3%</b>
Drogas ilícitas	1.8%
Prácticas sexuales de riesgo	0.8%
Carencia de hierro	0.7%

Además del coste personal del sedentarismo y la obesidad debemos tener en cuenta el coste social. Se calcula que en la Unión Europea (UE) la obesidad representa hasta un 7 % de los gastos de salud pública, cifra que seguirá aumentando habida cuenta de su tendencia al alza. Aunque no se dispone de datos pormenorizados para todos los Estados miembros de la UE, los estudios realizados ponen de relieve el alto coste económico de este factor de riesgo. Distintos estudios señalan que los gastos anuales en asistencia sanitaria de un adulto medio obeso son 37% superiores a los de una persona de peso normal, y los gastos en medicación 77% más altos. Estos costes directos no tienen en cuenta la reducción de la productividad debida a las discapacidades y a la mortalidad prematura<sup>56,68</sup>.

En su publicación de 2006 a nivel europeo: “*Physical activity and health in Europe Evidence for action*” (WHO Europe)<sup>66</sup> recoge los beneficios para la salud y redacta unas líneas guías y señala ejes de actuación estratégica.

En 2003, los servicios de la Comisión Europea establecieron una *Red sobre la Nutrición y la Actividad Física*, integrada por autoridades nombradas por los Estados miembros, la OMS y las ONG activas en el ámbito de la salud y la protección del público consumidor. La *Plataforma Europea de Acción sobre Alimentación, Actividad Física y Salud* se creó en marzo de 2005 con el objeto de ofrecer un marco de actuación común.



Dada la situación en Europa, la Comisión de las Comunidades Europeas publicó en 2005 un Libro Verde con el título “*Fomentar una alimentación sana y la actividad física: una dimensión europea para la prevención del exceso de peso, la obesidad y las enfermedades crónicas*”<sup>56</sup>. La consulta del Libro Verde reflejó un amplio consenso en torno a la idea de que la Comunidad debe trabajar con diversos agentes a escala nacional, regional y local. En sus respuestas, los/as agentes consultados/as destacaron que las políticas de la Comunidad deben ser congruentes y coherentes y que es importante aplicar un planteamiento multisectorial. Resaltaron asimismo el interés de que la UE coordine acciones como la recogida y la difusión de buenas prácticas, y la necesidad de que elabore un plan de acción y transmita un mensaje decidido a los agentes interesados. El Libro Verde fue seguido de una *Resolución del Parlamento Europeo*, que refuerza ese mensaje. Basándose en este Libro Verde la Comisión redactó en 2007 el Libro Blanco: “*Estrategia europea sobre problemas de salud relacionados con la alimentación, el sobrepeso y la obesidad*”<sup>26</sup> y poco después el *Libro Blanco sobre el Deporte*<sup>57</sup>.

En noviembre de 2006 se celebró en Estambul la *Conferencia Ministerial Europea de la OMS contra la Obesidad*<sup>29</sup>, con el tema: “*Influencia de la Dieta y la Actividad Física en la Salud*”. Esta conferencia dio lugar a la *Carta Europea Contra la Obesidad*. Reconoce que la obesidad es un problema de salud pública a escala global y le concede a este asunto un lugar preferente en la agenda política ya que los propios gobiernos reconocen pruebas suficientes que justifican una intervención inmediata.

Los gobiernos nacionales de la Región Europea de la OMS reconocen<sup>29</sup>:

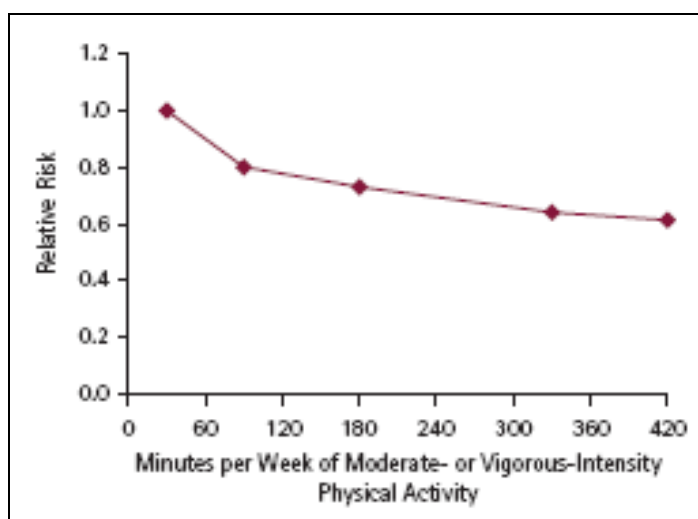
- Se precisa voluntad política, liderazgo de primer nivel y el compromiso de cada uno de los gobiernos.
- Una mejora en la alimentación, junto con la actividad física, producirá un impacto notable, y a menudo rápido, sobre la salud pública.
- Hay que encontrar un equilibrio entre la responsabilidad de las personas y de los gobiernos y la sociedad. No resulta admisible responsabilizar exclusivamente a las personas de su obesidad.

## 2.1 ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

La relación entre la práctica de actividad física y salud está hoy en día fuera de toda duda. La evidencia científica se ha acumulado de tal modo que los estudios

actuales se enfocan ya más en el estudio de la naturaleza de las relaciones entre actividad física y salud que en determinar si estas relaciones existen

La Encuesta Nacional de Salud <sup>5</sup>, relaciona la inactividad con un 7% del total de las muertes en España. Además el *Estudio sobre Promoción del Ejercicio Físico* de la Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria (SEMFYC) dice que hay evidencia de que las personas activas viven tres años más de media, con mayor calidad de vida y autonomía personal que los inactivos<sup>9</sup>. En la Figura 2 presentamos la asociación entre riesgo relativo de muerte prematura y la tasa de actividad física, según el Gobierno de los Estados Unidos.



**Figura 2.-** Relación entre riesgo de mortalidad prematura y actividad física.  
Physical Activity Guidelines for Americans (Gobierno USA)<sup>85</sup>.

El Departamento de Salud del Gobierno de los Estados Unidos recoge en sus recientes directrices: *“Physical Activity Guidelines for Americans”*<sup>85</sup>, los niveles de evidencia de cada uno de los efectos positivos del ejercicio sobre la salud en los diferentes estratos poblacionales. Nosotros las resumimos en la Tabla 2.

La protección que ejerce la actividad física para el desarrollo y modificación del riesgo de las enfermedades cardiovasculares está ampliamente demostrada. Realizando un análisis de las publicaciones recientes observamos:

- Los sujetos físicamente activos tienen en torno a un 50% de incidencia de enfermedad coronaria que los sedentarios.

- Ningún estudio mostró mayor incidencia de enfermedad coronaria en los más activos.
- 2/3 de los estudios demuestran que la inactividad física precede el inicio de la enfermedad
- En los estudios que presentan datos cuantitativos, existe una relación inversa entre la actividad física y el desarrollo de enfermedad coronaria.

**Tabla 2.- Niveles de evidencia de cada uno de los efectos positivos del ejercicio**

Modificado de Physical Activity Guidelines for Americans (Gobierno USA) <sup>85</sup>.

Niños y adolescentes
<b>Fuerte evidencia</b>
- Mejor condición física cardiorrespiratoria
- Mejor condición muscular
- Mejor salud ósea
- Mejores marcadores de salud cardiovascular
- Mejor composición corporal
<b>Evidencia moderada</b>
- Menos síntomas de depresión
Adultos y Mayores
<b>Fuerte evidencia</b>
- Menor riesgo de muerte temprana
- Menor riesgo de enfermedad coronaria
- Menor riesgo de ictus
- Menor riesgo de hipertensión arterial
- Menor riesgo de dislipemias adversas
- Menor riesgo de diabetes tipo 2
- Menor riesgo de síndrome metabólico
- Menor riesgo de cáncer de colon
- Menor riesgo de cáncer de mama
- Prevención del aumento de peso
- Mejor condición física cardiorrespiratoria
- Mejor condición muscular
- Prevención de caídas
- Mejor función cognitiva (ancianos)
<b>Evidencia moderada a fuerte</b>
- Mejor salud funcional
- Menor obesidad abdominal
<b>Evidencia moderada</b>
- Menor riesgo de fractura de cadera
- Menor riesgo de cáncer de pulmón
- Menor riesgo de cáncer endometrial
- Mantenimiento del peso después del adelgazamiento
- Mejor densidad ósea
- Mejor calidad del sueño

El estudio de la SEMFYC <sup>9</sup> refleja el efecto del ejercicio sobre el tabaquismo y dice que la carrera a pie es un ejercicio suficientemente intenso como para hacerlo incompatible con el hábito de fumar y que un 70% de los que habían empezado a correr lo habían hecho con la idea de dejar de este hábito. Comparando ambos grupos, se ha visto que en el grupo de corredores había un número significativamente mayor que había dejado de fumar que en el grupo de no corredores.

Igualmente queda demostrado que el ejercicio mejora la salud mental en general, actuando tanto sobre la ansiedad como sobre el insomnio y los trastornos del ánimo. La autodisciplina que impone la práctica regular de ejercicio puede llevar al sujeto a experimentar una mayor sensación de control sobre su vida <sup>9</sup>.

En nuestro país, los resultados del estudio de la *Cohorte CDC de Canarias* <sup>6</sup> muestran que el sedentarismo se asocia directamente con el síndrome metabólico, el índice de masa corporal, las circunferencias abdominal y pélvica, la presión arterial sistólica, la frecuencia cardíaca, la apolipoproteína B y los triglicéridos, e inversamente con el colesterol unido a lipoproteínas de alta densidad y la actividad de la paraoxonasa. Y el estudio *Seguimiento Universidad de Navarra (SUN)* muestra la relación directa entre sedentarismo y riesgo de hipertensión <sup>90</sup> y con los desórdenes mentales <sup>104</sup>. De este modo la SMFYC define al sedentarismo como el factor de riesgo, asociado a los hábitos de vida actuales, que más impacto tiene sobre la salud por su clara implicación en el desarrollo de numerosas enfermedades <sup>9</sup>.

En noviembre de 2006 se celebró en Estambul la Conferencia Ministerial contra la Obesidad, de la Región Europea de la OMS <sup>29</sup>. Con los datos de ese análisis y los citados anteriormente, los/as ministros europeos/as de Sanidad reconocen en la *Carta Europea contra la Obesidad* <sup>29</sup> que la espectacular reducción de la actividad física y la modificación de los patrones alimentarios han provocado un desequilibrio energético en la población. Dos terceras partes de la población adulta de la mayoría de los países de la Región Europea de la OMS no practica actividad física suficiente para garantizar y conservar los niveles alcanzados de salud <sup>29</sup>.

Para obtener mejorías en la salud el Departamento de Salud del Gobierno de los Estados Unidos define cuatro niveles de actividad, con implicaciones prácticas. Los niveles bajos producen ciertos beneficios y los altos mayores beneficios, siempre teniendo en cuenta que los conocimientos científicos actuales no han definido un

nivel máximo a partir del cual ya no se obtengan beneficios adicionales para la salud, tal y como reproducimos en la Tabla 3 <sup>85</sup>.

**Tabla 3-** Niveles de ejercicio e implicaciones para la salud  
Physical Activity Guidelines for Americans (Gobierno USA) <sup>85</sup>.

Levels of Physical Activity	Range of Moderate-Intensity Minutes a Week	Summary of Overall Health Benefits	Comment
Inactive	No activity beyond baseline	None	Being inactive is unhealthy.
Low	Activity beyond baseline but fewer than 150 minutes a week	Some	Low levels of activity are clearly preferable to an inactive lifestyle.
Medium	150 minutes to 300 minutes a week	Substantial	Activity at the high end of this range has additional and more extensive health benefits than activity at the low end.
High	More than 300 minutes a week	Additional	Current science does not allow researchers to identify an upper limit of activity above which there are no additional health benefits.

La Sociedad Europea de Cardiología reconoce que cualquier aumento de actividad física, aún limitado resultará en beneficios para la salud <sup>43</sup>.

Pero además de los efectos preventivos, a la actividad física se le reconocen unos importantes efectos terapéuticos en numerosas enfermedades y en poblaciones especiales como los/as ancianos/as generalmente afectos/as de pluripatologías.

El *Estudio sobre Promoción del Ejercicio Físico*, de la SEMFYC <sup>9</sup>, recomienda actividad física individualizada para pacientes con insuficiencia cardiaca, enfermedad pulmonar crónica, cáncer, hipertensión arterial, arteriopatía periférica, diabetes, colesterol alto, obesidad, osteoporosis, artrosis y depresión. Y recomienda al Médico de Familia prescribir un ejercicio con el que estos pacientes puedan disfrutar, que aumente su confianza, les ayude a desarrollar destrezas, que incorpore interacción social y que se lleve a cabo en un ambiente que comprometa la mente y el espíritu.

En los/as mayores, la SEMFYC <sup>9</sup> define las mejorías asociadas al ejercicio físico, especialmente evidentes en el aparato locomotor. En las personas mayores, tan castigadas por la osteoporosis o la artrosis, el ejercicio disminuye el dolor articular y mejora la movilidad, muy ligada a la autonomía personal para las actividades cotidianas. La actividad física ha demostrado reducir el riesgo de fractura en un 50%.

Existen numerosísimas iniciativas de aplicación del ejercicio físico en el tratamiento de pacientes. En España podemos resaltar la iniciativa del Pla d'Activitat Física, Esport i Salut" (PAFES) <sup>69</sup> puesto en marcha recientemente en Cataluña y

continuando el Plan de Implantación Progresiva para la Prescripción de la Actividad Física a la Atención Primaria de Salud en Catalunya (PIP)<sup>99</sup>, que sirvió como modelo piloto. Se trata de un Plan con cooperación de los: Departament de Salut y Secretaria General de l'Esport y que pone en marcha líneas de actuación para implantar la prescripción de actividad física en la Atención Primaria

No obstante los/as expertos/as que han colaborado en la redacción del presente Plan desean remarcar la importancia de un reconocimiento médico preparticipación antes de recomendar la práctica deportiva a cualquier sujeto y en especial a pacientes con patologías. Ya que no se deben obviar los riesgos del ejercicio incontrolado y los inconvenientes que la práctica deportiva puede provocar en este tipo de sujetos.

## **2.2 PREVALENCIA DE LA OBESIDAD Y DE OTRAS PATOLOGÍAS RELACIONADAS CON EL SEDENTARISMO**

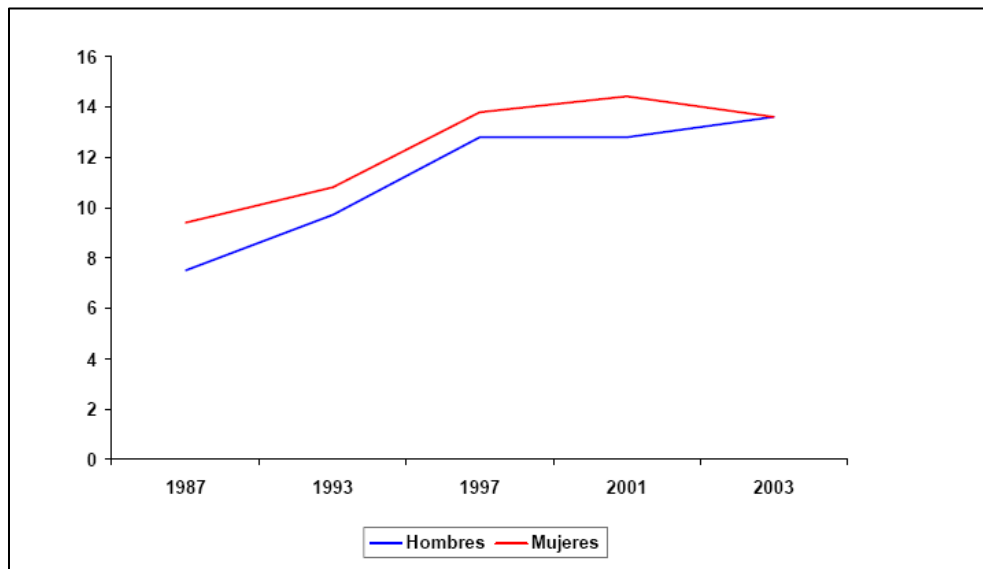
La patología con una mayor relación con el sedentarismo es la obesidad. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la obesidad y el sobrepeso han alcanzado caracteres de epidemia a nivel mundial. Más de mil millones de personas adultas tienen sobrepeso y de ellas al menos 300 millones son obesas. En el ámbito europeo, el reciente Informe *Anual de 2008 de la Plataforma de la UE de la Nutrición, Actividad Física y Salud*, actualiza la prevalencia de la obesidad en más de la mitad de la población de la UE y además un 30% (unos 22 millones) de menores presentan sobrepeso (esta cifra aumentaría en unos 400.000 niños al año)<sup>84</sup>. El Informe *Sobre la Función del Deporte en la Educación* elaborado en 2007 por la Comisión de Cultura y Educación del Parlamento Europeo, considera que el sobrepeso causado por una vida sedentaria y una dieta alimentaria incorrecta afecta a una proporción cada vez mayor de la población de la UE, en particular a uno de cada cuatro menores aproximadamente<sup>50</sup>.

En España, el Ministerio de Sanidad y Política Social, reseña un 13.7% de hombres obesos y un 14.3% de mujeres obesas entre las personas mayores de 20 años<sup>54</sup>. La Encuesta Nacional de Salud en su última edición de 2006 muestra un fuerte aumento de la obesidad entre 1987 y 1997 y un mantenimiento o ligero aumento desde entonces, tal y como reflejan la Tabla 4 y la Figura 3<sup>5</sup>.

<b>PORCENTAJE DE POBLACIÓN CON ÍNDICE DE MASA CORPORAL <math>\geq 30</math> kg/m<sup>2</sup>, SEGÚN EDAD. AMBOS SEXOS. POBLACIÓN DE 20 Y MÁS AÑOS. ESPAÑA, 1987-2003.</b>					
	1987	1993	1997	2001	2003
<b>AMBOS SEXOS</b>					
Total	7.7	9.9	12.9	13.6	14.0
20-24	1.0	2.1	2.2	3.5	3.3
25-34	3.7	4.6	6.8	7.0	7.5
35-44	7.0	8.0	10.9	10.7	11.4
45-54	11.3	13.9	16.7	17.0	17.3
55-64	13.8	16.3	21.6	21.1	20.7
65 y +	13.0	16.3	20.5	22.3	21.0
Porcentaje ajustado por edad	7.7	10.2	13.3	13.6	13.7

**Tabla 4.-** Evolución de la prevalencia de la obesidad en España. Encuesta

Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Política Social. Instituto Nacional de Estadística.<sup>5</sup>

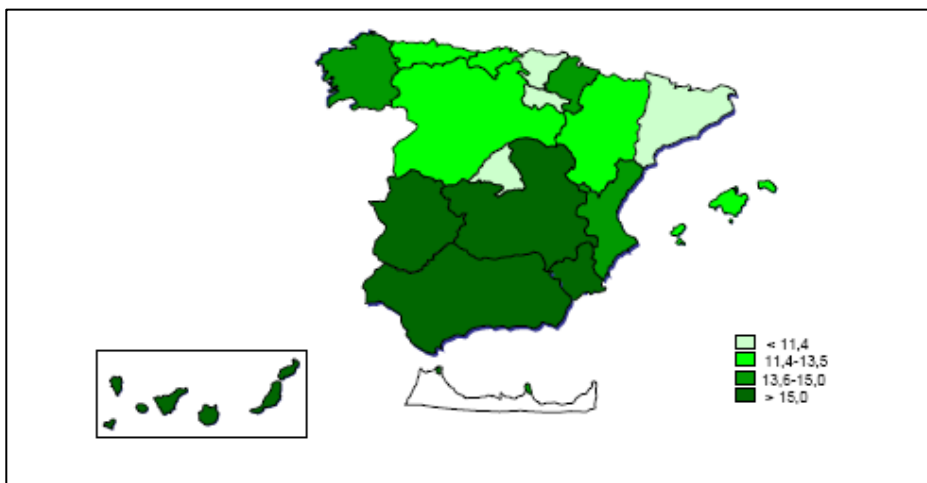


**Figura 3.-** Evolución de la prevalencia de la obesidad en España

Encuesta Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Política Social. Instituto Nacional de Estadística.<sup>5</sup>

De igual manera que la frecuencia de la obesidad se incrementa con la edad, el aumento en la prevalencia de la obesidad entre 1993 y 2003 fue mayor en los grupos de mayor edad: mientras que en la edad adulta (25 a 34 años) la frecuencia de la obesidad pasó de 4.6% a 7.5% entre esos dos años, en la población a partir de 65 años pasó de 16.3% al 21%<sup>5</sup>.

Por comunidades autónomas, la Encuesta Nacional de Salud<sup>5</sup> expresa importantes diferencias en el porcentaje ajustado por edad de población de 20 y más años con un IMC  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup>. Si bien en el País Vasco, Cataluña, Madrid y La Rioja este porcentaje no llegó al 11%, en Extremadura y Andalucía superó el 18%. La Figura 4 muestra el patrón geográfico en la distribución de la obesidad en España, siendo el porcentaje de población obesa más alto en el Centro, Sur y Canarias.

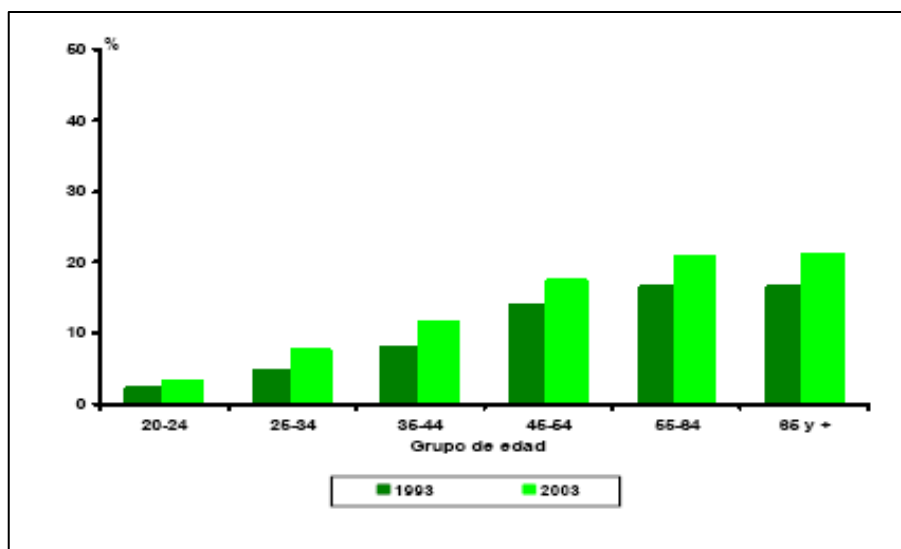




**Figura 4.-** Prevalencia de la obesidad por Comunidades Autónomas.

Encuesta Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Política Social. Instituto Nacional de Estadística.<sup>5</sup>

La prevalencia de la obesidad y su tendencia ascendente durante las dos últimas décadas, han hecho que en España llegue a ser considerada una verdadera epidemia. En la población adulta española, el sobrepeso llega al 38.5%, esto es, uno de cada dos adultos/as presenta un peso superior a lo recomendable. Se ha observado que la prevalencia de obesidad crece conforme aumenta la edad alcanzando cifras del 21.6% y 33.9% en varones y mujeres de más de 55 años, respectivamente. La prevalencia de la obesidad por grupos de edad en la Encuesta Nacional de Salud queda reflejada en la Figura 5<sup>5</sup>.



**Figura 5.-** Prevalencia de la obesidad por grupos de edad.

Encuesta Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Política Social. Instituto Nacional de Estadística.<sup>5</sup>

La obesidad se inicia cada vez más frecuentemente en la infancia. De tal magnitud es el problema que se considera que, en la población infantil y juvenil, los/as escolares prepuberales son un grupo de riesgo y clave para la prevención de la obesidad, tal y como considera la Federación Española de Medicina del Deporte. En su reciente *Documento de Consenso*<sup>55</sup> afirma que el gasto de energía en las edades infantiles y juveniles es escaso, pese a que haya multitud de actividades extraescolares, puesto que el juego con movimiento, tan habitual y prolongado en

épocas menos desarrolladas, está reducido al mínimo, sustituido por los juegos sin movimiento (de ordenador o consola, trabajo escolar para casa o actividad extraescolar sin gasto de calorías).

En el ámbito nacional es el estudio ENKID <sup>7</sup> el más relevante. Este estudio pone de manifiesto que la obesidad en la población española en edad infantil y juvenil está adquiriendo dimensiones que merecen una especial atención. La prevalencia de obesidad entre los 2 y los 24 años en España se estima en un 13.9% y la prevalencia de sobrepeso, en un 12.4%. Así por encima de valores de sobrepeso encontraríamos al 26.3% de la población infantil y juvenil española. La prevalencia de obesidad es más elevada en los varones (15.60%) que en las mujeres (12.00%), con una diferencia estadísticamente significativa. En el subgrupo de varones, las tasas más elevadas se observaron entre los 6 y los 13 años. En las chicas las tasas más elevadas se observaron entre los 6 y los 9 años. La Tabla 5 nos muestra la prevalencia de la obesidad infantil en España por grupos de edad según el estudio ENKID <sup>105</sup>.

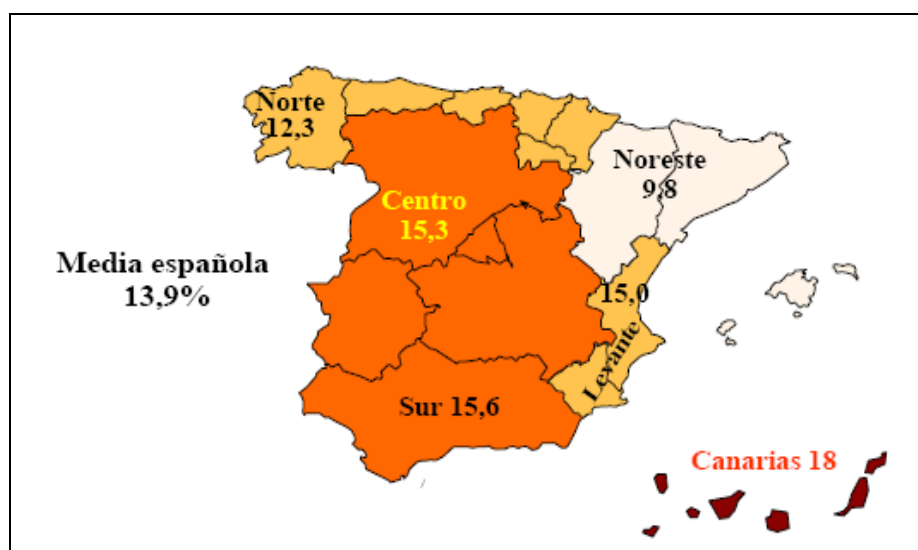
**Tabla 5.-** Prevalencia de la obesidad infantil en España por grupos de edad y sexo.

SERRA L, RIBAS L, ARANCETA J, PÉREZ C, SAAVEDRA P, PEÑA L. <sup>105</sup>

Edad (años)	Sobrepeso $\geq$ p85 - < p97	Obesidad $\geq$ p97	Sobrepeso y obesidad $\geq$ p85
<b>Total</b>			
2-5	9,9	11,1	21,0
6-9	14,5	15,9	30,4
10-13	14,6	16,6	31,2
14-17	9,3	12,5	21,8
18-24	13,2	13,7	26,9
<b>Total</b>	<b>12,4</b>	<b>13,9</b>	<b>26,3</b>
<b>Chicos</b>			
2-5	9,3	10,8	20,1
6-9	16,0	21,7	37,7
10-13	20,0	21,9	41,9
14-17	10,4	15,8	26,2
18-24	14,9	12,6	27,5
<b>Total</b>	<b>14,3</b>	<b>15,6</b>	<b>29,9</b>
<b>Chicas</b>			
2-5	10,4	11,5	21,9
6-9	13,1	9,8	22,9
10-13	9,1	10,9	20,0
14-17	8,0	9,1	17,1
18-24	11,3	14,9	26,2
<b>Total</b>	<b>10,5</b>	<b>12,0</b>	<b>22,5</b>

La obesidad tiene un comportamiento multifactorial, con factores nutricionales y de inactividad a la cabeza de los causales. El estudio ENKID <sup>7</sup> descubre también la relación entre obesidad y sedentarismo en los/as más jóvenes. La prevalencia de obesidad es más elevada en los/as menores que dedican mayor tiempo a actividades sedentarias (estudio, TV, ordenador, videojuegos...) en comparación con los/as que les dedican menos tiempo. Por ejemplo la prevalencia de obesidad es más elevada en las chicas que dedican más de 2 horas diarias a ver televisión en comparación con las que dedican menos de 1 hora a esta actividad. La prevalencia de obesidad en la edad infantil y juvenil, en los/as que no practican ningún deporte habitualmente es más elevada en comparación con los/as que sí tienen este hábito, especialmente entre los/as chicos/as que practican actividades deportivas 3 veces a la semana.

El patrón geográfico de distribución de la obesidad infantil y juvenil en España es similar al de la distribución en la edad adulta y muestra un predominio en las regiones del Centro y Sur, y especialmente en Canarias, tal y como refleja la Figura 6<sup>7</sup>.

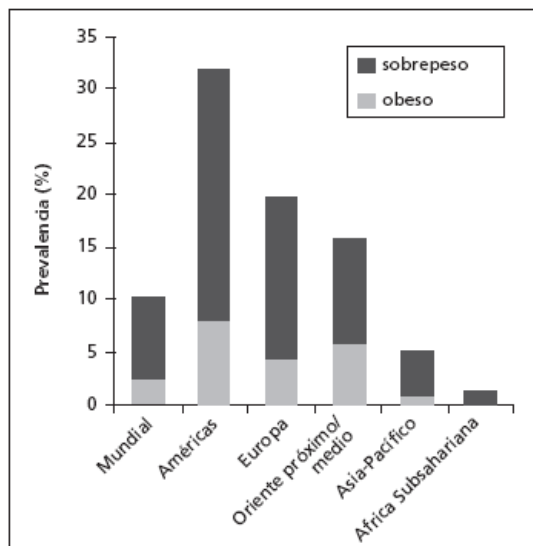


**Figura 6.-** Prevalencia de la obesidad infantil y juvenil por Comunidades Autónomas.  
Estudio ENKID<sup>7</sup>.

Respecto a las comparaciones con otros países y según los datos del Ministerio de Sanidad y Política Social, España ocupa una posición intermedia en el porcentaje de adultos/as obesos/as. Sin embargo, en lo que se refiere a la población infantil, nuestro país presenta una de las cifras más altas, sólo comparable a las de otros países mediterráneos. Así, en España, en la franja de 10 años, la prevalencia de obesidad es sólo superada en Europa por Italia, Malta y Grecia<sup>84</sup>.

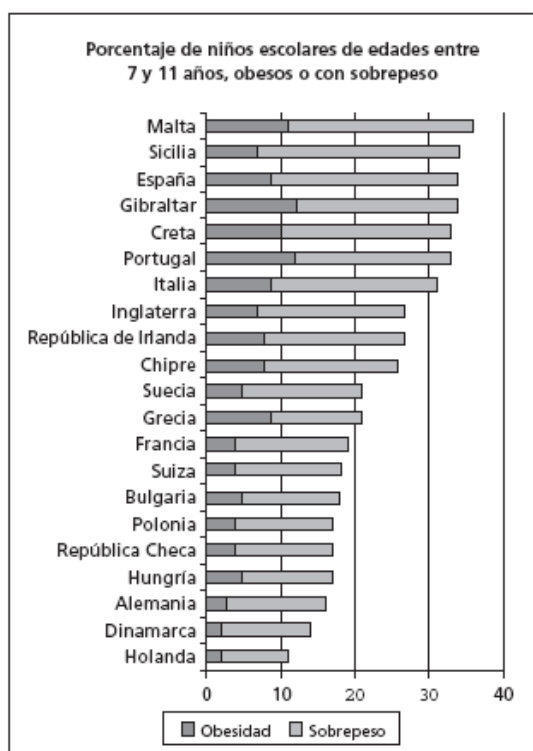
Si observamos la prevalencia mundial de obesidad y sobrepeso en menores, entre de 5 a 17 años, vemos como la tasa más alta es la americana con más de un 30%, y a continuación la europea con más del 20%, tal y como refleja la Figura 7<sup>63</sup>.

Los datos aportados por la Organización Mundial de la Salud<sup>70</sup> para los países europeos, sitúan a España como el segundo de 32 países, tras Malta, en sobrepeso (25%) y obesidad (13%) en niños y niñas de 13 años; y el cuarto en sobrepeso (21%), y obesidad (12%), en niños y niñas de 15 años. La Plataforma Europea de la Nutrición, Actividad Física y Salud<sup>84</sup> publica datos similares para niños/as de 7 a 11 años (Figura 8).



**Figura 7.-** Prevalencia de sobrepeso y obesidad, niños/as de 5-17 años en el mundo

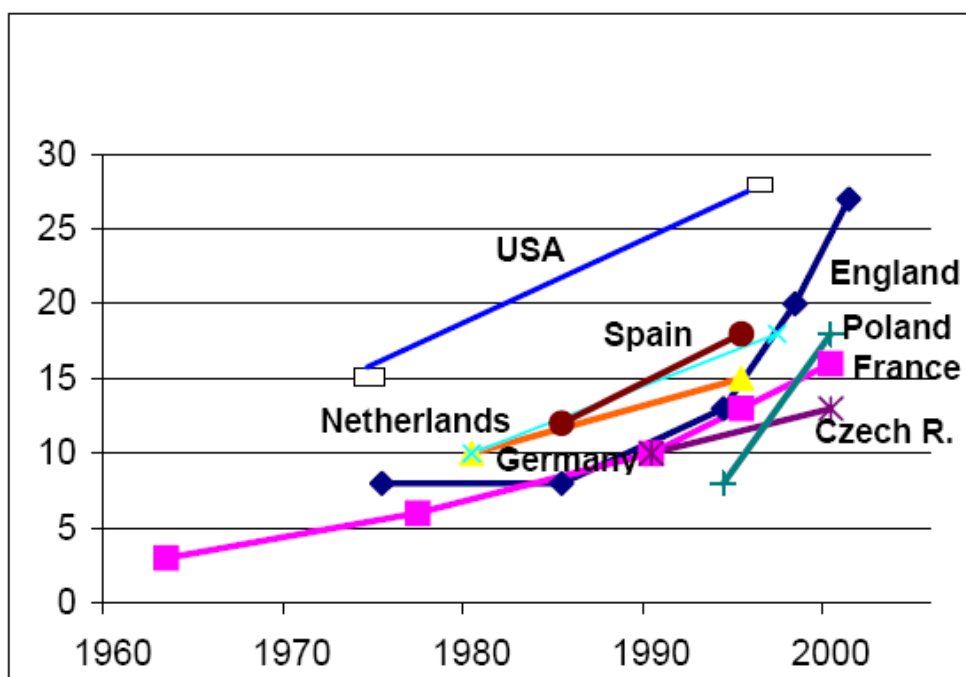
IASO International Obesity Task Force. LOBSTEIN T., BAUR L., UAUY R. <sup>63</sup>.



**Figura 8.-** Prevalencia de niños/as con sobrepeso en escolares europeos/as (edades entre 7 y 11 años)

EU Platform on Diet, Physical Activity and Health. EU Platform Briefing Paper. Brussels, 2005 <sup>84</sup>.

La Plataforma Europea de la Nutrición, Actividad Física y Salud <sup>84</sup> describe una tendencia ascendente en el sobrepeso infantil en diferentes países de la UE, entre ellos en España, como se refleja en la Figura 9.



**Figura 9.-** Aumento de la prevalencia de sobrepeso en niños/as de 5 a 11 años en diferentes países.

EU Platform on Diet, Physical Activity and Health. EU Platform Briefing Paper. Brussels, 2005 <sup>84</sup>.

Además debemos considerar los datos del estudio de la OMS Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) <sup>11</sup> muestra para nuestro país una asociación negativa entre la renta familiar y la prevalencia de la obesidad, es decir mayor obesidad a rentas más bajas (Tabla 6).

**Tabla 6.-** Asociaciones entre renta familiar, sobrepeso y obesidad por regiones, países y géneros.

OMS. HEALTH BEHAVIOUR IN SCHOOL-AGED CHILDREN (HBSC)<sup>11</sup>.

Associations between family affluence and indicators of health, by country/region and gender: OVERWEIGHT AND OBESITY					
	Boys	Girls		Boys	Girls
<b>NORTH</b>			<b>SOUTH</b>		
Canada	-	-	Croatia		
Denmark	-	-	Greece		
England			Israel		
Estonia			Italy		
Finland			Malta		
Greenland	+		Portugal		-
Iceland	-	-	Slovenia	-	-
Ireland			Spain	-	-
Latvia	+		TFYR Macedonia <sup>†</sup>		
Lithuania			Turkey	+	
Norway					
Scotland					
Sweden	-	-			
USA	-	-			
Wales	-				
<b>WEST</b>			<b>EAST</b>		
Austria	-	-	Bulgaria		
Belgium (Flemish)	-		Czech Republic		
Belgium (French)	-	-	Hungary		
France	-	-	Poland		
Germany	-	-	Romania		
Luxembourg	-	-	Russian Federation	+	
Netherlands	-	-	Slovakia		-
Switzerland	-		Ukraine		

Where family affluence is statistically significant at  $p < 0.05$ , countries are identified with +/-

+ indicates that higher levels of overweight and obesity are significantly associated with higher family affluence;

- indicates that higher levels of overweight and obesity are significantly associated with lower family affluence.

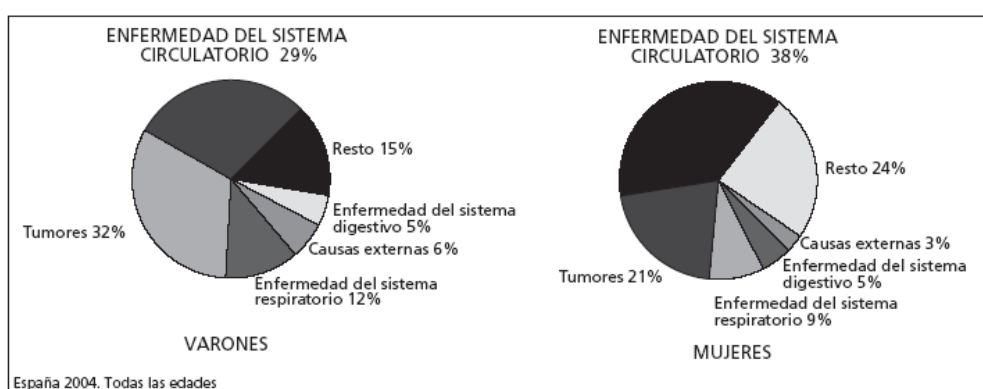
Respecto a las otras patologías relacionadas con el sedentarismo, existen numerosísimos estudios. El American College of Sports Medicine y la American Heart Association describe un aumento de la incidencia de patologías articulares reumatológicas, hipertensión arterial, patología cardiovascular, enfermedades respiratorias, diabetes mellitus, patología cerebrovascular y osteoporosis, tal y como se refleja en la Tabla 7<sup>67</sup>.

**Tabla 7.-** Prevalencia de patologías relacionadas con el sedentarismo en edad adulta, por grupos de edad.

American College of Sports Medicine and American Heart Association.<sup>67</sup>

Condición	Age 55-65	Age 65+	Age 65+
	1995	1995	2001-2002
Arthritis	32.8	48.9	n/a
Hypertension	28.9	40.3	50.2
Heart disease	18.0	30.8	31.4
Selected respiratory diseases	13.7	13.8	n/a
Diabetes mellitus	9.7	12.6	15.5
Cerebrovascular disease	2.5	7.1	8.9
Osteoporosis*			
Women		26.1	
Men		3.8	

Respecto a la mortalidad causada por las enfermedades cardiovasculares, la 1.<sup>a</sup> Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica Clínica en España. *Prevención Cardiovascular*<sup>82</sup> estima una tasa de 29% en varones y 38% en mujeres, tal y como se aprecia en la Figura 10.



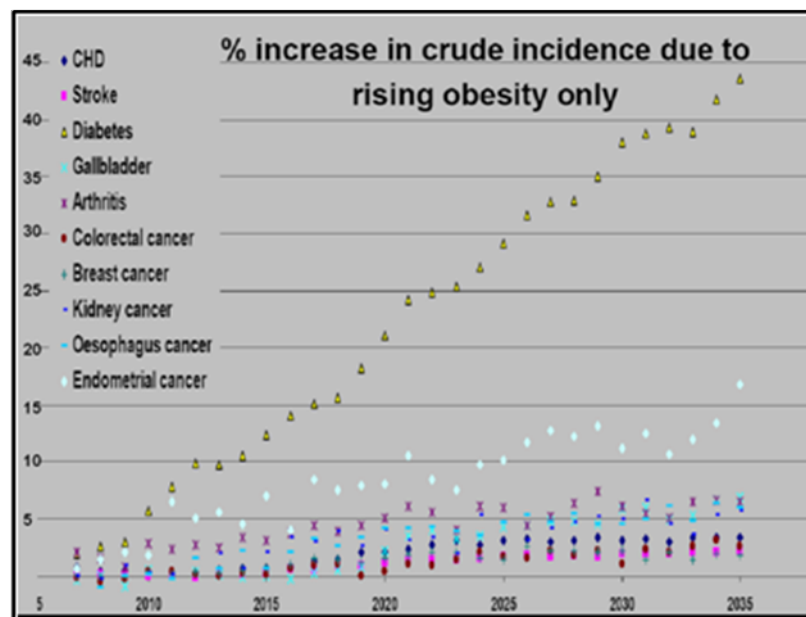
**Figura 10.-** Mortalidad proporcional en España por todas las causas.

1.<sup>a</sup> Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica Clínica en España. *Prevención Cardiovascular*<sup>82</sup>.



La evolución de estas patologías en el estudio de Basterra y cols<sup>88</sup> sobre datos de las Encuestas Nacionales de Salud establece una tendencia temporal significativa de incremento de la prevalencia de obesidad, diabetes, hipertensión arterial e hipercolesterolemia. Además observan que el incremento de obesidad sólo afecta a los/as participantes más jóvenes, con una interacción significativa.

Fox<sup>94</sup> ofrece una interesante extrapolación para Escocia de la evolución temporal de la prevalencia de patologías debido al aumento de la obesidad hasta el año 2035. Se ofrece en la Figura 11, vemos que el 45% de la incidencia de patología cardiovascular (CHD) y más del 15% de cáncer endometrial en 2035 estarán ligados al sedentarismo.



**Figura 11.-** Previsión del aumento de prevalencia de patologías debido al aumento de obesidad, hasta 2035 en Escocia

FOX K.Physical Activity and Weight Management: Towards a Healthier Future SPARColl Policy Workshop<sup>94</sup>.

## 2.3 EJERCICIO, METABOLISMO Y SÍNDROME METABÓLICO

Entre los mecanismos propuestos para explicar los efectos positivos de la actividad física destaca la actuación sobre los componentes del síndrome metabólico. Se trata de una entidad nosológica descrita por Gerald Reaven en 1988, aunque ya distintos estudios estaban advirtiendo sobre el riesgo cardiovascular que implicaban las dislipemias, la obesidad, la hipertensión arterial (HTA) y la intolerancia a la glucosa. El síndrome metabólico representa un grave riesgo de morbi-mortalidad cardiovascular y de diabetes mellitus. Aparece en personas con susceptibilidad genética, pero se debe a causas adquiridas, entre las que sobresalen el sedentarismo y las dietas hipercalóricas. Los pilares de su tratamiento radican en una dieta baja en calorías y el incremento de la actividad física. El incremento de la actividad física reduce el riesgo de enfermedad cardiovascular y de diabetes mellitus en los pacientes con síndrome metabólico.

En la 1.<sup>a</sup> Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica Clínica en España. *Prevención cardiovascular*<sup>82</sup>, se atribuye al ejercicio físico un efecto escaso sobre la reducción del peso, valorada por el índice de masa corporal (IMC), pero reduce la masa grasa y la grasa abdominal además de ser la medida más importante para la prevención del aumento del peso. En los/as intolerantes a la glucosa, la dieta y el ejercicio combinados reducen el desarrollo de la diabetes tipo 2 hasta en un 58% de forma dosis-dependiente. La práctica de ejercicio físico favorece un aumento de la sensibilidad a la insulina y mejora el control glucémico a largo plazo en los pacientes con diabetes tipo 2. Además, el ejercicio físico mejora globalmente el perfil lipídico de modo dosis-dependiente en relación con la cantidad (no la intensidad) del mismo. El ejercicio físico se asocia también con una reducción de la presión arterial, tanto en los/as pacientes hipertensos (reducción de la presión arterial sistólica/diastólica de reposo de 6.9/4.9 mmHg), como normotensos (reducción de la presión arterial sistólica/diastólica de reposo de 3.0/2.4 mmHg). Dado el amplio repertorio de mejoras metabólicas y de presión arterial, no es sorprendente que el ejercicio físico mejore el pronóstico de pacientes con enfermedad coronaria, con una reducción de la mortalidad coronaria del 26% (20% de la mortalidad total). Por último, en los/as pacientes con claudicación intermitente, el ejercicio físico incrementa la distancia de la claudicación un 179% o 225 metros y la máxima distancia caminada un 122-150% (398 metros).

El síndrome metabólico se define por la presencia de al menos 3 de los siguientes criterios <sup>10</sup>:

- Circunferencia de cintura > 102 cm en hombres y > 88 cm en mujeres.
- Triglicéridos séricos  $\geq$  150 mg/dl (1,70 mmol/L).
- HDL-C < 40 mg/dl en hombres y < 50 mg/dl en mujeres.
- Presión arterial  $\geq$  130/85 mm Hg.
- Glicemia en ayunas  $\geq$  110 mg/dl (6,10 mmol/L)

Este síndrome tiene una prevalencia muy elevada en nuestra población y alcanza un 12% en el registro MESYAS español sobre población trabajadora sana; y el 22% de la población general española <sup>13</sup>.

Respecto a la evolución temporal la diabetes tipo II, las estimaciones son muy poco halagüeñas: se espera que el número global de afectados/as aumente de los 150 millones actuales a 220 millones en 2010 y a 300 millones en 2025 <sup>108</sup>. La gran mayoría de estos pacientes tendrá diabetes en relación con la obesidad y el estilo de vida sedentario.

La obesidad es el principal factor patogénico de este síndrome y más del 80% de las personas obesas son insulino-resistentes. Esta tendencia al aumento de prevalencia de la diabetes y la obesidad supone en la actualidad un auténtico reto para los sistemas de salud pública de prácticamente todo el mundo y continuará siéndolo en el futuro <sup>86</sup>.

El ejercicio físico reduce la lipogénesis e incrementa la lipólisis <sup>93</sup>. Estudios recientes, han demostrado que la pérdida de peso inducida por el ejercicio, reduce significativamente la grasa total, la grasa visceral y mejora la condición cardiorrespiratoria. La actividad física que no se acompaña de reducción del peso también tiene los mismos efectos beneficiosos <sup>103</sup>.

Respecto al componente hipertensivo del síndrome metabólico, se ha demostrado que la práctica regular de ejercicio físico produce una disminución de la presión arterial en los/as pacientes hipertensos y con síndrome metabólico <sup>100</sup>.

Diversos estudios han mostrado resultados semejantes en menores. Krekoukia y cols <sup>98</sup> encontraron resistencia a la insulina, CRP y niveles de lípidos en sangre más altos en los menores obesos/as. La circunferencia de cintura y la actividad física total explicó un 49% de la varianza de la resistencia a la insulina. Además la grasa total y la abdominal se asociaron positivamente y la actividad física se relacionó

negativamente con la resistencia a la insulina en menores. Los autores concluyen que las intervenciones para mejorar el metabolismo de la glucosa en jóvenes deben priorizar la reducción de la grasa corporal e incrementar la actividad física.

La detección de individuos con síndrome metabólico debe enfocarse sobre las principales poblaciones de riesgo: obesos/as, hipertensos/as, diabéticos/as y pacientes con cardiopatía isquémica, que presentan mayores probabilidades de padecer este síndrome. Los cambios en los estilos y hábitos de vida representan una importante medida en pacientes con síndrome metabólico, en especial relacionados con un incremento de la actividad física sistemática de tipo aeróbico.

## 2.4 PREVALENCIA DEL SEDENTARISMO

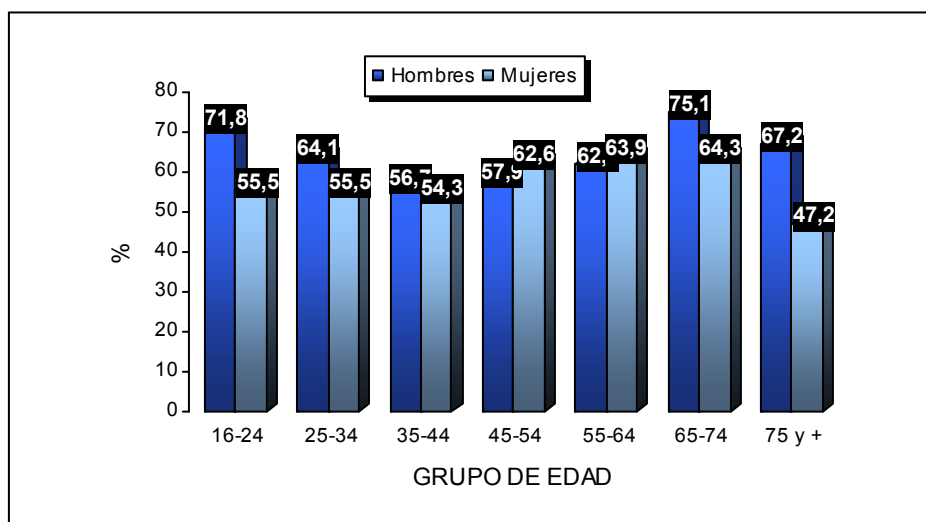
El Informe de la Organización Mundial de la Salud sobre la salud en el mundo (*Reducir los Riesgos y Promover una Vida Sana* <sup>51</sup>) estima que la prevalencia a nivel mundial de inactividad física entre los adultos/as es del 17%. Las estimaciones de la prevalencia de cierto grado de actividad física, así y todo insuficiente (< 2.5 horas semanales de actividad moderada), se sitúa entre el 31% y el 51%, con una media mundial del 41%.

En Estados Unidos se estima que solo cumple los criterios de ejercicio adecuado un 49.1% de la población (50.7% hombres y 47.9% mujeres) <sup>67</sup>.

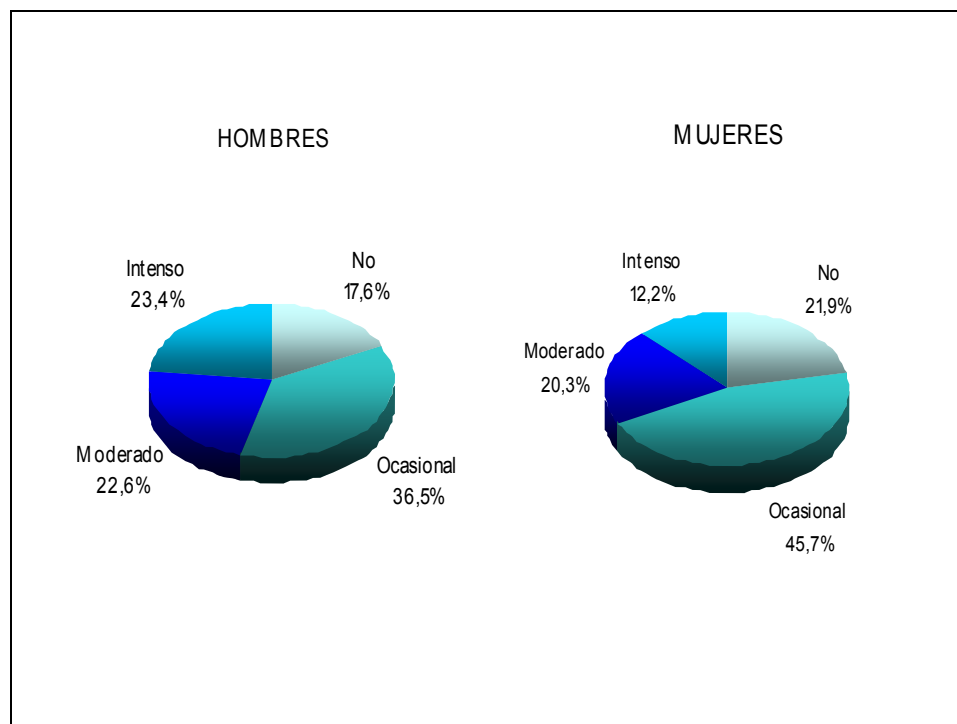
En Europa, la Comisión Europea en el *Libro Blanco sobre el Deporte* <sup>57</sup> reconoce que no se está progresando lo suficiente en la lucha contra el sedentarismo y la promoción de la actividad física. La Comisión se propone hacer de la actividad física beneficiosa para la salud una piedra angular de sus actividades relacionadas con el deporte y tratará de que tal prioridad se tenga en cuenta de manera más adecuada en los instrumentos financieros pertinentes, entre otros el Séptimo Programa Marco de Investigación y Desarrollo Tecnológico); el Programa de Salud Pública 2007-2013; los programas sobre Juventud y Ciudadanía y el Programa de Aprendizaje Permanente.

La Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria <sup>9</sup> considera que la prevalencia del sedentarismo es superior a la de cualquier otro factor de riesgo como el tabaquismo o el consumo de alcohol, ya que solo un 12% de la población practica ejercicio físico de forma adecuada.

La *Encuesta Nacional de Salud*<sup>5</sup> es un instrumento para la toma de decisiones y para la evaluación de políticas sanitarias. Entre las áreas de información de este estudio se hallan los estilos de vida y prácticas preventivas, incluyendo el descanso y la práctica de actividad física en el tiempo libre. Los resultados de 2008 muestran que un 18% de hombres y un 22% de mujeres no realizan actividad física en el tiempo libre. La Figura 12 muestra la actividad por grupos de edad, en la franja de 16 a 74 años el sedentarismo oscila entre un 25% (hombres de 65-74 años) y un 46% (mujeres de 35-44 años). Si examinamos la intensidad de la práctica (Figura 13) vemos como un 54% de hombres y un 68% de mujeres no alcanza una intensidad moderada.



**Figura 12.-** Prevalencia del sedentarismo en España por grupos de edad  
Encuesta Nacional de Salud 2006<sup>5</sup>.



**Figura 13.-** Niveles de ejercicio practicados por los/as españoles/as, por sexos.  
Encuesta Nacional de Salud 2006<sup>5</sup>.

Igualmente otros trabajos como el *Estudio sobre Promoción del Ejercicio Físico de la SEMFYC*<sup>9</sup> reflejan que las mujeres son más sedentarias que los varones y que los mayores de 74 años (27,2%) son los más activos, seguidos por el grupo de edad de entre 65 y 74 años (26,7%). También el *Estudio de la Cohorte CDC Canarias*<sup>6</sup> muestra que la prevalencia de sedentarismo en mujeres (70%) fue superior a la de los varones (un 45-60%, según el concepto empleado).

El Eurobarómetro de 2006<sup>15</sup> nos muestra que en Europa existe un déficit de actividad física. En la población española este déficit se centra especialmente en actividades de tipo no deportivo:

- Un 49% de la población europea refiere actividad física en el trabajo muy limitada o nula, el porcentaje es 56% entre la española.
- En Europa un 35% de población usa generalmente medios de transporte de tipo sedentario (49% entre la española).
- 31% de población europea relata poca actividad en trabajos caseros (50% entre la española).
- La población europea dedica 91.5 minutos diarios a actividades vigorosas por 55 minutos la española.

- En Europa dedican 1.6 días semanales a este tipo de actividad (los/as españoles/as solo 1 día semanal).
- La población europea hace actividades moderadas 2.4 días semanales, por 2 días la española).

Por edades, son los/as jóvenes y las personas del sexo masculino quienes realizan mayor cantidad de ejercicio físico, dedicándole además más tiempo. Esta diferencia aumenta cuanto mayor es la intensidad de la actividad realizada y disminuye en actividades que requieren de menor esfuerzo físico <sup>15</sup>.

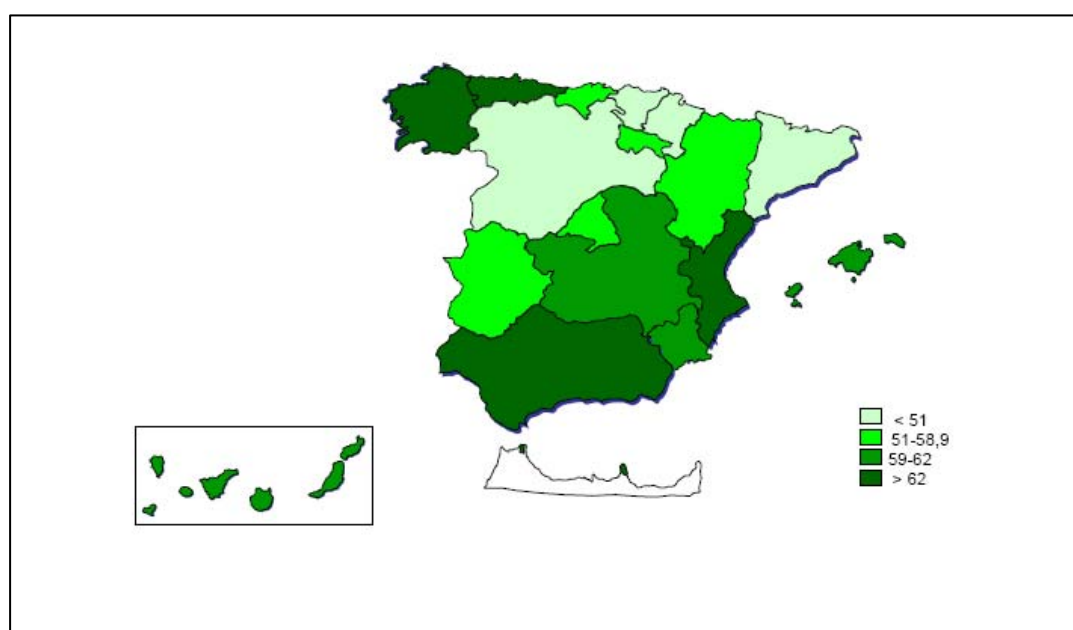
Respecto a la evolución de la práctica de actividad física en España, la podemos seguir a través de la Encuesta Nacional de Salud <sup>5</sup>. En la Tabla 8 mostramos la evolución entre 1987 y 2003. El sedentarismo en el tiempo libre fue disminuyendo y pasó de un 62,6% en 1987 a un 45,3 % en 1997, pero volvió a aumentar y llegó de nuevo a una tasa de 58,5% en 2003.

**Tabla 8.-** Evolución del sedentarismo en tiempo libre en España por grupos de edad.

Encuesta Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Política Social. Instituto Nacional de Estadística <sup>5</sup>.

PORCENTAJE DE POBLACIÓN SEDENTARIA EN TIEMPO LIBRE SEGÚN EDAD. AMBOS SEXOS. POBLACIÓN DE 16 Y MÁS AÑOS. ESPAÑA, 1987-2003.					
	AMBOS SEXOS				
	1987	1993	1997	2001	2003
Total	62.6	55.1	45.7	46.8	58.4
16-24	39.4	35.2	32.1	37.6	49.3
25-44	58.3	53.0	45.0	46.5	58.0
45-64	74.6	64.2	50.1	48.0	60.1
65 y +	81.8	68.1	55.1	53.3	63.4
Porcentaje ajustado por edad	62,6	54.7	45.3	47.0	58.5

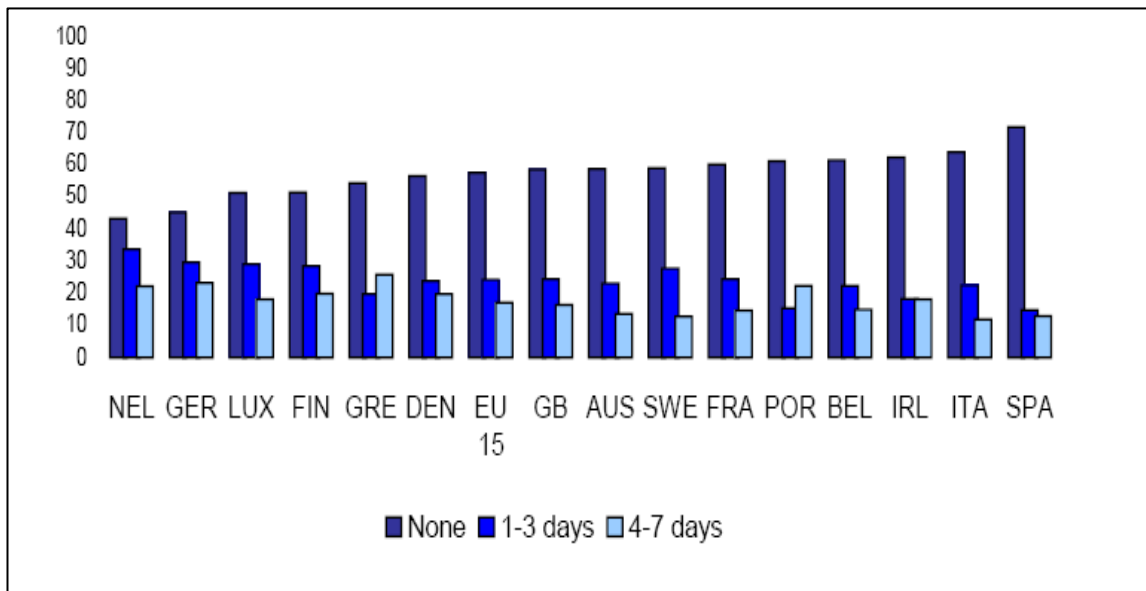
Respecto a las diferencias por Comunidades Autónomas observamos un patrón similar al de prevalencia de la obesidad. Andalucía (70.3%), Asturias (68.3%, en esta Comunidad el patrón difiere al del sedentarismo), Ceuta y Melilla (67%) y la Comunidad Valenciana (64.6%) son las comunidades con mayor porcentaje de población sedentaria. Por el contrario, el País Vasco, con un 40.5% de población inactiva, Navarra (47.1%), y Cataluña (49.2%) fueron las comunidades con menor porcentaje de población sedentaria <sup>5</sup>.



**Figura 14.-** Prevalencia del sedentarismo por Comunidades Autónomas  
Encuesta Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Política Social. Instituto Nacional de Estadística <sup>5</sup>.

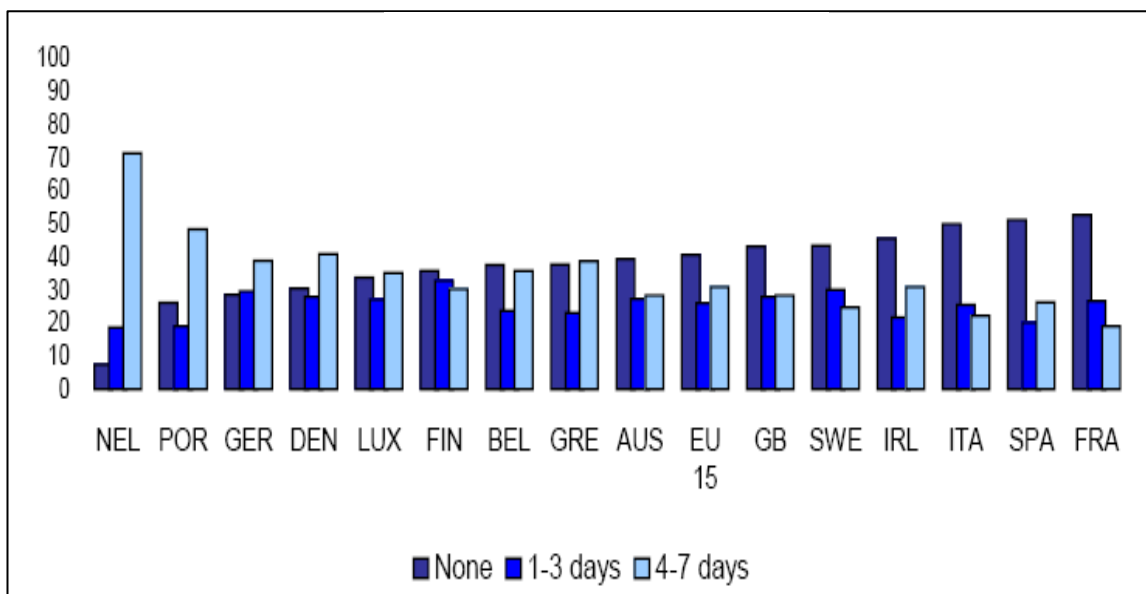
Ya hemos apuntado las diferencias cualitativas en la actividad física entre españoles/as y los habitantes de otros países europeos. El Eurobarómetro <sup>15</sup> nos muestra además que el 57.4% de la población europea no realiza ningún tipo de actividad física vigorosa, el 40.8% ni siquiera realiza actividad física moderada y un 17.1% afirma que ni siquiera camina 10 minutos al día. Además España tiene un nivel de práctica deportiva que se encuentra en las últimas posiciones de la Unión Europea, ya que es el país europeo en el que menos actividad física vigorosa se realiza a la semana y el penúltimo en realizar actividad física moderada, como reflejamos en las Figuras 15 16 y 17.





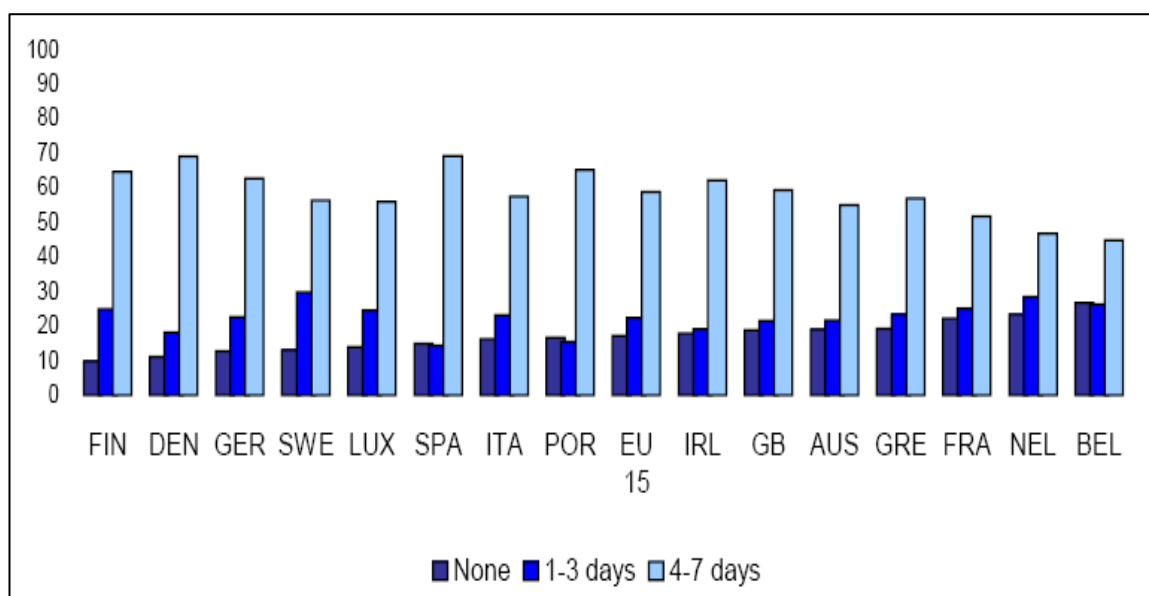
**Figura 15.-** Porcentaje de población que hace 4-7 días semanales, 1-3 o ninguno de actividad física intensa por países (EU15 = media europea).

Special Eurobarometer: Health and Food. European Commission. 2005<sup>15</sup>.



**Figura 16.-** Porcentaje de población que hace 4-7 días semanales, 1-3 o ninguno de actividad física moderada por países (EU15 = media europea).

Special Eurobarometer: Health and Food. European Commission. 2005<sup>15</sup>.



**Figura 17.-** Porcentaje de población que hace 4-7 días semanales, 1-3 o ninguno de actividad física ligera por países (EU15 = media europea).

Special Eurobarometer: Health and Food. European Commission. 2005<sup>15</sup>.

En el mismo sentido incide el estudio de Varo y cols.<sup>3</sup> sobre distribución del sedentarismo en mayores de 15 años de la UE, muestra un porcentaje medio de sedentarismo (gasto energético menor de 4 METs en actividades de tiempo libre) de 62.4% (igual en hombres y mujeres). Por países, España está por encima de esa media con un 71% y con Alemania ocupa el 12º lugar y solo Bélgica y Portugal presentan peores cifras. En este estudio, los países del norte de Europa son los que presentan menores tasas de sedentarismo, encabezados por Suecia con solo un 43.3%.

La población infantil y juvenil es especialmente sensible al sedentarismo, con importantísimas implicaciones sanitarias y educativas. Los avances tecnológicos y en el transporte han disminuido la necesidad del ejercicio físico en las actividades de la vida diaria y es difícil imaginar que esta tendencia no vaya a continuar en el futuro. A esto hay que añadir un entorno urbanístico poco favorable a la práctica de actividad física, lo que ha provocado, por poner sólo un ejemplo, una reducción del número de menores que acuden al colegio andando, menores que además tienden a ser menos activos/as durante el resto del día. Los datos actualizados del *Estudio de Audiencia Infantil/Juvenil* de la Asociación para la Investigación de Medios de Comunicación<sup>16</sup> reflejan que los/as niños/as españoles/as pasan una media de 2 horas y 30 minutos al día viendo televisión y media hora adicional jugando con videojuegos o conectados a internet.

El *Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)* o *Estudio sobre las conductas saludables de jóvenes escolarizados* <sup>11</sup> es un proyecto auspiciado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el que participan más de 40 países occidentales. En el HBSC encontramos unos datos relativos al comportamiento específico la población infantil y adolescente respecto a la televisión y además permite estratificar este comportamiento. Respecto al estudio de 2006. En general dedican  $2,28 \pm 1,51$  horas diarias a esta actividad sedentaria.

- Sexo y edad de los adolescentes: El promedio de horas diarias dedicadas a ver la televisión es muy similar para chicos y chicas, salvo a los 11-12 años, edad en la que el promedio de horas es superior en los chicos (2,17) que en las chicas (1,82). Se observa un aumento del promedio de horas dedicadas a ver la televisión en los chicos y las chicas de 13-14 años, manteniéndose estable en el resto de edades posteriores.
- Variables socioeconómicas: Apenas existen diferencias en el promedio de horas dedicadas a ver la televisión por chicos y chicas según el hábitat de residencia. En cuanto a la titularidad del centro educativo, el promedio de horas es ligeramente superior en los adolescentes de centros públicos (2,34) que en los de centros privados (2,15). En relación con la capacidad adquisitiva familiar, el promedio de horas de televisión es algo mayor en los adolescentes de familias con menor nivel adquisitivo (2,45 horas frente a 2,32 de los de capacidad adquisitiva media y 2,18 de los de alta).
- Comparaciones 2002-2006: Con respecto al 2002, en 2006 disminuye el promedio de horas diarias dedicadas a ver la televisión de los chicos y las chicas españoles, además este descenso es muy similar en función del hábitat de residencia, la titularidad del centro educativo y la capacidad adquisitiva familiar.

La prevalencia del sedentarismo en niños/as y jóvenes por Comunidades Autónomas que describe el estudio de referencia ENKID <sup>7</sup> aparece en la Figura 18. La distribución es similar a la de los adultos, pero no se confirma la alta tasa de prevalencia de la Comunidad de Asturias.



**Figura 18.-** Prevalencia del sedentarismo infantil y juvenil por Comunidades Autónomas  
Estudio ENKID <sup>7</sup>.

Los datos actualizados del *Estudio sobre Actividad Física Infantil*, llevado a cabo en el Centro de Medicina del Deporte del Gobierno de Aragón <sup>8</sup>, único estudio con datos fisiológicos objetivos, en niños/as de 10 y 14 años, muestra que existen diferentes patrones de actividad física general en función de la edad de las poblaciones estudiadas (los niños y niñas de 10 años son más activos que los de 14) y que de modo general la población de sexo masculino es más activa que la femenina. Pero observamos que estas diferencias se deben a la práctica deportiva: entre varones y hembras deportistas hay diferencias de actividad, pero no las hay entre varones y hembras no deportistas. Los chicos/as hacen más actividad en invierno que en verano (debido al cese de deporte organizado). También conocemos que los niños y niñas de primaria no deportistas el nivel de actividad es igual al de los deportistas. Ello no ocurre en secundaria donde chicos y chicas deportistas son más activos. Estas diferencias las atribuimos a que a los 10 años los no deportistas hacen más ejercicio en su tiempo libre igualando a los deportistas. Curiosamente las mujeres deportistas tienen los mismos niveles de actividad que las no deportistas

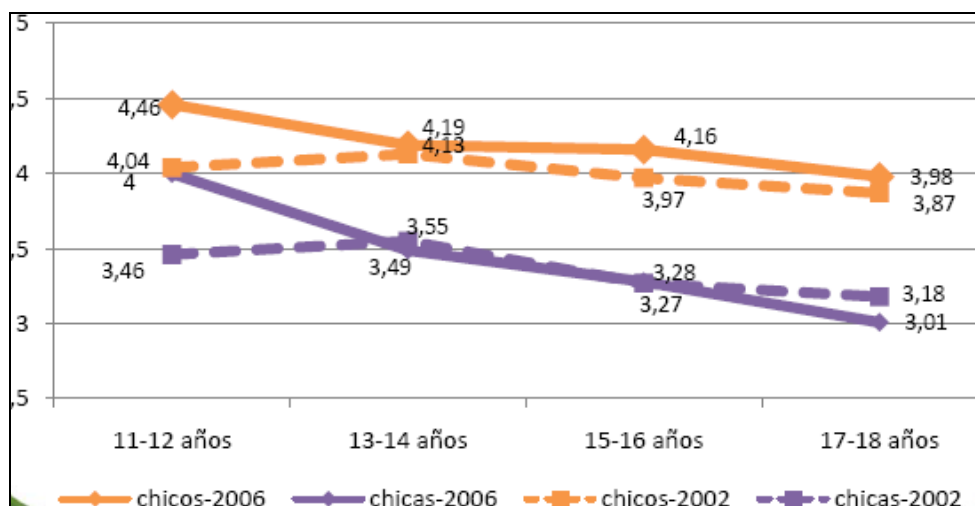
Este estudio además es capaz de discriminar los déficits de ejercicio físico en cada una de las actividades que realizan los menores <sup>8</sup>:

- La actividad física durante los recreos es baja, ello es mucho más marcado en los estudiantes de secundaria y en el sexo femenino.
- Las horas empleadas en la asignatura de Educación Física provocan tasas de actividad muy bajas en todas las edades y sexos. En los/as deportistas se halla muy por debajo del deporte. En los niños y niñas de primaria es una actividad más sedentaria que el recreo y en los chicos y chicas de secundaria es más sedentaria que los desplazamientos a pie o bici.
- De modo general y durante su tiempo libre, los/as estudiantes de este trabajo realizan actividades muy sedentarias.
- En los practicantes de deporte escolar de sexo masculino estas actividades son las causantes de los mayores índices de actividad, movimiento, aumento de frecuencia cardíaca y gasto energético. En las deportistas de sexo femenino las actividades deportivas no son tan determinantes.
- El sexo femenino emplea más horas en las actividades domésticas y además con mayores niveles de actividad.
- En los niños de primaria, los recreos generan más gasto energético que la educación física. En las niñas estos niveles son similares.

En el *Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)* <sup>11</sup>, siguiendo las directrices de la OMS, se entiende por salud el estado completo de bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedad. Por este motivo el cuestionario recoge datos relativos a diferentes ámbitos: relaciones familiares, relaciones con los iguales, el contexto escolar, ajuste psicológico, alimentación y dieta, consumo de sustancias y actividad sedentarias.

En el HBSC se recogen datos sobre la actividad física según:

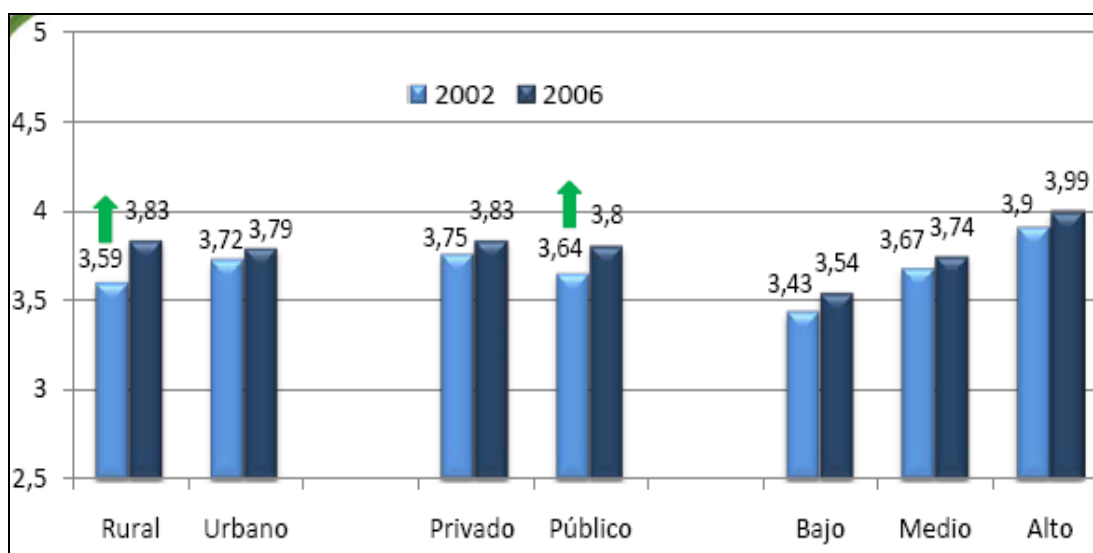
- Sexo y edad de los adolescentes. En todas las edades, las chicas realizan menos actividad física que los chicos (mientras que ellos presentan una media de 4,21 días a la semana, ellas tienen una media de 3,46 días). Además la actividad física descende en los dos sexos conforme avanza la edad, según se muestra en la Figura 19; sin embargo, en las chicas el descenso es mayor (de 4,04 días a la semana a los 11-12 años se pasa a 3,01 días a los 17-18 años) en comparación con los chicos (de 4,46 días a la semana a los 11-12 años descienden a 3,98 días a los 17-18 años).



**Figura 19.-** Evolución entre 2002 y 2006 del nivel de actividad física en chicos y chicas españoles de todas las edades.

Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) OMS, 2006 <sup>11</sup>.

- Variables socioeconómicas: Los adolescentes de familias con mayor capacidad adquisitiva informan de un mayor nivel de actividad física ( Figura 20); así, si 3,54 días a la semana es lo que caracteriza a los adolescentes de familias con capacidad adquisitiva baja, 3,74 y 3,99 días son los valores que presentan los de media y alta, respectivamente.



**Figura 20.-** Nivel de actividad física en función del hábitat de residencia, la titularidad del centro educativo y la capacidad adquisitiva familiar en 2002 y 2006.

Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) OMS, 2006 <sup>11</sup>.

Respecto a las actuaciones tendientes a aumentar la actividad física en los centros educativos, la *Encuesta a los centros educativos (actividades de promoción y educación para la salud y aspectos estructurales y de recursos que las condicionan) del HBSC* <sup>4</sup> muestra que sobre 357 centros escolares estudiados, solo un 19% tenía directrices escritas para aumentar la actividad física durante el horario escolar, un 37,3% tenía directrices “no escritas” y un 43,7% reconocía no tener ningún tipo de directriz.

## **2.5 RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD. INICIATIVAS**

Antes de iniciar cualquier estrategia preventiva en medicina, es indispensable considerar cuáles son los tipos de prevención que podemos aplicar:

- *Prevención primordial:* Se trata de medidas encaminadas a disminuir la prevalencia de los factores de riesgo y a promocionar los factores protectores. Esta estrategia es fundamentalmente poblacional, potenciando los hábitos saludables en general.
- *Prevención primaria:* Medidas encaminadas a controlar los factores de riesgo ya presentes, para disminuir la incidencia de la enfermedad. Esta estrategia es poblacional pero también individual, fundamentalmente desde las consultas de atención primaria, ya que es éste el ámbito en el que se detectan y siguen los pacientes con factores de riesgo.
- *Prevención secundaria:* Medidas encaminadas a disminuir la progresión de las patologías ligadas al sedentarismo, con el objetivo de prolongar y mejorar la calidad de vida de los individuos con patología. Incluyen los aspectos de rehabilitación en pacientes ya tratados por patologías avanzadas.

En el caso de la prevención de las patologías ligadas al sedentarismo, la prevención primordial pasaría por el impulso colectivo a la práctica de más ejercicio físico en la población en general. La prevención primaria pasaría por la detección de los sujetos sedentarios y su entrada de programas de actividad física. La prevención secundaria pasaría por la aplicación de programas específicos para pacientes obesos, dislipémicos, con enfermedad cardiovascular manifiesta, etc...

La prevención primaria se realizaría identificando y actuando sobre las fuentes generales del déficit de la actividad física en diferentes ámbitos:

- Menos actividad laboral.
- Más uso de transporte motorizado.
- Más equipos que ahorran ejercicio en la casa.
- Más y mejores equipos de diversión sedentaria en las casas.
- Menor práctica de actividades de tiempo libre con componente físico.
- Menor práctica de actividades físico-deportivas.
- Educación física poco activa en las escuelas.

Respecto a esta última fuente de déficit, los trabajos de *Proyecto Europeo HELENA* nos muestran que menores españoles con 3 horas de actividad física extracurricular durante 3 años mejoraron su condición cardiorrespiratoria superando los valores de referencia para la población adulta <sup>107</sup>.

En la Figura 21 pretendemos mostrar de modo esquemático estos factores de prevención primordial.

La prevención primaria se iniciaría mediante programas de actividad que cumplan recomendaciones científicas para la prevención. Existen diferentes directrices que han ido cambiando a lo largo del tiempo. La tendencia histórica de estas guías es la de un aumento en la intensidad y duración de la actividad recomendada. No obstante debemos aclarar que hay evidencias de cualquier nivel de actividad física ejerce un efecto positivo y que no hay un nivel de actividad física techo, a partir del cual no aumentan los efectos preventivos.

Las directrices más seguidas internacionalmente son las que desde 1975 viene realizando el American College of Sports Medicine <sup>22</sup>. En estas "*guidelines*" se pueden encontrar los principios científicos de la prescripción de actividad física en prevención primaria y secundaria, incluyendo especificaciones para pacientes cardíacos, con patología pulmonar, hipertensión arterial, diabetes mellitas, obesidad, hiperlipemias, patología reumatológica, enfermedad renal, transplantados, patología cancerosa; así como para poblaciones especiales como embarazadas, infancia y ancianidad. Las recomendaciones se basan en la evaluación de estudios científicos que esta misma asociación (American College of Sports Medicine) realiza de modo conjunto con la American Heart Association desde 1995. En la actualización de 2007 se han considerado numerosas investigaciones randomizadas.





**Figura 21-** Esquema de los factores de aumento del gasto energético.

Las directrices de 2007 <sup>22</sup> indican que hay clara evidencia científica de que los adultos/as sanos/as, entre 18 y 65 años, necesitan un mínimo de 30 minutos de ejercicio aeróbico de moderada intensidad (3-6 METs, como marcha rápida) cinco veces semanales o 30 minutos de intensidad vigorosa (más de 6 METs, como trote, ciclismo) tres días a la semana, o combinaciones de ambos tipos de ejercicio. A este programa se deben añadir ejercicios de fuerza (8-12 repeticiones llegando a fatiga de los grandes grupos musculares) dos veces semanales. Igualmente existe evidencia de que para mejorar su condición física, reducir el riesgo de enfermedades crónicas o discapacidades, o prevenir un aumento de peso no saludable, hay un beneficio superando el mínimo antes expuesto.

En Europa debemos considerar las *EU Physical Activity Guidelines. Recommended Policy Actions in Support of Health-Enhancing Physical Activity* <sup>42</sup> . del grupo de trabajo “Deporte&Salud” de la Comunidad Europea, con especificaciones de práctica de actividad para los diferentes niveles de la población. Además recoge diferentes iniciativas y medidas realizadas por países europeos en los diferentes ámbitos.

Igualmente en Europa, la OMS edita las directrices: “*Physical activity and health in Europe Evidence for action* (WHO Europe) <sup>66</sup> .

La Sociedad Europea de Cardiología edita las: “*European Guidelines on Cardiovascular Disease Prevention*”<sup>43</sup>, que se basan en las guías del American College of Sports Medicine, pero que usan como monitorización del ejercicio la frecuencia cardíaca y marcan que el ejercicio ha de alcanzar una intensidad que provoque un 60–75% de la máxima.

Para personas mayores (más de 65 años) y en adultas de 50 a 64 años con patologías crónicas o/y limitaciones funcionales, la American Heart Association y el American College of Sports Medicine hacen las mismas recomendaciones, pero se ha de tener en cuenta la condición física de cada persona. Además se recomiendan actividades para conservar o mejorar la flexibilidad y ejercicios de equilibrio para disminuir el riesgo de caídas. Estas personas pueden precisar un plan de actividad individualizado, ya dentro de la prevención secundaria, que integre recomendaciones preventivas y terapéuticas<sup>67</sup>.

Por primera vez en este año 2008, el Departamento de Salud y Servicios Humanos del Gobierno de Estados Unidos, apoyándose en las referencias anteriormente citadas, ofrece *las 2008 Physical Activity Guidelines for Americans*<sup>85</sup>, que incluyen herramientas para los gestores y profesionales de la salud, para las organizaciones y comunidades, para los investigadores y para los propios ciudadanos.

Para niños/as y adolescentes se recomienda 1 hora o más de actividad física diaria, moderada o vigorosa (esta última con un mínimo de 3 días semanales), estiramiento muscular (3 veces semanales) y fortalecimiento óseo (correr o saltar). Los niños, niñas y adolescentes no deben dedicar más de dos horas al día al uso de medios electrónicos de entretenimiento (por ejemplo, juegos de ordenador, internet, televisión), en especial en el horario diurno.

En población adulta se recomienda un mínimo de 2 horas y media semanales de intensidad moderada o 1 hora y cuarto de actividad intensa, o una combinación de ambas. Pero lo ideal sería doblar esta duración (5 horas de actividad moderada o 2 horas y media de intensa) y se obtienen mayores beneficios todavía si se superan estas cifras. Las personas adultas deben hacer ejercicios de fuerza 2 veces semanales.

Las personas mayores o adultas, con discapacidades, que no pueden cumplir los requisitos mínimos para su franja de edad deben ser tan físicamente activos como les permitan su condición.

Las personas con enfermedades crónicas deben realizar programas de actividad física de acuerdo a su médico.

Las embarazadas deben tratar de cumplir los requisitos mínimos. Si están habituadas a actividades vigorosas deben consultar a su médico sobre si pueden y deben continuarlas o no.

La Federación Española de Medicina del Deporte<sup>55</sup> hace recomendaciones sobre ejercicio en la edad infantil y adolescente, que deberían ejercitarse al menos durante 60 minutos diarios (actividad física de moderada a intensa la mayoría de los días) para el mantenimiento de una buena salud, un buen estado físico y para tener un peso saludable durante el crecimiento. Incluso 30 minutos diarios de intensidad baja o moderada (subir escaleras) pueden ser beneficiosos. El objetivo de los 60 minutos de actividad física se puede cumplir mediante la acumulación de sesiones de actividad de duración variable a lo largo del día. No importa que el ejercicio sea poco si se realiza a menudo, ya que este hecho reflejaría los modelos naturales de actividad física de los niños donde se incluiría ir andando o en bicicleta al colegio, juegos durante los recreos escolares o actividades programadas como la educación física y los deportes. Hay que estimular a los padres y madres a limitar el tiempo de “pantalla” (televisión, videojuegos, ordenadores...) a menos de 2 horas diarias y sustituir las actividades sedentarias con otras que requieran más movimiento. Los padres y madres deben tratar de ser modelos de estilos de vida activos y estimular a los/as niños/as a aumentar la actividad física.

Debemos mencionar la experiencia sobre *Actividad Física en Gerontogimnasia*<sup>1</sup>, del Ayuntamiento de Zaragoza con el Centro de Medicina del Deporte del Gobierno de Aragón. Se ha realizado un plan específico de actividad física para mayores de 75 años y trabaja en un plan específico para la franja 65-75 años. Este estudio conlleva una supervisión Médico-Deportiva Especializada y ha identificado y definido directrices de trabajo para los factores de calidad de vida más importantes a estas edades:

- Actividad Física individualizada para mejorar la condición física de los mayores.
- Actividad Física dirigida a la disminución de toma de fármacos.
- Actividad Física dirigida a prevenir el deterioro cognitivo (demencias).
- Actividad Física dirigida a prevenir las caídas en el anciano/a.
- Actividad Física dirigida a mejorar la socialización.

Una experiencia similar pero sobre una franja de edad menor (66-67 años) es el *Programa Movinivel*<sup>14</sup>, de la Comunidad de Madrid.

Como prevención secundaria mediante el ejercicio, el American College of Sports Medicine edita planes de actividad específicos para:

- Hipertensión arterial <sup>17</sup>
- Dislipemias <sup>18</sup>
- Menopausia <sup>19</sup>
- Osteoporosis <sup>20</sup>
- Enfermedades crónicas y discapacidades <sup>21</sup>.

Mejorando estas recomendaciones y teniendo en cuenta que los/as pacientes necesitan saber la duración, la frecuencia o la intensidad de la actividad que van a practicar, igual que saben cómo se tienen que tomar un medicamento: la dosis exacta o cuántas pastillas debe ingerir al día, la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria ha editado el primer manual sobre *Prescripción de Ejercicio en el tratamiento de enfermedades crónicas* <sup>9</sup>.

Finalmente debemos comentar una iniciativa pionera en prevención primaria y secundaria de las patologías ligadas al sedentarismo. Se trata del *Pla d'Activitat Física, Esport i Salut* (PAFES) <sup>69</sup> puesto en marcha recientemente en Cataluña y continuando el Plan de Implantación Progresiva para la Prescripción de la Actividad Física a la Atención Primaria de Salud en Catalunya (PIP) <sup>99</sup>.

El PAFES es un programa impulsado por el Departament de Salut y la Secretaria General de l'Esport con el objetivo de reducir los hábitos sedentarios, fomentar la práctica deportiva de la población catalana y reducir el gasto público sanitario. El horizonte es 2007-2010 (extensión a unos 350 municipios, más de 400 Centros de Atención Primaria y más de 205 instalaciones). Se trata de un modelo en el que los/as especialistas en medicina del deporte actúan como consultores/as, dan apoyo y promueven a los equipos de primaria cuando éstos lo consideren procedente. Es decir los/as médicos del deporte están presentes en las áreas básicas de salud.

El PAFES actúa sobre los ciudadanos en tres escalas de recomendación:

- *Prevención primordial*: impulso al ejercicio y mejorar de la dieta de la población mediante consejos sencillos y persistentes.
- *Prevención primaria*: recomendación general de actividad física directa y fácil por parte del equipo de atención primaria según la variedad de pautas estandarizadas y limitadas. El objetivo es que puedan hacer actividades físicas que ya se contemplen dentro del propio municipio (caminatas, salidas ciclistas, natación, gimnasia de mantenimiento en centros específicos, tai-chi).

- *Prevención secundaria:* recomendación con asesoramiento de actividad física: recomendaciones generales o específicas que se hacen a una persona con una hoja de seguimiento y que se controla periódicamente desde el centro de atención primaria (médico de primaria, médico del deporte o servicio de enfermería).
- *Prevención secundaria:* recomendación de derivación al/la especialista con consulta al/la médico del deporte del área básica de salud en casos difíciles o con riesgo. Se realiza un informe médico de prescripción de actividad física y se deriva a un/a técnico/a en salud (licenciado/a en ciencias de la actividad física y del deporte) para su inclusión en programas específicos y adaptados, grupos u otras modalidades que localmente estén disponibles en las instalaciones, según su criterio.

## **2.6 RESUMEN Y CONCLUSIONES DE LA DEFINICIÓN Y EL DIAGNÓSTICO ACTUAL**

- 1) La relación entre la práctica de actividad física y salud está hoy en día fuera de toda duda. La evidencia científica se ha acumulado de tal modo que los estudios actuales se enfocan ya más en el estudio de la naturaleza de las relaciones entre ejercicio físico y salud que en determinar si estas relaciones existen.
- 2) Existe una fuerte evidencia médica sobre los efectos perjudiciales para la salud que provoca el sedentarismo.
- 3) En nuestro medio el sedentarismo es el 7º factor en de causa de muerte, y un 7% del total de las muertes en España está ligado a la falta de actividad física. Hay evidencia de que las personas activas viven tres años más de media, con mayor calidad de vida y autonomía personal que los inactivos
- 4) Las estadísticas oficiales en España reseñan un 13.7% de hombres obesos y un 14.3% de mujeres obesas entre las personas mayores de 20 años
- 5) La obesidad en la población española en edad infantil y juvenil está adquiriendo dimensiones que merecen una especial atención. La prevalencia de obesidad entre los 2 y los 24 años en España se estima en un 13,9% y la prevalencia de sobrepeso, en un 12,4. La tasa española de obesidad infantil es prácticamente la más alta de Europa

- 6) La prevalencia del sedentarismo en Europa es muy alta y España es uno de los cuatro países más sedentarios de Europa. Así, el 18% de los hombres y el 22% de las mujeres no realizan actividad física en el tiempo libre, con un 54% de los hombres y un 68% de las mujeres que no alcanzan una intensidad moderada.
- 7) Disponemos de directrices científicas, experiencias piloto e iniciativas suficientes para conocer qué actividad física recomendar y cómo hacerlo.
- 8) Numerosas organizaciones internacionales, europeas y españolas reconocen los puntos anteriores y recomiendan actuar de modo inmediato.
- 9) Los gobiernos europeos han reconocido que se precisa:
  - Voluntad política, liderazgo de primer nivel y el compromiso de cada uno de los gobiernos.
  - Una mejora en la alimentación, junto con la actividad física, producirá un impacto notable, y a menudo rápido, sobre la salud pública.
  - Encontrar un equilibrio entre la responsabilidad de las personas y la de los gobiernos y la sociedad. No resulta admisible responsabilizar exclusivamente a las personas de su obesidad.

### 3. DISTRIBUCIÓN COMPETENCIAL

Las del Consejo Superior de Deportes que pueden guardar alguna relación con el presente Plan según la *Ley/10/90 de 15 de octubre, del Deporte, Art.8:*

- Acordar, con las Federaciones Deportivas Españolas sus objetivos, programas deportivos.
- Conceder las subvenciones económicas que procedan a las Federaciones Deportivas y demás Entidades y Asociaciones Deportivas, inspeccionando y comprobando la adecuación de las mismas al cumplimiento de los fines previstos en la Ley del Deporte.
- Promover e impulsar la investigación científica en materia deportiva de conformidad con los criterios establecidos en la Ley de Fomento y Coordinación General de la Investigación Científica y Técnica.
- Actuar en coordinación con las Comunidades Autónomas respecto de la actividad deportiva general y cooperar con las mismas en el desarrollo de las competencias que tienen atribuidas en sus respectivos estatutos
- Coordinar con las Comunidades Autónomas la programación del deporte escolar y universitario, cuando tenga proyección nacional e internacional.
- Elaborar propuestas para el establecimiento de las enseñanzas mínimas de las titulaciones de técnicos deportivos especializados. Asimismo, le corresponde colaborar en el establecimiento de los programas y planes de estudio relativos a dichas titulaciones, reconocer los centros autorizados para impartirlos e inspeccionar el desarrollo de los programas de formación en aquellas Comunidades Autónomas que no hayan asumido competencias en materia de educación.
- Autorizar los gastos plurianuales de las Federaciones Deportivas Españolas en los supuestos reglamentariamente previstos, determinar el destino del patrimonio neto de aquéllas en caso de disolución, controlar las subvenciones que les hubiera otorgado y autorizar el gravamen y enajenación de sus bienes inmuebles cuando éstos hayan sido financiados total o parcialmente con fondos públicos del Estado.
- Colaborar en materia de medio ambiente y defensa de la naturaleza con otros organismos públicos con competencias en ello y con las Federaciones especialmente relacionadas con aquéllos.
- Cualquier otra facultad atribuida legal o reglamentariamente que contribuya a la realización de los fines y objetivos señalados en Ley del Deporte.

#### Ministerio de Sanidad y Política Social

- Corresponde al Ministerio de Sanidad y Política Social la propuesta y ejecución de la política del Gobierno en materia de salud, de planificación y asistencia sanitaria y de consumo, así como el ejercicio de las competencias de la Administración General del Estado para asegurar a los ciudadanos el derecho a la protección de la salud.

#### Ministerio de Educación

- Dirección de los elementos comunes de la política educativa y del sistema educativo de España, y gestión cooperativa de estos elementos con las respectivas Consejerías de Educación de las Comunidades Autónomas que tienen ya transferidas todas las competencias en materia de educación no universitaria
- Alta Inspección garantizando el cumplimiento de las facultades atribuidas al Estado en materia de enseñanza en las Comunidades Autónomas, la observancia de los principios y normas constitucionales aplicables y de las leyes orgánicas que desarrollan el artículo 27 de la Constitución
- Inspección del cumplimiento de las condiciones que el Estado establezca para la obtención, expedición y homologación de títulos académicos y profesionales, así como la aplicación en las Comunidades Autónomas de la ordenación general del sistema educativo y de las enseñanzas mínimas cuya fijación corresponde al Estado.

#### Ministerio de Ciencia e Innovación

- Propuesta y ejecución de la política del Gobierno en materia de universidades, investigación científica, desarrollo tecnológico e innovación en todos los sectores, así como la coordinación de los organismos públicos de investigación de titularidad estatal. En particular, corresponde al Ministerio la elaboración de la propuesta, gestión, seguimiento y evaluación de los programas nacionales y acciones estratégicas del Plan nacional de investigación científica, desarrollo e innovación tecnológica.

#### Departamentos de Sanidad y/o Salud de las CC AA

- Organización de la asistencia sanitaria y Sistema Público de Salud en cada CA

#### Direcciones del Deporte de las CC AA

- Competencias deportivas de cada CA



Departamentos de Educación de las CC AA

- Competencias educativas de la CA

Departamentos de Investigación y/o Universidades de las CC AA

- Competencias en esas materias de su CA

Entidades Locales

- Control de instalaciones deportivas
- Organización de actividades deportivas de todo tipo

## 4. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES

**Tabla 9.-** Esquema de Potencialidades y Limitaciones de la Actividad Física y Salud en España.

### Potencialidades para una actuación futura:

- Utilización de la buena imagen del deporte español como inductor a la actividad física.
- Existe un buen tejido sanitario, deportivo y educativo que facilita la adherencia a la actividad física.
- La salud es un valor en alza que hay que aprovechar y se valora mucho la calidad de vida.
- La prevención mediante la actividad física produce un importante ahorro sanitario.
- La alta prevalencia de patologías prevenibles hacen muy útil la actividad física.
- La mejora de los indicadores de salud en toda la población implica una mejor calidad de vida.
- La práctica de ejercicio mejora la productividad laboral por un menor absentismo, y las relaciones personales al poderse realizar en grupos.
- Hoy en día se puede recibir mucha información relacionada por la facilidad de acceso a la información en la red.

**Limitaciones para su desarrollo:**

- El bajo hábito de ejercicio en los/as españoles/as y la inercia del sedentarismo dificultan la adhesión de la población, poco activa, a los planes de actividad física.
- La gran sobrecarga del currículo escolar no permite el aumento de horas lectivas relacionadas con la actividad física.
- Hay una baja tasa de actividad en las clases de educación física, que tal vez sean demasiado teóricas.
- Los beneficios del plan integral se van producir a largo plazo, y no habrá resultados inmediatos.
- El importante desembolso inicial estará muy limitado por la crisis económica actual.
- Hay poca información y cultura sobre el uso del ejercicio en la medicina en general.
- Hay otras prioridades sanitarias a los ojos de la sociedad que no reconoce a la actividad física como una fuente de salud.
- Hay una gran dispersión de competencias sanitarias y educativas que impide una sinergia transversal entre ambas.

## 5. VISIÓN DE FUTURO

Nos gustaría ver a medio plazo un aumento de la actividad física en general de la población española, realizando actividad física saludable y segura, asumiendo la práctica deportiva como un hábito cotidiano divertido y combinándolo con una alimentación sana. Ello conllevaría una disminución de la obesidad y de las enfermedades que a ella se asocian.

A medio y largo plazo, todos los/as ciudadanos/as deberían contar con programas de actividad física dirigidos a la prevención primaria y secundaria de las patologías ligadas al sedentarismo e incluso al tratamiento de diversas entidades patológicas.

Los planes y actuaciones dirigidos a conseguir un descenso del sedentarismo y la obesidad deben implementarse en todos los grupos de edad, pero especialmente en la edad juvenil y adolescente.

La *Carta Europea Contra la Obesidad*<sup>29</sup> afirma que la epidemia de obesidad es reversible, que existe la posibilidad de invertir la tendencia y tener la epidemia bajo control. Esto sólo se puede conseguir mediante una actuación exhaustiva, ya que las raíces del problema se hallan en factores sociales, económicos y medioambientales rápidamente cambiantes, que determinan los estilos de vida de las personas. El planteamiento consiste en construir sociedades en las que los estilos de vida saludables, vinculados a la alimentación y a la actividad física, constituyan la norma; sociedades en las que los objetivos relacionados con la salud están en consonancia con los de la economía, la sociedad y la cultura, y donde las opciones saludables resulten más accesibles y sencillas para las personas. En los próximos 4-5 años debería darse un avance notable, particularmente en el caso de los/as niños/as y adolescentes y tendrá que ser posible haber invertido la tendencia para el año 2015, como muy tarde.

En mayo de 2004, la 57ª Asamblea Mundial de la Salud aprobó la *Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud*<sup>40</sup>. La meta general de esta estrategia es promover y proteger la salud, orientando la creación de un entorno favorable para la adopción de medidas sostenibles a escala individual, comunitaria, nacional y mundial, que, en conjunto, den lugar a una reducción de la morbilidad y la mortalidad asociadas a una alimentación poco sana y a la falta de actividad física. Esta estrategia contiene herramientas de aplicación a nivel gubernamental y propone acciones con indicadores básicos y avanzados.

En el año 2005 el Ministerio de Sanidad y Política Social, puso en marcha la *Estrategia NAOS (Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad)* a través de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). El objetivo de esta estrategia es de sensibilizar a la población del problema que la obesidad representa para la salud, y de impulsar todas las iniciativas que contribuyan a lograr que la ciudadanía, y especialmente los/as niños y los/as jóvenes, adopten hábitos de vida saludables, principalmente a través de una alimentación saludable y de la práctica regular de actividad física. La Estrategia NAOS pretende servir como plataforma de todas las acciones que ayuden a la consecución de dicho objetivo, integrando los esfuerzos y la participación más amplia posible de toda la sociedad: Administraciones Públicas, expertos en el tema, empresas del sector privado, consumidores/as, etc....<sup>41</sup>.

## 5.1 INDICADORES AVANZADOS

Para conseguir la meta general, la OMS<sup>40</sup> propone el empleo de una serie de indicadores, cuyo cumplimiento serviría de monitorización sobre el avance del proceso de mejora. Debemos tener en cuenta estos indicadores a la hora de plantear objetivos generales y estrategias. Entre los indicadores avanzados relacionados con la Actividad Física y la Salud seleccionamos:

- Número de personas dedicadas a tiempo completo a trabajar en la actividad física dentro del Ministerio de Sanidad y Política Social.
- Existencia de centros académicos de prestigio dedicados al estudio del régimen alimentario y la actividad física.
- Existencia de mecanismos claros para la divulgación de directrices en materia de actividad física.
- Existencia de un plan de movilización de recursos para la acción sobre la actividad física.
- Presupuestos para la acción sobre la actividad física establecidos por fuentes no gubernamentales, incluidas ONG e instituciones del sector privado.
- Existencia de redes y grupos de acción formados por ONG para promover la disponibilidad de posibilidades de actividad física.
- Número de empresas privadas que patrocinan eventos deportivos.
- Número de lugares de trabajo con instalaciones de duchas y vestuarios.
- Número de lugares de trabajo con instalaciones para practicar la actividad física.
- Número de lugares de trabajo que ofrecen programas de actividad física para los empleados/as.

- Porcentaje de colegios con una política escolar publicada de actividad física.
- Porcentaje de colegios que ofrecen oportunidades extracurriculares de actividad física.
- Porcentaje de colegios con rutas seguras para caminar a la escuela.
- Existencia de programas de sensibilización acerca de la actividad física en los colegios.
- Porcentaje de docentes que asisten a cursos de formación acerca de la actividad física.
- Número de canales utilizados para difundir los mensajes acerca de la alimentación sana y la actividad física.
- Porcentaje de la población o blanco específico alcanzado con las campañas de información o mensajes acerca de la alimentación sana y la actividad física.
- Porcentaje de la población a la que se ofrece asesoramiento acerca de la actividad física por parte del/la médico/a de asistencia primaria.

## **6. OBJETIVOS GENERALES**

Los objetivos generales en el ámbito de actividad física y salud del plan son:

1. Incrementar los niveles de práctica de actividad física y deportiva saludable y sin riesgos de la población española.
2. Conseguir que la prevención primaria y secundaria de las patologías ligadas al sedentarismo sea una práctica habitual de la sanidad pública a través de la prescripción de actividad física a los ciudadanos/as sanos/as y enfermos/as.
3. Mejorar el conocimiento del impacto positivo de la práctica regular de actividad física por parte de los/as profesionales de la salud, el deporte, la educación y la ciudadanía en general.
4. Mejorar el conocimiento científico, su intercambio y su difusión, sobre las relaciones entre el ejercicio físico y la salud.

## **7. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA**

Para lograr los objetivos generales propuestos, se debería actuar estratégicamente en diversos ejes:

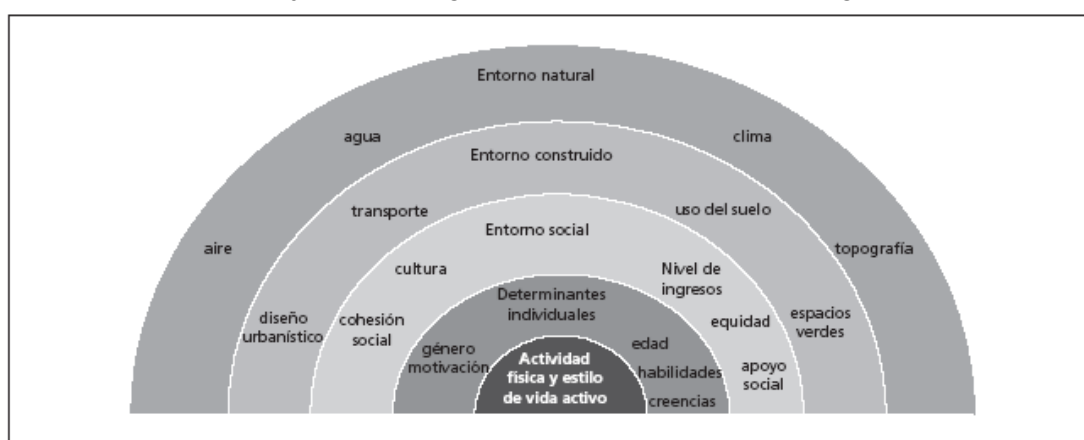
1. Prescribir actividad física desde el sistema sanitario a todas las personas susceptibles de ser tratadas mediante el ejercicio utilizando los recursos sanitarios, deportivos y otros recursos públicos y privados
2. Crear una Plataforma Sobre Actividad Física y Salud integrando los diferentes recursos que permita la racionalización de todos los existentes y el intercambio y difusión de la información.
  - a. Programa Nacional de Prevención del Sedentarismo
  - b. Red de Acción e Información sobre Actividad Física y Salud
  - c. Programa Nacional para el Transporte a Pie y en Bici
  - d. Red Nacional de Investigación
  - e. Centros Públicos de Medicina del Deporte
  - f. Página Web sobre Actividad Física para la Salud
  - g. Aportaciones privadas
3. Promover y aumentar la práctica deportiva saludable de competición, popular y de tiempo libre.
4. Aumentar en cantidad (nº de horas) y mejorar la calidad de la actividad física en el medio escolar, y en los/as niños/as y jóvenes en particular.
5. Aprovechar los Centros de Medicina del Deporte existentes en España para hacer reconocimientos médicos a los/as que se inician en la práctica deportiva
6. Promover y aumentar la investigación, la transferencia del conocimiento Científico y la información general en ejercicio y salud.
7. Apoyar al deporte de alto rendimiento a través del seguimiento del deportista desde que empieza en los centros de tecnificación hasta que acaba su vida deportiva, e incluso prologándolo una vez finalizada su actividad.
8. No debemos olvidar el papel de los Colegios Profesionales y de las sociedades científicas y profesionales implicadas, que han de estar integradas en la Plataforma Sobre Actividad Física y Salud.



9. Implicar a todos los/as promotores/as públicos/as y privados/as de servicios e instalaciones deportivas en una campaña integral de movilización por la actividad física y la práctica deportiva saludable.

## 8. ÁMBITOS DE ACTUACIÓN

A la hora de determinar las estrategias preventivas respecto al sedentarismo debemos tener en cuenta los niveles de prevención (primordial, primaria, secundaria), pero también es necesario considerar el entorno que facilita o dificulta la práctica de actividad física y de un estilo de vida activo. La 1.<sup>a</sup> Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica Clínica en España: Prevención Cardiovascular<sup>83</sup> refleja de modo gráfico estos entornos en la Figura 22.



**Figura 22.-** Entornos de la práctica de actividad física.

1.<sup>a</sup> Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica Clínica en España: Prevención Cardiovascular<sup>83</sup>.

De un modo práctico vamos a considerar los ámbitos o entornos donde se han de aplicar las medidas preventivas<sup>29, 41, 66,83</sup>.

- Escolar
- Doméstico y familiar
- Comunitario y local
- Civil y empresarial
- Urbanístico
- Sanitario
- .Investigación y conocimiento
- De formación, información y promoción
- Deportivo

Actualmente disponemos de publicaciones elaboradas por diferentes instituciones que nos permiten tener una idea inicial de las actuaciones posibles en cada uno de los ámbitos.

## 8.1 ACTUACIONES EN EL ÁMBITO ESCOLAR

La *Carta Europea Contra la Obesidad* <sup>29</sup> propone una serie de actuaciones en el ámbito escolar, que quiere resumir la Tabla 10.

**Tabla 10.-** Actuaciones en el ámbito escolar.

Carta Europea Contra la Obesidad. Conferencia Ministerial Europea de la Organización Mundial de la Salud contra la Obesidad: Influencia de la dieta y la actividad física en la salud <sup>29</sup>.

Grupo de edad	Actividades
Niños/as	<ul style="list-style-type: none"><li>– Desplazamientos diarios a pie hasta y desde el centro escolar.</li><li>– Sesiones diarias de actividad en el centro escolar (recreos y clubes de actividades).</li><li>– 3 o 4 oportunidades de realizar juegos por las tardes.</li><li>– Fines de semana: paseos más largos, visitas al parque o a la piscina, paseos en bicicleta, etc.</li></ul>
Adolescentes	<ul style="list-style-type: none"><li>– Paseo diario (o en bicicleta) desde y hasta el centro escolar.</li><li>– 3 o 4 deportes o actividades organizados o informales de lunes a viernes.</li><li>– Fines de semana: paseos, montar en bicicleta, natación, actividades deportivas.</li></ul>

El listado de actuaciones completas sería:

- Promover una educación física de alta calidad en los centros escolares.
- Incluir un componente de actividad física en las clases de educación para la salud.
- Promover la incorporación de sesiones cortas de actividad física durante el horario escolar.
- Fomentar que el alumnado vaya andando o en bicicleta al centro escolar.
- Crear una red de padres y madres voluntarios que actúen como supervisores del alumnado que va andando o en bicicleta al centro escolar.
- Mejorar el acceso a las instalaciones escolares en horarios nocturnos y no lectivos, los fines de semana y vacaciones.
- Promover programas deportivos y de actividad física para todos los niños y niñas, y no sólo para quienes tienen más capacidad.

- No utilizar la prohibición de la actividad física (recreos, juegos libres) como castigo ni tampoco su realización (flexiones, vueltas adicionales).
- Desarrollar las capacidades motoras del alumnado en relación con actividades físicas para toda la vida.
- Desarrollar el uso de las capacidades conductuales de los alumnos y alumnas que les permitan mantener un estilo de vida físicamente activo (establecimiento de objetivos, autoseguimiento, toma de decisiones).
- Aumentar los conocimientos del alumnado sobre cómo ser físicamente activo.
- Fomentar las creencias y las actividades positivas acerca de la actividad física.
- Incluir en el currículo transversal de los planes educativos materias relacionadas con la alimentación saludable y la actividad física.
- Trabajar para que el personal escolar haga que la actividad física sea divertida e interesante
- Promover la realización de reconocimientos médicos preparticipación a todos los/as escolares (al menos tres coincidiendo con las diferentes etapas de escolarización).
- Formación en reanimación cardiopulmonar básica al profesorado.
- Implantación progresiva de desfibriladores semiautomáticos en las instalaciones deportivas escolares.

Por su parte, como acciones en el ámbito escolar la *Estrategia NAOS* <sup>41</sup> propone, entre otras:

- Incluir en los cursos de formación del profesorado materiales didácticos y orientaciones sobre alimentación y nutrición, su incidencia sobre la salud, así como de la importancia de practicar regularmente actividad física.
- Promover la práctica frecuente de actividad física y deporte en el colegio, ampliando el horario de uso de las instalaciones escolares con programas de actividades deportivas durante los fines de semana, fomentando que los niños acudan andando o en bicicleta al colegio, contactando con deportistas para que participen en talleres sobre deporte, etc.

Para sustanciar algunas de las acciones previstas en la estrategia NAOS, los Ministerios de Sanidad y Política Social y de Educación en colaboración con las comunidades autónomas de Galicia, Castilla y León, Extremadura, Murcia, Andalucía y Canarias y las Ciudades Autónomas de Ceuta y Melilla; y durante el curso 2006-2007 han decidido promover un programa para favorecer la alimentación saludable y la actividad física en el ámbito escolar (*Programa PERSEO*) <sup>72</sup>, uno de cuyos objetivos generales es el de promover la adquisición de

hábitos alimentarios saludables y estimular la práctica de actividad física regular entre los/as escolares, para prevenir la aparición de obesidad y otras enfermedades.

Recientemente (2008) los Ministerio de Educación, a través del Centro de Innovación y Documentación Educativa, CIDE y Ministerio de Sanidad y Política Social, Dirección General de Salud Pública, editan el *Informe: diagnóstico de situación sobre avances conseguidos, necesidades y retos en promoción y educación para la salud en la escuela en España* <sup>12</sup>. En él los responsables de Promoción y Educación para la Salud (PES) en la Escuela de cada CA informan sobre el estado en su CA. Sobre medidas complementarias desarrolladas en los centros educativos y promovidas en el entorno inmediato del alumnado y en lo relativo a recomendaciones de ejercicio físico fuera de la escuela, solo Canarias, Castilla la Mancha, Cataluña (actividades no bien integradas en la escuela) y Navarra (un folleto) han planteado medidas de este tipo. Sin embargo entre las necesidades percibidas para una mejora significativa de la situación en PES, destacando los ámbitos donde sería necesario intervenir de manera prioritaria, para 10 CA es prioritario el Ámbito de la Actividad Física, para 8 es muy importante, solo para 2 deseable y para ninguna es poco relevante. Además en la mayoría de territorios se considera que sería de especial relevancia que los centros educativos y los/as educadores/as:

- Pudieran disponer de una guía de planificación de actuaciones y programas que respondiera a las necesidades que surgen en el marco de los centros escolares.
- Recibieran una oferta mantenida e incentivada de actuaciones de formación continuada.
- Dispusieran de instrumentos de supervisión y *feed-back* de las actuaciones y programas realizados.
- Tuvieran a su alcance algún tipo de apoyo técnico especializado, externo al centro escolar.
- Algunas aportaciones señalan la importancia de herramientas de apoyo en temas de planificación y evaluación.

Se considera que la facilitación de todas estas medidas y herramientas, contribuirían a la mejora de las intervenciones desarrolladas en los centros. En este sentido podemos mencionar la iniciativa *Vive10* de la Comunidad de Madrid, con guías para el alumno <sup>79</sup> y para el profesor, <sup>80</sup> o la *Estrategia de Vida Saludable del Gobierno Vasco* <sup>39</sup>.

Finalmente el *Estudio sobre Actividad Física Infantil* del Centro de Medicina del Deporte del Gobierno de Aragón <sup>8</sup> propone como actuaciones en este ámbito:

- Mejorar la oferta de deporte organizado para chicos/as a partir de 12 años. (A partir de esta edad el deporte es fundamental en los niveles de actividad en edades de desarrollo).
- Mejorar la oferta de deporte organizado para las mujeres (Tienen menores niveles de actividad que los hombres, pero con el deporte son capaces de alcanzar niveles de actividad similares).
- Estudiar la metodología con la que se ofrece deporte escolar-organizado a las niñas y chicas. (Actualmente las mujeres practicantes no consiguen mejorar sus niveles de actividad).
- Crear oferta de actividades deportivas en periodo vacacional, especialmente para niños y niñas menores de 12 años. (Bajan los niveles de actividad en verano en los deportistas y en los pequeños)
- Hay que revisar los contenidos y métodos de la asignatura de educación física e introducir mayores niveles de actividad en las clases.
- Hay que fomentar la práctica de actividad física durante los recreos, especialmente en el sexo femenino y en secundaria.
- Además es necesario introducir la práctica de una hora de actividad física en el horario escolar.
- Hay que fomentar la práctica de deporte escolar, pero es necesario revisar los métodos que se emplean con las practicantes del sexo femenino.
- Es necesario concienciar a las familias sobre el empleo del tiempo libre en edades de crecimiento y desarrollo en actividades físicas.
- Dentro de esa concienciación hay que incentivar la participación del sexo masculino en actividades domésticas activas.
- Las instituciones deben ofrecer y hacer llegar actividades de tiempo libre a niños y jóvenes con un alto componente de actividad física.

## 8.2 ACTUACIONES EN LOS ÁMBITOS DOMÉSTICO Y FAMILIAR

La *Carta Europea Contra la Obesidad* <sup>29</sup> propone actuaciones en el ámbito doméstico:

- Proporcionar a los/as niños y adolescentes de ambos sexos ropa y equipo para realizar las actividades físicas.
- Limitar el «tiempo de pantalla» (ver la televisión o vídeos, juegos de vídeo, uso de ordenador).
- Fomentar que jueguen al aire libre siempre que sea posible.
- Promover que sean físicamente activos/as o participen en deportes.
- Actuar como un modelo positivo siendo usted mismo activo.
- Planificar actividades físicas que impliquen a toda la familia.
- Pagar las cuotas, matrículas o inscripciones y comprar los equipos necesarios para participar en programas deportivos y de actividad física.
- Proporcionar transporte para las prácticas, juegos o actividades.
- Fomentar que los/as niños/as y adolescentes participen en deportes o sean físicamente activos/as con sus amistades y vecinos/as.
- Elogiarles y recompensarles por ser físicamente activos/as.
- Centrarse en los logros deportivos o físicos positivos y no en los fracasos o los problemas.
- Hacer que la actividad física sea divertida e interesante.

En España la Estrategia NAOS <sup>41</sup> propone:

- Se realizarán campañas informativas para concienciar a la población de la importancia de la actividad física y promocionar su práctica habitual como alternativa al ocio sedentario.
- Se recabará la colaboración de las empresas de entretenimiento, fabricantes y anunciantes de juguetes, buscando iniciativas comunes destinadas a la promoción de juegos que requieran actividad física.
- Se crearán grupos de trabajo, en el ámbito autonómico y municipal, encargados de diseñar iniciativas para la mejora de espacios para la práctica de ejercicio y actividad física, carriles seguros para bicicleta, pistas de patinaje, pistas peatonales. Estos grupos deben incluir la participación de responsables municipales, urbanistas, responsables de actividades de ocio y práctica deportiva, educadores/as, etc.

Como ejemplo de iniciativa dirigida al ámbito familiar podemos citar la guía: “*Actividad Física y Salud. Guía para padres y madres*” <sup>26</sup>, editada en 1999 de modo conjunto por los Ministerios de Sanidad y Política Social, Educación y del Interior, y

que bajo un aspecto muy atractivo y enormemente didáctico presenta una información muy detallada y avanzada para los padres y madres. Igualmente, en 2007 y dentro del programa PERSEO, se edita otra versión muy similar como “*Guía para familias*”<sup>25</sup>.

### 8.3 ACTUACIONES EN LOS ÁMBITOS COMUNITARIO Y LOCAL

Debemos distinguir entre actuaciones de difusión general y apoyo a los planes de impulso de la actividad física promuevan la actividad física y actuaciones en el ámbito local.

Las actividades publicidad y marketing, según el *Libro Blanco Europeo*<sup>57</sup> deben dirigirse especialmente a determinados segmentos de la población, como los/as jóvenes o los grupos socioeconómicos bajos y podrían estar impulsados por las organizaciones deportivas.

Entre las acciones de La Estrategia NAOS<sup>41</sup> marca el desarrollo de campañas informativas para concienciar a la población de la importancia de la actividad física y promocionar su práctica habitual como alternativa al ocio sedentario. Igualmente aplica programas concretos dirigidos a la población general, como el programa “*Come sano y muévete. 12 decisiones saludables*”<sup>9</sup>. Entre esas 12 decisiones aconseja:

- 3. Vive activo, muévete.
- 4. Haz deporte, diviértete.

La *Carta Europea Contra la Obesidad*<sup>29</sup> afirma que las autoridades locales tienen un gran potencial y un papel importante que desempeñar en cuanto a la creación del entorno y de las oportunidades para la actividad física, un estilo de vida activo y una alimentación sana, y deberán recibir apoyo en este sentido. Respecto a la implicación de las entidades locales de nuestro país, queda clara en la “*Declaración de Santander*”<sup>33</sup> donde los representantes de las Corporaciones locales se comprometen a promover la salud de las personas mediante una alimentación saludable y la práctica habitual de actividad física

Las actuaciones concretas propuestas por la *Carta Europea Contra la Obesidad*<sup>29</sup> en el ámbito comunitario son:

- Promover una comunidad que fomente el uso de la bicicleta.
- Promover una comunidad que fomente los desplazamientos a pie.



- Promover la provisión y el uso de las instalaciones comunitarias para actividades físicas (información en centros de atención primaria).
- Mejorar el acceso a las instalaciones comunitarias para actividades físicas.
- Patrocinar u organizar programas deportivos en la comunidad.
- Organizar eventos sobre actividad física en la comunidad por ejemplo, días libres de coches).
- Centrarse en la participación y la diversión en los deportes, y no en ganar.
- Informar a los niños, niñas y adolescentes acerca de todos los programas disponibles a través de las organizaciones comunitarias.
- Trabajar para que los proveedores de la comunidad hagan que la actividad física sea divertida e interesante.

Además los/as expertos/as del Grupo que ha contribuido a la elaboración del Plan proponen como medidas adicionales

- Implantación progresiva de desfibriladores semiautomáticos en las instalaciones deportivas comunitarias.
- Fomentar la creación de servicios de Medicina Deportiva en las instalaciones deportivas comunitarias.

#### **8.4 ACTUACIONES EN LOS ÁMBITOS CIVIL Y EMPRESARIAL**

La *Carta Europea Contra la Obesidad*<sup>29</sup> afirma que es importante la participación activa de la sociedad civil, con el fin de fomentar la concienciación ciudadana, reclamar actuaciones y como fuente de planteamientos innovadores. Las organizaciones no gubernamentales pueden apoyar las estrategias para combatir la obesidad. Las asociaciones patronales, de consumidores/as, de padres y madre, de jóvenes y deportivas, al igual que los sindicatos, pueden desempeñar funciones específicas. Las organizaciones de profesionales sanitarios deberán garantizar que sus miembros se encuentren totalmente implicados/as en las acciones preventivas.

Además el sector privado debe desempeñar un papel importante y tener responsabilidad en la construcción de un entorno más sano, así como en la promoción de opciones saludables en su propio lugar de trabajo. Destacando el importante papel de sectores como los clubes deportivos, las empresas de ocio y de la construcción, los/as publicistas, el transporte público, el turismo activo, etc. El sector privado podría participar en soluciones que beneficien a todos, haciendo hincapié en las oportunidades económicas de invertir en opciones más saludables.

En España, como acciones en el ámbito la *Estrategia NAOS*<sup>41</sup> propone:

- Recabar la colaboración de las empresas de entretenimiento, fabricantes y anunciantes de juguetes, buscando iniciativas comunes destinadas a la promoción de juegos que requieran actividad física.
- La industria alimentaria se compromete a potenciar, difundir y apoyar todas aquellas actividades y campañas de publicidad sobre estilos de vida, nutrición, actividad física y salud que el Ministerio de Sanidad y Política Social realice.
- La industria alimentaria patrocinará eventos deportivos, hará promoción del deporte, concesión de material y fomento de la actividad física, especialmente para niños/as y jóvenes

Otras medidas en este ámbito que proponen los expertos que componen el grupo encargado del debate inicial de este Plan son:

- Compensaciones económicas y fiscales a las empresas que instauren estrategias para facilitar la práctica deportiva entre sus trabajadores/as o por la dotación de instalaciones deportivas en el ámbito de la empresa.
- Mayor flexibilidad horaria a los/as trabajadores/as que acudan caminando o en bicicleta al centro de trabajo.

No debemos olvidar la importante responsabilidad de los medios de comunicación en cuanto a facilitar información y educación, incrementar la concienciación y apoyar las políticas de salud pública en este entorno<sup>29</sup>.

Finalmente debemos recoger las numerosas iniciativas con colaboración de empresas privadas que menciona el *Informe Anual 2008* de la Plataforma de la UE en Nutrición, Actividad Física y Salud<sup>84</sup>.

## **8.5 ACTUACIONES EN EL ÁMBITO URBANÍSTICO, MEDIOS DE TRANSPORTE**

El urbanismo puede influir, de manera destacada, en la lucha contra la obesidad. La nueva creación de parques, jardines y áreas deportivas depende del planeamiento urbanístico, que es quien puede establecer la reserva de terrenos para estos fines. Será preciso contar, por ello, con la colaboración de las Comunidades Autónomas y de los Municipios, instrumentada a través de su asociación nacional, la Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP), para que se promueva la construcción de zonas verdes e instalaciones deportivas en los barrios. En este sentido ya existen políticas que cabe incrementar con el objetivo de facilitar el

deporte y la actividad física frecuente. Son muestras de estas políticas los pasillos verdes establecidos sobre antiguos tendidos de ferrocarril o sobre obsoletas vías pecuarias que permiten el paseo y la práctica del footing, ciclismo, patinaje, etc.; el cierre al tráfico de vías públicas para facilitar las actividades deportivas los días festivos o el uso público de las instalaciones deportivas de colegios públicos o concertados. En definitiva, se deben lograr alianzas entre las Autoridades Autonómicas, Locales y las Autoridades de Salud Pública para incrementar estas actuaciones y favorecer la creación de ambientes que permitan elegir estilos de vida saludables <sup>41, 89</sup>.

La *Estrategia NAOS* <sup>41</sup> incluye la creación de grupos de trabajo en el ámbito autonómico y municipal, encargados de diseñar iniciativas para la mejora de espacios para la práctica de ejercicio y actividad física, carriles seguros para bicicleta, pistas de patinaje, pistas peatonales. Estos grupos deben incluir la participación de responsables municipales, urbanistas, responsables de actividades de ocio y práctica deportiva, educadores, etc.

La Comisión Europea en el *Libro Blanco: Estrategia Europea sobre Problemas de Salud Relacionados con la Alimentación, el Sobrepeso y la Obesidad* <sup>56</sup>, considera que los Estados miembros y la UE deben adoptar medidas proactivas para invertir la tendencia a la disminución de la actividad física en las últimas décadas, provocada por múltiples factores. Al esfuerzo personal por aumentar la actividad física en la vida diaria debe unirse el apoyo de un entorno físico y social que lo favorezca, desde deportes organizados a desplazamientos activos entre el domicilio y el trabajo o actividades al aire libre. Los proyectos de desplazamientos a pie y en bicicleta se consideran un elemento fundamental de estas acciones y se anima a las autoridades locales a presentar solicitudes al respecto. La Comisión es partidaria de aprovechar plenamente las actuales subvenciones para infraestructuras públicas para mejorar el estilo de vida, por ejemplo mediante desplazamientos activos entre el domicilio y el trabajo. Los/as agentes locales y regionales deben adoptar un compromiso con las administraciones locales a efectos de integrar los objetivos de salud pública en el diseño de los edificios, los espacios urbanos, tales como las áreas de juego para niños/as, y los sistemas de transporte.

Para estudiar estas posibilidades la Región Europea de la OMS pone en marcha en 2005 un proyecto, evaluador de los efectos del transporte motorizado sobre la salud, es el *proyecto HEARTS (Health effect and risk of transport system)* <sup>49</sup> que presenta numerosas herramientas y ejemplos de uso en la mejora del transporte.

Como modelo de intervención sobre el transporte, en 2002 la Región Europea de la OMS, lanza el programa *Transport, Health and Environment Pan European Programme (THE PEP)*<sup>76</sup> con el objetivo de conseguir un medio ambiente más saludable y una movilidad más respetuosa con el entorno en Europa mediante la implementación de acciones concretas.

La revisión de los progresos del *THE PEP* en el seno del Consejo Económico y Social de las Naciones Unidas (Ginebra 16-17 de abril de 2007)<sup>74</sup>, muestra avances muy importantes y en numerosos países europeos, sin que aparezca ninguna mención a España.

Dentro de *THE PEP* se encuadra el proyecto: *Transport-related Health Effects with a Particular Focus on Children*<sup>78</sup>. Este proyecto reúne a expertos/as de 6 países europeos: Austria, Francia, Malta, Holanda, Suecia y Suiza. Se recogen los efectos del transporte sobre:

- Contaminación ambiental: demostrando los efectos sobre la salud de 4 estrategias en el mundo: Atlanta y Oslo, sobre urbanismo y Hongkong y Sudáfrica sobre aditivos en los combustibles que demuestran una relación directa entre estas medidas y mejoras en los indicadores de salud de la población, especialmente en niños/as.
- Cambio climático: la OMS estima que en el año 2000, 160.000 muertes fueron debidas al cambio climático. También conocemos que la ola de calor en Europa, en 2003, causó 25.000 muertes.
- Ruido: 30% de la población de la UE (120 millones de personas) están expuestos a ruido procedente del tráfico, por encima de 55 dB.
- Actividad Física: El ejercicio en el transporte ha de superar la intensidad moderada. Sus efectos se manifiestan más en la población sedentaria.
- Efectos psicológicos y sociales: mediados por los efectos anteriores
- Lesiones por accidentes: 127.000 personas mueren anualmente (6.500 niños/as 0-14 años y 37.000 jóvenes de 15-29, siendo en ambas franjas es la causa principal de mortalidad). Estas lesiones cuestan en EU 180 mil millones de euros al año (2% del PIB).

Además *THE PEP* propone herramientas de valoración económica de los efectos sobre la salud del cambio de hábitos de transporte. En el sumario publicado este mismo año<sup>77</sup> describe cuatro etapas principales para llegar a esa valoración económica:

- 1) Definición de las características del tráfico.

- 2) Medida de las emisiones contaminantes y de la exposición de la población.
- 3) Estimación de los efectos sobre la salud relacionadas con el transporte.
- 4) Valoración económica de los efectos sobre la salud.

Empleando esta sistemática, el informe <sup>77</sup> refleja los resultados de un estudio en Suiza en 2005, con un coste debido a accidentes+contaminación+ruido de 0,122 US\$ por vehículo a motor y por Km (0,087 para los automóviles), según la Tabla 11. Además hay que tener en cuenta otros efectos sobre la salud no computados como los efectos barrera sobre las comunidades, y otros efectos, como los mentales, que solo podrían ser abordados mediante aproximaciones cualitativas.

**Tabla 11.-** Sumario de los costes en salud derivados de accidentes, contaminación y ruido. Suiza, 2005.

Transport, Health and Environment Pan European Programme (THE PEP). Economic valuation of transport-related health effects. Review of methods and development of practical approaches, with a special focus on children. Summary. World Health Organization Europe. 2009 <sup>77</sup>.

<b>Costes en US \$ por vehículo/Km</b>	<b>Automóviles</b>	<b>Vehículos de pasajeros</b>	<b>Todos los vehículos</b>
<b>ACCIDENTES</b>	0,071	0,095	0,094
<b>CONTAMINACIÓN</b>	0,009	0,010	0,015
<b>RUIDO</b>	0,007	0,010	0,013
<b>TOTAL</b>	<b>0,087</b>	<b>0,015</b>	<b>0,122</b>

Además, encuadrada dentro de *THE PEP*, la Región Europea de la OMS desarrolla y publica una metodología para los cálculos económicos de los efectos sobre la salud relacionados con la marcha a pie y la bicicleta <sup>37</sup>. En este documento se presenta una herramienta de gran utilidad la *Health Economic Assessment Tool for Cycling (HEAT)*. Con esta herramienta se propone un enfoque eminentemente práctico del impacto económico que el uso de la bicicleta en ambiente urbano puede llegar a proporcionar, en términos de salud. En la publicación la OMS informa de la publicación futura de otra herramienta de cálculo similar, pero enfocada al impacto económico de la marcha.

*HEAT* se presenta como una hoja de cálculo Excel, acompañada de unas Guías Metodológicas <sup>48</sup>.

Numerosas ciudades e instituciones han empleado la metodología y las herramientas creadas por la Región Europea de la OMS y *THE PEP*, a la hora de diseñar sus redes de transporte y de implementar nuevos carriles-bici. En 2006 ya se publica una relación de 48 proyectos en Europa, ninguno de ellos en España.

*HEAT* permite calcular ahorros solamente por mortalidad en ciclistas. En la Tabla 12 pretendemos mostrar un modelo realizado por nosotros sobre una hipotética utilización en España actualmente

**Tabla 12.-** Ejemplo de cálculos económicos con la herramienta HEAT, aplicada a nuestra realidad.

- 1.- Deseamos **calcular** la amortización de **5 Km** de carril-bici sobre el que se desplazarán a su trabajo (ida y vuelta) ciclistas en edad laboral (20-65 años) de ambos sexos, que antes iban a trabajar en medios mecánicos.
- 2.- Calculamos que el plan va a conseguir su **objetivo** de conseguir el uso pleno en **5 años**. El aumento de ciclistas de 0 (inicio) al número de uso estable (5 años) tiene una evolución **logarítmica**.
- 3.- Los beneficios del plan sobre la salud no pueden ser inmediatos. Calcularemos que se van a **manifestar completamente** a los **10 años** de implantación.
- 4.- Decidimos que vamos a calcular la amortización a **15 años** desde el inicio del uso de la infraestructura.
- 5.- Vamos a ser muy **conservadores** y que los trabajadores/as solo usan la bici para ir a su trabajo **125 días/año** (quitamos vacaciones, días fríos, lluviosos, fines de semana, etc...).
- 6.- Digamos que nuestros ciclistas van a **14 Km/h** (velocidad media en el estudio de referencia de Andersen para la ciudad de Copenhague)<sup>87</sup>.
- 7.- Usamos datos **españoles** para la **mortalidad** en esa franja de edad en 0,00214689 (Datos del Mº Sanidad y Política Social para esta franja de edad)<sup>60</sup>.
- 8.- Calculamos el valor de una vida en **2.814.000 €** (Estimación más baja de A Riera y cols para 2000, **actualizados** por la inflación 2000-2008)<sup>102</sup>.
- 9.- Suponemos una **inflación** del **5%** para esos 15 años
- 10.- Calculamos el precio de 1km de carril bici en **350.000 €** (precio al que se viene licitando en las últimas intervenciones de Ayuntamiento de Madrid). Total de los 1 Km: **1.750.000 €**

RESPUESTA:

Ahorro por km/ciclista/año: 1,12€  
Ahorro por ciclista/año: 1398€  
Ahorro por viaje: 5,59€

**Se necesita un uso pleno a los 5 años de 189 ciclistas para amortizar la infraestructura. SOLO POR LA DISMINUCIÓN DE GASTOS DE MORTALIDAD.**

Ahorro máximo anual total: 186.000€  
Ahorro medio anual total: 117.000€  
**117.000 x 15 años = 1.755.000€**

**Si conseguimos que usen la infraestructura 300 ciclistas podríamos construir 3 Km de carril-bici suplementarios.**

Ahorro máximo anual total: 295.000€  
Ahorro medio anual total: 186.000€  
**186.000 x 15 años = 2.790.000€ = 1.040.000€ de beneficio**  
**1.040.000/350.000= 3 Km de carril bici**

**Si conseguimos que usen la infraestructura 500 ciclistas podríamos construir 8 Km de carril-bici suplementarios.**

Ahorro máximo anual total: 492.000€  
Ahorro medio anual total: 309.000€  
**309.000 x 15 años = 4.635.000€ = 2.885.000€ de beneficio**  
**2.885.000/350.000= 8 Km de carril bici**

Muy recientemente, entre el 22 y 23 de enero de 2009, y con el objetivo de impulsar el uso de *THE PEP* como instrumento de estímulo de inversiones dirigidas a la racionalización del transporte en Europa, y bajo los auspicios de la Comisión Económica de las Naciones Unidas para Europa (UNECE) y de Región Europea de la OMS, los representantes gubernamentales se reunieron en Ámsterdam y dieron lugar a la *Declaración de Ámsterdam* <sup>28</sup>, estableciendo un plan de trabajo hasta 2014.

En España, y como desarrollo de la Declaración de Ámsterdam, algunos de los ayuntamientos más importantes han lanzado en Sevilla, la *Declaración de Sevilla* <sup>34</sup> donde los firmantes:

CONVENCIDOS de que la bicicleta es, junto al caminar y el transporte público, uno de los tres ejes fundamentales de cualquier política de movilidad urbana sostenible.

CONSIDERANDO que la bicicleta es el medio de transporte más eficiente y rápido en los desplazamientos urbanos inferiores a 7,5 kilómetros, equivalente a media hora en bicicleta, y el más eficaz energéticamente.

CONVENCIDOS de que las ciudades que sustituyen los vehículos a motor por bicicletas, disminuyen la contaminación atmosférica y el ruido, contribuyen a la lucha contra el cambio climático, y mejoran, por tanto, la salud pública de su población.

CONSIDERANDO esencial la cohesión social, la solidaridad y la igualdad en nuestras ciudades y teniendo presente que el uso de la bicicleta es accesible para todas las personas, contribuye a crear espacios más amables y saludables y permite disfrutar de la ciudad fijándose en ella de una manera diferente.

CONVENCIDOS de que el uso de la bicicleta ofrece libertad, intimidad e independencia, mejora la salud mental y física y favorece el ahorro personal.

CONSIDERANDO que el desconocimiento y menosprecio de las ventajas de la bicicleta ha generado a lo largo del siglo XX la construcción de ciudades en las que la bicicleta no tiene un espacio propio.

CONVENCIDOS de que en el siglo XXI las ciudades deben dar a la bicicleta el lugar que se merece, para el mejor ejercicio de los derechos de la ciudadanía y para el desarrollo sostenible y solidario de las ciudades.

Y habiendo comprobado en la ciudad de Sevilla que la aprobación del Plan Director de la Bicicleta, concebido como desarrollo de la Declaración de Ámsterdam, ha dado lugar, en el corto periodo de dos años, a que decenas de miles de personas hayan incorporado el uso de la bicicleta en su vida cotidiana, demostrando que otra movilidad es posible.



Con la Declaración:

<b>DECLARACIÓN</b>
<p>Sobre el uso de la bicicleta como medio de transporte saludable, ecológico y sostenible</p> <p>1º.- Todas las personas, incluida la población infantil, tienen derecho a circular en bicicleta y a recibir la formación vial que se requiera para hacerlo con seguridad.</p> <p>2º.- Resulta necesario que las ciudades se doten de vías ciclistas seguras, cómodas y útiles, donde se pueda circular evitando conflictos con otros usuarios de la vía pública. Igualmente, deben habilitarse aparcabicicletas donde se aparque de forma segura y cómoda.</p> <p>3º.- La ciudad necesita de medidas para la pacificación del tráfico motorizado, zonas 30, que faciliten el desenvolvimiento de la bicicleta en la trama urbana.</p> <p>4º.- Se insta a los Ayuntamientos a que aprueben Ordenanzas de circulación que establezcan un marco jurídico que propicie el uso de la bicicleta como medio de transporte urbano, garantizando la convivencia con los peatones y la prevalencia sobre los vehículos a motor. Así mismo, se les insta a reclamar la aprobación de una Ley que regule el uso de la bicicleta como medio de transporte en el marco de la movilidad urbana sostenible.</p> <p>5º.- La red de vías ciclistas debe incorporarse en el Planeamiento Urbanístico y estratégico Municipal, desde su elaboración hasta su desarrollo y ejecución.</p>

Y como consecuencia, en Sevilla, el 13 de marzo de 2009 se celebró la Asamblea constituyente de la “Red de Ciudades por la Bicicleta”<sup>73</sup>.

<p><b>PRESIDENCIA PROVISIONAL:</b> Ilmo. Sr. Odón Elorza, Alcalde de San Sebastián</p> <p><b>SECRETARÍA PROVISIONAL:</b> Fundación ECA Bureau Veritas</p> <p><b>SECRETARIO GENERAL PROVISIONAL:</b> Sr. Xavier Corominas, Director General de la Fundación ECA Bureau Veritas</p>
---

La Asociación tiene por objeto la generación de una dinámica entre las ciudades españolas con el fin de facilitar, hacer más segura y desarrollar la circulación de los ciclistas, especialmente en el medio urbano, realizando para ello todas las acciones necesarias para impulsar la bicicleta como medio de transporte e intensificando las iniciativas adoptadas con el mismo objetivo por las Administraciones públicas, asociaciones y demás agentes sociales.

Línea de trabajo:

La existencia de esta Asociación tiene como fines:

1. Intensificar la promoción de la bicicleta, desplegar su potencial y mejorar el clima favorable a la movilidad en bicicleta.
2. Desarrollar estrategias para promover que las administraciones españolas implementen de la forma más eficaz la promoción de la bicicleta.
3. Impulsar iniciativas para conseguir que el desplazamiento en bicicleta sea más atractivo y seguro.
4. Incrementar las infraestructuras para el uso de la bicicleta y mejorar y promocionar las ya existentes.
5. Destinar más recursos financieros a proyectos de promoción de la bicicleta.
6. Intensificar las vías de colaboración con todas las partes implicadas, especialmente con las organizaciones de usuarios de la bicicleta.
7. Incidir para que se incentive fiscalmente el uso de la bicicleta.
8. Desarrollar sinergias que favorezcan la intermodalidad y la multimodalidad.
9. Defender el potencial de la bicicleta como vehículo silencioso, limpio, asequible y sostenible ante la opinión pública y promocionar su uso como herramienta de movilidad alternativa al coche y a la moto en los desplazamientos cortos.
10. Desarrollar estrategias para hacer que el uso de la bicicleta sea atractivo y seguro como el diseño de espacios urbanos para que la mayoría de viajes se puedan hacer en bicicleta, mejorar e incrementar la red de itinerarios, tanto en el ámbito urbano e interurbano, prever el financiamiento para cubrir los gastos de gestión posterior y el mantenimiento de las infraestructuras ciclistas, etc.

Finalmente debemos mencionar como iniciativa interesante la promoción del uso de las escaleras tradicionales en lugar de las mecánicas y los ascensores que constituye el Programa “Escaleras” V1 dentro del Pla d’Activitat Física, Esport i Salut” (PAFES) <sup>91</sup>.

## 8.6 DESARROLLO DEL PROGRAMA DE EJERCICIO FÍSICO PARA LA SALUD

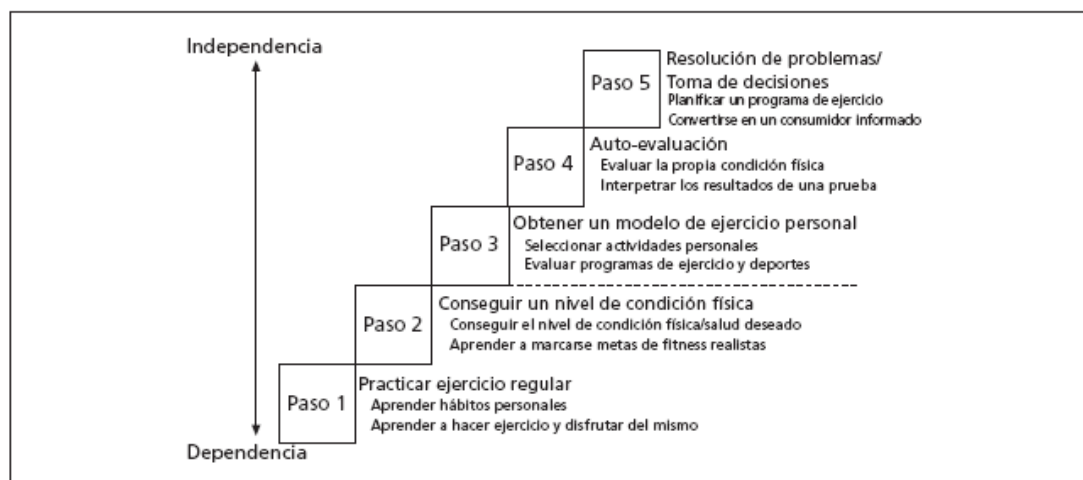
La 1.<sup>a</sup> Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica Clínica en España: Prevención cardiovascular<sup>83</sup> reconoce que el personal sanitario tiene un gran potencial para desempeñar una función significativa en la promoción de la actividad física regular.

Aprovechando la asistencia de los/as pacientes a cualquiera de las modalidades de consulta, tanto el/la médico/a como la/el enfermera/o pueden proporcionarles consejo sanitario acerca de la práctica de actividad física de tiempo libre y/o el aumento de los niveles de actividad de la vida cotidiana, y conseguir con ello incrementar los niveles de actividad física de la población. Para ello puede ser útil la formación del/la profesional sanitario/a con la participación de profesores/as de educación física<sup>83</sup>.

Por su parte la Estrategia NAOS<sup>41</sup> propone, promover entre los/as médicos de Atención Primaria que se formulen en la consulta las preguntas necesarias para la detección a tiempo del riesgo de obesidad y se facilite a los/as pacientes, consejos básicos sobre alimentación y ejercicio físico.

Pero cambiar el estilo de vida de las personas es muy difícil e introducir el hábito del ejercicio es más difícil que otros cambios de hábitos. Las investigaciones sobre adherencia a la actividad física muestran deserciones superiores al 50% en un año. Animar a los/as participantes y tratar de motivarlos/as con charlas es poco efectivo, se deben emplear estrategias más depuradas como las propuestas en las directrices del American College of Sports Medicine<sup>22</sup>.

En España, la 1.<sup>a</sup> Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica Clínica en España: Prevención cardiovascular<sup>83</sup> propugna un método escalonado en 5 pasos para promover programas de actividad física, comenzando por el aprendizaje de hábitos hasta ser capaz de resolver los propios problemas y ser un/a ciudadano/a informado/a en la propia actividad física. En la Figura 23 reproducimos este esquema.



**Figura 23.-** Evolución de los 5 pasos para un programa de actividad física.  
1.ª Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica Clínica en España: Prevención Cardiovascular<sup>83</sup>.

Las estrategias de las directrices del American College of Sports Medicine<sup>22</sup> proponen programas de actividad física promovidos por un/a líder, con unas fases y métodos:

**Preparación:** El/la líder del programa debe entrevistarse antes de su inicio con cada uno/a de los candidatos/as y preguntarles por sus expectativas. Las excesivamente optimistas o pesimistas deben ser corregidas, explicándoles lo razonablemente esperable y las cantidades de ejercicio que estos beneficios precisarán. Es muy interesante escribir y firmar un “contrato” de permanencia en el programa por un tiempo específico (3 o 6 meses), este “contrato” puede ser verbal, pero es más efectivo hacerlo por escrito.

**Progresión:** Empezar a un nivel de ejercicio confortable para el sujeto e ir aumentando de modo progresivo hasta alcanzar el nivel prescrito. Así aumentará la motivación y autoconfianza.

**Metas:** El/la líder y el/la participante deben proponer metas al programa de modo conjunto e individualizado según las capacidades del/la participante. Las metas a corto plazo (1-2 semanas) son más efectivas que las metas a plazos más prolongados. Las metas deben ser flexibles y a lo largo del programa el/la participante debe ir recibiendo información sobre su progreso.

**Recompensa:** Es uno de los métodos más efectivos para modificar la conducta. Estas recompensas han de ser personalizadas, ya que cada participante da importancia a otras cosas y el programa debe prever diferentes tipos de recompensa. Es muy importante la simple recompensa verbal del/la líder y otras personas implicadas. Sistemas de puntos que permiten recibir pequeños regalos

suministrados por patrocinadores del programa han mostrado gran efectividad. Existen recompensas simbólicas como hacer públicas las metas alcanzadas por los participantes. Puede ser interesante establecer controles de condición física periódicos e ir informando de las mejoras.

**Control del estímulo:** Suministrar agendas oficiales del programa para inscribir los días de ejercicio y las metas. Telefonar a los/as ausentes a alguna sesión programada.

**Generalización:** Consiste en un modelo progresivo de abandono del programa para pasar a ser realizado por el/la participante. Se le enseñarán las técnicas necesarias para proseguir el programa en casa. Debe ser iniciada muy precozmente dentro del programa.

**Soporte social:** Es muy efectivo tanto en la fase temprana del programa como en la fase de mantenimiento del ejercicio. Proviene del entorno familiar y social del/la participante, pero el líder puede crear parejas de compañeros que ha de estar al tanto de los progresos o problemas del/la otro/a. El/la líder debe impulsar la creación de grupos capaces de mantenerse en la fase de mantenimiento.

**Autocontrol:** Se debe enseñar a los/as participantes a controlar y conocer su nivel de ejercicio y su propia conducta, a establecer autocontratos y estrategias de autorrecompensa.

**Reinicio:** A pesar de todo ello los abandonos cuando el programa pasa a ser gestionado por el/la propio/a participante, son frecuentes. El/la líder del programa es prepararlos para esta eventualidad y para reiniciar la actividad.

Muy recientemente se han publicado los datos del *Programa de Actividad Física Reglada de Corta Duración en Pacientes con Enfermedades Crónicas*, llevado a cabo en el municipio de La Algarba (Sevilla) integrando recursos del Centro Andaluz de Medicina del Deporte, en colaboración con los/as profesionales de Atención Primaria y los recursos del Ayuntamiento <sup>71</sup>.

Como modelo exitoso en nuestro país, más allá de lo experimental, debemos considerar el *Pla d'Activitat Física, Esport i Salut (PAFES)* <sup>69</sup> puesto en marcha recientemente en Cataluña y continuando el *Plan de Implantación Progresiva para la Prescripción de la Actividad Física a la Atención Primaria de Salud en Catalunya (PIP)* <sup>46</sup>, que sirvió como modelo piloto. Se trata de un Plan con cooperación de los Departament de Salut y Secretaria General de l'Esport y que pone en marcha líneas de actuación para implantar la prescripción de actividad física en la Atención Primaria. Los objetivos del *PAFES* son <sup>91</sup> :

- Incorporar el consejo y la prescripción de actividad física en la práctica habitual de los/as profesionales de APS.

- Mejorar la capacitación de los/as profesionales sanitarios/as de APS para aconsejar/prescribir actividad y ejercicio físico.
- Coordinar los recursos asistenciales (de atención primaria y a nivel especializado) en relación a la prescripción de la actividad física.
- Potenciar la utilización de las instalaciones deportivas para la promoción de la salud.
- Trabajar conjuntamente con los/as profesionales de las instalaciones deportivas.
- Trabajar conjuntamente entre las diversas administraciones y sectores implicados.

En este Plan los/as profesionales/as sanitarios/as cuentan con la asesoría de especialistas en Medicina del Deporte. El *PAFES* actúa inicialmente en 97 áreas básicas de salud en el primer año, y tiene vocación de abarcar las 370 áreas de Cataluña en. El *PAFES* cuenta con sus propias herramientas de clasificación de actividad física, de estratificación de riesgos en los pacientes y con unas excelentes guías de práctica clínica: *PEFS “Guía de prescripció d’exercici físic per a la salut”*<sup>46</sup> donde se incluyen recomendaciones consensuadas sobre actividad física en sanos/as, pacientes con factores de riesgo y enfermos/as con 40 cuadros patológicos diferentes.

Basándonos en los esquemas y estrategias anteriores proponemos la creación de un programa de actividad física para ser aplicado en prevención primaria y secundaria.

Las acciones del *PAFES* se estructuran a nivel de<sup>91</sup>:

Persona (motivación y sensibilización) a través de las actividades físico-deportivas:

- Consejo, asesoramiento y prescripción de actividad y ejercicio físico saludable con folletos de EpS

Comunidad (facilitación):

- Diseño de circuitos y rutas saludables.
- Identificación de recursos comunitarios.
- Grupos de Actividad Física.

De esta manera el *PAFES* se caracteriza por<sup>91</sup>:

- Población diana: Adultos/as sedentarios/as con factores de riesgo cardiovascular (Hipertensión, Dislipemia, Obesidad y Diabetes).
- Punto de entrada en el programa: centro de salud.
- Recomendaciones de actividad física según la Guía PEF:
  - Consejo General de actividad física no supervisada.

- Consejo/prescripción de actividad física asesorada.
- Prescripción de ejercicio físico supervisado (derivación a instalación deportiva).

Así pues y basándonos en las actuaciones exitosas anteriores, el desarrollo del Programa de Ejercicio Físico para la Salud ha de perseguir como objetivo que los equipos de atención primaria y los servicios de protección en los exámenes de salud a los/as trabajadores/as, promuevan la práctica de actividades físicas entre los/as ciudadanos/as que reciben sus servicios.

La práctica de actividades físicas sería promovida en diferentes niveles según: el interés que demuestre el/la paciente hacia esa promoción, la actividad física que ya realiza el/la paciente, la presencia de factores de riesgo, la presencia de patologías relevantes.

Así los niveles de actividad física serían establecidos en base a:

- Recomendaciones generales o información para aquellos/as pacientes que no demuestren interés o que ya realicen actividades adecuadas.
- Información general y entrada en actividades ya programadas a nivel local para aquellos/as pacientes que deseen iniciarse en el ejercicio y un reúnan factores de riesgo o patologías relevantes.
- Entrada en grupos de actividad establecidos, pero con consejos personalizados para el responsable de la actividad, a través del/la médico del deporte, a aquellos/as pacientes con ciertos factores de riesgo o con ciertas patologías.
- Entrada en grupos de actividad específicos, con una programación y un seguimiento individualizado para los/as pacientes con mayores factores de riesgo y patologías. A través de los/as médicos del deporte.
- Entrada de los/as pacientes que salen de esos grupos en programas de ejercicio de mantenimiento a largo plazo y seguimiento de esos/as pacientes.

Para ello se precisa:

- Integración de Especialistas en Medicina del Deporte como formadores/as, asesores/as y prestando servicios profesionales, en la Sanidad Pública.
- Formación específica a los/as médicos/as y enfermeros/as de atención primaria y a los servicios de prevención de las empresas.

- Creación de normas que regulen el flujo de los/as pacientes a través del sistema.
- Convenios o conciertos con las entidades locales para el uso de actividades e instalaciones deportivas.
- Formación a técnicos deportivos/as como líderes de las actividades.
- Integración y formación específica a Licenciados/as en Educación Física para la redacción y seguimiento de los programas de actividad física.

Este Programa se estructuraría en tres niveles:

NIVEL 1: Creación de un modelo nacional de Programa

El modelo será creado por el Consejo Superior de Deportes y el Ministerio de Sanidad y Política Social.

Se precisará el consenso con los representantes de las Entidades Locales (FEMP).

Se precisará el consenso de los Colegios Profesionales y las principales Sociedades Científicas, a las que se expondrá el modelo redactado.

En el modelo se incluirán:

- Modelo de reparto de de responsabilidades, cargas y derechos entre CSD, Departamentos de la CA y entidades locales
- Fórmulas generales de inclusión de Médicos del Deporte en los Servicios de Salud.
- Ratios recomendables de Médicos del Deporte por zonas básicas de salud.
- Criterios de homologación de profesionales y centros de medicina del deporte.
- Ratios de Licenciado/a en Educación Física para redacción y seguimiento de los programas de actividad.
- Fórmulas económicas generales.
- Programas específicos de formación para los/as sanitarios/as incluidos/as en el programa (diferentes de los programas de formación generales del Plan Integral).
- Metodología de clasificación de la actividad física validada (como el *International Physical Activity Questionnaire IPAQ* <sup>47, 92</sup>)
- Metodología de clasificación para la aptitud, autoadministrables (como el *PARQ&YOU* <sup>106</sup>)
- Metodología de clasificación para la aptitud para sanitarios/as (como el *PARmed-X* <sup>106</sup>)



- Guías de práctica clínica (como las Europeas de la EU <sup>42</sup> o de la OMS <sup>66</sup>, las incluidas en el PAR-Q <sup>106</sup>, las del ACSME <sup>96</sup> o la AHA <sup>101</sup> o las citadas PEFS <sup>46</sup>)

## NIVEL 2: Implantación del Programa a nivel autonómico

El modelo será implantado por cada una de las CCAA que se adscriban al programa.

El CSD colaborará en la adaptación del modelo a cada una de la CCAA

Se precisará el consenso con las Entidades Locales donde se hará funcionar el programa.

La implantación ha de seguir los pasos

- Estudio de la organización de la Sanidad, sus recursos y estructuras de las Áreas de Salud y de las zonas básicas de Salud.
- Estudio del modelo local de responsabilidades, cargas y derechos entre CSD, Departamentos de la CA y entidades locales
- Estudio de los recursos en Medicina del Deporte de la CCAA.
- Estudio de los Licenciados/as en Educación Física disponibles para el programa.
- Estudio de actividades ya en funcionamiento a nivel local
- Designación de un o unos responsables o directores del Plan a nivel de la CA.
- Redacción de un Programa Específico para la CA:
  - Ratios recomendables de médicos del deporte por zonas básicas de salud.
  - Criterios de homologación de profesionales y centros de medicina del deporte.
  - Ratios de Licenciado/a en Educación Física para redacción y seguimiento de los programas de actividad.
  - Fórmulas económicas adaptadas.
  - Programas específicos de formación para los/as sanitarios/as incluidos/as en el programa.
  - Normas de flujo de pacientes en el sistema.
  - Programas específicos de formación para los/as licenciados/as en Educación Física incluidos/as en el programa (diferentes de los programas de formación generales del Plan Integral).

- Programas específicos de formación para los/as técnicos incluidos/as en el programa (diferentes de los programas de formación generales del Plan Integral).
- Normas convenios con entidades locales.

### NIVEL 3: Funcionamiento del Programa a nivel local

La parte de actividades físicas del programa se harán funcionar por parte de entidades locales.

La CA conveniará con las entidades locales el uso de programas de actividades ya en marcha, la puesta en marcha de nuevos programas y el uso de instalaciones.

- Estudio y censo de las actividades e instalaciones (públicas y privadas a nivel local)
- Normas de flujo de pacientes y usuarios/as de las actividades hacia e sistema de salud y del sistema de salud hacia las actividades
- Programas específicos de formación para los/as Técnicos Deportivos incluidos/as en el programa (diferentes de los programas de formación generales del Plan Integral)
- Firma de Convenios y Conciertos entre la CCAA y las entidades locales.

Como un escalón adicional en este programa, se han de desarrollar unidades especializadas en las que el ejercicio ha de ser una herramienta de primer uso en el arsenal para el tratamiento de numerosas patologías. Actualmente disponemos de excelentes guías y modelos internacionales<sup>95</sup>. A nivel nacional podemos destacar las *Guías PEFS*<sup>46</sup> como referencia para pacientes de numerosos cuadros patológicos.

## **8.7 TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO CIENTÍFICO**

El área de la actividad física y el deporte es extremadamente dinámica en todo el mundo, además no es infrecuente que quede al margen de los cauces científicos normales de la difusión de los conocimientos de la investigación médico-sanitaria. Así se identifica un déficit en la transferencia del conocimiento científico hacia la práctica que es importante solucionar.

Muy recientemente la American Heart Association<sup>75</sup> publica el primero de dos documentos (el segundo queda pendiente) para trasladar hasta los proveedores de servicios de salud los resultados de la investigación como una estrategia para

conseguir vidas más saludables, libres de enfermedades cardiovasculares y de ictus. Si ello se consigue disminuirán estas patologías en un 25% para 2010, salvando ya 240.000 vidas en este año 2008. Para ello se han de desarrollar estrategias para mejorar el paso de conocimientos desde los/as investigadores/as a los/as gestores/as de salud, que las evidencias que aparecen sobre la actividad física y la salud sean conocidas y aplicadas mediante programaciones de actividad física.

## **8.8 ACTUACIONES DE FORMACIÓN, INFORMACIÓN Y PROMOCIÓN DEPORTIVA EN GENERAL**

Uno de los mayores déficits que los/as expertos/as que han colaborado en la redacción de este Plan, encuentran en la aplicación del ejercicio físico a la prevención y al tratamiento dentro de las estructuras sanitarias, es la falta de formación de los/as profesionales sanitarios/as en las posibilidades terapéuticas y preventivas del ejercicio. Este déficit tiene sus raíces en la falta de formación durante los años de los estudios básicos de las carreras de Medicina y de Enfermería. Los/as expertos/as resaltan la especial importancia que han de tener las medidas relacionadas con la formación y formación continuada del personal sanitario en medicina del deporte y en el uso del ejercicio como herramienta preventiva y terapéutica. En relación a lo anterior señalan como una importante medida formativa la inclusión de créditos obligatorios en Prescripción de Ejercicio para la Salud en los estudios de grado de Medicina y de Enfermería.

Igualmente son necesarias medidas de formación general dirigidas a los/as licenciados/as en Educación Física y a los/as Técnicos, para conseguir armonizar las actuaciones de grupos de trabajo compuestos por médicos, enfermeras/os, licenciados/as y técnicos trabajando de modo conjunto.

A pesar de que acciones meramente informativas sobre la población general no han demostrado un impacto importante en los niveles de práctica de ejercicio, pueden ser muy necesarias o hacerse imprescindibles a la hora de reforzar y hacer llegar a la población un Plan de estas características.

El *Libro Verde* de la Comisión Europea <sup>58</sup>, propone:

- Información de los /as consumidores/as, publicidad y estrategia comercial.
- Educación de los consumidores/as.
- Centrar la atención en los/as niños/as y los/as jóvenes.

- Disponibilidad de alimentos, actividad física y educación sobre la salud en el lugar de trabajo.
- Integrar en los servicios sanitarios la prevención y el tratamiento del exceso de peso y la obesidad.
- Combatir el entorno propicio a la obesidad
- Fomentar un enfoque global e integrado para la promoción de regímenes alimentarios sanos y la actividad física.

Recientemente La Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN) y la multinacional farmacéutica Novartis desarrollan el programa *'Movimiento y Salud'*<sup>61</sup> para concienciar sobre los beneficios de practicar ejercicio físico y fomentar una mejor calidad de vida. Consta de tres módulos: Movimiento y Salud en la Vida Cotidiana, Movimiento y Salud en la Persona Mayor y Movimiento y Salud en la Mujer. El objetivo de los talleres, destinados a los/as médicos de atención primaria de toda España, es promover la práctica diaria de ejercicio físico.

En nuestro país cabe destacar la guía: *"Actividad física y salud en la infancia y adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación"*<sup>24</sup> editada conjuntamente por los Ministerios de Sanidad y Política Social y de Educación, y que contiene una información muy avanzada en aspecto de salud, menores y actividad física y que además contiene una relación de recursos sobre el tema en nuestro país.

La *Encuesta a los centros educativos (actividades de promoción y educación para la salud y aspectos estructurales y de recursos que las condicionan) del HBSC*<sup>4</sup> muestra que sobre 297 centros escolares encuestado, en los tres años han proporcionado algún tipo de formación para el profesorado (talleres, conferencias, cursos, formación permanente o cualquier otro tipo de formación durante el ejercicio de la profesión) en el ámbito de la actividad física, solamente un 25,6%.

En este último año el Gobierno de la Rioja ha lanzado una campaña ligada al Plan Riojano de Asistencia Médica en el Deporte que incluye programas tradicionales como: *"Consejos para Deportistas Veteranos"*<sup>32</sup>, *"Alimentación y ejercicio físico en el deportista escolar"*<sup>27</sup>. Pero debemos destacar las iniciativas más novedosas y que pueden llegar más a la población, como la de *"Deportexyl"*, en la que se promociona el ejercicio en un símil a un medicamento<sup>36</sup>.

El Gobierno de Navarra ofrece material informativo como *"Deporte Saludable. Por qué es conveniente hacer deporte, qué precauciones tomar y cómo hacerlo"*<sup>35</sup>, la guía *"Ejercicio físico en la prevención y tratamiento de la obesidad"*<sup>38</sup>, o una

excelente guía educativa dirigida a específicamente a los/as diabéticos/as con un contenido formativo muy detallado y una serie de paseos por la ciudad de Pamplona o sus alrededores <sup>65</sup>.

Ya hemos citado como ejemplo la iniciativa dirigida al ámbito familiar: “*Actividad Física y Salud. Guía para padres y madres*” <sup>26</sup>. Muy similar en su formato, pero dirigido a los escolares debemos citar el cuaderno: “*Actividad física saludable. Cuaderno del alumnado*” <sup>23</sup>, que proviene del Programa PERSEO en el que de una forma muy amena y divertida se les proponen a los/as chicos/as una serie de actividades y tareas destinadas a mejorar los niveles de práctica de actividad física y que contienen una información muy interesante para esa franja de edad. Igualmente dirigido a los/as escolares, la Junta de Andalucía edita: *Obesidad Infantil* <sup>62</sup>, el Gobierno de Navarra difunde la “*Guía de hábitos saludables para jóvenes*” <sup>44</sup>, y promueve el programa “*Juega, come y diviértete con Tranqui*” con *Guía para Educadores* <sup>45</sup> y *Cuadernos para alumnos*, adaptados por cursos académicos <sup>53</sup>.

## 8.9 ACTUACIONES EN EL DEPORTE ORGANIZADO

Las Plataforma de la UE en Nutrición, Actividad Física y Salud <sup>84</sup>. Propone acciones:

- Participación no deportiva: Ofreciendo oportunidades específicas para actividad física no deportiva.
- Participación deportiva: Ofreciendo oportunidades específicas para actividad física deportiva.
- Facilitación de acceso a la actividad física: Iniciativas de ayuda para permitir a los/as ciudadanos/as a tomar parte en actividades físicas (generalmente deportivas), proporcionando equipamiento o subsidiando cuotas.
- Información sobre actividad física: Produciendo y/o distribuyendo información.
- Esponsorización: Compensación económica a equipos u organizaciones a cambio de publicidad
- Realizando investigación: Relacionada con la salud y la actividad física
- Respaldando investigación: Con fondos de investigación o creando redes de intercambio de información.

Pueden ser interesantes las actividades organizadas que tienen un componente deportivo y a la vez un componente formativo o divulgativo, como la “*Jornada del deportista veterano*” <sup>52</sup> que organiza el Gobierno de la Rioja y que reúne ejercicio

aeróbico (ciclismo y carrera a pie) con el incentivo de ser realizada con algunos/as deportistas de competición famosos, y que una unas charlas sobre aspectos médicos.

## **9. AGENTES IMPLICADOS**

Los principales agentes implicados en los aspectos de actividad física y salud en Plan Integral serían:

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Sanidad y Política Social
- Ministerio de Educación
- Ministerio de Ciencia e Innovación
- Departamentos de Sanidad y/o Salud de las CC AA
- Departamentos/Direcciones del Deporte de las CC AA
- Departamentos de Educación de las CC AA
- Entidades Locales
- Universidades
- Federación Española de Municipios y Provincias
- Departamentos de Investigación y/o Universidades de las CC AA
- Organizaciones profesionales (Colegios de Médicos, Enfermeros, Educación Física, Arquitectos,,.)
- Sociedades Científicas
- Grupos de Investigación en Actividad Física y Salud
- Empresas de Salud
- Mutuas de Prevención Laboral
- Centros públicos de Medicina del Deporte
- Empresas privadas (deportivas, alimentarias, laboratorios farmacéuticos, otras)
- Organizadores de las iniciativas y eventos de deporte-salud
- Federaciones Deportivas
- CSD deporte escolar
- Tejido civil (asociaciones, etc...)
- Departamentos Deportes Universidades

## 10. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A DESARROLLAR

### A Medida general para implementar el resto de las acciones del Plan

#### 1 MEDIDA

1.- CREACIÓN DE LA PLATAFORMA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD.

---

**B Medidas, acciones y proyectos dirigidos a conseguir que la prevención primaria y secundaria de las patologías ligadas al sedentarismo, y el uso de la actividad física como herramienta terapéutica, sean prácticas habituales de la sanidad española a través de la prescripción de actividad física a los ciudadanos sanos y enfermos.**

**Enfocadas a los objetivos:**

- |  |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"><li>1. Incrementar los niveles de práctica de actividad física y deportiva saludable y sin riesgos de la población española.</li><li>2. Conseguir que la prevención primaria y secundaria de las patologías ligadas al sedentarismo sea una práctica habitual de la sanidad pública a través de la prescripción de actividad física a los ciudadanos/as sanos/as y enfermos/as</li></ol> |
|--|

#### 2 MEDIDAS

2.- REDACCIÓN E IMPLANTACIÓN DEL PROGRAMA DE EJERCICIO FÍSICO PARA LA SALUD.

3.- PUESTA EN MARCHA DE UNIDADES DE EJERCICIO EN ASISTENCIA ESPECIALIZADA.



**Medidas auxiliares a las anteriores.**

2 MEDIDAS

4.- INTEGRACIÓN DE MÉDICOS ESPECIALISTAS EN MEDICINA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE EN LA PLATAFORMA SOBRE EJERCICIO Y SALUD, ESPECIALMENTE EN EL PROGRAMA DE EJERCICIO FÍSICO PARA LA SALUD.

5.- CENTROS DE MEDICINA DEL DEPORTE EN LA PLATAFORMA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD, COMO HITOS PARA LA APLICACIÓN SOBRE EL TERRENO DE LAS MEDIDAS.

---

**C Medida para el cambio de hábitos de los españoles en el transporte**

**Enfocada al objetivo:**

**1. Incrementar los niveles de práctica de actividad física y deportiva saludable y sin riesgos de la población española.**

1 MEDIDA

6.- PROGRAMA NACIONAL PARA EL TRANSPORTE A PIE Y EN BICI.

---

**D Medidas, acciones y proyectos relacionados con la promoción y aumento de práctica de actividad física, deporte y ejercicio en las etapas escolar y universitaria**

**Enfocadas al objetivo:**

**1. Incrementar los niveles de práctica de actividad física y deportiva saludable y sin riesgos de la población española.**

#### 5 MEDIDAS

7.- AUMENTO DE LA CARGA HORARIA DE EDUCACIÓN FÍSICA A TRES HORAS EN TODAS LAS EDADES, CON CUATRO HORAS COMPLEMENTARIAS DE EJERCICIO FÍSICO.

8.- DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE PROGRAMAS EXTRACURRICULARES ATRACTIVOS DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA NIÑOS/AS Y JÓVENES.

9.- OFERTA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA JÓVENES Y NIÑOS/AS FUERA DEL CALENDARIO DE COMPETICIONES ESCOLARES.

10.- MEJORA DE LA OFERTA DE DEPORTE ESCOLAR Y SUS MÉTODOS, ESPECIALMENTE EN EL SEXO FEMENINO.

11.- OFERTA DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA ATRACTIVOS EN LAS UNIVERSIDADES.

---

#### **E Medidas de apoyo a actividades organizadas y a la actividad física y deportiva laboral**

##### **Enfocadas al objetivo:**

<b>1. Incrementar los niveles de práctica de actividad física y deportiva saludable y sin riesgos de la población española.</b>
---

#### 4 MEDIDAS

12.- APOYO Y ESPONSORIZACIÓN A INICIATIVAS Y EVENTOS DE DEPORTE-SALUD.

13.- APOYO Y ESPONSORIZACIÓN A INICIATIVAS Y EVENTOS DE DEPORTE POPULAR DE TIPO SALUDABLE.

14.- APOYO Y ESPONSORIZACIÓN A COMPETICIONES FEDERADAS DE DEPORTES SALUDABLES, ABIERTAS A LOS/AS CIUDADANOS/AS EN GENERAL.

15.- PLAN DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DENTRO O EN EL ÁMBITO LABORAL

## F Medidas de información y formación

### Enfocadas al objetivo:

<b>2. Mejorar el conocimiento del impacto positivo de la práctica regular de actividad física por parte de los/as profesionales de la salud, el deporte, la educación y la ciudadanía en general</b>
--

### 6 MEDIDAS

16.- PRODUCCIÓN Y DISTRIBUCIÓN GENERAL DE INFORMACIÓN SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD.

17.- PÁGINA WEB DE LA PLATAFORMA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD.

18.- INCLUSIÓN DE UNA ASIGNATURA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN LOS PLANES DE ESTUDIO DE LAS FACULTADES DE MEDICINA y ENFERMERÍA

19.- ACTIVIDADES DE FORMACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD PARA PROFESIONALES SANITARIOS/AS.

20.- INCLUSIÓN DE UNA ASIGNATURA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN LOS PLANES DE ESTUDIO DEL PROFESORADO DE MAGISTERIO

21.-ACTIVIDADES DE FORMACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD PARA PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN.

---

## **G Medidas de apoyo a la investigación**

### **Enfocadas al objetivo:**

<b>3. Mejorar el conocimiento científico, su intercambio y su difusión, sobre las relaciones entre el ejercicio físico y la salud</b>
---

#### 2 MEDIDAS

22.- APOYO A PROYECTOS Y GRUPOS DE INVESTIGACIÓN SOBRE EJERCICIO Y SALUD EN LOS PLANES Y CONVOCATORIAS DE INVESTIGACIÓN NACIONALES Y AUTONÓMICAS.

23.- RED NACIONAL DE INVESTIGACIÓN EN DEPORTE Y SALUD.

---

## **H Otras medidas**

### **Medidas de apoyo general**

#### 2 MEDIDAS

24.- CREACIÓN DE UN GRUPO DE TRABAJO ESTABLE DE APOYO Y ASESORÍA A LA PLATAFORMA SOBRE DEPORTE Y SALUD.

25.- COLABORACIÓN DE EMPRESAS PRIVADAS (DEPORTIVAS, ALIMENTARIAS, OTRAS) SOBRE EJERCICIO Y SALUD.

---

**Medida general para implementar el resto de las acciones del Plan**

<b>1</b>	<b>CREACIÓN DE LA PLATAFORMA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD</b>
<b>Descripción:</b>  Puesta en marcha de una estructura que dé cabida a la participación de los/as gestores/as y colaboradores/as de las principales medidas y programas con incidencia en el Área de Salud del Plan Debe abarcar a los implicados en: <ul style="list-style-type: none"><li>a. Programa Sanitario de Promoción de la Actividad Física</li><li>b. Unidades de Ejercicio en Asistencia Especializada</li><li>c. Red de Acción e Información sobre Actividad Física y Salud</li><li>d. Programa Nacional para el Transporte a Pie y en Bici</li><li>e. Red Nacional de Investigación</li><li>f. Centros Públicos de Medicina del Deporte</li><li>g. Página Web sobre Actividad Física para la Salud</li></ul>	
<b>Responsable:</b>  El CSD debe liderar y dirigir la Plataforma, con una amplia colaboración del resto de entidades	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Sanidad y Política Social</li><li>— Ministerio de Educación</li><li>— Departamentos de Salud de las CC AA</li><li>— Departamentos de Deportes de las CC AA</li><li>— Mutuas de Prevención Laboral</li><li>— Federación Española de Municipios y Provincias</li><li>— Centros de Medicina del Deporte</li><li>— Colegios Profesionales</li> <li>— Sociedades Científicas</li><li>— Universidades</li><li>— Red de Ciudades Saludables</li><li>— Red de Ciudades por la Bici</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b>  Liderazgo de la Plataforma.  Coordinación de objetivos y acciones.  Generación de ideas por defecto.	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b>  Armonizar el resto de programas, proyectos y medidas  Conseguir que esta área del Plan se aplique con unidad  Coordinar las acciones con las del resto de áreas del Plan	

<b>Coste</b> 10000€ anuales para reuniones y viajes
<b>Vía de financiación</b> Presupuestos del CSD (concepto 226)
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Suma de las evaluaciones de sus componentes
<b>Temporalización</b> 2009 diseño, redacción, primeras actividades 2010 funcionamiento pleno

**Medidas, acciones y proyectos dirigidos a conseguir que la prevención primaria y secundaria de las patologías ligadas al sedentarismo, y el uso de la actividad física como herramienta terapéutica, sean prácticas habituales de la sanidad española a través de la prescripción de actividad física a los ciudadanos sanos y enfermos.**

**Medidas auxiliares a las anteriores.**



<b>2</b>	<b>REDACCIÓN E IMPLANTACIÓN DEL PROGRAMA DE EJERCICIO FÍSICO PARA LA SALUD</b>
<b>Descripción:</b> <p>Implantar a nivel nacional un programa de prevención primaria y secundaria en el que se integren los sedentarios/as o las personas afectas por alguno de los factores de riesgo ligados al sedentarismo, bien por propia iniciativa (campañas de difusión) o bien detectados y aconsejados por su Equipo de Atención Primaria o Equipo de Medicina de Empresa. Con grupos y programas especiales para ancianos y patologías concretas.</p> <p>Pasará por la integración de Médicos del Deporte en la sanidad pública española como prescriptores de ejercicio y para su control, seguimiento y reevaluación. Y de Licenciados en Ciencias del Deporte para su aplicación.</p> <p>Se trata de un programa a implementar en tres niveles</p> <p><u>NIVEL 1: Creación de un modelo nacional de Programa.</u> El modelo será creado por el Consejo Superior de Deportes y el Ministerio de Sanidad y Política Social. Se precisará el consenso con los representantes de las Entidades Locales (FEMP). Se precisará el consenso de los Colegios Profesionales y Sociedades Científicas</p> <p><u>NIVEL 2: Implantación del Programa a nivel autonómico.</u> El modelo será implantado por cada una de las CCAA que se adscriban al programa. El CSD colaborará en la adaptación del modelo a cada una de la CCAA. Se precisará el consenso con las Entidades Locales donde se hará funcionar el programa.</p> <p><u>NIVEL 3: Funcionamiento del Programa a nivel local</u></p> <p>La CA conveniará con las entidades locales el uso de programas de actividades ya en marcha, la puesta en marcha de nuevos programas y el uso de instalaciones.</p>	
<b>Responsable:</b> CSD a través de la Plataforma sobre Actividad Física y Salud	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Departamentos de Salud de las CC AA</li><li>— Empresas de Salud</li><li>— Mutuas de Prevención Laboral</li><li>— Entidades locales</li><li>— Centros de Medicina del Deporte</li><li>— Colegios Profesionales</li><li>— Sociedades Científicas</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Redacción del Programa Adaptación para su implementación a nivel autonómico	

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Integrar y optimizar el uso para Ejercicio y Salud de los recursos sanitarios, los recursos deportivos y otros recursos públicos (administraciones centrales, autonómicas y locales) y privados.

**Coste**

Redacción del modelo de programa: 100000 € + actualización y mantenimiento 10000€/año (CSD concepto 227)

Contratos de Médicos del Deporte

Coste Salarial y Social de 1 MD= 50000€

Directos del programa (Sanidad): 20%

Trabajo en Mutuas y Mutuas Deportivas: 30%

Colaboraciones entidades locales y entidades deportivas: 10%

Reconocimientos medico-deportivos preventivos a federados: 25%

Reconocimientos medico-deportivos preventivos a escolares: 15%

Práctica privada: 10%

Contratos de Licenciados/as en Educación Física

Coste Salarial y Social de 1 LEF = 40000€

Directos del programa (Deportes): 30%

Directos del programa (Sanidad): 20%

Colaboraciones Instituciones locales y entidades deportivas: 30%

Cuotas participantes: 20%

Contrato de Técnicos

Coste Salarial y Social de 1 TAFAD = 25000€

Colaboraciones entidades locales y entidades deportivas: 50%

Cuotas participantes: 50%

Uso de instalaciones

**Posibles vías de financiación**

Base del Programa: CSD (concepto 227)

Presupuesto del programa (Sanidad y Deportes)

Colaboraciones con Mutuas

Colaboraciones con entidades locales

Colaboración con entidades deportivas

Práctica médico-deportiva privada

Reconocimientos deporte escolar

Coutas participantes

Empresas aseguradoras de salud Usuarios Aportaciones empresas
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Nº de ingresos en el Programa Nº de activos a los 6 meses (“adherencia facilitada”) Nº de activos al año (“adherencia per se”) Nº de indicadores de condición física en relación con la salud controlados y porcentaje de cambio Encuestas de calidad
<b>Temporalización</b> 2009 diseño y contactos 2010 fin del diseño, implementación en algunas autonomías e inicio del Programa Funcionamiento completo del programa, horizonte 2015.

<b>3</b>	<b>PUESTA EN MARCHA DE UNIDADES DE EJERCICIO EN ASISTENCIA ESPECIALIZADA</b>
<b>Descripción:</b> Servicio dentro del hospital o centro de especialidades como parte de las consultas especializadas, para la prevención primaria y secundaria y especialmente para la valoración y tratamiento de enfermos susceptibles de ser tratados mediante programas de ejercicio , conformados por Médicos especialistas MEFyD y Licenciados CCAfyD. Se trata de un desarrollo del Programa Sanitario de Promoción de la Actividad Física pero con métodos y equipamientos más avanzados. Debe ser implantado a nivel local por los Dptos. De Salud de las CCAA	
<b>Responsable:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— CSD como líder</li><li>— Departamentos de Salud de las CC AA</li><li>— Empresas de Salud</li></ul>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Mº Sanidad y Política Social</li><li>— Entidades locales</li><li>— Colegios Profesionales</li><li>— Sociedades Científicas</li><li>— Colegios Profesionales</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Liderar y defender la implantación de un plan de Unidades. Como inicio, impulsar un Programa-Piloto en ciertos hospitales y centros de especialidades	
<b>Coste</b> <ul style="list-style-type: none"><li>○ Material de evaluación</li><li>○ Contratos a Médicos del Deporte</li><li>○ Contratos a Licenciados/as en Educación Física</li><li>○ Contratos a Técnicos deportivos</li><li>○ Convenios con actividades e instalaciones locales</li></ul>	
<b>Posibles vías de financiación</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Financiación hospitalaria (pública y privada)</li><li>● Fondos nacionales</li><li>● Empresas aseguradoras de salud</li><li>● Usuarios</li><li>● Aportaciones empresas</li></ul>	

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

- N° de Unidades
- N° de Médicos del Deporte Contratados/as
- N° de Pacientes tratados/as
- Resultados

**Temporalización**

Contactos a través de la Plataforma

Inicio primeras Unidades piloto a lo largo de 2010 (2° semestre)

<b>4</b>	<b>INTEGRACIÓN DE MÉDICOS ESPECIALISTAS EN MEDICINA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE EN LA PLATAFORMA SOBRE EJERCICIO Y SALUD, ESPECIALMENTE EN EL PROGRAMA DE EJERCICIO FÍSICO PARA LA SALUD</b>
<b>Descripción:</b> <p>Aunque esta medida es auxiliar de la 2 y 3, creemos que en sí misma tiene tal entidad y puede provocar tales cambios, que creemos necesario exponerla como una medida aparte.</p> <p>Se trata de contar con Médicos Especialistas en Medicina del Deporte para colaborar en diferentes medidas expuestas</p>	
<b>Responsable:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Departamentos de Sanidad de las CC AA</li><li>- Liderazgo del CSD</li></ul>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Centros Públicos de Medicina del Deporte.</li><li>— Centros Públicos de Medicina del Deporte.</li><li>— Colegios Profesionales</li><li>— Sociedades Científicas</li><li>— Escuelas de la Especialidad</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Redactar directrices generales y ratios necesarias</li><li>— Liderar a las CC AA para su implementación.</li></ul>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Que la Medicina del Deporte española cumpla un papel para el que está preparada y donde puede aportar una calidad añadida a la Sanidad española, ahorrando costes y mejorando la calidad de vida y la salud de los ciudadanos.</p>	
<b>Coste / Posibles vías de financiación</b> <p>VER MEDIDA 2</p> <p style="text-align: center;">-</p>	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> <p>Nº de Médicos del Deporte en el Sistema Sanitario Público</p>	

<b>5</b>	<b>CENTROS DE MEDICINA DEL DEPORTE EN LA PLATAFORMA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD, COMO HITOS PARA LA APLICACIÓN SOBRE EL TERRENO DE LAS MEDIDAS</b>
<b>Descripción:</b> Se trata de una medida auxiliar de la 2 y 3, y que refuerza la 4. En España disponemos de unos excelentes Centros de Medicina del Deporte públicos y privados, dependientes de las CCAA, de las entidades locales, de las Universidades, o de titularidad privada. El uso de su material, métodos y en lo posible su personal, servirá como punto de apoyo y avance sobre el terreno para la aplicación del resto de medidas	
<b>Responsable:</b> Entidades Titulares de los CMD públicos y privados  CSD a través de la Plataforma Deporte y Salud.	
<b>Actuación del CSD:</b> Liderar a las entidades titulares para el uso de estos CMD en apoyo del Plan Redactar los marcos legales necesarios.	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b>	
<b>Coste / Posibles vías de financiación</b> VER MEDIDA 2	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Nº CMD en trabajo Resultados de su trabajo	
<b>Temporalización</b> Redacción de marcos: inicios 2010 Plena colaboración: 2011	

**Medida para el cambio de hábitos de los/as españoles/as en el transporte**



<b>6</b>	<b>PROGRAMA NACIONAL PARA EL TRANSPORTE A PIE Y EN BICI</b>
<b>Descripción:</b>  Impulso a acciones destinadas a la construcción y uso de infraestructuras para el transporte a pie, en bicicleta y al uso de las escaleras.  Una Comisión liderada por el CSD, pero con fuerte implicación de las autoridades autonómicas y locales y de las Asociaciones (Redes) capaces de identificar los nichos problemáticos y con capacidades de intervención.	
<b>Responsables:</b> Entidades locales (Federación Española Municipios y Provincias)  CC AA	
<b>Colaboraciones:</b> CSD a través de la Plataforma Deporte y Salud Red de Ciudades Saludables Red de Ciudades por la Bici Empresas interesadas	
<b>Actuación del CSD:</b> Liderar la Comisión e impulsar la creación del Plan Buscar el necesario consenso Proporcionar herramientas de apoyo	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar</b>  Estimular y aumentar la práctica de actividad física regular por los/as españoles/as en general. Mejorar la salud por incremento de ejercicio físico, descenso de accidentes, disminución del ruido y la contaminación	
<b>Coste/posibles vías de financiación</b>  Redacción del programa: 50000€ (CSD concepto 227)  Implementación para convocatorias y convenios con entidades : 100000/año (CSD concepto 4819)  Trabajamos sobre 5Km de carril bici Calculamos un horizonte para llegar al uso total de 5 años, con una evolución logarítmica. Calculamos que los beneficios sobre la salud nos se van a manifestar completamente hasta los 10 años de la implantación. Calculamos los beneficios durante 15 años desde el inicio del plan.	

<p>Inflación en los 15 años: 5% Datos de mortalidad y coste de una vida según los actualizados españoles Uso: 125 días/año a 14 Km/h Precio de 1km de carril bici: 350.000 € : Precio de 5Km: 1750.000 € Ahorro/ciclista/Km/año = 1,12 € Ahorro/ciclista/año= 1.398€ Ahorro/viaje: 5.59€</p> <p>Se necesita un uso pleno a los 5 años de <b>189</b> ciclistas para amortizar la infraestructura. (SOLO POR LA DISMINUCIÓN DE GASTOS DE MORTALIDAD). Ahorro máximo anual total: 186.000€ Ahorro medio anual total: 117.000€ <b>117.000 x 15 años = 1.755.000€</b></p>
<p><b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b></p> <p>Reuniones</p> <p>Documentos editados</p> <p>Recomendaciones llevadas a la práctica</p> <p>Infraestructuras construidas</p> <p>Uso de las infraestructuras</p>
<p><b>Temporalización</b></p> <p>2010</p>

**Medidas, acciones y proyectos relacionados con la promoción y aumento de práctica de actividad física, deporte y ejercicio en las etapas escolar y universitaria**

<b>7</b>	<b>AUMENTO DE LA CARGA HORARIA DE EDUCACIÓN FÍSICA A TRES HORAS EN TODAS LAS EDADES, CON CUATRO HORAS COMPLEMENTARIAS DE EJERCICIO FÍSICO.</b>
<b>Descripción:</b> <p>Diseños curriculares para Primaria, ESO y Bachillerato con 3 horas semanales efectivas de Educación Física</p> <p>Cambio de los diseños curriculares de la E Física que garanticen ejercicio suficiente y trabajo de fuerza muscular.</p> <p>Implementar en Educación Primaria, Secundaria y Bachillerato una hora extracurricular pero obligatoria en horario lectivo denominada Actividad Física en la que se enseñe y se haga actividad física saludable. Podrá ser convalidada por el entrenamiento deportivo de ese día en los alumnos que hagan deporte</p> <p>Es decir 1 hora diaria de actividad física obligatoria: 3 horas semanales como Educación Física, pero cambiando contenidos curriculares (el 60% del tiempo a intensidades altas) y otras 4 horas bien como actividad física extraescolar en el horario del colegio y fin de semana (convalidables por actividades extracurriculares inspeccionables y convenientes: judo, baile, fitness, esquí, senderismo,...), o bien como actividad deportiva federada escolar reglada.</p>	
<b>Responsables:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Departamentos Educación de las Comunidades Autónomas</li><li>- Impulsa CSD a través de la Plataforma Deporte y Salud</li></ul>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Educación</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Redactar marcos y colaborar con el Mº y las CCAA</li><li>Estudiar posibles medidas legales</li></ul>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Aumentar y mejorar la actividad física en el medio escolar, y en los/as niños/as y jóvenes en general</p>	
<b>Coste / Posibles vías de financiación</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Profesorado</li><li>Coste social por posible aumento de horas lectivas</li></ul>	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Nº de CC AA con aumento</li><li>- Nº de chicos con aumento</li></ul>	

**Temporalización**

Horizonte curso 2011-2012

<b>8</b>	<b>DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE PROGRAMAS EXTRACURRICULARES ATRACTIVOS DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA NIÑOS/AS Y JÓVENES</b>
<b>Descripción:</b> De modo paralelo y al margen del deporte escolar competitivo Actividades físicas saludables no competitivas y subvencionadas para niños/as y jóvenes, senderismo, montaña, cicloturismo, baile, fitness, gimnasio, etc.... en horario extraescolar y fines de semana que como incentivo implementarán evaluación de la materia de Educación Física.	
<b>Responsable:</b> Departamentos de Deporte de las CC AA Entidades locales	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Educación</li><li>— Federaciones Deportivas</li><li>— CSD deporte escolar</li><li>— Empresas interesadas</li><li>— Tejido civil (asociaciones, etc...)</li><li>— Salud u otros de las Comunidades Autónomas</li><li>— Entidades locales</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Crear modelos Impulsar y ofrecer los proyectos Aportar empresas colaboradoras	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Aumentar y mejorar la actividad física en el medio escolar, y en los/as niños/as y jóvenes en general	
<b>Coste</b> Organización de actividades Técnicos <b>Posibles vías de financiación</b> CC AA Empresas interesadas	

<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b>
Nº de programas en marcha
Nº de niños/as y jóvenes en los programas
Encuestas de calidad
<b>Temporalización</b>
Durante el Curso 2009-2010

<b>9</b>	<b>OFERTA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA JÓVENES Y NIÑOS/AS FUERA DEL CALENDARIO DE COMPETICIONES ESCOLARES</b>
<b>Descripción:</b> <p>Oferta de actividades deportivas saludables antes de que comiencen, cuando terminen o en pausas prolongadas de las actividades deportivas escolares (especialmente durante junio, julio y septiembre). A modo de Campus de Verano. Adecuadas al entorno estival y complementadas en su amplia oferta de horario escolar de fomentar el uso de una lengua extranjera (el idioma de comunicación en las actividades lúdicas será una lengua extranjera) y acompañadas de en el horario lectivo estival de clases de refuerzo para asignaturas pendientes y/o otras que el colegio considere atractivas: música, plástica, informática, dibujo, talleres de nutrición, salvamento y socorrismo, hábitos saludables,... Los alumnos podrán matricularse por periodos de un mes al Colegio más cercano correspondiente a su lugar de residencia estival. A tal efecto campus específicos de deportes organizados pro federaciones, clubs,... tendrían un mismo reconocimiento "académico" y de subvención económica para su viabilidad tanto por las Instituciones públicas como por el patrocinio de empresas (locales o nacionales,...)</p> <p>Competiciones deportivas locales una vez acabadas las locales de juegos escolares</p> <p>Competiciones alternativas abiertas, que puedan servir a la vez como iniciación y/o promoción deportiva</p> <p>Actividad Física no competitiva</p>	
<b>Responsables:</b> <p>Entidades locales</p> <p>Departamentos Deporte Escolar</p> <p>CSD deporte escolar a través de la Plataforma Deporte y Salud.</p>	
<b>Colaboraciones:</b> <p>Federaciones deportivas</p> <p>Entidades Locales</p>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>Organización del modelo y creación de ofertas</p> <p>Armonizarlas</p> <p>Conveniarlas con Entidades Locales</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Aumentar y mejorar la actividad física en el medio escolar, y en los/as niños/as y jóvenes en general</p>	



<p><b>Coste</b></p> <p>Nuevas actividades Licenciados en Educación Física. Técnicos</p> <p><b>Posibles vías de financiación</b></p> <p>CC AA Entidades Locales Empresas colaboradoras Participantes</p>
<p><b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b></p> <p>Actividades puestas en marcha CC AA con actividades implementadas Ayuntamientos don actividades implementadas Nº participantes Encuestas de calidad</p>
<p><b>Temporalización</b></p> <p>Curso 2009-2010</p>

<b>10</b>	<b>MEJORA DE LA OFERTA DE DEPORTE ESCOLAR Y SUS MÉTODOS, ESPECIALMENTE EN EL SEXO FEMENINO</b>
<b>Descripción:</b> Desarrollo de nuevas actividades en el deporte escolar Desarrollo de estrategias especiales para el deporte escolar femenino	
<b>Responsables:</b> Departamentos Deporte Escolar  CSD deporte escolar a través de la Plataforma Deporte y Salud.	
<b>Colaboraciones:</b>  — Ministerio de Educación — Federaciones deportivas	
<b>Actuación del CSD:</b> Transferir información a través de la Red	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Aumentar y mejorar la actividad física en el medio escolar, y en los/as niños/as y jóvenes en general	
<b>Coste</b> Nuevas actividades  <b>Posibles vías de financiación</b> CC AA Licencias Empresas colaboradoras	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Actividades puestas en marcha CC AA con actividades implementadas Nº participantes Encuestas de calidad	

<b>11</b>	<b>OFERTA DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA ATRACTIVOS EN LAS UNIVERSIDADES</b>
<b>Descripción:</b> Incrementar la oferta deportiva. Actividades físicas saludables tanto competitivas como no competitivas para universitarios: senderismo, montaña, cicloturismo, baile, etc.... y convalidada por créditos de asignatura optativa. Créditos de libre elección por realizar las actividades u otras ventajas (libros, precio de matrícula, contar como nota media o contar como aptitud favorable en su currículo, horas de trabajo al profesorado y PAS)	
<b>Responsables:</b> Departamentos Deportes Universidades  CSD a través de la Plataforma Deporte y Salud.	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Educación</li><li>— Federaciones Deportivas</li><li>— Rectorados</li><li>— CSD deporte universitario</li><li>— Empresas interesadas</li><li>— Tejido civil (asociaciones, etc...)</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Crear modelos Impulsar y ofrecer los proyectos Aportar empresas colaboradoras	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Aumentar y mejorar la actividad física en los/as universitarios/as	
<b>Coste</b> Organización de actividades Técnicos <b>Posibles vías de financiación</b> Universidades Empresas interesadas Participantes	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Nº de programas en marcha	

Nº de universitarios participando en los programas
Encuestas de calidad
<b>Temporalización</b>
Curso 2009-2010

**Medidas de apoyo a actividades organizadas y a la actividad física y deportiva laboral**

<b>12</b>	<b>APOYO Y ESPONSORIZACIÓN A INICIATIVAS Y EVENTOS DE DEPORTE-SALUD.</b>
<b>Descripción:</b> Aportación de fondos propios o procedentes de empresas a iniciativas seleccionadas de deporte-salud de tipo no competitivo Organizadas por clubs, organizaciones, CCAA, Entes Locales En colaboración con CCAA y Entidades locales	
<b>Responsable:</b> CSD a través de la Plataforma Deporte y Salud.	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— CCAA</li><li>— Entes locales</li><li>— Clubs y organizaciones</li><li>— Empresas colaboradoras</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Impulsar el programa Seleccionar los eventos	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Disponer de un buen programa de oferta de actividades	
<b>Coste</b> Nuevas convocatorias para eventos de medidas 12, 13 y 14. 50000€/año (CSD concepto 481) <b>Posibles vías de financiación</b> Fondos CSD Fondos CCAA Fondos Entes Locales Organizadores/as Participantes Espónsors privados	

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Eventos esponsorizados
- N° participantes en los eventos esponsorizados
- Empresas colaboradoras
- Fondos privados conseguidos
- Fondos transferidos
- Encuesta calidad

**Temporalización**

2010

<b>13</b>	<b>APOYO Y ESPONSORIZACIÓN A INICIATIVAS Y EVENTOS DE DEPORTE POPULAR DE TIPO SALUDABLE</b>
<b>Descripción:</b> Crear y fomentar actividades competitivas de deporte saludable. Facilitar la iniciación deportiva a los/as usuarios/as que provengan del Programa Sanitario de Promoción de la Actividad Física	
<b>Responsables:</b> CSD a través de la Plataforma Deporte y Salud.	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— CCAA</li><li>— Entes locales</li><li>— Clubs y organizaciones</li><li>— Empresas colaboradoras</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Impulsar el programa Seleccionar los eventos	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Disponer de un buen programa de oferta de actividades	
<b>Coste</b> VER MEDIDA 12 Actividades <b>Posibles vías de financiación</b> Fondos CSD Fondos CCAA Fondos Entes Locales Organizadores Participantes Espónsors privados	



**Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Eventos esponsorizados
- N° participantes en los eventos esponsorizados
- Empresas colaboradoras
- Fondos privados conseguidos
- Fondos transferidos
- Encuesta calidad

**Temporalización**

2010

<b>14</b>	<b>APOYO Y ESPONSORIZACIÓN A COMPETICIONES FEDERADAS DE DEPORTES SALUDABLES, ABIERTAS A LOS/AS CIUDADANOS/AS EN GENERAL</b>
<b>Descripción:</b> Apoyar y fomentar actividades federadas competitivas o no, pero destinadas a compartir con los/as ciudadanos/as en general la iniciación a actividades deportivas saludables. Apoyar y fomentar deporte para veteranos, social y laboral	
<b>Responsables:</b> CSD a través de la Plataforma Deporte y Salud.	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Federaciones deportivas</li><li>— Clubes deportivos</li><li>— Entidades locales</li><li>— Empresas</li><li>— Departamentos competentes de las CCAA</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Impulsar a federaciones y clubes a realizar actividades de este tipo y apoyarlas	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar</b>  Estimular y aumentar la práctica de actividad física regular por los/as españoles/as en general.	
<b>Coste</b> VER MEDIDA 12 Organización de actividades	
<b>Posibles vías de financiación</b> CC AA Empresas interesadas Participantes	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Nº de actividades Nº de participantes	

Encuesta de calidad
<b>Temporalización</b> 2010

<b>15</b>	<b>PLAN DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DENTRO O EN EL ÁMBITO LABORAL</b>
<b>Descripción objetivo:</b> Conseguir que el mayor número de trabajadores de empresas privadas o públicas realicen ejercicio físico moderado y/o intenso, al menos, tres veces por semana, dentro o fuera del horario laboral. Incentivación a empresas y trabajadores de la mitad de la cuota (hasta 200 euros) de inscripción en una instalación pública o privada, para la realización de ejercicio físico, con el objetivo de salud. (Plan de “Empresas ACTIVAS”)	
<b>Responsable:</b> Ministerio de Trabajo e Inmigración, Ministerio de Sanidad y Política Social, CSD	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Trabajo e Inmigración</li><li>— Empresas públicas</li><li>— Empresas privadas</li><li>— Trabajadores</li><li>— Instalaciones deportivas</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Elaborar un marco legal Valorar el ahorro sanitario y las ventajas de una vida activa en trabajadores Campaña a las empresas	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Proponer Conseguir implicación privada	
<b>Coste</b> Ahorro de 7 € (Sanidad) por cada 1 € invertido (Trabajo)	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Nº Empresas adheridas al Plan Evaluación del porcentaje OFICIAL de trabajadores adheridos al Plan Ahorro sanitario	
<b>Temporalización</b> 2010	

## **Medidas de información y formación**

<b>16</b>	<b>PRODUCCIÓN Y DISTRIBUCIÓN GENERAL DE INFORMACIÓN SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD</b>
<b>Descripción:</b> Acciones de información sobre las otras medidas del Área Información en la página web Información en folletos, trípticos, etc... Campañas en medios de comunicación	
<b>Responsable:</b> CSD a través de la Plataforma sobre Salud y Ejercicio	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Otras instituciones, iniciativas civiles o empresas (según la información suministrada)</li><li>— Colegios Profesionales</li><li>— Deportistas y personajes famosos.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Promover las campañas	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Mejorar el conocimiento del impacto positivo de la práctica regular de actividad física por parte de los/as profesionales de la salud, el deporte, la educación y la ciudadanía en general.	
<b>Coste</b> 30000 €/AÑO	
<b>Posibles vías de financiación</b> CSD (Concepto 240) CC AA Empresas interesadas	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Según la información a suministrar. Ítems suministrados Encuestas de impacto	
<b>Temporalización</b> Según la información a suministrar.	

<b>17</b>	<b>PÁGINA WEB DE LA PLATAFORMA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD</b>
<b>Descripción:</b> Recogerá datos de: <ul style="list-style-type: none"><li>- Iniciativas y directrices del Grupo de Trabajo Estable</li><li>- Información de transferencia de conocimiento del Grupo de Trabajo Estable y de la Red de Investigación</li><li>- Información general sobre el Programa Sanitario de Promoción de la Actividad Física</li><li>- Formación teórica para los inscritos en el Programa Sanitario de Promoción de la Actividad Física</li><li>- Información a sobre el Programa Nacional para el Transporte a Pie y en Bici</li><li>- Zona de información y de recursos prácticos para Profesionales Sanitarios</li><li>- Zona de información y de recursos prácticos para Profesionales de la Actividad Física y el Deporte</li><li>- Zona de información y de recursos prácticos para Profesionales de la Educación</li><li>- Zona de información y de recursos prácticos para Padres</li><li>- Zona de información y de recursos prácticos para el ciudadano en general</li><li>- Empresas del “Proyecto ADO” sobre Ejercicio y Salud, sus colaboraciones.</li><li>- Información sobre actividades saludables en el medio laboral: ergonomía del calzado, ropa, postural, deportiva,...</li></ul> <p>Se publicitará en campañas nacionales</p>	
<b>Responsables</b>	CSD a través de la Plataforma Actividad Física y Salud
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Empresas colaboradoras</li><li>— Ministerio de Sanidad y Política Social</li><li>— Ministerio de Educación</li><li>— CCAA</li><li>— Entes Locales</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b>	Realización y mantenimiento

<p><b>Coste</b></p> <p>Costes informáticos Pago de los recursos incluidos Creación 150000 € Mantenimiento 15000 €/año</p> <p><b>Posibles vías de financiación</b></p> <p>CSD (Concepto 227) Entidades e Instituciones colaboradoras Empresas interesadas</p>
<p><b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b></p> <p>Documentos editados Número de entradas Encuestas de calidad</p>
<p><b>Temporalización</b></p> <p>Inicio: 2009</p>



<b>18</b>	<b>INCLUSIÓN DE UNA ASIGNATURA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN LOS PLANES DE ESTUDIO DE LAS FACULTADES DE MEDICINA Y ENFERMERÍA</b>
<b>Descripción:</b> <p>En las Facultades de Medicina se incluiría una asignatura: “Prescripción de actividad física para la prevención y tratamiento de patologías”.</p> <p>Cada día es más clara la necesidad de conocer y fomentar la práctica de ejercicio físico para mejorar la salud, prevenir y tratar patologías.</p> <p>Esta asignatura pretende ser una herramienta de formación que impulse el uso de la actividad física para la prevención de patologías en personas sanas y el uso de la actividad física como coadyuvante en el tratamiento de ciertas patologías.</p> <p>En ella se aportarán los conocimientos científicos actuales que demuestran los efectos beneficiosos del ejercicio y los mecanismos por los cuales potencia la salud.</p> <p>Así mismo, se mostrarán los elementos básicos de la actividad física que permiten prescribir el ejercicio como un elemento favorecedor de la salud, y por tanto preventivo, e incluso como parte del tratamiento de algunas patologías.</p> <p>Se iniciaría como optativa y se llegaría a hacer obligatoria.</p>	
<b>Responsable:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Sanidad y política Social y Ministerio de Educación , Dirección General de Universidades</li></ul>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Comunidades autónomas</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>Proponer y explicar a la entidad responsable, la importancia de esta medida, para que los profesionales de la salud, puedan utilizar y utilicen más el ejercicio físico como herramienta preventiva y terapéutica.</p>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <p>Que los estudiantes conozcan los beneficios del ejercicio físico en la salud física, mental y social.</p> <p>Que conozcan las indicaciones del ejercicio físico, como actividad que fomenta la salud y previene la enfermedad, en los distintos grupos de población sana y con diferentes patologías.</p> <p>Que puedan integrar el ejercicio físico en sus recomendaciones, como estrategia para el tratamiento de determinadas patologías.</p>	

**Coste / Posibles vías de financiación**

- 4 créditos de formación universitaria ó 3 créditos ECTS (plan Bolonia).
- 1 profesor asociado ó ayudante doctor.
- Coste bruto aprox. 9260 euros/año

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Evaluación:

Encuestas de evaluación propias de cada universidad. Encuesta General de Enseñanza de cada Universidad.

Indicadores:

Mientras sea optativa: N° de alumnos que la cursan

**Temporalización**

Inicio curso 2010/11 (Septiembre de 2010)

<b>19</b>	<b>ACTIVIDADES DE FORMACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD PARA PROFESIONALES SANITARIOS/AS</b>
<b>Descripción:</b> <p>Cursos de formación a médicos de Atención Primaria y DUE, que impulsen el uso de la actividad física para la prevención de patologías en personas sanas y el uso de la actividad física como coadyuvante en el tratamiento de ciertas patologías. En ellos se aportarán los conocimientos científicos actuales que demuestran los efectos beneficiosos del ejercicio y los mecanismos por los cuales potencia la salud. Así mismo, se mostrarán los elementos básicos de la actividad física que permiten prescribir el ejercicio como un elemento favorecedor de la salud, y por tanto preventivo, e incluso como parte del tratamiento de algunas patologías.</p> <p>Además se debe complementar con:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>— Impulso y apoyo a la Especialidad de Medicina de la Educación Física y el Deporte (Medidas 3, 4 y 5)</li><li>— Participación en las Redes (Medidas 22 y 23)</li><li>— Recursos en la Página Web (Medida 16)</li></ul>	
<b>Responsables:</b> <p>Ministerio de Sanidad y Política Social.</p> <p>Consejerías de Salud de las Comunidades Autónomas.</p>	
<b>Colaboraciones:</b> <p>Centros de Medicina del Deporte de las Comunidades Autónomas</p> <p>CSD a través de la Plataforma Integral Deporte y Salud.</p> <p>Sociedades científicas</p> <p>Organizaciones Profesionales</p>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>Crear y proponer las actividades</p> <p>Impulsarlas o aplicarlas</p> <p>Mantener la página web</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Hacer que todos los/as profesionales sanitarios/as tengan el grado de conocimiento necesario en función del puesto que ocupen.</p>	

<p><b>Coste</b></p> <p>Redacción del programa 50000€ (CSD concepto 227)</p> <p>Cursos: 5000 euros (aprox.) por curso de 3 meses</p> <p>Profesorado: Especialistas en Medicina de la Educación Física y el Deporte y/o profesores que impartan la asignatura universitaria "Prescripción de ejercicio para prevención y tratamiento de patologías"</p> <p><b>Posibles vías de financiación</b></p> <p>Convocatorias y convenios CSD (50000€/año concepto 481)</p> <p>CC AA (Consejerías de salud)</p> <p>Matrículas</p>
<p><b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b></p> <p>Nº de alumnos/as y Encuestas de calidad.</p>
<p><b>Temporalización</b></p> <p>2010</p>

<b>20</b>	<b>INCLUSIÓN DE UNA ASIGNATURA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN LOS PLANES DE ESTUDIO DE MAGISTERIO</b>
<b>Descripción:</b> <p>En las Facultades de Educación se incluiría una asignatura: “Promoción de la actividad física para la salud desde la escuela”</p> <p>Cada día es más clara la necesidad de generar un hábito de actividad física desde la infancia para mejorar la salud en la infancia y en la etapa adulta.</p> <p>Esta asignatura pretende ser una herramienta de formación que promueva la importancia de la actividad física para la salud de la población infanto-juvenil y aporte recursos, estrategias y programas de intervención en el entorno escolar.</p> <p>En ella se aportarán los conocimientos científicos actuales que demuestran los efectos beneficiosos de la actividad física y los programas de intervención en el entorno escolar para promover ejercicio físico.</p> <p>Se iniciaría como optativa y se llegaría a hacer obligatoria.</p>	
<b>Responsable:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Sanidad y Política Social y Ministerio de Educación , Dirección General de Universidades</li></ul>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Comunidades autónomas</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>Proponer y explicar a la entidad responsable, la importancia de esta medida, para que los profesionales de la educación, puedan promover el hábito de la actividad física desde la infancia en el entorno escolar.</p>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <p>Que los futuros maestros conozcan los beneficios del ejercicio físico en la salud física, mental y social.</p> <p>Que conozcan estrategias para promover la actividad física para el mantenimiento y mejora de la salud desde la escuela.</p> <p>Que colaboren a desarrollar el hábito de la actividad física regular desde la infancia.</p>	

**Coste / Posibles vías de financiación**

- 4 créditos de formación universitaria ó 3 créditos ECTS (plan Bolonia).
- 1 profesor asociado ó ayudante doctor.
- Coste bruto aprox. 9260 euros/año

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Evaluación:

Encuestas de evaluación propias de cada universidad. Encuesta General de Enseñanza de cada Universidad.

Indicadores:

Mientras sea optativa: N° de alumnos que la cursan

**Temporalización**

Inicio curso 2010/11 (Septiembre de 2010)

<b>21</b>	<b>ACTIVIDADES DE FORMACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD PARA PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN</b>
<b>Descripción:</b> Ofrecer actividades formativas prácticas y teóricas para educadores/as. Especialmente profesores/as de Educación Física A través de convenios con sus Departamentos de Educación de las CCAA y las Universidades. A través de cursos propios Con recursos de la página web	
<b>Responsables:</b> Departamentos Educación de las Comunidades Autónomas Departamentos de Deportes de las Comunidades Autónomas CSD a través de la Plataforma Deporte y Salud.	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Educación</li><li>— Entidades Públicas encargadas de la Formación Deportiva</li><li>— Colegios Profesionales</li><li>— Sociedades Científicas</li><li>— Asociaciones Profesionales</li><li>— Empresas</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Crear las actividades Ofertarlas y/o convenirlas Mantener la página web	

<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Aumentar y mejorar los conocimientos de los docentes para mejorar la actividad física en el medio escolar, y en los niños y jóvenes en general
<b>Coste</b> Organización de actividades <b>Posibles vías de financiación</b> Empresas interesadas CCAA Convenios
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Nº de actividades Nº de usuarios Encuestas de calidad
<b>Temporalización</b> Curso 2009-2010



## **Medidas de apoyo a la investigación**

<b>22</b>	<b>APOYO A INVESTIGACIONES Y GRUPOS DE INVESTIGACIÓN SOBRE EJERCICIO Y SALUD EN LOS PLANES Y CONVOCATORIAS DE INVESTIGACIÓN NACIONALES Y AUTONÓMICAS.</b>
<b>Descripción:</b> Promover en las convocatorias y resoluciones de investigación y tratar la financiación de proyectos relativos a Ejercicio y Salud Enfocar las convocatorias propias del CSD hacia estos proyectos	
<b>Responsable:</b> CSD estableciendo contactos CSD a través de sus convocatorias	
<b>Colaboraciones:</b> — Ministerio de Ciencia e Innovación — Departamentos de Investigación y Universidades de las CC AA	
<b>Actuación del CSD:</b> Liderar estas actuaciones Enfocar esas convocatorias	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Promover y aumentar la Investigación, la Transferencia del Conocimiento Científico a la Práctica y la Información General en Ejercicio y Salud.	
<b>Coste / Posibles vías de financiación</b> En principio, sin coste adicional	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Proyectos financiados Grupos financiados Publicaciones Impacto	

<b>23</b>	<b>RED NACIONAL DE INVESTIGACIÓN EN DEPORTE Y SALUD.</b>
<b>Descripción:</b>	
<p>Crear una Red de Investigación para colaboración e intercambio de conocimiento entre los grupos investigadores ya existentes.</p> <p>Acoplada a la Página web.</p>	
<b>Responsable:</b>	
CSD a través de la Plataforma sobre Actividad Física y Salud	
<b>Colaboraciones:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Grupos de Investigación en Actividad Física y Salud</li> <li>— Ministerio de Ciencia e Innovación</li> </ul>	
<b>Actuación del CSD:</b>	
<p>Identificar los grupos</p> <p>Ponerlos en contacto</p> <p>Suministrar la infraestructura para el contacto (informática, física)</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b>	
<p>Promover y aumentar la Investigación, la Transferencia del Conocimiento Científico a la Práctica y la Información General en Ejercicio y Salud.</p>	
<b>Coste</b>	
<p>-Herramienta informática específica en la página web de la Plataforma sobre Actividad Física y Salud:</p> <p style="padding-left: 40px;">Sin coste adicional, al estar ya incluida en la medida nº 17 (creación de la página web).</p> <p>-Gastos de organización, mantenimiento y actualización continua de los grupos, convocatorias, líneas de trabajo, etc...</p> <p style="padding-left: 40px;">6.000 € / año,</p> <p>-Convocatoria de reuniones temáticas entre investigadores registrados en la plataforma</p> <p style="padding-left: 40px;">10.000 € / año</p>	
<b>Posibles vías de financiación</b>	
<p>-CSD (Concepto 226)</p> <p>-Convocatorias de ayudas para la constitución de Redes Temáticas</p> <p>-CC.AA.</p>	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b>	
<p>Publicaciones.</p> <p>Número de grupos adheridos a la Red Nacional de Investigación</p>	

## **Medidas de apoyo general**

<b>24</b>	<b>CREACIÓN DE UN GRUPO DE TRABAJO ESTABLE DE APOYO Y ASESORÍA A LA PLATAFORMA SOBRE DEPORTE Y SALUD</b>
<b>Descripción:</b> Grupo de expertos/as en salud, ejercicio físico, educación, investigación, urbanismo, instalaciones deportivas, etc.... Expertos/as representantes de entidades públicas centrales, autonómicas y locales, tejido civil y empresas privadas El núcleo de ese grupo ha de ser el del grupo de expertos/as que ha colaborado en la redacción de este Plan. Reunión anual con Jornadas o Congreso donde presentar resultados de implantación y seguimiento de las actividades del Plan nacional de Prevención del Sedentarismo	
<b>Responsable:</b> CSD a través de la Plataforma sobre Actividad Física y Salud	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Sanidad y Política Social</li><li>— Ministerio de Educación</li><li>— Ministerio de Ciencia e Innovación</li><li>— Ministerio de Trabajo e Inmigración</li><li>— Ministerio de Igualdad</li><li>— Departamentos de Salud de las CC AA</li><li>— Direcciones del Deporte de las CC AA</li><li>— Departamentos de Educación de las CC AA</li><li>— Departamentos de Investigación y Universidades de las CC AA</li><li>— Entidades Locales</li><li>— Organizaciones profesionales (Colegios de Médicos, Enfermeros, Educación Física, Arquitectos,,)</li><li>— Sociedades Científicas</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Decidir sobre la composición, funcionamiento y labores concretas	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Este grupo deben actuar impulsando las acciones de la Plataforma Actividad Física y Salud	
<b>Coste</b> Gastos de organización y mantenimiento	
<b>Posibles vías de financiación</b> CSD (10000€/año concepto 226) CC AA Organismos de origen de los componentes	

<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Evaluación a través de los efectos generales de la plataforma
<b>Temporalización</b> Núcleo primer semestre 2009 Funcionamiento 2010

<b>25</b>	<b>COLABORACIÓN DE EMPRESAS PRIVADAS (DEPORTIVAS, ALIMENTARIAS, OTRAS) SOBRE EJERCICIO Y SALUD.</b>
<b>Descripción:</b> Conseguir empresas colaboradoras en la Plataforma sobre Actividad Física y Salud, Para el proyecto en general o en medidas o aspectos puntuales, asegurándoles la publicitación de esta colaboración	
<b>Responsable:</b> CSD	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Empresas interesadas Deportistas de Elite</li> <li>— Personaje famosos de TV (cantantes, actores,...)</li> <li>— Personajes con credibilidad publica de TV para personas mayores</li> <li>— Programas de TV de promoción de Actividad física saludable</li> <li>— Seguimiento en TV locales de las actividades: que todo niño o persona mayor sepa que puede a salir en TV por su actividad</li> </ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Elaborar un marco legal Elaborar las ventajas y condiciones Atraer empresas	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Conseguir fondos Conseguir implicación privada	
<b>Coste</b> No	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Nº Empresas colaboradoras Nº Proyectos implicados Fondos conseguidos	
<b>Temporalización</b> 2010	

## 11. REFERENCIAS

### Estudios epidemiológicos

#### 1.- Actividad Física en Gerontogimnasia.

Zaragoza Deporte Municipal. Ayuntamiento de Zaragoza.

Centro de Medicina del Deporte del Gobierno de Aragón.

*Ámbito y Tamaño muestral: 60 ancianos de más de 75 años. Seguimiento de un programa de actividad física durante 8 años.*

#### 2.- Cohort profile: The Seguimiento Universidad de Navarra (SUN) study.

SEGUÍ M., DE LA FUENTE C., VÁZQUEZ Z., DE IRALA J., MARTÍNEZ M.A.,  
International Journal of Epidemiology 2006;35:1417–1422.

*Ámbito y Tamaño muestral: 16.390 titulados universitarios españoles entre 18 y 101 años.*

#### 3.- Distribution and Determinants of Sedentary Lifestyles in the European Union.

VARO J.J., MARTÍNEZ M.A., DE IRALA J., KEARNEY J., GIBNEY M., MARTÍNEZ J.A.

International Journal of Epidemiology 2003;32:138–146

*Ámbito y Tamaño muestral: 15.239 sujetos de los 15 países miembros de la UE (1000 en cada país), mayores de 15 años.*

#### 4.- Encuesta a los centros educativos (actividades de promoción y educación para la salud y aspectos estructurales y de recursos que las condicionan) del Health Behaviour in School-aged Children (HBSC).

Ministerio de Sanidad y Política Social. 2006.

*Ámbito y tamaño muestral, encuesta a 364 centros educativos españoles.*

#### 5. - Encuesta Nacional de Salud.

Ministerio de Sanidad y Política Social.

Instituto Nacional de Estadística.

Junio 2006 – junio 2007.

*Ámbito y Tamaño muestral : 38.600 personas residentes en viviendas familiares principales.*

#### 6.- Estudio de la Cohorte CDC de Canarias.

Universidad de La Laguna.

CABRERA DE LEÓN A., RODRÍGUEZ M.A., RODRÍGUEZ L.M., ANÍA B., BRITO B., MUROS DE FUENTES M., ALMEIDA D, BATISTA M., AGUIRRE A.

Sedentarismo: tiempo de ocio activo frente a porcentaje del gasto energético.

Rev Esp Cardiol 2007; 60: 244 – 250.

*Ámbito y Tamaño muestral: 5.814 canarios entre 18 y 75 años seleccionados aleatoriamente.*



**7.- Estudio ENKID.**

Unidad de Nutrición Comunitaria. Subárea Municipal de Salud Pública. Bilbao.  
Dietética y Nutrición Humana. Universidad de Navarra.  
Mayo 1998 - abril 2000.

*Ámbito y Tamaño muestral: 3.534 jóvenes y niños (2-24 años) muestra aleatoria de la población española.*

**8.- Estudio sobre Actividad Física Infantil.**

Centro de Medicina del Deporte..

Dirección General del Deporte del Gobierno de Aragón.

*Ámbito y Tamaño muestral: Estudio fisiológico directo de 12.495 horas de actividad física en 85 niños de 10 y 14 años del ámbito urbano de Zaragoza.*

**9.- Estudio sobre Promoción del Ejercicio Físico.**

Sociedad Española de Medicina Comunitaria y Familiar (SemFYC).

Enero de 2007.

*Ámbito y Tamaño muestral: 68.055 pacientes de atención primaria de más de 14 años.*

**10.- Executive Summary of the Third Report of the National Cholesterol Education Program (NCEP) Expert Panel on Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Cholesterol in Adults (Adult Treatment Panel).**

JAMA; 285: 2486-97; 2001.

**11.- Health Behaviour in School-aged Children (HBSC).**

WHO. 2006.

*Ámbito y Tamaño muestral: 40 países. 21972 niños en España de 11 a 18 años.*

**12.- Informe: diagnóstico de situación sobre avances conseguidos, necesidades y retos en promoción y educación para la salud en la escuela en España.**

Ministerio de Educación, Política Social y Deporte

Ministerio de Sanidad y Política Social, Dirección General de Salud Pública

2008

*Encuesta a los responsables de Promoción y Educación para la Salud (PES) en la Escuela de todas las CC.AA.*

**13.- Prevalencia de síndrome metabólico en población laboral española: Registro MESYAS.**

ALEGRÍA E, CORDERO A, LACLAUSTRA M, GRIMA A, LEÓN M, CASASNOVAS JA, ET AL; Investigadores del registro MESYAS

Rev Esp Cardiol.;58:797-806; 2005

**14.- Programa Movinivel.**

Comunidad de Madrid

*Ámbito y Tamaño muestral: 186 personas mayores de 60 años. Seguimiento de un programa de actividad física durante 4 meses en 5 municipios.*

**15.- Special Eurobarometer: Health and Food.**

European Commission.

Noviembre – diciembre 2005.

Special Eurobarometer 246 / Wave 64.3 – TNS Opinion & Social. November 2006.

*Ámbito y Tamaño muestral: 29.195 europeos mayores de 15 años, estratificados por países incluyendo Bulgaria y Rumanía, como candidatos Croacia y Turquía, y además la comunidad turco-chipriota.*

**16.- 4º Estudio de Audiencia Infantil/Juvenil.**

Asociación para la Investigación de Medios de Comunicación.

Octubre de 2007 - marzo de 2008.

*Ámbito y Tamaño muestral: 3.992 niños y jóvenes, entre 8 y 13 años, residentes en España.*

**Informes y documentos oficiales**

**17.- ACSM's Action Plan for High Blood Pressure.**

American College of Sports Medicine.

DIVINE JG.

Ed. Human Kinetics. Champaign. USA .

**18.- ACSM's Action Plan for High Cholesterol .**

American College of Sports Medicine.

DURSTINE JL.

Ed. Human Kinetics. Champaign. USA .

**19.- ACSM's Action Plan for Menopause .**

American College of Sports Medicine.

BUSHMAN B.

Ed. Human Kinetics. Champaign. USA.

**20.- ACSM's Action Plan for Osteoporosis .**

American College of Sports Medicine.

WINTERS-STONE K.

Ed. Human Kinetics. Champaign. Illinois. USA.

**21.- ACSM's Exercise Management for Persons with Chronic Diseases and Disabilities.**

American College of Sports Medicine .

Ed. Human Kinetics. Champaign. USA.

**22.- ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription, Seventh Edition.**

American College of Sports Medicine.  
Ed. Lea&Febiger. Philadelphia. USA.

**23.- Actividad física saludable. Cuaderno del alumnado.**

Ministerio de Sanidad y Política Social, Ministerio de Educación y Ciencia. 2007.

**24.- Actividad física y salud en la infancia y adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación.**

Ministerio de Sanidad y Política Social, Ministerio de Educación y Ciencia. 2006.

**25.- Actividad Física y Salud. Guía para familias.**

Ministerio de Sanidad y Política Social, Ministerio Educación y Ciencia. 2007.

**26.- Actividad Física y Salud. Guía para padres y madres.**

Ministerio de Sanidad y Política Social, Ministerio Educación y Cultura, Ministerio del Interior. 1999.

**27.- Alimentación y ejercicio físico en el deportista escolar.**

Gobierno de la Rioja, 2009.

**28.- Amsterdam Declaration Making THE Link: Transport choices for our health, environment and prosperity.**

World Health Organization Regional Office for Europe  
United Nations Economic Commission For Europe (UNECE)  
Amsterdam, the Netherlands, 22–23 January 2009

**29.- Carta Europea Contra la Obesidad.**

Conferencia Ministerial Europea de la Organización Mundial de la Salud contra la Obesidad: Influencia de la dieta y la actividad física en la salud.  
Estambul (Turquía), 15–17 de noviembre de 2006.

**30.- Collaboration between the health and transport sectors in promoting physical activity: examples from European countries.**

World Health Organization Europe. 2006.

**31.- Come Sano y Muévete: 12 Decisiones Saludables.**

Ministerio de Sanidad y Política Social.  
Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición.  
Estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad (NAOS).  
<http://www.naos.aesan.msc.es> (acceso 9 de octubre 9:45).

**32.- Consejos para deportistas veteranos.**

Gobierno de la Rioja, 2009.

**33.- Declaración de Santander sobre Prevención de la Obesidad en el Ámbito Local.**

Federación Española de Municipios y Provincias.  
Consejo Rector de la Sección de la Red Española de Ciudades Saludables.  
Congreso temático sobre nutrición, actividad física y prevención de la obesidad  
Santander 3 al 5 de octubre de 2005.

**34.- Declaración de Sevilla.**

Asamblea Constituyente de la Red de Ciudades por la Bicicleta  
Sevilla, 13 de marzo de 2009.

**35.- Deporte Saludable. Por qué es conveniente hacer deporte, qué precauciones tomar y cómo hacerlo**

Gobierno de Navarra

**36.- Deportexyl Complet. Mejora tu calidad de vida.**

Gobierno de la Rioja, 2009.

**37.- Economic assessment of transport infrastructure and Policies. Methodological guidance on the economic appraisal of health effects related to walking and cycling.**

World Health Organization Europe. 2007.

**38.- Ejercicio físico en la prevención y tratamiento de la obesidad.**

Gobierno de Navarra.

**39.- Estrategia de Vida Saludable.**

Gobierno Vasco, 2008.

**40.- Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud. Marco para El Seguimiento y Evaluación de la Aplicación.**

Organización Mundial de la Salud.

Ed: Organización Mundial de la Salud, 2006. Ginebra. Suiza.

**41.- Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad (NAOS).**

Ministerio de Sanidad y Política Social.

Ed: Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición . 2005. Madrid.

**42.- EU Physical Activity Guidelines. Recommended Policy Actions in Support of Health-Enhancing Physical Activity.**

EU Working Group "Sport&Health". 2008.

**43.- European Guidelines on Cardiovascular Disease Prevention in Clinical Practice: Executive Summary.**

Fourth Joint Task Force of the European Society of Cardiology and Other Societies on Cardiovascular Disease. Prevention in Clinical Practice.  
European Heart Journal 2007 28(19):2375-2414;

**44.- Guía de hábitos saludables para jóvenes.**

Gobierno de Navarra.

**45.- Guía para Educadores. Juega, come y diviértete con Tranqui.**

Gobierno de Navarra.

**46.- Guia de prescripció d'exercici físic per a la salut (PEFS).**

Generalitat de Catalunya 2007.

**47.- Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ).**

IPAQ. (2005). – Short and Long Forms.

[www.ipaq.ki.se/IPAQ.asp?mnu\\_sel=EE&pg\\_se](http://www.ipaq.ki.se/IPAQ.asp?mnu_sel=EE&pg_se)

**48.- Health Economic Assessment Tool for Cycling (HEAT for cycling). User guide. Version 2.**

World Health Organization Europe. 2008..

**49.- Health effect and risk of transport system: the HEARTS project.**

World Health Organization Europe. 2005.

**50.- Informe sobre la Función del Deporte en la Educación.**

Comisión de Cultura y Educación.

Parlamento Europeo.

(2007/2086(INI)) 30.10.2007

**51.- Informe sobre la Salud en el Mundo 2002 - Reducir los Riesgos y Promover una Vida Sana.**

Organización Mundial de la Salud.

<http://www.who.int/whr/previous/es/> (acceso 9 de octubre 00:10).

**52.- Jornada del deportista veterano.**

Gobierno de la Rioja

**53.- Juega, come y diviértete con Tranqui. Cuadernos para alumnos, adaptados por cursos académicos.**

Gobierno de Navarra.

**54.- La salud de la Población Española en el Contexto Europeo y del Sistema Nacional de Salud.**

Ministerio de Sanidad y Política Social.  
Instituto Nacional de la Salud 2006 .  
Ed.: Ministerio de Sanidad y Política Social (Madrid).  
Indicadores de Salud 2005 .

**55.- La utilidad de la actividad física y de los Hábitos Adecuados de Nutrición como Medio de Prevención de la Obesidad en Niños y Adolescentes.**

Documento de consenso de la Federación Española de Medicina del Deporte (FEMEDE).  
Arch. Med. Dep.; 2008; 25(5): 333-353.

**56.- Libro Blanco: Estrategia Europea sobre Problemas de Salud Relacionados con la Alimentación, el Sobrepeso y la Obesidad.**

Comisión de las Comunidades Europeas.  
Bruselas, 30.5.2007 COM(2007) 279 final.

**57.- Libro Blanco: Libro Blanco sobre el Deporte.**

Comisión de las Comunidades Europeas.  
Bruselas, 11.07.2007 COM(2007) 391 final.

**58.- Libro Verde: Fomentar una Alimentación Sana y la Actividad Física: Una Dimensión Europea para la Prevención del Exceso de Peso, la Obesidad y las Enfermedades Crónicas.**

Comisión de las Comunidades Europeas .  
COM(2005), Bruselas, Bélgica.

**59.- Methodological guidance on the economic appraisal of health effects related to walking and cycling: summary.**

World Health Organization Europe. 2008.

**60.-Mortalidad por causa de muerte, España y comunidades autónomas. Todas las causas de muerte.**

Ministerio de Sanidad y Política Social. Series 1981 – 2005.

**61.- Movimiento y Salud.**

Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN) y Novartis.  
2008

**62.- Obesidad Infantil.**

Centro Andaluz de Medicina del Deporte. Junta de Andalucía.

**63.- Obesity in Children and Young People: A Crisis in Public Health.**

IASO International Obesity Task Force.  
LOBSTEIN T., BAUR L., UAUY R.  
Health. Obes Rev. 2004. May;5. Suppl 1:4-104.

**64.- Obesity - the Policy Challenges.**

Report of the National Taskforce on Obesity.  
2005.  
Dublín, Irlanda.

**65.- Paseos saludables por Pamplona y su comarca. Para personas con diabetes.**

Gobierno de Navarra.

**66.- Physical activity and health in Europe. Evidence for action.**

World Health Organization Europe. 2006.

**67.- Physical Activity and Public Health in Older Adults: Recommendation From the American College of Sports Medicine and the American Heart Association.**

Circulation; 2007;116;1094-1105.

**68.- Physical Activity and Public Health: Updated Recommendation for Adults From the American College of Sports Medicine and the American Heart Association.**

Circulation 2007;116;1081-1093.

**69.- Presentación del PAFES.**

Generalitat de Catalunya. 2009. Rueda de Prensa  
[http://www16.gencat.cat/esport/premsa\\_notes/doc/PlaActFisEspSalut\\_09\\_present.pdf](http://www16.gencat.cat/esport/premsa_notes/doc/PlaActFisEspSalut_09_present.pdf).

**70.- Prevalence of Excess Body Weight and Obesity in Children and Adolescents.**

World Health Organization Europe.  
European Environment and Health Information System. Fact Shett 2.3. May 2007.

**71.- Programa de Actividad Física Reglada de Corta Duración en Pacientes con Enfermedades Crónicas.**

Consejería de Turismo, Comercio y Deporte. Junta de Andalucía. 2009.

**72.- Programa Piloto Escolar de Referencia Para la Salud y el Ejercicio contra la Obesidad (PERSEO).**

Ministerio de Sanidad y Política Social.  
Ministerio de Educación y Ciencia.  
Ed: Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición . 2006. Madrid.

**73.- Red de Ciudades por la Bicicleta.**

Fundación ECA Bureau Veritas. 2009.

**74.-The Pan-European Programme on Transport, Health and Environment:  
Assessment and Progress made.**

United Nations Economic Commission for Europe (UNECE)  
World Health Organization Regional Office for Europe. 2007.

**75.- Translating Research Into Practice for Healthcare Providers: The  
American Heart Association's Strategy for Building Healthier Lives, Free of  
Cardiovascular Diseases and Stroke.**

American Heart Association.  
Circulation 2008;118;687-696.

**76.- Transport, Health and Environment Pan European Programme (THE PEP).**

World Health Organization Europe. 2000.

**77- Transport, Health and Environment Pan European Programme (THE PEP).  
Economic valuation of transport-related health effects. Review of methods  
and development of practical approaches, with a special focus on children.  
Summary.**

World Health Organization Europe. 2009.

**78.- Transport-related Health Effects with a Particular Focus on Children..**

World Health Organization Europe. 2003.

**79.- Vive 10. Guía del alumno.**

Comunidad de Madrid

**80.- Vive 10. Guía del profesor.**

Comunidad de Madrid

**81.- WHO European Ministerial Conference on Counteracting Obesity.  
Conference Report.**

World Health Organization Europe.  
Istanbul, 15-17 November 2006

**82.-1.<sup>a</sup> Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica  
Clínica en España. Prevención Cardiovascular.**

Ed: Ministerio de Sanidad y Política Social. 2007. Madrid.

**83.- 1.<sup>a</sup> Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica  
Clínica en España. Prevención de la Obesidad Infantil y Juvenil.**

Ed: Ministerio de Sanidad y Política Social. 2007. Madrid.



**84.- 2008 Annual Report. EU Platform for Action on Diet, Physical Activity and Health.**

Health and Consumer Protection Directorate General of the European Commission (DG SANCO).

[http://ec.europa.eu/health/ph\\_determinants/life\\_style/nutrition/platform/database/web/dsp\\_search.jsp](http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/nutrition/platform/database/web/dsp_search.jsp).

**85.- 2008 Physical Activity Guidelines for Americans.**

<http://www.health.gov/paguidelines>. (acceso 8 octubre 2008 12:59).

**Publicaciones científicas**

**86.- ALEGRÍA E, CASTELLANO JM, ALEGRÍA A.**

**Obesidad, síndrome metabólico y diabetes: implicaciones cardiovasculares y actuación terapéutica.**

Rev Esp Cardiol. 2008;61:752-64

**87.- ANDERSEN LB ET AL.**

**All-Cause Mortality Associated With Physical Activity During Leisure Time, Work, Sports and Cycling to Work.**

Archives of Internal Medicine 2000, 160(11):1621-1628

**88.- BASTERRA F.J., BES M , SEGUÍ M. , FORGA L. , MARTÍNEZ J.A., MARTÍNEZ M.A.**

**Tendencias de la Obesidad, Diabetes Mellitus, Hipertensión e Hipercolesterolemia en España (1997-2003).**

Med. Clin. 2007 129(11): 405-8.

**89.- BAURE A.**

**Policy Approaches to Physical Activity - The Mysteries of Politics or an Advocacy Opportunity.**

Public Health Rep. 2004;119(3):346-51.

**90.- BEUNZA J.J., MARTÍNEZ M.A., EBRAHIM S., BES M., NÚÑEZ J., MARTÍNEZ J.A, ALONSO A.**

**Sedentary Behaviors and the Risk of Incident Hypertension. The SUN Cohort.**

Am J Hypertens 2007;20:1156–1162

**91.- CABEZAS C.**

**Condiciones para la implantación de intervenciones eficaces en la promoción de actividad física**

Premio Estrategia NAOS en el ámbito sanitario. 2008.

- 92.- CRAIG, C. L., et al.**  
**International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity.**  
Med Sci Sports Exerc (2003). 35: 1381-95.
- 93.- DERAVE W, MERTENS A, MULS E, PARDAENS K, HESPEL P.**  
**Effects of post-absorptive and postprandial exercise on glucoregulation in metabolic syndrome.**  
Obesity (Silver Spring) 2007; 15(3): 704-11.
- 94.- FOX K.**  
**Physical Activity and Weight Management: Towards a Healthier Future.**  
SPARColl Policy Workshop  
September 2008. Edinburgh. Escocia
- 95.- FRONTERA W.R., SLOVIK D.M., DAWSON D M.**  
**Exercise in Exercise in Rehabilitation Medicine SPARColl Policy Workshop**  
2nd Edition Human Kinetics, 2006
- 96.- HASKELL W.L., I-MIN LEE, RUSSELL R. PATE, KENNETH E. POWEL, STEVEN N. BLAIR.,BARRY A. FRANKLIN, CAROLINE A. MACERA, GREGORY W. HEATH, PAUL D. THOMPSON, ADRIAN BAUMAN.**  
**Physical Activity and Public Health: Updated Recommendation for Adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association.**  
Med. Sci. Sport Exerc.1423-1434; 2007.
- 97.- KESANIEMI, Y. A., E. DANFORTH Jr., M. D. JENSEN, P. G. KOPELMAN, P. LEFEBVRE, B. A. REEDER.**  
**Dose-response Issues Concerning Physical Activity and Health: An Evidence-Based Symposium.**  
Med. Sci. Sport Exerc. 33(6 Suppl):S531–S538, 2001.
- 98.- KREKOUKIA M, NASSIS GP, PSARRA G, SKENDERI K, CHROUSOS GP, SIDOSSIS LS.**  
**Elevated total and central adiposity and low physical activity are associated with insulin resistance in children.**  
Metabolism 2007; 56(2): 206-13.
- 99.- LLORET M.**  
**El Programa PIP.**  
Apunts Med Sport 41(150) 2006.
- 100.- MCCAULEY KM.**  
**Modifying Women's Risk for Cardiovascular Disease.**  
J Obstet Gynecol Neonatal Nurs 2007; 36(2): 116-24.

**101.- NELSON M.E., W. JACK REJESKI, STEVEN N. BLAIR, PAMELA W. DUNCAN, JAMES O. JUDGE ,ABBY C. KING, CAROL A. MACERA, CARMEN CASTANEDA.**

**Physical Activity and Public Health in Older Adults: Recommendation from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association.**  
Med. Sci. Sports Exercise \_1435-1445;. 2007

**102.- RIERA A. ET AL.**

**Estimación del valor estadístico de la vida en España: Una aplicación del método de Salarios Hedónicos.**

Hacienda Pública Española / Revista de Economía Pública, (2007): 181-(2): 29-48.

**103.- ROSS R, JANSSEN I, DAWSON J, KUNGL A M, KUK J L, WONG S, NGUYEN-DUY T B, LEE S, KILPATRICK K, HUDSON R**

**Exercise-Induced Reduction in Obesity and Insulin Resistance in Women: a Randomized Controlled Trial.**

Obes Res 2004; 12:789-98.

**104.- SANCHEZ A., ARA I., GUILLÉN F., BES M., VARO J.J., MARTÍNEZ M.A.**

**Physical Activity, Sedentary Index, and Mental Disorders in the SUN Cohort Study.**

Med. Sci. Sports Exercise 2008 (en prensa).

**105.- SERRA L, RIBAS L, ARANCETA J, PÉREZ C, SAAVEDRA P, PEÑA L.**

**Obesidad Infantil y Juvenil en España. Resultados del Estudio ENKid (1998-2000).**

Med Clin (Barc) 2003;121:725-32.

**106.- THOMAS, S., READING, J., SHEPHARD, R.J.**

**Revision of the Physical Activity Readiness Questionnaire (PAR-Q).**

Can. J. Spt. Sci.(1992;. 17:4 338-345.

**107.- VICENTE G., LIBERSA C., MESANA M.I., BÉGHIN L., ILIESCU C., MORENO L.A., DALLONGEVILLE J., GOTTRAND F. AND ON BEHALF OF THE HELENA STUDY GROUP.**

**Healthy Lifestyle by Nutrition in Adolescence (HELENA). A New EU Funded Project.**

Thérapie 2007; 62 (3): 259–7

**108.- ZIMMET P, ALBERTI KG, SHAW S.**

**Global and societal implications of diabetes epidemic.**

Nature. 2001;414:782-7



---

**PLAN INTEGRAL  
PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA  
Y EL DEPORTE**

---

**v.1**



**Actividad Física y  
Deporte en Edad Escolar**

## **Miembros del Grupo de Expertos y Expertas de la Actividad Física y el Deporte en Edad Escolar**

- **Marta Carranza (CSD)**
- **Tomás Valles (CSD)**
- **Darío Alvano**
- **Eduardo de la Torre**
- **Carles González**
- **Ricardo Echeita**
- **Julio Latorre**
- **Ángeles López**
- **F. Javier López**
- **Teresa Lleixá**
- **Carles Meilán**
- **Santiago Romero**
- **Hermenegildo Puchades**
- **Primitivo Sánchez**
- **Juan Luis Hernández (coord.)**

## ÍNDICE

<b>0. DESTINATARIOS</b> .....	4
<b>1. DIAGNÓSTICO</b> .....	5
<b>1.1 JUSTIFICACIÓN</b> .....	5
1.1.1 LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EDAD ESCOLAR.....	7
1.1.2 LA EDUCACIÓN FÍSICA. SITUACIÓN ACTUAL.....	8
<b>1.2 ANTECEDENTES</b> .....	11
<b>1.3 ALGUNOS DATOS</b> .....	17
<b>1.4 IDEAS EJE</b> .....	21
<b>2. DISTRIBUCIÓN COMPETENCIAL</b> .....	24
<b>3. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES</b> .....	27
<b>3.1 POTENCIALIDADES</b> .....	27
<b>3.2 LIMITACIONES</b> .....	28
<b>4. VISIÓN PARA EL FUTURO</b> .....	30
<b>5. OBJETIVOS GENERALES</b> .....	31
<b>6. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA</b> .....	33
<b>6.1 ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y EDUCACIÓN</b> .....	34
<b>6.2 DIÁLOGO Y PARTICIPACIÓN</b> .....	35
<b>6.3 OFERTA Y ACCESIBILIDAD</b> .....	36
<b>7. AGENTES IMPLICADOS. POSIBLES ALIADOS INSTITUCIONALES</b> .....	38
<b>8. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A DESARROLLAR</b> .....	40
<b>9. SELECCIÓN/DESCRIPCIÓN DE INDICADORES A ALCANZAR PARA EL SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN</b> .....	43
<b>10. DESCRIPCIÓN DE LAS MEDIDAS Y ACCIONES</b> .....	48

## **0. DESTINATARIOS**

El Plan Integral de Promoción del Deporte y de la Actividad Física nace con el propósito de fomentar una práctica de calidad entre toda la población. En el ámbito de la Actividad Física y el Deporte en Edad Escolar, los destinatarios de este Plan son los niños, niñas y adolescentes de entre 3 y 18 años. En consecuencia, cuando en este documento se utilicen expresiones como “edad escolar” o como “población escolar” se está haciendo referencia a los destinatarios definidos en este punto.

## 1. DIAGNÓSTICO

### 1.1 JUSTIFICACIÓN

La relevancia y la presencia de la actividad física y el deporte en la vida de la población en edad escolar es, actualmente, uno de los fenómenos culturales más destacables. Numerosos estudios, así como organismos internacionales vinculados con la salud y el desarrollo de la infancia y la juventud, certifican que la práctica regular de deporte o actividades físicas comporta beneficios que contribuyen al bienestar de las personas en los ámbitos físico, psíquico y social (US Department of Health and Human Services (US-DHHS) (2000<sup>1</sup>); Duncan et al., 2004<sup>2</sup>; Gray & Leyland, 2008<sup>3</sup>; Hagberg et al., 1984<sup>4</sup>; Puhl & Brownell, 2003<sup>5</sup>; WHO, 2002, 2004, 2007<sup>6</sup>).

---

<sup>1</sup> US Department of Health and Human Services (US-DHHS) (2000). *Healthy People 2010*. Washington, DC: US Department of Health and Human Services.

<sup>2</sup> Duncan, M., Al-Nakeeb, Y., Nevill, A., & Jones, M.V. (2004). Body image and physical activity in British secondary school children. *European Physical Education Review*, 10 (3), 243-260.

<sup>3</sup> Gray, L., & Leyland, A. H. (2008). Overweight status and psychological well-being in adolescent boys and girls: a multilevel analysis. *European Journal of Public Health*, 18(6), 616-621.

<sup>4</sup> Hagger, M. S., Chatzisarantis, N., & Biddle, S. J. (2001). The influence of self-efficacy and past behaviour on the physical activity intentions of young people. *Journal of Sports Sciences*, 19(9), 711-725.

<sup>5</sup> Puhl, R. M., & Brownell, K. D. (2003). Psychosocial origins of obesity stigma: toward changing a powerful and pervasive bias. *Obesity Reviews*, 4, 213-227.

<sup>6</sup> WHO (2002) The world health report 2002 - reducing risks, promoting healthy life. Geneva: World Health Organization.

WHO (2004) Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health. Geneva: World Health Organization.

WHO (2007): *Promoting physical activity for health – a framework for action in the WHO European Region*. Diet and physical activity for health. Conferencia de Ministros Europeos para Neutralizar la Obesidad. 15-17 de noviembre 2006. Istanbul, Turquía.



La mejora de las habilidades motrices y de las capacidades condicionales; la reducción de los factores de riesgo o el control de determinadas enfermedades tanto físicas (asma, obesidad, cardiopatías, diabetes,...) como psíquicas (depresión, ansiedad, estrés,...); la adquisición de hábitos saludables (higiénicos, alimentarios,...); la integración y la cohesión social (fomenta un modelo inclusivo de convivencia en la diversidad, de respeto a la diferencia); la formación en valores como la solidaridad, la tolerancia, la disciplina, la confianza en uno mismo, la superación personal, etc., son aspectos que a partir de la práctica de actividad física contribuyen a mejorar la calidad de vida de los ciudadanos y ciudadanas.

Por todas estas razones, se considera de máxima importancia que toda la población pueda acceder a una práctica físico deportiva y, muy especialmente, se tiene la voluntad de que los niños y niñas disfruten de buenas experiencias relacionadas con la actividad física y el deporte, ya que, como señalan diversos estudios, de esta forma se potenciará la adherencia a la práctica deportiva al largo de toda su vida (p.e Telama, Yang, Laakso & Viikari, 1997<sup>7</sup>; Telama, Yang, Viikari, Välimäki, Wanne, Raitakari, 2005<sup>8</sup>).

Los cambios sociales y culturales, los hábitos familiares, la existencia de diversas posibilidades en cuanto a recursos y equipamientos, entre otros factores, originan que las experiencias relacionadas con la actividad física y el deporte se produzcan tanto en ámbitos de actividad física organizada como no organizada. Ambos ámbitos de actuación constituyen centros de atención para el fomento de un estilo de vida activo y, en consecuencia, se deben procurar los medios para que ambos tipos de práctica se adecuen a criterios de calidad y se hagan visibles en los estudios encaminados a conocer las pautas de comportamiento de la población escolar.

---

<sup>7</sup> Telama, R., Yang, X., Laakso, L., & Viikari, J. (1997). Physical activity in childhood and adolescence as predictor of physical activity in young adulthood. *American Journal of Preventive Medicine*, 13, 317-323.

<sup>8</sup> Telama R, Yang X, Viikari J, Valimäki I, Wanne O, Raitakari O. (2005). Physical activity from childhood to adulthood: a 21-year tracking study. *Am J Prev Med*, 28:267-73.

### 1.1.1 LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EDAD ESCOLAR

Dadas las múltiples nomenclaturas y la proliferación de intentos de clasificar o diferenciar el deporte y la actividad física en la edad escolar, se ha optado por un concepto inclusivo buscando un denominador común a todas aquellas prácticas de actividad física y deportivas que realizan los niños, niñas y jóvenes, respetando la diversidad de orientaciones, prácticas y organizaciones, pero intentando darles a todas ellas una estructura de referencia y unos objetivos compartidos, en definitiva, un marco común, el que definiremos en el Plan Integral de promoción del deporte y la actividad física.

Se considera actividad física y deporte en edad escolar aquella práctica deportiva realizada por niños y niñas y por los y las jóvenes que están edad escolar, formándose en las diferentes etapas del actual sistema educativo: infantil, primaria, secundaria obligatoria y post-obligatoria, tanto dentro como fuera de los Centros Escolares y una vez finalizado el horario lectivo.

Se apuesta de esta forma, por un sistema integrador, en el cual tienen cabida las diferentes modalidades que coexisten en estos momentos, es decir, la actividad física y el deporte escolar que tiene lugar en los Centros Docentes, el deporte ofrecido desde los clubes y entidades deportivas y otras actividades físico deportivas que forman parte de los programas de diferentes entidades y asociaciones del tejido social.

En este sentido, los proyectos deportivos que se ofrezcan en el marco de la actividad física y el deporte en edad escolar, deberán recoger las siguientes intencionalidades:

- ✓ Ofrecer una actividad física y deportiva inclusiva que alcance los mínimos de práctica recomendados por instituciones y estudios de referencia en el ámbito de la salud para niños/as y adolescentes.

- ✓ Complementar, a través de la actividad física y deportiva, la labor formativa desarrollada en los centros educativos, especialmente en lo referente a los valores y los hábitos saludables
- ✓ Adaptar la práctica de la actividad física y del deporte, especialmente la competición, a las finalidades y necesidades de cada etapa educativa

### 1.1.2 LA EDUCACIÓN FÍSICA. SITUACIÓN ACTUAL

La educación física, como un área más del sistema educativo, ha tomado el papel de referente y fundamento de todas las actuaciones presentes y futuras para la promoción de la actividad física y el deporte. Un área que ha tenido en cuenta la identificación corporal, el desarrollo de las capacidades perceptivo motrices y las habilidades motrices, la expresión corporal, el trabajo de las capacidades condicionales, el juego y la iniciación deportiva, así como la higiene, la salud corporal y todos aquellos valores que se derivan de una práctica colectiva. Esta base educativa nos permite la integración de las diferentes propuestas que aparecen fuera del horario lectivo y nos da más oportunidades para hacer posible unos estilos de vida activos de los futuros ciudadanos y ciudadanas.

En la década de los 80 se consiguieron una serie de finalidades en el ámbito de la educación física las cuales permitieron situar al cuerpo y al movimiento entre las prioridades educativas. Se consiguió la licenciatura en educación física, se creó la figura del especialista en educación física en la enseñanza primaria, se creó la especialidad de educación física en las Facultades de Formación del profesorado, aparecieron unos diseños curriculares del área envidiables para toda la comunidad europea, y la actividad física fue introduciéndose en los hábitos cotidianos de muchos ciudadanos y ciudadanas.

Muchos Ayuntamientos reforzaron esta nueva filosofía del deporte y la actividad física generando programas de promoción de la Educación Física, planificando actos de ciudad e incorporando a su estructura departamentos o áreas de deporte.

En el ámbito educativo, los currículos de Educación Primaria y Secundaria tratan de responder a las nuevas necesidades sociales y personales. No obstante, es necesario que los marcos normativos, tanto de ámbito estatal como autonómico, permitan, por un lado, la imprescindible adecuación a los cambios sociales y de condiciones de vida de las personas, y, por otro, que los centros educativos en el ámbito de la autonomía que les reconoce la legislación puedan completar la elaboración curricular en función de las específicas características del entorno social y cultural en el que se ubica.

El relevante papel que debe jugar la Educación Física en la formación de la población escolar, tanto en lo referente a conocimientos y habilidades como a las actitudes, hábitos y valores, ha sido, de nuevo, puesto de manifiesto en organismos y asociaciones científicas internacionales (p.e. *European Parliament*, 2007<sup>9</sup>; *International Working Group on Women and Sport*, 2006<sup>10</sup>) ante el riesgo de una involución respecto de los progresos experimentados en la década final del siglo XX.

De hecho, a pesar de las recomendaciones oficiales del Parlamento Europeo, dos acontecimientos claves acontecidos en nuestro país pueden constituir un retroceso a situaciones no deseadas y ya vividas en las décadas 60, 70 y parte de los 80. Por un lado, la Ley Orgánica de Educación (en adelante LOE, 2006) permite una disminución de los minutos semanales asignados al área de la Educación Física curricular. Por otro, una nueva configuración de la Formación del Profesorado de Educación Primaria hace posible que los futuro Maestros que tengan la responsabilidad de impartir el área de Educación Física vean disminuida su formación inicial a un tercio de la de por sí precaria situación de formación actual.

---

<sup>9</sup> European Parliament (2007). *Role of sport in education*. Report INI/2007/2086.

<sup>10</sup> International Working Group on Women and Sport (2006). *4th World Conference on Women and Sport*. <http://www.iwg-gti.org/index.php?id=31>

Sin duda, ambos aspectos, la reducción horaria y la deficiente formación de los futuros docentes que impartirán la Educación Física en la Educación Primaria, constituyen factores potencialmente adversos para el desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes entre los niños y niñas que, sin duda, incidirán de manera negativa en las pautas de actividad físico-deportiva y en la adopción de estilos de vida activos y saludables.

En este contexto, los últimos decretos, aparecidos en algunas Comunidades Autónomas, en referencia a las nuevas asignaciones de mínimos horarios para las diferentes áreas curriculares de primaria y secundaria, no han favorecido a la asignatura de educación física. Se han reducido sensiblemente los mínimos recomendados para esta área, hecho totalmente paradójico con las necesidades que detectan los expertos en referencia a la promoción de la actividad física.

Mientras, los índices de obesidad y sobrepeso infantil crecen de forma alarmante<sup>11</sup>, los hábitos de ocio vinculados a los videojuegos y a las actividades sedentarias cada vez son más frecuentes entre los y las jóvenes, el alumnado llegado de otros países, particularmente las niñas, presentan índices de práctica de actividad física y deportiva muy bajos... Todo ello nos dibuja un panorama, en el cual y más que nunca, es necesario trabajar el cuerpo y el movimiento desde el sistema educativo, espacio privilegiado para la consolidación de hábitos saludables.

Siguiendo algunas iniciativas europeas, como se señala desde el Parlamento Europeo (2007) se ha de trabajar para conseguir, al menos, las 3 horas de Educación Física a la semana en toda la educación obligatoria y en función del estudio de las tendencias que se observen abogar por las 5 horas a la semana.

---

<sup>11</sup> Según el último estudio del Programa *THAO salud infantil*, realizado en 5 ciudades españolas (2008), sumando los índices de sobrepeso y obesidad infantil, se llega aproximadamente a un 23%.

El estudio ENKID sitúa al índice de sobrepeso y obesidad en un 26,3%.

El estudio de Hernández y Velázquez (2007), desarrollado en ciudades de seis Comunidades Autónomas, presenta resultados de un 29.83% (sobrepeso+obesidad) entre los chicos y de un 26.1% (sobrepeso+obesidad) entre las chicas, de 10 a 17 años de edad.

Asimismo, es necesario que la Educación Física constituya una asignatura con presencia en toda la etapa post-obligatoria, por el papel relevante que debe jugar en un grupo de edad en el que produce una elevada prevalencia de abandono de la práctica de actividad física y deporte y, al mismo tiempo, por la necesaria continuidad con la etapa adulta y la práctica físico-deportiva en otros ámbitos de formación (universidad, formación profesional, enseñanzas especializadas,...) o laborales.

Este tipo de medidas, junto con la mejora de la calidad de la formación, constituyen una necesidad básica y un requisito fundamental para el éxito de cualquier Plan de Promoción de la actividad física y el deporte en la edad escolar y en la edad adulta.

## **1.2 ANTECEDENTES**

La Constitución española (1978) hace mención expresa a la educación física y al deporte en el artículo 43.3 del Título I, Capítulo III (de los Principios Rectores de la Política Social y Económica), donde reconoce que *“los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. Asimismo facilitarán la adecuada utilización del ocio”*. A partir de aquí surgen las diferentes normativas estatales y autonómicas que regulan toda la práctica deportiva en España.

En el artículo 1 de la Carta Europea del Deporte (1992) se enuncia, entre los fines que hay que perseguir, el de proporcionar a cada persona la posibilidad de practicar deporte. Y concretamente en el apartado “a”, se menciona *“garantizando a todos los jóvenes la posibilidad de beneficiarse de programas de educación física para desarrollar sus aptitudes deportivas básicas”*. Si nos fijamos en apartado “i” del artículo 5 se puede leer que se fomentará la práctica del deporte *“velando por que todos los alumnos disfruten de programas de práctica de deporte, de actividades recreativas y de educación física”*.

En el *Informe de Helsinki* (1999) se plantean las vías que harían posible conciliar la dimensión económica del deporte con su dimensión popular, educativa, social y cultural.

La declaración de Niza sobre el Deporte (2000), en la mención a las características del deporte y a su función social en Europa, destaca que “*la actividad deportiva debe ponerse al alcance de todas las personas, respetando las aspiraciones y capacidades de cada uno y con toda la diversidad de prácticas competitivas o de ocio, organizadas o individuales*”. Es muy interesante el párrafo que afirma que el deporte es una actividad humana basada en unos valores sociales educativos y culturales esenciales, siendo factor de inserción, de participación en la vida social, de tolerancia, de aceptación de las diferencias y de respeto de las normas.

El año 2004, fue declarado por la Comunidad Europea como año del Deporte Educativo, apoyando y subvencionado proyectos que potenciaran la vertiente educativa del deporte en diferentes países europeos.

Para el año 2010, está previsto, en la programación del Congreso Bienal de Ciudades Educadoras que se celebrará en Guadalajara (México), que el tema central del Congreso sea el de *Deporte y Educación*.

Después de estas referencias europeas, volviendo a nuestro territorio, la Ley 10/90 del Deporte, recoge en su artículo tercero diversos preceptos de contenido relevante:

1. La programación general de la enseñanza incluirá la educación física y la práctica del deporte.
2. La educación física se impartirá, como materia obligatoria, en todos los niveles y grados educativos previos al de la enseñanza de carácter universitario. Todos los centros públicos o privados, deberán disponer de instalaciones deportivas para atender la educación física y la práctica del deporte, en las condiciones que se determinen reglamentariamente.

La realidad actual es que prácticamente, todas las Comunidades Autónomas poseen una Ley específica del Deporte.

La mayor parte de las Comunidades, Diputaciones y muchas ciudades han llevado a cabo procesos de participación, estudios y análisis que han ido conduciendo al ámbito del sector del deporte en edad escolar hacia un rompecabezas que es necesario estudiar en cada una de sus piezas para poder extraer los elementos comunes y válidos para poder crear un marco orientador y de coordinación.

A modo de ejemplo destacaremos algunos de los procesos y resultados conseguidos.

En Andalucía, a partir de la Ley 6/98 de 14 de diciembre del Deporte, se regula el deporte en edad escolar a través de Consejerías con competencias en materia de educación y deporte. Desde marzo del 2004, la competencia corresponde a la Consejería de Turismo, Comercio y Deporte y en coordinación con las entidades locales y las entidades deportivas andaluzas, promoverán la práctica de la actividad física y el deporte en edad escolar a través de los planes y programas que tendrán un carácter anual.

El Plan del Deporte en edad escolar en Andalucía abarca las edades comprendidas entre los seis y los dieciséis años, es decir, las correspondientes a la enseñanza obligatoria de primaria y secundaria. Incluye los siguientes programas:

- Deporte escolar en Andalucía
- Campeonatos de Andalucía
- Semanas deportivas
- Detección, perfeccionamiento y seguimiento de talentos deportivos

Uno de los programas más ambiciosos es “El Deporte en la Escuela”, que el curso 2007/08 alcanzó a más de 1000 Centros Educativos.

También cuenta con un plan del deporte de cooperación transfronteriza, y con programas deportivos que favorecen la integración social de la población inmigrante.



En Canarias, al igual que en la mayor parte de las Comunidades Autónomas, en la década de los 80, con la llegada de las competencias y las nuevas visiones de las funciones del deporte en nuestro entorno social, y en partículas del deporte en edad en edad escolar, se pusieron en marcha diversos proyectos para universalizar la práctica deportiva entre los más jóvenes y para poner de relieve los aspectos educativos del mismo.

Actualmente coexisten diferentes submodelos, y a partir de un estudio realizado en Gran Canaria <sup>12</sup>, se esta intentando trabajar hacia un nuevo modelo de Deporte en Edad Escolar.

Los objetivos de la investigación fueron los siguientes:

1. Conocer la realidad del deporte en el ámbito escolar en la isla de Gran Canaria.
2. Conocer la formación del los técnicos del deporte escolar
3. Conocer cuáles son las actividades que realizan los entrenadores del deporte escolar.
4. Determinar la organización del deporte escolar
5. Conocer el comportamiento de los entrenadores en los partidos de competición.

La propuesta de modelo se basa en dos estructuras imprescindibles y complementarias. La primera en el propio centro escolar y favoreciendo la participación de todos los agentes implicados y la segunda la participación de todas las administraciones y entidades implicadas: La Consejería de Educación, Cultura y Deportes, el Cabildo Insular, los ayuntamientos y las federaciones y clubes deportivos. La coordinación entre estas instituciones y su apoyo directo a las estructuras organizativas de los centros escolares es fundamental para poder avanzar en la implantación del nuevo modelo.

---

<sup>12</sup> ÁLAMO,J.M. (2004) *El Deporte Escolar en el siglo XXI. Análisis y debate desde una perspectiva Europea*. Facultad de Ciencias de la Educación Física y del Deporte. Universidad de las Palmas de Gran Canaria

La Comunidad Autónoma de Catalunya, elaboró, en el año 2003, *El libro blanco del Deporte a Catalunya*, dedicando el capítulo VI a *Deporte, infancia y juventud*. Se planteaba la situación en aquellos años y se detectaban las principales problemáticas para orientar las futuras políticas deportivas, que se centraban en:

- Estudiar las causas y las circunstancias del abandono de la práctica deportiva que se produce en el cambio de etapa educativa de primaria a secundaria.
- Afrontar las desigualdades de género en los índices de práctica deportiva con programas de fomento de la práctica entre las niñas del primer ciclo de primaria
- Abrir las entidades deportivas a los jóvenes que deseen practicar deporte no competitivo y en condiciones más flexibles pero dentro de las entidades deportivas.
- Garantizar el carácter inclusivo y social de las actividades y de las organizaciones dedicadas a la práctica deportiva, integrando niños, niñas y jóvenes de familias sin recursos.

En un gran número de ciudades catalanas, siguieron procesos de participación para detectar las necesidades del deporte en edad escolar y planificar futuras actuaciones.

En Madrid, la puesta en marcha de los Campeonatos Escolares de la Comunidad de Madrid, durante el curso 2004/5 supuso, por primera vez, la implantación de un programa específicamente dirigido a un colectivo proclive al abandono de la actividad física: Los alumnos de secundaria de los institutos públicos madrileños. La decisión de llevar adelante este proyecto se sustentaba en una realidad palpable: a pesar de la contrastada importancia de la práctica deportiva como fuente de salud y ocio y como vehículo con capacidad para fomentar valores y una herramienta de integración social, los educadores y expertos constataban las

carencias y necesidades que, en materia deportiva, adolecía la educación pública madrileña y especialmente en la etapa secundaria.

Este programa educativo, formativo, gratuito, voluntario y extraescolar, vertebrado a partir de una competición entre centros docentes de secundaria, por el que ya han pasado a lo largo de cinco cursos más de 100.000 escolares, ha constatado la importancia de que dentro del deporte en edad escolar trabajen de forma coordinada todas las instituciones con competencias en el ámbito educativo y deportivo, en este caso la Consejería de Educación y la Consejería de Cultura, Deportes y Turismo con sus correspondientes Direcciones Generales.

Asimismo, en el ámbito educativo diversas leyes educativas se hacen eco de la necesidad de la Educación Física y el Deporte en la formación de los niños, niñas y adolescentes.

La LOGSE (1990) recoge entre los objetivos del Área de Educación Física en Primaria el de *“Adoptar hábitos de higiene, de alimentación, de posturas y de ejercicio físico, manifestando una actitud responsable hacia su propio cuerpo y de respeto a los demás, relacionando estos hábitos con los efectos sobre la salud”*, mientras que señala para la Educación Física en la Educación Secundaria el objetivo de *“Utilizar la Educación Física y el deporte para favorecer el desarrollo personal”*.

De igual modo, la LOCE (2002) cita como objetivo del Área de E. Física en Primaria el de *“Conocer el valor del propio cuerpo, el de la higiene y la salud y la práctica del deporte como medios más idóneos para el desarrollo personal y social”*; así como el objetivo para la Educación Secundaria de *“Conocer el funcionamiento del propio cuerpo, para afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la práctica del deporte, para favorecer el desarrollo en lo personal y en lo social.”*

Por último, la actual Ley en vigor, la LOE (2006) señala como objetivos para la Educación Primaria y la Educación Secundaria, respectivamente, los de *“Valorar la*

*higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social”, y “Conocer el funcionamiento del cuerpo humano, así como los efectos beneficiosos para la salud del ejercicio físico y la adecuada alimentación, incorporando la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social”.*

### **1.3 ALGUNOS DATOS**

La finalidad que se pretende en este apartado es la de conocer la situación actual de los hábitos de actividad física y deportiva de los escolares fuera del horario lectivo, con la intención de definir criterios que orienten las futuras políticas de promoción de la actividad física y el deporte en edad escolar. Con tal fin, cabe señalar que existen numerosos estudios que describen los hábitos deportivos de la población infantil y juvenil. Diferentes Comunidades Autónomas y ciudades han recogido datos que han ido orientando las diversas actuaciones llevadas a cabo.

Sin embargo, la falta de una metodología armonizada para la obtención de información, así como el carácter transversal de los estudios y la diferente edad de los participantes en los mismos, dificultan la elaboración de análisis comparativos y evolutivos y de conclusiones fiables. En este contexto, los resultados encontrados en los diferentes estudios deben ser tomados con precaución y constituyen ejemplos que aluden a ámbitos territoriales más o menos amplios.

Así, algunos de los estudios realizados en la última década abarcan ámbitos geográficos que agrupan a diferentes Comunidades Autónomas (p.e. Hernández y Velázquez, 2007<sup>13</sup>); otros toman como referencia el territorio de una determinada Comunidad Autónoma (p.e. López de las Heras, 2005; Velázquez et al., 2003<sup>14</sup>) y

---

<sup>13</sup> Hernández, J. L., & Velázquez, R. (coords.) (2007). *La Educación Física, los estilos de vida y los adolescentes: cómo son, cómo se ven, qué saben y qué opinan*. Barcelona: Grao.

<sup>14</sup> Velázquez, R., Castejón, F. J., García, M., Hernández, J. L., López, C., & Maldonado, A. (2003). *El deporte, la salud y la formación en valores y actitudes de los niños, niñas y adolescentes*. Madrid: Pila-Teleña.

también existen estudios que hacen referencia al ámbito geográfico de una determinada ciudad (p.e. Institut Barcelona Esports, 2008; Latorre, 2007; Vila, 1998).

En algunos casos, como por ejemplo en el estudio de 2008 de la ciudad de Barcelona<sup>15</sup>, es posible señalar resultados precisos que describen una situación de partida y, al mismo tiempo, existen precedentes en el mismo ámbito geográfico (Vila, 1998) que permiten algún grado de comparación. En ese caso, estos estudios sirven para poner de manifiesto una posible tendencia al incremento de la práctica de actividad deportiva. Así, los resultados del estudio de 2008 permiten destacar que el 66,8 % de los escolares practica deporte fuera del horario lectivo (un 75% de los chicos por un 58% de las chicas). Comparando estos resultados con los obtenidos en el estudio realizado en el 1998 sobre *El uso del tiempo de la población infantil y juvenil: los hábitos deportivos*, se concluye que el índice de práctica ha crecido en los últimos años del 40,1% (en 1998) al 66,8% actual. A pesar del incremento, las diferencias de género no han variado con los años, manteniéndose casi en el mismo 20%.

Sin embargo, en un ámbito geográfico más amplio como el analizado en el marco de los estudios desarrollados por Hernández y Velázquez en 2007 y el llevado a cabo por Mendoza et al. en 1994, si se toman como indicadores los resultados que hacen referencia a la población escolar que nunca practica actividad física fuera del horario escolar, se observa una tendencia al aumento de niños, niñas y adolescentes que integran ese grupo de población más sedentario.

---

<sup>15</sup> Estudio realizado en la población de Barcelona entre 6 y 18 años. La muestra (muestreo probabilístico por cuotas) obtiene un nivel de confianza de un 95% y el nivel de precisión es de +/-1,5%. Las variables independientes de la investigación han sido: Género, Curso, Tipo de Centro Educativo y Distribución geográfica. El estudio ha sido publicado con la referencia, INSTITUT BARCELONA ESPORTS (2008) *Estudi del hàbits esportius escolars a Barcelona*. Institut Barcelona Esports, Ajuntament de Barcelona.

Además, los resultados del *Estudio sobre la actividad física infantil*<sup>16</sup>, en niños y niñas de 10 y 14 años, muestra que existen diferentes patrones de actividad física general en función de la edad de las poblaciones estudiadas (los niños y niñas de 10 años son más activos que los de 14) y que de modo general la población de sexo masculino es más activa que la femenina. Aunque este estudio integra una muestra reducida de 85 niños y niñas y de una única ciudad, la de Zaragoza, y por tanto también deben tomarse con precaución sus resultados, es posible señalar que entre sus conclusiones se hace referencia a la baja intensidad de la actividad física que tiene lugar tanto en la clase de Educación Física como en el tiempo libre dentro del marco escolar (recreos).

En consecuencia, como ya se ha señalado, un Plan de Promoción de la Actividad Física y el Deporte en edad escolar que debe contemplar un ámbito geográfico general debe, asimismo, tratar con precaución los resultados con los que contamos en este momento, al tiempo que debería promover las acciones oportunas que permitan un mejor y mayor conocimiento de la realidad de las pautas de comportamiento de la población escolar en relación con la actividad física y el deporte.

No obstante, siendo necesario adoptar criterios de partida, los diferentes resultados de los citados estudios permiten establecer algunas conclusiones:

- El porcentaje de la población en edad escolar (6-18 años) que realiza más de 3 veces por semana de práctica de AF, varía en función de variables como la edad, el género y el entorno geográfico. En términos globales, dicho porcentaje se sitúa alrededor de un 55% de la población.
- Con el incremento de la edad, el porcentaje de población activa desciende de manera significativa y progresiva, de forma que en el tramo final de la etapa escolar dicho porcentaje se sitúa por debajo del 50%.

---

<sup>16</sup> Estudio llevado a cabo en el Centro de medicina del Deporte del Gobierno de Aragón. Se trata de un estudio fisiológico directo. 12.495 horas de actividad física en 85 niños y niñas de 10 y 14 años del ámbito urbano de Zaragoza.

- El género influye de manera significativa en los resultados encontrados. La mayor parte de los estudios ponen de manifiesto una diferencia de práctica de actividad física de alrededor de un 20% entre los chicos y las chicas. Además, en algunos tramos de edad, especialmente al final de la etapa escolar, el porcentaje de chicas que no realizan ningún tipo de práctica de actividad física y deportiva se eleva hasta casi la mitad de la población (alrededor de un 47%), mientras que en el caso de los chicos ese porcentaje disminuye hasta un 25% aproximadamente.
- El tránsito de una etapa educativa a otra (de Primaria a Secundaria) es señalada como uno de los momentos críticos para el abandono de la práctica de la actividad física y el deporte. Los factores que influyen en esta tendencia no están suficientemente clarificados.
- Con carácter general, respecto a los motivos de la no práctica deportiva o al abandono de la misma a medida que aumenta la edad, la falta de tiempo libre y la ocupación del tiempo con otras actividades, es el argumento más repetido.
- A pesar de la disminución de práctica, alrededor de un 90% de las chicas y chicos de entre 14 y 16 años manifiestan la necesidad de realizar algún tipo de práctica deportiva, es decir que su nivel de sensibilización hacia la práctica deportiva es muy elevado.

A pesar de la falta de un diagnóstico más preciso de la situación, es necesario proceder a la elaboración de posibles indicadores que permitan establecer unos objetivos del plan de promoción y que permitan una evaluación de las medidas y programas que se lleven a cabo. A este respecto, es de interés adoptar criterios, basados en estudios nacionales e internacionales, sobre el concepto de “población activa”; concepto que puede servir como referencia para concretar metas a largo plazo y definir algunos indicadores que a medio plazo puedan servir de referencia para el actual Plan de Promoción.

El concepto de “población activa” ha evolucionado de acuerdo a los cambios sociales y a las necesidades de los diferentes grupos de población. En la

actualidad, como se señala en diversos estudios, los programas orientados a lograr que los niños y adolescentes obtengan beneficios precisos de la práctica de actividad física, así como los destinados a prevenir el sobrepeso y algunas otras enfermedades, requieren de una actividad física diaria y en torno a los 60 minutos de duración (Thune & Furberg, 2001<sup>17</sup>; Saris et al., 2003<sup>18</sup>, Cerin et al., 2005<sup>19</sup>). En consecuencia, ese parece ser el centro de referencia que debe orientar la elaboración de indicadores, tomando en consideración que esa referencia constituye un ideal al que se debe tender pero de difícil viabilidad en los próximos años. Y, por tanto, los indicadores deberán expresarse en forma que exista una razonable posibilidad de ser alcanzados por diferentes grupos de población en edad escolar.

#### 1.4 IDEAS EJE

Las diferentes reflexiones y datos expuestos en los apartados anteriores, nos dan pie para poder identificar algunos aspectos que ayudan a definir el diagnóstico de partida para proceder a la presentación de un propósito y las consecuentes líneas de actuación.

- A pesar de que los índices de práctica parecen crecer de forma absoluta, siguen existiendo colectivos con bajos índices de práctica: población femenina, adolescentes, población con bajo poder adquisitivo, población inmigrante. En datos globales, 1 de cada 3 escolares no practica deporte fuera del horario lectivo.

---

<sup>17</sup> Thune, I. and Furberg, A. 2001. Physical activity and cancer risk: dose-response and cancer, all sites and site-specific. *Med. Sci. Sports Exerc.*, 33 (6 suppl): S530–50.

<sup>18</sup> Saris, W.H., Blair, S.N., van Baak, M.A., Eaton, S.B., Davies, P.S., Di Pietro, L., et al. (2003). How much physical activity is enough to prevent unhealthy weight gain? Outcome of the IASO 1st Stock Conference and consensus statement. *Obesity Reviews*, 4, 101-114.

<sup>19</sup> Cerin, E., Leslie, E., Bauman, A. and Owen, N. (2005). Levels of physical activity for colon cancer prevention compared with generic public health recommendations: Population prevalence and sociodemographic correlates. *Cancer Epidemiology Biomarkers and Prevention*, 14:1000–1002.



- En la sociedad occidental en general y en la española en particular, se detecta un aumento progresivo de los hábitos sedentarios de los escolares. Los índices de sobrepeso y obesidad infantil han crecido de forma alarmante los últimos años. El estudio ENKID sitúa el índice en un 26,3%, la más alta de Europa junto con Malta y Grecia. Los hábitos de ocio vinculados a los videojuegos y a las actividades sedentarias, cada vez son más frecuentes entre los y las jóvenes
- El abandono de la actividad física y el deporte entre los 13 y 15 años y sobretudo entre la población femenina es una fragilidad del sistema deportivo a mejorar. Las ventajas de la práctica deportiva en estas edades, sin obviar las mejoras en el desarrollo físico, recaen en la prevención de conductas de riesgo, en la facilitación del proceso de socialización y en la fuerza integradora y de cohesión de la actividad física y deportiva siempre que se desarrollen al amparo de un paraguas formativo.
- Se observa un aumento de la demanda social en materia de salud y bienestar. La consciencia de la población respecto a la necesidad de actividad física en todas las edades y en especial en la etapa educativa ha aumentado, a pesar de las nuevas orientaciones del sistema educativo. La disminución de los horarios mínimos respecto a la educación física obligatoria en los centros docentes requiere de una atención especial y del diseño de actuaciones correctivas. Así mismo, el escaso tiempo real de duración de cada una de las sesiones de clase y, en parte como consecuencia de lo anterior, el bajo nivel de intensidad de las clases de Educación Física resulta preocupante. De ahí remarcar de nuevo la importancia de que la clase de educación física se convierta en el primer motor de arranque de la actividad física semanal de niños y jóvenes.
- La falta de coordinación entre la estructura técnica y los proyectos deportivos que se desarrollan fuera de horario lectivo con los departamentos responsables de la educación física escolar, ponen de manifiesto una de las principales dificultades para dar coherencia

a los proyectos educativos de los Centros Docentes. En ese mismo sentido, se echa en falta la existencia de un Proyecto Deportivo íntimamente ligado al Proyecto Educativo y al Proyecto Curricular.

- Según el estudio de Latorre (2007) en la ciudad de Zaragoza, el 30% de los técnicos y monitores no tienen ninguna titulación deportiva.
- Las titulaciones expedidas por las distintas federaciones deportivas, necesitan de una mayor especialización o profundización en aspectos y contenidos esenciales en la formación integral de niños/ y jóvenes, no respondiendo de manera eficaz a las demandas propias del deporte en edad escolar, en algunos casos muy alejadas del deporte estrictamente competitivo, para que el que sí son formados estos técnicos.
- Se detecta un aumento creciente de la demanda del uso de los equipamientos deportivos escolares fuera de horario lectivo.
- Se constata, así mismo, una falta de coordinación y coherencia entre los objetivos y actuaciones de los diferentes agentes que intervienen en el ámbito del deporte en edad escolar.

Todos estos factores refuerzan consideraciones surgidas de diversos procesos participativos en las diferentes comunidades autónomas. Se confirma la necesidad de reconsiderar el planteamiento actual del deporte en edad escolar. Así mismo, muestran la conveniencia de generar mecanismos de recogida sistemática de información de la realidad y permitirnos evaluar rigurosa y periódicamente el estado y la evolución de la práctica deportiva de la población escolar.

## 2. DISTRIBUCIÓN COMPETENCIAL

La Ley 10/90, especifica las obligaciones de los organismos públicos respecto a la práctica deportiva.

El Consejo Superior de Deportes (en adelante CSD) es el organismo regulador del deporte a nivel estatal. Orgánicamente depende Presidencia de Gobierno. Como organismo autónomo tiene atribuidas las funciones de la Administración General del Estado en materia deportiva.

Con la configuración del Estado de las Autonomías, se ha ido perfilando, paulatinamente, el papel que corresponde al CSD en la organización de la actividad física y deportiva escolar.

Su función, una vez traspasadas todas las competencias, según las disposiciones correspondientes, se centra en la *“programación, dirección técnica y ejecución de los juegos y competiciones de carácter nacional o internacional correspondientes”*, mientras que es competencia de la Comunidades Autónomas el *“organizar las competiciones escolares de carácter territorial, comarcal o local; promover la creación de agrupaciones para el desarrollo del deporte escolar y gestionar la concesión de ayudas para crear y mantener equipos y para actividades deportivas en centros docentes”*.

Queda, pues, delimitado el papel del CSD a una función coordinadora, mientras que asumen la labor de fomentar el deporte en edad escolar los respectivos entes de las Comunidades Autónomas. Éstos, a su vez, tienen la misión de *“coordinar a las Administraciones locales en la promoción y difusión de la cultura física y el deporte”*, como se ve reflejado en los diferentes traspasos de competencias.

Las distintas Comunidades Autónomas, una vez el Estado ha realizado el traspaso de competencias en materia deportiva han ido estructurando su propia organización y cada uno cuenta con un órgano territorial para la ordenación y el fomento del deporte.

Desde estos organismos se ha potenciado el deporte escolar abordando aspectos básicos como la formación de técnicos, la promoción de deportes minoritarios, la creación de campañas de temporada y sobre todo las dotaciones de subvenciones para la organización de los Juegos Escolares en sus fases correspondientes.

A modo de resumen el siguiente cuadro puede ser esclarecedor:

TITULOS COMPETENCIALES NORMAS DE REFERENCIA	COMPETENCIAS Y POSIBILIDADES DE INTERVENCIÓN (a estudiar en cada propuesta)
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Constitución Española</li> <li>▪ Ley orgánica 2/2006 de Educación (LOE)</li> <li>▪ Estatutos de Autonomía</li> <li>▪ Leyes de transferencias o delegación de CCAA a Entes Locales</li> <li>▪ Ley 10/1990 del Deporte</li> </ul>	<p>COMPETENCIA EXCLUSIVA DE LAS CCAA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Promoción del Deporte y adecuada utilización del ocio</li> </ul> <p>COMPETENCIAS DEL CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conceder las subvenciones que procedan as diferentes agentes inspeccionando y comprobando su adecuación a los fines previstos en la Ley 10/1990</li> <li>- Actuar en coordinación con las CCAA y cooperar en el desarrollo de las competencias atribuidas en sus estatutos.</li> <li>- Coordinar con las CCAA la programación del deporte escolar y universitario, cuando tenga proyección nacional o internacional.</li> <li>- Elaborar propuestas para establecer las enseñanzas mínimas de las titulaciones de técnicos deportivos especializados.</li> <li>- Velar por la efectiva aplicación de la Ley 10/1990 y sus normas de desarrollo ejercitando acciones y otras facultades</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Real Decreto 1363/2007, por el que se establece la ordenación general de las enseñanzas deportivas de régimen local.</li> <li>▪ Ley 19/2007 contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte.</li> <li>▪ Ley 7/1985 Reguladora de las bases de Régimen Local.</li> </ul>	<p>OTRAS POSIBLES ACTUACIONES DEL CSD</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover convenios de colaboración con federaciones deportivas y CCAA para realizar ofertas específicas de enseñanza deportivas, y determinar los centros donde se impartirán . Posible utilización de instalaciones deportivas de titularidad pública.</li> <li>- Proponer al MEPSyD el establecimiento de objetivos, contenidos y criterios de evaluación de estas especialidades.</li> <li>- Aprobar Estatutos y reglamentos de las federaciones deportivas españolas (en relación con su deber de eliminar cualquier obstáculo a la participación de extranjeros en actividades deportivas no profesionales)</li> </ul> <p>COMPETENCIAS DE LOS ENTES LOCALES</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En función de la legislación del Estado y de las CCAA</li> <li>- Competencias en materia de actividades o instalaciones</li> </ul>

	culturales y deportivas; participar en la programación de la enseñanza y cooperar con la administración educativa en la creación, construcción y sostenimiento de los centros docentes públicos, intervenir en sus órganos de gestión y participar en la vigilancia del cumplimiento de la escolaridad obligatoria
--	--

Sintetizando, el Estado podrá realizar estudios, guías y protocolos de actuación en su función de coordinación y orientación de los diferentes organismos competentes de las diferentes Comunidades Autónomas. También podrá legislar a partir de Reales Decretos aquellos aspectos que se prioricen con el objetivo de enmarcar las líneas de actuación de las Comunidades del Estado.

A través de las subvenciones o los recursos económicos también podrá incidirse en la orientación que ha de tomar el deporte en edad escolar de los distintos territorios.

### **3. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES**

#### **3.1 POTENCIALIDADES**

Las potencialidades de la actividad física y el deporte en edad escolar quedan siempre condicionadas por la intencionalidad educativa de las mismas. Existe, actualmente, el pleno convencimiento, que el deporte en si mismo no encarna valores y beneficios, si no que dependerá de la orientación y la intencionalidad que se le atribuya para garantizar las potencialidades del mismo.

A partir de esta reflexión se han enumerado las potencialidades identificadas:

- ✓ El aumento de la práctica deportiva de los escolares de forma absoluta.
- ✓ El alto nivel motivacional de la práctica deportiva entre los niño/as y los y las jóvenes. Altos niveles de sensibilización para realizar práctica deportiva, sobretodo entre los colectivos que menos practica.
- ✓ El destacado valor del carácter lúdico de las actividades físico-deportivas para los y las jóvenes, hecho que conlleva una gran implicación de los y las participantes.
- ✓ La universalidad de la práctica deportiva que ofrece un papel integrador de primera línea a las prácticas deportivas.
- ✓ La actividad física y el deporte en edad escolar es una de las actividades que más favorece los procesos de socialización entre los escolares de nuestro entorno. También se destaca su potencial para la prevención de conductas de riesgo entre los adolescentes.
- ✓ El valor educativo de la actividad física y del deporte en edad escolar
- ✓ La actividad física y el deporte en edad escolar como instrumento para la transmisión de valores positivos
- ✓ Los hábitos para un estilo de vida activo y saludable que, desde la edad escolar, genera la práctica de actividad física y deportiva adecuada.

- ✓ La compensación de hábitos de ocio sedentarios vinculados al desarrollo tecnológico, mediante la práctica de actividad física y deportiva

### **3.2 LIMITACIONES**

- ✓ A pesar que la práctica aumenta, 1 de cada 3 escolares no realiza actividad física y deportiva fuera del horario lectivo. (si se toma la referencia de la fuente más alentadora, ya que existen otras ya citadas que aumentan este indicador en 1 de cada 2).
- ✓ Las diferencias de género se mantienen entre 15 y 20 puntos.
- ✓ El aumento de sobrepeso y obesidad infantil es alarmante.
- ✓ Los colectivos que más requieren de las potencialidades de la práctica de actividad física y deportiva en edad escolar son los que concentran los índices de práctica más bajos.
- ✓ Existe aun desconocimiento sobre aquellos factores que influyen en el abandono temprano de la práctica de actividad física y deporte en edad escolar.
- ✓ La Educación Física pierde horario en el sistema educativo a pesar de la sensibilización creciente sobre su necesidad. Y su práctica ofrece unos índices de intensidad muy bajos.
- ✓ El cambio de etapa educativa entre primaria y secundaria conlleva una disminución de los índices de práctica de actividad física y deportiva.
- ✓ Se detecta falta de coordinación y coherencia entre los diferentes agentes que intervienen en el deporte en edad escolar.
- ✓ No existe un uso sistemático de los espacios deportivos escolares.
- ✓ En general, no existe buena coordinación entre los centros escolares y los clubes y asociaciones deportivas de su entorno próximo para dar continuidad deportiva a los escolares. Asimismo, no existe una

adecuada programación de los programas deportivos escolares que les confiera una continuidad en las diferentes edades.

- ✓ No existe una formación consensuada y adecuada de los técnicos del deporte en edad escolar
- ✓ No toda la oferta de deporte en edad escolar cumple con los requisitos imprescindibles para asegurar los objetivos educativos y de educación en valores. Además, falta coordinación de objetivos en la competición en edad escolar y la identificación de un modelo propio no mimético de la competición federada.



## **4. VISIÓN PARA EL FUTURO**

En última instancia, es decir, la misión a plantear sería la de garantizar el acceso de los escolares a una práctica de actividad física y deportiva educativa, saludable, lúdica y de calidad, mediante el diálogo entre los agentes implicados

Para hacer posible dicha misión, un camino imprescindible ha de ser el de compartir con todo el sector y sus diversos agentes la finalidad del deporte y la actividad física en edad escolar. Ha de convencerse a todo el sector de la importancia que imprime, la actividad deportiva en la educación y formación de los escolares.

A partir de aquí, los esfuerzos deberán dirigirse a conseguir aumentar los índices de práctica en el marco de los parámetros de calidad, en cada uno de los colectivos con índices más bajos y de esta manera conseguir un aumento absoluto en los porcentajes de práctica de actividad física y deportiva fuera de horario lectivo de los escolares.

Para ello, hace falta estructurar, sistematizar y dar a conocer la oferta, asegurando itinerarios de actividad física y deportivos adaptados a las diferentes necesidades y creando los mapas de la actividad física y el deporte en edad escolar en cada territorio.

Con todo ello, el futuro se vislumbra como un escenario de corresponsabilidad entre todos los agentes actuantes, con una finalidad, por encima de todo educativa y con los contenidos y objetivos de cada etapa adaptados a las necesidades físicas, psicológicas e intelectuales de cada momento evolutivo. En ese sentido, los programas e itinerarios deportivos deberán responder de manera adecuada a todas las motivaciones y a las necesidades de los diferentes colectivos de escolares y contar con educadores y educadoras de la actividad física y del deporte en edad escolar adecuadamente formados y preparados para llevar a cabo la relevante tarea que se les encomienda.

## **5. OBJETIVOS GENERALES**

Como objetivos generales hemos identificado 10 grandes pretensiones. Cada una de ellas se encuentra vinculada con los diferentes ejes estratégicos identificados tal como se mostrará en el próximo apartado

1. Promover la concepción de la actividad física y el deporte como elemento fundamental de un estilo de vida saludable, revisando los modelos de actividad física y del deporte, y desarrollando sus valores positivos y minimizando los contra-valores de modelos de práctica poco coherentes con los principios educativos y cívicos.
2. Favorecer que los centros educativos se constituyan como agentes promotores de estilos de vida saludables, en los que la actividad física y el deporte tengan un lugar destacado, en colaboración y coordinación con las familias y los municipios o entes comarcales
3. Garantizar el papel imprescindible de la Educación Física y de sus docentes en la formación del alumnado en el marco del sistema educativo, así como la coordinación entre los proyectos educativo y curricular y las actividades físicas y deportivas fuera del horario lectivo a través de un proyecto deportivo de centro y del establecimiento de una red de centros y proyectos deportivos.
4. Adoptar las medidas y acuerdos de colaboración con instituciones públicas y privadas para garantizar la viabilidad económica del Plan de Promoción de la Actividad Física y del Deporte en Edad Escolar.
5. Crear estructuras organizativas e instrumentos que favorezcan la comunicación y la coordinación de los diferentes agentes que intervienen en la oferta de actividad física y deporte en edad escolar.
6. Favorecer la participación de grupos de población con especiales dificultades de acceso a la práctica de actividad física y deporte (grupos con bajos niveles de competencia motriz; grupos de población con discapacidad; grupos de población con riesgo de exclusión social;...).
7. Potenciar los programas y las acciones orientadas a incrementar la participación de la mujer en edad escolar, desarrollando estrategias específicas para combatir

las barreras culturales, el abandono de la práctica y cualquier dificultad en el acceso a la actividad física y el deporte de este colectivo.

8. Revisar y proponer medidas para asegurar una adecuada formación inicial y permanente de los profesionales implicados en el desarrollo de la actividad física y el deporte en edad escolar, así como llevar a cabo las acciones formativas necesarias para informar y formar a los adultos vinculados directa o indirectamente con la promoción de la actividad física y deportiva en estas edades (padres y madres, espectadores, directivos de Entidades y Asociaciones deportivas, Gerentes, Federaciones (directivos, árbitros, etc...), especialmente en el ámbito del deporte de competitivo.
9. Recabar de los medios de comunicación acciones y estrategias encaminadas, por un lado, a favorecer la visibilidad de la actividad física y el deporte en edad escolar sin discriminación por razón de género o de competencia y, por otro, a promover y destacar aquellos valores coherentes con el respeto, el diálogo, la tolerancia, la solidaridad y la resolución pacífica de los conflictos, tanto en el marco de la propia actividad física y deporte en edad escolar como en el marco del deporte adulto que constituye un espejo para los niños, niñas y adolescentes.
10. Facilitar y apoyar la realización de estudios relacionados con la actividad física y el deporte en edad escolar que, entre otras finalidades, den respuesta a las necesidades de conocimiento detectadas y asegurando la necesaria transferencia de los resultados de la investigación para la planificación de programas, acciones y estrategias.

## 6. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA

Los grandes ejes de actuación estratégica especificados han sido tres, alrededor de los cuales se definen una serie de objetivos estratégicos.

En la siguiente tabla puede observarse de forma esquemática la relación entre los objetivos generales y los ejes de actuación.

OBJETIVOS	EJES
1. Promover la concepción de la actividad física y el deporte como elemento fundamental de un estilo de vida saludable, revisando los modelos de actividad física y del deporte, y desarrollando sus valores positivos y minimizando los contra-valores de modelos de práctica poco coherentes con los principios educativos y cívicos.	ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y EDUCACIÓN DIÁLOGO Y PARTICIPACIÓN
2. Favorecer que los centros educativos se constituyan como agentes promotores de estilos de vida saludables, en los que la actividad física y el deporte tengan un lugar destacado, en colaboración y coordinación con las familias y los municipios o entes comarcales, garantizando el papel imprescindible de la Educación Física y de sus docentes en la formación del alumnado en el marco del sistema educativo, así como la coordinación entre los proyectos educativo y curricular y las actividades físicas y deportivas fuera del horario escolar a través de un proyecto deportivo de centro y del establecimiento de una red de centros y proyectos deportivos.	ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y EDUCACIÓN DIÁLOGO Y PARTICIPACIÓN
3. Garantizar el papel imprescindible de la Educación Física y de sus docentes en la formación del alumnado en el marco del sistema educativo, así como la coordinación entre los proyectos educativo y curricular y las actividades físicas y deportivas fuera del horario lectivo a través de un proyecto deportivo de centro y del establecimiento de una red de centros y proyectos deportivos.	ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y EDUCACIÓN DIÁLOGO Y PARTICIPACIÓN
4. Adoptar las medidas y acuerdos de colaboración con instituciones públicas y privadas para garantizar la viabilidad económica del Plan de Promoción de la Actividad Física y del Deporte en Edad Escolar.	OFERTA Y ACCESIBILIDAD DIÁLOGO Y PARTICIPACIÓN
5. Crear estructuras organizativas e instrumentos que favorezcan la comunicación y la coordinación de los diferentes agentes que intervienen en la oferta de actividad física y deporte en edad escolar.	DIÁLOGO Y PARTICIPACIÓN OFERTA Y ACCESIBILIDAD
6. Favorecer la participación de grupos de población con especiales dificultades de acceso a la práctica de actividad física y deporte (grupos con bajos niveles de competencia motriz; grupos de población con discapacidad; grupos de población con riesgo de exclusión social;...), en	ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y EDUCACIÓN

particular y prioritariamente de la mujer.	DIÁLOGO PARTICIPACIÓN	Y
	OFERTA ACCESIBILIDAD	Y
7. Potenciar los programas y las acciones orientadas a incrementar la participación de la mujer en edad escolar, desarrollando estrategias específicas para combatir las barreras culturales, el abandono de la práctica y cualquier dificultad en el acceso a la actividad física y el deporte de este colectivo.	ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE EDUCACIÓN	Y
	DIÁLOGO PARTICIPACIÓN	Y
	OFERTA ACCESIBILIDAD	Y
8. Revisar y proponer medidas para asegurar una adecuada formación inicial y permanente de los profesionales implicados en el desarrollo de la actividad física y el deporte en edad escolar, así como llevar a cabo las acciones formativas necesarias para informar y formar a los adultos vinculados directa o indirectamente con la promoción de la actividad física y deportiva en estas edades (padres y madres, espectadores, directivos de Entidades y Asociaciones deportivas, Gerentes, Federaciones (directivos, árbitros, etc...), especialmente en el ámbito del deporte de competitivo.	ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE EDUCACIÓN	Y
9. Recabar de los medios de comunicación acciones y estrategias encaminadas, por un lado, a favorecer la visibilidad de la actividad física y el deporte en edad escolar sin discriminación por razón de género o de competencia y, por otro, a promover y destacar aquellos valores coherentes con el respeto, el diálogo, la tolerancia, la solidaridad y la resolución pacífica de los conflictos, tanto en el marco de la propia actividad física y deporte en edad escolar como en el marco del deporte adulto que constituye un espejo para los niños, niñas y adolescentes.	ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE EDUCACIÓN	Y
	DIÁLOGO PARTICIPACIÓN	Y
10. Facilitar y apoyar la realización de estudios relacionados con la actividad física y el deporte en edad escolar que, entre otras finalidades, den respuesta a las necesidades de conocimiento detectadas y asegurando la necesaria transferencia de los resultados de la investigación para la planificación de programas, acciones y estrategias.	ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE EDUCACIÓN	Y
	DIÁLOGO PARTICIPACIÓN	Y
	OFERTA ACCESIBILIDAD	Y

## 6.1 ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y EDUCACIÓN

- ✓ Promover la definición de las etapas y programas de actividad física y deporte para las diferentes edades de la población escolar.

- ✓ Favorecer el desarrollo de los valores positivos implicados en la práctica deportiva.
- ✓ Aprovechar, desde una perspectiva reflexiva y crítica, el potencial integrador y de cohesión social del deporte en edad escolar
- ✓ Liderar la adaptación de la competición escolar a objetivos educativos.
- ✓ Establecer vínculos programáticos con departamentos de Educación y Deportes de las diferentes comunidades autónomas y dentro de la comunidad autónoma.
- ✓ Generar acciones comunes con los departamentos con competencias en materia de Educación, Deporte y Sanidad.
- ✓ Ampliar las horas de Educación Física escolar a 5 horas semanales, asegurando al menos a corto plazo las 3 horas semanales a las que se hace referencia en la proposición del Parlamento Europeo.
- ✓ Crear en todos los centros la figura del coordinador de centro de actividades físicas y deportivas extraescolares, encargado de canalizar intereses del alumnado, gestionar y dirigir un plan de actividades en las instalaciones del centro y fuera de él, organizar acciones de refuerzo y campañas de motivación del alumnado, coordinar todos los recursos humanos y materiales de la localidad y hacer un seguimiento de la situación del alumnado del centro.

## **6.2 DIÁLOGO Y PARTICIPACIÓN**

- ✓ Pautar los procesos participativos locales referidos a la actividad física y deporte escolar.
- ✓ Generar campañas estatales que den coherencia e importancia a todos los agentes implicados la actividad física y deporte escolar.

- ✓ Reconocer y valorar el papel de las entidades que impulsan la actividad física y deportiva en edad escolar.
- ✓ Promover el diálogo en los Centros Docentes impulsando el proyecto deportivo de cada Centro, así como los proyectos en red.
- ✓ Acreditar oficialmente a los Centros Docentes que promuevan Proyectos Deportivos de Centro de calidad educativa y formativa
- ✓ Generar los recursos necesarios para acompañar los procesos de integración en el proyecto de las diferentes comunidades y ciudades.
- ✓ Apoyar las estructuras necesarias para garantizar el diálogo constante entre los centros educativos, los municipios y los diferentes agentes que ofrecen actividad deportiva fuera de horario lectivo.
- ✓ Consensuar entre las diferentes administraciones estatal, autonómicas y locales el diagnóstico y las medidas, la financiación..., es decir ser capaz de ir todos en la misma dirección y al mismo ritmo

### **6.3 OFERTA Y ACCESIBILIDAD**

- ✓ Dar a conocer la oferta de actividades físicas y deportivas de calidad a las familias.
- ✓ Dar a conocer y difundir los criterios de calidad que debe contemplar la programación y desarrollo de un programa de actividad física y deportiva de forma que las familias y los adolescentes puedan elegir la oferta más adecuada.
- ✓ Conseguir una diversificación de la oferta de práctica deportiva potenciando deportes minoritarios y la incorporación de nuevas modalidades de actividad física.
- ✓ Favorecer la creación (de) y/o reforzar estructuras organizativas en los centros educativos que permitan generar ofertas de actividades deportivas próximas a los niños, niñas y adolescentes.

- ✓ Aumentar la práctica deportiva de las niñas y las adolescentes mejorando y adaptando la oferta a las necesidades e intereses del colectivo
- ✓ Generar acciones de promoción dirigidas a los colectivos más desfavorecidos, tanto por factores sociales y culturales, como por la presencia de diferentes tipos de discapacidad.
- ✓ Acompañar la creación y el acceso a las diferentes actividades del *Mapa del deporte en edad escolar* en los diferentes territorios.
- ✓ Crear un servicio de información y orientación desde la entidad institucional que oferte las distintas actividades físico-deportivas de este plan, con la finalidad de ayudar a los interesados e interesadas a encontrar la propuesta más acorde con sus posibilidades, limitaciones y preferencias.



## **7. AGENTES IMPLICADOS. POSIBLES ALIADOS INSTITUCIONALES**

Como se ha ido exponiendo a lo largo de todo el informe, se trata de un aspecto imprescindible para la implantación del Plan integral, la colaboración, complicidad y corresponsabilidad de todos los agentes implicados en el deporte en edad escolar.

Si intentamos recorrer de abajo a arriba, es decir desde la propia actividad a los altos responsables políticos la implicación obtendríamos el siguiente listado:

- Los propios escolares, tomando en consideración su opinión, sus motivaciones e intereses y su implicación, especialmente en aquellos grupos que por sus específicas características (edad; género; riesgo social;...) son proclives a un abandono temprano de la práctica de actividad física y deportiva.
- Los educadores y educadoras en la actividad física y el deporte, como los aliados de primera línea, los más implicados y de los que depende, en última instancia, la calidad del deporte en edad escolar.
- Los coordinadores y coordinadoras de Clubs y entidades deportivas.
- Los equipos directivos de clubs, entidades y asociaciones deportiva y asociaciones sociales.
- Las AMPAS de los Centros Docentes
- Los claustros y el profesorado de educación física.
- Los órganos encargados de la gestión deportiva municipal.
- Las entidades locales y mancomunidades de municipios.
- Las Diputaciones provinciales.
- Las Consejerías de Educación de las Comunidades Autónomas.
- Las Consejerías de Educación de las Comunidades Autónomas.
- Las Consejerías de Salud de las Comunidades Autónomas.
- Las diferentes Federaciones Deportivas autonómicas y Estatales.
- Las plataformas municipales y comarcales responsables de la organización de las competiciones de Deporte Escolar.
- Los INEFs y Facultades que desarrollan enseñanzas conducentes al Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de toda España.
- Las Facultades de Formación de Profesorado de las diferentes Universidades Españolas.
- Los colegios profesionales de licenciados en Educación Física.
- Asociaciones de profesionales que tengan como objetivo la investigación en diferentes ámbitos de la Educación Deportiva.

- Revistas especializadas en la educación físico deportiva.
- Plataformas de renovación pedagógica relevantes en los territorios.
- El Ministerio de Educación
- El Ministerio de Sanidad.

## **8. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A DESARROLLAR**

A continuación, se exponen las principales medidas y acciones que se deberían poner en marcha para lograr el éxito del Plan de Promoción. Estas medidas y acciones surgen como resultado de la reflexión sobre los diferentes puntos del presente documento, de la experiencia de personas e instituciones que trabajan en el ámbito de la actividad física y el deporte en edad escolar y, especialmente, de un cuidadoso análisis de los objetivos a alcanzar.

En este apartado, se expone la denominación de cada una de las medidas y acciones. Se presentan en bloques de acuerdo con su naturaleza y finalidad y con un cierto orden de prioridad, aunque éste no debe entenderse como exclusivo debido, precisamente a la diversa naturaleza de las medidas. La concreción y mayor elaboración de diferentes aspectos de la medida o acción pueden ser consultados en las fichas que se presentan en el Anexo I de este mismo documento.

### **Medidas encaminadas a un mejor conocimiento y seguimiento permanente de la actividad física y el deporte en edad escolar:**

1. Crear el observatorio estatal de la actividad física y el deporte en edad escolar.
2. Crear un catálogo del sistema de ayudas a la investigación en educación física escolar.

### **Medidas que afectan al centro educativo como “piedra angular” del Plan de Promoción:**

3. Aumentar de manera progresiva el número de horas de Educación Física en todas las etapas del sistema educativo hasta la consecución de una Educación Física diaria, asegurando en todo caso de manera inmediata el mínimo de las tres horas semanales.
4. Crear proyectos de actividad física y deportiva en los centros educativos que participen en el deporte escolar.
5. Crear en los centros educativos la figura del coordinador del plan de centro de actividad física y deporte para todos.
6. Crear el primer nivel del currículum de la actividad física y deporte en edad escolar, especificando etapas, objetivos, contenidos y programas a desarrollar.

7. Generar las pautas necesarias para crear normativas mínimas respecto a los espacios deportivos de los centros educativos.

**Medidas orientadas a crear y mejorar los cauces y órganos para asegurar la coordinación entre instituciones:**

8. Crear, o adaptar estructuras ya existentes, órganos de coordinación entre el Consejo Superior de Deporte y las Comunidades Autónomas con el objeto de colaborar en el desarrollo de la actividad física y el deporte en edad escolar coherente con los principios de este Plan de Promoción.
9. Generar un intercambio de experiencias y un proceso participativo para establecer los requisitos mínimos para formar parte del plan integral del deporte en edad escolar (estándares de calidad; indicadores; modelo EFQM, etc.).
10. Poner en marcha la red estatal de ciudades y centros educativos que desarrolla proyectos para el fomento de la actividad física y el deporte en edad escolar.

**Medidas encaminadas a una mejor y mayor atención a los colectivos con especiales dificultades de acceso a la actividad física y el deporte:**

11. Favorecer programas específicos de apoyo a grupos de población con especiales dificultades de acceso a la práctica de actividad física y deporte, arbitrando las medidas económicas necesarias para su desarrollo.
12. Generar un catálogo con todas las iniciativas respecto a la temática del género y diseñar, con los agentes más relevantes, actuaciones específicas al respecto.
13. Fomentar la práctica de actividades físico-deportivas mixtas que den respuesta a intereses comunes de los jóvenes de ambos sexos en la ocupación de sus tiempos libres, de ocio y recreación.

**Medidas orientadas a la formación e información sobre los valores y beneficios de la práctica de la actividad física y el deporte:**

14. Generar un catálogo que recoja los valores y beneficios derivados de la práctica de la actividad físico-deportiva con criterios y consejos básicos dirigidos a informar al entorno del escolar, profesorado y familia.
15. Crear recursos para reforzar la educación en valores a través de proyectos de actividad física y el deporte y la formación de las personas que contribuyen a su desarrollo.

16. Crear un catálogo de sugerencias dirigidas a los medios de comunicación y orientadas a difundir la imagen de la actividad física y el deporte saludable, no discriminatoria y favorecedora de la cohesión social.
17. Diseñar y evaluar un modelo del perfil del educador o educadora de la actividad física y el deporte en edad escolar.
18. Garantizar el carácter educativo en las competiciones deportivas en edad escolar convocadas por las instituciones o entidades competentes.

**Medidas encaminadas a la mayor viabilidad del desarrollo de programas de actividad física y deporte en edad escolar:**

19. Garantizar la viabilidad económica en la promoción de la actividad física y el deporte en edad escolar.
20. Ofrecer incentivos al profesorado de educación física que coordine las actividades físicas y deportivas que se realizan en su centro fuera del horario lectivo, asegurando de esta manera la coherencia entre el proyecto educativo y el proyecto de actividad física y deportiva.

**Medidas orientadas a la certificación de la calidad y adecuación al Plan de Promoción:**

21. Crear una certificación oficial (modelo EFQM o similar pero propio) que acredite la calidad de los servicios deportivos ofrecidos por centros educativos, ayuntamientos, clubes, instituciones ...
22. Crear el protocolo para un programa dirigido a las ciudades y centros educativos que promuevan “un estilo de vida saludable de los escolares”.

**Medidas encaminadas al fomento y publicidad de la práctica de la actividad física y el deporte en edad escolar:**

23. Crear una gran campaña institucional de promoción de la práctica de actividad física y deporte.
24. Crear el portal para la publicidad y comunicación sobre la actividad física y el deporte en edad escolar.

## 9. SELECCIÓN/DESCRIPCIÓN DE INDICADORES A ALCANZAR PARA EL SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Todo proyecto precisa de una serie de referentes que permitan un adecuado seguimiento y evaluación de su desarrollo. A este respecto, cabe recordar que, como ya se ha señalado en el apartado 1, es necesario desarrollar estudios que permitan una mejor descripción de la situación inicial o punto de partida. Como ya se ha comentado, la falta de una cierta homogeneidad en el método de diferentes trabajos de investigación, tanto en el ámbito nacional como internacional, no facilitan la descripción precisa de la situación de la actividad física y el deporte en edad escolar en el grado que sería deseable. No obstante, en la actualidad se cuenta con la suficiente información para afirmar que el desarrollo de un Plan de Promoción de estas características es de acuciante urgencia en el ámbito de la salud pública.

En consecuencia, en virtud de la apremiante necesidad de lograr la adopción de estilos de vida saludables por parte de la población escolar, **para el año 2016 se establece un indicador general** que debe constituir un referente finalista, aunque dinámico, de todo el Plan de Promoción de la Actividad Física y el Deporte en Edad Escolar. Dicho indicador se expresa de la siguiente manera:

- El 50% de la población en edad escolar debe realizar actividad física y deporte fuera del horario lectivo con una frecuencia de, al menos, cinco días a la semana y con una duración mínima de sesenta minutos en cada una de las veces que practica.
- El otro 50% de la población en edad escolar debe realizar actividad física y deporte fuera del horario lectivo con una frecuencia de, al menos, tres días a la semana y con una duración mínima de sesenta minutos en cada una de las veces que practica.

En cuanto a las medidas y acciones expuestas en el apartado 8, los referentes que se exponen en este apartado no constituyen indicadores de máximos. De acuerdo

con el conocimiento existente y con el análisis de viabilidad real, se señalan **indicadores de dos tipos: A) los cuantificados en porcentajes y B) aquellos que aun considerándose como relevantes, su cuantificación constituye en este momento una tarea muy compleja.**

En cuanto a los **indicadores del grupo A**, se considera que **su logro constituye no sólo un referente del adecuado desarrollo del Plan, sino que, además, se tiene la certeza de que de no ser alcanzados será muy difícil, por no decir imposible, que el Plan de Promoción tenga realmente éxito** y que dicho éxito pueda mantenerse durante un largo período de tiempo. Todos estos indicadores se sitúan en torno a medidas y acciones que afectan directamente a los centros educativos, que, en opinión de los expertos y expertas del grupo de trabajo, constituyen la clave y piedra angular sobre las que sustentar el necesario éxito del Plan.

Son indicadores de este grupo A (siempre referidos al año 2016):

- Que el **100% de la población escolar** de entre 3 y 18 años de edad disfrute de, al menos, **tres horas semanales de Educación Física curricular**. Además, un porcentaje de esta población deberá disfrutar de 4 ó 5 horas semanales de Educación Física.
- Que el **60% de los centros educativos** cuenten con un **Proyecto de Actividad Física y Deporte** fuera del horario lectivo, pero integrado en el Proyecto Educativo y coherente con el Proyecto Curricular de Educación Física.
- Que en el 60% de los centros educativos exista la figura de coordinador del Proyecto de Actividad Física y Deporte de centro.
- Que el **60% de los centros educativos** tengan firmada la adhesión al protocolo de **“agente promotor de un estilo de vida saludable”**.
- Que un **70% de la población general conozca los beneficios que se derivan de la práctica habitual de actividad física y deporte**, tanto para sí mismos, como especialmente para los niños, niñas y adolescentes.

- Que el **100% de los centros educativos cuenten con las instalaciones y recursos (propios o compartidos, pero próximos)** necesarios y adecuados para desarrollar con calidad la Educación Física y el Proyecto de Actividad Física y Deporte fuera del horario lectivo.

En coherencia con las necesidades de seguimiento de las diversas decisiones y medidas que deben conducir al logro de los indicadores señalados, se hace necesario aludir, **con carácter de prioridad y urgencia, a la creación del Observatorio Estatal de la Actividad Física y el Deporte en Edad Escolar.** Dicha medida deberá ir acompañada de la formulación de unos indicadores mínimos relacionados con dicho Observatorio. En este sentido, son indicadores de su adecuado funcionamiento y servicio a los objetivos del Plan de Promoción, entre otros, los siguientes:

- Adecuación y calidad de los estudios a los principios y objetivos del Plan de Promoción.
- Impacto social y científico de los estudios y acciones realizadas para la consecución de los objetivos del Plan de Promoción.
- Grado y adecuación de las respuestas que ofrecen los estudios realizados a los interrogantes y necesidades de los agentes que deben actuar en la promoción de la actividad física y el deporte.

Además, en virtud de las diferentes medidas y acciones propuestas en el apartado 8 y desarrolladas en el Anexo I, se exponen a continuación los demás indicadores de referencia.

- Evolución del número de proyectos presentados de Educación Física escolar en convocatorias de investigación y de proyectos concedidos de Educación Física escolar en convocatorias de investigación.
- Grado de coordinación de la aplicación de las medidas del Plan en las diferentes Comunidades Autónomas.



- Número de instituciones que se adhieren al Plan obteniendo el certificado que acredita su coherencia con los valores y principios educativos que inspiran el Plan de Promoción.
- Número de ciudades y Centros educativos que formen parte de la red con proyectos para el fomento de la actividad física y el deporte en edad escolar.
- Numero de programas e índice de participación de los diferentes grupos con dificultades de acceso a la actividad física y el deporte.
- Numero de programas y experiencias sobre mujer recogidas en el catálogo.
- Índice de participación en la actividad física y deporte de la mujer en edad escolar.
- Número de proyectos y participantes acogidos a los principios y criterios establecidos para el cumplimiento de la medida referida a una actividad física y deporte mixtos.
- Grado de conocimiento de la población (familiar y entorno escolar) sobre los beneficios y las formas adecuadas de práctica de la actividad física y el deporte.
- Número de materiales aparecidos sobre educación en valores a través de la actividad física y el deporte y nivel de utilización de los materiales.
- Número de Medios de Comunicación que colaboran con el desarrollo de una imagen educativa de la actividad física y el deporte
- Número de educadores y educadoras adecuadamente formados (o técnicos adaptados) que se incorporan a los proyectos de actividad física y deporte en edad escolar.
- Número de competiciones en las que se han desarrollado actuaciones que incidan en la difusión de los valores educativos del deporte.
- Partidas presupuestarias y aumento de la participación (nuevos proyectos, número de centros y espacios de práctica, y número de participantes).
- Aumento del número de técnicos en situación regularizada.
- Número de Comunidades y de centros educativos con reconocimiento (administrativo y remunerado) de la Figura de Coordinador Deportivo de Centro.
- Número de.... (ciudades; centros; clubes;....) que cumplen con los estándares de calidad de los servicios deportivos (absoluto y porcentaje).

- Porcentaje de sobrepeso y obesidad de la población en edad escolar.
- Número de ciudades adheridas al protocolo de agente promotor de un estilo de vida saludable.
- Número de visitas que recibe el portal de publicidad y comunicación de la actividad física y el deporte en edad escolar e impacto del mismo sobre el conocimiento y práctica de la actividad física y el deporte.

## 10. DESCRIPCIÓN DE LAS MEDIDAS Y ACCIONES

<b>Nº 1</b>	<b>Crear el Observatorio Estatal de la Actividad Física y el Deporte en Edad Escolar.</b>
<b>Descripción:</b> <p>Crear un órgano que analice la situación de la actividad física y el deporte en edad escolar, y establezca unos indicadores generales del estado de la cuestión, revisables y actualizables cada 5 años. Además, el Observatorio actuará de termómetro, detectando las tendencias y resultados de las medidas del Plan de Promoción que se vayan implementando.</p>	
<b>Responsable:</b> Consejo Superior de Deportes	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Comunidades Autónomas</li><li>- Comité de expertos</li><li>- Universidades</li><li>- Empresas de servicios.</li><li>- Empresas y Fundaciones relacionadas con la salud y la educación.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Crear el Observatorio.</li><li>- Elaborar las líneas y programas estratégicos del funcionamiento del Observatorio.</li><li>- Diseñar un protocolo para el seguimiento y evaluación de la calidad de funcionamiento del Observatorio.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Conocer de forma permanente la situación de la actividad física y el deporte en edad escolar.</li><li>- Realizar el seguimiento del Plan de promoción, analizando la consecución de los objetivos generales así como aportando una visión clara y fidedigna de la situación del momento y de la tendencia de los datos.</li><li>- Proponer nuevas medidas, o modificaciones de la ya existentes, que contribuyan al logro de los objetivos del Plan de Promoción.</li></ul>	

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

- Coste: El coste depende del alcance de los estudios a realizar, así como de su periodización.
- Posibles vías de financiación: instituciones, empresas y fundaciones con intereses en el ámbito de la educación y la salud y que puedan explotar los resultados de los estudios en coordinación con el CSD.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Informe anual del funcionamiento y tareas realizadas.

##### **Indicadores:**

- Adecuación y calidad de los estudios a los principios y objetivos del Plan de Promoción.
- Impacto social y científico de los estudios y acciones realizadas para la consecución de los objetivos del Plan de Promoción.
- Grado y adecuación de las respuestas que ofrecen los estudios realizados a los interrogantes de los agentes que deben actuar en la promoción de la actividad física y el deporte.

#### **Temporalización**

2009. Creación del Observatorio.

2010-2011: Realización de los primeros estudios planificados desde el observatorio y orientados a un mejor conocimiento de la actividad física y deporte en edad escolar, así como al seguimiento de otras medidas del Plan de Promoción.

2012-2013: Análisis, discusión y explotación de los resultados de los estudios realizados y análisis de su impacto social.

2014: Revisión de las líneas y programas estratégicos del Observatorio y planificación de los siguientes estudios y acciones de seguimiento del Plan de Promoción.

2015-2016: Realización de los segundos estudios planificados desde el observatorio y orientados a un mejor conocimiento de la actividad física y deporte en edad escolar, así como al seguimiento de otras medidas del Plan de Promoción.

#### **Observaciones**

<b>Nº 2</b>	<b>Crear un catálogo del sistema de ayudas a la investigación en educación física escolar.</b>
<b>Descripción:</b> <p>Crear un catálogo de las posibles vías de financiación para la investigación en Educación Física Escolar que recojan entre otras las ofrecidas por el Programa Marco de la UE, el Plan Nacional I+D+I, las CC. AA., Programas de las Universidades (Planes propios)... e incluso contratos 68/83 con empresas, federaciones y diputaciones. Así como la promoción de líneas prioritarias de investigación .</p> <p>De la misma manera se creará una base de datos con los grupos que investigan esta temática.</p>	
<b>Responsable:</b> Consejo Superior de Deportes	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Comunidades Autónomas</li><li>- Ministerio de Educación</li><li>- Universidades</li><li>- Empresas de privadas...</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Estudiar a nivel nacional el sistema de ayudas a la investigación.</li><li>- Publicación de dípticos con información referida al sistema de ayudas.</li><li>- Crear una plataforma con los trabajos publicados sobre educación física, actividad física y deporte en edad escolar</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Incrementar el número de las investigaciones relacionadas con la Educación Física Escolar.</li></ul>	

**Coste / Posibles vías de financiación**

- Coste:
- Posibles vías de financiación: instituciones, empresas y fundaciones con intereses en el ámbito de la educación y la salud y que puedan explotar los resultados de los estudios en coordinación con el CSD.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

**Indicadores:**

- Evolución del número de proyectos presentados de Educación Física escolar en convocatorias de investigación.
- Evolución del número de proyectos concedidos de Educación Física escolar en convocatorias de investigación.

**Temporalización**

2010.

- Creación del catálogo de ayudas.

2012 y siguientes.

- Divulgación de los estudios que se realizan en este ámbito.
- Actualización del catálogo.

**Observaciones**

<b>Nº 3</b>	<b>Aumentar de manera progresiva el número de horas de Educación Física en todas las etapas del sistema educativo hasta la consecución de una Educación Física diaria, asegurando en todo caso de manera inmediata el mínimo de las tres horas semanales.</b>
<b>Descripción:</b>  <p>Solicitar a las administraciones competentes la necesidad de aumentar los mínimos horarios relacionados con el Área de Educación Física, atendiendo como mínimo a las recomendaciones del Parlamento Europeo (2007) que aconsejan, al menos, tres horas a la semana.</p> <p>Concienciar a dichas administraciones que los hábitos relacionados con la práctica de actividad física y deportiva entre la población en edad escolar han cambiado, evolucionando hacia un aumento del sedentarismo. Dicha realidad requiere asegurarse a través de las sesiones de Educación Física de una práctica de actividad física y deportiva mínima y recomendada de una hora al día.</p> <p>La clase de Educación Física contribuye al desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes que precisan los niños, niñas y adolescentes para integrarse en proyectos de actividad física y deporte y, al mismo tiempo, asegura con carácter universal que, al menos, todos y todas realicen actividad física en el ámbito escolar. Tanto respecto de una finalidad como de la otra, en la actualidad las posibilidades se encuentran muy mermadas por la reducción de los períodos asignados a la Educación Física y la duración de dichos períodos.</p>	
<b>Responsable:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ministerio de Educación.</li><li>- Comunidades Autónomas. Consejerías responsables de la elaboración de los currículos.</li></ul>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Consejo Superior de Deportes.</li><li>- Asesores relacionados con grupos de trabajo o investigación.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Apoyar el aumento de los mínimos horarios relacionados con el Área de Educación Física atendiendo a las recomendaciones del Parlamento Europeo y a los propios niveles de práctica que se intentan conseguir con el Plan Integral.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Alcanzar y consolidar unos mínimos horarios (3 horas/semana en el 2012 y 4 ó 5 en el año 2016) que aseguren una práctica de actividad física y deportiva</li></ul>	

recomendable entre la población en edad escolar.

- Potenciar la Educación Física como el pilar esencial para conseguir la creación de hábitos saludables de práctica de actividad física y deportiva entre la población en edad escolar, que posibiliten una adherencia a dicha práctica en la vida adulta.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Seguimiento de los mínimos horarios aparecidos en los currículos de Educación Primaria y Educación Secundaria.

##### **Indicadores:**

- Porcentaje de población escolar que disfruta en el año 2012 de tres horas a la semana de Educación Física (80%) y en el 2016 (100%).
- Porcentaje de población escolar que disfruta de cuatro o cinco horas en el 2016.

#### **Temporalización**

##### **2010/2011:**

- Modificación marco legislativo para permitir la inclusión de un mayor número de horas de Educación Física a la semana.

##### **2012:**

- Seguimiento de la implantación y desarrollo de esta medida. Al menos, un 80% de la población escolar deberá disfrutar ya de 3 horas semanales de Educación Física.

##### **2016:**

- Extensión a toda la población escolar de las 3 horas semanales de Educación Física.
- Un porcentaje de la población escolar debería disfrutar de 4 o más horas a la semana de Educación Física.

#### **Observaciones**



<b>Nº 4</b>	<b>Crear proyectos de actividad física y deportiva en los centros educativos que participen en el deporte escolar</b>
<b>Descripción:</b>  Los centros educativos que participen en el deporte escolar, deberán hacerlo en base a un proyecto de actividad física y deportiva íntimamente ligado al proyecto educativo del centro escolar. El proyecto recogerá en un documento la filosofía, planes, objetivos y actuaciones de ese centro con respecto a la actividad física y deportiva que se desarrolle en horario no lectivo.	
<b>Responsable:</b>  Cada uno de los centros educativos participantes en actividad física y deporte en edad escolar.	
<b>Colaboraciones:</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Es necesaria la colaboración de las Consejerías de las Comunidades Autónomas con competencias en materia de educación, para solicitar a los centros el desarrollo e implantación de los citados proyectos, en base a unos criterios comunes de la actividad física y el deporte en edad escolar, tanto de su Comunidad como a nivel estatal.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Apoyar y promover la elaboración de Proyectos de actividad física y deportiva de centro mediante la organización de encuentros entre los responsables de cada Comunidad Autónoma que deberán consensuar y elaborar un modelo guía de referencia.</li><li>- Difundir el modelo guía elaborado.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Concienciar a las Comunidades de la necesidad de la creación de estos proyectos de actividad física y deportiva en los centros educativos para un mejor desarrollo y coordinación del deporte en edad escolar.</li><li>- Conseguir que todos los centros educativos que participan en el deporte en edad escolar tengan un proyecto de actividad física y deportiva.</li></ul>	

**Coste / Posibles vías de financiación**

-

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

**Evaluación:**

- Informe anual del nivel de cumplimiento de los objetivos propuestos.

**Indicadores:**

- Número de Comunidades con reconocimiento del Proyecto de Actividad Física y deportiva: 100 % en 2016
- Número de Centros Docentes con Proyecto de Actividad Física y deportiva a nivel Comunidad y Nacional: 60 % en 2016.

**Temporalización**

**Curso 2009/10:**

- Reunión de responsables de Comunidades convocados por el Consejo.
- Reunión de expertos. Desarrollo del modelo guía de proyecto deportivo.
- Difusión del modelo guía del proyecto deportivo.

**Curso 2010/11:**

- Seguimiento de la implantación y desarrollo en cada Comunidad Autónoma.

**Curso 2011/12:**

- Seguimiento de la implantación y desarrollo en cada Comunidad Autónoma.

**Observaciones**

- El desarrollo de los Proyectos de Actividad Física y Deportiva debe ir en perfecta concordancia con el reconocimiento de la figura del Coordinador de Centro Educativo.

<b>Nº 5</b>	<b>Crear en los centros educativos la figura del coordinador del plan de centro de actividad física y deporte para todos.</b>
<b>Descripción:</b>  Crear desde los centros educativos el coordinador del “Plan de Centro de Actividad Física y Deporte para todos”, con la finalidad de orientar, planificar y ejecutar el proyecto deportivo del centro.	
<b>Responsable:</b>  Ministerio de Educación; Consejo Superior de Deportes; Comunidades Autónomas; Centros Educativos.	
<b>Colaboraciones:</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Ayuntamientos</li><li>- Federaciones</li><li>- Asociaciones o empresas deportivas</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Elaborar un borrador de proyecto para el Ministerio de Educación que incluyan estas medidas en las futuras ordenanzas de educación.</li><li>- Proponer posibles incentivos académicos/económicos para el coordinador del “Plan de Centro de Actividad Física y Deporte para todos”.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Concienciar al Ministerio de Educación y a las Comunidades de la necesidad de la creación de la figura del coordinador del proyecto de actividad física y deportiva en los centros educativos para un mejor desarrollo y coordinación del deporte en edad escolar.</li><li>- Crear la figura del coordinador del proyecto de actividad física y deportiva en todos los centros educativos.</li></ul>	

**Coste / Posibles vías de financiación**

-

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

**Evaluación:**

- Informe anual del nivel de cumplimiento de los objetivos propuestos.

**Indicadores:**

- Número de Centros Educativos con la figura de Coordinador del Proyecto de Actividad Física y deportiva a nivel Comunidad y Estatal: 60 % en 2016.
- Número de actividades en las que participan.
- Número de alumnos y alumnas que se involucran en el Proyecto de Actividad Física y deportiva cada curso escolar.

**Temporalización**

**Curso 2009/10:**

- Elaboración del borrador de proyecto para el Ministerio de Educación y las Comunidades Autónomas
- Reunión de responsables de Comunidades Autónomas (Consejerías de Educación) convocados por el Ministerio de Educación y el Consejo Superior de Deportes.

**Curso 2010/11:**

- Creación y seguimiento de la implantación y desarrollo de la figura del Coordinador del Proyecto de Actividad Física y Deporte en Edad Escolar en cada Comunidad Autónoma.

**Curso 2011/12:**

- Seguimiento de la implantación y desarrollo de esta medida en cada Comunidad Autónoma.

**2016:** Evaluación del indicador (60% de los centros educativos con la figura de coordinador).

**Observaciones**

- El reconocimiento de la figura del Coordinador de Centro Educativo es imprescindible para la adecuada puesta en marcha de los Proyectos de Actividad Física y Deporte en Edad Escolar.

<b>Nº 6</b>	<b>Crear el primer nivel del currículum de la actividad física y deporte en edad escolar, especificando etapas, objetivos, contenidos y programas a desarrollar.</b>
<b>Descripción:</b>  Establecer un primer nivel de concreción de la actividad física y el deporte en edad escolar en horario no lectivo donde queden recogidas: <ul style="list-style-type: none"><li>- las etapas y itinerarios (contemple las edades, iniciación-competición)</li><li>- objetivos y contenidos (relacionados con las etapas)</li><li>- programas a desarrollar y orientaciones didácticas y de evaluación.</li></ul>	
<b>Responsable:</b>  Consejo Superior de Deportes .	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Universidades</li><li>- Entidades</li><li>- Expertos/as</li><li>- Conserjerías de deportes de las CCAA</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Establecer el diseño del documento, así como el grupo de trabajo a desarrollarlo. Marcar el calendario y asumir la publicación y distribución.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Establecer un mínimo denominador común con un fundamento educativo y formativo.</li><li>- Facilitar la labor programática (siguientes niveles de concreción) de las entidades que intervienen en el deporte en edad escolar.</li></ul>	

**Coste / Posibles vías de financiación**

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Seguimiento del calendario establecido.
- Aparición del documento.
- Seguimiento de la distribución del documento.

**Indicadores:**

- Porcentaje de los centros educativos que se han incorporado al objetivo de esta medida: 60% para el 2016.

**Temporalización**

**2010/2011:**

- Aprobación del diseño del primer nivel de currículum de la actividad física y el deporte en edad escolar.

**2012:**

- Seguimiento de la implantación y desarrollo de esta medida.

**2016:**

- Alcanzar el indicador expresado (60% de los centros educativos se han incorporado al objetivo de esta medida).
- Revisión del diseño del primer nivel.

**Observaciones**

<b>Nº 7</b>	<b>Generar las pautas necesarias para crear normativas mínimas respecto a los espacios deportivos de los centros docentes</b>
<b>Descripción:</b>  Crear un documento donde se recojan las mínimas condiciones que han de tener los espacios deportivos de los Centros Educativos, con el objetivo del uso propio y del uso del entorno después del horario lectivo.	
<b>Responsable:</b>  Consejo Superior de Deportes	
<b>Colaboraciones:</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Consejerías de Educación de las Comunidades Autónomas.</li><li>- Equipos técnicos (construcciones / servicios jurídicos).</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Impulsar la creación del documento base.</li><li>- Impulsar la aplicación específica en cada Comunidad Autónoma.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Mejorar las condiciones de impartición de la Educación Física escolar.</li><li>- Asegurar el uso de los espacios deportivos de los centros docentes para las actividades deportivas fuera del horario lectivo, siempre abiertas al entorno.</li></ul>	
<b>Coste / Posibles vías de financiación</b>  -	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> <b>Evaluación:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Informe anual del nivel de cumplimiento de los objetivos del documento marco.</li></ul> <b>Indicadores:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Número de Comunidades Autónomas que desarrollen y apliquen la normativa.</li></ul>	

- Número de Centros Educativos con las instalaciones adecuadas (propias o entorno muy próximo): 100% para el 2016.

#### **Temporalización**

##### **Curso 2009/10:**

- Elaboración del documento marco.
- Reunión de responsables de Comunidades Autónomas convocados por el Ministerio de Educación y el Consejo Superior de Deportes.

##### **Curso 2010/2015:**

- Seguimiento de la implantación y desarrollo de esta medida en cada Comunidad Autónoma.

**2016:** Evaluación del indicador (100% de los centros educativos con con las instalaciones adecuadas (propias o entorno muy próximo).

#### **Observaciones**

-



<b>Nº 8</b>	<b>Crear, o adaptar estructuras ya existentes, órganos de coordinación entre el Consejo Superior de Deporte y las Comunidades Autónomas con el objeto de colaborar en el desarrollo de la actividad física y el deporte en edad escolar coherente con los principios de este Plan de Promoción.</b>
<b>Descripción:</b>  Crear un grupo de trabajo específico para la coordinación de la actividad física y el deporte en edad escolar en el se encuentren representadas todas las Comunidades Autónomas mediante los respectivos organismos que gestionen el deporte en edad escolar.	
<b>Responsable:</b>  Consejo Superior de Deportes.	
<b>Colaboraciones:</b>  - Comunidades Autónomas.	
<b>Actuación del CSD:</b>  - Planificar los encuentros. - Elaborar los planes de trabajo.	
<b>Objetivos a alcanzar:</b>  - Conocer la situación y los proyectos que se llevan a cabo en cada Comunidad Autónoma. - Elaborar planes de evaluación y analizar el grado de penetración del Plan de Promoción de la Actividad Física y el Deporte en Edad Escolar en cada Comunidad. - Contribuir a la elaboración de aquellas medidas en la que están implicados el Consejo Superior de Deporte y las Comunidades Autónomas. - Elaborar un informe anual de la situación global.	
<b>Coste / Posibles vías de financiación</b>	

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Realizar un seguimiento e informe anual con los resultados.

**Indicadores:**

- Grado de coordinación de la aplicación de las medidas del Plan en las diferentes Comunidades Autónomas.

**Temporalización**

- Medida de carácter permanente y que debe comenzar a funcionar desde el mismo momento de la puesta en práctica del Plan de Promoción.

**Observaciones**

<b>Nº 9</b>	<b>Generar un intercambio de experiencias y un proceso participativo para establecer los requisitos mínimos para formar parte del plan integral del deporte en edad escolar (estándares de calidad; indicadores; modelo EFQM, etc.).</b>
<b>Descripción:</b>  Se trata de elaborar unos criterios que permitan analizar la adecuación de los diferentes proyectos de actividad física y deporte a los principios del Plan de Promoción de la actividad Física y el Deporte en Edad Escolar.  Para ello es necesario articular acciones orientadas a canalizar las experiencias de las diferentes Comunidades Autónomas y establecer un consenso en torno a aquellos requisitos que se consideran indispensables para certificar que un centro educativo, club, institución, etc... es considerado como agente colaborador del Plan de Promoción.  A estos efectos, en relación con los centros educativos se deberá tener presente las condiciones y recursos con los que cuenta. Este tipo de medidas debe articularse con un sentido de equidad y, en consecuencia, debe contribuir a mejorar las condiciones de aquellos que, precisamente, las tienen más desfavorables.	
<b>Responsable:</b>  Consejo Superior de Deportes.	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Comunidades Autónomas.</li><li>- Grupos de expertos.</li><li>- Entidades públicas y privadas con relación en el ámbito de la actividad física y el deporte.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Coordinar el proceso para el establecimiento de criterios y requisitos mínimos para certificar una colaboración con el Plan de Promoción.</li><li>- Evaluar y certificar la adhesión y cumplimiento de los principios del Plan de Promoción.</li><li>- Promover acciones para aquellos centros educativos que necesiten una mejora de sus condiciones.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Mejorar la calidad de los programas de actividad física y deporte en edad escolar, tanto de instituciones públicas como privadas.</li><li>- Disponer de un protocolo de evaluación de los programas de actividad física y</li></ul>	

deporte en edad escolar, con el objeto de analizar la coherencia de los mismos respecto de los principios del Plan de Promoción.

- Certificar, como medida de reconocimiento e información, la coherencia de los planteamientos y práctica de los programas actividad física y deporte en edad escolar con los principios educativos del Plan de Promoción.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Realizar un seguimiento de los programas y de su adecuación al Plan de Promoción.

##### **Indicadores:**

- Número de instituciones que se adhieren al Plan obteniendo el certificado que acredita su coherencia con los valores y principios educativos que inspiran el Plan de Promoción.

#### **Temporalización**

##### **2010.**

- Elaboración de los criterios y del proceso de seguimiento de los mismos.

##### **2011.**

- Comienzo de la certificación de institución colaboradora del Plan de Promoción de la Actividad Física y el Deporte en Edad Escolar.

#### **Observaciones**

<b>Nº 10</b>	<b>Poner en marcha la red estatal de ciudades y centros educativos que desarrolla proyectos para el fomento de la actividad física y el deporte en edad escolar.</b>
<b>Descripción:</b>  Crear una red de ciudades y de Centros educativos que tengan proyectos que fomenten e incidan en la importancia de incrementar la práctica de la actividad física y deportiva en edad escolar.  Diseñar encuentros y establecer los protocolos necesarios para extender los proyectos a otras ciudades y/o centros educativos, creando una secretaria estable para gestionar la red.	
<b>Responsable:</b>  Consejo Superior de Deportes .	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Todas las ciudades y centros educativos que formen parte de la Red.</li><li>- Comunidades Autónomas.</li><li>- Universidades</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Crear la red, decidir la ubicación de la secretaria y diseñar el funcionamiento y estructura de la red.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Extender los proyectos deportivos en edad escolar de ciudad y/o Centros educativos.</li><li>- Organizar, como mínimo cada dos años, un encuentro con las ciudades y centros educativos miembros de la red estatal.</li></ul>	

**Coste / Posibles vías de financiación**

- El coste de la medida sería la creación de una secretaria estable por parte de CSD, con la estructura y funcionamiento que se decidiera.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

**Indicadores**

- Nº de ciudades y Centros educativos que formen parte de la red con proyectos para el fomento de la actividad física y el deporte en edad escolar.
- Que, al menos, el 60% de las ciudades y centros educativos con proyectos formen parte de la red estatal.

**Temporalización**

- 1º año. Creación de la secretaria de la red, ubicación, estructura y funcionamiento.
- 2º año. Adhesión de las ciudades y centros educativos a la red.
- 3º año. Organización de un encuentro nacional de los miembros de la red

**Observaciones**

<b>Nº 11</b>	<b>Favorecer programas específicos de apoyo a grupos de población con especiales dificultades de acceso a la práctica de actividad física y deporte, arbitrando las medidas económicas necesarias para su desarrollo.</b>
--------------	---

**Descripción:**

Crear, apoyar y subvencionar programas específicos para favorecer el acceso a la práctica de la actividad física y el deporte de grupos que presenten dificultades en el acceso a dicha práctica, como pueden ser grupos con bajos niveles de competencia motriz, grupos de población con discapacidad o grupos con riesgo de exclusión social.

Esta medida tiene el propósito de asegurar la igualdad de oportunidades de toda la población para la práctica de actividad física y deportiva, en tanto que práctica que conduce al bienestar personal y social.

**Responsable:**

Consejo Superior de Deportes.

**Colaboraciones:**

- Comunidades Autónomas. Consejerías de Deportes.
- Municipios/Diputaciones.
- Federaciones deportivas.
- Asociaciones deportivas.
- Empresas de servicios deportivos.

**Actuación del CSD:**

- Impulsar la creación de los programas.
- Aportar recursos económicos para el desarrollo de los programas.

**Objetivos a alcanzar:**

- Incrementar los niveles de práctica de la actividad física y deportiva en grupos con especiales dificultades de acceso a dicha práctica.
- Mejorar la calidad de la actividad física y el deporte en dichos grupos.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

El coste de esta medida depende de los programas que se concreten y deberán hacer frente a los siguientes conceptos:

- Remuneración de monitores o dinamizadores
- Alquiler de instalaciones
- Subvenciones/becas a los participantes.

La financiación deberá ser cubierta entre todos los agentes implicados.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

##### **Indicadores:**

- Numero de programas.
- Índice de participación de los diferentes grupos. (Diferentes colectivos con discapacidad; inmigrantes; etnias minoritarias).

#### **Temporalización**

- Fase 0: Diagnóstico. Esta medida requiere una primera fase de diagnóstico que puede iniciarse con la puesta en marcha del plan.
- Fase 1: Prospectiva. En base al diagnóstico cabría establecer una prospectiva de incremento del número de programas.
- Fase 2: Implementación: Durante los siguientes años de puesta en práctica del plan y mientras continúe el incremento de programas y la participación.

#### **Observaciones**



<b>Nº 12</b>	<b>Generar un catálogo con todas las iniciativas respecto a la temática del género y diseñar, con los agentes más relevantes, actuaciones específicas al respecto.</b>
<b>Descripción:</b>  Recoger todas las iniciativas que existan en las diferentes Comunidades Autónomas y diseñar un catálogo para darlas a conocer. Puede ser en formato papel o web.  Conjuntamente con los agentes más relevantes del tema, diseñar actuaciones específicas.	
<b>Responsable:</b>  Consejo Superior de Deportes.	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Comunidades Autónomas.</li><li>- Municipios/Diputaciones.</li><li>- Instituto de la Mujer.</li><li>- Grupos de trabajo o investigación.</li><li>- Observatorios de Género.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Diseñar el catálogo y coordinar la recopilación de experiencias.</li><li>- Diseñar, conjuntamente con los colaboradores las nuevas actuaciones.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Mejorar los índices de participación de la mujer en todos los ámbitos del Deporte.</li><li>- Aumentar los niveles de práctica de las niñas y las chicas.</li></ul>	

**Coste / Posibles vías de financiación**

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

A partir de los estudios de diagnóstico del Observatorio, seguir la tendencia de los niveles de práctica de las niñas y jóvenes en las diferentes franjas de edad.

**Indicadores:**

- Numero de programas y experiencias recogidas en el catálogo.
- Índice de participación en la actividad física y deporte de la mujer en edad escolar.

**Temporalización**

**2010.**

- Elaboración del catálogo.
- Puesta en marcha de programas específicos.

**2012 y sucesivos.**

- Seguimiento de los programas específicos y detección de nuevas necesidades.

**Observaciones**

<b>Nº 13</b>	<b>Fomentar la práctica de actividades físico-deportivas mixtas que den respuesta a intereses comunes de los jóvenes de ambos sexos en la ocupación de sus tiempos libres, de ocio y recreación</b>
--------------	---

**Descripción:**

Dar cauce a las demandas que tienen nuestros jóvenes de ambos sexos de compartir prácticas de actividades físico-deportivas, a propuesta de ellos y ellas o a propuesta de quienes estén preparados y formados para interpretar sus necesidades y conectar con sus intereses.

**Responsable:**

Consejo Superior de Deportes

Comunidades Autónomas.

**Colaboraciones:**

- Consejerías de Educación y de Deporte.
- Facultades de CC. de la Educación y de CC. De la Act. Física y del Deporte.
- Patronatos Municipales y Áreas de Deportes de las Diputaciones
- Mesa de expertos para diseñar la oferta de actividades

**Actuación del CSD:**

- Elaborar las características y condiciones que deberán reunir las actividades físico-deportivas susceptibles de formar parte de esta propuesta para compartir de manera mixta los tiempos libres de ocio y recreación.
- Establecer los cauces y ayudas mínimas necesarias para su puesta en práctica dentro de una programación que garantice un desarrollo adecuado y seguro de la actividad.
- Validar o rechazar aquellas propuestas, que siendo iniciativa de los interesados y de las interesadas, se ajustan o no a los criterios establecidos.

**Objetivos a alcanzar:**

- Favorecer la práctica de actividad físico-deportiva mixta como un comportamiento social más en la convivencia de los jóvenes.
- Proponer una relación flexible y abierta de actividades físico-deportivas para compartir por ambos géneros.
- Analizar para seleccionar e incorporar las propuestas de actividades físico-deportivas mixtas que ya están funcionando en las distintas comunidades del estado a iniciativa de cualquier institución.
- Orientar y propiciar la construcción de actividades físico-deportivas por parte de

nuestros jóvenes actuales, que conecten con sus intereses (juegos deportivos, deportes reducidos, actividades en la naturaleza, deportes de aventura, actividades expresivas, etc.) y que constituyan propuestas autónomas.

- Conseguir que el ámbito de las actividades físico-deportivas constituya un espacio natural y atractivo para la convivencia de nuestros jóvenes.
- Favorecer, incentivando de manera más significativa (mayor apoyo en medios), las propuestas de práctica deportiva mixta que tenga un enfoque recreativo y de utilización saludable del tiempo libre.

#### Coste / Posibles vías de financiación

#### Evaluación, seguimiento, indicadores

- Verificar la participación en el espacio y en el tiempo acordes con los requerimientos de la normativa.
- Valorar el grado de satisfacción en la práctica de la actividad
- Comprobar si posee los indicadores mínimos para ser considerada actividad físico-deportiva saludable.

Posibles indicadores:

Criterios:

- Act. *adaptada* porque esté al alcance de las posibilidades y limitaciones de sus practicantes.
- Act. *suficiente* porque implique al menos 3 horas semanales de práctica.
- Act. *social* porque requiera situaciones de interacción para llevarse a la práctica. No se trata de practicar junto a otros/as sino con otros/as.
- Act. *recreativa* porque esté más enfocada a valorar su propio desarrollo jugado o de resolución de reto motor que a la obsesión de un necesario desenlace o resultado comparable.
- Act. *satisfactoria* porque es valorada por sus practicantes de este modo al ser consultados.

Indicador:

- Número de proyectos y participantes acogidos a los principios y criterios establecidos para el cumplimiento de la medida.

#### Temporalización

**2009/10:**

- Elaborar las características y condiciones que deberán reunir las actividades físico-deportivas susceptibles de formar parte de esta propuesta.

**2011-2015:**

- Seguimiento y evaluación de los logros relativos a la filosofía de la medida.

**2016.**

- Evaluación de los indicadores.

**Observaciones**

El esfuerzo de los expertos iría encaminado a modificar los reglamentos de algunos deportes de equipo convencionales posibilitando adaptaciones que favorecieran una práctica deportiva mixta, recreativa y saludable.

<b>Nº 14</b>	<b>Generar un catálogo que recoja los valores y beneficios derivados de la práctica de la actividad físico deportiva con criterios y consejos básicos dirigidos a informar al entorno del escolar, profesorado y familia.</b>
<b>Descripción:</b>  Elaborar documentos para informar y formar a las familias y al entorno escolar de los valores y beneficios de la práctica sistemática de la actividad física y el deporte.  Se trata de divulgar, de forma clara y comprensible para todos, los resultados de las investigaciones que apoyan la práctica de la actividad física por sus beneficios para la calidad de vida en todas las edades y especialmente en la edad escolar.  Asimismo, se propone la información sobre consejos básicos para hacer de la práctica de la actividad física entre los jóvenes una actividad saludable y educativa.	
<b>Responsable:</b>  Consejo Superior de Deportes.	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Comunidades Autónomas.</li><li>- Universidades.</li><li>- Grupos de expertos y de investigación</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Coordinar y promover la elaboración de los documentos que contribuyan a informar y formar sobre la práctica de actividad física y sus beneficios.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Informar y formar a las familias y al entorno escolar sobre los beneficios de la actividad física y el deporte en edad escolar.</li><li>- Contribuir a que las familias y el entorno escolar se conviertan en agentes dinamizadores de la práctica de actividad física y deporte en edad escolar.</li><li>-</li></ul>	
<b>Coste / Posibles vías de financiación</b>	

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Realizar un seguimiento de los documentos y de su impacto en las familias y en el entorno escolar.

**Indicadores:**

- Grado de conocimiento de la población (familiar y entorno escolar) sobre los beneficios y las formas adecuadas de práctica de la actividad física y el deporte.
- Incidencia del grado de conocimiento de los beneficios en el índice de práctica de actividad física de los niños, niñas y adolescentes.

**Temporalización**

**2010.**

- Elaboración de los documentos y del proceso de seguimiento que se va a realizar.

**2011 y siguientes.**

- Análisis del impacto de los documentos sobre el mayor conocimiento de las familias y entorno escolar y su incidencia en los índices de práctica.

**Observaciones**

<b>Nº 15</b>	<b>Crear recursos para reforzar la educación en valores a través de proyectos de actividad física y el deporte y la formación de las personas que contribuyen a su desarrollo.</b>
<b>Descripción:</b>  Crear materiales didácticos dirigidos en la educación en valores desde la actividad física y deportiva.  Crear materiales didácticos destinados a personas y colectivos implicados en el desarrollo de competiciones deportivas en edad escolar. Se trata de orientar y asesorar a estos colectivos de la buena praxis del deporte de competición en estas edades.  No cabe duda de que la actividad física y deportiva constituye una actividad que pone en juego las emociones de los que participan en ella y, así mismo, permite establecer relaciones interpersonales tanto de confrontación como de cooperación. Los sentimientos y las actitudes que se desprenden de estas situaciones hacen de ella un espacio privilegiado para educar en valores. Con el fin de ayudar a esta educación en valores puede resultar útil disponer de materiales didácticos que sean atractivos y que estén orientados a fomentar la reflexión y el diálogo entre los jóvenes.  El tipo de materiales podrían ser películas con contenido deportivo, cómics, etc con sus correspondientes guías de uso.	
<b>Responsable:</b>  Consejo Superior de Deportes.	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Universidades.</li><li>- Administraciones que hayan elaborado materiales.</li><li>- Grupos de expertos.</li><li>- Asociaciones de madres y padres.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Recopilar los materiales existentes en las diferentes comunidades.</li><li>- Analizar las necesidades. Diseñar las propuestas anuales conjuntamente con el grupo de expertos.</li><li>- Elaborar un instrumento de feed-back para evaluar la aplicación.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Aportar recursos para abordar la educación en valores a través del deporte en edad escolar.</li></ul>	



- Mejorar la calidad de la actividad física y el deporte en edad escolar.
- Orientar y formar a las personas adultas que están trabajando con chicos y chicas, sobre la correcta praxis del deporte de competición en edad escolar.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

- El coste de esta medida puede tener dos magnitudes:
  - o Un coste más bajo para la recopilación y difusión de materiales ya existentes. Podrían colaborar las Consejerías de Deportes autonómicas y los ayuntamientos.
  - o Un coste mayor para el encargo de materiales a las Universidades o a expertos.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Evaluar el impacto de los materiales.

Realizar un seguimiento de experiencias que hayan utilizado los materiales.

##### **Indicadores:**

- Número de materiales aparecidos.
- Nivel de utilización de los materiales.
- Número de Comunidades Autónomas en las que se utilizan los materiales.

#### **Temporalización**

Esta medida podría ponerse en práctica en tres fases:

- a) Al inicio del plan se puede iniciar la recopilación de materiales.
- b) Análisis, selección y difusión de materiales
- c) Encargo y elaboración de nuevos materiales

#### **Observaciones**

Esta medida es relativamente fácil de aplicar sobre todo en las fases a y b.

<b>Nº 16</b>	<b>Crear un catálogo de sugerencias dirigidas a los medios de comunicación y orientadas a difundir la imagen de la actividad física y el deporte saludable, no discriminatoria y favorecedora de la cohesión social.</b>
<b>Descripción:</b>  Recoger en un tríptico de fácil lectura y visualización una relación de medidas que recomienden a los medios de comunicación sobre la manera en que tratar el tema de la Actividad Física y el Deporte de manera que se identifique con valores como la salud, la inclusión, la cohesión social...	
<b>Responsable:</b>  Consejo Superior de Deportes	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Medios de comunicación en: radio, televisión, Internet, prensa escrita...</li><li>- Asociaciones científicas.</li><li>- Asociaciones profesionales de la prensa y medios de comunicación.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Elaborar el catálogo de sugerencias.</li><li>- Dialogar con los medios de comunicación sobre la necesidad de autorregular conductas no favorecedoras de valores educativos en torno a la actividad física y el deporte.</li><li>- Evaluar el impacto de la medida.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Diseñar recursos orientados a que los medios de comunicación muestren una imagen de la actividad física y del deporte acorde con los valores educativos y democráticos orientados a la salud, la inclusión, la equidad y la cohesión social.</li><li>- Concienciar a los medios de comunicación de la necesidad de colaborar en la erradicación de conductas no deseadas en el deporte que actúan como un espejo en el que se miran los niños, niñas y adolescentes.</li></ul>	

**Coste / Posibles vías de financiación**

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

**Evaluación:**

- Informe anual sobre el cumplimiento de los objetivos.

**Indicadores:**

- Número de Medios de Comunicación que colaboran con el desarrollo de la medida.
- Impacto social y educativo de la contribución de los medios de comunicación.

**Temporalización**

**2009/10:**

- Elaboración del catálogo de sugerencias.
- Reunión de responsables de Consejo Superior de Deportes con los medios de comunicación.

**2010/2015:**

- Seguimiento de la implantación y desarrollo de esta medida.

**2016:**

- Evaluación de los indicadores.

**Observaciones**

<b>Nº 17</b>	<b>Diseñar y evaluar un modelo del perfil del educador o educadora de la actividad física y el deporte en edad escolar.</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>La figura del responsable directo de la práctica de la actividad física y el deporte en edad escolar se presenta como un elemento decisivo y fundamental, es necesario regular con claridad las características y competencias que el educador y educadora debe reunir para llevar a cabo su cometido.</p> <p>Se debe:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Definir el perfil profesional y las correspondientes necesidades formativas.</li><li>- Establecer la titulación mínima necesaria y delimitar las titulaciones deportivas y académicas apropiadas.</li><li>- Diseñar modelos formativos específicos.</li><li>- Asegurar una implantación progresiva que facilite la adaptación de los técnicos en ejercicio a los nuevos requisitos.</li><li>- Elaborar convenios colectivos específicos de los educadores y educadoras deportivos en las diferentes CCAA.</li></ul> <p>Con la finalidad de que los aspectos básicos sean comunes a todo el territorio nacional, se debe liderara desde el CSD y con el mayor consenso y participación de las CCAA, el proceso para la regulación del ejercicio profesional.</p>	
<p><b>Responsable:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ministerio de Educación.</li><li>- Consejerías de Educación/Deportes/Juventud.</li></ul>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Entidades locales</li><li>- Entidades y asociaciones deportivas que ya estén ejecutando perfiles propios.</li><li>- Federaciones deportivas.</li></ul>	
<p><b>Actuación del CSD:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Coordinar un grupo de trabajo que integre a las CCAA.</li><li>- Proponer los contenidos y requisitos formativos de los posibles títulos específicos partiendo del estudio de las diferentes experiencias de las Comunidades Autónomas.</li><li>- Promulgar la regulación legal para establezca el marco común que permita diseñar la titulación específica de educador de actividad física y deportiva en edad escolar.</li></ul>	

**Objetivos a alcanzar:**

- Asegurar la capacitación pedagógico-didáctica de los responsables directos de la actividad física y el deporte en edad escolar.
- Establecer un mínimo coherente en la formación de los educadores y educadoras deportivos.
- Unificar la denominación de los títulos específicos en todo el territorio nacional.
- Integrar este tema en la regulación general de las profesiones del deporte.
- Dignificar y regular el ejercicio profesional.

**Coste / Posibles vías de financiación**

- Las actuaciones que debe llevar acabo el CSD son de bajo coste ( tareas del grupo de trabajo)
- Las actuaciones de las comunidades autónomas requieren un coste medio (diseño y puesta en funcionamiento de la titulación específica)
- Las implicaciones en el ejercicio profesional deberán ser de coste alto (dignificar el ejercicio profesional remunerando de manera acorde con las exigencias)

Es el sistema quien debe asumir el coste de la dignificación profesional, en fases iniciales pudiendo contar con ayuda de las administraciones

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Constitución de un grupo específico de trabajo a nivel nacional o incorporación de este tema a la agenda de trabajo de otros grupos de carácter más genérico.
- Definición de criterios comunes de actuación para cada una de las implicaciones de esta medida.
- Valoración del nivel de consenso entre las CCAA.
- Aparición a medio plazo de la correspondiente regulación legal específica a nivel nacional y en su caso autonómica.
- Creación de la titulación mínima.
- Seguimiento de las actuaciones concretas en cada territorio y su incidencia en la práctica:
- Puesta en funcionamiento de procesos formativos específicos y cumplimiento de los criterios generales definidos para los mismos.
- Puesta en funcionamiento de medidas específicas para la progresiva incorporación de los educadores y educadoras a la práctica o para la adaptación de los existentes a los nuevos requisitos.
- Aparición del convenio colectivo.

Indicadores:

- Lograr que todas las Comunidades Autónomas establezcan y pongan en funcionamiento la titulación específica cumpliendo los criterios generales definidos y regulen el ejercicio profesional en su territorio.
- Lograr que todas las Comunidades Autónomas elaboren y pongan en funcionamiento en convenio colectivo de educadores y educadoras deportivos
- Número de educadores y educadoras adecuadamente formados (o técnicos adaptados) que se incorporan a los proyectos de actividad física y deporte en edad escolar.

### **Temporalización**

#### A corto plazo

- Constitución del grupo de trabajo específico
  - o Definir el perfil profesional y las necesidades formativas
  - o Proponer la titulación específica y sus características
  - o Establecer la titulación mínima y delimitar las titulaciones deportivas y académicas apropiadas

#### A medio plazo

- Regulación legal específica a nivel nacional y en su caso autonómica
- Diseño y puesta en funcionamiento de la titulación específica en las Comunidades autónomas
- Elaborar los convenios colectivos específicos

### **Observaciones**

1. Posibilidad de ampliar la formación como educador y educadora con funciones de actuación directa pero también de programación y gestión, en relación a la figura de coordinador deportivo
2. Se pretende regular una actividad profesional (deporte en edad escolar) pero es parte de una realidad más amplia que es el ejercicio de las profesiones del deporte.
3. Implicación con otras tareas en el deporte escolar como la función de arbitraje en los contextos competitivos. Necesidad de formar de manera específica a los árbitros considerándolos de igual manera como educadores deportivos
4. Necesidad de motivación y captación de futuros responsables (educadores, árbitros, gestores....) ya que se detecta un descenso en el interés hacia estas tareas.
5. Resulta de gran interés incorporar los contenidos de formación específica en este campo a todas las titulaciones académicas con implicación directa ( Grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Grado de Maestro en Educación Primaria, TAFAD, titulaciones deportivas...

<b>Nº 18</b>	<b>Garantizar el carácter educativo en las competiciones deportivas en edad escolar convocadas por las instituciones o entidades competentes.</b>
--------------	---

**Descripción:**

El CSD y las CCAA establecerán los mecanismos adecuados que garanticen la intencionalidad educativa en las distintas competiciones en edad escolar convocadas por las Instituciones o Federaciones deportivas.

Igualmente se organizará cada año encuentros estatales entre Centros escolares en torno a la práctica de la actividad física y deportiva, confiriéndole prioritariamente un carácter educativo y recreativo.

**Responsable:**

- Consejo Superior de Deportes
- CCAA.

**Colaboraciones:**

- Consejos organizadores de las competiciones escolares.
- Federaciones deportivas.

**Actuación del CSD:**

- Asesorar a las Federaciones deportivas y Comunidades autónomas sobre la necesidad de dar un cariz educativo a las competiciones en Edad Escolar en todos sus ámbitos: convocatorias (no discriminación por motivos de sexo ni territorialidad, categorías ajustadas a las etapas educativas, programación de las fechas de juego teniendo en cuenta el calendario escolar, etc...), organización y desarrollo, supervisándolas para garantizar que esto se cumple e introduciendo en las competiciones programas y campañas que difundan los valores educativos del deporte.
- Convocar anualmente encuentros estatales en torno a la actividad física y el deporte entre centros escolares seleccionados por las CCAA. Estas convivencias tendrán un carácter educativo y recreativo.

**Objetivos a alcanzar:**

- Educar en valores a través del deporte de competición en estas edades.
- Fomentar la práctica de actividades físicas y deportivas entre todas las personas, con independencia del nivel de competencia que posean, con un carácter inclusivo e integrador.

**Coste / Posibles vías de financiación**

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

**Indicadores:**

- Número de actuaciones llevadas a cabo por las Entidades que convocan, organizan y desarrollan las competiciones en el deporte en edad escolar.
- Número de competiciones en las que se han desarrollado actuaciones que incidan en la difusión de los valores educativos del deporte.
- Nº de Centros escolares que participan en los encuentros estatales.

**Temporalización**

- Primer año del Plan de Promoción: estudio de las necesidades de intervención para garantizar el carácter educativo de las competiciones deportivas.
- Segundo año y sucesivos: puesta en marcha de un protocolo de actuación para asegurar el carácter educativo de las competiciones deportivas.

**Observaciones**



<b>Nº 19</b>	<b>Garantizar la viabilidad económica en la promoción de la actividad física y el deporte en edad escolar.</b>
<b>Descripción:</b> <p>Definir nuevas fuentes de financiación que aseguren la creación y durabilidad de los proyectos de deporte y actividad física en edad escolar.</p> <p>Crear programas y planes (tipo ADO) que garanticen la promoción de la actividad física y el deporte en edad escolar de calidad.</p> <p>Definición de estructuras de subvenciones sumativas que eviten las acciones de promoción y difusión paralelas</p>	
<b>Responsable:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Consejo Superior de Deportes .</li><li>- Comunidades Autónomas</li><li>- Administraciones locales.</li></ul>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Las entidades responsables de la promoción deportiva.</li><li>- Los propios participantes.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Coordinar y destinar recursos y medidas para los diferentes programas de promoción autonómicos y locales.</li><li>- Creación de protocolos de actuación vinculados a la promoción.</li></ul>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Garantizar el acceso y práctica deportiva-educativa de calidad a toda la población en edad escolar.</li></ul>	

### **Coste / Posibles vías de financiación**

Es difícil establecer en este momento los costes económicos del plan.

Vías:

- Dotaciones económicas directas a las comunidades y entes locales. Subvenciones sumativas (evitar estructuras paralelas).
- Adecuación del mercado laboral. Deducciones/bonificaciones por tramos en las cotizaciones a la seguridad social de técnicos.
- Optimización de medidas y recursos existentes; contratar o ampliar los seguros escolares a las actividades deportivas fuera del horario lectivo.
- Bonificaciones fiscales y deducciones impositivas en las donaciones de empresas para la creación y mejora de la práctica deportiva y la actividad física en edad escolar.
- Creación de una marca vinculada a la promoción deportiva y la salud.

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

#### **Indicadores**

- Partidas presupuestarias.
- Aumento de la participación (nuevos proyectos, número de centros y espacios de práctica, y número de participantes).
- Aumento del número de técnicos en situación regularizada.
- Rentabilidad de los proyectos existentes.

#### **Temporalización**

- 1er año: Definición y selección de los responsables de la medida. Análisis de las distintas realidades territoriales. Diseño presupuestario. Elaboración de bases y medidas para la financiación. Selección proyectos piloto.
- 2º año: Implementación 1er grado (proyecto piloto en todos los territorios). Seguimiento funcional de la misma. Valoración de costes.
- 3er año: Implementación 2º grado (ampliación intensiva y extensiva del modelo). Evaluación y valoración de la medida. Análisis cuantitativo y cualitativo del proyecto. Valoración económica. Esta evaluación nos permitirá tomar las medidas correctivas en su caso y seguir desarrollando la implantación del mismo.

#### **Observaciones**

Complejidad de la medida teniendo en cuenta el momento actual y la relación directa con las competencias transferidas.

<b>Nº 20</b>	<b>Ofrecer incentivos al profesorado de educación física que coordine las actividades físicas y deportivas que se realizan en su centro fuera del horario lectivo, asegurando de esta manera la coherencia entre el proyecto educativo y el proyecto de actividad física y deportiva.</b>
<b>Descripción:</b>  El profesor de Educación Física (preferentemente), que se responsabilice de la coordinación de las actividades deportivas extraescolares que se desarrollen en su centro, recibirá incentivos en forma de complemento de productividad y/o una reducción de horas lectivas y complementarias, que compensen la carga horaria dedicada a la coordinación del deporte escolar. Estas dedicación tendrá además reconocimiento a efectos de méritos en concursos y oposiciones	
<b>Responsable:</b>  - Consejerías de Educación de cada Comunidad Autónoma.	
<b>Colaboraciones:</b>  - Es necesaria la colaboración de las Consejerías con competencias en materia de deporte de las Comunidades Autónomas para cotejar la labor de estos docentes	
<b>Actuación del CSD:</b>  - -Apoyar y Promover la creación de un protocolo para el reconocimiento de la figura del Coordinador Deportivo de Centro. - Apoyar la formación de estos coordinadores mediante la convocatoria de encuentros y jornadas de carácter nacional.	
<b>Objetivos a alcanzar:</b>  - Conseguir el reconocimiento dentro de cada Comunidad de la figura del Coordinador Deportivo de Centro ligado al ámbito del Deporte Escolar a través del Proyecto de Actividad Física y Deportiva de cada centro educativo	

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

Los costes van a depender de la cuantía del Complemento de Productividad que se establezca en cada Comunidad Autónoma y del número de coordinadores que participen en cada una de ellas.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

##### **Evaluación:**

Informe anual del nivel de cumplimiento de los objetivos propuestos

##### **Indicadores:**

- Número de Comunidades con reconocimiento de la Figura de Coordinador Deportivo: 100 % en 2016.
- Número de Centros Docentes con Coordinador deportivo reconocido administrativamente y remunerado: 60 % en 2016 ( igual que el porcentaje de Centros con Proyecto de Actividad Física y Deportiva).
- Número de Coordinadores Deportivos por Comunidad y a nivel Nacional.

#### **Temporalización**

##### **Curso 2009/10:**

- Desarrollo y difusión de un protocolo sobre competencias del Coordinador Deportivo de Centro y su reconocimiento administrativo.
- Establecimiento de encuentros con responsables de educación y deportes de Comunidades autónomas para perseguir acuerdos con respecto a la figura del coordinador deportivo

##### **Curso 2010/11:**

- Seguimiento de la implantación del protocolo.

##### **Curso 2011/12:**

- Seguimiento de la implantación del protocolo.

#### **Observaciones**

<b>Nº 21</b>	<b>Crear una certificación oficial (modelo EFQM o similar pero propio) que acredite la calidad de los servicios deportivos ofrecidos por centros educativos, ayuntamientos, clubes, instituciones ...</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Crear una certificación oficial (modelo “EFQM o similar”, pero propio) que acredite la calidad de los servicios deportivos ofrecidos por centros educativos, ayuntamientos, clubes, asociaciones deportivas, centros educativos, etc.</p> <p>Los centros “acreditados” pueden obtener un <b>DISTINTIVO</b> que permita a padres y madres visualizar de forma rápida que ese centro reúne los estándares de calidad suficientes para que sus hijos e hijas practiquen actividad física y deporte bajo las premisas educativas que define el Plan Integral.</p> <p>Como en el resto de medidas que abordan el tema de la calidad, la ejecución de la medida nunca debe suponer una discriminación añadida para aquellos centros educativos con deficientes condiciones de partida. Al contrario, se debe primar el carácter educativo del proyecto y promover las acciones necesarias para que el centro cuente con mayores y mejores recursos para la práctica de actividad física y deporte en edad escolar.</p>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Consejo Superior de Deportes.</p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Agencias de calidad (de otros sectores).</li><li>- Las Consejerías de deporte de las Comunidades Autónomas</li></ul>	
<p><b>Actuación del CSD:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- La actuación del CSD está relacionada con la búsqueda de un consenso entre todos los agentes sociales implicados en torno a los criterios específicos y los indicadores sean. El papel del CSD debe ser de coordinar el diseño de estos criterios.</li><li>- Además, el CSD deberá promover acciones y programas, en colaboración con otras instituciones, para que ningún centro educativo quede excluido de una certificación de este tipo por sus condiciones actuales en cuanto a recursos e instalaciones.</li></ul>	
<p><b>Objetivos a alcanzar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Conseguir la adhesión al Plan de un % determinado de los potenciales entes promotores de actividad física y deporte en edad escolar.</li></ul>	

- Incrementar el número de.... (ciudades; centros; clubes;....) que cumplen con los estándares de calidad de los servicios deportivos (absoluto y porcentaje).
- Premiar las “*buenas prácticas*” a aquellos centros que superan los mínimos establecidos.
- Premiar, muy especialmente, las “*buenas prácticas*” de aquellos centros educativos que realizan un esfuerzo mayor por no contar con los recursos necesarios y adecuados, al tiempo que se proponen las mejoras correspondientes para ellos.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Se debería diseñar una GUIA DE AYUDA dónde se expliquen claramente los objetivos específicos seleccionados, los estándares de cada uno, los criterios de valoración, las evidencias, etc...

Los centros deberían pasar una especie de “auditoria” interna (un autoinforme) que acabe con un informe del CSD que finalmente acredite la adhesión al Plan. En este informe final debe quedar claro cuáles son los criterios que cumple

Se puede pensar en una ACREDITACIÓN BÁSICA (de mínimos) y una ACREDITACIÓN AVANZADA (para premiar las buenas prácticas). En el distintivo de adhesión podría visualizarse el tipo de acreditación conseguida.

#### **Indicadores:**

- Número de.... (ciudades; centros; clubes;....) que cumplen con los estándares de calidad de los servicios deportivos (absoluto y porcentaje).
- Número de centros con acreditación básica o avanzada.

#### **Temporalización**

2010.

- Diseño de los criterios de calidad y de evaluación de “*buenas prácticas*” para formar parte de la guía de apoyo.

2011 y sucesivos.

- Implantación del certificado de calidad de forma progresiva.
- Seguimiento de la implantación y desarrollo de esta medida.

#### **Observaciones**

<b>Nº 22</b>	<b>Crear el protocolo para un programa dirigido a las ciudades y centros educativos que promuevan “un estilo de vida saludable de los escolares”.</b>
--------------	---

**Descripción:**

Crear un protocolo que recoja las directrices adecuadas para el desarrollo de acciones dirigidas a la promoción de la actividad física y deportiva, así como a la promoción de una alimentación sana de los escolares.

Las ciudades y los centros educativos que se adhieran al protocolo obtendrán el sello de “Ciudad/ centro educativo para un estilo de vida saludable de los escolares”, junto con el apoyo necesario para desarrollar programas específicos.

**Responsable:**

- Consejo Superior de Deportes .
- Municipios

**Colaboraciones:**

- Conserjerías de deportes de las CCAA Entidades locales: ayuntamientos, diputaciones, consejos y cabildos insulares.
- Consejerías de Sanidad / Educación / Deportes.
- Entidades que desarrollen programas con directrices similares

**Actuación del CSD:**

- Elaborar el protocolo coordinando actuaciones con las diferentes instituciones y entidades implicadas.
- Crear convocatorias específicas de ayudas, o criterios de selección dentro de otras convocatorias más generales, que potencien y estimulen la puesta en marcha de acciones encaminadas a conseguir un estilo de vida saludable de los escolares, respetando las directrices propuestas en el protocolo.
- Realizar el seguimiento del desarrollo de las acciones que se lleven a cabo.
- Evaluar los resultados conseguidos con las acciones puestas en marcha.

**Objetivos a alcanzar:**

- Conseguir estilos de vida activos de los ciudadanos y ciudadanas incidiendo en la intervención en las etapas de educación obligatoria.
- Paliar el aumento creciente del sobrepeso y la obesidad infantil.
- Concienciar del decisivo papel que tienen las ciudades y los centros educativos en la adherencia a un estilo de vida activo y saludable entre la población, a través de una oferta de calidad recogida en su programa.

#### Coste / Posibles vías de financiación

#### Evaluación, seguimiento, indicadores

- Crear una Guía informativa en la que se expongan las directrices que se consideran adecuadas y que deben cumplir ciudades y centros educativos en sus propuestas de programas.
- Establecer los mecanismos necesarios para realizar pruebas valorativas que permitan evaluar el efecto de las acciones propuestas, a partir de los datos iniciales recogidos relacionados con el sobrepeso y la obesidad en la población escolar.

#### Indicadores

- Porcentaje de sobrepeso y obesidad de la población en edad escolar.
- Número de ciudades adheridas.
- Número de centros educativos adheridos: al menos 60% en el 2016.

#### Temporalización

##### 2010:

- Elaboración del protocolo de agente que fomenta “un estilo de vida saludable”.
- Impulso a la creación de ayudas específicas, o criterios de selección dentro de otras convocatorias más generales, para estudios y programas que potencien y estimulen la puesta en marcha de acciones encaminadas a conseguir un estilo de vida saludable de los escolares.

##### 2012:

- Seguimiento de la implantación y desarrollo de esta medida.
- Logro de al menos un 30% de centros educativos y ciudades adheridos al protocolo de agente impulsor de “un estilo de vida saludable”.

##### 2016:

- Alcanzar el indicador expresado (60% de los centros educativos se han incorporado al objetivo de esta medida).
- Evaluación de la acogida que ha tenido el protocolo en las ciudades.

#### Observaciones



<b>Nº 23</b>	<b>Crear una gran campaña institucional de promoción de la práctica de actividad física y deporte.</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Crear una GRAN CAMPAÑA institucional de apoyo al Plan Integral para la promoción de la práctica de actividad física y deporte ) orientada a niños y jóvenes. Se trata de diseñar una gran campaña institucional. Es una manera de HACER VISIBLE el Plan a la sociedad en general.</p> <p>Diseñar una mascota simpática que sea la MARCA del Plan (por ejemplo, como estamos en la era digital podría ser un DEDO con “forma humana” y que dé vida a un personaje que practica actividad física y deportiva); crear un ESLÓGAN (tipo “<i>contamos contigo</i>” o “<i>Mou-te</i>”: ¡<i>muévete!</i> de otras campañas).</p> <p>Una vez creados mascota y eslogan es fundamental la DIFUSIÓN de la campaña por diferentes medios de comunicación, sobre todo por TV que es el más potente en nuestro colectivo.</p> <p>A partir de aquí pueden salir más medidas asociadas a la campaña:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mensajes” de apoyo a la campaña propuesta en el primer objetivo. Tipo: “un cuerpo para toda la vida” o “Toda una vida” (Ministerio de Sanidad y Consumo contra la obesidad) o los videos del 2004, año europeo de la educación mediante el deporte.</li><li>• Diseñar un CARNET de practicante...</li><li>• CENTROS ADSCRITOS AL PROGRAMA (tipo: “<i>en el barrio hay de todo</i>”), etc. La idea es similar al Club Super 3 en Catalunya</li><li>• una serie de dibujos animados (tipo “Lazy Town” o el actual “oso Berni” propuesto por el propio CSD para difundir los valores del deporte)</li><li>• un programa de TV de soporte al plan (tipo “Seréis campeones”: videos + libros que regalaba La Vanguardia con motivo de los Juegos Olímpicos)</li></ul>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Consejo Superior de Deportes.</p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Consejerías de deporte de las comunidades autónomas.</li><li>- Televisiones públicas.</li><li>- Ayuntamientos.</li><li>- Diputaciones.</li></ul>	
<p><b>Actuación del CSD:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Encargar a una empresa el diseño de la campaña.</li></ul>	

**Objetivos a alcanzar:**

- Hacer visible el Plan Integral a la sociedad en general.
- Animar a los niños y niñas a la práctica de actividad física y deporte (incrementar el número de practicantes).
- Apoyar a los agentes sociales directamente implicados en la promoción de la actividad física y el deporte en edad escolar.

**Coste / Posibles vías de financiación**

El diseño de una campaña se debe encargar a una empresa (¿una agencia de publicidad?). La publicidad puede financiar una gran parte y la otra entre los agentes sociales implicados (instituciones, comunidades autónomas...)

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Evaluar el impacto de la campaña sobre los diferentes agentes sociales implicados en la promoción y práctica de la actividad física y el deporte en edad escolar mediante.

Encargar a una empresa externa (institutos de investigación) que compruebe si realmente se han cumplido los objetivos: ¿la campaña ha posibilitado un incremento de practicantes?

**Indicadores:**

- Si esta medida va acompañada de EVIDENCIAS (por ejemplo un carnet y unos centros adheridos a la campaña) contabilizar el número de altas es relativamente fácil.

**Temporalización**

Esta medida es respecto al resto bastante transversal. Es decir, sería de las primeras medidas a llevar a cabo justo en el momento de presentar el Plan a la sociedad en general.

**Observaciones**

<b>Nº 24</b>	<b>Crear el portal para la publicidad y comunicación sobre la actividad física y el deporte en edad escolar.</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>En los últimos años las campañas de marketing de determinadas firmas comerciales seguramente hayan tendido mayor peso en el auge de la práctica de modalidades deportivas concretas que los propios gobiernos y federaciones deportivas.</p> <p>Es necesario transmitir a la población escolar otro tipo de concepto de deporte ocio en el que prime la salud, el bienestar a través de una práctica físico deportiva atractiva y divertida.</p> <p>Convencer a los escolares de la importancia que para su salud tiene la práctica de una actividad físico deportiva regular, resulta una tarea difícil, sin embargo debemos ser capaces de transmitir los valores y beneficios, de hacerles ver lo divertido, lo agradable, el bienestar que la práctica de la actividad físico deportiva reporta.</p> <p>Es necesario estudiar un conjunto de medidas organizadas para trasladar a los jóvenes, teniendo en cuenta sus intereses, el mensaje preciso para que adopten un cambio de aptitud y se inclinen hacia unos hábitos de vida saludable a través de la práctica deportiva que posibilite la adherencia a la misma.</p> <p>La difusión a través de las nuevas tecnologías debe ser una herramienta básica en nuestro funcionamiento. La creación de herramientas vinculadas a la red debe orientarse en sus múltiples posibilidades: difusión, promoción, apoyo didáctico, herramienta de evaluación, etc...</p> <p>LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE en base a su puntos fuertes SALUD, RECREACIÓN, RELACIONES SOCIALES, MEJORA DE LA IMAGEN PERSONAL, ALEGRIA, DIVERSIDAD, MOVIMIENTO, MÚSICA, CONOCER, deben ser conocidos por nuestro público objetivo JÓVENES 14 – 20 AÑOS?</p>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Consejo Superior de Deportes .</p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Comunidades autónomas.</li><li>- Medios de Comunicación.</li><li>- Entidades Locales.</li><li>- Federaciones Deportivas.</li><li>- Otros.</li></ul>	

#### **Actuación del CSD:**

Encargar y financiar el diseño de un plan de Publicidad y Comunicación directo e indirecto sobre actividad física y deporte entre los jóvenes que influyan en el sistema de valores de los mismos y que finalmente desemboque en que el índice de participación de alumnos de secundaria en actividades físico deportivas en cualquiera de los diferentes modelos, competición, recreación, salud se duplique en 5 años.

Creación de un portal WEB que permita aglutinar estas acciones potenciando principalmente las siguientes vías:

- Promoción y difusión.
- Apoyo didáctico a todos los sectores vinculados a la práctica.
- Elemento de control, comunicación y evaluación de las propuestas.

#### **Objetivos a alcanzar:**

- El objetivo básico debe ser informar, generar conciencia e intentar modificar conductas en la población escolar.
- Incrementar el número de practicantes en el ámbito de la actividad físico deportiva en el tramo de 14-20 años.
- Lograr adherencia a la práctica deportiva y unos hábitos de vida saludables que contribuyan al bienestar de la juventud.
- Incrementar las herramientas de apoyo y evaluación en el contexto escolar.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

El coste para el diseño y puesta en marcha de un plan de Publicidad y Comunicación va a depender de las diferentes acciones que se concreten al respecto. Acciones como el generar noticias relacionadas con la práctica deportiva, diseño de "marca", eslóganes, folletos, carteles, publicidad en prensa, creación del portal del deporte en edad escolar ....

La financiación deberá ser cubierta entre todos los agentes implicados, CSD, CC.AA., EE.LL., financiación privada.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Tratando de medir el grado de penetración en la población escolar a través de encuestas realizadas por empresas especializadas. Control desde el propio portal WEB.

En base al número de comunidades, ciudades y centros educativos que se adscriban a este plan.

Analizar la evolución de participación de práctica deportiva a medio plazo después de la realización por el Observatorio de un estudio inicial.

El resultado de su ejecución en cada uno de los centros donde se ponga en marcha, medido principalmente en número de alumnos participantes en programas de actividad física y deportiva.

**Indicadores**

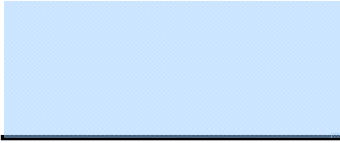
- Número de visitas que recibe el portal.
- Impacto sobre el conocimiento y práctica de la actividad física y el deporte.

**Temporalización**

Esta medida complementaria respecto al resto de medidas. Sería una de las primeras en ponerse en práctica en el momento de poner en marcha el Plan principalmente pero estaría operativa, quizá menor intensidad, hasta ver la evolución de los primeros resultados.

- 2010. Comenzar un estudio y diseño del portal.
- 2014. Haber alcanzado el máximo desarrollo.

**Observaciones**

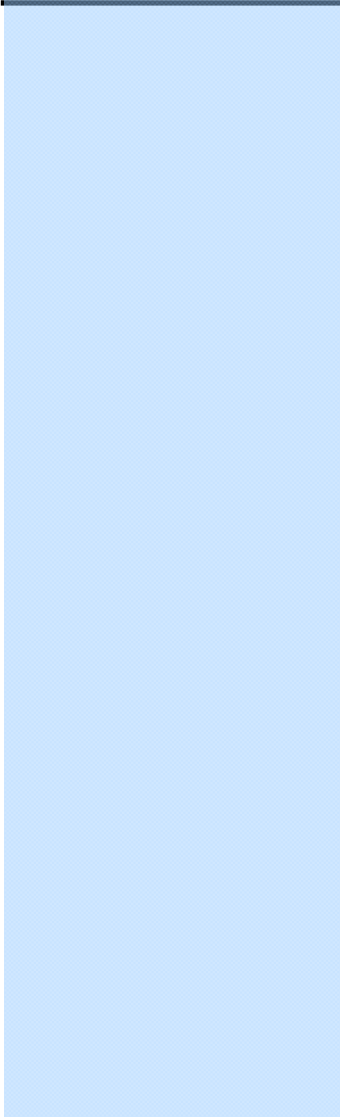


---

**PLAN INTEGRAL  
PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA  
Y EL DEPORTE**

---

**v.1**



**Personas con Discapacidad**

## **Documento elaborado por:**

**Merche Ríos (coordinadora)**

**Juan Miguel Arraez**

**Paqui Bazalo**

**María Enciso**

**Juan Manuel Hueli**

**Eugenio Jiménez**

**Alberto Cofre**

**Josep Oriol Martínez**

**Teresa Perales**

**Arturo Pérez**

**Javier Pérez**

**Enrique Rovira-Beleta**

**David Sanz**

**Manuel Solís**

**Nuestro agradecimiento a:**

**Joan Palau, Dr. Ignasi Puigdemàlvol, Toti Mumbrú, José Antonio García de Mingo, Tate Bonany, Toni Gañet, , Josep Jiménez, Francesc Ordoño, Carles Yepes y Àngel Manuel Gil**

**Por sus interesantes observaciones en la elaboración de este documento.  
A todos ellos: ¡muchísimas gracias!**



## ÍNDICE

<b>1. DESCRIPCIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL EN EL ÁMBITO ESTATAL.....</b>	<b>5</b>
1.1 DESCRIPCIÓN.....	5
1.2 DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL EN EL ÁMBITO ESTATAL.....	7
1.3 OTROS DATOS DE INTERÉS.....	18
<b>2. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES .....</b>	<b>20</b>
2.1 POTENCIALIDADES .....	20
2.2 LIMITACIONES .....	21
2.2.1 CONDICIONANTES SOCIALES.....	21
2.2.2 CONDICIONANTES INFRAESTRUCTURALES .....	22
2.2.3 CONDICIONANTES DEL PROPIO COLECTIVO.....	24
<b>3. VISIÓN PARA EL FUTURO .....</b>	<b>25</b>
<b>4. OBJETIVOS GENERALES .....</b>	<b>27</b>
<b>5. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA .....</b>	<b>28</b>
<b>6. AGENTES IMPLICADOS, POSIBLES ALIADOS INSTITUCIONALES.....</b>	<b>31</b>
<b>7. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, PROYECTOS Y ACCIONES .....</b>	<b>34</b>
<b>8. SELECCIÓN/DESCRIPCIÓN DE INDICADORES A ALCANZAR PARA EL SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN.....</b>	<b>66</b>

## **1. DESCRIPCIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL EN EL ÁMBITO ESTATAL**

En el presente epígrafe se sintetiza la descripción y diagnóstico de la situación actual referida a la promoción del deporte y de la Actividad Física Adaptada para las personas con discapacidad, en los ámbitos municipal, escolar, federativo-asociativo y sanitario.

### **1.1 DESCRIPCIÓN**

Para describir la situación, consideramos necesario introducir algunos conceptos claves que impregnan la realidad a analizar y las propuestas que se desarrollan con posterioridad:

#### **Personas con discapacidad**

Según la Organización Mundial de la Salud(1980) (en adelante OMS) discapacidad se refiere a toda restricción o ausencia de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para un ser humano.

En el año 2000 la misma OMS revisa la Clasificación Internacional de Deficiencias, Discapacidades y Minusvalías de 1980, bajo el nombre de Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (C.I.F.). El objetivo principal de esta nueva clasificación es brindar un lenguaje unificado y estandarizado, y un marco conceptual de los estados relacionados con la salud, desde una perspectiva más holística. Cabe destacar que la C.I.F. no clasifica personas, sino que describe la situación personal / social, de cada una.

Se entiende la discapacidad como resultado de la interacción entre la condición de salud de la persona y sus factores personales, y los factores contextuales que pueden llegar a ser facilitadores o limitadores del desarrollo de una determinada actividad o del desenvolvimiento personal en forma de participación.

Sin embargo, dado el carácter práctico de la presente aportación, nos vemos en la necesidad de significar a la población objeto de este documento para saber exactamente a quien nos dirigimos. Por tanto agruparemos a las personas con discapacidad bajo los siguientes epítetos: personas con discapacidad física (motriz y orgánica), con discapacidad visual, con discapacidad auditiva, con discapacidad intelectual y con trastorno mental.

#### **Inclusión Social**

Desde la Unión Europea se ha definido la inclusión social como un proceso que asegura que aquellas personas en riesgo de pobreza y de exclusión social aumenten las oportunidades y los recursos necesarios para participar completamente en la vida económica, social y cultural, así como gozar de unas condiciones de vida y de bienestar que se consideran normales en la sociedad en la que viven.

### **Cohesión Social**

Combinar diferencia e igualdad es la forma de aumentar la cohesión social, una manera para asegurar que todos los ciudadanos, sin discriminación y en igualdad, puedan acceder a los derechos sociales y económicos fundamentales promoviendo una comunidad que ayuda a individuos libres que persiguen estos objetivos comunes en un espacio democrático .

### **Exclusión Social**

Implica no poder acceder a los recursos, a la oferta de las instituciones públicas, ni poder disponer de las redes personales, de manera que estas oportunidades y derechos sociales se niegan a individuos o a grupos.

Como consecuencia, cuando aparece la expresión **la práctica del Deporte y de la Actividad Física en grupo inclusivo** nos referimos a que la persona con discapacidad compartirá todas las actividades físico-deportivas con las personas sin discapacidad.

En contraposición a ello, cuando aparece la expresión **práctica de Deporte y de Actividad Física en grupo específico**, nos referimos a la práctica de las personas con discapacidad, realizando un trabajo conjunto, al margen del grupo ordinario.

### **Recomendaciones internacionales y nacionales acerca de la promoción disfrute y derecho de las personas con discapacidad a la actividad física, el deporte y la recreación.**

El artículo 30.5 de la Convención de la Organización de Naciones Unidas sobre los derechos de las personas con discapacidad (13 de diciembre de 2006). BOE del 21 de abril de 2008., ratificada por el parlamento español el 23 de noviembre de 2007 (BOE de 21 de abril de 2008), sobre "Participación en la vida cultural, las actividades recreativas, el esparcimiento y el deporte":

*5. A fin de que las personas con discapacidad puedan participar en igualdad de condiciones con las demás en actividades recreativas, de esparcimiento y deportivas, los Estados Partes adoptarán las medidas pertinentes para:*

- a) Alentar y promover la participación, en la mayor medida posible, de las personas con discapacidad en las actividades deportivas generales a todos los niveles;*
- b) Asegurar que las personas con discapacidad tengan la oportunidad de organizar y desarrollar actividades deportivas y recreativas específicas para dichas personas y de participar en dichas actividades y, a ese fin, alentar a que se les ofrezca, en igualdad de condiciones con las demás, instrucción, formación y recursos adecuados;*
- c) Asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso a instalaciones deportivas, recreativas y turísticas;*

- d) *Asegurar que los niños y las niñas con discapacidad tengan igual acceso con los demás niños y niñas a la participación en actividades lúdicas, recreativas, de esparcimiento y deportivas, incluidas las que se realicen dentro del sistema escolar;*
- e) *Asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso a los servicios de quienes participan en la organización de actividades recreativas, turísticas, de esparcimiento y deportivas.*

## **1.2 DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL EN EL ÁMBITO ESTATAL**

La principal dificultad que presenta el diagnóstico de la situación actual es la falta de indicadores fiables y por tanto de instrumentos de cuantificación de referencia que nos ayuden a situarnos en el contexto de análisis.

Es significativo destacar que las actas de los últimos congresos sobre Actividad Física Adaptada a nivel estatal giran, fundamentalmente, en torno a estudios empíricos sobre el rendimiento en el ámbito de la competición, tanto en sus aspectos biológicos como biomecánicos.

En cambio, las experiencias que se describen en el ámbito de la promoción del Deporte y de la Actividad Física Adaptada son escasas y se limitan a presentar los beneficios sin cuantificar los resultados.

Además debemos añadir que, actualmente, no podemos determinar el número real de participantes con discapacidad que practican Deporte y Actividad Física Adaptada, más allá de lo que se pueda conseguir a través de las Federaciones de Deporte Adaptado (número de licencias disponibles) y, en el mejor de los casos, mediante el conocimiento de personas usuarias en las diferentes Asociaciones que existen de promoción de la actividad física y deportiva para personas con discapacidad.

No obstante, se ha considerado que éstos no eran datos significativos dado que no contamos con investigaciones previas que nos permitan disponer de ellos y, por lo tanto, los únicos datos publicados al respecto, que corresponden al número de licencias deportivas<sup>1</sup> por cada una de las discapacidades serán, simplemente, una muestra del colectivo que, además, presentará un sesgo en la orientación de su práctica, ya que en muchos casos la práctica de los mismos tendrá una orientación hacia el rendimiento deportivo y no hacia el ocio y la recreación que sería nuestro

---

<sup>1</sup> Según la memoria del Comité Paralímpico de 2008, el número de licencias deportivas de Federaciones de Deporte Adaptado de 17.614.

objeto de estudio dentro de la promoción deportiva, en consonancia con los objetivos que se pretenden en este Plan Integral de Promoción del Deporte y de la Actividad Física.

Sin embargo se ha realizado un esfuerzo de aproximación a la realidad recabando información que pueda resultar significativa, como punto de partida para desarrollar las medidas que ayuden a la promoción del colectivo de referencia.

Según los datos obtenidos a través del Instituto Nacional de Estadística, actualmente los principales grupos de discapacidad de las personas de seis y más años residentes en hogares son los de movilidad (que afecta al 6,0% de la población), vida doméstica (4,9%) y autocuidado (4,3%). De hecho, más de la mitad de las personas con discapacidad tienen limitaciones en su actividad debido a alguno de estos tres motivos. Para el grupo de 80 y más años estos tres principales grupos de discapacidad afectan a siete de cada 10 personas con discapacidad.

Analizando la discapacidad para personas de seis y más años, se observa que por comunidades autónomas, las que presentan un mayor porcentaje de personas con discapacidad son Galicia (11,3%), Extremadura (11,0%) y Castilla y León (10,9%), así como las ciudades autónomas de Melilla (11,9%) y Ceuta (11,3%). Por el contrario, los menores porcentajes se dan en La Rioja (6,2%), Cantabria (7,0%) e Illes Balears (7,1%).

### **Respecto al ámbito federativo-asociativo**

Se han revisado los Estatutos de las Federaciones de Deporte Adaptado de carácter estatal y el denominador común a todas ellas resulta ser que deben asegurar la promoción general de las modalidades deportivas en todo el territorio nacional. Esto excluye, de forma sistemática, la promoción de la práctica de la Actividad Física y Deporte, pues se basan exclusivamente en el desarrollo de la competición deportiva.

Esta actitud es seguida en general por las Federaciones territoriales de Deporte Adaptado, centradas, como se refleja en sus Estatutos, en la competición, si bien hay algunos casos puntuales de promoción de la Actividad Física y Deporte y de la Actividad Física Adaptada en un sentido más amplio.

Como ejemplo de esta actitud más abierta a la promoción de la Actividad Física y Deporte tenemos la *Federació Catalana d'Esports per a persones amb paràlisi cerebral*, la ACELL (*Federació Catalana per a persones amb discapacitat*

*intel·lectual*), la Federación de Deporte adaptado de Vizcaya, la Federación Madrileña de Deportes de Discapacitados Físicos (FMDDF), la ONCE mediante sus diversas Delegaciones en el territorio español, la *Federació Catalana d'Esports per a persones amb discapacitat física* y la *Federació d'Esports Adaptats de la Comunitat Valenciana*.

Las tres primeras del listado se significan por poseer Escuelas de Iniciación Deportiva pero también por extender la promoción del Deporte y de la Actividad Física en los centros escolares de Educación Especial. En este sentido, es de destacar la Federación de Deporte Adaptado de Vizcaya que ha impulsado un programa de promoción del deporte inclusivo en las actividades físicas municipales y ha creado un programa de actividad física deportiva para residencias y centros de día de atención a la discapacidad. Una actuación similar es la de la Federación Madrileña de Deportes de Discapacitados Físicos (FMDDF), la cual está desarrollando el programa "El deporte adaptado rueda por los colegios", a través del cual está incorporando prácticas sensibilizadoras en centros escolares que están consiguiendo no sólo el objetivo de la concienciación social, sino que alumnos con discapacidad, en edad escolar, y dentro del marco de la escuela ordinaria, conozcan diferentes actividades deportivas y practiquen deportes que hasta ese momento desconocían.

La ONCE, aparte de estar en consonancia con los modelos anteriores, ha dado un paso más en la línea de la inclusión social al promocionar la apertura de algunas de las modalidades deportivas propuestas a escolares con discapacidad también a sus compañeros sin discapacidad.

Las dos últimas federaciones mencionadas no solo cuentan con Escuelas de Iniciación Deportiva, sino que han impulsado y desarrollado el programa HOSPI-Esport cuya originalidad reside en la promoción del deporte desde los centros hospitalarios, utilizando los espacios comunitarios tal y como se reflejará posteriormente en el ámbito sanitario.

La *Federació d'Esports Adaptats de la Comunitat Valenciana* además realiza otros programas de interés para la promoción de la actividad física y el deporte como el programa "Conocer es valorar" que pretende sensibilizar al alumnado y colaborar en la formación continua de los docentes, los "Campos de Trabajo de Deportes Adaptados" que promueven la interacción entre jóvenes voluntarios sin y con discapacidad y los programas de "Actividades Acuáticas y Bautismo de Mar".

También existen, en el variado tejido asociativo, algunas experiencias de relevancia en la promoción del Deporte y de la Actividad Física Adaptada para personas con discapacidad, como es el caso de la *Associació Joc Viu* (Cataluña), el *CAI Deporte Adaptado* (Aragón), la Fundación Deporte y Desafío (Madrid), la Fundación También (Madrid), el Club Andaluz de Vela Adaptada –CAVA- (Málaga), el Club Deportivo ATAM de Pozuelo de Alarcón, la Fundación *Saiatu* (País Vasco), el *Centre d'Esport Adaptat de la Molina* entre otras, entidades todas ellas sin ánimo de lucro, dirigidas a organizar actividades físicas y deportes para personas con discapacidad con diferentes orientaciones, pero todas ellas desde un denominador común que es cubrir el tiempo de ocio de las personas con discapacidad mediante la práctica de actividad físico-deportiva en contextos tradicionales (polideportivos, centros escolares y otros) o en contextos naturales (deportes de aventura, esquí, senderismo, por ejemplo).

No podemos pasar por alto la singular aportación a la promoción del deporte que realiza la Fundación *Saiatu* (País Vasco), que impulsa también programas de sensibilización escolar destinados a crear un clima favorable para la práctica deportiva en inclusión y por la organización de cursos de formación del profesorado en Educación Física con el fin de dotarlos de estrategias inclusivas facilitadoras de la participación activa y efectiva del alumnado con discapacidad en dicha área curricular.

Además de las Federaciones Deportivas, disponemos de Asociaciones de carácter nacional con estrecha vinculación con la práctica deportiva, desde un punto de vista eminentemente recreativo y utilitario, como es la entidad *Special Olympics*, que ofrece un modelo a tener en cuenta en la promoción del Deporte y la Actividad Física de las personas con discapacidad intelectual, dado que fomenta la práctica de un deporte de tiempo libre con la finalidad de integrar socialmente al colectivo.

Otra entidad de esta índole es *ASPACE*, que se centra en las personas con Parálisis Cerebral y que promueve en sus centros la práctica de actividad física y deportiva, en esta misma línea de promoción y ocupación del tiempo libre.

Finalmente, destacaríamos también en este apartado, la iniciativa del *Comité Paralímpico Español* que, a partir de 2008, está desarrollando un programa específico de promoción deportiva en tres ámbitos de actuación concretos: jóvenes promesas, mujeres con discapacidad y grandes discapacitados. Debemos señalar que, aunque la orientación de esta entidad es competitiva, este tipo de programas podrá facilitar el acceso a la práctica de personas con discapacidad que, de otra

forma, no tendría contacto con la misma, aunque finalmente algunos de ellos se centren en la competición y con un marcado objetivo de rendimiento.

### **Respecto al ámbito autonómico y municipal**

Se han analizado programas pioneros al respecto de la promoción desde las entidades públicas y así, en Catalunya, destacan los siguientes proyectos: **Fes esport com tothom** (Haz deporte como todo el mundo) desarrollado en Barcelona en 1988, **L'esport a l'abast de tothom** (El deporte al alcance de todos), promovido por la *Diputació de Barcelona* a partir de 1990, el que está desarrollando actualmente el Ayuntamiento de Barcelona a través del *Institut Barcelona Esports*, **Per un esport sense barreres** (Por un deporte sin barreras), y el del Área de Deportes de la *Diputació de Barcelona* dirigido a las personas con discapacidad.

En Madrid, el programa **El Deporte al alcance de todos**, impulsado a partir de 1992 y, **Deporte Universitario Adaptado**, promovido por la Consejería de Deportes de la Comunidad de Madrid para la eliminación de barreras arquitectónicas y adecuación de espacios deportivos en las diferentes Universidades de la Comunidad de Madrid.

En Valencia la Comunidad Valenciana en colaboración con la Federación Valenciana de Deportes Adaptados, ha promovido **El deporte en las playas**, participando al mismo tiempo personas con y sin discapacidad en estos espacios públicos, mediante la adecuación de los mismos para permitir la accesibilidad, así como disponiendo de técnicos que realicen la promoción de actividades físicas y deportivas en este entorno.

El aspecto común entre todos ellos es favorecer la inclusión social a través de la promoción de la práctica del Deporte y de la Actividad Física Adaptada a las personas con discapacidad:

- Posibilitando la práctica deportiva de aquellas personas que lo deseen en grupos convencionales o en grupos específicos.
- Formando en el ámbito de las Actividades Físicas Adaptadas, desde una vertiente inclusiva y específica (cuando el grado de discapacidad lo exija).
- Sensibilizando a toda la población sobre el derecho a la práctica física de las personas con discapacidades en actos y acontecimientos ciudadanos



- Asesorando a los equipos responsables de las entidades y instalaciones deportivas municipales en el ámbito de las Actividades Físicas Adaptadas y creando la figura del Auxiliar de Apoyo al Vestuario (en el caso del Ayuntamiento de Barcelona solamente).
- Organizando Escuelas de Iniciación deportiva adaptadas en colaboración con la Federación de Deporte Adaptado y desarrollando programas de promoción en Centros de Educación Especial (en el caso del Ayuntamiento de Madrid solamente).

A pesar de las buenas intenciones de estas entidades podemos aventurarnos a constatar que la inclusión es un reto a conseguir en un futuro próximo dado que las instalaciones municipales tienden a promocionar las actividades en grupo específico y reservar solo los casos de inclusión entre las personas con discapacidad más leve.

A este respecto se dispone de los datos de un informe en el marco del programa *Per un esport sense barreres* que indican que solo un 1,5 % del total de la población con discapacidad de la ciudad de Barcelona realiza prácticas de Deporte o de Actividad Física Adaptada en los centros deportivos municipales y que, del total de practicantes, el 84,5 % practican en grupos específicos y el resto de forma individual. Por tanto la inclusión no queda reflejada en estudios como el de referencia.

En este mismo ámbito, y a título de ejemplo, el Ayuntamiento de Málaga incluye en sus Escuelas Deportivas Municipales a personas con discapacidad en aquellas modalidades deportivas susceptibles de inclusión y ha creado Escuelas Deportivas Municipales de Deporte Adaptado específicas para ellas. Asimismo el Patronato Municipal de Deportes del Ayuntamiento de Granada ha creado la Oficina del Deporte Adaptado que organiza y promueve actividades de promoción de Actividad Física y Deporte. Por su parte, el Ayuntamiento de Cáceres, desde 1996, incluye en su programa de Escuelas Deportivas Municipales la Escuela de Deporte Especial y que, desde el ámbito autonómico, Extremadura ha organizado los Juegos Deportivos Extremeños en edad escolar (JUDEX) que permiten desde el curso 2007-2008 la posibilidad de incorporarse a los mismos a los deportistas con discapacidad y los Juegos Extremeños del Deporte Especial (JEDES), por su larga tradición (más de veinte años de experiencia les avalan). La Junta de Extremadura, conjuntamente con diferentes Asociaciones y Federaciones Deportivas, organiza bajo ese nombre unas Jornadas que aglutinan a más de 1.000 personas con discapacidad que celebran el final del curso escolar con una concentración

deportiva de tres días de duración en los que conviven todos juntos. En la misma línea, en el Principado de Asturias, se celebran desde hace seis años los Juegos del Principado de Deporte Especial, para deportistas con discapacidad intelectual pertenecientes a centros escolares y ocupacionales, clubes y asociaciones.

Todo ello como muestra de la actividad que se desarrolla en este ámbito en el resto del territorio español.

### **Respecto al ámbito educativo**

La actual ley educativa, LOE (Ley Orgánica 2/2006 de Educación), en relación con la inclusión del alumnado con discapacidad, supone un buen marco para avanzar en la mejora del sistema educativo. La formulación de los principios que la inspiran y la visión de función social del sistema de educativo son útiles en esta dirección, apostando reiteradamente por un sistema comprensivo, entendiendo la diversidad como una premisa básica de la educación y vinculando el carácter inclusivo del sistema con la equidad y la cohesión social.

No obstante, para que todos estos principios tengan una traducción práctica en nuestras escuelas será necesario que tanto las regulaciones que han de desarrollar la ley como los recursos que se dediquen estén en consonancia con los principios formulados, que demuestre la viabilidad de una escuela de calidad para todos sin excepciones.

Pero no se puede negar que la ley tiene una línea teóricamente inclusiva, dado que resulta muy tímida y ambigua en este punto, que se traduce en el artículo 74.1 que versa sobre la escolarización, dejando puertas abiertas a la escolarización en centros de Educación Especial, sin especificar “quienes y cuando” se ha de acoger a esta alternativa:

“La escolarización del alumnado que presenta necesidades educativas especiales se regirá por los principios de normalización e inclusión y asegurará su no discriminación y la igualdad efectiva en el acceso y permanencia en el sistema educativo, pudiendo introducirse medidas de flexibilización de las distintas etapas educativas, cuando se considere necesario. La escolarización de este alumnado en unidades o centros de educación especial, que podrá extenderse hasta los veintiún años, sólo se llevará a cabo cuando sus necesidades no puedan ser atendidas en el marco de las medidas de atención a la diversidad de los centros ordinarios.”

Consecuentemente, dado que se siguen reconociendo los centros de Educación Especial, en este apartado nos centraremos en el análisis de la promoción deportiva adaptada al alumnado con discapacidad en el contexto escolar, considerando ambas realidades de escolarización: el centro ordinario y el centro de Educación Especial.

En ambos casos faltan datos cuantitativos que nos ayuden a dar una visión global de la situación de la práctica real del alumnado con discapacidad en las sesiones de Educación Física y del Deporte, realizada fuera del horario escolar.

Es de destacar, sin embargo, que el Consejo Superior de Deportes convoca en los Campeonatos de España en edad escolar modalidades de deporte del alumnado con discapacidad en las especialidades de natación (discapacidad intelectual, física y de parálisis cerebral) y baloncesto en silla de ruedas (discapacidad física), intercalando estas competiciones en el programa de los Campeonatos escolares.

Por algunos trabajos de campo consultados podemos aventurar que la inclusión activa y efectiva está muy lejos de estar extendida en los centros escolares debido, preferentemente, a la falta de formación del profesorado, a la masificación de las aulas, a la falta de recursos humanos de apoyo y de asesoramiento al profesorado, entre otras barreras para la participación y el aprendizaje. Por todo ello es frecuente observar como la práctica de la Educación Física del alumnado con discapacidad puede ser substituida por la Fisioterapia, por trabajos de índole teórica o por la realización de un trabajo de carácter individual, apartado del grupo clase.

En lo que se refiere a los centros de Educación Especial, es preocupante constatar que en los centros concertados, no se contempla como obligatoria la contratación del Maestro Especialista en Educación Física. Incluso en algunas Comunidades Autónomas ésta es una plaza no reconocida en los centros públicos. Todo ello, unido a las dificultades referidas al transporte del alumnado con discapacidad hasta las instalaciones deportivas, a la carencia de espacios deportivos adecuados en estos mismos centros y la falta evidente de recursos humanos para acompañar a los alumnos, dificulta su participación en Deporte y Actividades Físicas Adaptadas.

Como conclusión:

- Si el alumno con discapacidad en la escuela ordinaria no participa en las sesiones de educación física de forma activa y efectiva con sus iguales del grupo-clase.

- Si el alumno con discapacidad en los centros ordinarios no recibe un programa de educación física adecuado a sus necesidades

Su nivel de práctica de Deporte y Actividad Física Adaptada va a ser inexistente o insuficiente, aunque pueda tener interés por llevarla a cabo y pueda ser altamente beneficiosa para él.

Asimismo en el caso específico de la práctica de Deporte y Actividad Física Adaptada en las universidades españolas, no se dispone de datos suficientes que nos ayuden a afirmar que esta práctica esté atendida suficientemente. Entrevistas realizadas a personal de las Federaciones de Deporte Adaptado han constatado que “ahí es donde se pierden los deportistas”. Sin embargo disponemos de algunos datos que son indicadores del compromiso de algunas Universidades hacia la promoción de la Actividad Física y el Deporte entre los estudiantes y el personal docente y de administración y servicios de la Universidad.

La Universidad de Granada ha creado la DAPNE (Delegación del Rector para la Atención a Personas con Necesidades Especiales) que tiene entre sus objetivos:

- Fomentar la práctica de la actividad físico-deportiva entre las personas con discapacidad dentro del ámbito universitario.
- Establecer acuerdos con otras instituciones (Ayuntamiento, Diputación Provincial,...), que permitan el fomento de estas prácticas
- Promover una Fundación que haga perdurable estos objetivos.
- Llevar a cabo una adaptación general de todas las instalaciones universitarias (deportivas y no deportivas) que permitan la total accesibilidad a las mismas.

En la *Universitat Autònoma de Barcelona*, se co-organizan eventos puntuales de sensibilización del colectivo universitario respecto a las personas con discapacidad, en colaboración con entidades como la *Fundació Autònoma Solidaria*, o se favorece la práctica de uso libre de las instalaciones deportivas por parte de las mismas, pero sin desarrollar programas de carácter inclusivo ni actividades en grupo específico.

También están surgiendo casos puntuales en los que a partir de la práctica de algún deporte adaptado de competición en la Universidad se ofrece posteriormente en la misma, a través del Servicio de Deportes, la posibilidad de práctica deportiva de forma inclusiva, o en forma de grupo específico para alumnos con discapacidad, pero en el mejor de los casos, son situaciones puntuales, como en la *Universidad Autónoma de Madrid* y la *Universidad Europea*, ambas situadas en Madrid, que

albergaron competiciones internacionales de deporte adaptado y a partir de ahí se impulsó y se ofreció la posibilidad de práctica deportiva para personas con discapacidad en sus instalaciones.

### **Respecto al ámbito sanitario**

Las experiencias de promoción de la actividad física y el deporte en este ámbito son escasas, debido principalmente a la no inclusión en las plantillas de los centros sanitarios de la figura del profesorado de Educación Física y técnicos deportivos especializados en Actividad Física Adaptada, por el insuficiente reconocimiento de los programas de Educación Física en el ámbito sanitario como recurso válido para una readaptación funcional de las personas con discapacidad y por la escasa infraestructura de instalaciones deportivas en los centros de atención sanitaria. Todo ello a pesar de la existencia de algunos centros de readaptación funcional que incorporen prácticas de actividad física sin contar con el personal especializado para su impartición.

Sin embargo, tal y como se ha apuntado en el apartado referente al ámbito federativo-asociativo, nos encontramos algunas experiencias puntuales que sí son significativas por su aportación en este ámbito.

El Programa Hospi Esport ha sido promovido por la *Federació Catalana d'Esports per a Persones amb Discapacitat Física* desde 1992. Su finalidad es favorecer el proceso de readaptación funcional y reinserción social de las personas con discapacidad física grave, ingresadas en los centros hospitalarios, mediante su iniciación a la práctica deportiva adaptada. Uno de los aspectos más importantes del Programa Hospi Esport, y que puede ser el más significativo y diferencial, es el hecho que los usuarios abandonen durante unas horas el ambiente hospitalario que los envuelve, para realizar su actividad física en instalaciones deportivas compartidas con todo tipo de usuarios, y totalmente preparadas para recibir personas con discapacidades físicas. Este hecho ha facilitado, sin duda, su difusión social entre la población practicante de actividades físico-deportivas, las instituciones deportivas y las administraciones públicas, en especial las de gestión deportiva y sanitaria.

En el Estado Español diversas comunidades autónomas están siguiendo este ejemplo de "Buena Práctica": Andalucía, Madrid, el País Vasco y, muy especialmente la Comunidad Valenciana bajo la dirección de FESA, *Federació d'Esports Adaptats* de la *Comunitat Valenciana*.

A destacar el Instituto Guttman y el Hospital Nacional de Paraplégicos de Toledo entre los centros hospitalarios españoles que incluyen en su programa de readaptación funcional, programas de promoción de la actividad física y deportiva, bajo la dirección de personal especializado.

El Instituto Guttmann es un centro especializado en el tratamiento y la readaptación funcional de las personas con gran discapacidad física de origen neurológica, tanto en adultos como en niños. A partir del año 2002 se incorpora en el equipo de readaptación funcional la figura del maestro de educación física como responsable de coordinar las prácticas deportivas desde un enfoque inclusivo y educativo. Actualmente en su plantilla dispone de tres maestros de educación física a jornada completa. Se fomentan las prácticas deportivas a los pacientes, una vez dados de alta, a través del programa Hospi Esport. Existe asimismo un vínculo permanente con el club deportivo por si alguno de los usuarios quiere decantarse por la rama competitiva del deporte adaptado.

Por otro lado se realizan sesiones de educación física de grupo específico con los niños que acuden a readaptación funcional infantil implicando a las familias en el programa. Paralelamente se realiza formación y asesoramiento a los maestros que solicitan información sobre la discapacidad y las prácticas inclusivas más adecuadas para que este proceso se complete con éxito. Esta formación culmina en la jornada “*Mou-te i veurás!*”, en la que acuden al centro escuelas ordinarias que tienen incluido alumnado con discapacidad. En esta jornada se presentan estrategias facilitadoras de la participación de todos y todas en las sesiones de educación física.

El Hospital Nacional de Paraplégicos de Toledo por su parte fomenta también la realización de actividades deportivas encuadradas en el Área de Rehabilitación Complementaria (la que atiende aspectos no clínicos de la readaptación funcional - sociales, de formación, deportivos, lúdicos, entre otros) que cuenta con un responsable específico y se llevan a cabo bajo la coordinación de un profesor de educación física.

Los objetivos que se persiguen con la actividad deportiva dentro del Hospital son a 3 niveles: 1 - Deporte Terapéutico, en el que se pretende desarrollar y mejorar las capacidades físicas en el contexto de la lesión medular. 2 - Deporte Lúdico, que sirve como complemento a la recuperación funcional. Y, por último, 3 - Deporte Formativo y/o de competición, en el que se dan los pasos de iniciación a una actividad deportiva determinada.

Actualmente el Hospital se encuentra en un proceso de importante renovación de sus infraestructuras deportivas. Está previsto que en estas instalaciones, además de la actividad propiamente deportiva, se instale un Centro de Alto Rendimiento para deportistas con discapacidad.

### 1.3 OTROS DATOS DE INTERÉS

Creemos de interés ofrecer los resultados de un estudio sobre hábitos deportivos de las personas con discapacidad en la ciudad de Barcelona, realizado en el año 2003 por el *Ajuntament de Barcelona*.

Del total de datos aportados significamos los siguientes:

- Las personas con discapacidad física son las que más practican, seguido por las personas con discapacidad intelectual y las personas con discapacidad sensorial. A más distancia se encuentran las personas con trastorno mental.
- En cuanto al género, las mujeres practican en menor proporción pero sin diferencias destacables.
- El motivo más importante para practicar deporte es el fomento de la salud bajo una influencia notable de la prescripción médica en función del tipo de discapacidad, sobretodo en el caso de las mujeres. Los hombres manifiestan motivaciones ligadas a los conceptos diversión, pasar el tiempo con los amigos y la autosatisfacción.
- Uno de los motivos alegados ante la no práctica de actividad física o deportiva es la falta de instalaciones deportivas adaptadas y, paradójicamente, los problemas de salud. En un segundo término aparecen la edad, las dificultades de transporte y falta de tiempo.
- Los motivos de abandono de la práctica se resumen en dos: la falta de tiempo y el aspecto económico.
- Las mismas personas con discapacidad tienden a autolimitarse para la práctica de la actividad física y del deporte emergiendo barreras psicológicas y falsas creencias que inciden en el mantenimiento de actitudes pasivas.

- La población con discapacidad que practica deporte de forma federada no llega a un 3% del total.



## **2. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES**

### **2.1 POTENCIALIDADES**

Son las inherentes a la práctica de Deporte y de la Actividad Física en la población en general, a nivel físico, sociológico y psicológico, incrementadas por el hecho de colaborar en la búsqueda de la inclusión social de las personas con discapacidad.

Las motivaciones intrínsecas de la persona con discapacidad que practique Deporte o Actividad Física Adaptada van a potenciar estos beneficios físicos (sistemas cardiovascular, respiratorio, locomotor y metabólico-endocrino), sociológicos y psicológicos. No obstante podemos significar otras potencialidades que pueden incidir más concretamente en ellas:

- Impulso de los derechos humanos que promueven la justicia social y la igualdad de oportunidades.
- Incremento de la autonomía funcional y social.
- Descubrimiento de las capacidades con una mejora global de la calidad de vida.
- Mejora del estado psicológico general.
- Contribuye a la readaptación funcional.
- Colabora a la prevención de los efectos que provoca el sedentarismo y asimismo a la prevención y mejora de las situaciones de dependencia.
- Disminuye los ingresos y las estancias hospitalarias y comporta una reducción de los gastos asistenciales y sanitarios.
- El Deporte y la Actividad Física son generadores de capital social porque la práctica supone un incremento de la capacidad de interrelación social a través de los puntos de encuentro. Contribuyen al desarrollo de redes sociales debidas al entorno inclusivo en el que se realizan las actividades. La práctica de Deporte y Actividad Física en entornos inclusivos representa un motor para generar comunidad, además de suponer un instrumento de cohesión social muy válido.

- Incremento de la capacidad de empatía de la población general que visualiza esta práctica al compartir los espacios y la actividad con las personas con discapacidad. Esta circunstancia colabora a cambiar la mirada de la población al valorar las capacidades por encima de las limitaciones que comportan las discapacidades.
- El éxito de los deportistas paralímpicos en las competiciones de alto nivel y la difusión mediática del mismo que puede representar una motivación para niños y niñas o jóvenes deportistas de base con discapacidad.

## 2.2 LIMITACIONES

La práctica del Deporte y de la Actividad Física adaptada a las personas con discapacidad, ya sea en un contexto inclusivo como en grupo específico, comportan un buen número de limitaciones.

Para facilitar la comprensión se han dividido en diversos apartados:

### 2.2.1 CONDICIONANTES SOCIALES

- *El desconocimiento de la población: evitación, insolidaridad y falta de sensibilización.*

Nuestra sociedad todavía no está suficientemente sensibilizada y no dispone de información real sobre las características de las personas con discapacidad. Esta desinformación provoca ideas preconcebidas, tópicos y prejuicios basados en falsas creencias, que repercuten en actitudes negativas y poco facilitadoras de la inclusión social. Estas actitudes pueden ser una grave fuente de problemas cuando pretendemos que la persona con discapacidad comparta las actividades deportivas en un entorno inclusivo. Incluso algunas personas con discapacidad pueden verse influidas por este discurso llegando a ignorar sus derechos como ciudadanas.

- *Escaso conocimiento de la rentabilidad social:*

Cuando una entidad, cualquiera que sea su origen, decide emprender una acción tendente a mejorar la calidad de vida de alguno de estos colectivos que integran a las personas con discapacidad, nos encontramos desafortunadamente con sectores que critican que se destinen medios a una minoría, cuando hay problemas de ámbito más mayoritario que no han estado todavía solucionados. No se trata tanto de justificar los medios que se dedican al colectivo en cuestión, sino de conseguir

una visión global de la sociedad, la cual ha de ser lo más equiparadora posible, favoreciendo la igualdad de oportunidades.

- *Formación precaria de los educadores y de los técnicos deportivos:*

La ausencia habitual, en los programas educativos de los futuros técnicos deportivos y maestros y licenciados en Educación Física, de materias específicas obligatorias en Actividad Física Adaptada, provoca miedos por desconocimiento, lo que puede favorecer actitudes evitadoras de la inclusión en la oferta municipal deportiva y en la educativa ordinaria y de la Escuela Especial.

- *Las directrices de gestión de los programas de Promoción Deportiva y de Actividad Física :*

Las ideas previas inclusivas o segregadoras de los responsables de los programas de promoción de Deporte o de Actividad Física en los diversos ámbitos (municipales, educativos, federativos-asociativos, sanitarios) determinará el carácter de cohesión social o de exclusión de los programas a desarrollar.

- *Actitud de las familias de las personas con discapacidad:*

La actitud de las familias de los propios interesados podrá condicionar negativamente su participación en la oferta de Deporte y Actividad Física adaptada, ya sea por desconocimiento de los beneficios que comporta, por los miedos injustificados ante esa práctica o por falta de disponibilidad de tiempo para acompañarlos a las instalaciones deportivas, en el caso de los niños y jóvenes.

- *Inexistencia de trabajo en red y falta de coordinación institucional:*

Existe una falta de conexión entre los centros educativos, sanitarios y socio-comunitarios y las entidades que promocionan el Deporte y la Actividad Física de las personas con discapacidad, lo que dificulta la localización de los potenciales usuarios. Se detecta asimismo una falta de coordinación entre las diversas instituciones que velan por esta promoción a diversos niveles: municipal, comarcal, provincial, autonómico y estatal.

## 2.2.2 CONDICIONANTES INFRAESTRUCTURALES

- *Olvido institucional heredado:*

Durante mucho tiempo las personas con discapacidad han vivido de la caridad y de la beneficencia, marginados del resto de ciudadanos. A pesar de los cambios de los últimos años, todavía estamos lejos de conseguir un estado de bienestar en que todos y todas puedan estar en igualdad de condiciones.

- *Falta de información al alcance de las personas con y sin discapacidad:*

En general, la población desconoce las posibilidades de práctica deportiva de las personas con discapacidad por la inexistencia de canales de información efectivos y actualizados. Paralelamente las instituciones y las entidades responsables de la promoción del deporte adaptado tienen dificultades para acceder directamente a los posibles usuarios.

- *Barreras arquitectónicas, de comunicación y ausencia o déficit de transporte adaptado:*

A pesar de las normativas que regulan la inclusión de las personas con discapacidad, nuestras ciudades no están pensadas en su totalidad para las personas con movilidad reducida, con ceguera o baja visión y con sordera o limitaciones auditivas, así como personas con discapacidades intelectuales.

El mobiliario urbano, el diseño de las calles y espacios exteriores de uso público, las instalaciones deportivas (excepto las de nueva construcción que tendrían que cumplir con la normativa de accesibilidad y no siempre lo hacen aunque esté regulado por ley), los servicios públicos en general, la vivienda, el transporte, entre otros, limitan la autonomía de las personas con discapacidad.

Según el censo nacional de instalaciones deportivas de 2005, tan solo un 68,50 % de las instalaciones deportivas censadas cumplían con todo el requisito de las condiciones de acceso desde el exterior, un 48,30 % cumplía con lo concerniente a las circulaciones de deportistas y el 45,68% respecto a las circulaciones de visitantes y público. Finalmente, tan sólo el 18,46 % de las instalaciones deportivas cuentan con vestuarios y servicios preparados y el 19,21 % cumple con los aseos adaptados para visitantes.

- *Escasez de recursos económicos.*

Gran parte de los centros educativos y de las instalaciones deportivas, no disponen de los recursos suficientes para atender a la diversidad asegurando la calidad docente y cubriendo las necesidades que plantea, tanto a nivel del material, de los recursos humanos necesarios y de los espacios adecuados para la práctica de

Deporte y Actividad Física por parte de las personas con discapacidad, tanto en situación de inclusión como en el caso de grupos específicos.

- *Ausencia de programas de Actividad Física Adaptada en áreas con bajo número de habitantes:*

En general detectamos un déficit de programas de este tipo en las poblaciones de escaso número de habitantes, que, además, van perdiendo poco a poco su población debido a los flujos migratorios a las grandes ciudades donde se ofrecen servicios que les faltan en su localidad de origen.

### 2.2.3 CONDICIONANTES DEL PROPIO COLECTIVO

- *Desequilibrios en la vertebración asociativa en el ámbito deportivo:*

Aunque existe una red asociativa que aglutina a la mayoría de interesados, se detectan diferencias según el tipo de discapacidad en lo que respecta al ámbito deportivo, no hay una transferencia entre la potencia de esta red asociativa y su aplicación en este ámbito; esto puede comportar que los problemas se individualicen y que cada persona se desenvuelva según su propio nivel de vida, su ambiente familiar, el apoyo que puede conseguir de sus amistades, entre otros.

- *Problemas de automarginación y de falta de reconocimiento de sus propios derechos como ciudadanos:*

Debido en gran parte al olvido endémico ya referido, a la falta de autonomía según el grado de discapacidad y a la escasa o nula información recibida sobre la oferta existente, las propias personas con discapacidad pueden tender a la automarginación o a la preferencia por practicar Deporte y Actividad Física en grupos específicos, tanto por desconocimiento de sus posibilidades reales de inclusión en las actividades normalizadas como por la vivencia de malas experiencias previas.

- *La propia heterogeneidad de las personas con discapacidad:*

La gran diversidad existente en el colectivo con una misma discapacidad dificulta la calidad de la atención que pueden prestarle los técnicos y educadores. Esta diversidad también se origina debido a los propios intereses de la persona y a sus necesidades, distintas de un individuo a otro, que no se pueden ajustar a un patrón fijo.

### **3. VISIÓN PARA EL FUTURO**

Tras una década de aplicación del plan integral nos planteamos conseguir un deporte sin límites y sin barreras, en definitiva un deporte inclusivo, donde todo el mundo tenga cabida, indistintamente de sus características, dificultades y condiciones sociales, partiendo de la premisa que todo el mundo tiene el derecho de participar, favoreciendo en definitiva la cohesión social. Considerando que un espacio deportivo inclusivo es una manera de concebir el deporte y la función social de la instalación deportiva que genera capital social y que desde un planteamiento comunitario, reconoce la diversidad y no pretende asimilarla.

Recalcar que nos estamos refiriendo a una práctica de calidad sin excepciones, y a una filosofía que contempla la instalación deportiva como motor de cambio social y de actitudes, basada en la igualdad de oportunidades y la democracia participativa, donde la diversidad es un valor en alza que cohesiona el grupo. Pensando en que la experiencia nos indica que el hecho de pertenecer a una comunidad o a un grupo social es un factor decisivo que facilita la eliminación de la exclusión social.

Contemplando una cierta flexibilidad necesaria. Se procederá a la práctica en grupo específico cuando la modalidad de práctica deportiva y/o el grado de discapacidad dificulten el proceso de inclusión, o por una opción personal de la persona con discapacidad. El hecho de que se plantee paralelamente esta segunda opción, viene justificado por la necesidad de diseñar programas a medida de las solicitudes de las personas con discapacidad, considerando el deporte adaptado como un recurso culturalmente valorado, que permite una vida culturalmente valorada.

Además, no se debe perder de vista que la práctica del deporte adaptado supone para sus practicantes una ampliación de entornos que genera también capital social manifestado como un punto de encuentro. El niño, el joven, el adulto, tienen la posibilidad, además, de ubicar sus capacidades en el contexto compartido con otras personas con discapacidad, contrastando sus experiencias y pudiéndose equiparar con otros compañeros en situaciones similares durante la práctica de actividad física o deportiva.

Es necesario en ambas opciones favorecer “el deporte de proximidad” que, bajo el principio de sectorización, consiste en aplicar la normalización geográfica, donde reside la persona con discapacidad, con el objetivo de prestar los servicios de la comunidad desde una perspectiva de aproximación al entorno social y familiar.

En ese sentido, creemos de interés la consideración de los centros deportivos como espacios de animación socio cultural y deportiva, con accesibilidad plena para todo tipo de discapacidades, con el objeto de favorecer la interrelación social.

## **4. OBJETIVOS GENERALES**

Con el propósito de **garantizar desde las administraciones públicas, especialmente en los ámbitos sanitario, educativo, deportivo y de política social, el acceso y la práctica de la Actividad Física Adaptada y Deportiva de las personas con discapacidad**, se concretan tres grandes objetivos para el futuro:

1. **Generalizar la práctica del deporte y la actividad física para los ciudadanos y ciudadanas con discapacidad**, con preferencia en un entorno inclusivo y en un marco próximo a su contexto social y familiar.
2. **Garantizar el acceso y el uso y disfrute en el diseño de las instalaciones deportivas.**
3. **Impulsar la formación inicial y continua especializada en Actividad Física Adaptada.**



## **5. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA**

A continuación se relacionan los principales ejes de actuación estratégica teniendo en cuenta los cuatro ámbitos en los que se desarrolla la promoción del deporte adaptado a las personas con discapacidad: municipal, educativo, federativo-asociativo y sanitario los tres objetivos generales.

**Objetivo 1 - Generalizar la práctica del deporte y la actividad física para los ciudadanos y ciudadanas con discapacidad, con preferencia en un entorno inclusivo y en un marco próximo a su contexto social y familiar.**

**1.1.** Establecer las condiciones de inclusión de personas con discapacidad en las sesiones de educación física y actividades extra-escolares, así como en los programas de promoción deportivos municipales y sanitarios.

- En el ámbito municipal, se trataría de posibilitar la práctica deportiva o ampliar la oferta adaptada a las personas con discapacidad, ya sea en grupos convencionales (inclusión) o en grupos específicos, en las instalaciones deportivas existentes.
- En el ámbito educativo, se trataría de asegurar la participación activa y efectiva del alumnado con discapacidad en el deporte en edad escolar, en las sesiones de Educación Física tanto en los centros ordinarios como en los de Educación Especial y en la oferta de actividad física de los Servicios de Deporte de los centros universitarios.
- En el ámbito sanitario, se trataría de fomentar la práctica de la Actividad Física Adaptada en los programas de readaptación funcional.

**1.2.** Las Federaciones de Deporte Adaptado como motor de promoción deportiva, no sólo de la vertiente competitiva y de rendimiento.

- En el ámbito federativo-asociativo, se trataría de asegurar un incremento de la oferta existente adaptada a las personas con discapacidad, tanto en un contexto inclusivo como en grupos específicos, si la demanda lo requiere.

**1.3.** Mejorar los canales de información y comunicación hacia las personas con discapacidad y al resto del tejido social sobre la oferta existente en el ámbito de práctica deportiva adaptada.

- Se trataría de informar y sensibilizar a la comunidad en general y a las propias personas con discapacidad sobre su derecho de práctica de deporte o de actividad física en un entorno comunitario, compartido ya sea con otras personas sin discapacidad (inclusión) o con discapacidad (grupo específico).

**1.4.** Impulsar la realización de investigación básica y estudios sobre la situación real del acceso de las personas con discapacidad a la práctica de la actividad física y del deporte.

**Objetivo 2 - Garantizar el acceso y el uso y disfrute en el diseño de las instalaciones deportivas.**

**2.1.** Elaborar documentación técnica sobre la accesibilidad y el diseño para todos y todas en las instalaciones deportivas.

**2.2.** Velar por el cumplimiento de las Leyes sobre accesibilidad en todas las instalaciones deportivas de titularidad pública.

- Se trataría de asegurar la aplicación de la normativa de accesibilidad en las instalaciones deportivas municipales, centros educativos y otros espacios deportivos, favoreciendo la accesibilidad a las mismas y, en los casos que se requiera, suprimiendo las barreras arquitectónicas existentes, para conseguir la máxima autonomía de las personas con discapacidad y paralelamente, siguiendo el concepto de “diseño para todos”, facilitar el acceso de cualquier miembro de la comunidad que pueda presentar, de forma transitoria o definitiva, dificultades de movilidad y comunicación.

**2.3.** Facilitar disponibilidad de material adaptado y ayudas técnicas.

**2.4.** Aumentar la flota de transporte accesible en todos los municipios para facilitar el traslado de personas con discapacidad, reduciendo las tarifas para ellas.

**Objetivo 3 – Impulsar la formación inicial y continua especializada en Actividad Física Adaptada.**

**3.1.** Establecer formación específica en currículos de CAFD.

- Se trataría de introducir créditos obligatorios en Actividad Física Adaptada en los planes de formación de los Maestros y Licenciados en Educación Física y en los programas de Master y Doctorado. Teniendo en cuenta, además, que muchos de los planes de estudio se están modificando, de cara a adecuarse al marco que establece la Declaración de Bolonia, sería un momento crucial para impulsar la incorporación de créditos de carácter obligatorio para las nuevas Titulaciones de Grado que se presentan, correspondientes a la formación de los profesionales en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (anteriores maestros y Licenciados en Educación Física).

**3.2.** Impulsar la formación de personal técnico deportivo y de personal de apoyo específico para las actividades y participantes en actividades deportivas adaptadas, fomentando su reconocimiento profesional y contratación.

- Se trataría de introducir créditos obligatorios en Actividad Física Adaptada en los ciclos Formativos de Formación Profesional y en los planes de formación del personal técnico deportivo, así como establecer diferentes formaciones especializadas que se correspondan con cualificaciones profesionales específicas de apoyo para las actividades y participantes de Actividad Física Adaptada.
- Se trataría de organizar formación especializada en el ámbito de la Actividad Física Adaptada y referente a las características de la personas con discapacidad al resto de agentes implicados en el desarrollo de los programas de promoción de Actividad Física y Deporte.

**3.3.** Promover en todas la figuras profesionales relacionadas con la Actividad Física Adaptada actividades de Formación Permanente.

## **6. AGENTES IMPLICADOS, POSIBLES ALIADOS INSTITUCIONALES**

La actividad físico-deportiva ha pasado de ser una práctica de algunos a ser reclamada por el conjunto de la sociedad, sin distinción de sexo, condición, edad, nivel socio – económico o cultural. Entre las personas con discapacidad, el acceso al deporte es todavía hoy una realidad compleja, por ello para facilitar el acceso y el compromiso distinguimos los distintos agentes sociales implicados en la práctica de Actividad Física y Deporte Adaptado, organizados básicamente en tres ámbitos:

### **I. Las administraciones públicas:**

#### **1) ADMINISTRACIÓN DEL ESTADO**

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Sanidad y Políticas Sociales
- Ministerio de Educación (Universidades)

#### **2) ADMINISTRACIÓN AUTONÓMICA**

- Consejos Autonómicos de Deportes
- Consejerías de Sanidad
- Consejerías de Bienestar Social
- Consejerías de Educación (Universidades)

#### **3) ADMINISTRACIÓN MUNICIPAL Y SUPRA-MUNICIPAL**

- Municipios y Concejalías de Deportes, Sanidad, Bienestar Social y Educación
- Mancomunidades
- Diputaciones Provinciales

Uno de los principios rectores de la política social y económica de nuestra Constitución, es que los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte, facilitando, asimismo, la adecuada utilización del ocio. En las personas con discapacidad, la ocupación plena y significativa del ocio y tiempo es todavía una utopía. Por ello, en cuanto a las administraciones públicas, la transversalidad real y efectiva se convierte en factor clave. Especialmente en las administraciones públicas de Deportes, Sanidad, Educación y Dependencia. Se podrían establecer otras redes específicas con la administración de justicia, de trabajo e inmigración, turismo o medio rural, por ejemplo.

### **II. Las empresas, con su responsabilidad social corporativa:**

#### **1) EMPRESAS:**

- Empresas Ordinarias con empleo protegido de Personas con Discapacidad
- Centros Especiales de Empleo

- Deporte Empresa Convencional
- Deporte Empresa Específico
- 2) FUNDACIONES EMPRESARIALES:
  - Fundaciones de Empresa para el fomento de la actividad físico-deportiva convencional
  - Fundaciones de Empresa para el fomento de la actividad físico-deportiva adaptada
- III. Las federaciones deportivas, clubes deportivos, asociaciones sin ánimo de lucro:
  - 1) COMITÉ OLÍMPICO Y PARALÍMPICO ESPAÑOL
  - 2) FEDERACIONES DEPORTIVAS:
    - Unión de Federaciones Deportivas Españolas o Autonómicas
    - Federaciones Españolas Deportivas Convencionales
    - Federaciones Españolas de Deportes de Personas con Discapacidad: FEDDF, FEDC, FEDS, FEDPC, FEDDI
    - Federaciones Autonómicas Deportivas Convencionales
    - Federaciones Autonómicas de Deportes Adaptados
  - 3) CLUBES DEPORTIVOS:
    - Clubes Deportivos Convencionales
    - Clubes Deportivos Convencionales con Sección de Deportes Adaptados
    - Clubes Deportivos Específicos
  - 4) FUNDACIONES DEPORTIVAS:
    - Fundaciones de Promoción Deportiva Convencionales
    - Fundaciones de Promoción Deportiva Convencionales con Sección de Deportes Adaptados
    - Fundaciones de Promoción Deportiva Específica
  - 5) CONSEJO ESTATAL DE REPRESENTANTES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD (CERMI):
    - Consejo Estatal de Representantes de Personas con Discapacidad de España
    - Consejos Autonómicos de Representantes de Personas con Discapacidad
  - 6) FEDERACIONES, FUNDACIONES Y ASOCIACIONES GENERALISTAS DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD:
    - Sin Sección Deportiva
    - Con Sección Deportiva
  - 7) OTRAS ORGANIZACIONES NO GUBERNAMENTALES SIN ÁNIMO DE LUCRO:
    - ONG's de Cooperación al Desarrollo mediante programas de deporte y deporte adaptado en el tercer y cuarto mundo

El compromiso, la interdependencia, cooperación y armonía entre estos distintos ámbitos o poderes del estado (político, económico y civil) en materia de Actividad Física y Deporte Adaptado permitirá establecer una adecuada red social y, por consiguiente, la incorporación progresiva de las personas con discapacidad a la práctica de Actividad Física.

## **7. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, PROYECTOS Y ACCIONES A DESARROLLAR**

En este epígrafe se exponen las principales medidas, proyectos y acciones a desarrollar en función de los objetivos generales y ejes de actuación estratégica propuestos:

- 1. – Inclusión del alumnado con discapacidad en la Educación Física y en la práctica físico-deportiva en los centros educativos.**
- 2. – Inclusión del alumnado con discapacidad en las actividades físico-deportivas universitarias.**
- 3. - Programas de promoción y desarrollo del deporte adaptado integrado en las federaciones deportivas a nivel nacional y territorial**
- 4. - Inclusión de la actividad física adaptada para personas con discapacidad en el Sistema Nacional de Salud. “Plan Hospi Sport”**
- 5. - Inclusión de las personas con discapacidad en la oferta deportiva relacionada con la promoción de la actividad física deportiva, en los ámbitos, municipal, comarcal y provincial**
- 6. – Plan de formación de especialistas en Actividad Física Adaptada y de personal de apoyo (actividades e instalaciones).**
- 7. - Fomento de la investigación en el ámbito de la Actividad Físico-Deportiva Adaptada.**
- 8. – Elaboración de un Manual de buenas prácticas de la Educación Física y de la Actividad Física Deportiva en un entorno inclusivo.**
- 9. – Elaboración de una Guía de buenas prácticas de accesibilidad para instalaciones deportivas (supresión de barreras arquitectónicas y en la comunicación)**
- 10. – Plan de patrocinio de los programas de promoción de deporte y actividad física adaptados a las personas con discapacidad.**

- 11. – Reconocimiento de personal especialista en Actividad Física Adaptada en las instalaciones deportivas y centros educativos y de salud.**
- 12. – Gran discapacidad y prestación económica de asistencia personalizada.**
- 13. – Propuesta de creación de una unidad administrativa específica de Actividad Física y Deporte Adaptado para personas en riesgo de exclusión social tanto en el ámbito estatal como autonómico**
- 14. - Campaña de sensibilización, información y animación de la oferta de Actividad Física Adaptada y Deporte a las personas con discapacidad.**



<b>Nº 1</b>	<b>INCLUSIÓN DEL ALUMNADO CON DISCAPACIDAD EN LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EN LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN LOS CENTROS EDUCATIVOS.</b>
<b>Descripción:</b> <p>Velar para que los centros educativos adopten las medidas organizativas, curriculares, de innovación y desarrollo profesional que faciliten la inclusión del alumnado con discapacidad en las sesiones de Educación Física, en el Deporte en edad escolar y en la oferta de práctica de actividad física y deportiva, incluidos los juegos escolares, tanto a nivel territorial como nacional, revisando los modelos de competición tradicionalmente establecidos.</p>	
<b>Responsable:</b> <p>Ministerio de Educación y Consejerías de las Comunidades Autónomas con competencias en las Áreas de Educación y Deporte Consejo Superior de Deportes Conferencia Sectorial de Educación</p>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Áreas de Educación y Deportes de las Diputaciones Provinciales y de los Ayuntamientos</li><li>— Centros educativos de las etapas infantil, primaria, secundaria y de Educación Especial</li><li>— Consejos de Deporte en edad escolar</li><li>— Federaciones Deportivas y de Deporte Adaptado de ámbito nacional y territorial</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>Conseguir el compromiso del Ministerio de Educación para que se adopten las medidas adecuadas.</p> <p>Presentar a la Conferencia Sectorial de Educación la propuesta de juegos escolares inclusivos, conseguir el compromiso de las instituciones representadas en este organismo, y reglamentar y poner en marcha los nuevos criterios de participación.</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Incrementar el número de practicantes de actividad física y deportiva entre las personas con discapacidad en el ámbito educativo general y en los juegos deportivos escolares.</p>	

Disminuir el sedentarismo y la obesidad del alumnado con discapacidad

Mejorar el potencial educativo en una visión de respeto a la diferencia y de cohesión social

Crear adherencia a la práctica deportiva entre la población infantil y juvenil con discapacidad.

<b>Nº 2</b>	<b>INCLUSIÓN DEL ALUMNADO CON DISCAPACIDAD EN LAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS UNIVERSITARIAS</b>
<b>Descripción:</b> <p>Velar para que las Universidades adopten las medidas organizativas, curriculares, de innovación y desarrollo profesional que faciliten la inclusión del alumnado y profesionales que trabajan en la Universidad con discapacidad, en igualdad de condiciones que las personas sin discapacidad, en las actividades físico-deportivas universitarias, incluidas en el caso del alumnado las competiciones universitarias, revisando el modelo tradicionalmente establecido de las mismas.</p>	
<b>Responsable:</b> <p>Universidades Los organismos autonómicos que velen por la organización de las competiciones universitarias. Ministerio de Educación Consejo Superior de Deportes</p>	
<b>Colaboraciones:</b> <p>Conferencia Sectorial de Educación</p>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>Conseguir el compromiso del Ministerio de Educación para que se adopten las medidas adecuadas. Presentar a la Conferencia Sectorial de Educación la propuesta de competiciones universitarias inclusivas, conseguir el compromiso de las instituciones representadas en este organismo, y reglamentar y poner en marcha los nuevos criterios de participación.</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Incrementar el número de practicantes de actividad física y deportiva entre las personas con discapacidad en el ámbito universitario Disminuir el sedentarismo y la obesidad del alumnado y de los trabajadores de la Universidad con discapacidad Mejorar el potencial educativo en una visión de respeto a la diferencia y de cohesión social</p>	

Crear adherencia a la práctica deportiva entre la población universitaria con discapacidad.

<b>Nº 3</b>	<b>PROGRAMAS DE PROMOCIÓN Y DESARROLLO DEL DEPORTE ADAPTADO INTEGRADO EN LAS FEDERACIONES DEPORTIVAS A NIVEL NACIONAL Y TERRITORIAL</b>
<b>Descripción:</b> <p>Desarrollar e impulsar programas de promoción y desarrollo deportivo desde la iniciación, hasta la competición y alta competición, en el seno de las propias Federaciones Deportivas Nacionales, con el objeto de dotar de mayores recursos y lograr criterios inclusivos en la práctica de aquellas modalidades deportivas susceptibles de ser incluidas en las mismas.</p>	
<b>Responsable:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Federaciones Deportivas Nacionales y Territoriales</li><li>— Federaciones Españolas de Deporte Adaptado Nacionales i Territoriales</li><li>— Consejo Superior de Deportes y Comunidades Autónomas</li></ul>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Sanidad y Política Social</li><li>— Ministerio de Educación</li><li>— Ministerio de Igualdad</li><li>— CPE</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>Colaborar y apoyar económicamente los programas de promoción y desarrollo de las Federaciones Deportivas que se ajusten a los criterios establecidos.</p> <p>Impulsar en las Federaciones Nacionales y Territoriales la inclusión de la modalidad deportiva adaptada que sea susceptible de ser integrada.</p> <p>Proponer que aplique la propuesta en la forma de un Real Decreto y velar por la aprobación y aplicación del mismo.</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Lograr una mayor especialización de los servicios dispuestos a las personas con discapacidad para la práctica de las modalidades deportivas que puedan ser incluidas dentro de las Federaciones Deportivas.</p> <p>Ampliar al ámbito de actuación y promoción a través de intervenciones en el sector específico de la modalidad, mediante prácticas inclusivas tanto en la base como en la competición y alta competición.</p> <p>Incrementar el número de practicantes de actividad física y deportiva entre el colectivo de personas con discapacidad.</p> <p>Sensibilizar a todos los agentes involucrados en la promoción del deporte y de la actividad física.</p>	

Rentabilizar los recursos destinados a la promoción del deporte y de la actividad física.

<b>Nº 4</b>	<b>INCLUSIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN EL SISTEMA NACIONAL DE SALUD “PLAN HOSPI ESPORT”</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Desarrollo un Plan Nacional para inclusión de la Actividad Física Adaptada para personas con discapacidad en el Sistema Nacional de Salud “Plan Hospi Esport”. Incluyendo las actividades físicas y la iniciación al Deporte Adaptado, en especial en los programas de readaptación funcional, para personas con discapacidad en la red sanitaria pública nacional, ya sea hospitalaria o extra-hospitalaria. Ofreciéndoles unos niveles de salud y calidad de vida, equiparables a los del resto de la población, favoreciendo así una disminución de su gasto sanitario en el futuro.</p> <p>Este Plan deberá seguir los criterios marcados por la Unión Europea en esta materia, en especial por su Programa Helios II, definiendo los niveles de intervención e utilización de las actividades físicas y el deporte adaptado en los protocolos de aplicación para estas personas, en especial en procesos de su adaptación/readaptación funcional. Siendo los profesionales de la enseñanza de la Educación Física Adaptada los responsables de llevarlas a cabo, los cuales deberán incorporarse a los equipos multidisciplinares de atención para estas personas, ya sean hospitalarios o extra-hospitalarios en la sanidad pública. También este Plan Nacional “Plan Hospi Esport” deberá garantizar los recursos materiales necesarios para su desarrollo tanto, como transporte adaptado, adaptación de infraestructuras sanitarias y deportivas, y especialmente la extensión de los derechos al material ortoprotésico, sillas de ruedas deportivas y las ayudas técnicas, revisando la cartera de servicios ortoprotésicos y de ayudas técnicas del sistema nacional de salud.</p> <p>Con su desarrollo se fomentará el acceso a la práctica deportiva de base, ya desde el mismo hospital a la piscina, a la cancha, al tartán, coordinándose posteriormente con los servicios de atención primaria para garantizar su continuidad y seguimiento multidisciplinar. Garantizándose, en todo momento, su igualdad de oportunidades para alcanzar el nivel de práctica que deseen, incluyendo la práctica deportiva de competición como cantera de futuros campeones paralímpicos españoles, muchos de los cuales se han iniciado su práctica en los hospitales públicos nacionales.</p>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Presidencia del Gobierno – Secretaria de Estado para el Deporte – C.S.D. Ministerio de Sanidad y Política Social</p>	

**Colaboraciones:**

- Consejerías de las Comunidades Autónomas responsables del ámbito deportivo
- Consejerías de las Comunidades Autónomas de Sanidad y Políticas Sociales.
- Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud.
- Federaciones deportivas con modalidades deportivas adaptadas
- CERMI (Comité Español de Representantes de personas con discapacidad)
- Sociedad Española de Rehabilitación.
- F.E.M.E.D.E.
- Real Patronato sobre Discapacidad.
- CEAPAT.

**Actuación del CSD:**

- Establecer un Comité de Desarrollo y Seguimiento del **“Plan Hospi Esport”**, que coordine las acciones necesarias para su implementación, especialmente entre Presidencia del Gobierno, el Ministerio de Sanidad y Política Social y la correspondencias en las Comunidades Autónomas
- Conseguir del Ministerio de Sanidad y Política Social los recursos necesarios para su diseño e implementación en el territorio nacional.
- Establecer un grupo de desarrollo del Plan **“Plan Hospi Esport”** en el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud, que canalice todas sus necesidades desde la red pública sanitaria nacional.

**Objetivos:**

- Desde una perspectiva sanitaria, fomentar una práctica deportiva como hábito saludable que reduzca el gasto sanitario de las personas con discapacidad.
  - Cubrir un aspecto social importante, ofreciendo a la persona con discapacidad una fórmula de inclusiva de mejora de imagen social y de calidad de vida.
  - Crear adherencia a la práctica deportiva entre las personas con discapacidad, desde la franja de edad infantil hasta la tercera edad.
  - Y finalmente, desde el punto de vista deportivo, forjar a futuros deportistas, que algún día podrán llegar a ser de élite del deporte paralímpico español
- Resultados a alcanzar:**
- Mejorar el proceso de readaptación funcional de las personas con discapacidad incluyendo las actividades físicas y deportivas adaptadas a los protocolos de readaptación funcional hospitalaria y/o extra-hospitalario de la sanidad pública.
  - Cumplir los criterios de readaptación funcional para las personas con



discapacidad establecidos por la Unión Europea, tanto a nivel sanitario como socio-comunitario

- Favorecer la salud global de las personas con discapacidad mediante su inclusión a las prácticas deportivas adaptadas, favoreciendo su proceso de continuidad ya sea en el ámbito de salud, deporte para todos y en su posibilidad de deporte de competición.
- Favorecer el desarrollo del deporte adaptado de competición, como máximo exponente del espíritu de superación de las personas con discapacidad.
- Incorporación de los profesionales de la enseñanza de la actividad física y deportiva, en este caso adaptada, a los equipos de equipos multidisciplinares de atención sanitaria para estas personas a todos los niveles. Ampliándose la oferta formativa / profesional de las ciencias del deporte en la mejora de la salud poblacional.

<b>Nº 5</b>	<b>INCLUSION DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN LA OFERTA DEPORTIVA RELACIONADA CON LA PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FISICA DEPORTIVA EN LOS AMBITOS, MUNICIPAL, COMARCAL Y PROVINCIAL</b>
<b>Descripción:</b>  Impulsar y apoyar en el ámbito municipal, comarcal y provincial, la inclusión de las personas con discapacidad en la oferta deportiva relacionada con la promoción de la actividad físico-deportiva, (actividades, competiciones, y eventos), con especial incidencia en la edad escolar y juvenil, elaborando al efecto un protocolo de orientaciones que facilite dicha inclusión.	
<b>Responsable:</b> Federación Española de Municipios y Provincias Diputaciones Provinciales Consejos comarcales Mancomunidades Ayuntamientos	
<b>Colaboraciones:</b>  Consejo Superior de Deportes	
<b>Actuación del CSD:</b>  Conseguir el compromiso de la Federación Española de Municipios y Provincias, para que los Ayuntamientos y las Provincias, en sus respectivos ámbitos de actuación, fomenten la inclusión de las personas con discapacidad en las actividades, competiciones y eventos deportivos en sus diferentes formas, organizando y/o subvencionando el desarrollo de las mismas.  Establecer convenios y colaborar con la FEMyP en el diseño de un protocolo de orientaciones, que facilite la inclusión de las personas con discapacidad en la oferta deportiva a desarrollar en las instalaciones de titularidad pública.	
<b>Objetivos a alcanzar:</b>  Incrementar el número de practicantes de actividad física y deportiva entre las personas con discapacidad.  Complementar el inicio a la actividad físico deportiva con el desarrollo de	

competiciones y eventos deportivos en sus diferentes formas, como factor de estímulo en muchos casos para las personas con discapacidad.

Crear adherencia a la práctica deportiva fundamentalmente entre la población infantil y juvenil con discapacidad.

Fomentar a través de la oferta deportiva la interrelación social.

Establecer pautas de actuación que permitan facilitar la inclusión de las personas en la oferta deportiva relacionada con la promoción de la actividad físico-deportiva.

<b>Nº 6</b>	<b>PLAN DE FORMACIÓN DE ESPECIALISTAS EN ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA Y DE PERSONAL DE APOYO (ACTIVIDADES E INSTALACIONES).</b>
<b>Descripción:</b> <p>Asegurar que los futuros docentes en Educación Física, Actividades Físico - Deportivas y los técnicos deportivos, dispongan en su itinerario curricular de créditos sobre Actividad Física Adaptada, con carácter obligatorio.</p> <p>Asegurar la presencia de estos créditos en las cualificaciones profesionales en relación al tema, así como en cursos de Postgrado, Másters y Doctorados.</p> <p>Y en la formación continua, impulsar planes de formación centrados en esos contenidos.</p>	
<b>Responsable:</b> Ministerio de Educación y las Universidades Consejo Superior de Deportes	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Áreas / concejalías municipales con competencias deportivas.</li><li>— Consejerías de las Comunidades Autónomas que se ocupen del ámbito educativo y deportivo.</li><li>— Federaciones Deportivas y de Deporte Adaptado a las personas con discapacidad.</li><li>— Instituto Nacional de las Cualificaciones (INCUAL).</li><li>— Ilustre Colegio Oficial de Licenciados en CC de la Actividad Física y del Deporte (COLEFYCAFD):</li></ul>	

**Actuación del CSD:**

Hacer un seguimiento de la aplicación del Real Decreto 1363/2007 del 24 de octubre, referente a la ordenación general de enseñanzas deportivas de régimen especial y el tratamiento de la discapacidad en el mismo.

Conseguir el compromiso del Ministerio de Ciencia e Innovación para que se contemple en los planes de estudio de las Universidades, a nivel nacional, la obligatoriedad de cursar estos créditos, tanto en la formación de ciclo inicial como en la formación continua.

Coordinar la formación de técnicos en la iniciación deportiva para personas con discapacidad junto con las federaciones colaboradoras, así como las cualificaciones profesionales en relación a las actividades físico deportivas.

Promover, junto con las entidades colaboradoras, la formación continua de los profesionales del ámbito deportivo en relación al tratamiento e intervención con personas con discapacidad.

Fomentar y proporcionar la cualificación y/o tecnificación profesional en relación a las actividades físico-deportivas para deportistas con discapacidad tras su retiro deportivo y competitivo.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Conseguir que todos los docentes en educación física, profesionales de la actividad físico deportiva y los técnicos deportivos dispongan de la formación necesaria para dar respuesta adecuada a las necesidades educativas especiales que puedan presentar las personas con discapacidad.

Crear adherencia a la práctica deportiva entre las personas con discapacidad.

Eliminar el voluntariado sin formación específica que colabora en la ejecución de estos programas, contribuyendo a la profesionalización del sector.

Homogeneizar y actualizar la oferta de formación continua para este ámbito en colaboración con los agentes colaboradores.

Reconocer la experiencia deportiva de alto nivel de deportistas con discapacidad de cara a complementar su formación / tecnificación como profesionales del sector deportivo.

Aumentar la calidad de servicio en la oferta de actividades físicas y deportivas adaptadas a las personas con discapacidad.

<b>Nº 7</b>	<b>FOMENTO DE LA INVESTIGACIÓN EN EL ÁMBITO DE LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA ADAPTADA</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Impulsar líneas de investigación</b> que estudien, diseñen y promuevan las actividades físico-deportivas de las personas con discapacidad en cualquiera de los ámbitos del desarrollo personal. Incluir la Educación Física para el alumnado con Necesidades Educativas Especiales, las actividades físico-deportivas para personas con discapacidad y el deporte adaptado como descriptores específicos en las convocatorias de investigación de las entidades responsables.</li><li>- <b>Crear un Observatorio nacional</b> de investigación sobre Actividad Física Adaptada.</li><li>- <b>Establecer convocatorias de Premios</b>, con periodicidad anual, a aquellos trabajos de investigación sobre Actividades Físicas Adaptadas en los distintos ámbitos: educativo, recreativo, terapéutico y competitivo.</li></ul>	
<p><b>Responsables:</b></p> <p>Ministerio de Educación. Ministerio de Ciencia e Innovación. Consejo Superior de Deportes. Consejerías de Deportes de las Comunidades Autónomas. Universidades</p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <p>Consejo Superior de Investigaciones Científicas. Comité Paralímpico Español. Entidades públicas y privadas que incluyan en sus programas el fomento y la organización del deporte y la actividad física de las personas con discapacidad: Diputaciones Provinciales, Ayuntamientos, Federaciones, Asociaciones, Fundaciones, Empresas, entre otros.</p>	
<p><b>Actuación del CSD:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Promover la propuesta a las entidades arriba mencionadas.</li><li>- Realizar el seguimiento de las convocatorias que se realicen.</li><li>- Crear una base de datos con los trabajos más destacados.</li><li>- Canalizar y hacer efectiva la divulgación de los resultados.</li></ul>	

---

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Estimular la investigación en Actividades Físicas Adaptadas.

Abrir nuevas líneas de trabajo en materia investigadora.

Crear un Observatorio nacional de investigación sobre Actividad Física Adaptada.

Dar respuesta a situaciones reales de grupos sociales concretos.

Despertar el interés por líneas de investigación poco estudiadas.

Sensibilizar a la sociedad acerca de las posibilidades que la práctica deportiva ofrece a las personas con discapacidad.

<b>Nº 8</b>	<b>ELABORACIÓN DE UN MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA EN UN ENTORNO INCLUSIVO.</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Elaborar el Manual de buenas prácticas que facilita a los profesionales de la Educación Física y de la actividad deportiva las orientaciones necesarias para conseguir unas buenas prácticas en la inclusión de las personas con discapacidad.</p> <p>Para ello se deberá:</p> <p>Realizar un estudio que analice e identifique tanto las estrategias educativas que promueven la inclusión y cohesión social como las que reproducen la exclusión social.</p> <p>Realizar un estudio en profundidad sobre las dificultades que obstaculizan la participación de las personas con discapacidad en la oferta deportiva, tanto en el ámbito municipal como el educativo, el federativo-asociativo y el sanitario, así como de sus hábitos de práctica de Deporte o de Actividad Física.</p>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Consejo Superior de Deportes</p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>— Entidades municipales, educativas y federativas-asociativas que tengan relevancia en la oferta de actividad física y deportiva dirigida a las personas con discapacidad.</li><li>— Universidades de Ciencias del Deporte, Federaciones de Deportes Adaptados, Federaciones de Deportes, expertos en la materia, CPE, Real Patronato sobre la Discapacidad, CERMI a través del Foro para la Atención Educativa a Personas con Discapacidad.</li><li>— Comité Paralímpico Español</li></ul>	
<p><b>Actuación del CSD:</b></p> <p>Presentar el proyecto a las instituciones colaboradoras</p> <p>Firmar un convenio de colaboración con las entidades participantes</p> <p>Contratación de los expertos que realicen los estudios previos</p> <p>Publicación de conclusiones y del Manual de buenas prácticas</p>	



**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Disponer de datos objetivos que permitan potenciar las estrategias educativas que facilitan la inclusión y cohesión social y erradicar las que reproducen la exclusión social de las personas con discapacidad.

Incrementar y dar a conocer la actividad inclusiva entre los profesionales y el alumnado de la educación física y de la actividad deportiva

Incrementar el número de practicantes de actividad física y deportiva entre las personas con discapacidad.

Crear adherencia a la práctica deportiva entre las personas con discapacidad.

Sensibilizar a todos los agentes implicados en la promoción del Deporte y la Actividad Física adaptada a las personas con discapacidad y a ellas mismas sobre la igualdad de oportunidades y de cómo hacerla efectiva.

<b>Nº 9</b>	<b>ELABORACIÓN DE UNA GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS DE ACCESIBILIDAD PARA INSTALACIONES DEPORTIVAS (SUPRESIÓN DE BARRERAS ARQUITECTÓNICAS Y EN LA COMUNICACIÓN)</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Manual de Recomendaciones sobre las pautas de actuación en cuanto al diseño y gestión de los espacios urbanísticos y arquitectónicos, sus sistemas de comunicación e información, sus bienes, productos y servicios; y la usabilidad de los mismos por personas con grandes discapacidades y/o personas con movilidad / comunicación reducida temporal (PMR) que complemente y amplíe la normativa de accesibilidad existente en cada una de las Comunidades Autónomas.</p> <p>Facilitar la aplicación de la normativa con criterios de “accesibilidad universal” y “diseño para todos”, tanto en proyectos de obra nueva como de rehabilitación, para así mejorar la utilización lo más autónoma posible de estas instalaciones deportivas a personas con grandes discapacidades de manera individual o en grupos o equipos, a las personas mayores y al deporte en edad escolar (alumnado de primaria).</p> <p>Se requerirá la colaboración con el Centro Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas (CEAPAT) para la inclusión del material deportivo adaptado en el Catalogo General de Ayudas Técnicas.</p> <p>Con el cumplimiento de los contenidos de esta GUÍA, se conseguirá un CERTIFICADO DE CALIDAD DE LA ACCESIBILIDAD, para asegurar que las personas con discapacidad, PMR, tercera edad, mujeres embarazadas y niños menores de 7 años (educación infantil), etc. tengan acceso y puedan utilizar autónomamente las instalaciones deportivas, recreativas y turísticas, con total normalidad.</p>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Consejo Superior de Deportes</p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Fomento y Ministerio de Sanidad y Política Social.</li><li>— Áreas de las Comunidades Autónomas, Corporaciones Comarcales, Municipales y Locales que se ocupen de la aplicación de la normativa de accesibilidad.</li><li>— Colegios de Arquitectos y Consultorías de Accesibilidad, expertas en instalaciones deportivas y deporte adaptado.</li><li>— Federaciones de Municipios y Provincias.</li><li>— Asociaciones y Organizaciones Promotoras del Deporte Adaptado</li></ul>	

- MEPSYD (Real Patronato sobre Discapacidad, CEAPAT y otros)
- CERMI (Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad)
- CPE (Comité Paralímpico Español).

### **Actuación del CSD:**

Realizar la “GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS DE ACCESIBILIDAD PARA INSTALACIONES DEPORTIVAS” con criterios asumibles y asequibles para facilitar su comprensión y aplicación, y con requerimientos por encima de las exigencias de las normativas vigentes en cada una de las Comunidades Autónomas, pero con “Diseños normalizados para Todos”.

Niveles de Accesibilidad: A, AA, AAA

Sensibilizar al Ministerio de Sanidad y Política Social de la necesidad de incluir el material adaptado dentro del Catálogo General de Ayudas Técnicas.

Coordinarse con el CEAPAT, las Federaciones Españolas de Deporte Adaptado y el CPE para la elaboración del catálogo de Material Deportivo Adaptado.

### **Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Garantizar el acceso, el uso y disfrute de las instalaciones deportivas, recreativas y turísticas, sin barreras arquitectónicas ni en la comunicación.

Incrementar el número de practicantes de actividad física y deportiva adaptada, al facilitar la instalación la práctica deportiva de personas con discapacidad.

Sensibilizar a todos los agentes implicados en la promoción del Deporte y la Actividad Física adaptada de las personas con discapacidad, y a su vez, al público en general que comparte el uso de la instalación con ellos.

Asegurar que los niños y las niñas con discapacidad tengan igual acceso como los demás niños y niñas a la participación en actividades lúdicas, recreativas, de esparcimiento y deportivas, incluidas las que se realicen dentro del sistema escolar.

Ampliar los requerimientos existentes en las diferentes normativas sobre accesibilidad en las 17 Comunidades Autónomas para personas con discapacidades físicas, sensoriales, intelectuales y mentales, con la necesidad de incorporar ayudas técnicas y nuevas tecnologías y material deportivo adaptado.

Velar por el cumplimiento de las normativas sobre accesibilidad y supresión de barreras arquitectónicas y en la comunicación, en todas las instalaciones deportivas de titularidad pública y privada, tanto en el diseño del proyecto, como en la ejecución de la obra, y en la gestión del equipamiento mediante el Certificado de Accesibilidad y sus niveles de calidad: A, AA, AAA.

Elaborar un censo de instalaciones deportivas adaptadas: Especificación del grado de accesibilidad, revisión continuada de las instalaciones deportivas adaptadas.

Permitir que un mayor número de personas con discapacidad tenga acceso al material adaptado indispensable para practicar las respectivas modalidades deportivas ya que habitualmente tienen un elevado coste económico.

Propiciar Centros Deportivos en las ciudades y en el medio rural, como centros de animación socio-cultural y deportiva, con accesibilidad para todas las discapacidades (interrelación social), ampliando su función social, al ser un lugar donde se conoce gente de todas las edades y se concilia la vida familiar.

Aumentar la flota de transporte accesible en todos los municipios para facilitar el traslado de personas con discapacidad, reduciendo las tarifas para ellas.

<b>Nº 10</b>	<b>PLAN DE PATROCINIO DE LOS PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DE DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADOS A LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD.</b>
<b>Descripción:</b> Promover el patrocinio, por parte de empresas privadas, de los programas de promoción del deporte y de la actividad física adaptados a las personas con discapacidad.	
<b>Responsable:</b> Consejo Superior de Deportes	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Comité Paralímpico Español</li><li>— Ministerio de Economía y Hacienda.</li><li>— Federaciones nacionales de Deporte y de Deporte Adaptado a las personas con discapacidad</li><li>— Organizaciones estatales centradas en las personas con discapacidad</li><li>— Fundación ONCE</li><li>— Obras sociales de las Cajas de Ahorro-</li><li>— Fundaciones de carácter social sin ánimo de lucro.</li><li>— Entidades privadas, empresas.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b>  Diseñar una propuesta consensuada con las entidades colaboradoras que contemple la creación de medidas fiscales que favorezcan el patrocinio de los programas de promoción del deporte y de la actividad física adaptados a personas con discapacidad.  Proponer al Ministerio de Economía y Hacienda la aprobación de las medidas fiscales.	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b>  Disponer de recursos para impulsar programas de promoción tanto en un contexto inclusivo como en grupos específicos en los ámbitos municipal, educativo, federativo-asociativo y sanitario. Formar al Voluntariado sin formación específica que colabora en la ejecución de estos programas, contribuyendo así a la profesionalización del sector. Aumentar la calidad de servicio en la oferta de actividades físicas y deportivas adaptadas a las personas con discapacidad. Incrementar el número de practicantes de actividad física y deportiva entre las personas con discapacidad. Crear adherencia a la práctica deportiva entre las personas con discapacidad,	

desde la franja de edad infantil hasta la tercera edad.

<b>Nº 11</b>	<b>RECONOCIMIENTO DE PERSONAL ESPECIALISTA EN ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA EN LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS Y CENTROS EDUCATIVOS Y DE SALUD.</b>
<b>Descripción:</b>  Identificación de los perfiles profesionales correspondientes: Especialista en Actividad Física y Deporte Adaptado, del Monitor de Apoyo Deportivo y del Auxiliar de Apoyo al Vestuario  Asegurar la contratación de los mismos, cuando el desarrollo de los programas lo precisen, en las plantillas profesionales de las instalaciones deportivas, de los centros educativos y de salud.	
<b>Responsable:</b>  Para la identificación y diseño de los perfiles profesionales: Ministerio de Educación, Ministerio de Sanidad y Política Social y Consejo Superior de Deportes  Para asegurar la contratación de los mismos: Ministerio de Trabajo e Inmigración y Entidades gestoras, públicas y privadas, de los centros deportivos, educativos y de salud.	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Consejerías de las Comunidades Autónomas que se ocupen del ámbito educativo, deportivo y de trabajo.</li><li>— Diputaciones Provinciales</li><li>— Ayuntamientos</li><li>— Federaciones Deportivas y de Deporte Adaptado a las personas con discapacidad.</li><li>— Centros educativos</li><li>— Instalaciones deportivas municipales</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b>  Diseñar, con la colaboración de los agentes implicados, los perfiles profesionales del Especialista en Actividad Física y Deporte Adaptado, del Monitor de Apoyo Deportivo y del Auxiliar de Apoyo al Vestuario.  Instar a los Ministerios implicados a que elaboren una Ley que incluya estos perfiles profesionales y la obligatoriedad de los mismos, cuando el desarrollo de los programas lo precisen, de la prestación de este servicio en las instalaciones deportivas municipales, comarcales y provinciales y centros educativos.	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b>  Aumentar la calidad de servicio en la oferta de actividades físicas y deportivas adaptadas a las personas con discapacidad.	

Crear adherencia a la práctica deportiva entre las personas con discapacidad.



<b>Nº 12</b>	<b>GRAN DISCAPACIDAD Y PRESTACION ECONOMICA DE ASISTENCIA PERSONALIZADA.</b>
--------------	--

**Descripción:**

Dado que la LEY 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia, en el CAPÍTULO II de Prestaciones y Catálogo de servicios de atención del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia, Sección 2.ª: Prestaciones económicas, Artículo 19: Prestación económica de asistencia personal dice:

“La prestación económica de asistencia personal tiene como finalidad la promoción de la autonomía de las personas con gran dependencia. Su objetivo es contribuir a la contratación de una asistencia personal, durante un número de horas, que facilite al beneficiario el acceso a la educación y al trabajo, así como una vida más autónoma en el ejercicio de las actividades básicas de la vida diaria. Previo acuerdo del Consejo Territorial del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia, se establecerán las condiciones específicas de acceso a esta prestación”.

Se propone que las personas con gran discapacidad que sean dependientes, tanto en traslados como en vestuarios, puedan participar en la oferta de actividades físico-deportivas con la colaboración de un asistente personal.

**Responsable:**

Ministerio de Sanidad y Política Social

**Colaboraciones:**

- Ministerio de Educación
- Ministerio de Igualdad
- Comunidades Autónomas

**Actuación del CSD:**

Conseguir el compromiso del Ministerio de Sanidad y Política Social para que se adopten las medidas adecuadas para que se aplique la Ley a la totalidad del colectivo de personas con gran discapacidad y en todos los ámbitos reflejados en la misma.

**Objetivos a alcanzar:**

Que ninguna persona con gran discapacidad y con reconocimiento de situación

de dependencia se quede sin hacer actividad físico-deportiva por no tener ayuda personal para actividades básicas tales como cambiarse de ropa para hacer deporte, ducharse después, etc.

Disminuir el sedentarismo y la obesidad de las personas con gran discapacidad.

Crear adherencia a la práctica de actividad físico-deportiva entre las personas con gran discapacidad.

Nº 13	<b>PROPUESTA DE CREACIÓN DE UNA UNIDAD ADMINISTRATIVA ESPECÍFICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE ADAPTADO PARA PERSONAS EN RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL TANTO EN EL ÁMBITO ESTATAL COMO AUTONÓMICO</b>
<b>Descripción:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Se recomienda la inclusión de una Unidad Administrativa de Actividad Física y Deporte Adaptado dirigida a personas en riesgo de exclusión social en el Consejo Superior de Deportes y en las Secretarías o Direcciones Generales de Deportes de las Comunidades Autónomas.</li><li>- La Unidad de Actividad Física y Deporte Adaptado en personas en riesgo de exclusión social deberá fomentar políticas inclusivas a través del deporte en cualquiera de sus ámbitos de actuación (salud, competición, mayores, escuela, ocio y tiempo libre...).</li><li>- La Unidad, en aquellas administraciones públicas que por su volumen lo requieran, o la inclusión del perfil funcional profesional en otros Servicios de las Secretarías o Consejos de Deportes, deberá incorporar políticas deportivas de inclusión en: discapacidad, salud mental, menor de riesgo, delincuencia y cárceles, inmigración, pobreza, drogodependencia, etc.</li></ul>	
<b>Responsable:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Consejo Superior de Deportes.</li><li>- Gobiernos Autonómicos. Secretarías o Direcciones Generales Autonómicas de Deportes.</li><li>- Ayuntamientos</li></ul>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Administración del Estado. Transversalidad con otros Ministerios: Sanidad y Política Social, Educación, entre otros.</li><li>- Administración Autonómica. Transversalidad con otras Consejerías: Sanidad, Bienestar Social, Educación, entre otros.</li><li>- Diputaciones, Cabildos...</li><li>- Ayuntamientos</li><li>- Mancomunidades</li></ul>	

### **Actuación del CSD:**

- Impulsar, recomendar y estudiar la idoneidad de la creación del Servicio de Actividades Físicas y Deportes Adaptados dirigido a Personas en Riesgo de Exclusión Social, especialmente en aquellos Gobiernos Autonómicos o Ayuntamientos grandes que por su volumen de actividad y de personas en riesgo de exclusión social así lo requieran.
- Definir el perfil funcional profesional en Actividades Físicas y Deportes Adaptados dirigidos a Personas en Riesgo de Exclusión Social en alguno de los Servicios o Áreas de las Secretarías Autonómicas o Consejos Autonómicos de Deportes.

### **Objetivos / Resultados a alcanzar:**

El Servicio o el perfil funcional de la persona o equipo responsable en el Consejo Superior de Deportes y Consejos Autonómicos de Deportes, a través de la Secretaría de Estado y las Secretarías Autonómicas de Deportes debería contemplar, al menos, los siguientes objetivos:

- Fomentar e impulsar políticas de actividades físicas y deportes adaptados dirigidas a personas en riesgo de exclusión social: discapacidad, menor de riesgo, salud mental, drogodependencia, privación de libertad, delincuencia y cárceles, barrios de acción preferente, inmigración, desarraigo y pobreza, etc.
- Impulsar políticas hacia la práctica deportiva, entendiendo el deporte como un elemento de ocupación del tiempo libre pleno y significativo y de integración, normalización e inclusión social que contribuya al proceso de reinserción social y a una mejora en la calidad de vida y la salud global de las personas en situación de riesgo de exclusión social.
- Fomentar y desarrollar políticas alternativas de ocio y tiempo libre que favorezcan la práctica deportiva y contribuyan a unos hábitos de vida más saludables.
- Promoción del empleo. Integración económica, social y laboral, especialmente en el sector del deporte y actividades físico-deportivas en cualquiera de sus ámbitos: ocio y tiempo libre, competitivo, terapéutico, de sensibilización social, educativa y/o formativa.
- La promoción del empleo como actividad que contribuya al bien común y que cumpla una función social, de readaptación funcional y reinserción social, rehabilitadora y pedagógica como factor que mejore la salud global, aumente la calidad de vida y el bienestar social y favorezca la formación y desarrollo integral de la persona en riesgo de exclusión social.
- Impulsar en las instalaciones culturales, recreativas y deportivas servicios dirigidos a personas en riesgo de exclusión social.
- Promover, apoyar y desarrollar todo tipo de iniciativas, actuaciones, proyectos, programas, etc., que impulsen el proceso enseñanza-aprendizaje en general, especialmente en el marco de las actividades físicas y deportivas dirigidas a las personas en situación de riesgo de

exclusión social.

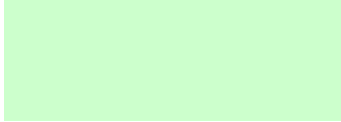
- Promover, apoyar y desarrollar políticas de transversalidad a través de relaciones, uniones, convenios, acuerdos, colaboraciones, etc., con personas físicas o jurídicas, organizaciones e instituciones, públicas o privadas, para el fomento del deporte, prestando especial atención a las actividades físicas y el deporte adaptado dirigido a personas en riesgo de exclusión social.

<b>Nº 14</b>	<b>CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN, INFORMACIÓN Y ANIMACIÓN DE LA OFERTA DE ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA Y DEPORTE A LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD.</b>
<b>Descripción:</b>  Intensificar y diversificar los canales de información y animación para garantizar la difusión y la información de la oferta de deporte y actividad física a todas las personas con discapacidad y al resto del tejido social, para contribuir a la sensibilización sobre la igualdad de oportunidades y favorecer la práctica inclusiva de las personas con discapacidad.	
<b>Responsable:</b>  Consejo Superior de Deportes	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Sanidad y Política Social</li><li>— Comunidades Autónomas mediante las Agencias Regionales de Discapacidad cuando proceda</li><li>— Entidades municipales, educativas y federativas-asociativas que tengan relevancia en la oferta de actividad física y deportiva dirigida a las personas con discapacidad.</li><li>— Los medios de comunicación (prensa, radio, televisión)</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b>  Diseñar y financiar una campaña de sensibilización sobre el derecho a la práctica de Deporte y Actividad Física de las personas con discapacidad en igualdad de condiciones que el resto de la población que puede acceder a esta práctica.  Crear un protocolo con las Comunidades Autónomas para promover la creación de redes entre las diversas entidades que se ocupan de la promoción de deporte y actividad física adaptada en los distintos ámbitos (educativo, municipal, federativo-asociativo y sanitario) para facilitar que la información de la oferta llegue a sus destinatarios.	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b>  Sensibilizar a la población en general y a las personas con discapacidad sobre la igualdad de oportunidades.  Incrementar el número de practicantes de actividad física y deportiva entre las personas con discapacidad.	

## **8. SELECCIÓN/DESCRIPCIÓN DE INDICADORES A ALCANZAR PARA EL SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN**

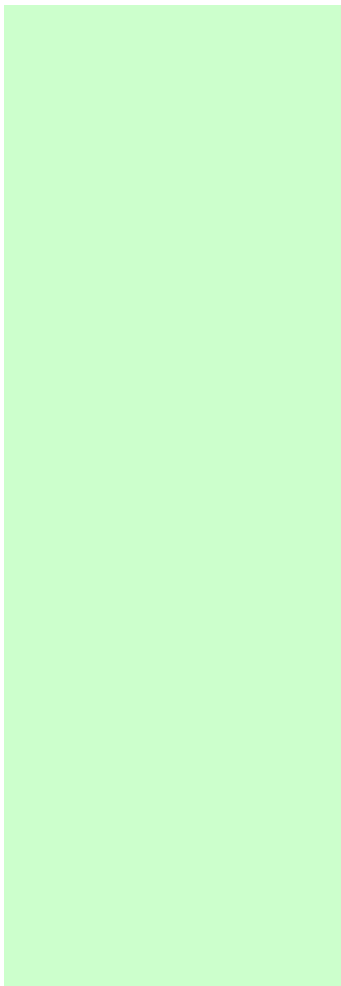
### **Indicadores de base**

- Número de personas con discapacidad que practican Deporte o actividad física, tanto en entorno inclusivo como en grupo específico en el ámbito municipal, educativo, federativo-asociativo y sanitario.  
Los datos conseguidos en el diagnóstico inicial hablan de un 1,5% de población con discapacidad que practica actividad física en las instalaciones municipales de Barcelona. Teniendo esto en cuenta, además de las limitaciones que ya se han expresado en el presente documento, podemos prever que tras la aplicación del Plan Integral se llegue, a los cinco años, a un porcentaje de práctica del 10% y, a los diez años, de un 20% de la población total con discapacidad, en los diversos ámbitos.
- Número de licencias federativas de Deporte Adaptado practicado por personas con discapacidad existentes en España.  
En el diagnóstico inicial se constata que a finales de 2008 había un total de 17.614 licencias federativas. Se puede prever que tras la aplicación del Plan Integral se llegue a incrementar en un 10% en cinco años y en un 20% al finalizar los diez años.
- Número de instalaciones deportivas accesibles y adaptadas.  
Se trata de conseguir que en los próximos cinco años todas las instalaciones de nueva construcción cumplan los requisitos de accesibilidad y que en los diez años de aplicación del Plan integral se incremente en un 50% el total de instalaciones deportivas accesibles y adaptadas.



---

**PLAN INTEGRAL  
DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE  
Y LA ACTIVIDAD FÍSICA**



**v.1**

**Personas Mayores**



## **Documento elaborado por:**

**Pilar Pont Geis (Coordinadora)**

**Mercedes Llano Ruiz (CSD)**

**Àngels Soler Vila**

**Joan Carles Burriel Paloma**

**José Antonio Casajús Mallén**

**Carmen Fontecha Matínez**

**Jesús Fortuño Godes**

**Antonio Merino Mandy**

**Sara Márquez Rosa**

**Juan Pedro Monzú**

**Angels Soler Vila**

## ÍNDICE

<b>1. PRESENTACIÓN.....</b>	<b>5</b>
<b>2. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>6</b>
2.1 NECESIDAD DE ENVEJECER ACTIVAMENTE .....	6
2.2 DISCURSO ACTUALIZADO SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y PERSONAS MAYORES .....	10
2.3 CRITERIOS QUE SE DEBEN CONTEMPLAR.....	18
2.3.1 PRINCIPIOS GERONTOLÓGICOS.....	18
2.3.2 PRINCIPIOS DEPORTIVOS.....	19
<b>3. DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN ACTUAL EN EL ÁMBITO ESTATAL.....</b>	<b>21</b>
3.1 DESARROLLO DE LA BÚSQUEDA Y ANÁLISIS.....	22
3.2 TIPOLOGÍAS DE PROGRAMAS .....	23
3.2.1 PROGRAMAS DEPORTIVOS .....	23
3.2.2 PROGRAMAS SOCIO-MOTRICES .....	23
3.2.3 PROGRAMAS DE FITNESS.....	23
3.2.4 PROGRAMAS DIRIGIDOS A PERSONAS MAYORES FRÁGILES PARA LA PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA .....	24
3.2.5 PROGRAMAS AL AIRE LIBRE.....	24
3.2.6 PROGRAMAS TURÍSTICOS ORGANIZADOS POR EL IMSERSO .....	24
3.3 CLASIFICACIÓN DE LOS PROGRAMAS POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS .....	25
3.3.1 ANDALUCÍA.....	25
3.3.2 ARAGÓN.....	25
3.3.3 ASTURIAS.....	25
3.3.4 ISLAS BALEARES .....	26
3.3.5 ISLAS CANARIAS .....	26
3.3.6 CANTABRIA.....	26
3.3.7 CASTILLA LA MANCHA .....	26
3.3.8 CASTILLA Y LEÓN .....	27
3.3.9 CATALUÑA .....	27
3.3.10 EXTREMADURA.....	28
3.3.11 GALICIA .....	28
3.3.12 LA RIOJA.....	28
3.3.13 COMUNIDAD DE MADRID.....	28
3.3.14 REGIÓN DE MURCIA.....	29
3.3.15 NAVARRA .....	29
3.3.16 PAÍS VASCO.....	29
3.3.17 COMUNIDAD VALENCIANA .....	29
3.4. CLASIFICACIÓN DE LOS PROGRAMAS POR TIPOLOGÍAS.....	30
3.4.1 PROGRAMAS SOCIO-MOTRICES .....	30
3.4.2 PROGRAMAS DIRIGIDOS A PERSONAS MAYORES FRÁGILES. PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA .....	31
3.4.3 PROGRAMAS AL AIRE LIBRE.....	32
3.4.4 PROGRAMAS POR TEMÁTICAS: TURISMO PARA MAYORES. IMSERSO .....	34
3.5 OFERTA FEDERATIVA.....	34
<b>4. DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL .....</b>	<b>38</b>
4.1 ESTADO DE LA CUESTIÓN.....	38
4.2 POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES .....	41

4.2.1 POTENCIALIDADES.....	41
4.2.2 LIMITACIONES .....	42
<b>5. VISIÓN PARA EL FUTURO .....</b>	<b>43</b>
<b>6. OBJETIVOS GENERALES A CONSEGUIR.....</b>	<b>44</b>
<b>7. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA .....</b>	<b>46</b>
7. 1 PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES.....	46
7.2 FORMACIÓN DE TÉCNICOS .....	47
7.3 ADECUACIÓN DE ESPACIOS PARA LA PRÁCTICA.....	48
7.4 INCLUSIÓN DE POLÍTICAS PRO-ENVEJECIMIENTO SALUDABLE EN DIFERENTES SECTORES. EQUIPOS MULTIDISCIPLINARES .....	48
<b>8. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS .....</b>	<b>50</b>
<b>9. AGENTES IMPLICADOS. POSIBLES ALIADOS INSTITUCIONALES.....</b>	<b>120</b>
<b>10. SELECCIÓN/DESCRIPCIÓN DE INDICADORES A ALCANZAR PARA EL SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN.....</b>	<b>121</b>
<b>11. BIBLIOGRAFÍA, DOCUMENTACIÓN UTILIZADA Y/O DE INTERÉS .....</b>	<b>122</b>

## **1. PRESENTACIÓN**

Este documento contempla aquellos apartados que hacen referencia al deporte y la actividad física con las personas mayores.

En un primer apartado se desarrolla la temática del envejecimiento, sus características y aquellos aspectos que pueden ayudar a sensibilizar sobre el concepto de envejecimiento y lo que ello puede representar en la sociedad del siglo XXI en España, dando una visión del envejecimiento como una etapa más de la vida que se puede abordar desde la perspectiva de salud y envejecimiento activo.

En base a estos criterios se presenta el discurso teórico en que se van a sustentar los objetivos y acciones contemplados en este plan integral de promoción del deporte y de la actividad física para personas mayores.

A continuación nos adentramos en los diferentes programas de actividad física y salud que se están llevando a cabo en el país, en base a la información recopilada tanto a nivel autonómico como municipal. Hemos clasificado dichos programas siguiendo dos criterios diferentes, uno por territorios, y otro por tipo de actividades. También se estudia la oferta que hacen las distintas federaciones a las personas mayores y la relación con el número de licencias en esta franja de edad.

A partir de los diferentes datos obtenidos se realiza un diagnóstico de la situación actual en España, el cual servirá de base para mostrar nuestra visión de futuro y los cuatro objetivos básicos a alcanzar. A continuación se explican las nuevas medidas a corto y largo plazo relacionadas con los hábitos saludables, así como los programas de deporte y actividad física con mayores, programas turísticos y planes de formación para técnicos.

Por último se presenta la documentación y bibliografía utilizada o de interés para el estudio.

En los anexos, podemos encontrar las fichas técnicas con la información detallada de cada uno de los programas expuestos y la oferta federativa existente, con las actividades programadas en el año en curso y la especificación del número de licencias federativas “senior” por deporte.

## **2. INTRODUCCIÓN**

### **2.1 NECESIDAD DE ENVEJECER ACTIVAMENTE**

Según el estudio presentado por la Secretaría de Estado de Servicios Sociales, Familias y Discapacidad: Informe “Las personas mayores en España 2004”, el colectivo de personas mayores representa hoy en día el 17% de la población (7,2 millones) y se estima que se verá incrementada su importancia numérica y social en el futuro puesto que, en el año 2050, las personas con más de 65 años alcanzarán en España la cifra de 16.394.839 de personas, con lo que representará a más del 30% del total de la población.

Estos mismos datos fueron corroborados en el estudio sobre “Práctica deportiva en España” realizado por M. García Ferrando en el año 2005.

Es importante señalar, por cuanto incide directamente en el perfil que dibujan las estadísticas, que dentro del grupo de personas mayores, son las personas octogenarias el subgrupo que más ha crecido en la última década, con un 53% de aumento frente al 9,9 % de crecimiento total de la población.

Todo ello tiene relación directa con la esperanza de vida al nacer, que sigue aumentando en España de manera que se encuentra entre las más altas de la Unión Europea y del mundo. El estudio señala que la vida media alcanza los 79 años con una esperanza de vida de 75,7 años para los varones y de 83,1 para las mujeres (IMSERSO, 2004).

En nuestro país, el envejecimiento demográfico se hace más patente en Comunidades Autónomas como Castilla y León, Asturias, Aragón y Galicia donde más de un 20 por ciento de la población es mayor de 65 años, mientras que Canarias, Ceuta y Melilla son las menos envejecidas.

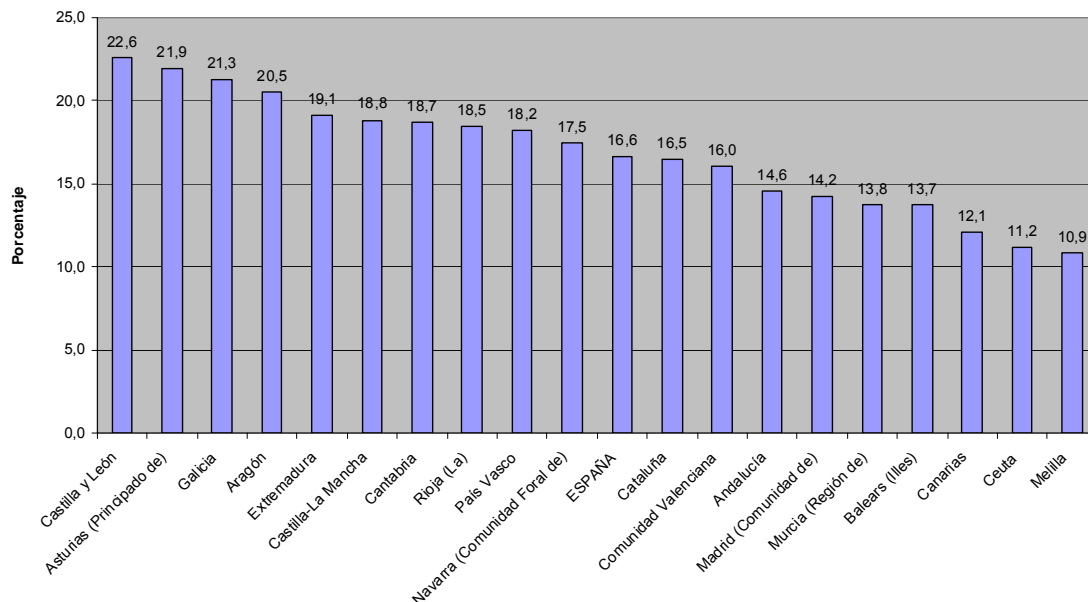
**Gráfico 1.11**  
**% de mayores por comunidades autónomas, 2005**

Comunidades Autónomas	Total	65 y más	%
Castilla y León	2.510.849	566.468	22,6
Asturias (Principado de)	1.076.635	236.277	21,9
Galicia	2.762.198	587.137	21,3
Aragón	1.269.027	260.373	20,5
Extremadura	1.083.879	206.887	19,1
Castilla-La Mancha	1.894.667	356.511	18,8
Cantabria	562.309	105.212	18,7
Rioja (La)	301.084	55.587	18,5
País Vasco	2.124.846	387.309	18,2
Navarra (Comunidad Foral de)	593.472	103.637	17,5
ESPAÑA	44.108.530	7.332.267	16,6
Cataluña	6.995.206	1.150.724	16,5
Comunidad Valenciana	4.692.449	751.761	16,0
Andalucía	7.849.799	1.145.356	14,6
Madrid (Comunidad de)	5.964.143	847.250	14,2
Murcia (Región de)	1.335.792	183.692	13,8
Balears (Illes)	983.131	134.696	13,7
Canarias	1.968.280	237.886	12,1
Ceuta	75.276	8.395	11,2
Melilla	65.488	7.109	10,9

Fuente: INE: INEBASE: *Revisión del Padrón municipal 2005. Datos a nivel nacional, comunidad autónoma y provincia.* INE, 2006.

Porcentaje de personas mayores de 65 años, por Comunidades Autónomas. 2005

Fuente: INE: INEBASE: Revisión del Padrón municipal 2005. Datos a nivel nacional,



Vistos los datos demográficos, ¿Cuáles deben ser las iniciativas a tomar?

Todos deseamos llegar a la vejez con buena salud, bajo riesgo de enfermedad y con excelente estado funcional tanto físico como mental; es decir, disfrutar de una **“vejez exitosa”**. Ahora bien, si a ésta le añadimos la consecución de una actitud positiva ante el propio proceso de envejecimiento y una vinculación y participación social activa, conseguiremos el **“envejecimiento activo”**.

La Organización Mundial de la Salud (en adelante, OMS) (2002), en su documento: “Envejecimiento activo: un marco político”, define el envejecimiento activo como:

*“el proceso de optimización de las oportunidades de la salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen; permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo vital y participar en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades, mientras que les proporciona protección, seguridad y cuidados adecuados”.*

Tras la definición, indica las 5 pautas necesarias para potenciar este envejecimiento activo (explicitaremos con más detenimiento aquella que nos concierne directamente):

1. Tener una buena salud: prevención y promoción de la salud.
2. Tener un buen funcionamiento físico: mantener la actividad física y realizar ejercicio físico. Los efectos beneficiosos del ejercicio regular hacen que constituya la acción con mayor soporte de evidencia para promover el envejecimiento activo saludable. El mero consejo ha demostrado no ser suficiente. Deberíamos ser capaces de controlar su aplicación y cumplimiento, conocer las estrategias más efectivas y viables.
3. Tener un buen funcionamiento mental: mantenimiento de la capacidad mental y de aprendizaje.
4. Ser independiente y autónomo: prevención específica de la discapacidad y la dependencia.
5. Vinculación y participación social: promover y mantener la actividad y la participación social.

Para ello es necesario impulsar políticas sociales y proyectos interdisciplinarios que, por lo que a la práctica de ejercicio físico se refiere, se implementen mediante programas preventivo-educativos y recreativos, convenientemente liderados y con un seguimiento y evaluación pormenorizado, que atiendan a todas las personas mayores, en función de sus necesidades.

Considerando el planteamiento hecho por el Doctor Fries durante los años 80, denominado **teoría de la compresión de la morbilidad**, ya que su concepción permite orientar las políticas sociales, sanitarias y deportivas hacia la mejora de la calidad de vida de los ciudadanos.

Dado que la esperanza de vida media de las personas parece estar alrededor de los 85 años y en este momento, en los países desarrollados, dicha esperanza de vida se halla alrededor de los 80, las posibilidades de mejora son limitadas.

Por tanto, los esfuerzos deben centrarse en atrasar al máximo la edad de aparición de las enfermedades de tipo crónico, para que el período entre la muerte de la persona y la aparición de este tipo de enfermedades sea el menor posible (lo que se ha llamado **rectangularización de la curva de supervivencia**). Ello implicaría una mejor calidad de vida de las personas a la vez que un mejor ajuste del gasto sanitario. (Fries, 1980).

Según informe de Comité español de prevención y promoción de la salud, elaborado en 2007 y aprobado por el Ministerio de Sanidad y Consumo cabe destacar, hoy en día, 5 tipologías de personas mayores:



- Persona mayor sana.
- Persona mayor con enfermedades crónicas.
- Persona mayor de riesgo y frágil:
  - Riesgo: pérdida de reserva fisiológica del organismo suficiente para ocasionar un principio de deterioro funcional.
  - Frágil: situación de vulnerabilidad que requiere la utilización de recursos sociales y/o sanitarios.
- Persona mayor en situación de dependencia transitoria y crónica.
- Persona mayor en situación al final de la vida.

Para la elaboración de este plan estratégico se ha realizado un diagnóstico de los programas de actividad física dirigidos principalmente a personas mayores que se encuentran en los tres primeros estadios de esta clasificación, sin embargo, las medidas que se van a proponer irán dirigidas a la promoción del ejercicio físico entre los ciudadanos de las cuatro primeras categorías.

## **2.2 DISCURSO ACTUALIZADO SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y PERSONAS MAYORES**

El envejecimiento es un proceso de cambio constante que tiene lugar a lo largo de toda la vida de los seres vivos. Según Exon-Smith (1988), se pueden diferenciar varios tipos de envejecimiento que nos ayudarán a comprender porqué el envejecimiento es un proceso personal y multidimensional. Resumiendo, podemos decir que:

- El envejecimiento intrínseco es el que hace referencia a la evolución propia de cada especie y donde podemos hablar de genética, herencia, hábitos de vida, higiene, actividad y alimentación.
- El envejecimiento extrínseco como la consecuencia de la evolución de diferentes procesos, cabe señalar aquellos elementos relacionados con el medio ambiente, la cultura, la educación y las influencias externas.
- El envejecimiento secundario que recoge las diferentes adaptaciones que se producen en nuestro organismo con el paso del tiempo.

Así pues, podemos comprender la importancia que van a adquirir los hábitos saludables a lo largo de toda la vida para mantener un envejecimiento en óptimas condiciones. Estamos refiriéndonos, en suma, al estilo de vida.

Según la OMS, éste se define como la estructura social que mediatiza las interacciones de un individuo con los demás. Y asegura que existe una estrecha relación entre la tríada estilo de vida-envejecimiento-longevidad.

Wenzel (1982) entiende que el estilo de vida representa el conjunto de conductas, valores y actitudes adoptadas por el individuo en respuesta a su ambiente social, cultural y económico. Así, los elementos que configuran el estilo de vida son:

- La práctica de ejercicio físico (adherencia a un patrón habitual, realizado de forma consciente).
- El tipo de alimentación (establecimiento de un plan de nutrición).
- La capacidad de modificar hábitos nocivos.
- El control del estrés y control de la vida (mantenimiento de la autonomía y capacidad de decisión en los quehaceres y relaciones personales).
- Actitud frente a la vida (tener objetivos, buscar el desarrollo personal, cuidar las relaciones personales).

Las diferentes generaciones de personas mayores son producto de sus peculiares circunstancias sociales, económicas, educativas y políticas así como sus condicionamientos psicobiogénicos.

Se deben potenciar políticas saludables a partir de la primera infancia, educar a toda la población sobre los valores que comporta el mantener una vida activa a lo largo de todas las etapas de la vida para avanzar en años de forma progresiva y activa.

La persona mayor seguirá así manteniendo sus hábitos saludables, no sólo con la realización de las actividades de la vida diaria, sino también con la colaboración activa en la vida colectiva, participando en programas de salud: actividad física y actividad cognitiva.

Cuando la mayoría de ciudadanos: niños, adolescentes, adultos y mayores, consigan que la práctica diaria de actividad física o deporte pase a formar parte de sus hábitos diarios y se preocupen por mantener una vida saludable y activa, no solamente con la realización de ejercicio físico sino también con una alimentación equilibrada, la sociedad habrá conseguido un reto importantísimo y, en consecuencia, bajarán los gastos en sanidad y servicios sociales.

Para lograrlo es imprescindible que los organismos responsables del Estado y de las diferentes Comunidades Autónomas de nuestro país, incidiendo desde la prevención y la educación, ofrezcan programas de ejercicio físico para todas las edades. Y, específicamente para la población mayor, deben promover la suficiente variedad de programas de actividad física y deporte para atender a las diferentes realidades, expectativas, necesidades y motivaciones de este colectivo de edad.

Por otro lado, los profesionales de la actividad física y de la salud tenemos la obligación de enseñar a la población en general que sean capaces de aprender a “vivir” el ejercicio como una actividad gratificante, reconfortante y placentera. Deberemos, pues, transmitir a todos los grupos sociales y en especial a los mayores una filosofía de vida donde la práctica regular de ejercicio físico y/o deporte sea el eje o soporte de la vida diaria.

Es necesario que la población en general adopte una actitud positiva frente a aquellas prácticas que puedan favorecer y potenciar los hábitos saludables: ejercicio físico, ejercicio cognitivo, alimentación, higiene, relación con los demás, enseñar a querer y cuidar el propio cuerpo y saber escuchar y entender el cuerpo, facilitando las herramientas necesarias para ello. Sólo si lo conseguimos podremos hablar de una sociedad implicada en la práctica de la actividad física, en definitiva, una sociedad saludable.

Envejecer y envejecer activamente es uno de los principales retos de la sociedad del siglo XXI. En los países desarrollados, nos encontramos ante una realidad social que ha obligado a variar y cambiar las políticas sociales de todos los países. Para afrontar dicho cambio tanto a nivel social (con el envejecimiento de las poblaciones), como a nivel individual (con el envejecimiento de las personas), es necesario que el ciudadano tenga integrada la práctica regular del ejercicio físico y/o deporte en los hábitos de vida diaria y que además, esta práctica, sea una necesidad para lograr el bienestar físico, afectivo, mental y social a lo largo de toda su vida.

Hasta hace pocos años, eran los especialistas en educación física y deporte quienes recomendaban a bombo y platillo los beneficios a todos los niveles (físico, psicológico, social y afectivo), que podían aportar a la población la práctica regular del ejercicio físico.

Hoy en día la recomendación de práctica deportiva y la implementación de programas socio-recreativos y deportivos, se está imponiendo de forma muy rápida, debido al cambio sustancial que se está produciendo en el concepto de ejercicio físico, y también al apoyo de la comunidad científica, cuyas investigaciones en diferentes ámbitos (la geriatría y gerontología, la sociología, la política, la educación...), apoyan esta línea.

Con ello podemos comprobar como el modelo de salud y de envejecimiento saludable va avanzando hacia el modelo que los profesionales de la actividad física siempre hemos postulado, es decir, que la actividad física sea una filosofía de vida complementada por los diferentes ámbitos de la sociedad.

A raíz de todo ello vemos como los programas organizados de actividad física que en un principio fueron creciendo de forma muy desarticulada (cada municipio y cada centro implementaron en función de sus características particulares), en los últimos años son cada vez más homogéneos debido a la mayor implicación de los gobiernos autonómicos y de las diferentes áreas que los componen.

Queremos hacer referencia, en este caso, a las jornadas de Salud y sostenibilidad celebradas en Madrid por la Red Española de Ciudades Saludables (julio, 2008).

Sin embargo, para lograr la correcta atención deportiva para las personas mayores, se requiere un modelo de desarrollo de políticas sociales, en el que la salud, sea un factor y un resultado clave a tener en cuenta. El programa “Salud para todos” establece dicho marco político.

Atendiendo a los postulados del programa “Salud para todos en el siglo XXI” (OMS 1998), se especifican concretamente dos consideraciones básicas:

- La primera de ellas hace referencia a la necesidad de impulsar un modelo de políticas sociales en el que se vean implicados todos aquellos técnicos responsables de la salud, en especial, de los mayores.
- La segunda insta a promocionar programas saludables a partir de políticas multidisciplinares, formadas por especialistas de las diferentes áreas:
  - Sanitaria: Médicos, geriatras, biólogos, fisioterapeutas, enfermeros y terapeutas ocupacionales.
  - Deporte y actividad física: Licenciados en Educación física, técnicos deportivos, especialistas en técnicas corporales, especialistas en personas mayores y gestores deportivos.
  - Social: Sociólogos, economistas, educadores y asistentes sociales.

Atendiendo a este planteamiento, será necesario poner en marcha un proyecto interdisciplinar liderado por un licenciado en educación física y/o especialista en el área, junto con un equipo de trabajo formado por diferentes especialistas. Su función será poner en marcha un proyecto a nivel nacional y autonómico que, respetando los distintos puntos de partida e historias propias de cada experiencia ya en desarrollo, persiga finalidades y objetivos comunes. Para ello se debe elaborar un Plan estratégico que tenga en cuenta las características y la casuística de cada autonomía y de cada zona, teniendo en cuenta las diferentes circunstancias sociales, educativas y geográficas.

Tal como subrayaba la Declaración Mundial de la Salud, aprobada por los Estados Miembros de la OMS en mayo de 1998, la consecución de la salud para todos depende del compromiso de considerar la salud como un derecho fundamental de la persona. Dicho compromiso supone el fomento de la aplicación de la ética y de la ciencia a las políticas sanitarias, así como a la provisión de servicios y al desarrollo de la investigación. Asimismo implica la orientación de dichas estrategias hacia la equidad y solidaridad, sin dejar atrás la perspectiva de género.

Tal como estipula la Declaración Mundial de la Salud, la política global de salud para todos en el Siglo XXI se deberá poner en práctica a través de estrategias y políticas regionales y nacionales.

**SALUD21** es la respuesta de la Región Europea a esta necesidad y aplica los valores, objetivos y maniobras globales de salud para todos, reflejando los cambios sociales, económicos y políticos, y las oportunidades que estos crean. Establece, además, un marco científico y ético para los responsables políticos de todos los niveles, con el fin de evaluar el impacto de sus estrategias en la salud, y de utilizar ésta para dirigir las actividades de desarrollo en todos los sectores de la sociedad. SALUD 21 define 21 objetivos para el siglo XXI.

En su objetivo 5º *“Envejecer en buena salud”* señala:

*“Las políticas sanitarias deben preparar a las personas para que disfruten de un envejecimiento sano, por medio de la planificación sistemática de la promoción y de la protección de su salud a lo largo de su vida. Las oportunidades sociales, educativas y profesionales, junto con las actividades físicas, aumentan la independencia, la autoestima y la salud de las personas de la tercera edad, así como su contribución activa a la sociedad”.*

Haciéndonos eco del artículo de Silva: “Análisis de la realidad y necesidades de actividad física en personas mayores en Galicia”, publicado en la revista digital “efdeportes.com”, vemos como en Europa, el envejecimiento se ha convertido en uno de los mayores desafíos de las próximas décadas, debido al margen de mejora de la calidad de vida de las personas de edad avanzada, sobre todo a través de la percepción de salud, servicios sociales, alimentación saludable e inversión en programas de ejercicio físico de bajo coste.

La futura Constitución Europea reconoce el derecho de las personas a llevar una vida independiente y a participar en la vida social y cultural y de acceder a la prevención y atención sanitaria. La Unión Europea, además, tendrá competencias para desarrollar acciones de apoyo, coordinación o complemento en la protección y

mejora de la salud humana, así como acciones para prevenir las fuentes de peligro para la salud física y psíquica.

Ya a finales del Siglo XX existen medidas europeas que permiten a todos los ciudadanos la posibilidad de practicar deporte con diferentes fines (recreativos, de salud, de mejora de resultados...), así como la promoción de esta práctica entre los grupos más desfavorecidos. Y para orientar las políticas nacionales en relación a la actividad física para personas mayores, la Unión Europea estableció unas recomendaciones a los Estados Miembros, en las cuales, partiendo del objetivo de promoción físico-deportiva entre las personas de edad, se insta a cada país a analizar sus necesidades específicas, así como al fomento del deporte en esta población, elaborando un abanico de programas para mejorar su salud y sus relaciones sociales. También se orienta a favorecer que los deportistas maduros sigan practicando deporte.

En propuestas políticas más recientes la actividad física se recoge como determinante de la salud vinculada al estilo de vida, dándose prioridad para la creación de actividades a escala europea orientadas hacia cuestiones sanitarias.

En este sentido se fomentarán estrategias que permitan integrar mejor la promoción de la actividad física en futuras medidas de planificación y elaboración de las políticas en escuelas, centros de trabajo, planes de urbanismo, y de ocio. Además se reconoce la necesidad de un enfoque por grupos con diferentes necesidades, en donde las personas de edad avanzada, requieren acciones específicas de promoción de salud que se traduzcan en una vejez sana y activa.

Es en base a esta disposición que se proponen las directrices de este Plan Integral de promoción del deporte y la actividad física.

Cabe destacar que uno de los objetivos del gobierno español actual, es el de fomentar las políticas sociales destinadas al desarrollo del bienestar. En su actual programa electoral, se comprometieron a poner en marcha actuaciones que tiendan a consolidar los derechos de los españoles. Entre ellas destaca la mejora de las pensiones, la apuesta por un envejecimiento activo, el desarrollo de la Ley de Dependencia y la continuidad de las políticas de atención a la discapacidad.

El programa socialista da respuesta a la necesidad de un nuevo diseño social de las políticas públicas y de información, adaptadas a los “**nuevos mayores**”. Por ello se propugnan acciones que atiendan a las necesidades del nuevo papel social y los nuevos derechos y deberes de las personas mayores. Se apuntan actuaciones que pasan por la promoción de la salud, el acceso a la formación y la incorporación a las

nuevas tecnologías, destacando en esta línea la ampliación de los programas de vacaciones del IMSERSO.

Por último, y con la intención de remarcar la necesidad actual de crear programas de salud en pro de la prevención de la dependencia, mostramos los datos obtenidos a través de la Encuesta Nacional de Salud.

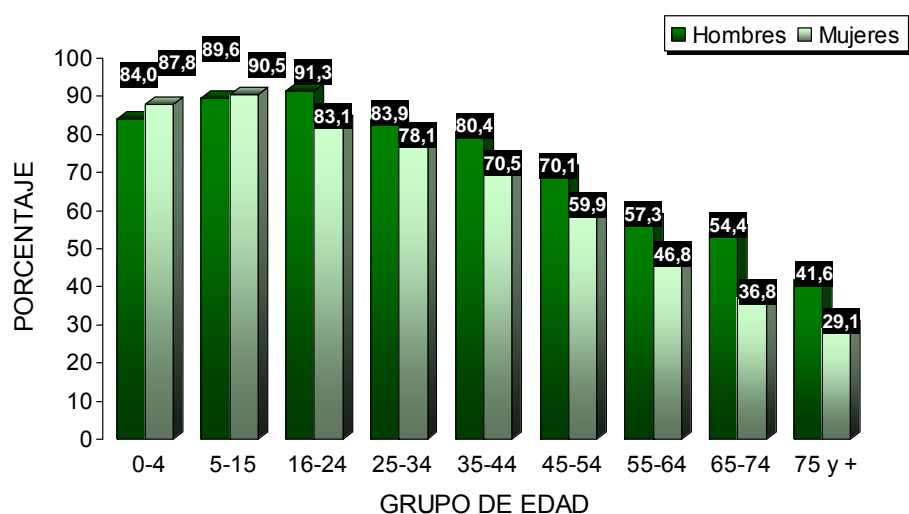
La Encuesta Nacional de Salud 2006 (Instituto Nacional Estadística, 2007) nos informa de:

- Estado de Salud: Salud percibida y calidad de vida, salud mental, discapacidad, autonomía funcional, entre las variables a destacar que en este caso nos interesan.
- Estilo de vida: Actividad física, alimentación, índice de masa corporal, prácticas preventivas generales, entre las más destacadas.
- Utilización Servicios Sanitarios.
- Medio ambiente.

Los resultados que aporta la Encuesta Nacional de Salud y que conciernen directamente a este trabajo nos indican la necesidad urgente de elaborar un Plan integral de promoción del deporte y la actividad física, con atención específica a las personas mayores.

## Encuesta Nacional de Salud 2006

### Valoración positiva del estado de salud



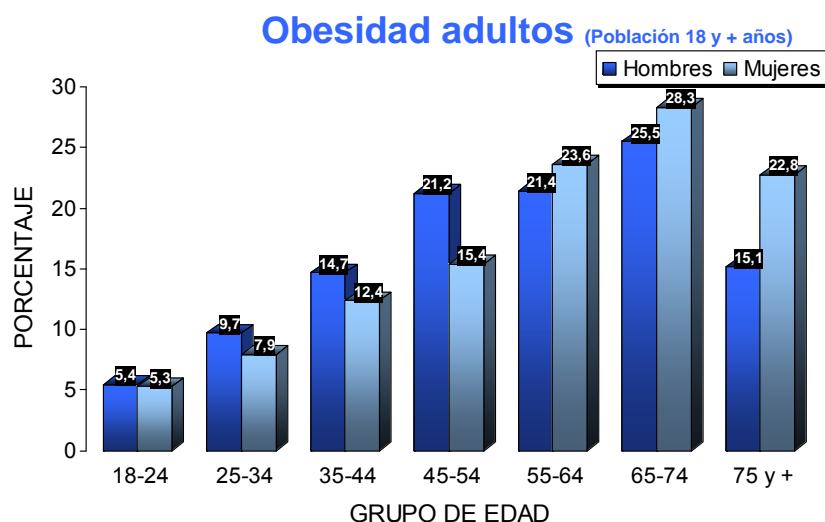
## Encuesta Nacional de Salud 2006

### Autonomía funcional (Población 65 y + años)





## Encuesta Nacional de Salud 2006



Y también el propio desarrollo de la Ley de Dependencia pone de manifiesto la necesidad también urgente de impulsar programas preventivos, como son los de actividad física y deporte para las personas mayores, que minimicen la necesidad de atención médica específica.

### 2.3 CRITERIOS QUE SE DEBEN CONTEMPLAR

#### 2.3.1 PRINCIPIOS GERONTOLÓGICOS

Para que las acciones que propone este plan estén integradas en la intervención global que recibe el sector de población mayor, es imprescindible que el mismo se estructure coherentemente en base a los principios gerontológicos que guían la atención al mayor.

Así, y en cumplimiento del compromiso adquirido con el Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento, aprobado en la I Asamblea Mundial sobre envejecimiento, auspiciada por la ONU (en su resolución 37/51 de 3 de diciembre de 1982), con la intención de "**dar más vida a los años que se han agregado a la vida**", deberá atender a los principios siguientes:

- En cuanto a independencia: « Las personas de edad deben tener acceso a

programas educativos y de formación adecuados».

- En cuanto a participación: «Las personas de edad deberán permanecer integradas en la sociedad, participar activamente en la formulación y aplicación de las políticas que afectan directamente a su bienestar y poder compartir sus conocimientos y habilidades con las generaciones más jóvenes».
- En cuanto a cuidados: « Las personas de edad deberán tener acceso a servicios de atención de salud que les ayuden a mantener o recuperar un nivel óptimo de bienestar físico, mental y emocional, así como prevenir o retrasar la aparición de la enfermedad».
- En cuanto a autorrealización: «Las personas de edad deberán tener acceso a los recursos educativos, culturales, espirituales y recreativos de la sociedad».

Más recientemente, encontramos directrices específicas sobre la práctica de ejercicio físico y deporte en el “Plan de acción internacional de Madrid sobre el envejecimiento 2002”, surgido a raíz de la II Asamblea mundial de Naciones Unidas sobre envejecimiento (IMSERSO, 2003).

En su segunda orientación prioritaria de este documento hace referencia al «**fomento de la salud y el bienestar**». En su Cuestión I se plantea en el segundo de sus tres objetivos:

- Elaborar políticas para prevenir la mala salud entre las personas mayores. Para ello, entre otras medidas, se deben adoptar formas de intervención temprana para impedir o posponer la aparición de enfermedades y discapacidades.
- Elaborar, en todos los niveles, indicadores estadísticos sobre enfermedades comunes en las personas mayores que sirvan de orientación para las políticas encaminadas a prevenir nuevas enfermedades en este grupo de población.
- Alentar a las personas mayores a que mantengan o adopten modelos de vida activos y saludables que incluyan actividades físicas y deportivas.

### 2.3.2 PRINCIPIOS DEPORTIVOS

En relación al ámbito estrictamente deportivo, este Plan considera las directrices para la intervención en la población de numerosos códigos éticos: Carta Europea del Deporte para Todos, Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte de la UNESCO, Carta Europea del Deporte del Consejo de Europa y acuerdos de la Asamblea del comité para el Desarrollo del Deporte del Consejo de Europa.

Enumeramos a continuación los aspectos que hemos considerado más clave:

- **Actividad física como educación y salud:**

*La práctica del ejercicio físico de forma sistemática entre las personas mayores, ha de representar uno de los objetivos prioritarios en el plan integral del deporte en España.*

Este principio responde a dos objetivos esenciales a tener en cuenta en este colectivo. Si abordamos la educación como un valor permanente, mantenido a lo largo de toda la vida, encontramos que la actividad física es una herramienta indispensable para ello, ya que lleva implícitos una serie de valores como el respeto, la autonomía, la participación, etc. Por otro lado, para prevenir la dependencia y fomentar actividades y prácticas que promuevan una vida saludable, el ejercicio físico y el cuidado del cuerpo están ocupando un papel destacado en la sociedad.

- **Actividad física y deporte como medio para incidir en la igualdad de género:**

*Los programas de actividad física para mayores, tienen un papel esencial en la igualdad de género, dado que están abiertos a todo el colectivo, género, nivel socio cultural, nivel económico y tienen la capacidad de adaptarse a las particularidades de cada individuo.*

El planteamiento de los programas municipales o autonómicos de actividad física para mayores tienen como uno de sus objetivos primordiales ofrecer la posibilidad de practicar ejercicio físico a todas aquellas personas que han superado los 60 años, sea hombre o mujer, ya que estos programas contemplan todas aquellas actividades que las personas mayores pueden realizar, sin exigencias de género ni de resultados.

La inclusión de este tipo de programas socio motrices ha roto los estereotipos sociales que hacia la practica deportiva existían hasta hace pocos años, o que incluso actualmente, en determinado deportes todavía existen.

La heterogeneidad que identifica o caracteriza a los grupos de mayores obliga a plantear programas de actividades físicas que sean adaptables a las diferentes posibilidades de comprensión y de movimiento en que nos encontramos en este colectivo.

- **Actividad física y deporte como entes que ayudan a promocionar**

### **valores democráticos y de paz**

*A través del ejercicio físico y del deporte, planteado como un programa abierto y no competitivo, se pueden transmitir los valores democráticos y de paz que toda sociedad debe tener como prioridades en sus programas.*

Dar la posibilidad a toda la población de un país, indistintamente del género, edad, nivel social, de participar en programas de actividad física generará una actitud de diálogo y de consentimiento, potenciando aquellos valores positivos entre los sujetos participantes. La posibilidad de conocer y aceptar los cambios que se producen en el cuerpo a lo largo del envejecimiento, ayudará a los individuos a llevar una vida más placentera y una de la herramientas que tenemos a nuestro alcance es la práctica sistemática del ejercicio físico.

## **3. DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN ACTUAL EN EL ÁMBITO ESTATAL**

A modo de introducción, presentamos una serie de aspectos que ayudarán a justificar la elección de los programas, presentados en la posterior clasificación.

En primer lugar, se ha centrado el estudio en aquellos programas dirigidos a las personas mayores autónomas o con un leve grado de fragilidad (física y cognitiva), dejando para un posterior estudio los programas de actividad física y cognitiva dirigidos a personas mayores dependientes (aquellos que se desarrollan en los centros de día, residencias o similares).

A nivel de gestión, en este documento se han contemplado principalmente aquellos programas que se están llevando a cabo en los diferentes territorios y que están gestionados por: Gobiernos autonómicos, ayuntamientos, diputaciones, o bien convenios de Consejerías de diferentes comunidades con fundaciones de entidades bancarias. Dejando para un segundo estudio (debido a la amplitud que ello tendría), aquellos programas de actividad física para mayores más locales, gestionados por una entidad privada o asociación sin ánimo de lucro.

En cuanto al tipo de programas, lo que más ha interesado en el momento de analizar y estudiar la práctica deportiva en los mayores, ha sido el estudio de todos aquellos programas que, de forma desarticulada, han ido creciendo en el país y que

por su filosofía son más cercanos y responden a las necesidades e intereses de las personas mayores en la actualidad. Es decir: programas socio-recreativos, programas en la naturaleza, etc.

Paralelamente, se ha realizado un estudio sobre los programas dirigidos a personas mayores deportistas, es decir, liderados por clubes o federaciones y que aglutinan a aquellas personas que han realizado un deporte, ya sea compitiendo o simplemente practicando a lo largo de toda su vida y siguen afiliados al club. Considerando que esta práctica deportiva es representativa de una parte de la sociedad de mayores, que ya tienen integrada la práctica deportiva a lo largo de su vida.

En última instancia comentar que, dada la amplitud que abarcan los programas organizados por el IMSERSO, se ha considerado de interés contemplar las diferentes propuestas que se realizan a este nivel, con la finalidad de tener constancia de que tipo de actividades físicas y/o de salud se organizan en cada uno de sus programas de Vacaciones.

### **3.1 DESARROLLO DE LA BÚSQUEDA Y ANÁLISIS**

El primer paso ha sido buscar en cada una de las Comunidades Autónomas aquellos programas de actividad física que se han ido imponiendo liderados por una entidad pública, es decir: gobierno autonómico, ayuntamiento y/o diputación.

Considerando los numerosos programas que se están desarrollando en todas las Comunidades Autónomas y la disparidad de criterios, somos conscientes de la dificultad que comporta llegar a tener conocimiento de cada uno de ellos, ya que esto requeriría un minucioso y largo estudio. No obstante, hemos conseguido recopilar una gran cantidad de programas de las diferentes comunidades y detallar de cada uno de ellos los aspectos más significativos: nombre del programa, entidad responsable, año de inicio, objetivos a conseguir, participantes (si se tiene un control), aspectos más característicos.

Recopilados los datos de cada uno de los programas, se presentan dos clasificaciones, una primera por tipología de programas, y otra segunda por autonomías.

## **3.2 TIPOLOGIAS DE PROGRAMAS**

### **3.2.1 PROGRAMAS DEPORTIVOS**

Nos referimos a aquellos programas que se llevan a cabo desde las federaciones y los clubes específicos de cada deporte. En este apartado se han contemplado las licencias federativas y las actividades para mayores de 65 años de cada uno de los deportes. Cada una de las federaciones deportivas sigue su línea de actuación en cuanto a: organización de actividades, adaptación de las normas y categorías de participantes según edad.

### **3.2.2 PROGRAMAS SOCIO-MOTRICES**

Nos referimos a todos aquellos programas que se han ido desarrollando desde los diferentes territorios, que se llevan a cabo en los clubes, centros cívicos, pabellones deportivos, etc., que se organizan en base a una o dos sesiones por semana de forma periódica a lo largo de todo el curso.

Tienen como objetivos prioritarios: el mantenimiento de la condición física, el mantenimiento de los aspectos cognitivos sensibles de alterarse a lo largo del proceso de envejecimiento, la potenciación de la relación y comunicación entre los usuarios, y en general, el mantenimiento de la autonomía durante el mayor tiempo posible.

En este tipo de programas se proponen diferentes actividades, tales como: gimnasia, Pilates, estiramientos, acondicionamiento físico, actividades acuáticas, yoga, Tai chi, actividades combinadas (como motricidad y memoria, etc). Cabe señalar que la mayoría de programas que presentaremos a continuación estarían inscritos en este apartado.

o

### **3.2.3 PROGRAMAS DE FITNESS**

Son programas dirigidos a personas mayores autónomas y con un buen grado de movilidad. Generalmente estos programas se llevan a cabo en centros deportivos y/o gimnasios y en los que participan personas mayores que ya tienen un historial deportivo o que por sus buenas cualidades físicas y psíquicas se sienten más motivados por este tipo de prácticas.

Cabe señalar, que en este plan integral no se ha realizado un estudio detallado de las ofertas existentes de este tipo de programas.

### **3.2.4 PROGRAMAS DIRIGIDOS A PERSONAS MAYORES FRÁGILES PARA LA PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA**

Nos referimos a aquellos programas donde interviene un equipo multidisciplinar, es decir, que en su desarrollo tenemos la intervención inicial de un equipo médico, con un control del estado de salud y la intervención de un técnico en actividad física, responsable de llevar a cabo el programa.

Inicialmente este tipo de programas han surgido de la necesidad de ofrecer una práctica de ejercicio físico a personas mayores que acuden al centro de salud en busca de consejos para mantener su autonomía y mantener su estado de salud.

### **3.2.5 PROGRAMAS AL AIRE LIBRE**

En este apartado se han considerado aquellos programas que se llevan a cabo al aire libre, ya sea en los parques lúdicos o circuitos como también las caminatas que se organizan de forma periódica en diferentes ciudades, o actividades de senderismo por los caminos cercanos a una ciudad.

En este tipo de actividades se pueden contemplar tanto los programas organizados con un dinamizador o monitor que se responsabiliza de la actividad, como aquellas actividades que se proponen de participación libre. En este último caso hacemos referencia a los parques lúdicos que se están instalando en diferentes poblaciones de la geografía del país como circuitos de parques circuitos de mantenimiento, o zonas adecuadas con aparatos que facilitan la práctica de ejercicio físico.

### **3.2.6 PROGRAMAS TURÍSTICOS ORGANIZADOS POR EL IMSERSO**

Teniendo en cuenta que algunos de los programas de vacaciones que se organizan desde el IMSERSO pueden tener un perfil de actividad física, como pueden ser los programas de vacaciones en la naturaleza y los programas de balnearios.

### 3.3 CLASIFICACIÓN DE LOS PROGRAMAS POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS

#### 3.3.1 ANDALUCÍA

1.1	“Mayores en forma”	2005	Ayuntamiento de Almería
1.2	Programa de Actividad Física para personas mayores 2008”	1994	Ayuntamiento de Córdoba
1.3	“Vamos de marcha”	1992	Ayuntamiento de Granada
1.4	“Actividad física para personas mayores” Málaga	2000	Ayuntamiento de Málaga
1.5	“Programa de ejercicio físico y actividades acuáticas”	1998	Ayuntamiento de Rota + Diputación Provincial + Efimeva
1.6	“Deporte y salud”		Ayuntamiento de Sevilla

#### 3.3.2 ARAGÓN

2.1	“Parques de Mayores” Zaragoza	2007	Ayuntamiento de Zaragoza + Concejalías del Mayor + Parques y jardines + Juntas municipales distritos.
2.2	“Gerontogimnasia”	2001	Ayuntamiento de Zaragoza + Gobierno de Aragón
2.3	“Valores de referencia de condición física y composición corporal en mayores de 65 años”. Estudio iniciado en Aragón al que se han unido diferentes CCAA: Aragón, Madrid, Castilla La Mancha, Castilla- león, Extremadura, Islas Canarias	2009	Universidad de Zaragoza. Grupo EXERNET. + CCAA + Grupos de Investigación autonómicos.

#### 3.3.3 ASTURIAS

3.1	“Programa Tiempo Propio”	2002	Instituto Asturiano de la mujer
3.2	“Rompiendo distancias” mujeres	2007	Instituto Asturiano de la mujer
3.3	“Caminando por la vida” (16 rutas para caminar)	2005	Patronato deportivo Municipal y Fundación Municipal de Servicios Sociales.



3.4	"Mayores con marcha"	2006	Patronato deportivo Municipal y Fundación Municipal de Servicios Sociales.
-----	----------------------	------	--

#### 3.3.4 ISLAS BALEARES

4.1	Gent Gran en marxa	1988	Departamento de promoción Sociocultural del Consell de Mallorca.
4.2	Balls de Saló per a la Gent Gran	1997	Departamento de promoción Sociocultural del Consell de Mallorca.
4.3	Danses del Món per a la Gent Gran	1999	Departamento de promoción Sociocultural del Consell de Mallorca.

#### 3.3.5 ISLAS CANARIAS

5.1	"Proyecto Mayores, nuestro Mayor Proyecto" Gran Canaria	1998	Concejalía de Deportes del M.I. Ayuntamiento de Telde
5.2	"Proyecto de Red de investigación en Ejercicio Físico y Salud para Poblaciones Especiales" (Exernet)	2009	Consejería de Deportes del cabildo de Gran Canaria.

#### 3.3.6 CANTABRIA

6.1	"Programa Experiencia"	2006	Obra Social Caja Cantabria
-----	------------------------	------	----------------------------

#### 3.3.7 CASTILLA LA MANCHA

7.1	"Muévete para mantenerte activo"	2007	Consejería Bienestar social + ADECAM + Fundación Cultura Deporte
7.2	"Rutas Senderistas"	2007	Consejería Bienestar social + ADECAM + Fundación Cultura Deporte

### 3.3.8 CASTILLA Y LEÓN

8.1	CRE "Ciudad del mayor". León	2010	Secretaria del estado de Política Social + Ayuntamiento de León
8.2	"Circuito biosaludable para mayores".	2008	Ayuntamiento de Zamora
8.3	"Programa sociocomunitario para la promoción del ejercicio físico y la salud en el barrio" Leon - Oeste, barrio ferroviario".		Ayuntamiento de León

### 3.3.9 CATALUÑA

9.1	"A 100 cap els 100". Caminades	2000	Diputació de Barcelona
9.2	"Espais Lúdics per a la gent gran"	2004	Diputació de Barcelona
9.3	"L'Esport mou Catalunya" Programas Sociomotrices en los centros de mayores de diferentes poblaciones de Cataluña.	1996	Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar i família.
9.4	"ACTIVA'T Fem-ho junts"	2006	Generalitat de Catalunya: Departament de Salut i Consell Català de l'Esport
9.5	ACTIVA'T! caminant	2006	Generalitat de Catalunya: Departament de Salut i Consell Català de l'Esport
9.6	"Viure més i millor. alimentació saludable i activitat física"	2006	Generalitat de Catalunya i "La Caixa"
9.7	"Escalera"	2008	Generalitat de Catalunya i Conselleria de Salut
9.8	Programes d'exercici físic als centres de gent gran a Barcelona	1982	Ayuntamiento de Barcelona
9.9	Programa: "ACTIVA'T als Parcs de Barcelona. Taitxí i caminades amb exercicis de memòria"	2008	Ayuntamiento de Barcelona
9.10	Programa: "+ PLUS VIDA"	2000	Generalitat. (Fatec)
9.11	Programa: "Motricitat i Memòria amb gent gran"	2005	Centre d'Atenció Primària St. Gervasi. Barcelona
9.12	"Posa-hi oli. Programa d'Activitat Física i Dinamització Cultural".	1999	Ayuntamiento de Calafell
9.13	"Programa 65 d'Activitat Física"	1982	Ayuntamiento de Lérida.

	amb Gent Gran”		(Servicios Personales)
9.14	“Psicomotricitat Aquática per gent gran”	2008	Ayuntamiento del Masnou
9.15	Experiencia pilot “Quantificació de la quantitat de treball mitjançant podòmetre... »	2008	Ayuntamiento de Granollers
9.16	Programa sociomotrices en diferentes ayuntamientos de Cataluña		Ayuntamientos de Cataluña (Vic, El Prat, Hospitalet, Sta. Coloma, Granollers, etc)
9.17	Programas Sociomotrices		Caixa de Penedès. (Fundación)

### 3.3.10 EXTREMADURA

11.1	“El ejercicio te cuida”	2006	Consejería de Sanidad y consumo de la Junta
11.2	“Programa de Dinamización Deportiva”	1997	

### 3.3.11 GALICIA

12.1	“Aprende a moverte, aprende a alimentarte” (instalaciones en el parque...)	2006	Concejalía de Sanidad del Condillo Ourense
12.2	“Plan Galego de personas mayores”. Programas socioculturales	2001	Xunta de Galicia. Xeral de Acción Social
12.3	“Memoria en Movimiento”	2007	Obra Social Caixa Galicia+ Universidad Vigo

### 3.3.12 LA RIOJA

6.1	Programa de ejercicio físico para mayores		Ayuntamiento de Logroño
-----	---	--	-------------------------

### 3.3.13 COMUNIDAD DE MADRID

13.1	“Programa en Forma”: Parques y jardines	2005	Comunidad de Madrid
13.2	“Moverse es cuidarse”	2005	Ayuntamiento de Madrid y Dirección general de Deportes.
13.3	“Caminar por Madrid”	2005	Ayuntamiento Madrid

13.4	“Encuentro deportivo Municipal”		Ayuntamiento Madrid
13.5	“Jornada de recreación acuática para mayores		Ayuntamiento Madrid
13.6	“Programa para las enseñanzas deportivas”		Ayuntamiento Madrid y Dirección General de Deportes.
13.7	“Ejercicio físico en la naturaleza para personas mayores”	2007	Ayuntamiento Madrid y Dirección General de Deportes.
13.7	“Movinivel”	2007-08	Comunidad de Madrid + Foro GanaSalud.

### 3.3.14 REGIÓN DE MURCIA

14.1	Guía sobre estilos de vida y salud para mayores	2007	Ayuntamiento de Murcia
14.2	“Cursos de gerontogimnasia”		Ayuntamiento de Murcia

### 3.3.15 NAVARRA

15.1	Programa ejercicio físico para mayores		Ayuntamiento de Pamplona + ANEFIDE
------	--	--	------------------------------------

### 3.3.16 PAÍS VASCO

16.1	“Promoción de la salud a través del ejercicio físico para personas Mayores”		Ayuntamiento de Bilbao
16.2	“Programa de prevención de la dependencia”	2007	Municipios + La Caixa

### 3.3.17 COMUNIDAD VALENCIANA

10.1	“Circuitos de salud en la playa” “Parques saludables”	2006	Ayuntamiento de Valencia
10.2	Actividades en la playa: Pilates y Bicicleta estática de velocidad adaptada frente al mar.		Ayuntamiento de Valencia
10.3	“Actividades físicas para mayores”	1995	Ayuntamiento de Castellón
10.4	“Gerontogimnasia”	1990	Generalitat Valenciana

### 3.4. CLASIFICACIÓN DE LOS PROGRAMAS POR TIPOLOGÍAS

#### 3.4.1 PROGRAMAS SOCIO-MOTRICES

CCAA	Ciudad	Programa	Inicio	Entidad responsable
Andalucía	Sevilla	"Deporte y salud"		Ayuntamiento de Sevilla
	Córdoba	"Programa de Actividad Física para personas mayores 2008"	1994	Ayuntamiento de Córdoba
	Cádiz	"Programa de ejercicio físico"	1998	Ayuntamiento de Rota + Diputación Provincial + Efimeva
	Málaga	"Actividad física para personas mayores"		Ayuntamiento de Málaga
	Granada	"Vamos de marcha"		Ayuntamiento de Granada
	Almería	"Mayores en forma"		Ayuntamiento de Almería
Asturias	Asturias 1	"Programa Tiempo Propio"	2002	Instituto Asturiano de la mujer
	Asturias 2	"Rompiendo distancias" mujeres	2007	Instituto Asturiano de la mujer
Baleares	Mallorca	"Gent Gran en marxa"	1988	Departamento de promoción Sociocultural del Consell de Mallorca.
	Mallorca	Balls de Saló per a la Gent Gran	1997	Departamento de promoción Sociocultural del Consell de Mallorca.
	Mallorca	Danses del Món per a la Gent Gran	1999	Departamento de promoción Sociocultural del Consell de Mallorca.
Canarias	Gran Canaria	"Proyecto Mayores, nuestro Mayor Proyecto"	1998	Concejalía de Deportes del M.I. Ayuntamiento de Telde
Cantabria	Cantabria	"Programa Experiencia"	2006	Obra Social Caja Cantabria
Castilla-La Mancha	Castilla-La Mancha	"Muévete para mantenerte activo"		Consejería Bienestar social + ADECAM + Fundación Cultura Deporte
Cataluña	Cataluña	"L'Esport mou Catalunya". Programes d'exercici físic als centres de gent gran a Catalunya		Generalitat de Catalunya

	Cataluña	“ACTIVA’T Fem-ho junts”	2004	Generalitat: Departamento de Salud + Consell Català de l’Esport
	Cataluña	“Viure més i millor: alimentació saludable i activitat física”	2006	Generalitat + La Caixa
	Cataluña	PAFES. “Pla d’Activitat Física, Esport i Salut”	2003	Generalitat: Departament de Salut + Secretaria General de l’Esport.
Cataluña	Barcelona	Programes d’exercici físic als centres de gent gran a Barcelona	1983	Ayuntamiento de Barcelona.
Cataluña	Cataluña	Programa: “+ PLUS VIDA”	2000	Generalitat (Fatec)
Cataluña	Calafell (Cataluña)	“Posa-hi oli. Programa d’Activitat Física i Dinamització Cultural”.	1999	Ayuntamiento de Calafell
Cataluña	Lleida (Cataluña)	“Programa 65 d’Activitat Física amb Gent Gran”	1983	INEFC Lérida + Ayuntamiento
	Barcelona	ACTIVA’T amb Barcelona	2008	IBE + Area medio Ambiente + Area de Salud. Ayuntamiento de Barcelona
	Extremadu ra	“El ejercicio te cuida”	2005	Consejería de Sanidad y consumo de la Junta
	Galicia	“Plan Galego de personas mayores”. Programas socioculturales	2001- 2006	Xunta de Galicia. Xeral de Acción Social
	Murcia	Guía sobre estilos de vida y salud para mayores		Ayuntamiento de Murcia
Murcia	Murcia	“Cursos de gerontogimnasia”		Ayuntamiento de Murcia
Navarra	Pamplona	Programa ejercicio físico para mayores		Ayuntamiento de Pamplona + ANEFIDE
País Vasco	Bilbao	“Promoción de la salud a través del ejercicio físico para personas Mayores”		Ayuntamiento de Bilbao

### 3.4.2 PROGRAMAS DIRIGIDOS A PERSONAS MAYORES FRÁGILES. PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA

CCAA	Ciudad	Programa	Inicio	Entidad responsable
Andalucía	Málaga	“Encuentros acuáticos de actividad física para mayores”	2005	Ayuntamiento de Málaga
Aragón	Zaragoza	“Gerontogimnasia”	2001	Ayuntamiento de

				Zaragoza + Gobierno de Aragón
Cataluña	Barcelona	Programa: "Motricitat i Memòria amb gent gran"	2005	Centro de Atención Primaria St. Gervasi. Barcelona
Cataluña	El Masnou	Programa: "Psicomotricitat aquàtica"	2008	Ayuntamiento del Masnou.
Castilla y León	León	CRE "Ciudad del mayor"	2010	Secretaría del estado de Política Social + Ayuntamiento de León
Galicia	Vigo	"Memoria en Movimiento"	2007-08	Obra Social Caixa Galicia + Univers. Vigo
Madrid	Madrid	"Jornada de recreación acuática para mayores"		Ayuntamiento Madrid
CCAA varias		Programa de prevención de la dependencia.		Fundación "La Caixa" + IMSERSO + Ayuntamientos

### 3.4.3 PROGRAMAS AL AIRE LIBRE

CCAA	Ciudad	Programa	Inicio	Entidad responsable
Aragón	Zaragoza	Parques de Mayores	2007	Ayuntamiento de Zaragoza + Concejalías del Mayor + Parques y jardines + Juntas municipales de distritos.
Asturias	Asturias. 3	"Caminando por la vida" (16 rutas para caminar)		Patronato deportivo Municipal y Fundación Municipal de Servicios Sociales.
Asturias	Asturias. 4	"Mayores con marcha"		Patronato deportivo Municipal y Fundación Municipal de Servicios Sociales.

Actividad Física y Deporte en Personas Mayores

Castilla y Leon	Zamora	Circuito biosaludable para mayores		Ayuntamiento de Zamora
Castilla-La Mancha	Castilla-La Mancha	"Rutas Senderistas"		Consejería Bienestar social + ADECAM + Fundación Cultura Deporte
Cataluña	Cataluña	"A 100 cap els 100":Caminatas	2002	Diputació Barcelona
	Cataluña	"Espais Lúdics per a la gent gran"	2004	Diputació Barcelona
	Cataluña	ACTIVA'T! caminant		Generalitat: Departament de Salut + Consell Català de l'Esport
	Barcelona	Programa: "ACTIVA'T als parcs de Barcelona"	2007-08	Ayuntamiento de Barcelona(IBE + Área de Salud + Medio Ambiente)
	Granollers	Programa: Valoración cantidad de ejercicio y efectos mediante el uso de un podómetro.	2008	Ayuntamiento de Granollers + Esport3
Galicia	Galicia	"Aprende a moverte, aprende a alimentarte" (instalaciones en el parque...)		Concejalía de Sanidad del Condillo Ourense
Madrid	Madrid	"Programa en Forma": parques y jardines		Comunidad de Madrid
	Madrid	"Moverse es cuidarse"		Ayuntamiento de Madrid, a través Dirección general de Deportes.
	Madrid	"Caminar por Madrid"		Ayuntamiento Madrid
	Madrid	"Encuentro deportivo Municipal"		Ayuntamiento Madrid
	Madrid	"Ejercicio al aire libre" en los parques		Ayuntamiento de Madrid
	Valencia	"Circuitos de salud en la playa" "Parques saludables"		Ayuntamiento de Valencia
	Valencia	Actividades en la playa: Pilates y bicicleta estática de velocidad adaptada frente al mar.		Ayuntamiento de Valencia



### 3.4.4 PROGRAMAS POR TEMÁTICAS: TURISMO PARA MAYORES. IMERSO

Programas de vacaciones. Desde 1985	400.000 personas al año (datos, 2002)
Programas de Termalismo en Balnearios	90.000 personas al año
Programas: "Turismo de Naturaleza"	A partir del 2003
Programas: "Vacaciones por Andorra"	A partir del 2007

### 3.5 OFERTA FEDERATIVA

Para conocer el alcance y la significancia de la práctica deportiva federada entre las personas mayores, se ha solicitado a cada Federación Española de deportes el número de licencias federativas de este tipo de población, discriminando la cantidad de hombres y de mujeres. También se recogió el número de competiciones que organizan a nivel territorial, nacional e internacional y el porcentaje de participantes mayores (hombres y mujeres), en cada una de ellas.

Aunque se solicitó la información a todas las federaciones, la respuesta no ha sido la misma en todas ellas, ya que algunas no respondieron, otras se limitaron a dar el número total de federados mayores de 65 sin concretar hombres/mujeres, aunque debemos destacar las que nos proporcionaron todos los datos solicitados con el máximo detalle.

Federaciones como la de Béisbol, Sófbol, Balonmano, Golf, Rugby o Salvamento y Socorrismo, no tienen contemplado el colectivo de personas mayores en su organización, lo cual es contradictorio en algunos casos. Por ejemplo, la federación de Rugby organiza varios torneos anuales llamados "Goleen Oldies", en los que participan ex jugadores mayores de 65 años, y otro caso es el de la federación de Golf, que a pesar de que su última categoría es a partir de 50 años para las mujeres y 55 años para los hombres, no tienen detallado el número de licencias que poseen a partir de estas edades.

En los datos recopilados podemos observar como la participación de personas mayores de 65 años en deportes federados es mayoritariamente masculina, y que dentro de las federaciones que organizan competiciones deportivas para esta población, son en las de deportes individuales donde tienen más peso, mientras que en las de deportes colectivos encontramos poca práctica.

Destacamos como lo más significativo de los datos obtenidos, los siguientes resultados:

- El deporte que dispone de más licencias federativas es la caza, con 12.698 licencias de mayores de 65 años, seguido de los deportes de montaña y escalada con 5.987 licencias. Más lejos está el tenis con 3.626 licencias, la colombicultura con 2.322 licencias y los galgos con 685.
- Entre 100 y 200 licencias encontramos: tiro olímpico con 200 licencias, tiro al suelo con 187 licencias, y tenis de mesa con 122 licencias.
- Cabe señalar, y parece extraño, que deportes muy practicados por nuestros mayores como el atletismo y la natación, sólo tengan en España 255 y 125 licencias respectivamente.
- El resto de datos obtenidos no es significativo en cuanto a cantidad de licencias, ya que no supera las 100 licencias en todo el país.

**LICENCIAS DE FEDERADOS. Personas mayores de 65 años**

Federación Española de:	licencias federadas		
	Hombres	Mujeres	Total
Aeronáutica			88
Atletismo	237	18	255
Automovilismo	71	1	72
Balonmano	0	0	0
Béisbol y Sófbol	5	0	5
Billar	301	0	301
Caza			12.698
Colombicultura	2.266	56	2.322
Deportes de hielo	0	0	0
Deportes de Montaña y Escalada	4.353	1.634	5.987
Espeleología	8	1	9
Galgos	598	87	685
Golf			
Hockey	1	0	1
Motonáutica	1	0	1
Natación	101	24	125
Orientación	9	4	13
Pádel	36	15	51
Pelota	0	0	0
Remo	6	0	6
Rugby	0	0	0
Salvamento y Socorrismo	0	0	0
Squash	1	1	2
Tenis de mesa	115	7	122
Tenis	2.889	737	3.626
Tiro al vuelo	187	0	189
Tiro con arco	0	0	0
Tiro olímpico	198	2	200
Triatlón	39	0	39
Vela	275	14	289

directivos

**ACTIVIDADES FEDERADAS. Personas mayores de 65 años**

FEDERACIÓN NACIONAL DE:	Comp. Nacional.		Comp. Internac.		Comp. Territorial.	
	Activid.	Particip.	Activid.	Particip.	Activid.	Particip.
Aeronáutica	0	0	0	0	0	0
Atletismo	24	227	8	40	0	0
Automovilismo	0	0	0	0	0	0
Balonmano	0	0	0	0	0	0
Béisbol y Sófbol	0	0	0	0	0	0
Billar	26	36	0	0	70	438
Caza	0	0	0	0	0	0
Colombicultura	0	0	0	0	0	0
Deportes de hielo	0	0	0	0	0	0
Deportes de Montaña y Escalada	4	0	0	0	162	882
Espeleología	8	0	0	0	0	0
Galgos	0	0	0	0	0	0
Golf	0	0	0	0	0	0
Hockey	0	0	0	0	0	0
Motonáutica	4	1	0	0	0	0
Natación	4	143	2	2	152	250
Orientación	4	26	6	0	0	0
Pádel	8	50	0	0	0	0
Pelota	0	0	0	0	0	0
Remo	0	0	0	0	0	0
Rugby	0	0	0	0	0	0
Salvamento y Socorrismo	0	0	0	0	0	0
Squash	0	0	0	0	0	0
Tenis de mesa	4	29	4	8	7	104
Tenis	9	310	35	225	24	272
Tiro al vuelo	0	0	0	0	0	0
Tiro con arco	0	0	0	0		226
Tiro olímpico	254	5.316	6	128	0	0
Triatlón	78	145	10	5	1572	144
Vela	0	0	0	0	6	6

## **4. DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL**

### **4.1 ESTADO DE LA CUESTIÓN**

Los programas de actividad física dirigidos a las personas mayores nacieron a principios de los años 80, en diferentes puntos de la geografía española. Especialmente en Cataluña cabe destacar la asociación SAFIVE, una de las entidades pioneras en este campo, que marcó las primeras pautas siguiendo la filosofía de los programas franceses e italianos (a la avanzadilla en Europa). También en esta línea se presentan como pioneros la entidad ESPORT3 y la Asociación deportiva Sarrià- St. Gervasi.

La filosofía de estos programas se basaba en proponer una práctica corporal recreativa y socializadora, adaptada al público de mayores que en aquellos años conformaban el colectivo. En principio, nos referimos a personas mayores con poco o ningún historial de práctica de actividades físicas ni deportivas, con poco conocimiento de las posibilidades de movimiento de su cuerpo y con ningún hábito deportivo. Este grupo de mayores empezaron a inscribirse en los cursos de actividad física que en su propio centro de reunión se les proponía (casal, centro de día o club de mayores). Debido a la buena aceptación que estos programas supusieron en el colectivo y dados los beneficios físicos, psíquicos y sociales que con ellos obtenían, empezaron a surgir programas de actividad física para mayores dentro de los centros deportivos y pabellones municipales de los diferentes municipios y Comunidades Autónomas.

Se hace difícil analizar exactamente el nacimiento y crecimiento de estos programas, ya que por lo que se puede detectar, su origen y evolución no ha sido el resultado de un riguroso proyecto estatal ni autonómico, más bien todo lo contrario, su desarrollo ha sido totalmente anárquico, ya que en cada comunidad se han ido actuando según sus necesidades particulares, sin tener en cuenta un formato de programa ni unos criterios unificados.

En vista al análisis realizado de los diferentes programas de los que hemos podido conseguir información, podemos constatar y diagnosticar lo siguiente:

- Por lo general, los programas que se han ido desarrollando a lo largo de estos años en las diferentes autonomías corresponden al tipo de programa que llamamos “socio-motriz”; es decir, donde el objetivo que se quiere conseguir con la práctica responde a un mantenimiento y/o mejora de la condición física

general de la persona mayor, juntamente con el mantenimiento de las cualidades cognitivas (memoria, atención, orientación espacio-temporal...). Estos programas inciden en la relación y comunicación entre las personas mayores participantes, es decir, fomentan su socialización.

Son programas que estarían en la línea de la educación para un envejecimiento saludable, la prevención de la dependencia y/o del mantenimiento de la forma física. En resumen, son programas más bien sociales, lo que interesa es que la persona mayor se mueva, mantenga su autonomía el máximo tiempo posible y se relacione con otros.

- Las siguientes actividades a destacar son los programas de fitness, cuyo enfoque está más orientado a la mejora de la condición física y se llevan a cabo en los gimnasios y/o pabellones deportivos.
- También de actualidad son los programas ya más específicos desarrollados al aire libre y para los que no se necesita ninguna instalación concreta para su práctica. Muchos de estos sólo consisten en aprovechar o adaptar los caminos al aire libre disponibles en nuestro país, cuya geografía y clima favorecen el desarrollo de este tipo de programas. Veamos pues por ejemplo, programas que promueven la marcha: “Caminando por la vida” de Asturias, donde ofrecen 16 rutas para caminar, “Rutas senderistas” de Castilla-La Mancha, “Caminadas” promovido por la Diputación de Barcelona, donde propone una serie de rutas para mayores en diferentes poblaciones de Cataluña, o bien el programa “Caminar por Madrid”, impulsado por el Ayuntamiento de esta ciudad.
- Otro tipo de propuestas de ejercicio físico para mayores que se está imponiendo en estos momentos, y que se realizan también al aire libre, son los circuitos o aparatos de salud que se están disponiendo en diferentes espacios (como plazas, parques, playas...); y en los que para su utilización, no se necesita ningún monitor o dinamizador que oriente la actividad. La idea es que los mayores puedan practicar de forma autónoma en estos parques y para ello, se colocan al lado de cada aparato, unos plafones con consejos sobre el ejercicio a realizar, número de repeticiones y posibilidades de práctica. Por lo general, consideramos que este tipo de circuitos no son muy operativos, ya que por lo general, las personas mayores necesitan tener a su lado la figura del dinamizador para participar en la práctica, y pocas son aquellas que se organizan por si mismos para practicar en estos aparatos. Algunos ejemplos de estos programas son: “Circuitos de salud en la playa” en Valencia, “Ejercicio al aire libre en los parques” en Madrid, “Espacios lúdicos para los mayores” en

Cataluña, “Circuito biosaludable para mayores” en Zamora, “Parques de Mayores” en Zaragoza, entre los mas destacados.

- Destacamos también los programas que se están desarrollando actualmente con el objetivo de prevenir la dependencia (físico-cognitiva). Nos referimos a programas integrales, es decir, que contemplan propuestas de ejercicio físico combinadas con propuestas de trabajo cognitivo. Referenciamos algunos ejemplos: El programa “Motricidad y Memoria” que se está desarrollando en un centro de atención primaria en Barcelona desde el año 2005, o bien el programa “Memoria en movimiento” iniciado en Galicia en el año 2007 subvencionado por Caixa Galicia. En Zaragoza se está llevando a cabo un programa de prevención de la dependencia dirigido a personas mayores de 75 años. Este programa contempla una revisión médica antes de empezar el entrenamiento para conocer el estado de salud inicial del sujeto, y otra revisión al final para ver su evolución. El programa destaca por su orientación multidisciplinar.
- En relación a las actividades organizadas por el IMSERSO, cabe destacar que en los últimos años han ido dirigiendo sus ofertas de turismo hacia una línea de actividades saludables. Es por ello, que se han puesto en marcha programas de vacaciones “Turismo de Naturaleza”, donde se combinan las actividades culturales con actividades de salud. Sin embargo, creemos necesario que desde IMSERSO se pongan en marcha programas de *vacaciones activas* con el objetivo de realizar actividades físico-deportivas y saludables sistematizadas dentro de sus ofertas.
- Y por último, atendiendo a la actividad física desde un enfoque deportivo, encontramos los clubes deportivos y sus respectivas federaciones tanto a nivel regional como nacional, que organizan y promueven el deporte para los *seniors*. En este aspecto cabe destacar que son los deportes practicados de forma individual los que, por lo general, potencian más la práctica deportiva del mayor, destacando entre ellos: el atletismo, la natación, el tenis, el ciclismo... En cambio, en las federaciones y clubes de deportes de equipo no es tan usual la práctica entre *seniors*.

## **4.2 POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES**

Siguiendo la evolución de los programas presentados y su estado actual, a continuación se detallan las siguientes potencialidades y limitaciones para una actuación futura:

### **4.2.1 POTENCIALIDADES**

- Aumento de los programas de actividad física que se ofertan a las personas mayores.
- Aumento de la sensibilización y concienciación de los beneficios que la práctica habitual del ejercicio físico les puede aportar.
- Buenas posibilidades climatológicas y geográficas de este país para ofrecer nuevos programas deportivos y recreativos aprovechando la naturaleza.
- Mejora del bienestar y la calidad de vida entre las personas mayores.
- Reconocimiento de los beneficios por parte de la comunidad científica.
- Compromiso por parte del Área Básica de Salud hacia el fomento de la actividad física y su prescripción médica.
- Compromiso del Estado con los acuerdos de la Asamblea Mundial del Envejecimiento (Madrid 2002).
- Orientaciones específicas por parte de la OMS.
- Compromiso del estado hacia el fomento del Envejecimiento Saludable. (Asamblea Mundial del Envejecimiento, 2004).



#### 4.2.2 LIMITACIONES

- Bajo nivel de práctica entre personas muy mayores y personas frágiles.
- Grupos muy heterogéneos, poca especificidad de programas según características y necesidades.
- Falta de programas que integren trabajo corporal y cognitivo.
- Falta de programas deportivo-recreativo-saludables en la naturaleza dirigidos a este grupo de edad.
- Falta de espacios para la práctica de actividades físicas. Especialmente notable es la falta de piscinas cubiertas con espacios para mayores.
- Con la privatización de instalaciones municipales, los programas de mayores pasan a mixtos adultos-mayores, por no ser rentables. Poca atención específica a los mayores.
- Saturación de aulas, espacios y centros donde se ofrece actividad física, debido al aumento de población que se encuentra en esta franja de edad (listas de espera de usuarios/as).
- Carencia de un programa marco de actuación tanto para la formación de técnicos como de propuesta de actividades para mayores.
- Falta de reconocimiento profesional de los profesionales encargados de desarrollar los programas.
- Poco conocimiento de los programas para mayores por parte de los responsables de la salud.
- Falta acción conjunta con el servicio de Atención Primaria de Salud.
- Falta de equipos interdisciplinarios que trabajen con las personas mayores.

## **5. VISIÓN PARA EL FUTURO**

Envejecer y envejecer activamente es uno de los principales retos de la sociedad del siglo XXI. En los países desarrollados, nos encontramos ante una realidad social que ha obligado a modificar las políticas sociales de todos los países basada en que el ciudadano tenga integrada la práctica regular del ejercicio físico y/o deporte en los hábitos de vida diaria y que esta práctica sea una necesidad para lograr el bienestar físico, afectivo, mental y social a lo largo de toda su vida. En consecuencia, la visión para el futuro contempla:

- **Que las personas mayores tengan fácil acceso a programas de ejercicio físico independientemente de su condición física, psicológica, social y económica.**
  - Más programas diferenciados según grupos de usuarios
  - Profesionales formados específicamente.
  - Equipos multidisciplinares.
  - Espacios: redes específicas en las ciudades.

Para lograrlo es imprescindible que los organismos responsables del Estado y de las diferentes Comunidades Autónomas, incidiendo desde la prevención y la educación, ofrezcan programas de ejercicio físico para todas las edades. Y, específicamente para la población mayor, deben promover la suficiente variedad de programas de actividad física y deporte para atender a las diferentes expectativas, necesidades y motivaciones de este colectivo de edad.

Por tanto, la oferta debe contemplar, de manera generalizada, programas dirigidos a los diferentes grupos de personas mayores que configuran este colectivo, es decir, programas de actividad física dirigidos a mayores con un buen grado de autonomía, programas dirigidos a mayores frágiles y programas para mayores dependientes.

Por otro lado, la tarea de los profesionales de la actividad física y de la salud es la de transmitir a todos los grupos sociales y en especial a este que nos ocupa, una filosofía de vida donde la práctica regular de ejercicio físico y/o deporte sea el eje o soporte de su vida diaria, enseñándoles a ser capaces de aprender a “vivir” el ejercicio como una actividad gratificante, reconfortante y placentera.

Para ello es necesario promover planes de formación específicos que aseguren que todos los técnicos que dirijan actividades a este colectivo, hayan seguido una formación básica necesaria para transmitir los valores y los conocimientos de forma adecuada.

- **Que el mayor número posible de personas mayores integren en su vida diaria un determinado modelo de actividad física, según sus intereses, motivaciones y necesidades, en pro de un envejecimiento saludable.**
  - Información, sensibilización y concienciación.
  - Actitud positiva frente al proceso de envejecimiento.

Es necesario que la población en general adopte una actitud positiva frente a aquellas prácticas que puedan favorecer y potenciar los hábitos saludables como: la práctica regular de ejercicio físico y cognitivo, una alimentación adecuada, conocimiento y hábitos de higiene, relación con los demás..., y proporcionar las herramientas para lograrlo.

Para ello será preciso que la información sobre los diferentes recursos que la actividad física y el deporte aportan a la salud y el bienestar llegue al colectivo de personas mayores mediante campañas de divulgación en los medios de comunicación, información en los centros de salud y en los centros de reunión y otras formas de concienciación, especialmente guiadas por los equipos multidisciplinares de atención a la vejez (médico de atención primaria, enfermería, asistente social, animador socio-cultural, entre otros).

- **Que el envejecimiento activo y saludable -la actividad física como clave y soporte de ellos- esté considerado como eje vertebral en diferentes sectores de la sociedad: sanidad, deporte, turismo, urbanismo, etc.**
  - Políticas de fomento: sociales, sanitarias, educativas.
  - Marco general de actuación. Implicación sistemática de todos los agentes implicados.

Se requiere un modelo de desarrollo de políticas sociales, en el que la salud sea un factor y un resultado clave a tener en cuenta. El programa “Salud para todos” establece dicho marco político (ver apartado 2).

Se trata, en definitiva, de aumentar la independencia, la autoestima y la salud de las personas mayores, así como su contribución activa a la sociedad.

## **6. OBJETIVOS GENERALES A CONSEGUIR**

A nuestro entender, para lograr el mayor impulso para un envejecimiento satisfactorio y saludable de la población, es necesario incidir de manera directa y específica en los siguientes cuatro grandes objetivos generales:

- **Promoción de hábitos saludables**

Promocionar hábitos saludables entre las personas mayores mediante la implantación de programas que respondan a los requerimientos de salud bio-psico-social y a los intereses de la población mayor de 65 años. Ya sea personas mayores autónomas, frágiles o dependientes.

- **Formación de técnicos**

Impulsar la formación especializada para los técnicos, con niveles homogéneos para todo el país.

- **Adecuar espacios**

Crear y/o adecuar espacios para la práctica dando la posibilidad a las personas mayores para que puedan acceder a un centro, parque, piscina, etc. cercano a su domicilio.

- **Formación de equipos multidisciplinares**

Conseguir la inclusión de políticas pro envejecimiento saludable en diferentes sectores (sanidad, deportes, turismo, urbanismo, etc.) conformando un marco general de actuación, que facilite la formación de equipos multidisciplinares, liderados por un especialista en educación física (licenciado) con el fin de promocionar y poner en marcha nuevas actuaciones.

## **7. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA**

Previamente a la exposición de cada uno de los ejes de actuación estratégica que se proponen, queremos hacer constar dos que subyacen en la propuesta, a saber:

- El interés y la necesidad implícita de insistir en la adopción y mantenimiento de la práctica de ejercicio físico como elemento indispensable para preservar la salud y el buen envejecimiento y para la prevención de la dependencia en los muy mayores.
- La necesidad de formar equipos multidisciplinares que garanticen la óptima aplicación y seguimiento de todas aquellas acciones que se lleven a cabo con las personas mayores, abordando así la práctica de ejercicio físico desde un planteamiento realmente gerontológico.

Los ejes de actuación estratégica nos vienen marcados en consonancia con los objetivos propuestos:

### **7.1 PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES**

Según hemos constatado en la última encuesta nacional de salud, el 77'4 % de los hombres y el 62% de las mujeres mayores de 65 años dispone de una buena movilidad física.

A pesar de ello, actualmente, sólo el 17% de la población mayor española practica ejercicio físico (trabajo consciente y regular) de una a tres veces por semana (según información de la Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles 2005 de M. García Ferrando, 2005), existiendo un tanto por ciento de demanda latente similar que dice no practicar por falta de instalaciones próximas o de programas adecuados a sus necesidades y/o expectativas.

Con todo, esta cifra no se aproxima a la media de los países de la UE. Por tanto, es necesario hacer un esfuerzo en los próximos años para proveer al sector, de programas específicos y divulgarlos adecuadamente para poder, así, aumentar significativamente el número de personas mayores practicantes y mejorar la salud y la calidad de vida en la vejez.

Para ello proponemos los siguientes ejes de actuación estratégica:

1. Divulgación entre la población mayor para dar a conocer:
  - Los beneficios del mantenimiento de la actividad física habitual y de la práctica de ejercicio físico regular.
  - La diversidad de programas existentes.
  - Las instalaciones y espacios dónde practicar.
  
2. Hacer una oferta diversificada en función de la práctica deportiva anterior y el nivel de autonomía de las personas mayores:
  - Programas “deportivo-recreativos”.
  - Programas “socio-motrices”
  - Programas de “fitness”
  - Programas de “estimulación psicomotriz para personas mayores frágiles”.
  - Programas de temporada.
  - Programas de vacaciones.
  
3. Eventos: Celebración de encuentros para consolidar grupos y dar a conocer los diferentes programas a la población mayor para integrar la demanda latente y para informar al adulto que envejece de la necesidad de seguir practicando a todas las edades y de la oferta existente para atenderle adecuadamente.

## **7.2 FORMACIÓN DE TÉCNICOS**

Uno de los aspectos básicos para que los programas se consoliden y funcionen a lo largo del tiempo es la formación y la motivación de los técnicos que va a tener a su cargo los grupos de mayores. Esta formación deberá estar liderada por licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, coordinados con un equipo de trabajo interdisciplinar: médicos, psicólogos, sociólogos, etc.

Desde el Consejo Superior de Deportes se debe impulsar un intento de unificar los criterios de formación para todas aquellas personas que tienen a su cargo grupos de mayores con el fin de realizar actividad física. Para ello, consideramos que desde los centros donde se imparten los estudios de licenciatura de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (INEFs y/o FCAFD) de todo el país se deberá llevar a cabo propuestas de formación específicas en este ámbito.

Independientemente de la materia que se realice dentro de los diferentes Planes de estudio de los INEF (actualmente implantada en todos ellos), se deberá proponer un curso de Extensión Universitaria dirigido no solo a los licenciados en Educación física o CAFD, sino también a los maestros, fisioterapeutas, técnicos deportivos de

grado superior, técnicos deportivos de diferentes disciplinas..., dando la posibilidad a todo ellos de acceder a dicha formación.

Potenciar la formación en lo que se refiere a la actividad física con personas mayores desde los planes de estudio de los diferentes programas de los ciclos formativos de grado superior de “Animador de actividades físico deportivas”

Se propone también la creación de materiales de soporte (publicaciones, DVDs, etc. como fuente de recursos permanente para los técnicos.

### **7.3 ADECUACIÓN DE ESPACIOS PARA LA PRÁCTICA**

Según la Red española de ciudades saludables, responsable de las jornadas de ciudades saludables celebradas en Madrid en agosto, 2008, el 75% de la población española vive en áreas urbanas en las que se desarrolla la vida cotidiana y donde se establecen todo tipo de relaciones personales y con el entorno. La ciudad se convierte en el lugar perfecto para desarrollar iniciativas para mejorar la salud y el desarrollo sostenible. Esto exige de la institución local un nuevo liderazgo más responsable e innovador, que promueva la participación ciudadana, la movilización y la gestión de recursos, así como la modernización de la gestión de los servicios. Todo ello encaminado a mejorar la salud y calidad de vida de la ciudadanía.

La ciudad saludable para las personas solo lo será si es una ciudad sostenible social y ambientalmente y en la medida en que esté comprometida con los problemas globales que afectan a la salud, como el del cambio climático. Para ello deberá trabajar estrategias de salud y medio ambiente como instrumentos para alcanzar un desarrollo sostenible desde el punto de vista económico, social y ambiental.

Una de las líneas de actuación que tenemos a nuestro alcance y que tiene como objetivo colaborar en el fomento de las ciudades saludables es la adecuación de espacios que permitan la práctica del ejercicio físico y que motiven a ello, ya sean espacios naturales al aire libre, tales como parques, senderos, playas, o bien, la adecuación de espacios cerrados que permitan la práctica.

### **7.4 INCLUSIÓN DE POLÍTICAS PRO-ENVEJECIMIENTO SALUDABLE EN DIFERENTES SECTORES. EQUIPOS MULTIDISCIPLINARES**

Sensibilizar y concienciar al sector sanitario y de servicios sociales sobre la necesidad imperiosa de que las personas mayores practiquen actividad física y

deportiva para que la implementación de los programas sea buena. Los beneficios de la práctica de ejercicio físico son ampliamente reconocidos por la comunidad científica. Ahora bien, los profesionales de ambos ámbitos desconocen las características y especificidades de los programas existentes por lo que les es difícil prescribir y orientar adecuadamente.

Concienciar a los gestores deportivos para que promuevan los programas, reservando franjas horarias adecuadas a este colectivo y así como que contemplen la eliminación de barreras arquitectónicas que dificulten la accesibilidad y seguridad de los mayores en sus centros.

Cuando nos referimos a gestores deportivos no solo lo hacemos dirigiéndonos a los responsables de las entidades que gestionan instalaciones o responsables de organizar eventos deportivos (que por descontado deben tener en cuenta el colectivo de mayores), sino que también consideramos a los gestores de clubes deportivos donde la práctica de un deporte específico se vuelca solamente en los grupos de edades más jóvenes. Sería interesante que éstos promocionasen su especialidad deportiva entre todas las edades, fomentando de igual manera las actividades dirigidas a los mayores, a través de la adaptación de las reglas, el espacio, los materiales..., con la finalidad de ajustarse a las posibilidades y características de cada población promocionando su especialidad deportiva.

Presentar las diferentes propuestas de promoción de la actividad física y el envejecimiento saludable dando la posibilidad de participación en su elaboración y posterior seguimiento, a diferentes profesionales de ámbitos específicos, como por ejemplo: Licenciados en educación física, médicos, asistentes sociales, sociólogos, etc.



## **8. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A DESARROLLAR**

Una vez desarrollados los objetivos y las estrategias para el Plan Integral para la Promoción del Deporte y de la Actividad Física dirigida a Personas Mayores, ponemos en consideración aquellas medidas que se consideran de interés y que pueden impulsarse desde las instituciones públicas.

Estas medidas nos vienen clasificadas en cuatro ámbitos:

**1.- MEDIDAS QUE FOMENTEN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, EJERCICIO FÍSICO Y EL DEPORTE ENTRE LAS PERSONAS MAYORES.**

**2.- MEDIDAS RELACIONADAS CON LA INVESTIGACIÓN EN EL ÁMBITO DEL EJERCICIO FÍSICO Y LA SALUD ENTRE LAS PERSONAS MAYORES.**

**3.- MEDIDAS RELACIONADAS CON LA FORMACIÓN PERMANENTE DE LOS/LAS TÉCNICOS RESPONSABLES DEL EJERCICIO FÍSICO CON LAS PERSONAS MAYORES.**

**4.- MEDIDAS RELACIONADAS CON LA ORGANIZACIÓN, DIVULGACIÓN Y LA PUESTA EN MARCHA DE LOS DIFERENTES PROGRAMAS.**

## 1.- MEDIDAS QUE FOMENTEN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, EJERCICIO FÍSICO Y EL DEPORTE ENTRE LAS PERSONAS MAYORES:

	Medida	Tempora-lización	Indicadores
1.1	Campaña publicitaria de divulgación y sensibilización de los beneficios sobre una práctica física y deportiva adecuada: "Decálogo de consejos de buena práctica"	Corto plazo	Analizar el aumento de practicantes. Controlar número de prospectos repartidos.
1.2	Programa de TV: Mayores en Casa. "Mueve tu Cuerpo. Entrena tu Mente"	Medio plazo	Control audiencia
1.3	Promoción y diseño de "Circuitos Aeróbicos" para mayores en diferentes entornos	Corto y medio plazo	Controlar participantes. Control nº de circuitos en cada CCAA. Fidelidad.
1.4	Promoción de actividades puntuales: "El día de los 10.000 pasos"	Medio plazo	Control inscripciones.
1.5	Actividades Físicas y Ejercicio en los parques: "Tai txí y Caminatas con ejercicios de Memoria" (Ejemplo: "ACTIVA'T als parcs. Barcelona)	Medio plazo	Control nº participantes. Seguimiento participantes. Evaluar la evolución asistente. Controlar número de parques cada CCAA.
1.6	"Encuentro Nacional de Personas Mayores por la Actividad Física y la Salud".	Corto y medio plazo	Control: nº participantes Grado de satisfacción Seguimiento y evolución de los asistentes. Nº programas en cada CCAA.
1.7	Programas de: "Jornadas deportivas en la naturaleza" (IMSERSO)	Corto plazo	Control grado de aceptación.
1.8	Programas de actividades físicas para personas mayores frágiles y/o con un primer grado de dependencia.	Corto plazo	Control nº de programas en cada CCAA.
1.9	Programas de promoción de la actividad física a través de los centros de atención primaria.	Corto plazo	Control nº asistentes en cada CCAA. Grado de satisfacción, fidelidad.

## 2.- MEDIDAS RELACIONADAS CON LA INVESTIGACIÓN EN EL ÁMBITO DEL EJERCICIO FÍSICO Y LA SALUD ENTRE LAS PERSONAS MAYORES

Fomentar la Investigación, desarrollo y Innovación especializada en la práctica del deporte y ejercicio físico aplicado a personas mayores

	<b>Medida</b>	<b>Temporali- zación</b>	<b>Indicadores</b>
2.1	Valores de referencia de Condición Física y Composición Corporal en mayores de 65 años.	Medio plazo	Numero participantes Resultados obtenidos
2.2	Estudio de las relaciones entre la Calidad de vida y la actividad física en personas mayores institucionalizadas y no institucionalizadas.	Medio plazo	Valoración resultados Referentes estudios similares.
2.3	Valoración de la capacidad funcional en las personas mayores: Obtención de valores de referencias, estudio y su relación con los estilos de vida, el bienestar subjetivo y la salud.	Largo plazo	Valoración resultados
2.4	Estudio de Hábitos y oferta deportiva dirigido a las personas mayores en España.	Medio plazo	Valoración resultados. Control equilibrio oferta demanda.
2.5	Estudio de la formación de los profesionales de la actividad física con las personas mayores en España.	Medio plazo	Control formación. Grado de implicación de los licenciados en educ. física.

### **3.- MEDIDAS RELACIONADAS CON LA FORMACIÓN PERMANENTE DE LOS/LAS TÉCNICOS RESPONSABLES DEL EJERCICIO FÍSICO CON LAS PERSONAS MAYORES.**

	<b>Medida</b>	<b>Temporali- zación</b>	<b>Indicadores</b>
3.1	Elaboración de material documental y técnico de soporte, a distribuir entre profesionales del sector.	Medio plazo	Cantidad de material Tipología del material Visitas a la web
3.2	Organización de un Congreso Internacional de Actividad Físico Deportiva para técnicos.	Medio plazo	Control asistentes Asistentes por CCAA Temas de interés.
3.3	Curso de Capacitación para especialistas en: "Programas de Estimulación Psicomotriz para personas mayores frágiles y/o con un primer o segundo grado de dependencia"	Corto plazo	Control asistencias Control grado de satisfacción
3.4	Cursos de formación de técnicos.	Medio plazo	Inscritos al curso Áreas de interés

#### 4.- MEDIDAS RELACIONADAS CON LA ORGANIZACIÓN, DIVULGACIÓN Y LA PUESTA EN MARCHA DE LOS DIFERENTES PROGRAMAS.

	<b>Medida</b>	<b>Temporalización</b>	<b>Indicadores</b>
4.1	Portal de Internet sobre Actividad Física, Ejercicio Físico y Deporte entre las Personas Mayores. Observatorio del deporte para mayores.	Corto plazo	Número de visitas. Descargas Demandas.
4.2	Crear un Logo o una Marca identificativa con las propuestas de actividad física y deporte para mayores del CSD	Corto plazo	Control si la marca se identifica con un aumento de practicantes
4.3	Creación de la Comisión Nacional de Actividades Físicas para mayores. CONAFM.	Corto plazo	Agrupar y organizar proyectos. Contemplar representantes diferentes CCAA.
4.4	Fomentar el Voluntariado entre el colectivo de personas mayores: "Ahora te toca a ti...te necesitamos"	Corto plazo	Controlar la cantidad de mayores implicados en el voluntariado. Control de acciones con mayor nº de voluntariado.
4.5	Elaboración de un Protocolo para la adaptación y/o creación de espacios para la práctica.	Medio plazo	Ser punto de referencia. Control de nuevos espacios y/o adaptaciones.

## 1.- MEDIDAS QUE FOMENTEN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, EJERCICIO FÍSICO Y EL DEPORTE ENTRE LAS PERSONAS MAYORES:

<b>Nº 1.1</b>	<b>CAMPAÑA PUBLICITARIA DE DIVULGACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN DE LOS BENEFICIOS SOBRE UNA PRÁCTICA FÍSICA Y DEPORTIVA ADECUADA: “DECÁLOGO DE CONSEJOS DE UNA BUENA PRÁCTICA”.</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Elaborar un “<b>Decálogo de consejos</b>” dirigido a personas mayores donde figuren los beneficios que les puede aportar llevar una vida activa y que justifique esta práctica.</p> <p>Este Decálogo de consejos deberá contemplar la siguiente información:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Justificar la práctica tanto para personas mayores activas como frágiles</li><li>• Detallar los beneficios que se adquieren con una vida activa</li><li>• Posibilidades de práctica: ejercicio físico dirigido, caminadas de forma autónoma, deportes, etc.</li><li>• Dar Consejos para la práctica: Tipo de práctica, condiciones, espacios más adecuados, ropa y calzado más adecuado, hora del día más adecuada.</li><li>• Consejos de alimentación</li></ul> <p>Estos decálogos se repartirán en los diferentes centros que acuden las personas mayores: centros de atención primaria, mercados, centros cívicos, pabellones deportivos, etc. de la misma manera los centros de día, residencias... Se encontrará esta información en el Portal mayores del CSD</p>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Desde el CSD se valorará la importancia de esta medida y de organizar su realización y distribución junto con otras medidas propuestas en el plan Integral. Por ejemplo: Circuitos aeróbicos, el día de los 10.000 pasos, actividades en los parques, programa de TV.</p> <p>Se considera que lo más eficaz será realizar un conjunto de medidas de forma paralela.</p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <p>Una entidad financiera, una empresa de alimentación, un laboratorio, que estén interesados en publicitar dicha medida.</p>	

**Actuación del CSD:**

El CSD será el responsable de valorar la importancia de esta medida y solicitar su realización técnica a una entidad del sector (ejemplo IDAFIV), una vez realizado el documento, el CSD será el responsable de realizar su difusión a través de CCAA, Ayuntamientos, Centros Sanitarios.

**Objetivos a alcanzar:**

Ofrecer un documento motivante

Informar a toda la población especialmente las personas mayores de las posibilidades de práctica mas adecuadas.

Dar información a los mayores de los beneficios de una práctica regular de ejercicio físico. (beneficios físico, psicológicos, sociales y afectivos)

Que los mayores tomen conciencia de las mejoras que pueden conseguir con una práctica habitual de ejercicio físico y de una alimentación adecuada.

**Coste / Posibles vías de financiación**

Una entidad financiera, una empresa de alimentación, un laboratorio...

Proponer que una superficie comercial (estilo: Eroski, Caprabo, Carrefour...) se haga cargo de los gastos que se deriven de la realización y distribución de este decálogo.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Mediante la puesta en marcha de un plan de investigación, a nivel nacional, que permita conocer el aumento de practicantes a partir de la distribución del decálogo para mayores.

Conocer el aumento de practicantes tanto a nivel de las caminadas como a nivel de los usuarios a instalaciones deportivas o centros de mayores.

Escoger una muestra de población mayor al azar de los diferentes ámbitos.

**Temporalización**

Considerando que una de las primeras medidas que se deben realizar desde el CSD es la de informar a los mayores de la práctica de ejercicio físico, se considera una medida primordial, a poner en marcha a corto plazo.

**Observaciones**

**Indicadores a alcanzar:**

Controlar el aumento de practicantes a partir de la puesta en práctica de esta medida.

Controlar el número de acciones realizadas al respecto:

Número de prospectos repartidos

Zonas donde se han repartido y ha tenido más efecto

<b>Nº 1.2</b>	<b>PROGRAMA TV: MAYORES EN CASA. “MUEVE TU CUERPO Y ENTRENA TU MENTE”</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Programa de televisión dirigido a las personas mayores activas y a aquellas que envejecen con discapacidad. Con propuestas que combinen actividades de movimiento y de memoria.</p> <p>Se plantea un programa de 30 minutos de duración, a realizar dos o tres mañanas a la semana, alrededor de las 11 h.</p> <p>Contenidos: Ejercicios, canciones, evocación de recuerdos, consejos de vida activa y saludable, personajes representativos por su historia de vida y de edad avanzada,</p> <p>En el programa se proponen ejercicios de movimiento combinados con ejercicios de memoria, de fácil realización y de fácil realización para las personas mayores desde su casa, desde el centro de día, la residencia, acompañados por un cuidador o solos.</p> <p>Además de la propuesta de ejercicios de motricidad y memoria, en este programa se deberían incluir consejos de alimentación, hábitos y vida saludable.</p> <p>Este tipo de programas da pie a combinar información y formación a la vez que se trabajan aspectos cognitivos como la atención, memoria, orientación espacial y temporal, la reacción y aspectos físicos entre los que cabe destacar la resistencia aeróbica, flexibilidad, la movilidad articular, la respiración, relajación, entre otros.</p> <p>También puede organizarse en formato de “concurso” por equipos. Bien cada semana los mismos equipos o bien, cada semana variar los equipos...o mixto. Los equipos ganadores, siguen participando, los perdedores se van.</p>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Para llevar a cabo este proyecto es necesario encontrar una productora que tenga interés en llevar a cabo un programa de estas características.</p> <p>Buscar los canales para conseguir empresas privadas que deseen colaborar en dicho proyecto y puedan financiarlo.</p>	



**Colaboraciones:**

Empresas privadas y/o obra social de las cajas de ahorro que estén interesados.

**Actuación del CSD:**

El CSD será el responsable de ofrecer la parte técnica y de los contenidos, a través de un equipo interdisciplinar de expertos en mayores y salud, o bien a través de una entidad externa relacionada con el sector.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Dado que uno de los retos más importantes con la elaboración y puesta en práctica de este Plan Integral es el hecho de aumentar el número de mayores practicantes, incidir en la prevención de la dependencia y mejorar la calidad de vida del mayor, los objetivos a alcanzar con esta medida son los siguientes:

- Introducir actividades saludables: actividad física y actividad cognitiva en un medio muy utilizado y con mucha fuerza entre las personas mayores como la televisión.
- Sensibilizar a la población en general y especialmente los mayores de los beneficios de la práctica física y cognitiva les puede aportar.
- Sensibilizar de los beneficios de una vida activa y saludable.
- Proponer un programa de ejercicios que puedan ser realizados por personas mayores autónomas y personas mayores frágiles y dependientes y que desde su domicilio puedan realizar las propuestas de manera autónoma o con la colaboración de sus familiares.
- Trabajar la prevención de la dependencia desde el mismo domicilio y a través de una medida asequible a toda la sociedad como es: la televisión.

**Coste / Posibles vías de financiación**

Para la fase de elaboración de la parte técnica del programa, se deberá responsabilizar económicamente una empresa interesada.

Para la puesta en marcha y desarrollo del programa, la empresa

correspondiente.

Televisión pública o privada que tenga interés en llevar a cabo un programa de estas características. A partir de aquí buscar las vías de financiación (fundaciones La Caixa, industrias farmacéuticas, entidades aseguradoras, empresas alimenticias...)

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Para hacer el seguimiento del programa:

La audiencia de cada programa marcará el nivel de aceptación del programa.

### **Temporalización.**

Medida a desarrollar a medio plazo

2009.- Presentar la propuesta a diferentes productoras.

2009-10.- Preparar materiales para el programa.

Realizar el programa

Puesta en escena del programa: "CUIDA TU CUERPO Y ENTRENA TU MENTE"

### **Observaciones**

Conscientes de las dificultades que puede tener llevar a cabo una medida de estas características, conscientes también del poder que ejerce la televisión entre la población en general y, en especial entre el colectivo de personas mayores, y de la gran influencia que tienen los programas de TV entre el público, se considera interesante intentar llevar a cabo esta propuesta.

Una propuesta de estas características también está orientada a sensibilizar y a dar recursos a aquellas personas que tienen a su cargo mayores dependientes.

<b>Nº 1.3</b>	<b>PROMOCIÓN Y DISEÑO DE CIRCUITOS AERÓBICOS PARA MAYORES EN DIFERENTES ENTORNOS</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Crear o adaptar los circuitos ya existentes en los municipios para realizar programas que fomenten el hábito de marcha saludable en diferentes espacios con garantías de efectividad y seguridad, aprovechando las características del entorno cercano:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Circuitos Urbanos: En parques y parajes circundantes</li><li>- Circuitos de playa y litoral</li><li>- Circuitos rurales y de montaña</li><li>- Circuitos turísticos</li></ul> <p>Estos circuitos deberán cumplir una serie de requisitos:</p> <p>1.-Introducir recorridos de diferentes niveles (Básico, Medio y Alto) para que se puedan integrar el mayor número de personas en función de las diversas capacidades personales. Para ello se tendrá en cuenta:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Contar con un circuito básico que discurra por un terreno llano o de poco desnivel y sin barreras arquitectónicas</li><li>- Establecer la dificultad de los siguientes niveles en base al aumento de distancia y de los cambios orográficos.</li></ul> <p>2.-Disponer de la señalización que facilite una buena práctica</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Indicar el recorrido con diferente señalización ( colores, signos) según nivel</li><li>- Proporcionar teléfonos de información y emergencia</li><li>- Incluir consignas y consejos para caminar de forma adecuada (intensidad de la marcha, pulsaciones, horas adecuadas, hidratación, protección etc.)</li><li>- Instalar la señalización de puntos de inicio y final, así como de tramos indicando la distancia recorrida</li></ul>	

**Responsable:**

C.C.A.A. y Ayuntamientos.

**Colaboraciones:**

Equipo multidisciplinar Deportes, Urbanismo, Turismo, Sanidad y Asuntos Sociales.

Sería conveniente disponer de la colaboración de algunas empresas (alimentación,

farmacéuticas, deportivas etc.) para la esponsorización de la señalización y carteles informativos

**Actuación del CSD:**

Apoyo económico y/o logístico la creación de circuitos.

**Objetivos a alcanzar:**

Proporcionar información técnica y espacios específicos, para facilitar la práctica de ejercicio aeróbico seguro y saludable a personas de edad avanzada que desean realizar ejercicio a través de una práctica autónoma o como una actividad complementaria a la que realizan a través de los programas institucionales.  
Potenciar las políticas en pro de Ciudades saludables, promocionando zonas de práctica deportiva.

**Coste / Posibles vías de financiación**

Buscar una marca de un centro comercial que le interese promocionar este tipo de propuestas

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Controlar las personas mayores que utilizan estas zonas o circuitos a través del centro de atención primaria del barrio, el personal médico (médico o enfermera) puede tener una ficha de sus pacientes con un control y un seguimiento de los horarios y el hábito de caminar.

Se entrega una ficha tipo a cada usuario y una vez al mes deberá acercarse a su centro médico para que le hagan el seguimiento.

**Temporalización**

El desarrollo de esta medida se llevará a cabo en tres momentos

1.- Promoción

Mayores en Marcha. Jornada de puertas abiertas de promoción específica o coincidiendo con algún evento de vida saludable (ej. Dentro de las actividades del Día del Corazón). Procurar un Stand con paneles ilustrativos y folletos con indicaciones sobre la ubicación y uso de los circuitos y la posibilidad de realizar los mismos acompañados de técnicos que les introduzcan en las rutinas de práctica.

**2.-Desarrollo**

Práctica autónoma o semidirigida. Promocionar caminatas utilizando podómetros con el fin de tener un control de los participantes.

**3.-Culminación**

Maratón Senior o “El día de los 10.000 pasos” evento anual de participación masiva y carácter socio-recreativo que trate de congregar al mayor número de usuarios de los circuitos con el fin de reforzar la adherencia a su práctica.

Se propone iniciar la medida a corto plazo.

**Observaciones**

Esta propuesta se enmarca dentro de la política de Ciudades Saludables.

Es un proyecto de promoción de la práctica del ejercicio físico de bajo coste y que da la posibilidad de realizar un estudio sobre la capacidad funcional, la calidad de vida y el bienestar de las personas mayores.

**Indicadores:**

Controlar el número de participantes a los circuitos

Controlar el número de circuitos en cada CCAA

Controlar el grado de fidelidad de los usuarios.

<b>Nº 1.4</b>	<b>PROMOCIÓN DE ACTIVIDADES PUNTUALES: “EL DIA DE LOS 10.000 PASOS”</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>A partir de la promoción y diseño de circuitos aeróbicos y de su puesta en marcha, se procede a convocar a todas las comunidades la organización de un día señalado para la práctica de una caminata colectiva, con el fin de promocionar la practica de la actividad física a través de las caminatas.</p> <p>La organización de esta medida responde no solamente a la necesidad de movimiento, sino también a la necesidad de relacionarse y de convivencia entre el colectivo de personas mayores.</p> <p>Se propone el día de los 10.000 pasos a realizar en los diferentes circuitos que se han creado para potenciar la práctica de las caminatas, deberán tener las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>— Estar en un lugar preferentemente llano o con poco desnivel.</li><li>— Marcar las distancias a recorrer en diferentes puntos.</li><li>— Un cartel con consignas y consejos para caminar de forma adecuada:</li><li>— Intensidad de la marcha, pulsaciones, hora preferente, temas relacionado con la alimentación, etc.</li></ul>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Ayuntamientos, Diputaciones provinciales, centros sanitarios.</p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <p>Se requiere la colaboración de especialistas de diferentes ámbitos: sanitarios, deportivos, urbanísticos, turísticos, alimentación, etc. Es decir, un equipo interdisciplinario que contemple el proyecto desde las diferentes especialidades.</p>	
<p><b>Actuación del CSD:</b></p> <p>Proponer el proyecto marco con el fin de que cada autonomía lo adapte según sus características: geográficas, climatológicas y sus necesidades.</p>	

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Adecuar espacios para fomentar la vida activa entre las personas mayores.  
Promover un día en especial para que toda la población mayor salga a caminar, ello puede ayudar a dar a conocer los diferentes espacios creados para la práctica.

Conseguir aumentar paulatinamente el número de personas mayores que practiquen algún tipo de actividad física y que adquieran el hábito de práctica.

Promover actividades conjuntas: Decálogo de consejos, circuitos aeróbicos, día de los 10.000 pasos, entre otras acciones a realizar.

Colaborar en pro de las ciudades saludables.

**Coste / Posibles vías de financiación**

Para la puesta en marcha de esta medida se deben buscar marcas comerciales que les interese financiar el proyecto.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Sería conveniente que los asistentes a las caminatas se deban inscribir previamente, para ello, se propone que El Corte Inglés (para las grandes ciudades) u otro establecimiento (tipo zona comercial o centro de alimentación), puedan recoger las inscripciones a los asistentes, con la entrega de un dorsal...Ello facilitará la evaluación y el seguimiento de dicha actividad. A la vez estos establecimientos pueden colaborar en la financiación de la actividad.

**Temporalización**

Teniendo en cuenta que anteriormente a esta propuesta, se considera necesario la Medida: 1.5. Creación de circuitos Aeróbicos, se propone activar el Día de los 10.000 pasos a medio plazo, es decir, el 2010-11.

**Observaciones**

Esta medida refuerza aquellos aspectos relacionados con la calidad de vida y las ciudades saludables.

**Indicadores:**

Control del número de inscritos.

<b>Nº 1.5</b>	<b>ACTIVATE EN LOS PARQUES. ACTIVIDADES FÍSICAS EN LOS PARQUES. “TAI TXI Y CAMINADAS CON EJERCICIOS DE MEMORIA”.</b>
---------------	--

**Descripción:**

Proponer en los parques de diferentes municipios la posibilidad de organizar sesiones periódicas de tai chi y caminadas con ejercicios de memoria dirigida a las personas mayores.

Las actividades deberán cumplir los siguientes requisitos:

- Estar en un lugar preferentemente llano o con poco desnivel y sin barreras arquitectónicas
- Que disponga de una zona recogida y con sombra
- Ser un parque céntrico de la ciudad
- Marcar las distancias a recorrer en diferentes puntos.
- Un cartel en el lugar de la actividad donde indique las actividades que se realizan y los horarios.

(Ejemplo: Programa ACTIVA'T als parcs en Barcelona. Ayuntamiento de BCN)

**Responsable:**

Ayuntamientos, Diputaciones provinciales, Fundaciones entidades bancarias y/o financieras.

**Colaboraciones:**

Se requiere la colaboración de especialistas de diferentes ámbitos: sanitarios, deportivos y del medio ambiente. Es decir, un equipo interdisciplinario que contemple el proyecto desde las diferentes especialidades.

Los alumnos acudirán al parque si se lo indica su médico o bien como propuesta del municipio, del barrio.

**Actuación del CSD:**

Proponer el proyecto marco con el fin de que cada autonomía lo adapte según sus características: geográficas, climatológicas y sus necesidades.

Colaborar a la expansión de la medida.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Adecuar espacios para fomentar la vida activa entre las personas mayores.

Utilizar los espacios al aire libre, especialmente los parques de las ciudades y pueblos para proponer actividades saludables.

Incidir en una mejora de la salud entre los mayores mediante la propuesta de



actividades motrices y actividades de estimulación de la memoria conjuntamente.

Proponer actividades que impliquen la colaboración de los diferentes ámbitos municipales: deportes, salud, medio ambiente.

Incidir en el movimiento de Ciudades Saludables.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

Elaboración de materiales para la actividad de caminadas con ejercicios de memoria: Fichas para el técnico.

Coste del técnico (2 horas semanales) a lo largo de todo el año. (Excepto los días festivos y el mes de agosto).

Coste de un coordinador que organice y controle la actividad en la ciudad correspondiente.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Seguimiento de los usuarios.

Posibilidad de hacer un estudio de calidad de vida, condición física y aspectos de la memoria a los asistentes al programa.

Aumento del número de participantes en un año.

#### **Temporalización**

Medida a medio plazo

Octubre, 09.- Propuesta a los municipios del programa: "ACTIVATE EN LOS PARQUES DE TU CIUDAD"

Noviembre- diciembre, 09.-

a) Estudio de los posibles parques en los pueblos o ciudades que tengan interés en realizar la actividad.

b) Preparación de los materiales "Fichas" para las caminadas con memoria.

Enero, 10.- Puesta en marcha del programa "ACTIVATE EN LOS PARQUES..."

#### **Observaciones**

Este programa se ha iniciado como proyecto piloto en Barcelona el octubre, 08.

Es un programa promovido por IBE, Instituto Barcelona Deportes del Ayuntamiento de Barcelona y en el que han colaborado Salud Pública y el Área de Medio Ambiente.

Actualmente está funcionando en 4 parques de la ciudad, ubicados en diferentes distritos.

Es un programa que está en la línea de Ciudades Saludables, dando una oferta de práctica en los diferentes parques de la ciudad.

El parque como un lugar de vida saludable, de integración y de relación entre los ciudadanos

**Indicadores:**

Control de participantes mediante unas tarjetas

Control de grado de fidelización de los usuarios

Evaluar y realizar un seguimiento de los asistentes

Controlar el número de parques de cada CCAA.

<b>Nº 1.6</b>	<b>ENCUENTRO NACIONAL DE MAYORES EN EL DEPORTE ESTEPONA 12 al 14 de noviembre de 2009</b>
<p>Con la finalidad de:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Promocionar el Plan Integral de Actividad Físico Deportiva:</li><li>• Fomentar relaciones e intercambios entre los diferentes COMUNIDADES AUTÓNOMAS y municipios adscritos establemente a los programas de AFDM..</li><li>• Complementar y reforzar las actividades básicas, desarrolladas por los <i>Centros Municipales</i>.</li><li>• Realizar actividades complementarias dentro de la programación anual del Programa de Actividades físico deportivas para mayores que se desarrollan en diferentes puntos, aunando criterios sobre los programas de intervención desde el punto de vista práctico</li></ul>	

**Responsables:**

Coordinación: Consejo Superior de Deportes  
Comunidad Autónoma  
Diputación Provincial si la hubiese  
Ayuntamiento/s sede/es

**Colaboraciones:**

Empresas de alimentación o prestadoras de servicios a los mayores  
Obra Social de la Cajas de Ahorros

**Actuación del C.S.D.:**

Convocatoria, coordinación y cofinanciación. Diseño general del proyecto con las CC.AA., la Diputación correspondiente y ayuntamientos donde se celebre. Mediante un Comité Organizador y estructura organizativa de evento deportivo (diferentes comités)

**PARTICIPANTES:**

Actuación de la Comunidades Autónomas: Viajes (ida y vuelta) al Lugar de celebración (financiación)

Actuación de los ayuntamientos y diputaciones participantes: Pago de los técnicos responsables, seguros, uniformidad de los y las participantes.

**ORGANIZADORES:**

Comunidad Autónoma organizadora o sede: Financiación a los ayuntamientos organizadores.

Diputación receptora: Organización y gestión con el o los ayuntamientos correspondientes.

Ayuntamientos o patronatos deportivos sedes: total disponibilidad s de las instalaciones. Materiales y vistas culturales. Aportación de técnicos y voluntarios para la realización de la actividad.



**Colaboraciones:**

Municipios, Gobiernos Autonómicos (Área de Salud, Deporte y Cultura).  
Empresas especializadas en organizar programas deportivos en la naturaleza (Escuelas de esquí, escuelas de vela, empresas de montañismo, de marcha nórdica, etc.) distribuidos en las diferentes comunidades del país.  
Una de las propuestas puede ser que los usuarios a estas jornadas, una vez finalizadas, tengan la posibilidad de federarse en el deporte correspondiente y puedan seguir practicando en un club o centro adecuado.

**Actuación del CSD:**

Diseñar, proponer el proyecto al IMSERSO, con un equipo de expertos.  
Aconsejar actividades mas adecuadas para el colectivo.  
Buscar espacios en la naturaleza adecuados para este tipo de actividades.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Ofrecer a la población de personas mayores la posibilidad de disfrutar de la naturaleza mediante la participación activa en actividades físicas saludables.  
Ofrecer a la población mayor la posibilidad de aprender nuevos deportes.  
Potenciar el turismo activo entre el colectivo de mayores  
Promover las actividades de las empresas del sector en temporada baja.  
(hoteles, empresas deportivas, etc.)

**Coste / Posibles vías de financiación**

Para la financiación del coste de este tipo de jornadas, se seguirá el mismo proceso que los costes en los viajes y programas de vacaciones de IMSERSO. Teniendo en cuenta que los participantes deberán hacerse cargo de una parte importante de los gastos que ello comporte.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Aceptación de este tipo de actividades.  
Análisis de los inscritos a lo largo del curso, en relación a otro tipo de propuestas.  
Análisis de los resultados conseguidos en la organización de este tipo de jornadas.

### **Temporalización**

Se propone iniciar esta medida a corto plazo.

Octubre- diciembre.- Preparar, situar en la zona adecuada de la geografía Española, buscar actividades, hoteles, paradores mas cercanos y las posibilidades de organizar actividades deportivas.

Enero- febrero.- Una vez desarrolladas tres o cuatro propuestas de jornadas de salud y vida activa, se proponen a IMSERSO.

### **Observaciones**

Esta medida obedece a las finalidades del Plan Integral para mayores en cuanto a que en sus realización intervienen diferentes ámbitos: deportivos, turísticos, medio ambientales y fomenta la inclusión de las personas mayores en zonas de turismo deportivo que hasta el momento no se había valorado.

La promoción de una vida saludable y activa para una generación de personas mayores que va en aumento y que ya se ha iniciado en su juventud en la práctica de algún deporte.

La puesta en marcha de esta medida tiene un triple interés, si bien por un lado, se ayudará a que los mayores realicen prácticas deportivas adaptadas a sus posibilidades, a la vez, también se potenciarán las empresas del sector en temporada baja y por último, aprovechar las posibilidades climatológicas y geográficas que este país nos ofrece.

<b>Nº</b> <b>1.8.</b>	<b>PROGRAMA DE ACTIVIDADES FÍSICAS PARA PERSONAS MAYORES FRÁGILES Y/O CON UN PRIMER GRADO DE DEPENDENCIA</b>
<p><b>Justificación de la medida:</b></p> <p>Cada vez son más las personas mayores muy añosas y/o que envejecen con fragilidad y discapacidad. Es necesario diseñar programas orientados a que este colectivo mantenga un patrón de ejercicio físico regular que minimice el riesgo de discapacidad y asegure su participación social activa y poder, así, hacer frente de forma sostenible al desarrollo de la Ley de Dependencia.</p> <p>Se trata de favorecer el mantenimiento de la competencia funcional, para garantizar la máxima independencia posible en la realización de las actividades de la vida diaria e instrumentales. También trata de prevenir las caídas, uno de los aspectos más determinantes de la discapacidad entre las personas muy mayores.</p> <p><b>Descripción del programa:</b></p> <p>El programa está basado en la estimulación psicomotora grupal. Se puede implementar en sala o en piscina.</p> <p>La intervención se lleva a cabo mediante una dinamización corporal holística que utiliza ejercicios, juegos y situaciones relacionales en las que el movimiento es el desencadenante de sensaciones y afectos que facilitan la vivencia satisfactoria del cuerpo envejecido y la adaptación de patrones motores.</p> <p>Va dirigido a grupos formados por personas frágiles y/o en el primer y segundo grado de dependencia definido en la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia.</p> <p>Los usuarios pueden residir en su propio domicilio y acudir a una instalación o institución para la realización de las sesiones. También puede ser que el programa forme parte del plan de atención integral a la persona que reside en un centro de mayores, residencia geriátrica y centros socio sanitarios o que acuda a un hospital de día. En este caso, el programa de estimulación psicomotriz será complementario a los demás programas de atención (fisioterapia, terapia ocupacional y educación social).</p> <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Estimular las capacidades biológicas básicas: fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad de reacción).</li><li>- Estimular las capacidades psicomotoras: control tónico, coordinación témporo-espacial y perceptivo-motriz, equilibrio estático y dinámico.</li><li>- Estimular las capacidades cognitivas: atención, memoria, toma de decisión, aprendizaje.</li><li>- Estimular las capacidades comunicativas con uno mismo, con el entorno y</li></ul>	



con los otros.

- Favorecer las relaciones cooperativas en un ambiente lúdico y socializante.

Siempre y en todo momento con el propósito de que el programa sirva para:

- Construir, mejorar o aprender sobre aquellos aspectos de las propias capacidades que aún son modificables.
- Consolidar, mantener, estimular o reaprender sobre aquello que se tiene pero que no se utiliza (capacidades afectadas por el desuso).
- Aceptar, aprender o “aprender a desaprender” sobre aquellas capacidades que se han perdido y no son recuperables desde el programa de actividad física.

**Responsable:**

CSD a través de un equipo de expertos.

**Colaboraciones:**

Comunidades Autónomas, entidades e instituciones públicas y privadas.

**Actuación del CSD:**

El CSD facilita el programa a las Comunidades Autónomas y éstas hacen la difusión, proponen la implementación y hacen el seguimiento entre las organizaciones que ofrecen atención a las personas mayores frágiles y/o en situación de dependencia.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

- Extender la práctica de ejercicio físico a todo el colectivo de personas mayores que no está en situación de gran dependencia.
- Propiciar que las personas mayores activas no abandonen la práctica de ejercicio físico cuando el proceso de envejecimiento no avanza con normalidad.
- Facilitar un nuevo indicador de calidad a los organismos responsables del seguimiento del control de calidad de la atención a las personas mayores.
- Facilitar a las residencias de mayores y centros de día un programa de ejercicio físico que pueda ser incluido en sus estrategias de atención a los usuarios.

**Coste / Posibles vías de financiación**

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

<b>Nº 1.9</b>	<b>PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA A TRAVÉS DE LOS CENTROS DE ATENCIÓN PRIMARIA.</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Analizar el número de comunidades autónomas interesadas en la difusión del programa y que lo incluyen en sus indicadores de calidad para las instituciones.</li><li>- Nivel de satisfacción y valoración del programa que hacen las instituciones que lo implementan.</li><li>- Nivel de satisfacción de los usuarios y de los familiares.</li></ul>	

<b>Temporalización</b> Dado que esta parte del colectivo de mayores es la que está más desatendida, consideramos que esta medida es prioritaria y debe implementarse a corto plazo.
--

<b>Observaciones e Indicadores:</b> Controlar el número de programas de cada CCAA. Controlar el grado de aceptación de cada programa
--

<b>Descripción:</b> Programa destinado a la mejora de la calidad de vida de aquellas personas mayores que padecen alteraciones moderadas cardiovasculares como la hipertensión arterial, metabólicas como la obesidad o diabetes, o ansiedad/depresión, ayudándoles y asesorándoles a seguir la recomendación de ejercicio físico como tratamiento y prevención de estas enfermedades. Para la puesta en marcha de este programa es necesario la colaboración de las Consejerías de Sanidad de las diferentes CCAA, ya que son los médicos de los centros de atención primaria los que recomiendan acudir al programa. Con la implementación de medidas que estén en esta línea se pretende: Prevenir alteraciones debidas al proceso de envejecimiento, tanto a nivel físico como cognitivo, social y afectivo. Mantener la condición física en estado óptimo el mayor tiempo posible. Mantener las capacidades intelectuales el mayor tiempo posible. Incidir en aspectos de rehabilitación de proceso degenerativos de la persona mayor. Este programa deberá ir dirigido tanto a personas mayores autónomas como a frágiles y/o con un nivel de dependencia. Será necesario adaptar las propuestas según el nivel de autonomía de cada colectivo. Como punto de referencia en esta medida tenemos: Gerontogimnasia (Aragón) El Ejercicio te cuida (Extremadura) PAFES (Cataluña)
--

Las personas encargadas del desarrollo de las actividades físico deportivas serán licenciadas en ciencias de la actividad física y del deporte con formación en salud y en mayores.

El programa tendría el siguiente esquema.

- Persona con alguna alteración de las anteriormente indicadas, acude a un centro de atención primaria.
- El médico deriva al paciente al dinamizador saludeportivo de la zona, entre otras cosas.
- El dinamizador le realiza una serie de evaluaciones estandarizadas para determinar su nivel de condición física.
- A partir de los resultados de estas evaluaciones se le realiza un planificación de actividad físico-deportiva adaptada a sus necesidades.
- Evaluaciones periódicas, para comprobar las mejoras o los atrasos en su estado de salud general.

**Responsable:**

El CSD será el responsable de promover estas medidas a cada CCAA.

Las comunidades autónomas, a través de los centros de atención primaria y centros de salud conjuntamente con especialistas en actividad física.

**Colaboraciones:**

El CSD, Comunidades Autónomas, entidades e instituciones públicas y privadas.

**Actuación del CSD:**

El CSD podría llevar la campaña de difusión del programa, así como la concienciación de los médicos y enfermeros/as asociados al sistema sanitario público. Intentando unir al colectivo de la medicina con los profesionales de la actividad física y del deporte como medio para la mejora integral de la salud de la población Española.

**Objetivos a alcanzar:**

GENERALES:

- Mejorar la salud general de la población de más de 65 años de nuestro país.
- Unir a dos colectivos profesionales en la búsqueda de un objetivo común (Médicos y Técnicos Deportivos)
- Fomentar las acciones con equipos inter disciplinares.
- Extender la práctica de ejercicio físico a todo el colectivo de personas mayores.

- Facilitar propuestas de ejercicio físico a las personas mayores que acuden a los centros sanitarios.

**ESPECÍFICOS:**

- Reducir el gasto sanitario destinado a las personas mayores.
- Aumentar el porcentaje de práctica deportiva entre las personas mayores.
- Aumentar el porcentaje de hombre mayor que realizan actividad física, utilizando la salud como referente.
- Realizar acciones conjuntas entre profesionales del sector: sanitarios, educadores físicos y trabajadores sociales.
- Colaborar en diferentes medidas propuestas en este plan, entre las que cabe destacar: circuitos aeróbicos, actividades en los parques, el día de los 10.000 pasos, de manera que se tengan disponibles diferentes programas dirigidos a mayores.
- Poner en marcha esta medida conjuntamente con el ámbito sanitario, mujer, inmigración.

**Coste / Posibles vías de financiación**

Costes elevados. Dependiendo del número de personas contratadas (Dinamizadores saludeportivos, director del programa, responsables de las relaciones institucionales, responsables del control de calidad, etc.). Ej.: En Extremadura el gasto de este programa "El ejercicio te Cuida" asciende a 1.060.000 € anuales, pagados por las Consejerías de los Jóvenes y del Deporte y Sanidad y Dependencia.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Podíamos tener como indicadores del programa los siguientes:

- Analizar el número de comunidades autónomas interesadas en la difusión del programa y que lo incluyen en sus indicadores de calidad para las instituciones.
- Analizar los diferentes programas de ejercicio físico que se derivan de estas medidas.
- Nivel de satisfacción y valoración del programa de los usuarios.
  - Nº de usuarios que utilizan el programa
  - Nº de usuarios remitidos por los centros de salud.
  - Nº de usuarios captados por iniciativas de publicidad y marketing
  - % de reducción de visitas al médico de las personas acogidas al programa
- Estimación de la reducción del gasto público como consecuencia del

programa.

### **Temporalización**

Consideramos que esta medida es prioritaria y debe implementarse a corto plazo.

Cabe destacar, sin embargo, que es una medida que requiere de cierto tiempo para su implementación. En Extremadura ha costado su implantación bastante tiempo, ya que es un programa a tres bandas: Consejería de los Jóvenes y del Deporte, Consejería de Sanidad y Dependencia y La Universidad de Extremadura. Por lo que las relaciones institucionales son bastante lentas.

### **Observaciones e Indicadores:**

Controlar el número de programas de cada CCAA y el grado de implicación de los diferentes sectores

Controlar el grado de aceptación de cada programa

## 2.- MEDIDAS RELACIONADAS CON LA INVESTIGACIÓN EN EL ÁMBITO DEL EJERCICIO FÍSICO Y LA SALUD ENTRE LAS PERSONAS MAYORES

<b>Nº2.1</b>	<b>VALORES DE REFERENCIA DE CONDICIÓN FÍSICA Y COMPOSICIÓN CORPORAL EN MAYORES DE 65 AÑOS</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>En España, a pesar de que la población mayor se ha triplicado en los últimos 100 años no existen hasta la fecha estudios con muestras importantes sobre los niveles de condición física y composición corporal y su relación con estilos de vida (sedentarismo, hábitos de vida, etc.). Para poder evaluar adecuadamente una población es necesario tener datos de referencia que nos permitan comparar los parámetros estudiados. En España no tenemos datos de condición física ni composición corporal de mayores de 65 años lo que nos impide saber donde estamos y por lo tanto a donde podemos ir. Es crucial conocer el estado actual de la cuestión ya que si no lo hacemos perderemos la oportunidad de evaluar adecuadamente cualquier intervención que hagamos.</p>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Habrà un coordinador del proyecto y tantas unidades multidisciplinarias (sociólogo, licenciado/diplomado en educación física, etc.) como autonomías participantes. Las unidades autonómicas tendrán un coordinador local que será el representante de la institución que lo organice (Gobierno Autonómico, Universidad, Grupo e Investigación, etc).</p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>— Comunidades Autónomas, Entidades Locales, Universidades, Grupos de Investigación, etc.</li></ul>	
<p><b>Actuación del CSD:</b></p> <p>Será el coordinador general del proyecto y el que catalizará el contacto con las comunidades autónomas para que se unan a este proyecto.</p>	
<p><b>Objetivos a alcanzar:</b></p> <p>Obtener datos de referencia que nos permita entender la situación actual de los mayores y verificar las fortalezas y debilidades de este grupo de población, así</p>	

como poder observar la evolución con el paso de los años.

Objetivos concretos:

- Evaluar los niveles de condición física (velocidad, resistencia, fuerza de las extremidades superiores, fuerza de las extremidades inferiores, agilidad, flexibilidad de las extremidades superiores y flexibilidad de las extremidades inferiores) en una muestra representativa de la población mayor española no institucionalizada mediante una batería de test adaptados a este grupo de población.
- Examinar los diferentes estilos de vida, hábitos deportivos y actividades sedentarias, en una muestra representativa de la población mayor española no institucionalizada mediante cuestionarios específicos.
- Evaluación antropométrica (talla, peso, circunferencias corporales, masa grasa y masa muscular) en una muestra representativa de la población mayor española no institucionalizada mediante tests específicos.
- Estudiar la relación que se establece entre los niveles de condición física, los diferentes estilos de vida y las características antropométricas de una muestra representativa de la población mayor española no institucionalizada.

### **Coste / Posibles vías de financiación**

El presupuesto del proyecto está en función del número de participantes y del número de comunidades autónomas participantes. Con una participación entre 600-1000 mayores por comunidad el presupuesto estaría alrededor de los 24.000 euros por comunidad. Se incluye material necesario para las pruebas, cuestionario y dos becarios a tiempo parcial durante un año.

Habría que añadir una partida para un coordinador/técnico del proyecto. Durante dos años. Podría ser a tiempo total o parcial. El coordinador local lo pondría la promotora local del proyecto.

El CSD podría iniciar un proyecto de investigación nacional al que se irían sumando las CCAA aportando cada una de ellas los gastos derivados en su comunidad. Podría ser un proyecto cerrado, finalista o entrar dentro de las convocatorias nacionales tipo Programa Nacional de Proyectos de Investigación Fundamental, marco del VI Plan Nacional de Investigación Científica, Desarrollo e Innovación Tecnológica 2008 - 2011, hasta las convocatorias autonómicas.

No se debería renunciar a los mecenazgos y subvenciones.

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

El seguimiento y la evaluación estarían relacionados con la obtención de una muestra representativa para cada comunidad y para todo el estado. Los resultados serán los indicadores mas valiosos que nos describirán el estado actual de la cuestión.

#### **Valoración antropométrica y composición corporal**

Peso (kg), talla (cm), perímetro abdominal (cm) y el perímetro glúteo (cm).

La masa magra y la masa grasa se determinará mediante bio-impedancia eléctrica.

#### **Valoración de la Condición Física (en orden secuencial)**

- Test de Fuerza para las Extremidades Inferiores: Test de Levantarse y sentarse en la silla.
- Test de Fuerza para las Extremidades Superiores: Dinamometría manual.
- Test de Flexibilidad de las extremidades inferiores
- Test de Flexibilidad de las extremidades superiores



- Test de Agilidad o Test de Levantarse, caminar (2,44 m) y volver a sentarse.
- Test de velocidad de 30m caminando
- Test de Resistencia caminando: Test de los 6 minutos

#### **Valoración de los estilos de vida**

- EQ-5D Cuestionario destinado a identificar el estado de salud relacionado con la calidad basado en 5 ítems correspondientes a cinco dimensiones (movilidad, auto-cuidado, actividades de la vida diaria, dolor/malestar, y ansiedad/depresión) en tres niveles (problemas severos, moderados y sin problemas).
- Stages of Change Questionnaire

#### **Temporalización**

En la medida de lo posible, señalar las principales tareas para llevar a cabo esta medida, acción o proyecto, así como los hitos más importantes a tener en cuenta, obviamente en relación con una escala temporal (como mínimo en relación con los tres años de legislatura que quedan).

##### **2009**

Diseño del manual de operaciones.

Cuantificación de la muestra total y por comunidades.

Revisión de metodología, procedimientos y materiales.

Puesta en marcha de la iniciativa reuniendo a los participantes de las comunidades que participan en una sesión de aprendizaje de la metodología a desarrollar y aparataje a utilizar. Evaluación y control metodológico mediante la determinación del error intra e inter evaluador.

##### **2010**

Toma de datos en las CCAA

##### **2011**

Elaboración de resultados con datos globales y por comunidades acompañados de una publicación divulgativa sobre los beneficios de la practica de ejercicio físico en los mayores.

Diseminación por todas las redes sanitarias, sociales, etc y medios de comunicación.

#### **Observaciones**

La metodología y viabilidad de esta propuesta esta comprobada en el proyecto desarrollado por EXERNET con el patrocinio del IMSERSO (ver [www.spanishexernet.com](http://www.spanishexernet.com))

<b>Nº 2.2</b>	<b>VALORACIÓN DE LA CAPACIDAD FUNCIONAL EN LAS PERSONAS MAYORES: OBTENCIÓN DE VALORES DE REFERENCIA Y SU RELACIÓN CON LOS ESTILOS DE VIDA, EL BIENESTAR SUBJETIVO Y LA SALUD</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>El aumento progresivo de la longevidad en nuestro país y el problema médico-psicosocial asociado plantea un gran reto a la sociedad. La valoración de la capacidad funcional es esencial para orientar el trabajo de los profesionales relacionados con las personas mayores, no existiendo en este ámbito herramientas suficientemente válidas, fiables y de sencilla aplicación. En este grupo de población, más que en cualquier otro existen marcadas diferencias individuales en cuanto a funcionamiento físico, y aunque una gran parte mantiene su independencia y su autonomía y es capaz de realizar las tareas de la vida cotidiana, también se incluyen personas que por razones de salud o cualquier otra no pueden valerse por sí mismas. Uno de los principales objetivos a conseguir con las personas mayores es, por tanto, la prevención de la dependencia, que a su vez tiene una estrecha relación con la capacidad funcional. Por otra parte, envejecer supone un entrecruce entre salud (o ausencia de enfermedad), habilidad funcional (ausencia de discapacidad) y funcionamiento cognitivo y psicológico.</p> <p>Es importante señalar que cuando nos referimos, en general, a la condición física, la identificamos con rendimiento. Sin embargo, cuando hablamos de la población mayor en particular, la condición física la identificamos como la capacidad física para desarrollar las actividades normales de la vida diaria, íntimamente relacionada con el concepto de funcionalidad. Aunque hace mucho que se valora la trascendencia de la funcionalidad sobre la salud y la enfermedad, no fue hasta los años 50 que se reconoció su importancia, a medida que aumentaba la cantidad de personas mayores discapacitadas y que crecía la incidencia de enfermedades crónicas. La importancia de la funcionalidad la ratificó la Comisión Estadounidense sobre Enfermedades Crónicas y la OMS, que fomentó el desarrollo de una base científica para medir el estado funcional. La capacidad funcional de las personas mayores es crucial con respecto a la forma en que pueden llevar a cabo y soportar las actividades de la vida diaria o de participar en programas de actividad física, que a su vez afectan a su calidad de vida.</p> <p>La valoración de la condición física en la población general está muy desarrollada, sin embargo en la población mayor en concreto nos encontramos con serias dificultades para realizar esta tarea. La mayoría de test, o bien están orientados al rendimiento físico para su utilización en jóvenes o se centran en ancianos muy mayores, evaluando los cuidados o asistencia que necesitan para las actividades diarias. Los test que evalúan el rendimiento físico van orientados a</p>	

la población joven y son inapropiados e inseguros para los mayores, además de ser demasiado difíciles de realizar por muchos de ellos. Otros test se orientan hacia la evaluación de los ancianos más débiles y por tanto son demasiado fáciles de realizar y no detectan suficientemente el nivel de condición física en los mayores sanos. Es evidente que los profesionales relacionados con la población mayor necesitan de dicha valoración para orientar su trabajo diario y para realizar una prescripción adecuada del ejercicio. Nuestro grupo de investigación ha desarrollado una batería de aptitud física (Vacafun-Ancianos), cuya utilidad ha sido ya analizada en una muestra amplia de personas mayores en Castilla y León. Los resultados obtenidos han dado lugar recientemente a una publicación de carácter internacional (Physical function and well-being in elderly people: relationship to physical activity and dependence levels. N. Garatachea y cols. *Archives of Gerontology and Geriatrics* 48, 306-312, 2009).

Par que tenga utilidad práctica es necesario que una batería de test se acompañe de unos valores normativos de referencia para que los profesionales implicados en la valoración de las personas mayores puedan situar a su evaluado respecto de la población general de referencia en función del sexo y la edad. Realmente escasos son los estudios con población española que se centran en la valoración de la condición física funcional, por lo tanto es necesario desarrollar unos valores normativos de referencia antes citados que son tan demandados por los profesionales que trabajan con personas mayores para orientar su trabajo diario. No menos importante es además, determinar la puntuación mínima para detectar que una persona está en riesgo de sufrir dependencia con la intención de prevenirla mediante las medidas oportunas de incremento del nivel de actividad física, mejora del estado nutricional y de la alimentación.

Por otra parte, es evidente que la actividad física realizada de forma regular es importante para una adecuada condición física, siendo necesario estudiar la relación entre ambas, pero también tiene repercusiones sobre la salud mental, ya que produce beneficios a corto y largo plazo sobre el funcionamiento emocional, haciendo que la gente se sienta bien en general o se sienta mejor tras realizar la actividad. Entre los beneficios a largo plazo, tenemos mejoras en el grado de satisfacción con la vida, en la autoestima y la autoeficacia y asociado un marcado descenso en la aparición de estados emocionales negativos, como la ansiedad o la depresión. Existen diversos cuestionarios para la valoración de la calidad de vida y del bienestar subjetivo que pueden aplicarse a las personas mayores y cuya utilidad está contrastada. Un aspecto complejo es, sin embargo, el de la determinación de los niveles de actividad física habitual. Para estudios que abarquen a grandes muestras e requieren herramientas sencillas y poco costosas y, desde este punto de vista, un enfoque práctico es la utilización de cuestionarios. La utilización de cuestionarios para determinar el nivel de actividad física se ha hecho en los últimos años desde una perspectiva estadístico-epidemiológica, principalmente en países como Estados Unidos o el Reino Unido. Nuestro grupo adaptó para población española y validó hace algunos años el único cuestionario específico existente para la valoración de la actividad física habitual en personas mayores, el Cuestionario de Actividad Física de Yale (Validity and reliability of the Yale Physical Activity Survey in Spanish elderly. S. de Abajo y cols. *Journal of*

Sports Medicine and Physical Fitness 41, 479-485, 2001).

El objetivo general de la propuesta es aplicar la batería Vacafun-Ancianos en personas mayores en muestras amplias y representativas de las diversas comunidades autónomas, al objeto de obtener unos valores normativos de referencia para la población mayor española y proponer unos valores umbral de riesgo de sufrir dependencia, así como estudiar la relación entre la capacidad funcional el estilo de vida y el bienestar subjetivo.

**Responsable:**

Se propone que la coordinación del estudio se lleve a cabo desde el Instituto de Biomedicina (IBIOMED) de la Universidad de León <http://institutobiomedicina.unileon.es> . Dicho Instituto tiene una amplia experiencia en el desarrollo de trabajos relacionados con la actividad física, siendo una de sus líneas prioritarias la denominada “Actividad física, epidemiología y salud”. Forma parte de la European Network for the Promotion of Health Enhancing Physical Activity (HEPA) de la Organización Mundial de la Salud.

**Colaboraciones:**

Administraciones locales y regionales, grupos de investigación universitarios, facultades de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

**Actuación del CSD:**

El papel del CSD sería establecer los cauces para la acción interdepartamental de las diferentes comunidades locales y gobiernos autonómicos.

Correspondería también al CSD, en conjunto con el centro coordinador, al CSD, la evaluación de los objetivos alcanzados, obteniendo información que permitiera la evaluación continuada de las medidas adoptadas en el plan integral. Por un lado, analizando si las medidas que han sido puestas en marcha han sido las adecuadas ya que han desplegado todas las acciones, y evaluar si se han obtenido los resultados deseados en relación con un envejecimiento activo. Sería, finalmente, el encargado de las medidas de difusión de los resultados obtenidos.

**Objetivos a alcanzar:**

El objetivo general de la propuesta es aplicar una batería de pruebas (ya creada y validada con población castellano leonesa) para la valoración de la capacidad funcional en personas mayores de las distintas comunidades autónomas y el estudio de la relación entre ésta, el estilo de vida y el bienestar subjetivo.

Como objetivos específicos se proponen:

a) Aplicar la batería de pruebas Vacfun-Ancianos a una muestra representativa de la población y obtener unos valores normativos de referencia para la población mayor española.

b) Proponer unos valores umbral de riesgo de sufrir dependencia en las personas mayores.

c) Estudiar la relación entre capacidad funcional, los estilos de vida (adopción y mantenimiento de un estilo de vida activo) con la realización de actividad física y el bienestar subjetivo.

Esta ambiciosa propuesta ya se ha llevado a cabo en un estudio piloto en Castilla y León con más de 600 personas mayores que ha permitido el desarrollo de una batería de aptitud física ya validada y cuyo manual de aplicación ya ha sido publicado en colaboración con el IMSERSO, junto con un software específico. Su ampliación a una muestra representativa de la población mayor española permitiría obtener valores normativos de referencia de gran utilidad a la hora de favorecer un envejecimiento activo manteniendo la independencia el máximo tiempo posible, permitiendo a la vez prescribir ejercicio específico para este grupo de población cada vez más numeroso, fomentando la realización de actividad física y ejercicio de forma autónoma. Al mismo tiempo, permitiría proponer unos valores umbral de riesgo de sufrir dependencia en los ancianos en función del sexo y edad y estudiar la relación entre capacidad funcional, los estilos de vida, la realización de actividad física y el bienestar subjetivo.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

Podría potenciarse desde el CSD la petición de ayudas para la realización de proyectos de investigación a organismos gubernamentales como el IMSERSO o el Ministerio de Ciencia e Innovación. En el marco del Plan Nacional de I+D+i. También debería incentivarse la solicitud de ayudas e Gobiernos Autonómicos o Diputaciones Provinciales en sus distintos programas de apoyo a la actividad investigadora.

Los conceptos de coste fundamentales serían los referentes a material de oficina (Baterías de cuestionarios), administración de los mismos y análisis de los datos.

El coste económico se vería considerablemente reducido al disponer de las pruebas que se van a administrar ya creadas y validadas.

Los entes locales o autonómicos podrían apoyar la medida a través de la actuación de profesionales que llevaran a cabo la administración de las pruebas ya reseñadas.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Se utilizarían dos tipos de indicadores, los de proceso y los de resultado. Por un lado, desplegando las acciones implicadas en la práctica de esta medida para ver la

<p>adecuación de la metodología, en cuyo caso se estaría midiendo el proceso, o bien evaluar las mejoras de salud conseguidas a partir del incremento de prácticas físico-deportivas o lo que es lo mismo medir los resultado relacionados con la salud, como el funcionamiento emocional, el bienestar subjetivo y las necesidades de las personas mayores.</p>
<p><b>Temporalización</b></p> <p>La duración del programa podrían ser 24 meses.</p> <p>Descripción del trabajo técnico:</p> <p><u>Meses 1-2.</u> Identificación de grupos/órganos ejecutores en las diferentes comunidades autónomas.</p> <p><u>Meses 3-6.</u> Coordinación del estudio. Adaptación a entornos propios de cada autonomía y formación de profesionales.</p> <p><u>Meses 7-14.</u> Aplicación de las baterías de cuestionarios.</p> <p>Meses 15-21. Elaboración de valores normativos de referencia para población española Obtención de los valores umbral de riesgo de sufrir dependencia. Análisis de la relación entre capacidad funcional, estilos de vida y bienestar subjetivo.</p> <p><u>Meses 22-24</u> Difusión de resultados.</p>
<p><b>Observaciones</b></p> <p>Teniendo en cuenta que ya se ha creado y adaptado la batería de capacidad funcional y que el resto de cuestionarios también están adaptados a la población mayor española, para completar el estudio habría que ampliar de forma representativa la muestra en las diferentes comunidades autónomas al objeto de obtener los datos numéricos que nos permitirían obtener los valores de referencia y los demás objetivos propuestos.</p>

<b>Nº 2.3</b>	<b>ESTUDIO DE LA RELACIÓN ENTRE LA CALIDAD DE VIDA Y LA ACTIVIDAD FÍSICA EN PERSONAS MAYORES INSTITUCIONALIZADAS Y NO INSTITUCIONALIZADAS</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>La calidad de vida es un concepto que cada vez va adquiriendo mayor importancia en la sociedad en general. Es un referente clave de las políticas socio-sanitarias y resulta básico en el campo de la atención a personas mayores, constituyendo uno de los principales indicadores a tener en cuenta en la evaluación de la eficacia de los servicios. Aunque existen diversas formas de conceptualizarla, en el estudio de la calidad de vida en general y de las personas mayores en particular, resulta imprescindible considerar no solamente factores contextuales (disponibilidad de servicios de salud y sociales, calidad ambiental, etc) sino también las propiedades y características percibidas del ambiente (servicios de salud, apoyo social, valoración del entorno, necesidades culturales, etc), así como la evaluación/valoración de dichas propiedades por parte del sujeto.</p> <p>A menudo, la calidad de vida es entendida como la percepción que tiene el individuo de los efectos de una enfermedad o de la aplicación de un tratamiento, en especial, de las consecuencias que provoca sobre su bienestar físico, emocional o social. Su medición no incluye únicamente los aspectos fisiopatológicos de una enfermedad sino también los factores psicosociales inherentes a la misma, además de las posibles limitaciones que comporte.</p> <p>El incremento de la esperanza de vida en la sociedad occidental ha generado un creciente interés por las personas mayores y muchas investigaciones se han interesado por estudiar aquellos factores que a estas edades afectan la calidad de vida, convirtiéndola en un indicador válido del envejecimiento satisfactorio. En las personas mayores, se ha considerado que la actividad física y el ejercicio podrían tener un papel importante y definitivo para mejorar su funcionamiento mental y físico en todas las áreas, previniendo y reduciendo la discapacidad asociada a los trastornos crónicos de salud tan presentes en este grupo de edad. Además, se ha apuntado, que el incremento de los niveles de actividad mediante la instauración de programas de ejercicio específicos prescritos para personas mayores reduciría los niveles de depresión, aspecto fundamental del funcionamiento psicológico tan frecuente por distintas razones en nuestra sociedad actual. Sin embargo, aunque distintos estudios apuntan hacia una relación positiva entre actividad física y calidad de vida, no está claro si aquella produce mejoras sobre aspectos concretos de ésta.</p> <p>Normalmente, la valoración de la calidad de vida relacionada con la salud se realiza por medio de cuestionarios auto-administrados o mediante entrevista personal. Aunque se han desarrollado diversos cuestionarios genéricos, tales</p>	

como el Perfil de las Consecuencias de la Enfermedad, el Perfil de Salud de Nottingham, el Índice de Bienestar Psicológico y la Escala de Calidad de Bienestar, quizás el más ampliamente utilizado en la bibliografía nacional e internacional es el Cuestionario de Salud SF-36 (SF-36). El SF-36 se desarrolló en Estados Unidos a principios de la década de los noventa a partir de una extensa batería de cuestionarios utilizados en el estudio de resultados médicos.

La CVRS, como un concepto multidimensional, no es independiente de los contextos diferentes que produce la vida y a los cuales pertenece el sujeto. Dentro de estos contextos, una condición que puede influir de forma determinante en la CVRS de las personas mayores es dónde viven: su propia casa o una institución. Las políticas sociales con respecto a la tercera edad se basan en intentar mantenerlos en su propia casa y las personas mayores rechazan en general la idea de vivir en residencias. Los motivos de institucionalización suelen estar relacionados con elementos que también han de ser considerados negativos en relación con la percepción de la calidad de vida, tales como la viudedad o la enfermedad. De hecho, la prevalencia de problemas depresivos suele alcanzar valores muy altos, que pueden llegar en ocasiones al 60-70% y sobre la misma inciden directamente factores tales como las características de la residencia en la que se efectúe el estudio. Las personas mayores institucionalizadas tienden en ocasiones a segar positivamente sus respuestas cuando se intenta conocer su opinión sobre las residencias. Sin embargo, tanto en evaluaciones realizadas por los propios individuos como por observadores instruidos, la calidad del entorno parece ser superior para los que viven en instituciones.

Se desconoce el efecto de estos diferentes contextos (casa, residencia) sobre la relación entre los indicadores de actividad física y los componentes de la CVRS, así como la influencia sobre dicha asociación de diversas variables personales y situacionales. Por ejemplo, no existen estudios en la literatura que examinen específicamente si existen diferencias en la relación entre QVRS y niveles de actividad física entre personas de la tercera edad que residen en sus casas y aquellas que viven en residencias. La utilización de cuestionarios para determinar el nivel de actividad física se ha hecho en los últimos años desde una perspectiva estadístico-epidemiológica, principalmente en países como Estados Unidos o el Reino Unido. Nuestro grupo adaptó para población española y validó hace algunos años el único cuestionario específico existente para la valoración de la actividad física habitual en personas mayores, el Cuestionario de Actividad Física de Yale (Validity and reliability of the Yale Physical Activity Survey in Spanish elderly. S. de Abajo y cols. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness* 41, 479-485, 2001).

En León se ha iniciado desde el año pasado año, con el apoyo de la Diputación Provincial, un estudio sobre la relación entre CVRS, niveles de actividad física y calidad del entorno en personas mayores institucionalizadas y no institucionalizadas. El estudio podría ampliarse al resto de comunidades autónomas.



---

**Responsable:**

Se propone que la coordinación del estudio se lleve a cabo desde el Instituto de Biomedicina (IBIOMED) de la Universidad de León (<http://institutobiomedicina.unileon.es>). Dicho Instituto tiene una amplia experiencia en el desarrollo de trabajos relacionados con la actividad física, siendo una de sus líneas prioritarias la denominada "Actividad física, epidemiología y salud". Forma parte de la European Network for the Promotion of Health Enhancing Physical Activity (HEPA) de la Organización Mundial de la Salud.

**Colaboraciones:**

Administraciones locales y regionales, grupos de investigación universitarios, facultades de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

**Actuación del CSD:**

El papel del CSD sería establecer los cauces para la acción interdepartamental de las diferentes comunidades locales y gobiernos autonómicos.

Correspondería también al CSD, en conjunto con el centro coordinador, al CSD, la evaluación de los objetivos alcanzados, obteniendo información que permitiera la evaluación continuada de las medidas adoptadas en el plan integral. Por un lado, analizando si las medidas que han sido puestas en marcha han sido las adecuadas ya que han desplegado todas las acciones, y evaluar si se han obtenido los resultados deseados en relación con un envejecimiento activo.

Sería, finalmente, el encargado de las medidas de difusión de los resultados obtenidos.

**Objetivos a alcanzar:**

*Objetivo general:*

Analizar la asociación entre la práctica de actividad física y los componentes de la calidad de vida relacionada con la salud (CVRS) en personas mayores.

*Objetivos específicos:*

- 1) Analizar las diferencias en los niveles de actividad física en el tiempo libre entre personas mayores que viven en sus propias casas o en residencias.
- 2) Identificar las diferencias en los componentes de la calidad de vida entre

personas mayores que viven en sus propias casas o en residencias.

3) Analizar las diferencias en la asociación entre actividad física y CVRS entre personas mayores que viven en sus propias casas o en residencias.

4) Identificar la influencia de diversas variables mediadoras/moduladoras (edad, género, clase social, capacidad funcional...) sobre dicha asociación.

5) Proponer recomendaciones y medidas de estímulo para la mejora de la CVRS en personas mayores institucionalizadas y no institucionalizadas.

El desarrollo de la medida ayudaría a conocer lo que nuestros mayores son realmente capaces de hacer, a identificar las posibles diferencias en la calidad de vida entre personas institucionalizadas y no institucionalizadas y al diseño de intervenciones eficaces encaminadas a incrementar sus niveles de actividad en diferentes contextos, lo que supondría una utilización efectiva del ejercicio como alternativa, por ejemplo, en la prevención y el tratamiento de la depresión.

Teniendo en cuenta que nuestra sociedad no considera a los mayores como candidatos idóneos para hacer ejercicio, sería interesante un mejor y mayor conocimiento a nivel general y de atención primaria con la finalidad de potenciar la práctica de actividad física de forma rutinaria entre las medidas aconsejables para nuestros mayores, en los que el movimiento es fuente de salud y de mejora de la calidad de vida.

### **Coste / Posibles vías de financiación**

Podría potenciarse desde el CSD la petición de ayudas para la realización de proyectos de investigación a organismos gubernamentales como el IMSERSO o el Ministerio de Ciencia e Innovación. En el Marco del Plan Nacional de I+D+i. También debería incentivarse la solicitud de ayudas e Gobiernos Autonómicos o Diputaciones Provinciales en sus distintos programas de apoyo a la actividad investigadora.

Los conceptos de coste fundamentales serían los referentes a material de oficina (Baterías de cuestionarios), administración de los mismos y análisis de los datos.

El coste económico se vería considerablemente reducido al disponer de las pruebas que se van a administrar ya creadas y validadas.

Los entes locales o autonómicos podrían apoyar la medida a través de la actuación de profesionales que llevaran a cabo la administración de las pruebas ya reseñadas.

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Se utilizarían dos tipos de indicadores, los de proceso y los de resultado. Por un lado, desplegando las acciones implicadas en la práctica de esta medida para ver la adecuación de la metodología, en cuyo caso se estaría midiendo el proceso, o bien evaluar las mejoras de salud conseguidas a partir del incremento de prácticas físico-deportivas o lo que es lo mismo medir los resultado relacionados con la salud, como el funcionamiento emocional, el bienestar subjetivo y las necesidades de las personas mayores.

### **Temporalización**

Descripción del trabajo técnico:

Meses 1-2.

Identificación de grupos/órganos ejecutores en las diferentes comunidades autónomas.

Meses 3-6.

Coordinación del estudio. Adaptación a entornos propios de cada autonomía y formación de profesionales.

Meses 7-14.

Aplicación de las baterías de cuestionarios.

Meses 15-21.

Análisis de la relación entre CVRS, estilos de vida y variables mediadores/moduladoras.

Meses 22-24

Elaboración de recomendaciones y propuestas. Difusión de resultados.

**Observaciones**

Teniendo en cuenta que los instrumentos a utilizar ya están adaptados a la población mayor española, para completar el estudio habría que ampliar de forma representativa la muestra en las diferentes comunidades autónomas al objeto de obtener los datos numéricos que nos permitirían obtener los valores de referencia y los demás objetivos propuestos.

<b>Nº2.4</b>	<b>ESTUDIO DE HÀBITOS Y OFERTA DEPORTIVA DIRIGIDA A LAS PERSONAS MAYORES EN ESPAÑA</b>
<p>Descripción:</p> <p>Se considera importante desarrollar una línea de investigación que permita consolidar una visión objetiva y sistemática del panorama deportivo dirigido a las personas mayores a nivel nacional.</p> <p>Se trataría de posibilitar un conocimiento más exhaustivo de la oferta de prácticas de actividad física dirigida a las personas mayores y promocionada por los diferentes estamentos públicos y privados a diferentes niveles (nacional, autonómico, local), así como una profundización en el conocimiento específico del análisis de la demanda de las personas mayores en el ámbito deportivo público nacional.</p> <p>De esta forma nos permitiría tener un mapa cualitativo y cuantitativo de la verdadera dimensión de programas dirigidos a este tipo de poblaciones, así como su repercusión social, poniendo énfasis tanto en la red de tipo social y socio sanitario como de tipo deportivo.</p>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Se trataría de crear un equipo multidisciplinar, que permitiera recoger los datos de todas las comunidades autónomas del país. El equipo debería estar formado por investigadores especialistas de las diferentes comunidades autónomas y coordinadas por un responsable de la investigación vinculado directamente con el CSD.</p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <p>Secretarías de Estado de Universidades y de Investigación</p>	
<p><b>Actuación del CSD:</b></p> <p>Sería el canalizador de esta iniciativa, al mismo tiempo que podría proponer equipos de investigación multidisciplinarios, desde diferentes ámbitos geográficos i un equipo central, que garantizara la objetividad metodológica.</p>	
<p><b>Objetivos a alcanzar:</b></p> <p>Se pretendería conocer de forma numérica una doble perspectiva:</p> <p>Estudio de la oferta pública, donde se obtendría un mapa social y deportivo exhaustivo de la participación de las personas mayores en las diferentes instalaciones en torno a toda la geografía española, distribuida en función de la oferta municipal, autonómica y local, según tipología de instalaciones y espacios.</p> <p>Estudio de los hábitos de los usuarios de las actividades físicas llevadas a cabo, donde se pretenderían conocer las características sociales y demográficas de las personas mayores que practican ejercicio físico, su relación con la oferta de actividades que realiza el equipamiento, el nivel de implicación en otro tipo de actividades de tiempo libre y las motivaciones de práctica.</p>	

### **Coste / Posibles vías de financiación**

Desde el mismo CSD se potenciara la petición de ayudas para la realización de proyectos de investigación a organismos gubernamentales como las Secretarías de Estado de Universidades y de Investigación, en la línea de las publicadas a finales del año pasado dentro del *Programa Nacional de Proyectos de Investigación Fundamental*, en el marco del VI Plan Nacional de Investigación Científica, Desarrollo e Innovación Tecnológica 2008 - 2011 (Resolución del 26 de diciembre de 2008 conjunta de la Secretaría de Estado de Universidades y de la Secretaría de Estado de Investigación; BOE de 31 de diciembre de 2008).

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Para el análisis de la oferta, índices de presencia de personas mayores en las diferentes instalaciones deportivas analizadas, así como sus índices de utilización y participación.

Para el análisis de la demanda, motivaciones de práctica, características sociales y demográficas, hábitos saludables, itinerario deportivo.

Esta información nos permitirá una ulterior segmentación en función de: tipología de poblaciones o ciudades, franjas de edad, género, tipo de prácticas,...

### **Temporalización**

El estudio implicaría el desarrollo del trabajo en tres fases:

Conocimiento del mapa de instalaciones deportivas y sociales en las que las personas mayores practican actividad física y deporte desde una perspectiva pública.

Estudio del análisis de la oferta.

Estudio del análisis de la demanda.

### **Observaciones**

<b>Nº2.5</b>	<b>ESTUDIO DE LA FORMACIÓN DE LOS PROFESIONALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA CON LAS PERSONAS MAYORES EN ESPAÑA</b>
<b>Descripción:</b> <p>Se considera importante desarrollar una línea de investigación que permita conocer el perfil de los profesionales que se dedican al ámbito de las personas mayores y la actividad física. Con este objetivo se conseguiría tener una información muy valiosa de cara a la creación de una futura ley que ordene las diferentes profesiones propias del ámbito deportivo.</p> <p>Por otro lado se podría conocer la actual adecuación de los diferentes planes de estudio que abarcan conocimientos en la materia respecto las correspondientes competencias.</p>	
<b>Responsable:</b> <p>Se trataría de crear un equipo multidisciplinar, que permitiera recoger los datos de todas las comunidades autónomas del país. El equipo debería estar formado por investigadores especialistas de las diferentes comunidades autónomas y coordinadas por un responsable de la investigación vinculado directamente con el CSD.</p>	
<b>Colaboraciones:</b> Secretarías de Estado de Universidades y de Investigación	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>Sería el canalizador de esta iniciativa, al mismo tiempo que podría proponer equipos de investigación multidisciplinarios, desde diferentes ámbitos geográficos i un equipo central, que garantizara la objetividad metodológica.</p>	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> Se pretendería conocer: <ul style="list-style-type: none"><li>• Características sociodemográficas de los profesionales del sector.</li><li>• Adecuación del currículum académico.</li><li>• Características del trabajo que desarrollan.</li><li>• Distribución de la dedicación profesional.</li></ul>	

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

Desde el mismo CSD se potenciara la petición de ayudas para la realización de proyectos de investigación a organismos gubernamentales como las Secretarías de Estado de Universidades y de Investigación, en la línea de las publicadas a finales del año pasado dentro del *Programa Nacional de Proyectos de Investigación Fundamental*, en el marco del VI Plan Nacional de Investigación Científica, Desarrollo e Innovación Tecnológica 2008-2011 (Resolución del 26 de diciembre de 2008 conjunta de la Secretaría de Estado de Universidades y de la Secretaría de Estado de Investigación; BOE de 31 de diciembre de 2008).

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Número de profesionales.

Tipología de los estudios realizados.

Tipología de actividades e instalaciones sobre las que realizan su trabajo.

Perfil social y demográfico.

#### **Temporalización**

Este estudio debería partir de la localización de instalaciones susceptibles de ser sede de programas de actividad física dirigidos a personas mayores, para posteriormente, hacer una propuesta de intervención muestral.

#### **Observaciones**

Este estudio podría ser parte de uno más amplio, que analizara los diferentes perfiles curriculares y profesionales de los profesionales que trabajan en el mundo de la actividad física y deportiva.



### 3.- MEDIDAS RELACIONADAS CON LA FORMACIÓN PERMANENTE DE LOS/LAS TÉCNICOS RESPONSABLES DEL EJERCICIO FÍSICO CON LAS PERSONAS MAYORES.

<b>Nº 3.1</b>	<b>ELABORACIÓN DE MATERIAL DOCUMENTAL Y TÉCNICO DE SOPORTE, DIRIGIDO A PROFESIONALES DEL SECTOR</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Frente al desconocimiento que existe aún hoy en día entre los distintos profesionales que atienden a las personas mayores, sobre el papel del ejercicio físico para lograr un envejecimiento saludable, es necesario promover la divulgación de los beneficios del mismo para las personas mayores activas y frágiles y la forma adecuada de llevarlo a la práctica.</p> <p>Esta medida tiene por objetivo elaborar un dossier pedagógico, con contenidos teóricos y prácticos sobre temas de interés para los profesionales (servicios sociales, médicos de familia, geriatras, gerontólogos y técnicos deportivos). También será de utilidad para los profesores que imparten programas para mayores.</p> <p>En ellos se incluirán artículos científicos y divulgativos de actualidad, resultados de investigaciones, propuestas de nuevas tendencias, etc. Que se abordarán tanto desde el punto de vista teórico como de propuestas prácticas.</p> <p>Este material puede presentarse bajo diferentes formato: papel, DVD, CD, y estar presente en internet (portal de mayores y otros).</p>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Consejo Superior de Deportes</p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <p>Equipo de expertos, personas de diferentes ámbitos (universitario, sanitario, social, etc.) interesados en dar a conocer experiencias, estudios, investigaciones, opiniones, etc.</p>	

**Actuación del CSD:**

Promoción de los diversos materiales vía:

- Portal de Internet sobre Actividad Física y personas Mayores, con un apartado que haga referencia a los profesionales.
- Distribución de dípticos, carteles, DVD y/o CD a organismos públicos y privados.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

- Contribuir en la formación permanente de los profesionales del sector.
- Enriquecer los cursos de formación que se propongan desde el consejo superior de deportes.
- Divulgar las últimas investigaciones y tendencias.

**Coste / Posibles vías de financiación**

En función del volumen y el formato utilizado.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Análisis de la demanda.
- Presencia del material en los ámbitos de promoción.

**Temporalización**

Considerando que el Plan Integral contempla la línea de formación y divulgación de carácter científico y de formación permanente, se considera que esta medida debe realizarse a medio plazo, una vez se hayan puesto en marcha diversas medidas relacionadas con el fomento de la práctica deportiva

**Observaciones**

Esta medida está en la línea de información y formación permanente para los técnicos

<b>Nº 3.2</b>	<b>ORGANIZACIÓN DE UN CONGRESO INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVA PARA TÉCNICOS</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>El sector de personas mayores en lo que respecta a la actividad físico deportiva es cada vez mas importante para las administraciones públicas y en particular la Universidad de Málaga, la Junta de Andalucía, la Diputación de Málaga y el Ministerio de Educación, Política Social y Deporte, que junto a las políticas de la Unión Europea, hace que abordemos un Proyecto de Actividades Físico Deportivas para este tramo de la población, no siempre atendido suficientemente, con un sentido profesional en un campo de intervención emergente.</p> <p>La Actividad Físico Deportiva en Mayores se concibe en contrapunto del desarrollo que existe en la actividad físico-deportiva de la infancia y como continuidad de otros tramos de edad como es el de los jóvenes o los adultos.</p> <p>Con la finalidad de:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Realizar un foro internacional sobre las Ciencias de las Actividades Físico Deportivas para Personas Mayores. Encuentro e intercambio sobre avances en el tratamiento de los procesos decrementales propios de la edad.</li><li>• Crear un referente en Málaga, Andalucía y España sobre la materia de longevidad, actividad físico deportiva y calidad de vida en personas mayores.</li><li>• Dotar a los técnicos de elementos para la sistemática e intervención didáctica en las Ciencias de la Actividad Físico Deportiva para Personas Mayores.</li><li>• Abordar los objetivos, contenidos y actividades en el ámbito de intervención y práctica de las actividades físico-deportivas para personas mayores.</li><li>• Propiciar la creación de un programa que marque las pautas del desarrollo profesional de los técnicos participantes en el Programa de Actividad Físico Deportiva para Mayores a través de las experiencias, la investigación y la acción.</li></ul>	
<p><b>Responsables:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Consejo Superior de Deportes</li><li>• Comunidad Autónoma: Junta de Andalucía</li><li>• Diputación Provincial Málaga</li><li>• Ayuntamientos</li><li>• Universidad de Málaga</li><li>•</li></ul>	

**Colaboraciones:**

- Unión Europea. Comisión de Educación, Cultura, Juventud y Deporte
- Empresas de alimentación o prestadoras de servicios a los mayores
- Obra Social de las Cajas de Ahorros

**Actuación del C.S.D.:**

Convocatoria, coordinación y cofinanciación, **aspecto que viene realizándose.**

**ÁREAS DE CONOCIMIENTO**

1. Salud y Condición Física.
2. Didáctica, Programas y Contenidos.
3. Organización, Gestión y Recursos de Actividades.
4. Psico-Social.

**PARTICIPANTES:**

Profesionales de la Actividad Físico Deportiva para Personas Mayores, Especialistas en Gerontología y Geriatría, Licenciados en Educación Física y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Maestros Especialistas en Educación Física, Licenciados en Psicología, Licenciados en Medicina, Fisioterapeutas, Técnicos Deportivos, T.A.F.A.D., profesionales de la Actividad Física y el Deporte en personas mayores, Trabajadores Sociales, personas que desempeñen su tarea profesional en residencias para mayores, estudiantes de Educación Física y alumnos de las citadas carreras..

**ORGANIZADORES:**

- Comité de Honor
- Comité Científico
- Comité Organizador
- Comité Ejecutivo

**INDICADORES:**

Número de técnicos inscritos al encuentro  
Técnicos de diferentes CCAA anotados al encuentro  
Temas de interés y mas novedosos  
Grado de satisfacción de la asistencia al encuentro

**TEMPORALIZACIÓN**

Teniendo en cuenta que ya se ha realizado el 3er Congreso internacional en Málaga durante el año 2009, y aprovechando la infraestructura que des de esta comunidad ya tienen en marcha, se recomienda proponer de nuevo un congreso de estas características en los próximos 2 años. Es decir a Medio plazo

Nº 3.3	<b>CURSO DE CAPACITACIÓN PARA ESPECIALISTAS EN: “PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ PARA PERSONAS MAYORES FRÁGILES Y/O CON UN PRIMER O SEGUNDO GRADO DE DEPENDENCIA”</b>
<p><b>Justificación de la medida:</b> Cada vez son más las personas mayores muy añosas y/o que envejecen con fragilidad y discapacidad. Es necesario diseñar programas orientados a que este colectivo mantenga un patrón de ejercicio físico regular que minimice el riesgo de discapacidad y asegure su participación social activa y poder, así, hacer frente de forma sostenible al desarrollo de la Ley de Dependencia. Para extender la oferta de estos programas se precisa de profesionales con una formación específica.</p> <p><b>Descripción del programa:</b> El programa de estimulación psicomotora tiene como finalidades últimas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Mantener la competencia funcional, para garantizar la máxima independencia posible en la realización de las actividades de la vida diaria e instrumentales.</li><li>- Prevenir las caídas.</li><li>- Favorecer las relaciones cooperativas en un ambiente lúdico y socializante.</li></ul> <p>Siempre y en todo momento con el propósito de que el programa sirva para:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Construir, mejorar o aprender sobre aquellos aspectos de las propias capacidades que aún son modificables.</li><li>- Consolidar, mantener, estimular o reaprender sobre aquello que se tiene pero que no se utiliza (capacidades afectadas por el desuso).</li><li>- Aceptar, aprender o “aprender a desaprender” sobre aquellas capacidades que se han perdido y no son recuperables desde el programa de actividad física.</li></ul> <p>Se implementa mediante una dinamización corporal holística que utiliza ejercicios, juegos y situaciones relacionales en las que el movimiento es el desencadenante de sensaciones y afectos que facilitan la vivencia satisfactoria del cuerpo envejecido y la adaptación de patrones motores.</p> <p>Va dirigido a grupos formados por personas frágiles y/o en el primer y segundo grado de dependencia definido en la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia.</p> <p>Los usuarios pueden residir en su propio domicilio y acudir a una instalación o</p>	

institución para la realización de las sesiones. También puede ser que el programa forme parte del plan de atención integral a la persona que reside en un centro de mayores, residencia geriátrica y centros socio sanitarios o que acuda a un hospital de día. En este caso, el programa de estimulación psicomotriz será complementario a los demás programas de atención (fisioterapia, terapia ocupacional y educación social).

**Descripción del curso de formación:**

Incluirá orientaciones básicas sobre:

- Características generales de los potenciales usuarios.
- Finalidades y objetivos.
- Actividades.
- Recursos disponibles.
- Organización del trabajo.
- Aspectos metodológicos.
- Condiciones para la implementación.

Contemplará contenidos teóricos y prácticos. Estos últimos se presentarán en dos versiones: una para ser implementada en suelo y otra en piscina.

Su duración será de 40 h.

Podrán inscribirse: Profesionales de la actividad física, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, enfermeros, psicólogos, gerontólogos.

**Responsable:**

CSD a través de un equipo de expertos responsable de definir el programa y diseñar el curso.

**Colaboraciones:**

Comunidades autónomas: difusión e implementación del curso y del programa.  
Organizaciones, entidades, instituciones públicas y privadas: aplicación del programa.

**Actuación del CSD:**

El CSD facilita el programa y el curso de formación a las comunidades autónomas y éstas hacen la difusión, proponen la implementación y hacen el seguimiento entre las organizaciones que ofrecen atención a las personas mayores frágiles y/o en situación de dependencia.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

- Extender la práctica de ejercicio físico a todo el colectivo de personas mayores que no está en situación de gran dependencia.
- Propiciar que las personas mayores activas no abandonen la práctica de ejercicio físico cuando el proceso de envejecimiento no avanza con normalidad.

- Facilitar un nuevo indicador de calidad a los organismos responsables del seguimiento del control de calidad de la atención a las personas mayores.
- Facilitar a las residencias de mayores y centros de día un programa de ejercicio físico que pueda ser incluido en sus estrategias de atención a los usuarios.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Analizar el número de comunidades autónomas interesadas en la difusión del programa y que lo incluyen en sus indicadores de calidad para las instituciones.
- Nivel de satisfacción y valoración del programa que hacen las instituciones que lo implementan.

#### **Temporalización**

Iniciar esta medida a corto plazo

#### **Observaciones**

Estas medidas responden a la necesidad de promocionar la actividad física y el ejercicio físico entre la población de mayores dependientes. Con el fin de incidir en la calidad de vida de los últimos años de vida de las personas mayores con un bajo nivel de dependencia.

Esta en la línea de la llamada **teoría de la compresión de la morbilidad**, ya que su concepción permite orientar las políticas sociales, sanitarias y deportivas hacia la mejora de la calidad de vida de los ciudadanos.

<b>Nº 3.5.</b>	<b>FORMACIÓN DE EXPERTOS Y TÉCNICOS</b>
<p><b>Justificación:</b> Conviene destacar la determinante función del especialista en Actividad Física Gerontológica como catalizador de teoría y acción. Solo se puede garantizar una acción social evidente y saludable a través de una correcta actuación, producto de una capacitación previa, que permita tomar decisiones tales como: seleccionar contenidos, adoptar estrategias, evaluar resultados o lo que es lo mismo ordenar las circunstancias que aseguren la bondad del proceso. Teniendo en cuenta la premisa anterior y por otra parte, la variabilidad profesional y formativa de las personas que dirigen o pueden dirigir programas de ejercicio físico, se propone como necesaria la formación en tres niveles:</p> <p><b>Descripción:</b></p> <p><b>- Curso de Especialización</b> A través de cursos de Experto en Actividad Física Gerontológica para Licenciados, Maestros de E.F. y TAFAD que estando interesados por esta línea de desarrollo profesional, no contaron en su currículo académico con la posibilidad de formación en el ámbito de la actividad física para personas mayores. Constará de contenidos teóricos (pudiéndose desarrollar una parte común para todos los cursos que se desarrollen en nuestro país, y una parte específica adaptada al contexto de cada Comunidad Autónoma) y contenidos prácticos, ambos desarrollados por los profesionales encargados de la confección de la actividad formativa. El curso tendrá una duración mínima de 150 h, pudiendo aumentarse si se incluye un periodo tutelado de prácticas profesionales. Podrá desarrollarse de forma presencial, on-line o mixta.</p> <p><b>- Cursos de Actualización</b> Para todos aquellos titulados, que aún contando con una formación inicial específica y/o trabajando en la actualidad con mayores, deseen renovar sus conocimientos y estar al corriente de las últimas tendencias y tratamientos propios de la materia. Las temáticas prioritarias en función de las necesidades actuales son:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Motricidad y Memoria.</li><li>- Prevención de caídas.</li><li>- Estimulación física y cognitiva para personas mayores frágiles y dependientes.</li><li>- Mantenimiento de la Condición Física en mayores: Pilates, estiramientos, respiración, etc.</li><li>- Actividad física con soporte musical: bailes, danzas, aeróbic, trabajo de la voz.</li></ul> <p>Cada curso tendrá una duración mínima de 40 o 60 horas, en función de la especificidad de la materia. Podrán desarrollarse de forma presencial, on-line o mixta.</p>	



**- Curso de Capacitación:**

Programa de formación dirigido a profesionales de diversa procedencia que trabajan con ancianos o dirigen el ejercicio físico de los mismos pero carecen de la calificación necesaria, respecto a formación específica en actividad física, que les proporcionen un conocimiento básico de los contenidos, y el dominio de técnicas y recursos metodológicos elementales para el desarrollo de sesiones efectivas de actividad física.

El curso tendrá una duración mínima de 60 horas teórico-prácticas, más un periodo tutelado de prácticas profesionales.

Podrá desarrollarse de forma presencial, on-line o mixta.

**Responsable:**

Inicialmente el CSD, como propulsor del plan integral en lo que respecta a la gestión de los convenios y regulaciones con las instituciones responsables de la formación y/o titulación en los distintos niveles propuestos.

El CSD a través de un equipo de expertos responsables de diseñar los cursos.

**Actuación del CSD:**

- Facilita el plan de formación a las Comunidades Autónomas.
- Facilitar equipo de expertos para la impartición de los cursos.
- Sugerir a los centros de formación la creación de cursos específicos de actividad física para mayores en sus correspondientes niveles formativos.
- Estar en contacto directo con el centro de formación para aquellas dudas que puedan surgir.

**Objetivos a alcanzar:**

Asegurar la competencia respecto a las funciones asignadas. Tanto de los profesionales encargados de diseñar y evaluar los programas específicos de ejercicio físico para mayores, como la de los encargados de interpretar y poner en práctica dichos programas.

### **Posibles vías de financiación**

En función del nivel y duración de cada curso:

- Opción vía de la financiación mixta: Aportaciones de los participantes (cuotas de matriculación ) y de las instituciones promotoras.
- Opción becas: a) propias del CSD, b) de fundaciones privadas con función social (entidades bancarias, aseguradoras, etc.), c) de industrias farmacéuticas.

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Efectividad de la propuesta valorando la cantidad de demanda de matriculación.
- Número de participantes que finalizan la formación. Número que superan satisfactoriamente.
- Formación de los participantes.
- Nivel de satisfacción de los asistentes.
- - Implicación en la actividad después de la formación.

### **Temporalización**

Corto y medio plazo.

### **Observaciones**

Insistir en el **requisito ineludible** de que toda persona que tenga a su cargo la dirección de actividades físico- deportivas con personas mayores tiene que poseer una formación en actividad física acreditada.

#### 4.- MEDIDAS RELACIONADAS CON LA ORGANIZACIÓN, DIVULGACIÓN Y LA PUESTA EN MARCHA DE LOS DIFERENTES PROGRAMAS.

<b>Nº 4.1</b>	<b>PORTAL DE INTERNET SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y PERSONAS MAYORES</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>El portal puede generar una gran base de datos que contenga información de los diferentes aspectos relacionados con la actividad física y personas mayores. Se elabora una base de datos que se pueda acceder desde la página web del Consejo Superior de Deporte. Esta base de datos deberá contener la siguiente información:</p> <p>a) Información relacionada directamente con personas mayores:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>— Sensibilizar sobre la necesidad de llevar una vida activa, en especial en la edad adulta y vejez.</li><li>— Ofrecer la Medida 1.1: “Decálogo de consejos”</li><li>— Informar de los beneficios de la práctica</li><li>— Informar de las prácticas mas adecuadas para personas mayores.</li><li>— Informar de los centros de práctica. Mapa de las diferentes autonomías con información de los programas que se están desarrollando</li><li>— Informar de las Actividades puntuales que se vayan organizando, como por ejemplo: “El día de los 10.000 pasos”</li></ul> <p>b) Información dirigida a técnicos. Formación, información...</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Formación relacionada con la actividad física y los mayores. Información sobre las últimas investigaciones al respecto</li><li>• Información de congresos, jornadas y eventos</li><li>• Técnicas corporales a trabajar con mayores.</li><li>• Propuestas de Programas de ejercicios: Objetivos, contenidos, materiales.</li><li>• Noticias</li><li>• Foros de discusión</li><li>• Propuesta de material de soporte para los programas:<ul style="list-style-type: none"><li>— Nuevas tendencias en este ámbito</li><li>— Aportación de músicas y materiales.</li></ul></li></ul> <p>Dentro de esta página web, se incorpora un observatorio de la actividad física y deporte para mayores.</p>	

**Responsable:**

Consejo Superior de Deportes junto con equipo de expertos que estén vinculados al proyecto

**Colaboraciones:**

Portal Mayores (pag. Web IMSERSO)

**Actuación del CSD:**

Canalizar la información que se de en el Portal Internet ya sea directamente o bien a través de una empresa responsable de mantener activa la página.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Necesidad de incorporar la información relativa a la actividad física para mayores en una página.

Unificar la información relativa a todos aquellos ámbitos que conciernen a las personas mayores y la salud.

Dar a conocer los programas de prácticas corporales con mayores existentes en las diferentes autonomías.

Crear un punto de información que aglutine las diferentes autonomías

**Coste / Posibles vías de financiación**

Suponiendo que los otros ámbitos del Plan Integral, también contemplen como medida la creación de una página web, los gastos se deberán repartir entre todos los ámbitos.

Para su financiación creemos que sería posible encontrar diferentes colaboraciones de entidades privadas que tengan interés en que se contemple su existencia en el mercado.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

En este caso, tenemos diferentes variantes que permitirán evaluar y hacer el seguimiento de la página: Control del número de visitantes

**Temporalización**

Se considera esta medida como una de las medidas pioneras a desarrollar dentro del plan Integral. Sería una medida a poner en marcha a corto plazo.

**Observaciones**

El avance de las nuevas tecnologías nos está imponiendo una forma de relación y de adquirir información y formación a través de Internet. Se considera necesaria una página de estas características que pueda mantener viva la información tanto a las personas mayores como a los técnicos.

<b>Nº 4.2</b>	<b>CREAR UN LOGO O UNA MARCA IDENTIFICATIVA DEL PLAN INTEGRAL PARA MAYORES</b>
<b>Descripción:</b> Con el fin de dar a conocer las diferentes medidas que el Consejo Superior de Deportes va a poner en marcha en lo que se refiere al Plan Integral para Mayores, se propone crear una marca identificativa de todos los proyectos.	
<b>Responsable:</b> Consejo Superior de Deportes	
<b>Colaboraciones:</b> Otros departamentos ministeriales implicados (Sanidad, Medio Ambiente,,)	
<b>Actuación del CSD:</b> Responsable de solicitar a una empresa de diseño la elaboración de una marca /logo que identifique todos aquellos aspectos relacionados con el ejercicio físico, el deporte y la salud y que fomenten una práctica activa y saludable entre las personas mayores..	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> Que se identifiquen los diferentes proyectos en una misma marca/logo. Dar un sello de calidad a los proyectos que se presenten con esta marca. Dar a conocer la posibilidad de incidir en una mejora de la calidad de vida mediante acciones que fomenten la práctica habitual del ejercicio físico.	

**Coste / Posibles vías de financiación**

Creación y diseño de una marca/logo

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Mediante la observación de la respuesta que dan los mayores ante la marca/logo que se adjunta a cada uno de los proyectos.

Número de proyectos y programas que lleven la marca identificativa.

**Temporalización**

Se considera que esta deberá ser una medida a corto plazo y una de las primeras a poner en marcha, con el fin de que cualquier otra propuesta que se realice a partir del Plan Integral pueda llevar el logo o sello de calidad del CSD.

**Observaciones**

Esta medida representa un nexo de unión entre todas las medidas que se lleven a cabo desde el CSD, ya sea en el ámbito de la promoción, como el de formación como el de investigación.

Aportará un sello de calidad a las medidas.

<b>Nº 4.3</b>	<b>CREACIÓN DE LA COMISIÓN NACIONAL DE ACTIVIDADES FÍSICAS PARA MAYORES (CONAFM)</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Creación de un organismo de asistencia y asesoramiento, adscrito al Consejo Superior de Deportes, que participe, de manera permanente, en la elaboración y diseño de políticas y estrategias para la promoción de la actividad física para las personas mayores. En este organismo participarían entidades, instituciones con competencias en la materia, así como personas físicas de reconocida trayectoria y prestigio en este campo.</p> <p>Posibles funciones de la CONAFM:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Prestar asesoramiento al CSD en el desarrollo de políticas y estrategias de promoción de actividades físicas para personas mayores.</li><li>- Coordinar actuaciones de las comunidades autónomas, de la administración local y de otras entidades e instituciones en este campo.</li><li>- Coordinar actuaciones intersectoriales (deporte, sanidad, atención social, turismo,...) para la promoción adecuada de estas actividades</li><li>- Presentar propuestas anuales de actividades físicas para personas mayores de ámbito nacional.</li><li>- Convocar, anualmente, a los sectores relacionados con la actividad física para personas mayores, para debatir y sugerir líneas de actuación, presentar comunicaciones e investigaciones, etc.</li><li>- Validar, a ámbito nacional, programas de actividades, cursos de formación, encuentros nacionales,... mediante una acreditación o sello de calidad.</li><li>- Sugerir líneas de investigación para su inclusión en los planes oficiales.</li></ul> <p>La CONAFM podría organizarse en base a un órgano plenario, con una amplia representación, y un órgano más ejecutivo, para las actuaciones más concretas. En el órgano plenario deberían estar los representantes de otros ministerios relacionados con la actividad; de todas las CCAAs (de los distintos sectores relacionados); de la administración local; de las universidades i INEFs; de los colegios profesionales; de las asociaciones de tercera edad; empresas especializadas; cajas de ahorro; IMSERSO; personas físicas; etc. Este órgano se reunirá una vez al año en sesión plenaria.</p> <p>El órgano ejecutivo se configurará mediante representantes del órgano plenario y se reunirá cada tres meses.</p>	



**Responsable:**

Consejo Superior de Deportes

**Colaboraciones:**

- Otros ministerios (Educación; Sanidad y Política social; Turismo; Cultura, Igualdad)
- Gobiernos autonómicos (áreas de salud, deporte, acción social,...)
- Municipios
- Universidades e INEFs
- Colegios profesionales
- Asociaciones de personas mayores
- Empresas del sector
- Cajas de ahorros
- IMSERSO
- Etc.

**Actuación del CSD:**

Promover la creación de la CONAFM, su aprobación mediante decreto, dinamizar su actuación, etc.

**Objetivos a alcanzar:**

Conseguir la máxima participación intersectorial y territorial en el desarrollo de políticas deportivas para personas mayores.

Implantación de criterios de actuación conjuntos para el desarrollo de programas de actividad física, de formación de profesionales, de líneas de investigación, etc.

Creación de un sello de calidad acreditado

**Coste / Posibles vías de financiación**

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Reuniones realizadas

Acuerdos y su ejecución

Niveles de participación de las entidades e instituciones

Contemplar representantes de diferentes CCAA.

**Temporalización**

Medida a Corto Plazo

- Fase de configuración y concreción: hasta diciembre de 2009
- Fase de creación: primer semestre de 2010
- Fase de puesta en marcha: segundo semestre de 2010

**Observaciones**

<b>Nº 4.4</b>	<b>VOLUNTARIADO SENIOR EN EL DEPORTE: “Ahora te toca a ti...te necesitamos”</b>
<p>El voluntariado entre las personas mayores tiene en cuenta la teoría de la actividad en el envejecimiento o de roles, aprovecha la capacidad de integración, motivación, formación en sus profesiones anteriores, sus experiencias, etc., que tienen ciertos grupos de personas mayores.</p> <p>La finalidad de esta medida es:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ofrecer una organización los <b>mayores activos</b> que quieren seguir prestando sus servicios al sector del deporte, a los que a lo largo de sus vidas se ha sentido vinculados al sistema deportivo de forma organizada y reconocida y a los que deseen dedicar su <b>tiempo de jubilación</b> a la organización del deporte.</li><li>• Crear una organización para la participación de los JUEGOS OLÍMPICOS DE MADRID 2016, que irradie sobre el conjunto de España y del MOVIMIENTO OLÍMPICO (CIO) su integración y su capacidad de dedicación.</li><li>• Hacer visible las AFDM en el conjunto de la sociedad y los medios de comunicación.</li><li>• Mantener vinculados al sistema deportivo a las personas mayores del sector del deporte.</li></ul>	

<b>Responsables:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Consejo Superior de Deportes</li><li>• Comité Olímpico Español</li><li>• Comité Organizador de los JJ. OO. 2016 de Madrid</li></ul>
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ayuntamientos</li><li>• Comunidades Autónomas</li></ul>

**Actuación del C.S.D.:**

Convocatoria, coordinación y cofinanciación.

**ÁREAS DE ACTUACIÓN**

5. Voluntariado de los JJ. OO. 2016
6. Promoción y difusión de actividades
7. Organización: Formación, derechos, deberes, seguros y equipamiento.

**PARTICIPANTES:**

Personas mayores a través de los programas de AFDM organizados, principalmente los de corte sociomotriz

**ORGANIZADORES:**

Los ayuntamientos en coordinación con las CC. AA..

Se recomienda poner en marcha esta medida a corto plazo, con el fin de dinamizar actividades deportivas por parte de las diferentes CCAA y ayuntamientos reforzados con la colaboración de las personas mayores.

<b>Nº 4.5</b>	<b>ELABORAR UN PROTOCOLO PARA LA ADAPTACIÓN Y/O CREACIÓN DE ESPACIOS PARA LA PRÁCTICA.</b>
---------------	--

**Descripción:**

Elaborar un protocolo de condiciones y elementos a tener en cuenta para la adaptación de espacios existentes o para la nueva construcción de espacios para la práctica de actividades físicas para personas mayores, teniendo en cuenta la eliminación de barreras arquitectónicas.

Presentar un dossier con un estudio realizado por un equipo de: técnicos deportivos, arquitectos, técnicos medio Ambientales, que contemple tanto la adaptación como la construcción de nuevos espacios.

Proporcionar el documento- protocolo a cada comunidad para que pueda desarrollar, promover, adaptar o crear espacios adecuados para la práctica de la actividad física y el deporte entre les personas mayores

**Responsable:**

CSD a través de un equipo de expertos responsable de definir el protocolo y diseñar el proyecto.

**Colaboraciones:**

Comunidades autónomas: difusión e implementación del protocolo y de los consejos.

Organizaciones, entidades, instituciones públicas y privadas, centros cívicos, centros de día : aplicación del proyecto.

**Actuación del CSD:**

El CSD facilitará a cada comunidad el protocolo y el decálogo de consejos para la nueva creación de espacios para la práctica.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

- Facilitar un protocolo de necesidades y condiciones para la construcción de nuevos espacios para la práctica deportiva.
- Facilitar un nuevo indicador de calidad a los organismos responsables del seguimiento del control de calidad de la atención a las personas mayores.
  - Facilitar a las residencias de mayores y centros de día un proyecto de espacios necesarios para facilitar la práctica del ejercicio físico entre sus usuarios.

**Coste / Posibles vías de financiación**

Elaboración del protocolo con el decálogo y su difusión a las CCAA.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Analizar el número de comunidades autónomas interesadas en apoyar la iniciativa y en seguir los consejos.
- La promoción de esta medida puede tener dos vías:
  - A) Vía virtual, a través de la página web de mayores del CSD
  - B) Vía presencial, Presentación personalmente por un técnico a la CCAA interesada.

**Temporalización**

Medida a medio Plazo

**Observaciones**

Estas medidas responden a la necesidad de promocionar la actividad física y el ejercicio físico entre la población de mayores.

Esta medida se deberá desarrollar mediante la colaboración de diferentes ámbitos: urbanístico, arquitectónico, medio ambiental y deportivo.

## **9. AGENTES IMPLICADOS. POSIBLES ALIADOS INSTITUCIONALES**

Se pueden agrupar en tres diferentes grupos:

- **Administraciones públicas:**
  - Presidencia de Gobierno
  - Consejo Superior de Deportes
  - Direcciones Generales de deporte de las CCAA
  - Consejerías de Asuntos Sociales y Sanidad de las CCAA
  - Departamentos de deporte y acción social de las diputaciones
  - Departamentos de deporte y acción social de los municipios
  - IMSERSO
  - Ministerio de Sanidad y Consumo.
  - Universidades...
  
- **Formación e Investigación:**
  - Universidades
  - Facultades de INEF's y CAFD
  
- **Profesionales**
  - Técnicos/as de los grupos de actividad
  - Los colegios profesionales de licenciados en Educación Física.
  - Asociaciones de profesionales que tengan como objetivo la investigación en diferentes ámbitos de la Actividad Física.
  - Revistas especializadas en personas mayores.
  
- **Otras entidades**
  - Fundaciones y Asociaciones que trabajan con personas mayores
  - Obra Social de las Cajas de Ahorro
  - Centros y residencias de 3ª edad
  - Empresas de servicios y seguros sanitarios
  - Empresas comerciales

## **10. SELECCIÓN/DESCRIPCIÓN DE INDICADORES A ALCANZAR PARA EL SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN**

Entre los indicadores que se propone alcanzar la puesta en marcha de este plan, podemos contemplar:

1. Analizar si se produce un aumento del número de practicantes a partir de la puesta en marcha de las medidas propuestas en el plan Integral.
2. Analizar el número de visitas que pueda tener el Portal de Internet de Mayores
3. Analizar el grado de aceptación y la fidelización de las diferentes propuestas del plan:
  - “Primaveras Activas”.
  - “Circuitos al Aire Libre”
  - Actividades en los parques
4. Memoria informativa sobre la implicación en diferentes ámbitos de la propuesta del Encuentro Nacional de “Personas Mayores `por la Actividad Física y la Salud”
  - Participantes al congreso en cuanto a ponentes de temas técnicos
  - Participantes de grupos de personas mayores (autonomías, municipios, clubes, etc.)
5. Memoria informativa sobre el número de participantes a los nuevos Programas de Vacaciones de Deporte y Salud ofrecidos por el IMSERSO, obteniendo el grado de satisfacción de cada uno de ellos y controlando el tipo de propuesta más solicitado.
6. Análisis de los resultados obtenidos en las diferentes medidas propuestas a nivel de investigación.
7. Analizar el número de participantes en el curso virtual de formación de monitores y a las propuestas de cursos monográficos.
  - Obtener datos de la procedencia de cada uno de los participantes (licenciados, maestros, fisioterapeutas, técnicos deportivos, etc.) con el fin de ir adaptando y actualizando los programas de formación.
8. Controlar las acciones realizadas en las diferentes CCAA y poblaciones en pro de Ciudades Saludables.



## 11. BIBLIOGRAFÍA, DOCUMENTACIÓN UTILIZADA Y/O DE INTERÉS

- Burriel, J.C.( 2007). *Anàlisi de l'oferta i la demanda d'activitats físiques per a la gent gran en els equipaments públics de la ciutat de Barcelona*. Barcelona. Institut Barcelona Esportes ( Ajuntament de Barcelona).
- Del Moral, A. (2003). Programas Estrella del IMSERSO: Vacaciones para mayores. *Sesenta y más*, nº 221. Madrid, IMSERSO.
- Del Moral, A. (2003). Programas estrella del IMSERSO: Programa de Termalismo Social. *Sesenta y más*, nº 222. Madrid, IMSERSO.
- Del Moral, A. (2006). Reportaje: “Ocio y Cultura en los viajes del IMSERSO. *Sesenta y más*, nº 253. Madrid, IMSERSO.
- Exon-Smith (1988). *Geriatría. Diagnóstico y tratamiento*. Barcelona, Pediátrica.
- Febrer de los Ríos, A. y Soler Vila, A. (1989). *Cuerpo, dinamismo y vejez*. Barcelona, INDE.
- \_ Fries, J.F. (1980). *Aging, natural death and the compression of morbidity*. New England Journal of Medicine 303: 130-135.
- Fundación “La Caixa” (2008). El reto de la autonomía, un programa de prevención de la dependencia. *Sesenta y más*, nº 272. Madrid, IMSERSO.
- García Ferrando, M. (2005). *Postmodernidad y Deporte: Entre la Individualización y la Masificación. Encuesta de Hábitos deportivos de los españoles*. Madrid, Consejo Superior de Deportes.
- Gómez Pavón, J. (2004). La prevención de la dependencia, una labor de todos. XLVI Congreso de la Sociedad Española de Geriatría y Gerontología. *Geriatría y Gerontología, 2004*; 39 supl 2.
- González, I. (2003). A Fondo: En el 2050, uno de cada tres mayores habrá superado la barrera de los 80 años. *Sesenta y más*, nº 216. Madrid, IMSERSO.

- González, I. (2005). España será el segundo país más envejecido del mundo en 2050. *Sesenta y más*, nº 241. Madrid, IMSERSO.
- Instituto Nacional de Estadística (2008). *Encuesta Nacional de Salud 2006*. Madrid, Ministerio de Sanidad y Consumo.
- López Moraleda, R. (2006). Las vacaciones para mayores del IMSERSO se modernizan. *Sesenta y más*, nº 250. Madrid, IMSERSO.
- Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales (2002). Las Personas Mayores en España. *Informe 2002*. Vol. 1. Madrid, Secretaria General de Asuntos Sociales, (IMSERSO).
- OMS (1998). *La política SALUD21 para la Región Europea de la OMS*. Madrid. Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Pont, P. (2005). *Efectes d'un programa d'Activitat Física sobre la memòria en la gent gran*. Tesis doctoral. INEFC de Barcelona.
- Pont, P. y Carroggio, M. (2007). *Ejercicios de Motricidad y Memoria con Personas Mayores*. Barcelona, Paidotribo.
- Soler Vila, A. (2004). *Evaluación de la eficacia del programa de intervención psico-socio-motriz para ancianos (PIPSMA) sobre el bienestar de las personas mayores*. Tesis doctoral. Universidad de Barcelona, Facultad de Psicología.
- Villa, J.M. (2005). Los mayores de 65 representan el 17% de la población española. *Sesenta y más*, nº 241. Madrid, IMSERSO.
- Wenzel, E. (1982). Perspectives of the WHO Regional Office for Europe. *Health Promotion and Lifestyles. Hygie*.
- Ayuntamiento de Málaga: [www.amevinomandy.net](http://www.amevinomandy.net)
- Ayuntamiento de Madrid: [www.munimadrid.es/portal](http://www.munimadrid.es/portal)
- Carta Verde del Deporte Español". [www.csd.mec.es/csd/noticias/Deporte-sos](http://www.csd.mec.es/csd/noticias/Deporte-sos)
- Consejo Superior de Deportes: [www.csd.mec.es/csd/sociedad/encuesta-de-habitos-deportivos](http://www.csd.mec.es/csd/sociedad/encuesta-de-habitos-deportivos)

\_\_\_ Grupo EXERNET: [www.spanishexernet.com](http://www.spanishexernet.com))

\_\_\_ Grupo IDAFIV: [www.idafiv.org](http://www.idafiv.org)

— Foro Gana salud: [www.foroganasalud.es](http://www.foroganasalud.es)

— Gobierno del principado de Asturias: [www.asturias.es](http://www.asturias.es)

— IMSERSO: [www.imsersomayores-csic.es](http://www.imsersomayores-csic.es)

— OMS (2002). *Envejecimiento activo: un marco político*.

[www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/oms-envejecimiento-01.pdf](http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/oms-envejecimiento-01.pdf)

— Padrón Municipal. [www.ine.es](http://www.ine.es)

— Plan Integral de Personas Mayores. (2002- 2005).

[www.centroreinasofia.es/admin/leyes/3/Rioja-mayores](http://www.centroreinasofia.es/admin/leyes/3/Rioja-mayores)

— Plan integral personas mayores la Rioja. [www.centroreinasofia.es](http://www.centroreinasofia.es)

— Revista digital sobre mayores: Efdportes.com

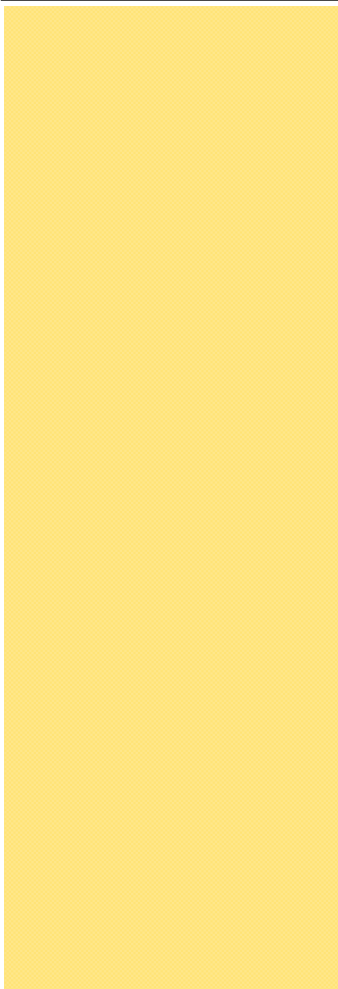


---

**PLAN INTEGRAL  
PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA  
Y EL DEPORTE**

---

**v.1**



**Deporte y actividad física  
para la inclusión  
social: inmigración.**

## **Documento elaborado por:**

**Gaspar Maza (coordinador)**

**Felipe Castañar**

**Javier Duran**

**Jesús Fernández**

**Fco. Xavier Medina**

**Susana Perez**

**Ricardo Sánchez**

**José Carlos Vega**

**Isabel Aina**

**Josep Maria Mora**

**Sergio Puga.**

## INDICE

<b>1. DESCRIPCIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL EN EL ÁMBITO ESTATAL</b> .....	5
1.1 EL PAPEL DEL DEPORTE EN LA SOCIEDAD ACTUAL O EL DEPORTE COMO “UN HECHO SOCIAL TOTAL”. DE LA MODERNIDAD A LA POSTMODERNIDAD .....	5
1.1.1. LA APELACIÓN A LOS VALORES SOCIALES Y MULTICULTURALES DEL DEPORTE POR PARTE DE ORGANISMOS INTERNACIONALES, LAS TEORÍAS CULTURALES Y LOS LÍMITES DEL DEPORTE EN GENERAL .....	9
1.1.2. EL RIESGO, EL MIEDO Y LA EXCLUSIÓN SOCIAL.....	13
1.1.3. EVITAR LA REPRODUCCIÓN DE LA EXCLUSIÓN SOCIAL. INCLUSIÓN Y COHESIÓN SOCIAL COMO MEDIDAS PREVENTIVAS .....	16
1.1.4. DE LA EXCLUSIÓN A LA INCLUSIÓN SOCIAL. EL ESPACIO PÚBLICO: UN LUGAR PRIVILEGIADO DE CONFLUENCIAS .....	19
1.2 EL CAMPO SOCIAL DEL DEPORTE: LA EXCLUSIÓN SOCIAL Y LA INMIGRACIÓN EXTRANJERA. EL DEPORTE COMO UN “CAMPO” EXPANDIDO.....	21
1.2.1. INMIGRACIÓN EXTRANJERA. UNA BREVE APROXIMACIÓN EN CIFRAS... Año.....	22
1.2.2. LOCALIZANDO LA INMIGRACIÓN EXTRANJERA EN EL TERRITORIO. LOS PRINCIPALES ESPACIOS DE LA INMIGRACIÓN EN ESPAÑA .....	23
1.2.3. CATALUÑA, COMUNIDAD DE MADRID, COMUNIDAD VALENCIANA. UNA APROXIMACIÓN COMPARATIVA A LAS TRES COMUNIDADES AUTÓNOMAS CON MAYOR NÚMERO DE INMIGRANTES .....	25
1.3 PROYECTOS Y “DISCURSOS” DE INMIGRACIÓN. HACIA UNA LECTURA MULTICULTURAL CRÍTICA.....	28
1.3.1 PROYECTOS .....	31
1.3.2 DISCURSOS .....	31
1.4 DIAGNÓSTICO.....	35
1.4.1 DIAGNÓSTICO.....	39
<b>2. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES</b> .....	41
2.1 POTENCIALIDADES .....	41
2.2. LIMITACIONES .....	42
<b>3. VISION PARA EL FUTURO</b> .....	44
<b>4. OBJETIVOS GENERALES A CONSEGUIR</b> .....	47
<b>5. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA</b> .....	48
5.1 PROYECTOS DE INVESTIGACION .....	48
5.2 PROYECTOS DE FORMACIÓN .....	48
5.3 PROYECTOS DE INTERVENCIÓN/ACCIÓN .....	48
5.4 PROYECTOS DE DIFUSIÓN .....	48
<b>6. AGENTES IMPLICADOS. POSIBLES ALIADOS INSTITUCIONALES</b> .....	49
<b>7. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A DESARROLLAR</b> .....	50
<b>8. INDICADORES</b> .....	52
8. 1. INDICADORES DE HÁBITOS DEPORTIVOS .....	52
8. 2 INDICADORES SOBRE REDES SOCIALES.....	55
8. 3 INDICADORES SOBRE LAS RELACIONES ENTRE LAS REDES SOCIALES Y LAS PRÁCTICAS DEPORTIVAS DE LOS INMIGRANTES Y NO INMIGRANTES: INTERCAMBIO, TOLERANCIA O CONFLICTO .....	57

8. 4 .INDICADORES SOBRE “CAPITAL SOCIAL” .....	57
8.5 INDICADORES DE INTEGRACIÓN A TRAVÉS DEL DEPORTE .....	58
8. 6 INDICADORES DE MEJORA DE LA SALUD Y CALIDAD DE VIDA.....	58
<b>9. BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>59</b>

## **1. DESCRIPCIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL EN EL ÁMBITO ESTATAL**

Para realizar una descripción y un diagnóstico de la situación actual en este campo empezaremos con un primer punto en el que presentamos una introducción general que nos ayude a contextualizar el tema. Así, en primer lugar destacamos la constante ampliación del rol del deporte en la sociedad actual, así como, el interés especial del deporte por las intervenciones en el campo de la “inclusión social” y más en concreto por la integración de la “inmigración extranjera”.

En un segundo punto abordaremos la presentación de unos datos básicos sobre inmigración extranjera en nuestro país con el objetivo de tener una visión general sobre la situación a este nivel.

En un tercer punto presentamos una breve descripción crítica de diferentes experiencias de deporte en las que se destaca el uso y abuso de discursos auto justificativos de las nuevas funciones sociales y culturales del deporte por parte de una variada gama de actores: clubes deportivos, asociaciones, entidades deportivas, federaciones, especialistas, ...

Finalmente concluimos esta parte con un cuarto punto en el que presentamos un resumen de los puntos principales del diagnóstico.

Entramos a continuación a desarrollar cada uno de estos puntos.

### **1.1 EL PAPEL DEL DEPORTE EN LA SOCIEDAD ACTUAL O EL DEPORTE COMO “UN HECHO SOCIAL TOTAL”. DE LA MODERNIDAD A LA POSTMODERNIDAD**

“El deporte es un foro de aprendizaje de cualidades como la disciplina, la confianza y el liderazgo, además de que enseña principios básicos como la tolerancia, la cooperación y el respeto. Naciones Unidas.

“Deporte = cualquier forma de actividad física que, a través de participación organizada o no, tiene como objeto la expresión o mejoría de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición a todos los niveles”. Carta Europea del deporte 1992.



El papel central que el deporte ha adquirido en la sociedad actual es bien evidente tal y como podemos comprobar en estas dos declaraciones de las Naciones Unidas y de la Carta Europea del deporte. En ambas podemos ver como el deporte es una herramienta reconocida desde muchas instancias no solo como actividad física, psíquica, competitiva, sino también como actividad social, cultural, política, ... A la vez su también vemos como su repertorio de funciones y de conexiones se ha ido igualmente diversificando.

En efecto, el deporte, como hecho social total, ha pasado a ser un potente mecanismo ritual para la reproducción la sociedad. Especialmente para una sociedad cuyo futuro se problematiza desde diferentes corrientes teóricas, políticas y sociales: neoliberales-hiper individualistas que abanderan el interés individual como única hegemonía; posmodernistas que anuncian la fragmentación y desaparición de la sociedad como proyecto; o teóricos de la globalización que consideran que la actual sociedad no sobrevivirá al debilitamiento del Estado-Nación (Sánchez 2009).

En este escenario complejo, el sistema deportivo (formal e informal) nos presenta unos elementos muy especiales que le dan la oportunidad de convertirse en un instrumento clave en los procesos de integración y reproducción social. Sánchez (2003 b) señala que la fuerza del deporte en la sociedad actual deviene de ser tanto un productor de sentido comunicacional, discursivo, como de sentido práctico, incorporado, sustentado por una ética- estética basada en el sentir en común y productor de capital social entre otros.

El deporte puede ayudar a generar “sentido” porque funciona como un discurso redundante que reduce la complejidad de las metanarrativas sobre lo social y posibilita la producción selectiva de las formas psíquicas y sociales. Por ello, el deporte puede funcionar como un instrumento de fusión, un bálsamo social que ofrece una reducción de la contingencia simbólica, redundancia discursiva y seguridad ontológica (Sánchez 2003).

El deporte también puede ayudar a producir un “sentido práctico” (Bourdieu 1991), una “conciencia práctica” (Giddens 2006), un conocimiento aplicado que no necesita de la reflexión teórica y que no se expresa solo discursivamente. Un sentido incorporado, hecho cuerpo, que hace de la corporalidad un instrumento comunicativo de gran relevancia.

Las actividades deportivas incorporan una razón sensible (Maffesoli 1990) que, más allá de la razón racional, pueden generar una razón estética y permitir la reunión de

la sociedad (racional) con la socialidad (estética). Un “sentir en común” que se convierte en el cemento de la sociedad

La práctica deportiva puede permitir también la formación de un “hábitus”, de una estructura de percepción, interpretación y acción, que puede ayudar a cambiar la estructura de capitales sociales, a la producción de capital simbólico y, por tanto, a su reubicación en el sistema de las posiciones sociales (Bourdieu 1991). Por otra parte contribuye al incremento de las relaciones sociales y a una ampliación y densificación de las redes sociales que están en la base de la creación de capital social (Maza 2006).

Como semántica ritualizada, el sistema deportivo actual contiene, expresa y configura, por tanto, las características de la sociedad en la que se produce y como consecuencia de ello se pluraliza ante la creciente complejidad de la sociedad contemporánea (posmoderna, líquida, del riesgo, hipermoderna, etc.).

Esta extensión de las funciones del deporte también ha sido reconocida desde dentro del deporte por parte de diferentes autores que nos confirman este papel envolvente del mismo en el que se destacan las multiconexiones resultantes de un deporte entendido como un “sistema abierto”<sup>1</sup>.

La implicación del deporte en muy diversos ámbitos es así un indicador más de un cambio cultural y social que se ha ido dando a la vez en otros muchos ámbitos y actividades y que nos señalan la vigencia de lo que se ha denominado como postmodernidad.

Veamos algunos de las características de esta postmodernidad que se reflejan en el deporte actual <sup>2</sup>:

- La heterogeneidad de las prácticas y la diversidad de estilos de practicarlas como reflejo de una sociedad orientada a la maximización del bienestar individual. (García Ferrando, M., Puig N. 2003).
- La personalización de las prácticas “a la carta” producto de un proceso de individualización institucionalizada
- La informalidad y la desburocratización a la hora de organizarse, lejos de las reglamentaciones institucionales y de los clubes deportivos. (Puig N. Heinemann K. 1992,).

---

<sup>1</sup> García Ferrando, M. Puig N., Lagardera F. (coord.) (2002): Sociología del deporte. Madrid. Alianza Editorial.

<sup>2</sup> Puig N, Maza G. Camino X. : Redes sociales y deporte en los espacios públicos de Barcelona. Apunts. n.º 91. Inefc. Barcelona. 2008.

*Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración*

- La recreación de la práctica al aire libre fuera de instalaciones convencionales, la búsqueda de nuevos espacios a conquistar como una filosofía general de muchas de estas prácticas. (Sánchez Martín 2004; Puig N. Heinemann 1992).
- La conexión de muchas de estas prácticas con el desarrollo de una tecnología nueva y con una red productiva y comercial de extensión global. (Heinemann K. 2002).

En la actualidad la práctica deportiva es por lo tanto una actividad con múltiples repercusiones y lecturas posibles. Otro aspecto de los nuevos papeles del deporte es el progresivo impacto del mismo en la construcción de las identidades dentro de unas sociedades cada vez más multiculturales. La identidad deportiva ha pasado así a convertirse en ocasiones en una “identidad proyecto” frente a las tradicionales formas de identidad colectiva basadas en la religión o la nación por poner dos de los ejemplos más habituales<sup>3</sup>.

Otro rasgo totalmente posmoderno constituye la multiplicación de los estilos. ¿qué podemos decir de ciertos deportes donde dentro de los mismos nos podemos encontrar con cuatro o cinco estilos diferentes de practicar bicicleta, , skate, surf.....? y también, ¿qué podemos decir de la proliferación de deportistas no profesionales que adoptan esos estilos a su propio estilo de vida?.

La mayor parte de los rasgos que caracterizan el deporte actual los señalaba Pociello (1995), cuando identificaba las nuevas tendencias de las prácticas deportivas: difusión, democratización, individualización, personalización, deslocalización, hibridación, aventura, riesgo, ecologización, feminización... La clave, en efecto, es comprobar que estas nuevas prácticas físico-deportivas recrean los valores predominantes de la sociedad postmoderna, sintetizados en la personalización multiforme (prácticas a la carta), el relevo de la ética por la estética, la multiplicación de los sistemas de valores y la barroquización del universo simbólico, el desarrollo de la sociedad informacional, el policulturalismo, el tribalismo como medio de integración, la extensión de las solidaridades blandas, la aparición de la conciencia ecológica, así como la consciencia de vivir en sociedades del riesgo (Sánchez 2003).

En general, todos estos cambios apuntan así hacia un futuro desarrollo de nuevas prácticas deportivas, de nuevos usos del deporte, de nuevas formas de consumo, de nuevas formas de expresión, y finalmente podríamos también hablar de nuevas funciones sociales como consecuencia del cambio cultural y social.

---

<sup>3</sup> Ver Castells M (1977). La era de la información. El poder de la identidad. Vol II.

### 1.1.1. LA APELACIÓN A LOS VALORES SOCIALES Y MULTICULTURALES DEL DEPORTE POR PARTE DE ORGANISMOS INTERNACIONALES, LAS TEORÍAS CULTURALES Y LOS LÍMITES DEL DEPORTE EN GENERAL

Entre los temas de debate que cada día se hacen mas presentes en nuestra sociedad en respuesta a los cambios generales producidos en la economía, la tecnología, y las relaciones internacionales, ..., están los procesos migratorios que se están produciendo de los países pobres hacia los países mas desarrollados.

Una de las consecuencias mas visibles de estos flujos ha sido la aparición de lo que se ha denominado como nuevos paisajes “étnicos”<sup>4</sup>. Así por ejemplo, podríamos considerar la reciente aparición de diferentes deportes en espacios públicos donde los inmigrantes hacen deporte pero también se reúnen, intercambian información, ayuda, etc.

En definitiva, al aproximarnos al deporte como un elemento importante en la generación de relaciones sociales en la época actual se nos hace por lo tanto necesario tener en cuenta todo un nuevo campo de conexiones múltiples y vértices posibles que presentan las actuales practicas deportivas.

La defensa del deporte como elemento de integración social es un aspecto que ha recibido el apoyo unánime de diferentes instituciones nacionales e internacionales tal y como podemos constatar en diferentes documentos como por ejemplo el denominado Libro Blanco sobre el deporte,

“El deporte puede desempeñar un papel por lo que se refiere a diferentes aspectos de las relaciones de la UE: como elemento de programas de ayuda exterior, como elemento del diálogo con países asociados y como parte de la diplomacia pública de la UE. A través de acciones concretas, el deporte ofrece un potencial considerable como herramienta para promover la educación, la salud, el diálogo intercultural, el desarrollo y la paz.. Libro Blanco del deporte. Comunidad europea 2007.

Este apoyo a los valores más positivos del deporte contrasta con la prudencia defendida por otro tipo de trabajos e investigaciones cuyos resultados cuestionan

---

<sup>4</sup> Ver Appadurai A (2001). La modernidad desbocada. Dimensiones culturales de la globalización.

los valores y ventajas del deporte a la hora de mejorar aspectos como las relaciones políticas, sociales o interculturales.

Veamos en primer lugar algunos ejemplos de graves conflictos que tuvieron lugar a partir de la celebración de diferentes eventos deportivos. Así, en 1962 el periodista R. Kapuscinski fue testigo de como el partido celebrado entre las selecciones de Salvador y Honduras se convirtió en el detonante de una guerra cruel entre estos dos países con miles de muertos en unos pocos meses.

Igualmente F. Foer (2004) en su libro "El mundo en un balón" nos explica, entre otros casos, como una parte de la hinchada del equipo de fútbol del Estrella roja de Belgrado se convirtieron en agentes activos del renacimiento del nacionalismo serbio y como posteriormente pasaron a convertirse en un ejercito de seguidores de Milosevic y protagonistas destacados en la posterior limpieza étnica y genocidio emprendidos por el mismo.

Otro ejemplo muy significativo se produjo en 1998 con el caso de la alabada selección multicultural de Francia ganadora del mundial de ese año. Como señala X. Medina (2002), en un principio la diversidad de orígenes (europeos, magrebíes, oceánicos, caribeños, etc.) de los jugadores de la vencedora selección francesa de fútbol, levantó en Francia un "orgullo intercultural" sin precedentes más allá de lo deportivo, penetrando en el difícil terreno de la convivencia y ofreciendo un espejismo de "milagro" intercultural alimentado por los medios de comunicación. Este idilio facilitado por los resultados deportivos conseguidos durante el mundial sin embargo quedaron posteriormente cuestionados ante el surgimiento de grandes revueltas juveniles en las zonas de las "banlieus" (2005,2006) como consecuencia del fuerte sentimiento de exclusión social que sentían muchos de los hijos de los inmigrantes.

"debemos de plantearnos hasta qué punto esta capacidad integradora ha sido capaz de actuar y de permanecer, cuando los diversos conflictos en relación con otros aspectos cotidianos continúan haciendo diariamente problemática su validez... Como planteaba un titular del semanario Le Nouvel Observateur: "Ojalá perdurase después del fútbol". Medina. 2002

En el año 2008 también pudimos ver un nuevo ejemplo de intolerancia deportiva-nacional-cultural en la reacción de los políticos franceses ante los pitidos recibidos al himno nacional por parte del publico "multicultural" que acudió a ver jugar la selección francesa contra los equipos de Túnez .Marruecos y Argelia.

Francia cancelará de inmediato un partido si el público silba a su himno. Sarkozy consideró "escandaloso" lo sucedido y convocó al presidente de la Federación Francesa de Fútbol (FFF), Jean-Pierre Escalettes, a una reunión en el Palacio del Elíseo, sede de la presidencia de la República, este miércoles.

El primer ministro francés, François Fillon, lamentó el miércoles que el partido no fuera interrumpido tras ese comportamiento "insultante para Francia y para los jugadores de la selección".

El secretario de Estado para el Deporte, Bernard Laporte fue más lejos al pronunciarse a favor de no volver a jugar contra Túnez, Marruecos y Argelia en el Stade de France de la capital. "Hay que dejar de ser hipócritas" y esos partidos se deben jugar "en su terreno o si no en provincias", propuso. "El País" 15 Octubre 2008.

Muy recientemente el periodista Tomas Alcoverro (2009) nos daba noticia de los de los graves enfrentamientos religiosos en los campos de fútbol del Líbano,

Prohibido ir al campo. Los partidos se juegan sin público para evitar enfrentamientos religiosos. En Beirut las autoridades políticas han prohibido al público presenciar los encuentros de los equipos locales, Los Ansar, Nehme, Ahed, Mabara, Riadce o Hekme. El motivo es puramente libanés: se trata de evitar que los modestos campos de fútbol se conviertan en campos de Agramante donde musulmanes y cristianos, suníes y chiíes, sin olvidar a los drusos, se enfrenten a mano armada por culpa de una jugada conflictiva. Alcoverro Tomas : La Vanguardia 15-4-2009

Vistos algunos de estos ejemplos cabe preguntarse ¿cómo es posible justificar entonces las supuestas ventajas culturales del deporte en su versiones multicultural o intercultural?. Un primer elemento a tener en cuenta es que la atribución de ventajas fijas e inmutables a la cultura es contradictorio con el propio sentido de la misma debido al carácter ambiguo y procesual del que todas hacen gala,

“en nuestra opinión todas estas aproximaciones tienen como elemento central un concepto de cultura erróneo. Una conceptualización de la cultura tratada como esencial, ideal-culturalista, homogénea y totalizante. Un concepto de cultura que hace de la diferencia algo exterior y anula el moderno proceso de diferenciación interno que evoluciona por una doble diferenciación: funcional (subsistemas sociales, campos, etc.) y social (estamentos, clases, agrupaciones, individuo, etc.). (Bantula Sanchez, 2008 b).

Pasando ya al campo de la sociología del deporte, Heineman K.(1992,2002), de forma reiterativa en sus trabajos nos ha señalado que no existen evidencias empíricas con las que poder demostrar que las cualidades desarrolladas dentro de

las practicas deportivas puedan mantenerse de una forma estable en otros ámbitos de la vida. El autor sugiere diferentes campos para la integración social: legal, estructural – funcional, instrumental, cultural, identitaria. Donde la integración en uno de los campos, no garantiza, en absoluto, la integración total. Por ello, la integración deportiva no garantiza la integración social, pero la exclusión legal si es recurrente y redundante en todos los sistemas, también en el deportivo. (Bantulà y Sánchez, 2008 b).

Este aspecto aparece igualmente en investigaciones empíricas sobre casos concretos y en los que se ha tratado de relacionar directamente el uso del deporte con la prevención de la exclusión social. Maza (1999) en su tesis doctoral corrobora que las actividades deportivas donde mas aportan es en los aspectos del bricoleur cotidiano,

El papel más interesante de las actividades deportivas está por lo tanto en ayudar a facilitar el intercambio aprovechando su aceptación por parte de grupos muy diferentes. Así a través del mismo se pueden establecer nuevos equilibrios, que parten más de las personas que del dialogo en abstracto entre culturas. Ayuda también a romper en cierta medida la reproducción social y a iniciar procesos de desarrollo, de incorporación paso a paso de determinados individuos y grupos con problemas importantes de exclusión social a través de mecanismos de bricolaje. Maza G. 1999.

Ríos M.(1988 )en sus experiencias de utilización de las actividades deportivas en diferentes centros penitenciarios nos confirma las ventajas del deporte pero también sus límites y la tendencia facilidad a convertir la actividad física en una panacea.

Por último también podemos señalar en esta línea de argumentos a favor de lo podríamos denominar como “relativismo cultural” del deporte, el trabajo de tesis doctoral de C. Gomez ( 2009) dedicado al seguimiento de un grupo de jóvenes en un centro de educación especial. También en sus resultados se constata de nuevo la existencia de aspectos tanto positivos como limitadores de las actividades deportivas :

“El deporte entendido desde la dimensión educativa no es necesariamente socializador para las poblaciones de jóvenes y niños en situación de exclusión social. Puede serlo, obviamente, pero teniendo en cuenta ciertas consideraciones y condiciones, tanto de los que lo usan para educar como para los que lo reciben.. Gomez C. 2008

Enfocar el deporte por lo tanto como una actividad con ventajas y límites tanto “culturales como sociales” nos parece así un punto esencial a tener siempre presente en un plan de estas características, al fin de evitar los posibles excesos provocados por una cierta ingenuidad respecto a los posibles resultados de las actividades deportivas, o un uso simple del deporte, o lo que podríamos considerar como un “etnocentrismo deportivo” originado por los excesos de optimismo provocados por el uso del deporte como herramienta “cultural “de diálogo y contra la exclusión social.

Finalizamos este punto con una cita de Sánchez- Bantula (2008 b ) que pensamos que ofrece un resumen de lo tratado en este apartado:

“la integración es el problema de las sociedades contemporáneas, en todos sus sentidos: simbólica, funcional, moral, social. Se trata, en definitiva de una integración laxa y no recurrente. Mientras que, sin embargo la exclusión social se muestra totalmente integrada llega a todos los sistemas y es recurrente. (Luhmann 1998)

No obstante, el deporte es un sistema productor de sentido en las sociedades modernas. Convertido en un elemento clave de comunicación entre sistemas sociales y sistemas psíquicos y medio de generalización simbólica funciona como un Instrumento de fusión, un bálsamo social que ofrece una reducción de la contingencia simbólica, redundancia discursiva y seguridad ontológica. Es aquí donde el deporte como antropología de la igualdad de los individuos armoniza simbólicamente las contradicciones culturales señaladas por Bell (1987) y se convierte en una metanarrativa práctica cargada de sentido. (Bantulà, Sanchez 2008 b) p.131.

### 1.1.2. EL RIESGO, EL MIEDO Y LA EXCLUSIÓN SOCIAL.

“Los riesgos se han convertido en una de las principales fuerzas de movilización política, sustituyendo muchas veces por ejemplo, a las referencias a las desigualdades asociadas a la clase, la raza y el género..

Riesgo es el enfoque moderno de la previsión y control de las consecuencias futuras de la acción humana, las diversas consecuencias no deseadas de la modernidad radicalizada. Es un intento (institucionalizado) de colonizar el futuro, un mapa cognitivo. Toda sociedad por supuesto ha experimentado peligros. Pero el régimen de riesgo es una función de un nuevo orden : no es nacional, sino global. Beck U.2005

Dado que el presente plan los conceptos de “riesgo” así como de “miedo” y la prevención de ambos, es un elemento que está en el origen de esta diagnosis,



hemos creído conveniente introducir una breve explicación sobre el sentido sociológico de ambos, mas teniendo en cuenta la catalogación de nuestra sociedad actual como “la sociedad del riesgo”. Aun más, dentro de la misma, muchos de los miedos y riesgos producidos por diferentes tipos de cambios han sido sin embargo achacados injustamente a la presencia masiva de extranjeros.

El objetivo de este punto es por lo tanto mostrar como tanto el “riesgo” como el “miedo” se encuentran imbricados en elementos muy diferentes y dispares de nuestro propio orden social.

Para Beck U. (1993) la sociedad del riesgo es la culminación de la modernización que se inició con la revolución industrial y que se muestra en nuestra sociedad actual con sus peores consecuencias (problemas de ecológicos, desempleo, inseguridad creciente, etc. El proceso de individualización es el elemento clave de la modernidad y se ha convertido en un elemento de riesgo institucional al poner en crisis, entre otros, el sistema familiar y la estratificación social.

Así, la sociedad contemporánea ha producido un individualismo narcisista que ha acabado por poner en cuestión la propia sociedad al generar vacío social (Lipovetsky 1990). Esta disolución de lo social se ve ayudada por el creciente vacío comunicacional producto de una sobreabundancia de comunicaciones que acaba provocando incomunicación y donde el medio ha pasado a convertirse en mensaje y el signifiante en significado. En efecto, para Luhmann (2006) la sociedad del riesgo actual, entendida desde una óptica sistémica, ha llegado a una hiper-diferenciación sistémica que ha acabado por aumentar los riesgos de opacidad y no-resonancia intersistémica. Por ello, el problema fundamental en la sociedad del riesgo es la producción de sentido derivada de la necesidad de selección en un mundo complejo y contingente. Aquí radica, desde esta perspectiva, una de las fuerzas del deporte en tanto reductor de contingencia y productor de sentido (Sánchez 2003 b).

Desde otro punto de vista, en la “sociedad del riesgo” y como consecuencia de la innovaciones tecnológicas, se han puesto en contactos en un periodo muy breve de tiempo realidades muy diferentes y contradictorias:

“...muchas partes del “tercer mundo” muestran hoy a Europa la imagen de su propio futuro. En el lado positivo podríamos enumerar características tales como el desarrollo de sociedades multireligiosas, multiétnicas y multiculturales, los modelos interculturales y la tolerancia de la diferencia cultural, el pluralismo legal observable en diferentes niveles y la multiplicación de las soberanías., En el sector negativo, podríamos señalar la extensión del sector informal de la economía y la flexibilización del trabajo, la desregularización de grandes sectores de la economía

y de las relaciones laborales, la pérdida de legitimidad del estado, el crecimiento del desempleo y el subempleo, la intervención más enérgica de las corporaciones multinacionales y los elevados índices de violencia y crimen cotidianos. (Beck U. 2005: 4).

Entender este nuevo escenario partiendo de las ventajas, inconvenientes y las dinámicas que conlleva ( el miedo entre otras) es un así un aspecto esencial a resolver en la actual modernidad.

Otro importante teórico de nuestra sociedad contemporánea es Z. Bauman. Este autor en su obra hace referencia a la generación de tres tipos de miedo en la sociedad occidental: en primer lugar se encuentran los miedos que amenazan “el cuerpo y la propiedad de las personas” ; en segundo lugar los miedos que amenazan la duración y fiabilidad del orden social, ( el miedo a perder la renta, el empleo, el miedo a la invalidez, la vejez. Finalmente estarían los miedos que amenazan el lugar de la persona en el mundo y aquí sitúa el miedo a la pérdida de posición en la jerarquía social, a la pérdida de la identidad ( de clase, género, étnica, religiosa.)

Es su intento de comprensión del miedo es importante señalar también la importancia del miedo “psicológico” o lo que Bauman llama como “miedo derivativo”. Este tipo de miedo sin causas aparentes ha pasado a convertirse también en fuente de problemas y distanciamientos. Así por ejemplo la reacción producida ante la presencia alta de inmigrantes en una determinado barrio o zona urbana que aun sin ser por si mismo un indicador de una situación de exclusión social, hace muchas veces temer a los no excluidos por el riesgo a convertirse en excluidos en potencia,

“El “miedo derivativo” es un fotograma fijo de la mente que podemos describir (mejor que de ningún otro modo) como el sentimiento de ser susceptible al peligro: una sensación de inseguridad ( el mundo esta lleno de peligros que pueden caer sobre nosotros y materializarse en cualquier momento sin apenas mediar aviso ) y de vulnerabilidad ( si el peligro no arremete, habrá pocas o nulas posibilidades de escapar a él o de hacerle frente con una defensa eficaz; la suposición de nuestra vulnerabilidad frente a los peligros no depende tanto del volumen o la naturaleza de las amenazas reales como de la ausencia de confianza en las defensas disponibles. Bauman 2007:12

Finalmente para completar esta aproximación a la fenomenología del riesgo y del miedo, hay que hablar de la obra de Giddens (1994, 1995). Para este autor las

incertidumbres de la modernidad generan una nueva serie de riesgos que pueden clasificarse entre los que afectan la distribución objetiva del riesgo (la globalización del riesgo, su intensidad, el desarrollo de medios de riesgo institucionalizados, etc.), y los que afectan la percepción de los riesgos (conciencia del riesgo como riesgo, ampliación de la conciencia de riesgo y conciencia de las limitaciones de la experiencia. Así que, en esta cultura del riesgo que es la modernidad, la persona cada vez más debe ser capaz de asumir el paquete de riesgos que acompaña su actividad en el mundo.

Teniendo en cuenta las características sociales descritas por los diferentes autores donde los miedos y los riesgos juegan un papel cada día más importante creemos que el papel de las actividades deportivas puede ser un elemento muy relevante en la lucha contra el mismo. En efecto, las actividades deportivas a través de sus valores comunicativos y de relación pueden hacer frente al miedo en general y en especial al miedo al inmigrante, al extranjero, al extraño, al otro.

Intentar entender estas formas de actuar del miedo y del sentimiento de riesgo en nuestra sociedad, puede ser un elemento que justifica aún más la necesidad de muchos y diferentes tipos de proyectos deportivos tanto en relación a la población inmigrante como a la no inmigrante.

Para finalizar, el análisis del miedo, nos muestra como de una forma desafortunada se ha atribuido a la presencia de inmigración extranjera la responsabilidad en la generación de muchos riesgos y de miedos, que por lo expuesto se puede ver como estos proceden de muchos otros campos y procesos.

### **1.1.3. EVITAR LA REPRODUCCIÓN DE LA EXCLUSIÓN SOCIAL. INCLUSIÓN Y COHESIÓN SOCIAL COMO MEDIDAS PREVENTIVAS**

La integración de una parte de este conjunto de inmigrantes y especialmente de aquellos inmigrantes provenientes de los países más pobres constituye en la actualidad una de las principales preocupaciones en nuestro país.

La realidad social nos confirma y justifica algunos de estas preocupaciones. Así una buena parte de los inmigrantes que han llegado en los últimos 20/25 años han tenido que asentarse en los barrios más desfavorecidos de muchas ciudades.

Solo en el contexto de estos barrios, se da una convivencia con estos nuevos vecinos. Muchas veces la convivencia solo se produce con los vecinos autóctonos

*Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración*

que también se encuentran a su vez con problemas de integración debido a dificultades sociales, económicas, culturales..

Los inmigrantes extranjeros, en algunas ocasiones con mas capital social que muchos de los excluidos autóctonos, se encuentran no obstante, colocados en el mismo nivel y por lo tanto con el riesgo de reproducción de los mismos problemas. Por otro lado, se dan muy pocas posibilidades de incrementar sus capitales sociales, si como ha ocurrido hasta el momento actual se los acaba localizando y concentrando en lugares muy concretos y en barrios muy determinados.

Hemos de tener en cuenta las diferentes circunstancias a la hora de proponer medidas de inclusión /cohesión social. En general han de estar especialmente dirigidas al conjunto de la comunidad y no solo a la población inmigrante, ya que pueden crear agravios comparativos por un lado ( los excluidos autóctonos también necesitan o pueden necesitar medidas de inclusión/cohesión) o contradicciones varias que rápidamente podemos intuir con tan solo remitirnos al propio significado de algunos de estos términos:

Cohesión = “adhesión, coherencia, densidad, estructura, fuerza, retención, enlace, ligazón unión, afinidad, contacto, encadenamiento, atracción, aglomeración, adherencia, aglutinación”. Diccionario Salvat.

Cohesión = consistencia interna de las partes de un todo; termino sociológico para designar el apego psicosocial o voluntario de los miembros de una estructura social hacia esta, así como la consistencia y la capacidad de resistencia de la estructura frente a influencias externas destructivas y alteraciones internas (sobre todo la cohesión familiar). Karl Heinz Hillman. Diccionario enciclopédico de Sociología.

Atendiéndonos al significado de cohesión podemos así deducir que muchos grupos de inmigrantes pueden tener en sus vidas un nivel mucho más grande de cohesión familiar, social, religiosa que determinados autóctonos o nacionales. Ante estas disyuntivas, las medidas de cohesión dirigidas a un solo colectivo pueden convertirse en medidas de asimilación mas que en medidas de una verdadera integración.

Cuando se establecen relaciones con los inmigrantes desde las instituciones también se esta produciendo una tendencia a hacerlo a través de la interlocución con algunos de sus representantes o con entidades de inmigrantes que se auto-atribuyen los papeles de interpretes e interlocutores privilegiado, propiciando con ello lo que podríamos considerar como un nuevo tipo de colonialismo.

*Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración*

Otra realidad muy diferente presentan los hijos de estos inmigrantes (segunda y tercera generación) nacidos en nuestro país. En muchas ocasiones continúan siendo ignorados, negados, e invisibles como ciudadanos. Por otro lado, hay que reconocer, que técnicamente no son ni han sido nunca inmigrantes aunque frecuentemente se piensa en ellos como personas pertenecientes a otro país u otra cultura.

En general, los problemas centrales que afectan a los inmigrantes tienen que ver con cuestiones mucho más primordiales que las prácticas deportivas como son el trabajo, la vivienda, la legalidad..... Sin embargo muchas de las respuestas que llegamos a articular para intentar solucionar algunos aspectos sociales son solo culturales.

Resulta también llamativo como frecuentemente se los observa desde una posición de superioridad sobre su cultura, religión y tradiciones particulares. En general su cultura es catalogada frecuentemente como anecdótica e incluso exótica. Este tipo de mirada es así una forma sutil de reestablecer nuevas diferencias culturales, de la necesidad de los autóctonos de tener un otro inferior, atrasado, del que hay que responsabilizarse hasta que alcance una previsible mayoría de edad. Esta mayoría de edad viene marcada generalmente por su asimilación a la cultura mayoritaria.

Al conjunto de este tipo de experiencias limitadas se les ha acabado catalogando como multiculturalismo, interculturalidad.... cuando poco tienen que ver en realidad con las mismas y parecen hablar más bien sobre nuestro particular mecanismo de comprensión de la diversidad, que de la diversidad en sí.

El resultado es que nos hemos acostumbrado a ver a los inmigrantes como un conjunto homogéneo en su diferencia; como personas que acaban de llegar, que no tienen nombre ni apellidos, ni personalidad, que están indefensos,.... aunque eso sí, se les atribuye una alteridad radical y unas costumbres muy folklóricas en comparación con las nuestras.

Para poder avanzar ante los límites que impone una situación de este tipo, hemos de romper con las miradas estáticas y predeterminadas; es decir, los inmigrantes extranjeros no forman un sistema cerrado. Todos mantienen relaciones sociales y sus procesos culturales pueden ir desde la hibridación al mestizaje, pasando por etapas de autonomía, negación, afirmación o resistencia cultural. Hemos de estar dispuestos a aceptar esta gama de posibles diferencias y es aquí donde el deporte puede jugar un importante papel estratégico dada la flexibilidad estratégica que puede ofrecer en sus intervenciones.

#### 1.1.4. DE LA EXCLUSIÓN A LA INCLUSIÓN SOCIAL. EL ESPACIO PÚBLICO: UN LUGAR PRIVILEGIADO DE CONFLUENCIAS

El espacio público es uno de los espacios más privilegiado para desarrollo de las actividades deportivas en sus aspectos más sociales e inclusivos. Desde este plan integral nos planteamos la promoción del deporte en el espacio público como una de las líneas estratégicas a desarrollar en el futuro coincidiendo esta prioridad con las propias recomendaciones recogidas en el libro blanco del deporte:

“El deporte fomenta el sentimiento compartido de pertenencia y participación y, de este modo, puede convertirse, además, en una herramienta importante para la integración de los inmigrantes. En este contexto, es importante poner espacios a disposición del deporte y respaldar las actividades relacionadas con éste para permitir a los inmigrantes y a la sociedad de acogida interactuar de una manera positiva” p. 8. Libro blanco del deporte.

No obstante, al abordar el tema del espacio público hay que empezar por reconocer que el mismo es un ámbito complejo, dinámico y en procesos constantes de transformación,. También es necesario clarificar que es lo que se entiende por espacio público urbano. Aquí hemos considerado como tales a aquellos lugares a los que el libre acceso es un derecho legal, en los que no existe el derecho de admisión y el comportamiento en los mismos está regido por la conducta contemplada dentro del código civil<sup>5</sup>.

Una vez tenidas en cuenta estos matices y a pesar de que en muchas ocasiones se habla de la crisis del espacio público en las ciudades contemporáneas, parece claro que el mismo ya no es solo patrimonio de arquitectos, urbanistas, ni tampoco un simple contenedor de funciones como el transporte mercancías o el lugar de paso de las personas.

Si lo tomamos por lo tanto en un sentido amplio, el espacio público puede ser un lugar donde situar determinadas actividades deportivas como parte de una forma de entender la política social, cultural o deportiva. Esta voluntad ha quedado ya reflejado por ejemplo en diferentes planes estratégicos y experiencias que han

---

<sup>5</sup> Reconocemos no obstante otros sentidos que pueden verse en el glosario.

*Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración*

puesto en evidencia el papel y el relieve que las actividades deportivas pueden tener en este escenario.<sup>6</sup>

¿ Que ventajas ofrece el deporte y las actividades deportivas utilizadas en el espacio público?. En primer lugar creemos que las actividades así enfocadas pueden por ejemplo ayudar a urbanizar algunos lugares. Por otro lado las personas (sean inmigrantes o no ) con sus actividades deportivas se convierten en protagonistas principales en el desarrollo de sus propios cronotopos.

Por otro lado, el deporte en los espacios públicos no consolidados, en barrios de exclusión social, puede hacer un aporte “civilizador”<sup>7</sup> de los “terrain vague” de los “no lugares” de los espacios vacíos, abandonados, de los terrenos expectantes, de los espacios indefinidos, de los bordes y en definitiva de los lugares donde la ciudad y lo urbano ya no se encuentra allí.

---

<sup>6</sup> Un ejemplo de ello fue el Plan estratégico del deporte (2003-2007) elaborado por el Ayuntamiento de Barcelona. Algunos ejemplos de propuestas relacionadas con el espacio público que se consignaron en el mismo fueron las siguientes:

- Apropiarse de la ciudad para la práctica del deporte: generar identidad y responsabilidad ciudadana en relación a los espacios deportivos de utilización libre
- Promover un nuevo tratamiento de las instalaciones deportivas en el espacio público: promover una presencia más grande del deporte en el espacio público.
  - Dedicación de un porcentaje obligatorio de equipamientos deportivos abiertos en los nuevos espacios públicos.
- Creación de espacios semiabiertos en torno a las instalaciones deportivas municipales : posible puente de entrada a las instalaciones deportivas municipales.
  - Entrelazar las instalaciones deportivas con sus entornos como ya han empezado a hacer los museos.
  - Incrementar las zonas de deporte informal.
  - Incrementar equipamientos en los espacios públicos, como mesas de tenis de mesa, canastas, pistas de patinaje, pistas de frontón ,petanca, carriles bici.
- Promover la práctica deportiva en entornos naturales y espacios públicos.
- Definir un nuevo modelo de gestión de los espacios deportivos de libre utilización.
  - Que cada instalación abierta y de libre utilización tenga un gestor responsable. Acordar con entidades y colectivos de usuarios la responsabilidad del mantenimiento y la conservación.
- Dar continuidad a los actos deportivos populares en la calle (Fiesta de la bicicleta, fiesta de los patines, Caminatas, Fiesta de la playa.)
- Potenciar la actividad física indirecta, desplazamientos a pie, en bicicleta..

<sup>7</sup> Un ejemplo de este sentido de colonización positiva del espacio público a través del deporte lo tenemos en el túnel de la Fuxarda- Barcelona. A través de la escalada deportiva un espacio inhóspito se transformó en el rocódromo público más grande de Europa, sin ayudas y construido y desarrollado por los propios escaladores. Ver Camino X ( ).

Las actividades deportivas en los espacios públicos ya consolidados también pueden ayudar a mejorar los mismos garantizando por ejemplo : la diversidad de usos, la coherencia, la seguridad, la comunicación de una calle, de una plaza, de un barrio; en definitiva, el deporte en el espacio público puede ayudar a producir la redundancia necesaria para una vida cotidiana rica en experiencias tal y como en su día nos señaló Jane Jacobs en su libro sobre la *“Vida y muerte de las grandes ciudades”*.

Otro aspecto importante a tener en cuenta, es que las actividades deportivas de carácter público y social, pueden recombinarse o colaborar con otro tipo de intervenciones sociales que desde el arte, la música, o las actividades de carácter cultural y lúdico tratan de promover el desarrollo de relaciones interculturales en barrios con altos índices de inmigración.

Somos conscientes no obstante que para generar soluciones en los lugares públicos a través del deporte, es necesario aplicar una metodología sobre el uso del mismo. Esta metodología ha de tener en cuenta - lo micro-: la consulta, la relación continente-contenido con el fin de evitar problemas y confrontaciones con el vecindario más próximo.

Para finalizar este punto, y en general desde este plan pensamos que para la construcción social de la ciudad y de sus espacios públicos, el deporte es un medio mas que un fin en si mismo dado que en el ámbito del espacio público se juegan resultados como son las ventajas preventivas, de participación, de solidaridad, relaciones sociales, apoyo mutuo, la seguridad de un determinado lugar, o la construcción de una identidad con los elementos del propio entorno.

En general el espacio público pensamos que es una dimensión muy importante a tener en cuenta a la hora del desarrollo del un Plan integral del deporte donde se pretende que las actividades deportivas jueguen a favor de la inclusión social.

## **1.2 EL CAMPO SOCIAL DEL DEPORTE: LA EXCLUSIÓN SOCIAL Y LA INMIGRACIÓN EXTRANJERA. EL DEPORTE COMO UN “CAMPO” EXPANDIDO**

“Los campos son espacios sociales relativamente autónomos en los que los agentes (instituciones, grupos, clases sociales) luchan por la apropiación de un capital. Los agentes ocupan posiciones dominantes y subordinadas dentro del campo. Algunos quieren cambiarlo y otros mantenerlo como está. Para que un campo exista como tal debe de haber capital y lucha por la apropiación de ese



capital, por ejemplo: campo económico, artístico, político, educativo, científico” ( Cecilia Flachsland. 2003)

Partiendo de esta definición de “campo” vamos a intentar esbozar algunos aspectos de lo que podríamos considerar como un previsible “campo deportivo-social”.

Como hemos visto en el punto anterior un aspecto muy importante que se deriva de la extensión del hecho deportivo es la intervención del deporte en temas como la exclusión social en general y mas en concreto en la exclusión social de algunos inmigrantes de origen extranjero. Estos dos campos hasta hace poco tiempo eran patrimonio de otro tipo de profesionales (educadores, sicólogos, sociólogos, trabajadores sociales., ...)y en la actualidad han pasado a ser reivindicados también como campos de intervención desde las actividades deportivas

“las actividades deportivas sin ánimo de lucro que contribuyen a la cohesión social y a la inclusión social de grupos vulnerables pueden considerarse servicios sociales de interés general” Libro Blanco sobre el deporte p.8

Ante esta situación, las actividades deportivas se han encontrado con una especie de “puzzle” ideológico formado por otro tipo de proyectos con intervenciones muy variados. También se encuentran con la situación de que en el campo de la exclusión social no existe un único operador dominante, ni una única teoría para la intervención. Los trabajos prácticos contra la exclusión y la justificación de los mismos se puede hacer así de muchas maneras y por un lado nos podemos encontrar con un proyecto de lucha contra exclusión social de una ONG, pasando por la caridad mas o menos tradicional de proyectos vinculados a la iglesia, hasta llegar a los programas mas técnicos y profesionales desarrollados por los servicios sociales.

Ante esta variada gama de proyectos y de posibilidades diferentes, queda pendiente por ver como el deporte se puede añadir, recombinar, o acabar perfilando una intervención específica. Tomamos en por caso el tema de la inmigración extranjera en nuestro país y pasamos a ver básicamente en cifras cual es la situación actual.

### **1.2.1. INMIGRACIÓN EXTRANJERA. UNA BREVE APROXIMACIÓN EN CIFRAS**

Según el último censo del Instituto Nacional de Estadística (INE) del año 2008, en España viven 5.220.600 extranjeros, es decir, los extranjeros son un 11,3% del total de la población.

**Cuadro 1. Población extranjera en España 1981-2008**

Año	Extranjeros censados	% total
1981	198.042	0,52%
1986	241.971	0,63%
1991	360.655	0,91%
1996	542.314	1,37%
1998	637.085	1,60%
2000	923.879	2,28%
2001	1.370.657	3,33%
2002	1.977.946	4,73%
2003	2.664.168	6,24%
2004	3.034.326	7,02%
2005	3.730.610	8,46%
2006	4.144.166	9,27%
2007	4.519.554	9,99%
2008	5.220.600	11,3%

*Fuente: Instituto Nacional de estadística.*

En tan solo 20/25 años hemos dejado de ser un país emisor de emigrantes para pasar a ser un país receptor de los mismos. Este intenso flujo de inmigrantes ha hecho que España este empezando a ser en un país con una situación cada vez mas multicultural aunque en este sentido se encuentra aún lejos de otros países como Francia, Inglaterra o Alemania.

Según también datos del INE del año 2007, hay que señalar que una gran mayoría, los inmigrantes censados en España, se reparten entre tan sólo tres comunidades autónomas, como son Cataluña (923.156 personas) , Madrid (882.293 personas) y Comunidad Valenciana, (691.332 personas)

**Cuadro 2. Población extranjera distribuida por comunidades autónomas 2007.**

Comunidades Autónomas	Población extranjera	Población nacional	% de población extranjera
Andalucía	555.831	8.059.461	6,9%
Aragón	110.010	1.296.655	8,4%
Asturias	48.058	1.074.862	4,4%
Baleares	180.360	1.030.650	17,5%
Canarias	276.827	2.025.951	13,6%
Cantabria	30.057	572.824	5,2%
Castilla-León	121.761	2.528.417	4,8%
Castilla-La Mancha	135.761	1.977.304	6,8%
Cataluña	923.156	7.210.508	12,8%
C. Valenciana	691.332	4.855.029	14,2%
Extremadura	27.870	1.089.990	2,5%
Galicia	152.422	2.772.533	5,5%
Madrid	882.293	6.081.689	14,5%
Murcia	184.463	1.400.117	13,1%
Navarra	51.107	605.876	8,4%
País Vasco	100.701	2.141.860	4,7%
Rioja (La)	34.795	308.968	11,2%
Ceuta	6.474	76.603	8,4%
Melilla	13.244	69.440	19,0%

Fuente: Instituto Nacional de Estadística. Padrón municipal.

Comunidades : Cataluña y Madrid.

Uno de los impactos más grandes de este flujo de inmigración ha sido el crecimiento demográfico del país. Entre 2001 y 2007, el 77,11 % del crecimiento de la población se debe a la llegada de la población extranjera, frente al 22,89 % del peso que tiene la población de nacionalidad española en esta evolución.

Si nos fijamos en sus orígenes podemos ver como la mayoría de los inmigrantes que se encuentran en España provienen de Latinoamérica (el 36,21%). A continuación tenemos los inmigrantes procedentes de la Unión Europea (34,45%) y del norte de África (14,83%) y ya a una mayor distancia se encuentran los extranjeros provenientes de la Europa no comunitaria (4,40%), el África subsahariana (4,12%), el Extremo Oriente (2,72%), el subcontinente Indio (1,67%), América del Norte (0,66%) y Filipinas (0,48%).

**Cuadro 3. Orígenes geográficos de la población extranjera en España 2006.**

Área de origen	Población extranjeros	% total	Principales nacionalidades
----------------	-----------------------	---------	----------------------------

Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración

1	Iberoamérica	1.500.785	36,21%	Ecuador (11,13%), Colombia (6,40%), Argentina (3,63%), Bolivia (3,37%), Perú (2,31%), Brasil (1,75%)
2	Europa Occidental	872.694	21,06%	Reino Unido (6,63%), Alemania (3,63%), Italia (2,79%), Francia (2,17%), Portugal (1,95%), Países Bajos (0,95%)
3	Europa del Este	735.506	17,75%	Rumanía (9,82%), Bulgaria (2,45%), Ucrania (1,69%), Polonia (1,11%), Rusia (0,96%), Lituania (0,38%)
4	África del Norte	614.436	14,83%	Marruecos (13,59%), Argelia (1,14%)
5	África subsahariana	170.843	4,12%	Senegal (0,85%), Nigeria (0,76%), Gambia (0,42%)
6	Extremo Oriente	132.474	2,72%	China (2,53%), Filipinas (0,48%), Japón (0,13%)
7	Subcontinente indio	69.006	1,46%	Pakistán (1,02%), India (0,50%), Bangladesh (0,15%)
8	América del Norte	27.292	0,66%	EE. UU. (0,59%)
9	Resto de Asia	18.094	0,44%	Irán (0,06%), Siria (0,06%), Israel (0,04%)

Fuente: Instituto Nacional de estadística.

### 1.2.2. LOCALIZANDO LA INMIGRACIÓN EXTRANJERA EN EL TERRITORIO. LOS PRINCIPALES ESPACIOS DE LA INMIGRACIÓN EN ESPAÑA

Con el objetivo de ir haciendo una aproximación geográfica cada vez más precisa de la inmigración extranjera en España vamos a fijar nuestra atención en primer lugar en los cuatro grandes espacios en los que esta se encuentra concentrada la misma según Pumares P. (2003), es decir: espacios de frontera, espacios de agricultura intensiva en trabajo, espacios turísticos y espacios metropolitanos.

Los espacios de frontera. Ceuta, Melilla, Islas Canarias.

Ceuta, Melilla y las islas Canarias son los tres espacios del estado español más próximos a África que hacen de frontera con una de las zonas más estratégicas en el tráfico de inmigración de este continente hacia España o Europa. Su privilegiada situación les hace ser lugares donde la inmigración tiende a concentrarse y acumularse, especialmente un tipo de inmigración en situación irregular. En estos lugares las instalaciones de acogida de inmigrantes se encuentran

*Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración*

sistemáticamente desbordadas debido a la intensidad de los flujos. Esta particular concentración en estos puntos tiene que ver con las diferentes políticas del gobierno que intentan regular el tráfico de inmigración desde esa primera línea y evitar con ello que en especial la inmigración ilegal llegue a la península. Estos espacios por lo tanto son lugares condicionados muy directamente por la política de gestión de la inmigración. La concentración de inmigrantes en estas ciudades provoca en la población autóctona debates sobre la identidad y en ocasiones brotes de discursos racistas cuando en determinadas épocas del año se producen casos de avalanchas de población.

Los espacios de agricultura intensiva. Almería, Cáceres, Huelva Jaén, Albacete  
Lérida

Las provincias y ciudades que destacan en este ámbito son Almería, Cáceres, Huelva Jaén, Albacete y Lérida. Son todos ellos lugares donde la agricultura intensiva necesita regularmente importantes cantidades de mano de obra temporal. Este tipo de trabajo atrae a inmigrantes procedentes del Magreb, de Ecuador o Europa del Este. Los inmigrantes encuentran en estas zonas dificultades para instalarse debido a la temporalidad de los trabajos relacionados con la agricultura. Las duras condiciones de trabajo favorecen también el desarrollo de infraviviendas y marginalidad. Las condiciones que se ofrecen este tipo de trabajos no suelen ser lo suficientemente atractivas como para retener a estos trabajadores extranjeros a vivir durante todo el año. Los Ayuntamientos se encuentran en ocasiones con pocos medios para dar una respuesta correcta a las necesidades de alojamiento, seguridad, sensibilización ciudadana....

Los espacios turísticos. Baleares, Málaga, Alicante, Las Palmas, Santa cruz de  
Tenerife

Baleares, Málaga, Alicante, Las Palmas, Santa cruz de Tenerife, son todos ellos lugares de un gran dinamismo económico especialmente en los sectores relacionados con el turismo. Tradicionalmente los extranjeros que se localizaban en estos lugares eran residentes europeos jubilados. Estos inmigrantes se encuentran en muchas ocasiones en una situación de una segregación residencial muy marcada, donde el uso del idioma español es escaso y donde prevalece la vigencia y uso de pautas culturales que proceden de los países de origen. En ciertas ocasiones estos lugares han generado reacciones negativas por parte de la población española que ven en este tipo de inmigrantes una amenaza a la identidad local y al territorio. No obstante, en la actualidad se está produciendo un nuevo flujo migratorio hacia estos lugares de personas de otras partes de España así como de

inmigrantes procedentes de Latinoamérica, magreb o Europa de Este que trabajan en hostelería y en otro tipo de trabajos generalmente poco cualificados.

Los espacios metropolitanos. Barcelona y Madrid.

Barcelona y Madrid son los dos lugares mas representativos de todo España en cuanto a presencia de inmigración extranjera. Ambas ciudades atraen a una gran parte de la inmigración extranjera que llega a este país, debido entre otras razones a su centralidad geográfica, dinamismo económico, posición estratégica..... En general ofrecen muchas oportunidades aunque también mayores riesgos de exclusión social .

Barcelona y Madrid han ganado en población en los últimos siete años debido básicamente a la llegada de inmigración que ha compensado la salida de autóctonos hacia sus áreas periféricas. En ambas ciudades los espacios que mas han atraído a los inmigrantes han sido el centro histórico (Distrito Centro en Madrid y Ciutat Vella en Barcelona). No obstante en todos los barrios y distritos de estas dos ciudades se puede apreciar el impacto de la inmigración. También se ha producido la concentración de ciertas nacionalidades en determinadas partes de estas dos ciudades aunque sin llegar a formar guetos ( pakistaníes en el Raval o marroquíes en el centro de Madrid).

A la hora de establecer un análisis comparativo entre estas dos grandes ciudades uno de los aspectos que mas resalta son las grandes diferencias en sus correspondientes áreas metropolitanas ( Riol, Janocka 2004). Así por ejemplo se observa que la difusión de inmigrantes hacia zonas más alejadas del Centro apenas empieza en Barcelona mientras ha sido una pauta clara de integración espacial en Madrid desde el principio. También se observa una mayor concentración en el la ciudad de Barcelona que en la ciudad de Madrid. Barrios como el Raval, Gracia o Poble Sec donde aparecen grados de segregación étnica que superan los valores de Madrid. Otro aspecto significativo es la presencia de comunidades diferenciadas y particulares, y en especial, europeos del Este en Madrid y de asiáticos en Barcelona.

Valencia, Sevilla, Málaga y Bilbao han sido también otras importantes ciudades españolas que se han transformado como consecuencia de la inmigración extracomunitaria. En la actualidad Valencia y Zaragoza son consideradas como las áreas más emergentes en cuanto a presencia de población inmigrante.

Tomadas en su conjunto estas ciudades han absorbido el 40 % de los tres millones de inmigrantes que han llegado a España en el período 2001-20007. y aunque las grandes ciudades tienden a absorber el mayor número de inmigrantes, estudios como los del CPSV ( Centro de Política del suelo y valoraciones CPSV. Universitat Politècnica de Catalunya) también constatan que, con el paso del tiempo y debido a

varios factores, se pueden empezar a generar tendencias descentralizadoras hacia las periferias metropolitanas.

### 1.2.3. CATALUÑA, COMUNIDAD DE MADRID, COMUNIDAD VALENCIANA. UNA APROXIMACIÓN COMPARATIVA A LAS TRES COMUNIDADES AUTÓNOMAS CON MAYOR NÚMERO DE INMIGRANTES

El objetivo en este punto es presentar algunos datos básicos comparados para poder de ir precisando cuales pueden ser los lugares preferentes de intervención y las recomendaciones principales a tener cuenta a la hora de ir *territorializando* los proyectos deportivos impulsados desde un Plan estratégico del deporte para la inclusión social.

Así una primera constatación importante a tener en cuenta es que en el año 2007 las comunidades autónomas , de Cataluña, Madrid y Comunidad Valenciana, sumaban entre las tres el 41,5% de la inmigración censada en nuestro país.

Una segunda es la existencia de grandes diferencias en cuanto a distribución de inmigrantes que se producen dentro de una misma autonomía y que ya han constatado los diferentes estudios y observatorios.

Así mientras que en la comunidad de Madrid se encuentran grandes contingentes de inmigrantes repartidos en un buen numero de municipios especialmente de eje Noroeste, en Cataluña la mayor concentración con diferencia se produce en la ciudad de Barcelona así como en la primera y segunda corona metropolitana.

“ El caso de la Comunidad de Madrid , cabe resaltar que dentro del territorio el contingente de inmigrantes muestra claras tendencias de segregación. Aparte del municipio de la capital se encuentran concentraciones de inmigrantes en una gran parte de municipios suburbanos del eje Noroeste (A-6) y a su vez valores mayores al promedio en el eje oriental. Por otro lado destacan menores grados de densidad de inmigrantes tanto en muchos municipios del norte de la Comunidad y la gran parte del Sur.

El caso de Barcelona presenta otras características. Se puede afirmar que la mayor concentración de inmigrantes se da, de lejos, en la ciudad central (alrededor del 70% del total de inmigrantes de la provincia). La población extranjera fuera de la metrópoli se concentra de manera difusa y principalmente en las ciudades de la primera corona metropolitana, tanto en su parte norte (Besòs y Maresme), como en

el sur (eje del río Llobregat). Tienen importancia, con una presencia significativa de inmigrantes, varias ciudades de la segunda corona metropolitana: Sabadell, Terrasa y Mataró. De esta forma las concentraciones tan localizadas que se pueden observar en los municipios suburbanos de la provincia de Madrid no se verifican de la misma manera en el caso barcelonés. (Riol E, Janochka M. 2004)

Estos puntos han de ser un importante aspecto a tener en cuenta a la hora de implementar los diferentes proyectos deportivo- sociales. No pueden tener las mismas características un proyecto a desarrollar en un barrio central de Madrid, Barcelona o Alicante, que los que se puedan desarrollar en un barrio de una ciudad situada en la corona de estos grandes núcleos (Hospitalet, Badalona. Leganés....), o en ciudades y comarcas mas alejados del centro como L'Emporda o la Corona Sur de Madrid ....).

Veamos a continuación algunas otras características de estas tres comunidades autónomas, así como algunos índices que pueden ser útiles a tener en cuenta a la hora de diseñar e implementar proyectos deportivos para la inclusión social.

Cataluña<sup>8</sup>.

En Cataluña en el año 2007 eran 972.507 las personas de nacionalidad extranjera que vivían en esta comunidad lo que representa el 13,5% de la población.

La nacionalidad extranjera con mas presencia era la marroquí ( mayoritaria su presencia en 26 comarcas) y continuación se encontraban Rumania, Ecuador Bolivia y Colombia.

L'Alt Emporda era la comarca con mas extranjeros empadronados con un total de 30.577 personas lo que representaba el 23,7% del total de la población. En esta comarca la nacionalidad con mas representación era la marroquí, seguida de la francesa y la alemana. Dentro de esta comarca los municipios con mas extranjeros eran Castelló d'Empuries (46,9% ) i Pau, (35%).

Como contrapartida en la comarca del Ripolles residían 1.837 extranjeros que representaban solo el 6,9% del total de la población. Las nacionalidades con mas presencia eran en esta comarca las de Marruecos, Colombia y Rumania y en ninguno de los municipios de esta comarca se superaba el 12% de población extranjera.

---

<sup>8</sup> Fuente: Institut d'estadística de Catalunya. Estadística sobre la població estrangera a Catalunya 2000-2007. Generalitat de Catalunya.



Barcelona,(273.175) Hospitalet (54.351), Badalona (28.373), Tarrasa (27.918) y Sabadell (24.367) por este orden eran las cinco ciudades con mas inmigrantes empadronados.

Los municipios de Cataluña donde el peso específico de la población extranjera empadronada es mayor son : Castelló d' Empuries 49,93%, Guisona (43,46%), Salou (40,26%), Ullá (39,27%) y Sant Pere Pescador (37,01%).

Comunidad de Madrid<sup>9</sup>.

A fecha de 1 de Enero del 2007 había empadronados en la Comunidad de Madrid 854.232 personas de nacionalidad extranjera lo que suponía el 14,09% sobre el total de población (6.061.680) de esta comunidad.

El país con mayor presencia de extranjeros en la comunidad de Madrid era Rumania (148.330) y representaba el 17,36% del total de la población de origen extranjero empadronada. Ecuador ocupaba el segundo puesto (136.598) seguido de Marruecos y Colombia.

La distribución geográfica de la población extranjera empadronada en la comunidad de Madrid estaba encabezada por Madrid capital ( 53,40%), Coronas metropolitanas (35,01% ) y municipios metropolitanos 11,59%.

Los municipios de la Comunidad de Madrid donde había un mayor número de inmigrantes extranjeros empadronados eran en primer lugar Madrid ( 535.215), seguido de Alcalá de Henares (37.795), Fuenlabrada (27.073), Móstoles (25.370) y Getafe (24.604).

Fresnedillas de la Oliva (38,03%), Rascafria (29,83%), Zarzalejo (28,26%), Valdilecha (28,24%) Villamanrique de Tajo (27,91%) y Navalagamella (27,28%) eran por este orden los municipios de la Comunidad de Madrid donde el peso específico de la población extranjera empadronada era mayor

Comunidad Valenciana<sup>10</sup>.

---

<sup>9</sup> Fuente: Observatorio de inmigración-centro de estudios y datos. Comunidad de Madrid. Informe demográfico de la población extranjera en la comunidad de Madrid Abril 2007.

<sup>10</sup> Fuente: Observatorio de la inmigración en Alicante. Evolución de la población extranjera en la Comunidad Valenciana. 1998-2005. Universidad de Alicante. Carlos Gomez Gil.

La Comunidad Valenciana en el año 2007 ocupaba el tercer puesto en cuanto a inmigrantes extranjeros empadronados con un total de 691.332 lo que representa en 12,8% sobre el total de la población de esta comunidad.

En el año 2005 las nacionalidades más relevantes en la Comunidad Valenciana eran el primer lugar los europeos no comunitarios 195.486 personas, que representan el 34% del total de los extranjeros empadronados, en segundo lugar se encontraban los latinoamericanos 152.700 personas que representaban un (26,6%), en tercer lugar los europeos no comunitarios 122.183 personas (22,3%), en cuarto lugar africanos 72.547 personas (12,6%) y en quinto lugar asiáticos 18.330 personas (3,2%).

Alicante era la provincia con mayor población extranjera y alcanzaba el 55,6% del total de la población extranjera empadronada en esta provincia, muy por encima de las otras dos provincias, es decir Valencia con un 33% y Castellón con un 11,4%.

### **1.3 PROYECTOS Y “DISCURSOS” DE INMIGRACIÓN. HACIA UNA LECTURA MULTICULTURAL CRÍTICA.**

#### **1.3.1 PROYECTOS**

La expansión del campo deportivo a lo social ha dado lugar a la creación de diferentes tipos de proyectos y discursos justificativos de los mismos, por parte de entidades de inmigrantes, instituciones, clubes deportivos, federaciones, deportistas profesionales, etc., que ven como una nueva realidad multicultural empieza a ser cada vez más palpable.

Veamos a continuación una breve muestra de algunos de estos proyectos y la disparidad de objetivos que se plantean según sea el organizador de los mismos.

Vamos a tratar de hacer una lectura crítica de algunas de las ideas multiculturales subyacentes en los mismos, intentando aplicar en lo posible la propuesta clasificatoria de Klinchloe J, Steninberg (1999). Para estos autores parece claro que llegado un determinado momento, cada sociedad debería de reflexionar y replantearse hacia que tipo de sociedad multicultural desea ir como un ejercicio para prever las diferentes consecuencias que se pueden desprender de la elección un tipo de multiculturalismo u otro.

*Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración*

Tras una primera revisión hemos detectado dos grandes tipos de proyectos deportivos en hemos clasificado en primer lugar en función de quien era el organizador principal del mismo. Así podemos distinguir entre:

- Proyectos deportivos organizados por los inmigrantes.
- Proyectos deportivos organizados para los inmigrantes.

Los proyectos que hemos seleccionado y que comentamos a continuación son solo algunos ejemplos para poder establecer una pequeña muestra y un inicio de discusión de los modelos multiculturales empleados en los mismos. Hemos cambiado su nombre original para preservar su identidad hasta que podamos tener mas datos para poder hacer una discusión mas en profundidad .No obstante hemos mantenido los objetivos por ellos descritos para poder evaluar algunas de sus propuestas.

#### 1.3.1.1. PROYECTOS DEPORTIVOS ORGANIZADOS POR INMIGRANTES.

Ejemplo 1. Asociación de inmigrantes ecuatorianos y latinoamericanos R.C.V. de Valencia.

“Desde el 2001 la asociación de inmigrantes Ecuatorianos y latinoamericanos R.C.V. lleva con gran responsabilidad los campeonatos de integración. Con la ayuda y colaboración de cada uno de los equipos que participan en la misma, desde el principio nos encontramos con obstáculos como el ataque de la policía en la final del campeonato 2003 en el cual algunos compañeros fueron agredidos, en incluso con la solicitud del permiso que el Ayuntamiento jamás ha contestado.

Los campos de juego tienen unos costos de utilización de acuerdo a la normativa municipal, también pagamos a los árbitros que legalizan cada uno de los partidos de la Liga de inmigración Rumiñahui C.V.

Muchas han sido las reuniones que hemos tenido con los encargados de los campos, el ayuntamiento que a su vez con las escuelas de fútbol entre que se pasaban la pelota, nos ponían candados, cadenas etc., con el afán de disolver el deporte.

Frente a la presión de la organización hemos llegado a acuerdos de utilización de los campos, todos los campos se pagan a las escuelas y ellos a su vez a la fundación deportiva valenciana que en la actualidad nos tratan como a unos clientes del gran negocio del deporte”.<http://migranteecuatoriano.gov.ec/blogs/ruminahuivalencia>.

*Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración*

Este es un ejemplo de un tipo de proyectos de deporte organizados por una entidad de inmigrantes. En el podemos ver como el deporte para esta asociación parece ser una forma de lucha frente a las diversas discriminaciones que sienten. También parecen estar en conflicto con otras entidades y organizaciones deportivas. En este caso podríamos hablar de un proyecto deportivo que busca el reconocimiento de sus actividades desde una posición de segregación en forma de liga para inmigrantes. La segregación en este proyecto parece en cierta manera un objetivo reivindicado.

Ejemplo 2. Deportivo Integración.

“Después de unos cuantos años compitiendo en ligas para inmigrantes, tres amigos originarios de Senegal, decidimos fundar un equipo de fútbol con espíritu integrador que sirviese como plataforma organizada al colectivo de inmigrantes de Tarrasa y para jugar al fútbol en un equipo federado.

Después de un par de temporadas de consolidar la existencia del club con muchos sacrificios personales, hoy en el 2008 pretendemos impulsar un nuevo proyecto que permita a este grupo de jóvenes competir por objetivos más ambiciosos. La 3ª división regional no es el lugar donde queremos estar. Y es que queremos ser campeones y queremos subir de categoría”.

Este es otro ejemplo de proyecto de deporte organizado por inmigrantes aunque a diferencia de los anteriores no constituyen una entidad de inmigración. Su sentido es así algo diferente al anterior. Mas bien su aspiración parece ser la de convertirse en una entidad deportiva y salir de la “segregación” que parecen sentir participando en una liga de inmigrantes.

El objetivo principal de este proyecto deportivo esta en alcanzar la integración pero a la vez haciendo permanecer su diferencia. Por otro lado se decantan claramente por buscar una visibilidad como plataforma de “inmigrantes” en el ámbito deportivo y ascender de unas competiciones secundarias o “étnicas”, a otras competiciones oficiales. Nos encontramos aquí con una propuesta de un multiculturalismo que reivindica la agregación ¿participación?.

Ejemplo 3. Kameni apadrina un torneo de fútbol sala contra el racismo.

El portero del RCD Español Carlos Kameni apadrina un torneo de fútbol sala contra el racismo que tendrá lugar el próximo sábado en el pabellón de la Mar Bella de Barcelona.

El torneo , una iniciativa de Caixa Sabadell y de la Asociación de Ayuda Mutua de inmigrantes en Catalunya (AMIC), fue presentado hoy en la pista de fútbol sala del pabellón por el Secretari general d'esport Rafael Niubò; El presidente de Caixa Sabadell, Lluís Brunet, y el secretario de organización de UGT Catalunya, Frederic Monell. Esta iniciativa tiene como finalidad lanzar “un mensaje de diversidad” y “tolerancia” desde el fútbol, un ámbito desde el cual “se han vivido acontecimientos xenófobos intolerables”, según informó la organización. [www.lukor.com/deportes/noticias](http://www.lukor.com/deportes/noticias).

En este proyecto se nos informa sobre todo de la presencia de un deportista profesional y famoso en un evento así como de la presencia de los patrocinadores del torneo y de los políticos que asistirán al mismo. El proyecto apuesta por buscar su trascendencia a través de la presencia de personalidades mas que por la presencia de los inmigrantes (grupo anónimo y despersonalizado). Tenemos en este caso una propuesta multicultural muy anecdótica, en la que se encuentra implicado un jugador inmigrante de color como representante de la lucha contra la discriminación por cuestiones de raza.

#### 1.3.1.2. PROYECTOS DE DEPORTE ORGANIZADOS PARA LOS INMIGRANTES.

Ejemplo 4 .Proyecto “Apadrina un deportista”.

La Fundación tiene como principal objetivo la promoción del fútbol a Cataluña en aquellos ámbitos donde mas se necesita, es decir el fútbol base catalán, niños y niñas con pocos recursos económicos, recién llegados y entornos marginales. Los objetivos de la fundación son:

- Potenciar y facilitar la integración de personas con pocos recursos a través de la práctica del fútbol, desarrollando programas de formación y subvencionando la cuota a niños y niñas entre los 8 y 14 años para poder jugar en clubes federados.
- La integración social y lingüística de estos potenciales futbolistas mediante el aprendizaje del fútbol con entrenadores de lengua catalana.
- Llegar a todas las comarcas de Cataluña, centrando todos los esfuerzos en aquellas poblaciones o barrios donde más necesidades se produzcan, ayudando así al mayor número de niños y niñas en situaciones problemáticas y que gracias al programa tendrán una oportunidad.
- Coordinar con las instituciones la formación de los técnicos deportivos que se encargaran del seguimiento del programa mediante talleres de

sensibilización lingüística y cursos de formación de mediación comunitaria, de igualdad y ciudadanía y de convivencia e integración: [www.deportejuven.es/deportejuven](http://www.deportejuven.es/deportejuven)

Los inmigrantes en este proyecto son considerados como apadrinados de una ayuda protagonizada por una federación. La ayuda a la vez justifica el propio programa que a la vez tiene características de un proyecto benéfico, una misión social y cultural y un proyecto con objetivos mas tradicionales como la promoción del fútbol base.

El proyecto se decanta por abarcar a través del deporte dos tipos de integración, la cultural por un lado y la social por otro. El ofrecimiento de ayudas en forma de subvenciones, acercan al proyecto hacia un paternalismo en forma de caridad deportiva. La integración del inmigrante en forma de asimilación cultural se decanta en este caso como lo mas importante.

En estas y otras manifestaciones de deporte típicas de la posmodernidad y de un multiculturalismo escénico el protagonista es el deportista profesional, o el organizador (ciudad, federación, comité olímpico, entidad deportiva )o los medios de comunicación y sus estrategias. Ellos son finalmente los que acaban marcando las nuevas condiciones. La acción es trascendente porque parte de su iniciativa. Deciden lo que se ha de compartir y presentan las soluciones que creen mas convenientes desde posiciones fáciles y cómodas . Sirven en definitiva para presentar a personas o instituciones en campos que no son los suyos y reforzar sus propias imágenes y discursos a costa de los autóctonos e inmigrantes del barrio. ( Maza 2002.)

### 1.3.2 DISCURSOS

“Un discurso consiste en grupos de ideas producidos cultural o socialmente que contienen textos (que contienen signos y códigos) y representaciones (que describen el poder en relación con los otros). Como forma de pensamiento, es frecuente que un discurso represente una estructura de conocimiento y poder. Un análisis del discurso revela estas estructuras y ubica el discurso en unas relaciones históricas, culturales y sociales mas amplias. (Sardar Z. Van Loon B. 2005).

En esta parte vamos a revisar varios ejemplos más de los diferentes tipos de discurso con los que se justifican proyectos como los anteriores destacando y comentando algunas de las declaraciones y acciones paralelas que se llevan a

cabo desde los mismos <sup>11</sup>. Hemos recogido también solo una pequeña muestra de algunos de los discursos mas representativos y los hemos agrupado teniendo en cuenta la fuente de la cual proceden como pueden ser entidades, clubs, instituciones, federaciones, universidades...

- Entidades, clubs :

“80 niños inmigrantes irán a la escuela de fútbol del Real Madrid”.

Carlos Clemente destacó que la creación de este tipo de escuelas por parte de la fundación Real Madrid no es solo una oportunidad deportiva.

“Es una oportunidad también social de aprender otros valores como los de tolerancia y respeto que el Real Madrid representa”. Con este tipo de iniciativas, concluyo el vicepresidente de la fundación Real Madrid, la entidad lucha por ser, “además de líder en lo deportivo y lo económico, un club de referencia también en lo social”. “No son solo centros de enseñanza y practica deportiva, son centros de integración social que contribuyen a crear conciencia social”. [www.diariomadrid.eu](http://www.diariomadrid.eu)

“Lucia Figer (Fundación Real Madrid?): reconoció su orgullo por firmar este convenio por tercer año que permitirá “ Promocionar los valores del deporte en los más jóvenes desapareciendo “razas y nacionalidades” y haciendo prevalecer el espíritu de equipo”.

A pesar de las buenas intenciones de estos dirigentes, desde muchos ámbitos ha quedado comprobado que el deporte no evita ni hace desaparecer la raza ni la nacionalidad.

La mayoría de los clubes, al igual que este caso, resaltan la práctica deportiva por sus valores higiénicos, cooperativos, aunque también resaltan el hecho de la carrera deportiva como una alternativa o futura promesa. A la vez han incorporado algunos de los nuevos valores sociales mas al uso como tolerancia, respeto, convivencia...

---

<sup>11</sup> Algunas de las experiencias revisadas han sido las siguientes: Deporte, inmigración, interculturalidad e integración de genero. Fundación Red deporte y cooperación ([www.redeporte.org](http://www.redeporte.org))- Comunidad Autónoma de Madrid. “Apadrina un futbolista”. Plan de Ciudadanía e inmigración- Generalitat de Catalunya. Concejalía de deportes y Murcia Acoge. Proyecto piloto para integrar a los inmigrantes a través del deporte. Escuelas deportivas de integración social para inmigrantes. Fundación Real Madrid. Baloncesto sin fronteras. Fundación federación española de baloncesto.

La carrera deportiva como una posibilidad de vía de ascenso social para los excluidos es otro punto que desde diferentes investigaciones se ha puesto también en cuestión. La carrera deportiva es especialmente dura y complicada, una profesión de riesgo, y los jóvenes de clase baja, aún teniendo cualidades, encuentran muchas dificultades para mantenerla. Esta visión “mesiánica” es reforzada por la creencia popular en este tipo de promoción aunque su eficacia en la práctica puede ser mínima.

La mayoría de las campañas protagonizadas por los “clubes” se parecen especialmente a las campañas del marketing “de la solidaridad” al que muchas empresas capitalistas se han apuntado para rentabilizar sus negocios de una forma mas amable<sup>12</sup>.

Otras veces algunos clubes hacen gestos en días especiales, visitando con algunos de sus jugadores barrios conflictivos al modo de misioneros del deporte. Este tipo de acción caracteriza también a otras manifestaciones del deporte espectáculo que se auto justifica como ayuda para las causas sociales, pero que generalmente termina convirtiéndose en un simulacro de consenso social y como vía de protagonismo y relevancia para deportistas de la elite, ex deportistas o benefactores con buenas intenciones.

En la organización de estos acontecimientos-simbólicos prima generalmente una visión higienista- medica, etnocéntrica, y especialmente paternalista hacia el otro.

- Federaciones:

Nace el primer “Mundialito de la inmigración de baloncesto en Madrid. Mundialito 2007. Nace tras el éxito del mundialito de fútbol, que lleva varios años celebrándose en la capital y que ahora cambia de modalidad para ser el baloncesto el que una a diversos colectivos de inmigrantes y donde se destacan valores como el respeto al contrario, el afán de superación y la convivencia entre comunidades”[www.madridpress.com](http://www.madridpress.com).

En el discurso de las federaciones se destacan aspectos parecidos a los de los clubs y en este caso mas en particular se resalta al deporte como una vía de “convivencia entre comunidades” aunque no se especifica lo que se entiende por “comunidades”.

---

<sup>12</sup> Como casos más significativos en este sentido podríamos destacar los distintos los usos del suburbio por parte de multinacionales como. Nike, Adidas o Benetton o Gap.



▪ Universidades. Jornadas:

“El deporte puede usarse como vehículo para la integración de grupos culturales distintos, actuando como una lengua común basada en valores universales”. CEO-UAB.

Los valores positivos del deporte son también los que más se destacan por parte de instituciones académicas así como en la mayoría de las jornadas y estudios de carácter más especializado, siguiendo un poco la línea “positivista” y paternalista de federaciones, clubs y entidades. No obstante en este tipo de ámbitos y de encuentros es más frecuente que aparezcan también otro tipo de objetivos que se acercan mucho más a lo que es una concepción compleja del deporte en estos ámbitos tal y como podemos apreciar en las conclusiones de las siguientes jornadas:

“Jornadas de reflexión sobre deporte. Deporte e inmigración” Inefc.2001. 1-“Utilizar todo tipo de actividades físicas (juegos, deportes, bailes, danzas.....2- No esperar a que vengan los inmigrantes a nuestros programas, es necesario salir a su encuentro 3- el mayor valor del deporte: su carácter lúdico, voluntario y cotidiano. El deporte de ocio y tiempo libre por encima del deporte de rendimiento: 4- ¿qué es mejor, la práctica deportiva en grupos étnicos homogéneos o la interculturalidad?.5- Necesidad de formación específica y continua. (profesionalidad frente a voluntarismo); 6- integrar nuestras iniciativas físico-deportivas en el marco de programas globales de integración social de inmigrantes y éstos a su vez en aquellos movimientos más fuertes y organizados que claman por una globalización humanista a escala planetaria; 7- espectáculos deportivos e inmigración: la tentación de la política de los símbolos. Duran, Javier<sup>13</sup>.

Tras una revisión de los materiales aportados en diferentes jornadas en las que han tratado estos temas<sup>14</sup> podemos ver una mezcla de conferencias teóricas por un

---

<sup>13</sup> Duran Javier (2002): Inmigración y actividad físico deportiva. II Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte. INEF. Madrid.

<sup>14</sup> 2001. I Jornada deporte e inmigración. Zaragoza. Asociación de vecinos del barrio de San José.

2001. Jornades formatives i de reflexió. Deporte e inmigració. Barcelona. Inefc

2002. Jornada L'esport no té fronteres. Barcelona. Diputació de Barcelona.

2004. Jornada Inmigració i esport escolar. Barcelona. Fundació Esport Escolar.

2006. I Jornada deporte e inmigración. Zaragoza 2006. Organizado por Asociación de vecinos del barrio de San José.

2007. Jornades sobre inmigració i esport. Denia. Fundació Esportiva Dénia.

lado y experiencias prácticas por otro. Paralelamente a los encuentros se suele dar el desarrollo de algunos talleres donde se enseña algo práctico sobre la “otredad” a modo de festival cultural (danza, taller de comida, talleres musicales, juegos étnicos....).

En muchas de estas jornadas se constata que proyectos más modestos se encuentran con muchas dificultades para perdurar más allá de un breve periodo de tiempo. El resultado de todo ello es que se produce un vacío que no nos ayuda a conectar bien los enfoques más teóricos con las experiencias más prácticas.

Otro punto a resaltar tras el análisis del material de las jornadas es la aceptación casi unánime de las principales teorías que tratan de explicar la diversidad como son el multiculturalismo por un lado y la interculturalidad por otro. Ambas teorías son aceptadas y adoptadas rápidamente aún siendo teorías que no han salido de nuestras propias experiencias. Aplicadas al deporte se acaban traduciendo en que el deporte es bueno para relacionarnos con el otro sea del origen que sea y que es útil para la comprensión cultural aunque sin mostrar como.

En estos encuentros también se han abordado algunos problemas más específicos relacionados con la competición deportiva y con los problemas planteados por algún tipo de reglamentaciones discriminatorias por parte de algunas federaciones y competiciones.

Para finalizar, parece darse también una cierta unanimidad en la aceptación del juego vinculado al deporte como una forma de recurso útil y válido para la interculturalidad. Como consecuencia de la aceptación de esta idea, algunos juegos y deportes tradicionales (tanto de inmigrantes como de autóctonos) son teorizados y actualizados en clave cultural y social.

## **1.4 DIAGNÓSTICO**

- Estamos asistiendo al desarrollo de lo que podríamos considerar como un “campo” de compromisos sociales del deporte que eran inexistentes hace tan solo unos 15/20. Estos compromisos tienen como dos de sus ejes principales las

---

2007. Seminari Esport i immigració: un joc intercultural?. Barcelona. Desenvolupament Comunitari.

2007. Jornadas Plan de formación. Actividad física, deporte e inmigración. El reto de la interculturalidad. Madrid. Comunidad de Madrid.

2008. Jornades sobre esport i immigració. Barcelona. Instiut Barcelona sport. Ayuntamiento de Barcelona

actuaciones en los temas de exclusión social así como la integración de la inmigración extranjera.

- Ante la heterogeneidad que presenta el propio campo de las intervenciones sociales se hace necesario tener un marco general mas claro y revisado para poder orientar bien el papel de las actividades deportivas en una sociedad cambiante.
- En la actualidad los reajustes y encajes de las actividades deportivas con los programas que tienen objetivos sociales no están siempre bien conseguidos o delimitados. En las actuales experiencias se observa:
  - en ocasiones una suma de objetivos,
  - en ocasiones una mezcla de objetivos.
  - en ocasiones programas con objetivos paralelos.
- Los programas deportivos que se enfocan los temas sociales encuentran diferentes problemas para consolidarse.
- Respecto al tema de la inmigración se da un cierto peligro de colonialismo deportivo, especialmente cuando las intervenciones deportivas-sociales las encabezan grandes clubs, corporaciones, ex deportistas famosos....
- Escasa conexión entre la teoría y la práctica.
- Una necesidad de replantearse el multiculturalismo o la interculturalidad usada hasta el momento en los diferentes proyectos deportivos. En general, en el mejor de los casos, los proyectos que usan estos marcos tienden a convertirse en paternalistas y ven al Otro como un individuo al que hay que ayudar, proteger, apadrinar. En el peor, se trata de formas estratégicas de asimilación.
- Culturalmente hay una cierta tendencia de los proyectos a actuar como “ventrílocuos” de los inmigrantes, mas que como socios en igualdad de condiciones y con voz propia. Tendemos a explicar que piensan, sienten, esperan y se ve siempre el deporte como un beneficio para los mismos;
- El papel de las actividades deportivas ha de pasar por el aprovechamiento de sus ventajas sociales pero también por el reconocimiento de sus límites.

## **2. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES**

### **2.1 POTENCIALIDADES**

- El amplio impacto social de las actividades deportivas. Debido especialmente a la influencia de los medios de comunicación el deporte es una de las culturas populares más de moda en la sociedad actual y por lo tanto susceptible de consumos pasivos o activos por una gama muy amplia de personas de diferente cultura o clase social.
- Las actividades deportivas habitualmente son una experiencia fácil a la que incorporarse y en las que participar sin requisitos muy complicados. Muchos clubs abren sus puertas a personas que quieran iniciarse en el deporte en sus diferentes niveles. Los requerimientos en proyectos como por ejemplo de iniciación deportiva son unas mínimas condiciones físicas y unas cuotas económicas asequibles para una gran parte de la población.
- Las posibilidades de creación de nuevos proyectos de intervención como consecuencia de la mezcla de campos. En esta opción se podrían incluir la posibilidad de nuevos deportes, o deportes tradicionales puestos en juego con sentidos diferentes. Se observan también ya procesos donde el deporte tiende a la fusión con otros campos como el caso de la música, danza,....
- Las posibilidades que tienen las personas de obtener capital social (redes de relación, amigos,...) a través de los programas deportivos. Muchas de las actividades deportivas son actividades grupales que ponen en contacto a personas de diferentes niveles culturales y sociales. La red de amistades deportivas se puede convertir en una red de contactos que pueden ayudar a la promoción de una persona fuera del contexto deportivo.
- El deporte puede posibilitar la creación de “puntos de encuentro” y facilitar así el reconocimiento entre personas de orígenes y culturas diferentes dentro de un marco de diálogo entre iguales. Los puntos de encuentro son lugares donde las personas se pueden citar para hacer deporte o bien después del mismo. Los puntos de encuentro son los lugares donde las personas son reconocidas por sus habilidades deportivas pero también por sus habilidades para la organización formal e informal, por sus valores personales, su compañerismo....
- El deporte y su vinculación con la “cultura del cuerpo”. La actividad física es un tipo de actividad que utiliza el cuerpo como instrumento principal. Los beneficios

sobre el mismo pueden ser reconocidos por personas de diferente poder económico, social, cultural....La experiencia es así semejante en muchos aspectos.

- Capacidad de comprensión y empatía que proporciona el deporte a muchas personas de diferentes clases, orígenes.... como consecuencia del uso de la cultura física.
- Los diferentes aprendizajes sociales que pueden ensayarse a través del deporte. En un grupo de deporte se pueden aprender destrezas deportivas pero también sociales, como por ejemplo, respeto, educación, proceso...
- Las posibilidades que el deporte ofrece a la hora de la resolución de conflictos y diferencias. La forma de solucionar y mediar en una disputa deportiva puede ser un aprendizaje en la forma de resolver un conflicto de otra índole.
- Las actividades deportivas pueden ayudar al bricolaje cultural en situaciones de contacto entre grupos de diferentes orígenes. En el caso de investigaciones con jóvenes hemos comprobado como en el contexto de algunas actividades deportivas se producen transferencias en cuanto a los gustos culturales, musicales, moda....que tienen orígenes muy diferentes.
- El deporte, ofrece una representación de lo social. que permite la concurrencia de interpretaciones diversas sobre los aspectos, características y valores de nuestra sociedad, convirtiéndose, de este modo, en un aparato semántico productor de sentido Social

## **2. 2. LIMITACIONES**

- El deporte por si solo no cambia las situaciones de exclusión social o cultural. Se necesita la combinación del mismo con otros tipos de proyectos.
- Confusión de objetivos cuando la intervención deportiva es compartida con proyectos de otro tipo, social, pedagógico, de animación cultural, comunitarios, etc
- El deporte visto exclusivamente como una carrera deportiva o en su versión competitiva. Muchas veces se usa el símil de la carrera deportiva como una carrera semejante a lo que es la vida en otras dimensiones. Esta es una comparación muy simple ya que los proyectos personales y sociales son mucho más complejos que conseguir marcas o resultados deportivos.

Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración

- Algunos proyectos deportivos en su dinámica interna y cotidiana acaban ayudando más a la *deportivización* que a la integración. Así en algunos programas y proyectos de iniciación/ promoción deportiva de base se vuelve a dar la exclusión de los que no tienen buen juego o de los que no tienen buenas cualidades.
- El ocasiones resulta ser un límite el propio etnocentrismo deportivo de los profesionales, técnicos, entrenadores...- Se tiende a pensar que lo que ha sido útil para uno también puede serlo para los demás. Hay deportistas a los que una práctica deportiva les ha proporcionado habilidades para su vida posterior; sin embargo el deporte a otras personas solo les ha proporcionado una frustración más o ningún tipo de transferencia ni positiva, ni negativa.
- Proyectos deportivos que atribuyen al deporte un papel redentor. Proyectos especialmente en los que se presenta el deporte como un instrumento sin límites para el “rescate y rehabilitación” de los que se han desviado de los que consumen drogas, de los que presentan algún tipo de desviación social.
- Los acontecimientos deportivos donde los protagonistas son más los organizadores que los organizados. Acontecimientos que se realizan de forma periódica patrocinados por instituciones, clubes, famosos/as, que convierten a estos/as en la noticia principal del acontecimiento.
- La espectacularización de este tipo de prácticas deportivas.
- La tendencia de algunos programas deportivos a intentar construir un oasis cultural. ¿Qué pasa cuando se sale de este oasis?. Resultan especialmente significativos en este caso los proyectos que hemos catalogado como de “apadrinamiento”.

### **3. VISION PARA EL FUTURO**

El deporte no cambia los problemas sociales, aunque puede ayudar a resistir en los procesos de exclusión e invertir el sentido de los mismos.

Las actividades deportivas en relación a la inmigración y a los problemas de exclusión social en general son especialmente útiles cuando actúan como instrumento más que como fin. Si comparamos a las actividades deportivas con la lengua, el lugar del deporte sería el de la gramática, es decir el de la estructura que organiza la comunicación.

El deporte puede apoyar los procesos de inclusión social cuando hace funciones de lugar, punto de encuentro, comunicación entre iguales...

El deporte puede convertirse en una fuente interesante de capital social. Una de las vías tradicionales para la generación de cohesión social es el denominado "capital social" es decir, la existencia en mayor o menor medida dentro de una determinada sociedad de diferentes redes de relaciones sociales, contactos, amigos, amistades, prestigio, circulación de favores, ...

La promoción deportiva para determinados colectivos pasaría así por una promoción deportiva que sirviera tanto para la mejora de sus prácticas deportivas como también para la mejora de sus redes de relación, amistad, contactos dentro y fuera del grupo, ...

Las actividades deportivas pueden facilitar también la hibridación y el bricolaje cultural entre personas y grupos de distintos orígenes sin los protocolos que son necesarios en otros lugares, y sin la necesidad de intermediarios oficiales. Las actividades deportivas pueden ayudar así al desarrollo de una interculturalidad práctica y efectiva

Las actividades deportivas-sociales en el siglo XXI están llamadas a ser un campo mixto y por lo tanto han de estar abiertas a la re-combinación de las prácticas físico deportivas con otras prácticas culturales y sociales de cualquier otro tipo.

*Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración*

Hemos de reconocer que en nuestro país los proyectos y medidas que se están tomando tanto desde el deporte como desde otros ámbitos, en relación al tema de la inmigración extranjera, se encuentran en lo que podríamos considerar como una fase primaria. Es decir, se ha roto una cierta homogeneidad cultural (aunque teníamos y tenemos diferencias internas: catalanes, vascos, andaluces, gallegos, ...) pero no estamos aun en una sociedad multicultural aunque vamos hacia ella de forma inevitable. Como consecuencia de ello, es posible que dentro de unos pocos años las medidas que estamos tomando en la actualidad nos parezcan “puntas de flecha” por su tosquedad, por su uso torpe del concepto de cultura, identidad, autóctono, inmigrante, extranjero, ... No obstante asumiendo esta situación, nuestra inexperiencia así como deseo de aprender de la propia realidad, es posiblemente la mejor forma de avanzar.

Sería deseable que en un futuro cada vez mas cercano los proyectos de deporte no acabasen siendo una propuesta de una dirección única como ahora ocurre en muchas ocasiones, es decir, de reafirmación de los valores hegemónicos de una cultura (en este caso en forma de deporte/actividad física) que tiene todo el poder para imponerse sobre las otras.

También se hace necesario mantener la lucha y la alerta contra el racismo y especialmente contra el surgimiento de nuevos racismo que se postulan bajo las formas tradicionales pero también bajo formulas mas sofisticadas o bajo la apelación al “derecho a la diferencia” irrevocable. Así hemos de reconocer también el derecho a una cierta “indiferencia cultural respetuosa” a la que tienen derecho todos los que no son de una cultura que no es la autóctona; el derecho de los inmigrantes a no ser interrogados constantemente sobre su cultura; el derecho a no tener que dar cuenta constantemente, o a tener que ser “étnicos” por obligación.

Hemos de prestar atención a que las ideas interculturales aplicadas a los proyectos deportivos o de cualquier otra clase para que no se conviertan en un patrimonio, propiedad, o ideología de una determinada clase social- sensibilizada eso si, pero etnocéntrica y aislada de las unas condiciones de conflicto. Las fiestas de la diversidad deportiva representan una cara amable de las relaciones interculturales, pero en lo cotidiano la interculturalidad es un ejercicio mucho mas impredecible y sometido a un juego y redefinición constante por las diferentes partes implicadas.

Hemos de tener en cuenta las experiencias de otros países con más tradición multicultural para evitar decepciones. Algunos países que empezaron con entusiasmo el uso de las políticas multiculturales e interculturales, al cabo de los años vieron como los inmigrantes y especialmente los hijos de los mismos que



podieron ascender de clase- social- pidieron abandonar el multiculturalismo, así como cualquier otro tipo de apadrinamiento cultural porque con ellos se sintieron señalados como diferentes y especialmente como “pobres”.

Las propuestas deportivas ofrecen muchas ventajas pero hay que tener el cuidado de no desaprovecharlas porque también corren el peligro de convertirse en una “panacea” cuando se usan de manera indiscriminada.

En general en el futuro nos gustaría ver al deporte en general contribuyendo al desarrollo de una sociedad “cosmopolita” basada en el principio de “no solo sino también” en lugar del principio de “o esto o lo otro” .

“El cosmopolitismo significa básicamente el reconocimiento de la alteridad tanto hacia dentro como hacia fuera. Las diferencias culturales ni se ordenan en una jerarquía de la alteridad ni se difuminan de manera universalista, sino que se aceptan ...

“La tesis de partida reza así: los debates sobre universalismo versus relativismo, semejanza versus diversidad, etc las mas de las veces se postulan según el principio de “o esto o eso”.Desde el punto de vista del realismo cosmopolita, estos pares disyuntivos: universalismo o relativismo, diversidad o semejanza etc, quedan en evidencia y son superados...El cosmopolitismo realista no esta en oposición a, sino que se entiende y desarrolla como concepto de suma y síntesis de universalismo, relativismo, nacionalismo y etnicismo. Las distintas estrategias para el planteamiento sociológico de la alteridad no se excluyen de modo alguno, sino que se superponen, corrigen, limitan y protegen mutuamente. Beck U.2005:83.

Creemos que los estudios sobre deporte e inmigración permiten poner en discusión las formas inmigrante – autóctono y sociedad de acogida – nuevos ciudadanos, como construcciones socioculturales a denunciar. La actividad físico-deportiva permite ejemplificar el debate sobre la transculturalidad y sus incardinaciones en biografías de bricolaje: individuos políglotas, cosmopolitas con múltiples identificaciones. Por último, queremos hacer referencia a la importancia de utilizar una epistemología alejada de los parámetros tradicionales que tratan un territorio, una sociedad y una cultura, para acercarnos a planteamientos como el del cosmopolitismo metodológico planteado por Beck U. donde los planteamientos identitarios nunca son excluyentes. (Bantulà, Sánchez 2008 b).

## **4. OBJETIVOS GENERALES A CONSEGUIR**

Se proponen cuatro grandes objetivos generales para el futuro:

- Clarificar y concretar las funciones del deporte en los nuevos contextos de intervención y responsabilidad.
- Trabajar por el desarrollo de unas prácticas deportivas igualitarias y en las que se eviten los etnocentrismos y el desarrollo de nuevas formas de colonialismo.
- Desarrollar el sentido lúdico, relacional, comunicativo, pedagógico que las prácticas deportivas tienen cuando son propuestas como instrumentos más que como fines. La potenciación de las actividades deportivas en el ámbito del espacio público pueden ser un elemento muy importante para conseguir una verdadera inclusión social en la que participen por igual todas las partes implicadas.
- Apoyar todo tipo de acciones de lucha contra el racismo y la xenofobia no sólo en las prácticas deportivas “espectáculo”, sino también en las prácticas deportivas de los grupos más modestos.

## **5. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA**

Para conseguir los objetivos propuestos, se proponen cuatro ejes de actuación estratégica que comprenden ambitos diferentes de trabajo: investigación, formación, intervención-acción, difusión

### **5.1 PROYECTOS DE INVESTIGACION**

Nos referimos a investigaciones básicas para poder clarificar datos, situaciones, tipos de experiencias... así como el desarrollo de congresos y jornadas interdisciplinares en las que debatir y abordar con otros profesionales y teóricos la complejidad del fenómeno deportivo actual en relación a este tema.

### **5.2 PROYECTOS DE FORMACIÓN**

Desde este Plan estratégico creemos que a través de diferentes proyectos de formación a responsables de proyectos de deporte en los que participan tanto inmigrantes como autóctonos se puede ayudar al desarrollo de formas de integración compartidas e inclusivas y sin la necesidad del uso de los tópicos mas habituales.

### **5.3 PROYECTOS DE INTERVENCIÓN/ACCIÓN**

En este eje estratégico el desarrollo de proyectos deportivos situados en el espacio publico son de una importancia capital como un mecanismo a través del cual puede ser fácil conseguir una participación social en un sentido amplio.. Estos proyectos deberían de orientarse tanto hacia la acupunturas urbanas como social. Se proponen para ellos proyectos de carácter micro, evaluables y de carácter experimental.

### **5.4 PROYECTOS DE DIFUSIÓN**

Todos los resultados de los diferentes proyectos emprendidos desde este Plan deberían de ser fácilmente consultables y accesibles para las personas que tienen experiencias e intereses por este campo. Para ello hemos previsto diferentes proyectos de archivo, difusión o campañas en la que se expliquen los objetivos del plan tanto como los resultados que se pueden ir consiguiendo a partir de la puesta en marcha del mismo.

## 6. AGENTES IMPLICADOS. POSIBLES ALIADOS INSTITUCIONALES

Se pueden agrupar en tres diferentes grupos:

- **Administraciones públicas:**
  - Consejo Superior de Deportes
  - Ministerio de Trabajo e Inmigración
  - Ministerio de Educación, Política Social y Deporte
  - Consejerías de Deporte / Política Social / Asuntos Sociales de CCAA
  - Áreas de deporte y asuntos sociales de las diputaciones
  - Áreas de deporte y Asuntos sociales de los municipios
  
- **Entidades asociativas deportivas**
  - Federaciones deportivas españolas
  - Federaciones deportivas autonómicas
  - Clubes deportivos
  
- **Otras entidades**
  - Fundaciones y Asociaciones que trabajan con personas en riesgo de exclusión.
  - Obra Social de las Cajas de Ahorro

## **7. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A DESARROLLAR**

Las acciones y medidas que se presentan en este apartado están relacionados con el diagnóstico realizado previamente e intentan dar respuestas a la situación desde una perspectiva amplia con un conjunto de proyectos que hacen hincapié en aspectos diferentes como son: la investigación, la formación, la acción y la difusión.

Listado de proyectos:

1. Proyecto de investigación y difusión : “Red de opiniones”.
2. Proyecto de investigación : “El campo social del deporte en España: inmigración extranjera “.
3. Proyecto de formación Inter.-cultural para técnicos deportivos de base.
4. Proyecto convocatoria de proyectos experimentales de integración-cohesión social y cultural a través de actividades deportivas vinculadas al territorio.
5. Proyecto archivo de experiencias de deporte e interculturalidad.
6. Proyecto exposición: “Local-visitante (global). Identidades y des-identidades deportivas. El deporte como cultura “pop”.
7. Proyecto congreso nacional sobre deporte, identidad e interculturalidad.
8. Convocatoria de proyectos para la creación, organización, gestión y ejecución de redes de deporte social.
9. Proyecto de creación de asambleas territoriales de participación social a nivel deportivo de inmigrantes.
10. Proyecto de elaboración de un cuestionario español sobre los hábitos de la población en riesgo de exclusión.
11. Proyecto de difusión “Vive el barrio”.
12. Proyectos de incorporación de zonas de deporte “informal” en los nuevos proyectos de espacios públicos urbanos.

13. Programa de integración social y laboral a través del deporte para jóvenes en situación de riesgo de exclusión social.

## **8. INDICADORES**

Los indicadores para medir los resultados e impactos de un plan de estas características son un aspecto importante a tener en cuenta. No obstante hay que reconocer que la evaluación de un tema como la inclusión social no se resuelve fácilmente con un solo tipo de indicadores. También es posible que determinadas personas (inmigrantes como no inmigrantes) puedan pasar por situaciones de mayor o menor inclusión/exclusión social en función de diferentes factores y épocas. También constatamos la necesidad de utilizar tanto indicadores cuantitativos como otros de carácter más cualitativo en función del tipo de medida o de proyecto puesto en marcha.

A continuación realizamos un pequeño avance de algunos de los posibles indicadores a utilizar mostrando también algunos de los resultados que con ellos se han conseguido en diferentes investigaciones de carácter parcial.

### **8. 1. INDICADORES DE HÁBITOS DEPORTIVOS**

Un tipo de indicadores muy utilizados para medir la efectividad de las prácticas deportivas son los denominados indicadores de “hábitos deportivos”. Hasta la fecha no contamos con un estudio de conjunto a nivel de todo el estado español con indicadores sobre los hábitos deportivos de la población de origen inmigrante, semejante por ejemplo a la encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles elaborada periódicamente por M.García Ferrando (2005).

Este tipo de encuestas pensamos que son de un gran valor para obtener información sobre el tipo de práctica deportiva y hábitos relacionados con las mismas.

Desde este plan proponemos el desarrollo de una encuesta con características semejantes a las habituales sobre este tema, en la que se contemplen algunas preguntas específicas acerca del país de nacimiento de cada uno de los encuestados. La explotación de este dato nos permitiría empezar a tener una información fiable sobre el tipo de deporte, la forma de practicarlo, los lugares donde se practica, el número de implicados....etc, así como su evolución a lo largo de los años.

Como ejemplos para aproximarnos brevemente a los hábitos deportivos de los inmigrantes en forma de indicadores contamos ya con algunos estudios que

*Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración*

podríamos considerar como pioneros. Nos referimos en concreto a los trabajos de Bantula J. y Sánchez R.( 2008 ) en la ciudad de Barcelona y los de Jiménez P. Duran,J, Domínguez,S (2007 ) en Madrid.

El análisis de Bantula J, Sánchez R titulado: “Análisis cuantitativo de los hábitos deportivos de los ciudadanos barceloneses a partir del diacrítico “origen de nacimiento” . parte de una explotación de la base de datos: *Enquesta. Hàbits Esportius a Barcelona 2006*. realizada por el Ayuntamiento de Barcelona.

En esta encuesta se plantean entre otras preguntas del tipo:

- Tipo de practica deportiva que practican autóctonos/inmigrantes.
- Tipos de practicas deportivas en relación con el nivel de estudios.
- Deporte en el que están mas interesados.
- Frecuencia de practica deportiva,
- Motivos para la practica o no práctica deportiva,
- Forma de practicar el deporte,
- Lugar de practica deportiva,
- Pertenencia o no a clubes deportivos.
- Motivos para la pertenencia o no pertenencia
- .....

Este análisis cuantitativo de la encuesta se complemento con una investigación social participativa (IAP) que incluyó análisis documental, entrevistas abiertas y sesiones participativas con asociaciones y técnicos municipales.

Según los resultados de este estudio, algunas de las características básicas de la actividad deportiva de la población extranjera en Barcelona son:

Los porcentajes de práctica deportiva de la población extranjera son del 68,9 % para los nacidos en el Resto de Europa (RE) y del 61,1 % para los nacidos en el resto del Mundo (RM), un poco por debajo de la práctica general. A pesar de que la práctica individual es mayoritaria en la población de la población extranjera (RE, 67,1 %; RM, 54,1 %) la práctica deportiva con amigos tiene un peso mayor que en la población en general (RM, 33,3 %). Por ello, la diversión o el pasar el tiempo es el motivo para la práctica que más diferencias establece entre la población extranjera y la “autóctona” que tiene como principal motivo de la practica el hacer ejercicio físico o mantenerse en forma. Entre los motivos para la no práctica destaca entre la población extranjera el No tengo tiempo (RM, 73,5 %). El espacio más utilizado es el espacio público, especialmente los parques y plazas predominantemente los fines de semana. La mayoría de las prácticas deportivas de los inmigrantes se realizan por cuenta propia, al margen de los clubes y asociaciones. Hay diferencias en cuanto a género y edad. Así, por ejemplo, los hombres jóvenes tienden a practicar deportes de equipo como el fútbol y las mujeres prefieren gimnasia, danza, funky o hip-hop.



Un dato muy significativo de este trabajo es que la aportación de los inmigrantes al sistema deportivo federativo catalán. según sus autores “ha incrementado de un 10 a un 30% las licencias de deportes como béisbol, ajedrez, voleibol o lucha y ha dado también lugar a la aparición en nuestro país de deportes como el críquet sobre el que existe ya una propuesta de formación de una futura federación catalana del mismo”.

Otro estudio de hábitos deportivos de los inmigrantes a partir de otra encuesta es el realizado por Jiménez P. Duran, J, Domínguez, S (2007). Esta investigación se enfoca en los hábitos deportivos de la población inmigrante de origen hispano en la ciudad de Madrid (peruanos, ecuatorianos, bolivianos, colombianos, dominicanos). En esta encuesta las preguntas se dirigen a inmigrantes que practican deporte ( en concreto el fútbol) como a los inmigrantes que no practican deporte.

Las preguntas de esta encuesta se refieren entre otros a temas como:

- Motivos por los que se practica o no practica el deporte
- Deportes mas practicados.
- Días principales en los que se realiza la practica deportiva,
- Espacios deportivos utilizados,
- Con quien se practica deporte,
- Tipo de practica deportiva realizada: competitiva o recreativa..

Algunas de las conclusiones de este trabajo son: la falta de tiempo o la falta de información suele ser la razón principal por la que los inmigrantes no practican deporte. El deporte mas practicado es el fútbol. Sus practicas deportivas tienen lugar especialmente los fines de semana. Los espacios utilizados son especialmente los espacios públicos (parques e instalaciones del barrio). Se practica deporte por fines lúdicos, mas que la practica deportiva competitiva. Los motivos principales son la salud, la diversión o el estar con los amigos. Se organizan habitualmente de forma independiente a los clubs o asociaciones tradicionales. La practica deportiva se realiza con principalmente con compatriotas. La presencia de la mujer inmigrante en la practica deportiva es mas bien escasa.

Una pregunta y una respuesta muy interesante introducida por esta encuesta es la propia valoración que los inmigrantes hacen de la práctica deportiva como medio de integración.

“Respecto a la valoración del deporte como medio de integración de la población inmigrante en la sociedad española según los resultados para el 83% de los encuestados consideran que el deporte puede favorecer “bastante” o “mucho” la

integración de los inmigrantes en la sociedad española” Jiménez, P., Duran J. , Domínguez M ( ).

Se confirma aquí por lo tanto que el deporte, o las actividades deportivas no son solo una propuesta de integración por parte de la sociedad de acogida, sino que también en este caso cuentan con el reconocimiento y aceptación de la misma por parte de los inmigrantes.

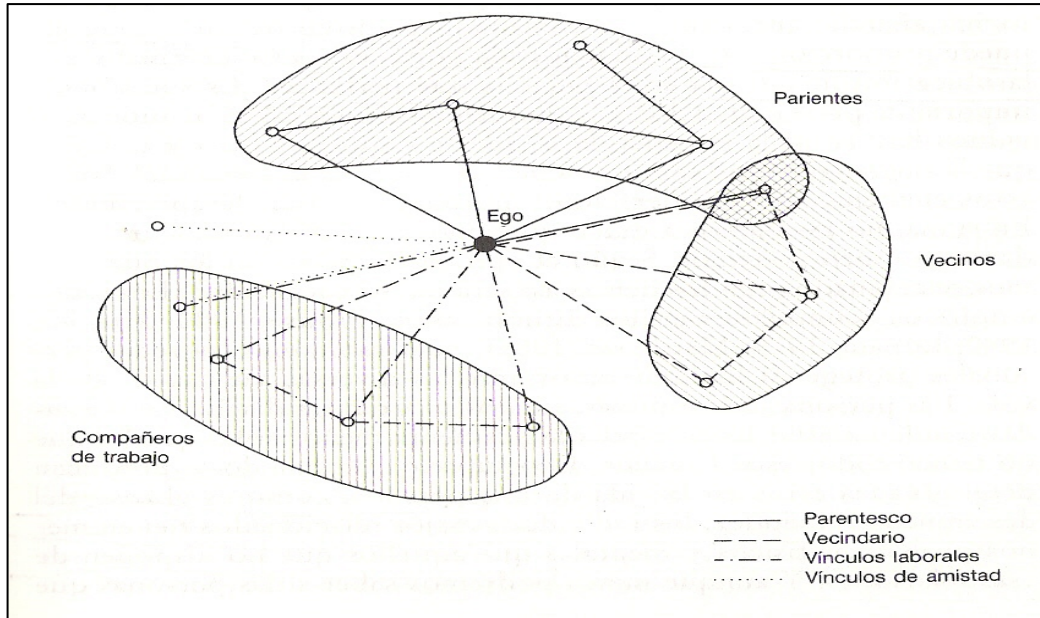
Si comparamos los resultados de ambos estudios podemos observar como los indicadores utilizados nos muestran, pese a sus diferencias, un cierto paralelismo en sus conclusiones, es decir, la alta motivación de los inmigrantes hacia el deporte, la practica social del mismo especialmente en lugares públicos así como el papel relacional o “punto de encuentro “ que las actividades deportivas ayudan a desarrollar.

## **8. 2 INDICADORES SOBRE REDES SOCIALES**

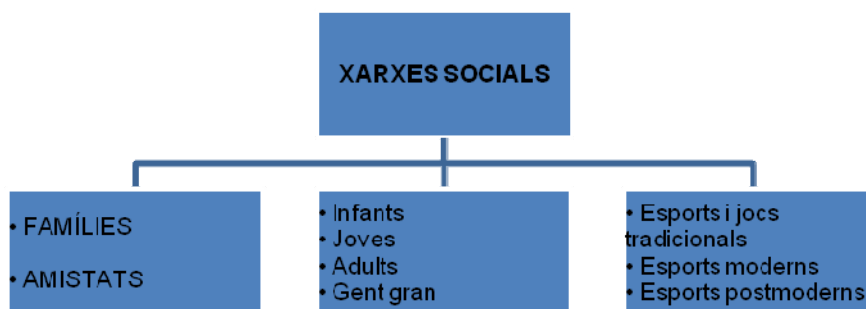
La incorporación de indicadores sobre redes sociales derivadas de las prácticas deportivas pueden ayudarnos a obtener datos sobre el capital social que las actividades deportivas ofrecen a sus practicantes. A través de ellos podemos ver quienes son los miembros de una determinada red deportiva, las conexiones entre unas y otras, la densidad de relaciones, el tipo de vínculos...etc.

Los indicadores sobre redes sociales también nos permiten incorporar la utilización de diferentes grafos y poder así visualizar las practicas deportivas relacionadas con temas como las redes sociales o con los espacios públicos donde tienen lugar.

Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración



REQUENA F. (ed) (2004): Análisis de redes sociales. Orígenes, teorías y aplicaciones.



PUIG, N., MAZA G. (coord) (2008): El deporte en los espacios públicos urbanos.

### **8. 3 INDICADORES SOBRE LAS RELACIONES ENTRE LAS REDES SOCIALES Y LAS PRÁCTICAS DEPORTIVAS DE LOS INMIGRANTES Y NO INMIGRANTES: INTERCAMBIO, TOLERANCIA O CONFLICTO**

En Barcelona se han emprendido trabajos centrados en la investigación sobre el uso del espacio (Puig,N. Maza G. Dir. 2008) que han constatado una presencia significativa de inmigrantes haciendo sus practicas deportivas en el mismo espacio en el que se desarrollaban las prácticas deportivas de personas no inmigrantes . Para la cuantificación y clasificación de las mismas se observaron sus relaciones y posteriormente se clasificaron las mismas en base a criterios como: intercambio, tolerancia o conflicto.

Una conclusión de este estudio fue “que las relaciones entre redes casi siempre son de tolerancia (93,5% de casos) mientras que el conflicto se presenta casi en la misma proporción (56,5%) que el intercambio (61,3%) (Magrinya,F. Puig N. 2008).

### **8. 4 .INDICADORES SOBRE “CAPITAL SOCIAL”**

Las investigaciones que han abordado el tema del capital social han utilizado diferentes tipos de encuestas y estadísticas que combinan diferentes indicadores. Una vez analizados los mismos se puede hablar de que una sociedad o grupo social esta en proceso de perdida de capital social o de mejora del mismo.

Un ejemplo significativo a tal fin es el estudio de Putnan R. “Solos en la bolera” debido a que el autor recurre entre otros indicadores, al juego de bolos. Así se puede ver como en EEUU esta actividad ha pasado a ser una actividad que se realizaba de forma colectiva y familiar para pasar a ser un juego solitario. Con este cambio y otros se nos indica la perdida de capital social en la sociedad americana.

Para ver el capital social de las actividades deportivas deberíamos de tener en cuenta otros indicadores además de los de hábitos o participación deportiva como por ejemplo:

- Actividades sociales y de ocio de los inmigrantes además del deporte.(, reuniones, , asistencia a conciertos, participación en actividades comunitarias...
- Frecuencia de estas actividades.
- Visitas a los amigos, conocidos, personas de su lugar de origen...
- Otros tipos de juegos que practican (donde, cuando, con que frecuencia...)
- Otras actividades de tiempo libre que practican.

- Relaciones y tratos con los vecinos/as.
- ....

## **8.5 INDICADORES DE INTEGRACIÓN A TRAVÉS DEL DEPORTE**

El estudio de indicadores del CEO coordinado por Krist Kennet (2006) nos presenta una amplia selección de indicadores de integración social de los inmigrantes a través del deporte mediante la medición de aspectos como

- Deportes extranjeros federados.
- Deportes minoritarios étnicos federados....
- Socios inmigrantes en las instalaciones deportivas municipales.
- Uso de instalaciones por la población extranjera.
- Incorporación de deportes minoritarios étnicos en la instalación.
- Numero de asociaciones deportivas y de inmigrantes que organizan o participan en la organización de actividades deportivas dirigidas a la población inmigrante
- Porcentaje de extranjeros miembros de asociaciones deportivas.
- .....

La integración como hemos comentado en apartados anteriores nos parece un aspecto muy difícil de cuantificar dado su carácter procesual y complejo. No obstante cierto tipo de indicadores sencillos y combinados pueden ser útiles para mostrar algunos cambios y mejoras en ciertas situaciones.

## **8. 6 INDICADORES DE MEJORA DE LA SALUD Y CALIDAD DE VIDA**

Finalmente otro tipo de indicadores a tener en cuenta son aquellos que relacionan la practica deportiva con la salud y calidad de vida. Las encuestas sobre deporte y salud utilizadas para la población en general nos ofrecen muchos ejemplos posibles que podrían ser útiles para este fin. No creemos necesario organizar una encuesta en exclusiva para la población de origen inmigrante en este campo, aunque si que seria de gran utilidad consignar el país de nacimiento del encuestado en aquellas que se realizan de manera periódica.

## 9. BIBLIOGRAFÍA

ALCOVERRO Tomas (2009): Prohibido ir al campo. Los partidos se juegan sin público para evitar enfrentamientos religiosos. La Vanguardia 15-4-2009

AUBARRELL G. (dir) (2003): *Perspectiva de la inmigración en España*. Barcelona. Icaria.

AYUNTAMENT DE BARCELONA ( 2003 ). *Pla estratègic de l'esport de Barcelona*.

APPADURAI A. *La modernidad desbocada. Dimensiones culturales de la globalización*. México F.C.E. 2001.

BANTULÀ, J. y SÁNCHEZ, R. (2008), Barcelona, Immigració i Cultures esportives: Estudi per determinar criteris d'intervenció i promoció esportiva. Barcelona: Institut Barcelona Esport. (estudio sin publicar)

BANTULÀ, J. y SÁNCHEZ, R. (2008b) "Inmigración y culturas deportivas: Estudio para determinar los criterios de intervención y promoción deportiva municipal en Barcelona" en CANTARERO, L; MEDINA, F.X. y SÁNCHEZ R. *Actualidad en Antropología del deporte: investigación y aplicación*. X Congreso de Antropología. Donostia: Ankulegui.

BARAÑAMO A. GARCIA J.L., CATEDRA M., DEVILLARD M. (2007): *Diccionario de relaciones interculturales. Diversidad y globalización*. Ed. Complutense. Madrid.

BAUMAN Z. (2007): *Miedo líquido. La sociedad contemporánea y sus temores*. Barcelona. Ed Paidós.

BECK U. (1998): *La sociedad del riesgo. Hacia una nueva modernidad*. Barcelona. Ed Paidós.

BECK U. (2001): *La sociedad del riesgo global*. Madrid. Ed siglo XXI.

BECK U. (2005). *La mirada cosmopolita o la guerra es la paz*. Barcelona. Paidós.

BILBENEY N. (2002): *Por una causa común. Ética para la diversidad*. Barcelona Ed Gedisa.

BIAZQUEZ, D. (1986): *Iniciación a los deportes de equipo*. Ed. Martínez Roca. Barcelona.

BOUCHE, J.H., QUINTANA, J. M. y RUIZ CORBELLA, M. (2002) : *Antropología de la Educación*. Ed. Madrid Ed. Síntesis.

BOURDIEU P. (1991): *La distinción. Las bases sociales del gusto*. Madrid. Ed Taurus.

CENTRE D'ESTUDIS OLIMPICS UAB (2006): Indicadores de integración de la población inmigrante a través del deporte en España. Consejo Superior de Deportes. Madrid.

COMISION DE LAS COMUNIDADES EUROPEAS (2007): Libro blanco sobre el deporte. Bruselas.

COMUNIDAD DE MADRID (2007) .Observatorio de inmigración-centro de estudios y datos. "Informe demográfico de la población extranjera en la comunidad de Madrid" Abril 2007.

CAMINO Xavi (2003): Una apropiación informal del espacio urbano a través del deporte: el caso de la Fuixarda y la escalada. A F.X. Medina i Sánchez (ed.) Culturas en juego. Ensayos de antropología del deporte en España. Barcelona. Icaria.

CASTELLS M (1977) :*La era de la información. El poder de la identidad*. Madrid Alianza. Vol 2.

DURAN J. (2002): Inmigración y actividad físico deportiva. II Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte. INEF. Madrid.

FLASCHSLAND C. (2003) : *Pierre Bourdieu y el capital simbólico*. Madrid. Ed Campo de Ideas.

FOER F. (2004) : *El mundo en un balón. Como entender la globalización a través del fútbol*. Barcelona. Debate.

GARCIA AMILBURU María (1977) : *Aprendiendo a ser humanos*. Pamplona. Eunsa.

GARCIA CANCLINI, N. (1990) : *Culturas híbridas*. México. Grijalbo.

*Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración*

GARCIA FERRANDO M. (2006) :Postmodernidad y deporte: entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles 2005. Madrid. Consejo Superior de Deportes. Centro de investigaciones sociológicas.

GARCIA FERRANDO, M. PUIG N., LAGARDERA F. (coord.) (2002): *Sociología del deporte*. Madrid. Alianza Editorial.

GOMEZ Gil C. (2005): Evolución de la población extranjera en la comunidad valenciana 1998-2005. Universidad de Alicante.

GOMEZ LECUMBERRI C. (2008) : *Esport, intervenció educativa i exclusió social. Un estudi de casos*. Tesis doctoral. INEFC Catalunya. Barcelona

GOMEZ, C, PUIG N., MAZA, G. (2009) : *L'esport com a eina d'intervenció educativa en situacions d'exclusió social*. Ed Fundació Barcelona olimpica. Fundacio Ernest Lluch. ISBN-13:978-84-691-9874-2

GUILLEMARD, G., MARCHAL, J.C., PARENT, M., PARLEBAS, P. y SMITTT, A. (1988): *Las cuatro esquinas de los juegos*. Ed. Agonos. Lérida.

HEINEMANN K. (2001): Deporte y cambio social en el umbral del siglo XXI..A Latiesa M, Martos P., Paniza J.L. (comps.). Deporte y cambio social en el umbral del siglo XXI. Madrid. Librerías deportivas Esteban Sanz.

HEINEMANN K. (2002): Deporte para inmigrantes: instrumento de integración?. Apunts. Educación física y deporte (68).

HILLMAN Karl-Heinz (2001): *Diccionario enciclopédico de sociología*. Barcelona. Ed Herder. Bcl.

INSTITUT D'ESTADÍSTICA DE CATALUNYA. Estadística sobre la població estrangera a Catalunya 2000-2007. Generalitat de Catalunya. [www.idescat.cat](http://www.idescat.cat).

JIMENEZ P, DURAN J., DOMÍNGUEZ S. ( 2007): Hábitos deportivos de la población inmigrante de habla hispana en la comunidad de Madrid. En Prensa.

JULIANO D. (1993) : *Educación intercultural. Escuela y minorías étnicas*. Madrid. Eudema,

KAPUSCINSKI R. (1992) : *La guerra del fútbol y otros reportajes*. Barcelona. Anagrama.



KENNET K. (dir): (2006): Indicadores de integración de la población inmigrante a través del deporte. Memoria Final. Centre d'estudis Olímpics.UAB. Consejo Superior de deportes.

KLINCHELOE, j. I. STENINBERG S.R ( 1999): *Repensar el multiculturalismo*. Barcelona. Octaedro.

LIPOVETSKY G. (1990): *La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo*. Barcelona. Anagrama.

LIPOVETSKY G. (1994): *El crepúsculo del deber. La ética indolora de los nuevos tiempos democráticos*. Barcelona. Ed Anagrama.

LUHMANN, N. (2006): *La sociedad del riesgo*. México: Universidad Latinoamericana.

MAFFESOLI, M. (1990): *El tiempo de las tribus*. Barcelona. Ed Icaria.

MAGRINYA, F., PUIG N. (2008) : Las redes sociales deportivas en los espacios públicos de Barcelona. Cifras y tendencias. Revista Apunts.Inefc nº 91. Barcelona.

MAZA, G. (1999): Producción, reproducción y cambios en la marginación urbana. La juventud del barrio del Raval de Barcelona 1.986-1998. Tarragona. Tesis doctoral. Universidad Rovira i Virgili.

MAZA, G. (2002) : El deporte y su papel en los mecanismos de reproducción social de la inmigración inmigrada extranjera. Revista Apunts Inef 68. Barcelona.

MAZA, G. (2004) : El capital social del deporte. En Lleixa T. , Soler S. : Actividad física y deporte en las sociedades multiculturales. ¿inclusión o segregación?.Ed Ice-Horsori.p-43-56 .Barcelona

MEDINA, F. Xavier (2002). Deporte, inmigración e interculturalidad, en Apunts. Educación física y deportes, 68..

OBSERVATORIO DE LA INMIGRACIÓN EN ALICANTE. Evolución de la población extranjera en la Comunidad Valenciana. 1998-2005. Universidad de Alicante. Carlos Gomez Gil.

PAYNE Michel (ed). ( 2002) . *Diccionario de teoría crítica y estudios culturales*. Buenos Aires. Paidós.

POCIELLO, Ch. (1995): *Les cultures sportives*. Paris. PUF.

PUIG N. , HEINEMANN K. (1994): L'esport en la perspectiva de l'any 2000. A- Puig N., Zaragoza A. Lecturas en sociología de l'oci i de l'esport. Barcelona. Universidad de Barcelona.

PUIG, N., MAZA G. (coord) (2008): El deporte en los espacios públicos urbanos. Monográfico Apunts. Educación física y deporte (91).

PUIG N, MAZA G. CAMINO X (2008) : Redes sociales y deporte en los espacios públicos de Barcelona. Apunts.n ° 91.Inefc. Barcelona. 2008.

PUMARES P. (2003): La inmigración en España. Perspectivas desde el territorio. En Aubarell G (ed): Perspectivas de la inmigración en España. pp-177-201. Ed Icaria. Barcelona.

REQUENA F. (ed) (2004): *Análisis de redes sociales. Orígenes, teorías y aplicaciones*. Madrid. Siglo XXI. Centro de investigaciones sociológicas.

RIOL E., JANOSCHKA (2004): La inmigración extranjera a Barcelona y Madrid. ¿Una nueva fase sociodemográfica y nuevas formas de segregación espacial?.www.

RIOS M. (1988): L'activitat física i la integració social. Barcelona. Apunts (16).  
SÁNCHEZ, R (2009), Deporte, socialidad y sentido en la sociedad contemporánea. Milán: Università Cattolica del Sacro Cuore (En prensa)

SÁNCHEZ, R. (2004), Nuevos usos de la ciudad: actividades lúdico-deportivas y apropiación del espacio urbano, en ORTIZ, C. (Ed.) *La ciudad es para ti. Nuevas y viejas tradiciones en ámbitos urbanos*. Barcelona: Anthropos.

SÁNCHEZ R. (2003): El deporte: ¿nuevo instrumento de cohesión social?. A. F.X. Medina, R Sánchez : *Culturas en juego. Ensayos de antropología del deporte en España*. Barcelona Icaria. Ica.

SÁNCHEZ, R. (1993b), Los usos sociales del riesgo: el deporte de aventura como configurador de una ética de la contingencia, en MEDINA, F. X. y SÁNCHEZ, R. (Eds.) (2003), *Culturas en juego. Ensayos de antropología del deporte en España*. Barcelona: Icaria - ICA.

SARDAR Z. Van Loon B. (2005): *Estudios culturales para todos*. Barcelona. Piados.

SOJA E ( 2008): Postmetropolis. Estudios críticos sobre las ciudades y las regiones.Madrid Traficantes de sueños.

TODOROV T.(1991): Nosotros y los otros, México Siglo XXI

## 10. GLOSARIO

**Actividad físico deportiva:** es frecuente confundir los términos deporte y actividad físico deportiva cuando en realidad no significan exactamente lo mismo. La diferencia radica en el carácter competitivo del primero, en contra del mero hecho de la práctica del segundo a menudo asociada dentro del concepto de salud.

**Cultura :** maneras como los seres humanos idean sobre la realidad para producir formas de vida particulares ya sea en relación a actividades de acción material como espiritual y dentro de una concepción de tiempo y espacio concreta.

**Cosmopolitismo metodológico:** epistemología que se opone al “nacionalismo metodológico” que entiende el sistema social como *una* sociedad nacional y *una* cultura, ligadas a *un* territorio y a *una* organización estatal (algo que como es sabido, en el mejor de los casos, sólo ha tenido presencia histórica). Se fundamenta empíricamente en el cosmopolitismo real. Promueve una observación de los procesos sociales contemporáneos que sea *multidimensional, transnacional* y en *multiperspectiva*. Una nueva “lente analítica” que permita superar la comprensión territorial de la sociedad y el “error carcelario de la identidad” (Beck). Un nuevo enfoque paradójico que huya de la identidad excluyente “esto o aquello” y asuma el principio de hibridación y mezcla: “no sólo sino también”. Principio que, no está de más recordar, está en la propia génesis de las sociedades modernas, especialmente las urbanas, que se construyen sobre la diferenciación (estructural y personal), la transculturalidad y los procesos de “bricolaje” personal.

**Deporte:** La palabra “deporte” se ha aplicado a actividades tan dispares como: conversación, burla, paseo, canto, ejercicio, etc. predominando el sentido recreativo, el disfrute, el placer. Si buscamos su definición en el diccionario, encontramos que se refiere a recreación, pasatiempo, diversión o ejercicio físico, por lo común al aire libre. El significado moderno lo relaciona con una actividad física realizada con fines recreativos y competitivos.

Cualquier Actividad, organizada o no, que implique movimiento mediante el juego con objeto de superación o de victoria a título individual o de grupo”. (Romero, S. 2001)

**Deporte para todos:** la práctica de actividades físicas y deportivas orientadas a la población en su conjunto, sin discriminación de edad, sexo, condición física, social, cultural o étnica, diversa en sus manifestaciones, generadora de situaciones de inclusión, entendiendo al deporte como un ámbito propicio para el desarrollo social". Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte. ( UNESCO, 1978).

**Deporte formal:** actividad deportiva organizada y planificada dentro de la programación de un sistema educativo institucional, jerárquicamente estructurado y que tiene por objeto la consolidación de los contenidos fundamentales, así como las destrezas básicas necesarias para alcanzar los objetivos programados. (García Amilburu M.1997)

**Deporte informal:** proceso permanente, consciente e inconsciente, en el que se adquieren conocimientos, destrezas y actitudes deportivas a partir de las experiencias vivenciadas con el grupo de iguales y en interacción con el medio y el entorno. (García Amilburu M.1997)

**Deporte no formal:** actividad deportiva organizada, sistemática y educativa, programada fuera del sistema oficial que atiende determinadas demandas formativas de grupos de población específicos. (García Amilburu M.1997). (Bouché, J.H., Quintana, J. M. y Ruiz Corbella,2002)

**Espacio público:** Aquellos lugares a los que el libre acceso es un derecho legal. No existe el derecho de admisión. El comportamiento en el mismo está regido por la conducta del código civil. Para los urbanistas, el espacio público es además un concepto jurídico: un espacio sometido a una regulación específica por parte de la administración pública, que es la propietaria en el sentido de que posee la facultad de dominio sobre el suelo. La administración garantiza la accesibilidad para todos y fija las condiciones de utilización y de instalación de actividades.

Desde un punto de vista social, el espacio público es el, el lugar del bien común, del interés colectivo, el espacio de la igualdad y la accesibilidad frente a espacio privado. El espacio público es también un espacio vinculado a lo festivo, a los espacios de manifestación, reivindicación, de lucha política, de protesta. Otras opiniones menos positivas sobre el mismo también lo consideran como el lugar del encauzamiento, de la vigilancia, del control por parte del poder.

**Extranjero:** término que remite a la construcción de la alteridad. En el mundo contemporáneo desde el punto de vista del autóctono ciertamente el “otro” extranjero evoca ante todo al que procede de otro país o nación y por consiguiente a una persona a la que se atribuye una trayectoria social, unas formas de ser y de hacer distintas de las de los nativos. Representa y se le considera a menudo como representativo de un territorio y una cultura. El uso del concepto está estrechamente conectado con los modos de pertenencia a los que se opone, la ciudadanía y la nacionalidad.

En la práctica la categoría “extranjero” tiende a ser englobante y sociológicamente indiferenciada. Es un principio de discriminación social de alcance variable cuya función es separar más que unir y que al diferenciar tiende a amalgamar a colectivos heterogéneos; genéricamente usado, el término no repara en el país de procedencia, la trayectoria personal y social, ser inmigrante económico o exiliado político, refugiado o simple turista. (Diccionario de relaciones interculturales diversidad y globalización 2007 ).

**Etnicidad:** Reivindicación de la propia identidad colectiva por parte de diferentes grupos étnicos y el establecimiento de determinadas fronteras culturales a través de diferentes hechos como pueden ser la lengua, la religión, el territorio. etc y que varían según los diferentes grupos.

**Etnocentrismo :** Tendencia ,consciente o inconsciente, a tomar los hábitos, valores y modos de comportamiento del propio grupo social, o de la civilización a la que se pertenece, como paradigmas universales para todos los otros hombres, grupos y civilizaciones. (Enciclopedia Salvat )..

Comúnmente designa una actitud colectiva que consisten en repudiar las formas culturales, morales, religiosas, sociales, estéticas que están más alejadas de las que son propias de una sociedad dada.. (Diccionario Akal de Etnología y antropología).

El etnocentrismo consiste en el hecho de elevar, indebidamente, a la categoría de universales los valores de la sociedad a la que yo pertenezco. (Todorov T. 1991)

**Exclusión social:** Los individuos, grupos y sectores sociales situados al borde o fuera del sistema económico y social que apenas participan en el consumo, que no lo hacen en la producción, que viven la precariedad y el malestar, que son casi ajenos por completo a los mecanismos sociales generales y así excluidos de su funcionamiento real”.(Latorre R. 2001)

Proceso de *apartamiento* de los ámbitos sociales propios de la comunidad en la que se vive, con una pérdida de autonomía para conseguir los recursos necesarios para vivir, integrarse y participar en la sociedad de la que forma parte” (Ballester y Figuera, 2000).

“Cuando hablamos o nos referimos a la exclusión social debemos tener en consideración otros muchos indicadores y dimensiones, más allá de los propiamente económicos. Podemos encontrarnos en situación de exclusión social si en nuestro entorno más inmediato no podemos contar con las redes sociales de soporte, o si sufrimos una enfermedad grave de larga duración o crónica, e incluso

si no hemos alcanzado unos mínimos académicos y formativos....Así pues, la exclusión social tiene hoy día diversas dimensiones más allá de las puramente económicas. (Gómez, 2009)

**Globalización** : en el discurso político “globalización” palabra políticamente de moda, sigue entendiéndose, de manera unidimensional, como globalización económica, en estrecha relación con lo que podríamos denominar globalismo. El globalismo defiende la idea del mercado global, es decir, las virtudes del crecimiento neoliberal y la utilidad de moverse sin obstáculos el capital, los productos y los hombres a uno y otro lado de las fronteras. (Beck.U.).

Considerada en su forma mas amplia , la globalización es concebida como : “la comprensión del mundo y la intensificación de la conciencia del mundo como un todo” lo que acarrea consigo la profundización y la ampliación de “las relaciones sociales que conectan lugares lejanos de todo el mundo de tal manera que los acontecimientos locales están configurados por acontecimientos que ocurren a muchos kilómetros de distancia y viceversa ( Soja, E. 2008)

**Hibridación** : el termino “híbrido” suele denotar algo de origen mixto, de partes disímiles. Si bien la palabra “híbrido” tiene diversas genealogías- como la lingüística o la horticultura, en los estudios culturales y literarios, se refiere a la idea de ocupar espacios intersticiales; es decir identidades varias, compuestas o sincréticas, nuevas formaciones, pueblos creol o entremezclados, mestizaje, (Diccionario de teoría crítica y estudios culturales).

**Identidad** :“el proceso de construcción de sentido atendiendo a un atributo cultural, o un conjunto relacionado de atributos culturales, al que se le da prioridad sobre el resto de las fuentes de sentido.” (Castells M 1977 ).

**Integración**: es una noción clave a la que se recurre para expresar la relación entre las partes y un todo, en nuestro contexto, la relación entre las minorías y la mayoría que conforman un determinado conjunto social. En las ciencias sociales en general, y en la antropología en particular, el concepto de “integración” se ha venido definiendo en oposición al concepto de “asimilación” o incluso de “aculturación”.. La noción de “integración” se aplica cuando en el proceso de integración ambas partes implicadas, tanto la minoría como la mayoría, interactúan, negocian y generan de forma bidireccional, no unidireccional, como en el caso de la asimilación- espacios de participación y de identificación mutua que transforman a todos los actores partícipes, no únicamente al grupo minoritario. ( Diccionario de relaciones interculturales diversidad y globalización).

**Inclusión Social:** es estar “dentro del sistema económico y social [...], participar en la producción y el consumo, en el progreso, en la abundancia, en el bienestar social, en los mecanismos sociales generales y en su funcionamiento real”.(Latorre R. 2001)

**Interculturalidad:** literalmente el concepto de interculturalidad hace alusión a los encuentros que se producen entre sujetos de distintas culturas. Desde ese punto de vista la humanidad, es y ha sido siempre intercultural y son excepción los grupos que viven o han vivido permanentemente aislados. La interculturalidad entendida como la puesta en práctica de un programa multiculturalista, hace alusión a una forma especial de relacionarse que tienen los individuos pertenecientes a distintas tradiciones culturales cuando conviven en el mismo territorio. En este sentido se habla de interculturalidad para referirse al conjunto de objetivos y valores que deberían de guiar esos encuentros. Se trata no solo de aceptar y respetar las diferencias, sino también de valorarlas, y educar a los ciudadanos en los principios guía de la convivencia entre sujetos culturalmente diferentes.

Interacción dentro de una misma sociedad entre personas de diversos grupos culturales diferenciados. La interculturalidad es una acción voluntarista a diferencia de la multiculturalidad que es un hecho ( Medina X. ).

**Juego:** Acción de jugar, pasatiempo o diversión” ( RAE). Actividad espontánea, libre y desinteresada que exige una regla que cumplir o un obstáculo deliberado que vencer y tiene como función la de procurar al niño el placer moral del triunfo y afirmar su personalidad ante los demás. ( Guy J.). Actividad generadora de placer con finalidad en sí mismo”.( Russell A.)

Termino que destaca por su marcado carácter polisémico en el que destacan las definiciones: cualquier intento de definición y conceptualización sobre el juego se enfrenta a la interpretación de una realidad tan evidente, conocida y familiar como compleja. Por este motivo, el juego como manifestación social se resiste a cualquier intento de “acotación conceptual” definitiva (Blanchard y Chesca, 1989).

El juego es más viejo que la cultura; pues, por mucho que estrechemos el concepto de ésta, presupone siempre una sociedad humana, y los animales no han esperado a que el hombre les enseñara a jugar” (Huizinga 1903).

**Minoría étnica:** cualquier grupo diferenciado dentro de una sociedad mayor que carezca de poder político. En muchos casos como en Sudáfrica, pueden constituir mayorías reales. Incluye grupos con especificidades culturales propias como los gitanos, y otros que se constituyen como minorías a partir de la presión de la sociedad donde se incluyen , por ejemplo inmigrantes. (Juliano D. 1993).



**Multiculturalismo:** Filosofía para entender el hecho de la diversidad cultural. Diversidad cultural :diferentes culturas que conviven en un mismo espacio. Filosofía del pluralismo/ frente al monoculturalismo –ha sido lo habitual. (Bilbney N.2002)

“Multiculturalismo: propuesta que en EEUU. Reemplazó a la de la amalgama entre culturas distintas. Implica un modelo de sociedad en que la diversidad sea aceptada y considerada valiosa”. (Juliano, D. 1993).

“Según Henry Louis Gates, Jr. (1993), termino cuyos “límites no son fáciles de establecer” aunque desde la década de 1960, se lo suele definir como “los complejos temas vinculados a la diversidad cultural”. En este sentido connota algunos modos de interrelaciones transnacionales entre las culturas de dos o más países, o sugiere, de manera mas circunscripta, la dimensión de las múltiples identidades culturales dentro de los límites de una nación. Aunque puede considerarse que el mundo está “fisurado por la nacionalidad, la etnicidad, la raza y el genero”, es sin embargo inherentemente “multicultural”, como lo indica su evidente “mezcla e hibridación” (Gates). Asi pués, puede decirse que la palabra “multiculturalismo” se refiere, de manera ambiciosa o ambigua, a las asociaciones transnacionales entre las culturas de dos o más naciones”. (Diccionario de teoría crítica y estudios culturales.2002).

“Coexistencia en una misma sociedad de diversos grupos culturales diferenciados” (X. Medina)

**Mestizaje** : fruto de la relación intercultural. Mezcla de características y acciones diversas entre las diferentes culturas.

**Posmodernidad** : Concepto poco claro ambiguo, utilizado en diversas e incluso contradictorias variantes por diversas ciencias sociales y culturales. Expresa en esencia la especialización, la heterogeneidad y el pluralismo cada vez mas profundos de la cultura y la sociedad moderna.

La modernidad posmoderna se caracteriza por el rechazo del pensamiento absolutista y totalitario, de los modelos hegemónicos, de los monopolios. Hay una gran variedad de concepciones del mundo, orientaciones, formas de pensar, verdades, formas de saber, sistemas de valores, “mundos culturales”, tipos de lenguajes, tendencias culturales, estilos de vida y pautas de conducta..

La postmodernidad viene a entenderse por tanto como la “constitución de la pluralidad radical” (Welsh) y de la pluralidad real, con la que se puede conseguir una democracia auténtica. ( Diccionario enciclopédico de sociología. 2001)

**Pluralismo:** postura que defiende que hay algunos criterios de valoración que pueden ser aplicados a cualquier cultura y a todos los seres humanos, porque hacen referencia a la naturaleza humana y afectan directamente al desarrollo de una existencia plenamente humana. Sin embargo, en muchas otras cuestiones, es posible y legítimo que cada persona y cultura tenga sus preferencias y opiniones. (García Amilburu, María 2006).

**Red de deporte social :** estructura de gestión del deporte social y del espacio público bajo una única dirección (CSD) encargada de programar, ejecutar y evaluar desarrollando una actividad homologada, en la que se desarrollen valores coeducativos, integradores, normalizadores, no racistas ni xenófobos, a través de la actividad física y el deporte, secuencializando la intervención en base a las características socio-económicas del territorio en el que se va a intervenir”. (Jose Carlos Vega 2009).

## 11. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A DESARROLLAR

<b>Nº 1</b>	<b>PROYECTO “RED DE OPINIONES”.</b>
<b>Descripción:</b> Creación de una página web con entrevistas registradas en audio. Archivo sonoro con opiniones significativas e importantes que pueden ayudar al desarrollo de proyectos de futuros proyectos de intervención. Proyecto de entrevistas a diferentes responsables, personas claves, sobre el papel del deporte en el campo de la intervención social con inmigrantes que puedan ser consultadas de una forma ágil a través de una página web con posibilidades interactivas. Proyecto dirigido a personas interesadas en conocer las reflexiones más interesantes sobre el tema.	
<b>Responsable:</b> Consejo superior de Deportes. Página a incorporar a la web del CSD.	
<b>Colaboraciones:</b> Miembros de instituciones representativas que organizan actividades de deporte con implicaciones sociales. Pueden ser desde clubs deportivos a entidades sin ánimo de lucro, organización de inmigrantes, responsables y técnicos municipales, .... La colaboración es necesaria y el CSD la institución encargada de coordinarla.	
<b>Actuación del CSD:</b> EL CSD se encargaría de la contratación de un grupo de entrevistadores para llevar a cabo el proyecto en las diferentes comunidades autónomas. Se hace también necesaria la participación de un técnico especializado en el diseño de páginas web para desarrollar el diseño de la misma así como la forma de vincular el material recopilado por los entrevistadores.	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Disponer de una red de opiniones acreditada sobre las diferentes posibilidades que ofrece el deporte en este ámbito. Opiniones acreditadas sobre tipo de intervenciones, repercusiones positivas o negativas, ventajas y límites... Indicadores. Número de personas entrevistadas.	
<b>Observaciones</b> Ver ejemplo Fad. <a href="http://www.xarxesopino.fadweb.org">www.xarxesopino.fadweb.org</a> y también Art-infografic: comer del emprendedor. Se hace necesario elaborar un guión de entrevista inicial con preguntas claves que han de ser respondidas por todos los entrevistados.	

Se hace necesaria una mínima formación del equipo de investigadores.

<b>Nº 2</b>	<b>PROYECTO DE INVESTIGACIÓN. EL CAMPO SOCIAL DEL DEPORTE EN ESPAÑA: INMIGRACIÓN.</b>
<b>Descripción:</b> Investigación básicamente descriptiva sobre las actividades deportivas que se realizan en España con finalidades sociales y especialmente aquellas vinculadas al tema de la inmigración. Sobre los datos básicos obtenidos se realizaría también un diagnóstico de resultados así como unas recomendaciones básicas a tener en cuenta a la hora de proponer intervenciones deportivas de ámbito social.	
<b>Responsable:</b> Consejo Superior de Deportes en convenio con 1-3 Universidades que se encargarían del diseño y realización de la investigación.	
<b>Colaboraciones:</b> Universidad Rovira i Virgili de Tarragona. Departamento de Antropología. Observatorio de las migraciones	
<b>Actuación del CSD:</b> Financiación de investigación básica a través de convenio con la Fundacio URV.	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Tener una investigación actualizada y descriptiva de todo aquello mas significativo que se esta haciendo en España sobre este tema. El documento resultante de la misma puede servir para marcar unas líneas básicas y recomendables a cualquier tipo de intervención en el futuro.	

<b>Nº 3</b>	<b>PROYECTO DE FORMACIÓN INTER-CULTURAL PARA TÉCNICOS DEPORTIVOS DE BASE.</b>
<b>Descripción:</b> Formación básica en torno a lo que se considera hoy en día como una sociedad multicultural. Formación en tema de relativismo cultural. Formación en temas de política multiculturales y sus repercusiones. Límites y ventajas que ofrecen en este campo las actividades deportivas aplicadas en países con un mayor tradición "multicultural". Formación en torno al papel y rol de los responsables de las actividades deportivas en entornos multiculturales.	
<b>Responsable:</b> Consejo Superior de deportes. Comunidades autónomas.	
<b>Colaboraciones:</b> Federaciones, clubs, escuelas primaria, secundaria, institutos.	
<b>Actuación del CSD:</b> Desarrollo de los contenidos básicos de los cursos de formación. Proponer a las comunidades autónomas la organización de diferentes cursos con este tipo de características.	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Incidir en la formación de los técnicos deportivos para que estén mas capacitados a la hora de gestionar la interculturalidad en grupos reducidos, equipos, escuelas, colegios, institutos.....	

<b>Nº 4</b>	<b>CONVOCATORIA DE PROYECTOS EXPERIMENTALES DE INTEGRACIÓN SOCIAL Y CULTURAL A TRAVES DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS VINCULADAS AL TERRITORIO</b>
<b>Descripción:</b> El proyecto consiste básicamente en una convocatoria de ideas de proyectos con temática deportiva y de integración social y cultural para desarrollar en un plazo determinado y en lugares concretos. Se convocaría a entidades, clubs, grupos concretos, colectivos de artistas, arquitectos o personas individuales que tengan propuestas para la integración en las que el eje temático sea el deporte. Cada comunidad autónoma puede presentar a dos o tres ciudades-barrio como territorios a los que deben de ajustarse los proyectos presentados. Una vez seleccionadas las propuestas por un grupo de expertos, las mismas tendrían que llevarse a cabo en una plazo aproximado de entre tres y seis meses y el resultado final de las mismas se concretaría en una exposición con la recopilación de los materiales así como un resumen de la actividad una vez concluida. Mientras dura el plazo de experimentación de las propuestas se podrían organizar diferentes debates con diferentes expertos sobre la temática en cuestión.	
<b>Responsable:</b> Consejo Superior de Deportes.	
<b>Colaboraciones:</b> Comunidades autónomas. Ayuntamientos. Concejalías de deporte..	
<b>Actuación del CSD:</b> El CSD podría actuar como comisario de la convocatoria así como de la exposición a realizar con los resultados obtenidos de las mismas. Publicación posterior de los proyectos	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Puesta en practica de diferentes experiencias con un control de resultados desde el inicio hasta el final. Proyectos experimentales que posteriormente pueden pasar a ser proyectos ordinarios a incorporar en las programaciones deportivas hechas por los Ayuntamientos. Establecer un debate multidisciplinar sobre las intervenciones deportivas que tienen por objeto el fomento de la interculturalidad.	
<b>Observaciones</b> Ejemplos de tipo de convocatoria: <a href="http://www.ldensitat.org">www.ldensitat.org</a> . Ejemplos de proyectos : De La calle FC (Raval- Manresa), Chuta.... La convocatoria de este tipo de proyectos se haría cada año en una comunidad diferente.	
<b>Nº 5</b>	<b>PROYECTO : ARCHIVO DE EXPERIENCIAS DE DEPORTE E INTERCULTURALIDAD.</b>

Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración

**Descripción:**

El objetivo principal de este proyecto sería la constitución de un archivo con diferentes experiencias de proyectos de deporte que tenga por objetivo el desarrollo de relaciones interculturales.

El archivo contaría con experiencias realizadas en nuestro país pero también en países de la comunidad económica europea, especialmente de países donde la interculturalidad es una experiencia con una tradición mayor que la nuestra. Francia, Alemania, Inglaterra o EEUU entre otros.

El archivo contaría con diferentes secciones: a) histórica. Experiencias ya finalizadas b) experiencias en proceso c) proyectos de futuro.

El archivo debería de contar con un fácil acceso electrónico para su consulta.

**Responsable:**

Consejo Superior de Deportes

**Colaboraciones:**

Entidades, Clubs, Ayuntamientos, instituciones....

**Actuación del CSD:**

El CSD se encargaría de organizar el archivo, darle un soporte electrónico y difusión a partir de crear un enlace al mismo desde su página web.

El archivo para consulta de materiales debería de estar ubicado en alguna biblioteca especializada, dependiente del ministerio de cultura.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Tener una base actualizada de las intervenciones que se realizan en este ámbito en España y otros países Europeos.

Formación de un fondo documental que pueda servir para la investigación como fuente de datos y fuente de ideas para el desarrollo de nuevos proyectos.

**Observaciones**

Se hace necesario organizar diferentes tipos de soportes para la recapitulación de las experiencias bajo un criterio unificado. Desarrollo de una ficha de proyectos. Materiales escritos/ audiovisuales.

Para la recapitulación de proyectos realizados en otros países habría que organizar igualmente una forma ágil para poder extraer documentación mínima de los proyectos así como una base de notas básicas que describan el mismo, personas a contactar etc.

<b>Nº 6</b>	<b>EXPOSICIÓN: LOCAL-VISITANTE (global). IDENTIDADES Y DESIDENTIDADES DEPORTIVAS.</b>
-------------	---

**Descripción:**

Exposición sobre el papel social y cultural del deporte en la sociedad contemporánea.



Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración

Presentación de los elementos del deporte que sirven para la cohesión social como aquellos que producen tensión, conflicto....racismo, xenofobia.  
Presentación de cómo el deporte es consumido de una forma parecida por una gran número de personas de orígenes culturales diferentes, clases sociales diferentes.....o como el deporte se encuentra vinculado a las industrias culturales..  
Presentación de cómo en las actividades deportivas convergen los locales con los visitantes ( inmigrantes).  
Exposición en la que se destacarían los elementos del deporte que hacen del mismo una cultura cotidiana, con otros de signo contrario o complementario.  
Vinculación del deporte con el tema de la identidad en la "época" de la globalización. Identidad de proyecto (M. Castell) .Como los inmigrantes recrean sus identidades locales  
La exposición contaría con fotografías, audiovisuales, textos,...proyecciones. También en torno a la misma se podrían organizar debates, conferencias, cursos breves, seminarios, talleres.... Escritores invitados que han tratado el tema como Juan Villoro, Nick Horbney, Enrique Vila Matas, Julian Marias...

**Responsable:**

Consejo Superior de Deportes.

**Colaboraciones:**

Entidades financieras con obra social tipo "La Caixa", "Caja Madrid", o centros de cultura contemporánea tipo CCCB, Barcelona ,Casa Encendida Madrid...

**Actuación del CSD:**

Comisariado de la exposición.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Explicación y comprensión de las dimensiones actuales del fenómeno deportiva, no vistas desde la exclusiva ventana que presentan la prensa y los medios deportivos.  
Llevar el debate deportivo a facetas y ámbitos poco explicados, a visiones más amplias que las estrictamente deportivas.

**Observaciones**

Un ejemplo de exposición de signo parecido " Pasión en las gradas". Caja Madrid.

<b>Nº 7</b>	<b>CONGRESO NACIONAL SOBRE DEPORTE, IDENTIDAD E INTERCULTURALIDAD</b>
<b>Descripción:</b> Congreso de diferentes especialistas sociólogos, educadores, antropólogos, urbanistas, geógrafos. licenciados educación física, periodistas...en el que se pedirían ponencia en las que se aborde el deporte desde el punto de vista de la construcción de la identidad en las sociedades multiculturales.	
<b>Responsable:</b> Consejo Superior de Deportes. Universidades, AEISAD.	
<b>Colaboraciones:</b> Universidades, fundaciones....	
<b>Actuación del CSD:</b> Impulsar un congreso que tenga por ejes temáticos los temas de la identidad, el deporte y la interculturalidad..	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> Compartir experiencias y conocimientos entre diferentes especialistas que investigan en torno al deporte y sus diferentes repercusiones en la sociedad actual. Recopilar un conjunto de ponencias especializadas sobre el tema. Edición posterior de las actas. Edición en forma de libro de las ponencias mas interesantes.	
<b>Observaciones</b> Establecer contacto con Universidades o grupos de investigación que trabajan sobre temas de inmigración/ multiculturalismo e interculturalidad para la organización y coordinación de un congreso de estas características.	

Nº8	<p align="center"><b>CONVOCATORIA DE PROYECTOS PARA LA CREACIÓN, ORGANIZACIÓN, GESTIÓN Y EJECUCIÓN DE REDES DE DEPORTE SOCIAL</b></p> <p align="right"><i>Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte</i></p>
<p align="right"><i>Versión 1</i></p> <p><b>Descripción:</b></p> <p>Convocatoria anual destinada a las Comunidades Autónomas con la que se pretende marcar las pautas a seguir para consolidar una RED NACIONAL DE DEPORTE SOCIAL bajo los parámetros del Consejo Superior de Deportes, atendiendo a los objetivos generales establecidos en el Plan Integral de Promoción del Deporte y de la Actividad Física (en este caso, objetivos 2, 3 y 4 de la versión 0 del grupo 'Colectivos en riesgo de exclusión social...') y a los ejes de actuación estratégica (ejes 1, 2, 3, 4 y 5 de la versión 0 del grupo 'Colectivos en riesgo de exclusión social...')</p> <p>Mediante esta convocatoria se pretende arrancar un compromiso de trabajo a cada una de las Comunidades Autónomas del Estado bajo las directrices emanadas desde el Consejo Superior de Deportes, de modo que sean capaces de consolidar una plataforma de trabajo funcional partiendo de las estructuras sociales más desfavorecidas, lo que permitirá realizar una investigación global, a nivel estatal, que facilite un diagnóstico real de la situación existente (1ª fase), para evolucionar, posteriormente, a estados de actuación conjunta que permitan secuenciar una intervención obligadamente necesaria y facilitadora de socialización directa a través de la utilización de la actividad física y el deporte, previa formación y especialización profesional, pasando de los espacios públicos a una situación de normalización 'semi-reglada' u oficial. Supone, en definitiva, un aprovechamiento de las diferentes sinergias creadas en cada uno de los territorios estatales, favoreciendo su control y encauzamiento social.</p>	

<p><b>Responsable:</b> <b>Consejo Superior de Deportes.</b></p>
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <p align="center"><b>CC.AA.</b></p>

<p><b>Actuación del CSD:</b></p> <p>Convocar, seleccionar, coordinar y evaluar.</p> <p>Una vez realizada la Convocatoria, una Comisión de Expertos, nombrada por el CSD, se encargará de analizar las propuestas presentadas. Seleccionando aquellos que ofrezcan mayores garantías de viabilidad y absoluta adecuación a la convocatoria a la que se acogen.</p> <p>El CSD se encargará de coordinar y evaluar la perfecta ejecución de la experiencia piloto con la que nace la convocatoria inicial, para lo que se seleccionará un número limitado de solicitudes, en este primer año.</p> <p>La Convocatoria se realizará anualmente.</p>
--

<p><b>Objetivos a alcanzar:</b></p> <p>Consolidar una red estable de deporte social que desarrolle unas prácticas deportivas igualitarias en la que se evite el etnocentrismo, el racismo y la xenofobia, capaces de abarcar los diferentes estratos sociales existentes, con una mentalidad cosmopolita que permita ampliar y actualizar la base del acervo cultural propio del Estado.</p>
--



### **Coste / Posibles vías de financiación**

A estudiar.

En el primer año, como consecuencia de arrancar con una experiencia piloto que permita un estudio de las intervenciones realizadas y de los resultados obtenidos, el presupuesto tendrá carácter limitado.

El proyecto será costeado en un porcentaje semejante entre CSD y CCAA.  
*Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte*  
implicadas y comprometidas.

Se puede estudiar algún tipo de patrocinio privado, quizás interesado en relacionar su imagen empresarial con un proyecto de Educación en Valores a través de la Escuela. Por ejemplo, la obra social de alguna entidad financiera.  
*Deporte y actividad física para la inclusión social: inmigración*

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

La evaluación y el seguimiento la llevará a cabo una Comisión mixta, nombrada al efecto.

### **Temporalización**

2009. Definición de proyecto y convocatoria.

2010. Experiencia piloto con un número limitado de CCAA.

2011. Desarrollo al completo del proyecto en el mayor número de CCAA posibles (nivel básico)

### **Observaciones**

Establecer una estructura de ejecución homogénea muy definida en todas las CCAA.

Se hace fundamental la formación inicial de los técnicos de campo, la selección adecuada de indicadores que permitan una investigación conforme a los objetivos programados y la organización de un congreso o de unas jornadas especializadas en deporte social.

Acciones:

Formación de técnicos de campo.

Intervención en espacios públicos.

Estructuración de las actividades físicas y deportivas realizadas en los espacios públicos.

Homogeneización de las actividades físicas y deportivas realizadas en los espacios públicos, al menos de algunas de ellas con el fin de poder avanzar de una fase zonal, a una local y, de aquí, a una regional, previa a la nacional.

Trasferencia de las actividades físicas y deportivas realizadas en los espacios públicos a una situación reglada oficial (¿federativa?)

Congresos, seminarios, jornadas especializadas con carácter regional y estatal con presencia internacional.

Investigación – acción.

Inmersión en el campo de la educación y del deporte de base y escolar.

<b>Nº9</b>	<b>CREACIÓN DE ASAMBLEAS TERRITORIALES DE PARTICIPACIÓN SOCIAL A NIVEL DEPORTIVO DE INMIGRANTES</b>
------------	---

<b>Descripción:</b>	La idea en este apartado sería fomentar los espacios públicos de diálogo entre inmigrantes y responsables institucionales donde se expongan las necesidades a nivel deportivo que puedan precisar como colectivo, llegando incluso a trabajar incluso con presupuestos participativos, de tal manera que ellos puedan decidir sobre una parte de la cantidad económica en que quieren invertirla.

<b>Responsable:</b>	Consejo Superior de Deportes
<b>Colaboraciones:</b>	Consejería de deportes Diputaciones Ayuntamientos

<b>Actuación del CSD:</b>	Proponer varias personas que vayan por todo el territorio español tomando nota de lo que se va tratando en las reuniones. Transformar los datos anteriores en propuestas prácticas Llevar a la práctica las actuaciones con las que se comprometan
---------------------------	--

<b>Objetivos a alcanzar:</b>	Hacer propuestas adaptadas a la realidad de los inmigrantes en consonancia por lo expresado por ellos.
------------------------------	--

<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b>	Nº de personas que acudan a las asambleas Participación variada de todas las personas en forma de lluvia de ideas de propuestas.
---	---

<b>Nº 10</b>	<b>PREPARAR UN CUESTIONARIO ESPAÑOL SOBRE LOS HÁBITOS DE LA POBLACIÓN EN RIESGO DE EXCLUSIÓN</b>
<b>Descripción:</b> Se trata de crear un cuestionario a nivel nacional que se pueda pasar a las asociaciones de inmigrantes, que tenga información referente a los datos de la población con la que se va a trabajar. Esos datos pueden hacer referencia a: motivos que le lleva hacia la práctica deportiva, necesidades como colectivos... (Lo ya expresado más arriba)	
<b>Responsable:</b> Consejo Superior de Deportes	
<b>Colaboraciones</b> (Una vez elaborado el cuestionario). Asociaciones de atención al inmigrante.	
<b>Actuación del CSD:</b> Elaborar el cuestionario Mandarlos a las entidades Recibirlos y sacar datos Publicar los resultados e interpretarlos desde el grupo de expertos de cara a hacer propuestas cada vez más concretas e integradoras.	
<b>Objetivos a alcanzar:</b> Obtener información real y precisa de la realidad de los inmigrantes.	
<b>Evaluación, seguimiento, indicadores</b> Nº de personas que han respondido al cuestionario. Que las respuestas sean claras	

<b>Nº</b> 11	<b>“VIVE EL BARRIO”</b>
<b><u>Descripción:</u></b> Creación, desarrollo y ejecución de una campaña mediática de concienciación sobre la importancia de ‘vivir el espacio público’ de modo compartido, en este caso, a través de la actividad física y el deporte informal, como herramienta de socialización habitual.	
<b><u>Responsable:</u></b> CSD	
<b><u>Colaboraciones:</u></b>  CC.AA. Diputaciones. Ayuntamientos. Federaciones Deportivas. Asociaciones de diferentes colectivos afectados y/o interesados.	
<b><u>Actuación del CSD:</u></b> Coordinación. Creación de equipo de trabajo especializado, estructuración y planteamiento de acciones a realizar, definición de objetivos, temporalidad, adjudicación a empresa especializada, presentación a la sociedad y ejecución de la acción.	
<b><u>Objetivos a alcanzar:</u></b> 1.- Sensibilizar a la población de la importancia del espacio público compartido y de los valores de la actividad física y el deporte informal como herramienta de socialización, de prevención y de mejora de la salud. 2.- Concienciar a la ciudadanía del carácter universal que tiene una sociedad actual, del siglo XXI, como la española.	



**Coste / Posibles vías de financiación:**

A determinar. Depende de las pretensiones y alcance final de la campaña.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

Anual. A la finalización de la campaña, en base a las conclusiones finales.  
Indicadores, aún por determinar. En base a los objetivos a conseguir.

**Temporalización:**

2009. Presentación para que se dote de la partida presupuestaria necesaria. Para ello, crear equipo de trabajo cara al segundo semestre.

2010. Primer trimestre: concurso de empresas y adjudicación. Segundo trimestre: Elaboración. Tercer trimestre: Presentación pública desde el Ministerio de Deportes y desarrollo de campaña. Cuarto trimestre: Presentación en cada Comunidad Autónoma.

2011. Desarrollo campaña. Último trimestre: Preparación de la evaluación y conclusiones. Preparación nueva campaña.

2012. .../ ...

**Observaciones:**

Acciones a realizar:

Elaboración de un documento visual de 20"/30" para las televisiones.

Elaboración de una campaña radiofónica con cuñas y programas especializados.

Elaboración de una campaña gráfica que permita exponer la imagen en los espacios públicos utilizados, en los organismos e instituciones relacionadas y en los actos públicos que tengan algo que ver o hagan referencia a la actividad física y el deporte informal en los espacios públicos.

Creación de un logotipo.

<b>Nº 12</b>	<b>INCORPORACIÓN DE ZONAS DE DEPORTE “INFORMAL” EN LOS NUEVOS PROYECTOS DE ESPACIOS PÚBLICO URBANO.</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>En algunos de los nuevos espacios públicos construidos para la rehabilitación física y social de barrios con problemas de marginación social nos encontramos que los elementos urbanísticos no han sido suficientes para la regeneración social del lugar. El tejido social presente hasta ese momento se ha resentido y a la vez no ha sido sustituido claramente ningún otro. Nos encontramos así con situaciones en las que podemos ver espacio por un lado y público por otro</p> <p>Algunos de estos lugares se han acabado apropiando grupos problemáticos, gente de paso, sin techo, turistas, que coexisten en ese espacio pero sin establecer relaciones sociales comunitarias.</p> <p>En estos lugares , a través del deporte se puede producir, reiniciar, fortalecer los procesos de cohesión e identidad comunitaria tanto de autóctonos como de inmigrantes. El espacio deportivo y las practicas deportivas pueden contribuir a dar significación a las zonas en transformación, a los espacios límite, a los lugares recién urbanizados.</p> <p><i>Con la introducción de espacios de deporte informal se ponen los medios para poder construir la comunidad con los valores de la propia comunidad, en vez lugar de la habitual construcción de la misma con valores impuestos desde fuera por el urbanismo.</i></p>	
<p><b>Responsable:</b> <b>Ayuntamientos, Comunidades autónomas.</b></p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <p><b>Entidades locales, asociaciones,</b></p>	

**Actuación del CSD:**

Dar apoyo a este tipo de proyectos.

Ofrecer asesoramiento a los mismos.

Difundir ejemplos a modo de “buenas practicas” sobre este tipo de proyectos que ya están funcionando.

Establecer unos códigos/normativas mínimos para este tipo de actividades ( respeto a vecinos, colaboración, secuenciación de actividades, relaciones con las normativas sobre espacio público....)

**Objetivos a alcanzar:**

Dar significado y coherencia al conjunto del espacio y su entorno en colaboración con diseño, la arquitectura , la escultura o el arte disciplinas estas que ya son utilizadas habitualmente en la mejora de los espacios públicos. Esta significación territorial a través del deporte puede resultar de gran importancia tanto para las personas autóctonas como inmigrantes.

Colonización positiva del espacio a través del deporte.

Colaboración con las iniciativas de deporte informal que se dan en estos espacios.

Poner en relación continente y contenido a traves de procesos de urbanización mediante el deporte en el que las personas y sus actividades son los elementos mas urbanizadores.

**Coste / Posibles vías de financiación**

En los proyectos urbanísticos nuevos se puede introducir legalmente la obligatoriedad de incorporar elementos en los proyectos que contemplen la realización de actividades deportivas de carácter informal.

En otro tipo de proyectos serian los Ayuntamientos a través de sus departamentos de urbanismo como de servicios sociales o cultura los encargados de poner infraestructuras así como de iniciar proyectos deportivos informales. En el futuro este tipo de iniciativas deberían de funcionar de forma autónoma.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Numero de actividades deportivas realizadas en el espacio público.

Numero de participantes.

Numero de entidades colaboradoras.

Horas de actividades deportivas realizadas en este tipo de espacios.

**Temporalización**

En la medida de lo posible, señalar las principales tareas para llevar a cabo esta medida, acción o proyecto, así como los hitos más importantes a tener en cuenta, obviamente en relación con una escala temporal (como mínimo en relación con los tres años de legislatura que quedan).

**Observaciones**

Señalar aquí todas las cuestiones que se crean oportunas y que no hayan sido contempladas en los anteriores apartados.

--

<b>Nº 13</b>	<b>PROGRAMA DE INTEGRACIÓN SOCIAL Y LABORAL A TRAVÉS DEL DEPORTE PARA JÓVENES EN SITUACIÓN DE RIESGO DE EXCLUSIÓN</b>
<p>El presente proyecto quiere promover oportunidades de desarrollo entre los jóvenes que viven en los barrios más desfavorecidos haciendo frente al fracaso escolar y la desintegración social y laboral existente en dichos contextos. Se trata de promover básicamente la formación profesional y ofrecer posibilidades laborales y de empleo en el ámbito deportivo federado. En concreto la formación de entrenadores, árbitros y gestores.</p> <p>El proyecto requiere la participación coordinada de Universidades, federaciones deportivas, escuelas, y administración local.</p>	

**Colaboraciones:**

Un proyecto de estas características requiere la colaboración de diferentes entidades: Clubes deportivos, Universidades, Federaciones Deportivas, centros escolares, instituciones gubernamentales y cualquier otra organización y administración local, con conocimiento e interés por la promoción de los jóvenes más desfavorecidos de la zona donde se concrete el proyecto.

**Actuación del CSD:**

Sería muy positivo que el CSD diera un respaldo y apoyo institucional y financiero en el desarrollo del proyecto, en la investigación que acompaña el mismo y evalúa su proceso e impacto, y en la difusión de los resultados.

**Objetivos a alcanzar:**

El objetivo principal de este proyecto es la inclusión social y laboral a través de la formación deportiva de los jóvenes del barrio con problemas de integración social y fracaso escolar.

Objetivos secundarios serían:

Formación deportiva de los jóvenes del distrito como medio para educar en valores y como alternativa saludable de ocio.

Integración social de los inmigrantes y la promoción de la convivencia intercultural a través del deporte.

Prevención de la drogodependencia y delincuencia juvenil.

En todo momento, se busca una intervención integral y fortalecer las sinergias con las demás organizaciones e instituciones que trabajan en la zona de intervención.

<b>Coste / Posibles vías de financiación</b>
--



### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Se realizan los informes de seguimiento por lo menos cada 6 meses.

En cuanto a la inclusión laboral que es el principal objetivo, se establecerá un registro de todos los jóvenes que consigan trabajo, indicando el puesto de trabajo conseguido, lugar, tipo de contrato, salario orientativo y duración del contrato. También se registrará el número de titulaciones oficiales obtenidas por los jóvenes participantes en el programa, así como el porcentaje de aprobados obtenidos en relación a los presentados. La adquisición de una titulación pasa por un examen oficial, cuyos resultados dan información valiosa sobre el aprendizaje y el proceso del proyecto.

En cuanto a la formación deportiva, se establecerá un registro del número de horas dedicadas al aprendizaje de cada participante en el programa, número de participantes en los distintos torneos y competiciones desarrolladas, con una estimación del número de horas dedicadas por los jóvenes en dichas actividades.

En lo relativo a la educación en valores y a la integración social se recurrirá a la valoración por medio de encuestas de diversos tipos, siguiendo las recomendaciones de los asistentes sociales del distrito, y por medio de técnicas cualitativas, como la observación y el diario de campo.

Las reuniones del equipo de trabajo, incluyendo tanto los responsables del proyecto como los beneficiarios del mismo, son de mucha importancia para valorar el proceso del proyecto y para adaptar las actividades continuamente a las necesidades analizadas. La recogida de la información se realiza tanto de manera formal como informal, favoreciendo el debate y la reflexión crítica a través de dinámicas y técnicas participativas. Además, estas reuniones son un momento idóneo, aunque no el único, para la evaluación participativa, involucrando a los propios beneficiarios en la evaluación del proyecto a través de técnicas de investigación acción participativa (IAP) y de búsqueda de consenso.

Los indicadores dependen de la fase del proyecto. En la fase inicial se realizan entrevistas en profundidad con informantes clave (autoridades locales, profesores, maestros, policías, trabajadores sociales, etc.). Una vez convocadas las actividades del proyecto, se realizará una evaluación inicial con los participantes a través de entrevistas personales. A lo largo del proyecto se evalúa el proceso a través de técnicas participativas, entrevistas y observación participante, llevando el registro de los datos en diarios de campo, que luego se analizarán en función de distintas categorías.

La investigación abarca 4 bloques principales y éstos a su vez dependen de cada fase y herramienta de evaluación utilizada:

- Grado de riesgo de exclusión social y laboral
- Convivencia intercultural y redes sociales
- Salud psicosocial, actitudes y comportamientos
- Actividad física y deporte

---

### **Temporalización**

Antes de empezar el programa, la metodología de trabajo que se plantea es la siguiente:

Entrevista con el concejal de cultura y deportes.

Entrevista con expertos de la zona en reinserción.

Entrevistas con los profesores de educación física de los institutos de la zona.

Organizar grupos de discusión de jóvenes de la zona entre 11 y 18 años de los distintos centros educativos en colaboración con los directores de los centros.

Estas entrevistas y encuentros servirán para recoger y analizar una información más precisa y tener un mayor conocimiento de la problemática general de los jóvenes y tener acceso directo y concreto a los que puedan necesitar en mayor grado este tipo de actuaciones, en los barrios en cuestión.

### **Observaciones**

El proyecto tiene a su disposición una gran cantidad de expertos y recursos humanos, así como experiencias y conocimientos previos, por lo que el proyecto no parte de cero, sino que aprovecha la diversidad de experiencias y conocimientos de estos actores.

El proyecto parte de un amplio conocimiento sobre los beneficiarios y su contexto específico, abarcando diferentes puntos de vista. La coordinación con estas entidades y la búsqueda continua de sinergias entre los diferentes actores vienen motivadas por la generación de políticas de apoyo que garanticen la viabilidad del proyecto.

El papel activo que desempeñan los beneficiarios como líderes (entrenadores, árbitros, etc.) y protagonistas de las actividades del proyecto, garantiza una adecuación y adaptación continua de las actividades y de la metodología del proyecto a las necesidades de los jóvenes desfavorecidos, y al mismo tiempo promueve un alto grado de identificación por parte de los beneficiarios con el proyecto. Éste es un punto importante a la hora de garantizar la sostenibilidad del proyecto, entendiendo ésta como el mantenimiento de los beneficios generados por el proyecto una vez finalizado el apoyo externo.

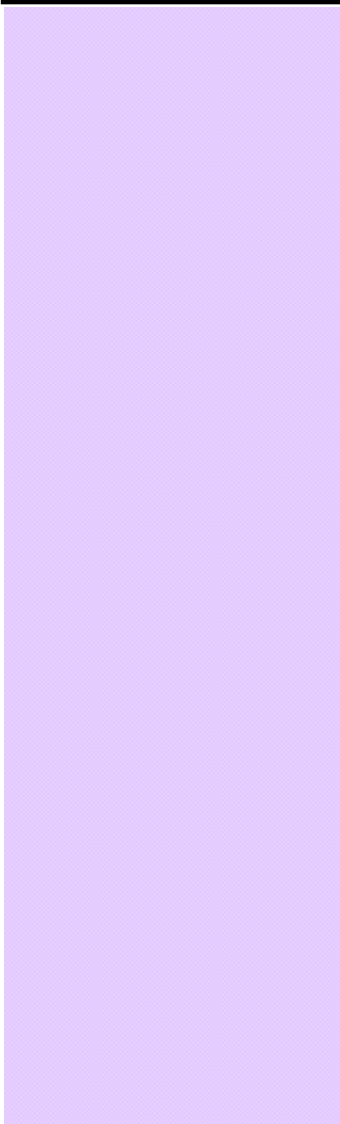
El proyecto toma en cuenta diferentes temas transversales, como por ejemplo, la inclusión de personas con discapacidad y la promoción de las mujeres. Se trabaja con un enfoque de género en todas las fases del proyecto. No sólo no se tiene ningún impacto negativo sobre el medio ambiente, sino que por el contrario, en las actividades educativas y formativas se pretende reflexionar sobre la protección del medio ambiente y la generalización de un estilo de vida sostenible.





---

**PLAN INTEGRAL  
PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA  
Y EL DEPORTE**



**v.1**

**Deporte en el Ámbito Laboral**

## **Documento elaborado por:**

**D. Jordi Viñas Fort** (*Coordinador*)

**Daniel Mateos** (*CSD*)

**Dña. Sandra Carballo**

**D. Antonio Casimiro**

**D. Fernando Fabra**

**D. Xavier Isern**

**D. Pere Manuel**

**D. Santiago Prados**

**D. Julio Tomás**

**D. Juan Pablo Venero**

## ÍNDICE

<b>1. DESCRIPCIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL.....</b>	<b>5</b>
1.1 IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL .....	6
1.1.1 INVESTIGACIONES QUE CORRELACIONAN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y UN DESCENSO DE BAJAS POR ENFERMEDAD.....	8
1.1.2 INVESTIGACIONES QUE CORRELACIONAN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA PERIÓDICA CON UN MENOR COSTE SANIARIO .....	9
1.1.3 PRINCIPALES CONCLUSIONES EN INVESTIGACIONES REALIZADAS.....	9
1.2 ANÁLISIS DE LOS INCENTIVOS FISCALES A EMPRESAS EN EL MARCO LEGAL VIGENTE .....	10
1.2.1 DONATIVOS, DONACIONES Y APORTACIONES.....	11
1.2.2 LOS CONVENIOS DE COLABORACIÓN EMPRESARIAL EN ACTIVIDADES DE INTERÉS GENERAL.....	13
1.2.3 GASTOS EN ACTIVIDADES DE INTERÉS GENERAL .....	14
1.2.4 PROGRAMAS DE APOYO A ACONTECIMIENTOS DE EXCEPCIONAL INTERÉS .....	15
1.2.5 CONCLUSIONES.....	16
1.3 FINALIDADES QUE PERSIGUE LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN EL ÁMBITO LABORAL.....	17
1.3.1 FINALIDADES VINCULADAS AL EMPLEADOR.....	18
1.3.2 FINALIDADES VINCULADAS A LA ORGANIZACIÓN .....	18
1.3.3 FINALIDADES VINCULADAS A LA ADMINISTRACIÓN .....	18
1.3.4 FINALIDAD CON CARÁCTER TRANSVERSAL .....	18
1.4 LA PRESENCIA DE LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN EL ÁMBITO LABORAL EN ESPAÑA. PRINCIPALES REALIDADES. ....	19
1.4.1 PAGO DE LA CUOTA PERIÓDICA A UN CENTRO DEPORTIVO POR PARTE DE LA EMPRESA.....	19
1.4.2 PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y EJERCICIOS ERGONÓMICOS EN EL MISMO PUESTO DE TRABAJO .....	19
1.4.3 PROMOCIÓN DE CAMPEONATOS Y TORNEOS DEPORTIVOS INTEREMPRESAS.....	20
1.5 EXPERIENCIAS EXITOSAS DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN EL ÁMBITO LABORAL EN ESPAÑA.....	20
1.5.1 PROGRAMA CORPORATE WELLNESS DIR.....	20
1.5.2 PLAN DE HÁBITOS SALUDABLES DEL SERVEI D'ACTIVITAT FÍSICA (SAF) DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BELLATERRA.....	21
1.5.3 EXPERIENCIAS EN ZONAS INDUSTRIALES DE NUEVA CREACIÓN .....	21
1.5.4 COLECTIVO DE DEPORTE PARA TODOS (CET10).....	22
1.5.5 ASOCIACIONES DE DEPORTE LABORAL.....	23
1.6 POLÍTICAS DE PRÁCTICA DEPORTIVA EN LAS EMPRESAS ESPAÑOLAS DE MAYOR FACTURACIÓN.....	24
<b>2. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES .....</b>	<b>26</b>
2.1 PUNTOS FUERTES .....	26
2.2 PUNTOS DÉBILES.....	26
<b>3. VISIÓN PARA EL FUTURO .....</b>	<b>28</b>
<b>4. OBJETIVOS GENERALES .....</b>	<b>29</b>

<b>5. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA .....</b>	<b>30</b>
<b>6. AGENTES IMPLICADOS .....</b>	<b>32</b>
6.1 AGENTES PÚBLICOS .....	32
6.1.1 MINISTERIO DE TRABAJO E INMIGRACIÓN .....	32
6.1.2 MINISTERIO DE ECONOMÍA Y HACIENDA .....	32
6.1.3 MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO .....	32
6.1.4 COMUNIDADES AUTÓNOMAS .....	33
6.1.5 AYUNTAMIENTOS .....	33
6.1.6 CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES .....	33
6.2 AGENTES PRIVADOS .....	34
6.2.1 SECTOR EMPRESARIAL .....	34
6.2.2 COMPAÑÍAS DE SEGUROS Y MUTUAS CON PLANES DE SALUD .....	34
6.2.3 ASOCIACIONES DE DEPORTE LABORAL .....	35
<b>7. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, PROYECTOS Y ACCIONES A DESARROLLAR .....</b>	<b>36</b>
<b>8. DESCRIPCIÓN DE INDICADORES A ALCANZAR .....</b>	<b>80</b>
<b>9. BIBLIOGRAFIA Y WEBGRAFIA .....</b>	<b>81</b>
9.1 BIBLIOGRAFÍA .....	81
9.2 WEBGRAFÍA .....	82
<b>10. ESTUDIO DE LOS INCENTIVOS FISCALES A EMPRESAS QUE DESTINEN RECURSOS A PROMOVER Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA. ....</b>	<b>83</b>
<b>11. PROPUESTAS CONCRETAS PARA LA REALIZACIÓN DE ESTUDIOS PILOTO EN ORGANIZACIONES. ....</b>	<b>95</b>

## 1. DESCRIPCIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL

La práctica de la actividad física y deportiva en el ámbito laboral se define como aquella práctica en la que el empleador favorece y facilita directa o indirectamente que las personas empleadas en su puesto de trabajo puedan llevarla a cabo.

Los índices de práctica deportiva en el ámbito laboral en España son minoritarios con respecto a otros tipos de práctica deportiva. De acuerdo con la investigación sobre los hábitos deportivos de los españoles de García Ferrando<sup>1</sup>, el 6% de los españoles que practican deporte lo hacen en 'sus puestos de trabajo o como actividad en el centro de enseñanza'. Por el contrario el 68% de los españoles practica deporte 'por su cuenta' y el 24% lo hace 'como actividad de un club, asociación, organización o federación'. Este resultado se mantiene estable o desciende ligeramente, con respecto al mismo resultado del estudio de características similares realizado en el año 2000. En éste, los españoles que practicaban deporte en sus puestos de trabajo o como actividad en el centro de enseñanza era del 7%. Estos datos, agregando ambos ámbitos, son los de mayor concreción que se conocen en territorio español.

No se conocen estudios empíricos integrales sobre los beneficios que una actividad física regular puede aportar en el puesto de trabajo en el territorio español. Sin embargo, sí que existen experiencias aisladas de proyectos relacionados con el fomento de la práctica físico-deportiva en el puesto de trabajo. A modo de ejemplo se presenta una encuesta sobre la práctica deportiva en los centros de trabajo en Andalucía<sup>2</sup>. Esta encuesta se enmarca en el contexto de la elaboración del Plan General del Deporte Andaluz que se realizó en el 2001. Dentro de este plan, se llevó a cabo una investigación empírica sobre los índices de práctica deportiva en los centros de trabajo en Andalucía. La investigación, realizada por el Observatorio Andaluz del Deporte, definió una muestra de 280 empresas de más de 150 trabajadores, de las cuales respondieron 120. Los principales resultados fueron:

- Existe correlación entre el tamaño de la empresa y los niveles de índices deportivos en los centros, de manera que a mayor volumen de trabajadores mayores índices de práctica.

---

<sup>1</sup> GARCIA FERRANDO, M. (2005) Encuesta deportiva sobre los hábitos deportivos de los españoles. Avance de los resultados.

<sup>2</sup> Fuente: INSTITUTO ANDALUZ DEL DEPORTE (2003) *Programa deportivo en los centros de trabajo*, en el marco de las jornadas sobre Programas Deportivos en los centros de trabajo.

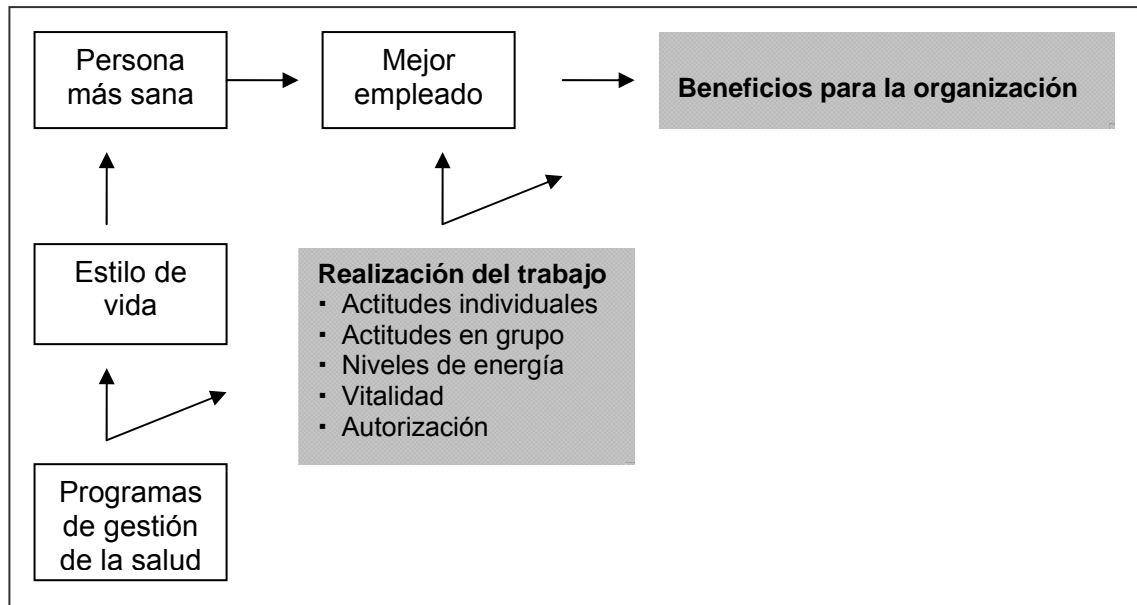


- Un 97,4% de las empresas no cuenta con programas deportivos organizados específicamente para mejorar la salud laboral de sus trabajadores.
- Más del 90% de las empresas no cuentan con instalaciones deportivas y que de las empresas que sí cuentan con instalaciones, no todas ellas tienen práctica organizada para sus empleados.
- Un 7% de las empresas tiene un convenio con una instalación deportiva para facilitar la práctica deportiva de sus trabajadores.
- Las actividades deportivas más practicadas por orden de volumen de práctica son el fútbol sala, el tenis el fútbol y el baloncesto.

Además de los escasos estudios empíricos, la información estadística existente en la actualidad, publicada por el Ministerio de Trabajo e Inmigración no incorpora la clasificación, de forma aislada, de bajas por accidentes vinculados a problemas músculo-esqueléticos del puesto de trabajo. Tipo de bajas que podrían ser reconducidas o tratadas a través de una práctica físico-deportiva regular.

## **1.1 IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL**

Numerosos estudios, mayoritariamente llevados a cabo en países anglosajones, demuestran una clara correlación entre práctica deportiva y mejora de la productividad en el puesto de trabajo. Esta correlación responde al esquema conceptual siguiente:



EDINGTON, DW. (1995) Universidad de Michigan.

Una práctica deportiva periódica puede suponer grandes y variados beneficios para las empresas, a modo de ejemplo:

- Mejora del estado de salud y de la calidad de vida de los trabajadores.
- Reducción del ausentismo laboral.
- Mejoras en la capacidad de decisión.
- Mejoras en el rendimiento y en la productividad.
- Mejoras en las relaciones de los grupos humanos.
- Aumento de la satisfacción de los trabajadores.
- Ahorro para las empresas.
- Complemento a la compensación del trabajador.
- Visibilidad de la compañía en ámbitos vinculados a la Responsabilidad Social Corporativa.
- Etc.

A continuación se citan, a modo de ejemplo, algunas de las investigaciones realizadas y las principales conclusiones extraídas de las mismas.

### 1.1.1 INVESTIGACIONES QUE CORRELACIONAN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y UN DESCENSO DE BAJAS POR ENFERMEDAD

Existen numerosos estudios que confirman una correlación positiva entre una práctica de actividad física periódica y moderada con un descenso de bajas por enfermedad leve en la organización. A modo de ejemplo se han seleccionado dos estudios.

- **1º estudio: Relación entre una actividad física moderada e intensa y las bajas por enfermedad leve en el puesto de trabajo.**

**Autor:** K.I. Proper et al., Centro de inv. para la actividad física, trabajo y salud, Amsterdam.

**Publicación:** (British Journal of Sports medicine. 03/2006; 40(2):173-8).

Se escogieron tres grandes grupos de control: uno totalmente sedentario, otro que realizó actividad física de modo moderado y otro que realizó actividad física de modo intenso (al menos tres sesiones por semana).

**Conclusiones:** Se estableció una correlación inversa entre la frecuencia de actividad física intensa y la duración del ausentismo laboral.

- **2º estudio: Inactividad física y ausentismo en el ámbito laboral.**

**Autores:** E. Martínez-López y J.F. Saldarriaga-Franco. Universidad de Antioquia, Medellín.

**Publicación:** Revista Salud Pública. 10/2008, (2):227-238.

Se comparó la frecuencia, duración, coste y causas del ausentismo en relación con el sexo, edad y práctica regular de actividad física.

**Resultados:** Se obtuvo una correlación positiva estadísticamente válida entre actividad física y ausentismo, especialmente del derivado del número de bajas por enfermedades respiratorias y músculo-esqueléticas.

### 1.1.2 INVESTIGACIONES QUE CORRELACIONAN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA PERIÓDICA CON UN MENOR COSTE SANIARIO

A continuación se presenta un estudio realizado para determinar la relación entre el uso de un gimnasio subvencionado por un plan de salud y los costes totales de la atención médica en el transcurso de 2 años.

- **Estudio: Relación entre la actividad física y los costes sanitarios.**

**Autores:** H.Q. Nguyen et al.

**Publicación:** Preventing Chronic Disease 2008, 5(1).

Se utilizaron los datos administrativos y de reembolsos del plan 'Medicare Advantage'. Los participantes (n=4.766) estaban inscritos en el plan 'Medicare Advantage' desde al menos un año antes de comenzar a utilizar la subvención al gimnasio. Los participantes se equipararon con los integrantes del grupo de control (n=9.035).

**Resultados:** El uso periódico de la subvención para ser socio de un gimnasio se asoció con un aumento más lento de los costes totales de atención médica a largo plazo, aunque no se obtuvieron resultados significativos a corto plazo.

### 1.1.3 PRINCIPALES CONCLUSIONES EN INVESTIGACIONES REALIZADAS

Existen en Estados Unidos un gran número de estudios empíricos y con tendencias a lo largo de los años de los beneficios, tanto en la persona como en su nivel de productividad para la empresa, que comporta una práctica deportiva periódica.

A continuación se resumen los principales resultados publicados por la Internacional Health Racquet & Sportsclub Association (IHRSA)<sup>3</sup>:

*'La universidad de California (...) ha recortado los gastos directos por quejas y días de enfermedad de los trabajadores en un 39% en un período de 5 años, después de incorporar una serie de ejercicios gimnásticos al horario de 8 horas de los empleados.'*  
Medical Health & Fitness, 1996.

*'El 91% de 1.000 compañías norteamericanas proporcionan actualmente algún tipo de programa de promoción de la salud. Mientras que el año 1992 era un 64% y en el año 1996 era un 89%.'*  
Human Resource Executive, 1999.

---

<sup>3</sup> IHRSA (2000) Corporate wellness. No publicado.

*‘Las personas que hacen ejercicio con frecuencia se ausentan de su trabajo 2,11 días al año, comparados con los 3,06 días de individuos inactivos’.*

*American Sports Data.*

*‘El establecimiento de un centro de fitness en el lugar de trabajo en Travelers Insurance comportó una disminución de 1,2 días en el porcentaje del absentismo de los empleados’.*

*American Journal of Health Promotion, 1993.*

## **1.2 ANÁLISIS DE LOS INCENTIVOS FISCALES A EMPRESAS EN EL MARCO LEGAL VIGENTE<sup>4</sup>**

Actualmente no existe una deducción o beneficio fiscal específico destinado a las empresas que dediquen recursos a facilitar, promover o fomentar la práctica de la actividad física y/o el deporte en el ámbito de la organización. En este contexto, debe estudiarse y justificarse el encauzamiento de tales acciones bajo la figura del “mecenazgo”, regulado por la Ley 49/2002, de 23 de diciembre, de régimen fiscal de las entidades sin fines lucrativos y de los incentivos fiscales al mecenazgo. En esta Ley, además de contemplarse el régimen fiscal de las entidades sin fines de lucro, se dedica el título III a los incentivos fiscales del mecenazgo de las entidades que organizan, promueven, protagonizan o participan en el mundo del deporte haciendo llegar recursos económicos. Es decir, de incentivos que pretenden atraer dinero privado hacia el deporte. Para ello, existen 4 mecanismos posibles:

- 1.2.1 Donativos, donaciones y aportaciones.
- 1.2.2 Convenios de colaboración empresarial.
- 1.2.3 Gastos en actividades de interés general.
- 1.2.4 Programas de apoyo a acontecimientos de excepcional interés público.

---

<sup>4</sup> *Texto adaptado y resumido de las aportaciones del Sr. Santiago Prados en los grupos de trabajo creados para la elaboración de la versión 1 de la sección de Deporte en el Ámbito Laboral del Plan Integral de Promoción del Deporte y la Actividad Física. Consultar el texto íntegro en el Anexo I.*

### 1.2.1 DONATIVOS, DONACIONES Y APORTACIONES

Normativa aplicable: Ley 49/2002 y del Real Decreto Legislativo 4/2002, de 5 de marzo, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley del Impuesto sobre Sociedades. Por su parte, las actividades prioritarias de mecenazgo que están reconocidas en la Ley de Presupuestos Generales del Estado nada tienen que ver con incentivar la participación privada en la financiación del mundo del deporte.

Por tanto, no resultan aplicables dado que las medidas previstas son, en resumen:

- Una deducción en la cuota íntegra del impuesto personal de quien realice un donativo a favor de las federaciones deportivas españolas, las federaciones deportivas territoriales de ámbito autonómico integradas en aquéllas, el Comité Olímpico Español y el Comité Paralímpico Español.
- La exención de las rentas positivas o ganancias patrimoniales que se pongan de manifiesto en el transmitente con ocasión de una donación a favor de las federaciones deportivas españolas, las federaciones deportivas territoriales de ámbito autonómico integradas en aquéllas, el Comité Olímpico Español y el Comité Paralímpico Español.
- Por lo que al Impuesto de Sociedades (IS) se refiere, permite a las sociedades anónimas deportivas deducir, bajo el cumplimiento de unas condiciones, las cantidades satisfechas en concepto de donación a las federaciones deportivas españolas, territoriales de ámbito autonómico y los clubes deportivos.

No hay más beneficios individualmente reconocidos. Eso no significa que no existan otras medidas que, si bien no están pensadas de forma inmediata para incentivar el deporte, si son aplicables en cuanto el deporte sea considerado como una actividad cultural, en cuyo caso existirán algunas deducciones autonómicas propias aplicables en el Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas (IRPF). También cuando el destinatario del donativo, el receptor, sea alguna otra entidad sin ánimo lucrativo de las previstas en la Ley 49/2002 al margen de enunciadas antes (por ejemplo, una fundación deportiva o una asociación deportiva declarada de utilidad pública) adquirirán vigencia otras medidas previstas por el propio texto legal, así como la deducción en la cuota íntegra prevista en la legislación estatal del IRPF.

#### Conclusiones:

*Primera.* La realización de donativos por parte de personas físicas residentes goza de dos beneficios diferentes: una deducción en cuota y la exención de tributación de la posible alteración patrimonial que tal transmisión pueda generar en el donante. No afecta a empresas como persona jurídica mercantil.

*Segunda.* Regímenes de la deducción en función del tipo de Comunidad Autónoma. El régimen de la deducción en la cuota íntegra por donativos es diferente según hablemos de Comunidades Autónomas de régimen común o foral. Entre las primeras admite dos posibilidades: el sistema previsto en la Ley 49/2002 o el recogido en la propia Ley del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas. El porcentaje de deducción en el primero es del 25 por 100, en el segundo es del 10 por 100. En los territorios forales, salvo en Álava, sólo hay una tipología: la deducción prevista en la normativa propia reguladora de los incentivos fiscales al mecenazgo; si el receptor de la donación no es alguna de las entidades protegidas por la Norma foral de mecenazgo, no hay en el IRPF una deducción alternativa a la que poder recurrir.

*Tercera.* Los donativos son el mecanismo más sencillo y altruista de fomentar el deporte. Es una deducción que podría aumentarse por parte del Estado en una futura reforma legislativa, quizás hasta llegar a un 15 por 100, equiparándola de este modo al porcentaje vigente en otras deducciones.

*Cuarta.* Las Comunidades Autónomas de régimen común no pueden modificar la regulación vigente de la deducción por donativos. *Propuesta:* reformar la Ley del IRPF para “liberalizar” parcialmente la deducción por donativos, equiparándola al régimen de la deducción por inversión en vivienda habitual. En este contexto, se podría permitir que las Comunidades Autónomas puedan asumir responsabilidades fiscales en orden a la regulación de este tipo de deducción.

*Quinta.* Las Comunidades Autónomas tienen competencia para crear deducciones autonómicas propias aplicables sobre la cuota íntegra autonómica. *Propuesta:* conveniencia de plantear la posible creación de deducciones autonómicas propias que fomenten la participación privada en el mundo del deporte, tal y como ha establecido Cantabria, y específicamente para aquellas actividades físicas/deportivas en o con ocasión del trabajo.

*Sexta.* Exención de la eventual ganancia patrimonial que se genere por la donación en el donante.

*Séptima.* El problema que se plantea con las actividades físicas y/o deportivas en el ámbito laboral viene dado por la personificación jurídica exigida del receptor de la donación para que el beneficio fiscal opere al empresario. Se exige en todos los casos bien una entidad deportiva de las previstas en las Leyes del Deporte, bien fundaciones o bien, en general, entidades sin fines de lucro o que ostente un reconocimiento como de utilidad pública. Por ello debe solventarse satisfactoriamente la instrumentación que para tal efecto se prevé en relación con la constitución de asociaciones *ad hoc* y del ente de promoción deportiva a nivel estatal del deporte laboral.

### 1.2.2 LOS CONVENIOS DE COLABORACIÓN EMPRESARIAL EN ACTIVIDADES DE INTERÉS GENERAL

Es el segundo mecanismo jurídico de mecenazgo, que se define como aquel por el cual las entidades a que se refiere el artículo 16, a cambio de una ayuda económica para la realización de las actividades que efectúen en cumplimiento del objeto o finalidad específica de la entidad, se comprometen por escrito a difundir, por cualquier medio, la participación del colaborador en dichas actividades. En tal caso, las cantidades satisfechas o los gastos realizados tendrán la consideración de gastos deducibles para determinar la base imponible del Impuesto sobre Sociedades de la entidad colaboradora o del Impuesto sobre la Renta de No Residentes (IRNR) de los contribuyentes que operen en territorio español mediante establecimiento permanente o el rendimiento neto de la actividad económica de los contribuyentes acogidos al régimen de estimación directa del IRPF.

Sería una excelente medida para fomentar las actividades deportivas en el ámbito laboral, entre empresario y las asociaciones, aunque con dos obstáculos importantes:

1. El beneficiario de la ayuda económica tiene que ser una entidad de las protegidas en la Ley 49/2002. Se exige que la intervención del sujeto benefactor en los fines de interés general se canalice a través de una entidad sin ánimo lucrativo. Hay que tener en cuenta que las entidades sin ánimo de lucro sólo figuran, entre otras no relacionadas con nuestro objeto de estudio, las fundaciones, las asociaciones declaradas de utilidad pública y las federaciones deportivas españolas, las federaciones deportivas territoriales de ámbito autonómico integradas en aquéllas, el Comité Olímpico Español y el Comité Paralímpico Español.



2. El otorgante de la ayuda económica ha de ser bien una entidad sujeta al IS, al IRNR que opere mediante establecimiento permanente en territorio español, o bien un empresario persona física que determine el rendimiento de su actividad económica en estimación directa (normal o simplificada). Es decir, se excluye del ámbito de aplicación del incentivo a los empresarios que cuantifiquen sus rendimientos de la actividad bajo estimación objetiva.

El primer inconveniente es difícilmente salvable, ya que este mecanismo podría resultar idóneo. En realidad no es una donación en sentido estricto, sino negocios concertados entre dos sujetos, uno de los cuales debe ser una entidad vinculada al deporte sin fin lucrativo que se compromete a difundir la participación del otro sujeto en un determinado evento a cambio de una aportación económica. Ambos salen beneficiados: la entidad deportiva no lucrativa consigue dinero a cambio de promoción; el sujeto colaborador que concede la ayuda obtiene, por una parte, publicidad a cambio de esa ayuda económica y, por otra, la posibilidad de considerar las cantidades satisfechas y los gastos desembolsados como gasto deducible en su impuesto personal.

### 1.2.3 GASTOS EN ACTIVIDADES DE INTERÉS GENERAL

Tiene la ventaja de que el beneficiario del gasto no tiene que ser una entidad no lucrativa. En este caso es la empresa, empresario o profesional quien directamente realiza la actividad de interés general. Los sujetos que efectúen gastos, sin límites cuantitativos, relacionados con una actividad de interés general puedan considerarlos como gasto deducible de su impuesto, sin que sea condición a tal efecto que el receptor sea una entidad concreta; es decir, no es preceptiva la intermediación de una entidad sin ánimo lucrativo entre los fines de interés general y las empresas que incurren en esos gastos. El requisito es que el gasto se vincule con una actividad de interés general y no con un sujeto concreto. Se debe recordar que según el artículo 3.1º de la Ley 49/2002 son fines de interés general, entre otros, los “deportivos” y los “sanitarios”.

Sólo podrán beneficiarse de esta medida los sujetos que sean contribuyentes del IS, del IRNR que operen mediante establecimiento permanente o del IRPF que establezcan el rendimiento de la actividad económica por estimación directa. Quedan fuera los sujetos pasivos del IRNR que no operen mediante establecimiento permanente en territorio español y los sujetos pasivos del IRPF cuando determinen los rendimientos de la actividad económica en estimación objetiva.

**Es un mecanismo aplicable para las actividades físicas y deportivas que se lleven a cabo por el propio empresario a favor de sus trabajadores.**

#### 1.2.4 PROGRAMAS DE APOYO A ACONTECIMIENTOS DE EXCEPCIONAL INTERÉS

Son programas de apoyo a acontecimientos de excepcional interés público el conjunto de incentivos fiscales específicos aplicables a las actuaciones que se realicen para asegurar el adecuado desarrollo de los acontecimientos que se determinen por Ley. La Ley que apruebe cada uno de estos programas regulará, al menos, los siguientes extremos:

- a. La duración del programa, que podrá ser de hasta 3 años.
- b. La creación de un consorcio -o la designación de un órgano administrativo- que se encargue de la ejecución del programa y que certifique la adecuación de los gastos e inversiones realizadas a los objetivos y planes del mismo.
- c. Las líneas básicas de las actuaciones que se vayan a organizar en apoyo al acontecimiento.
- d. Los beneficios fiscales aplicables a las actuaciones a que se refiere el punto anterior.

Respecto a esto último, la aplicación de los beneficios fiscales estará sujeta a la Ley específica por la que se apruebe el programa de apoyo al acontecimiento de excepcional interés público correspondiente. Por tanto, los incentivos no aparecen dentro de la Ley 49/2002, sino que es la ley que apruebe cada programa la que se encargará de esta cuestión, limitándose el artículo 27 a contemplar los incentivos máximos que pueden reconocerse.

Los beneficios pueden agruparse en tres bloques:

- i. Deducciones en los impuestos que gravan la renta por inversiones y gastos realizados.
- ii. Deducciones en los impuestos que gravan la renta por donaciones efectuadas.
- iii. Bonificaciones en el Impuesto sobre Transmisiones Patrimoniales y Actos Jurídicos Documentados, impuestos locales y determinadas tasas.

En relación con el Deporte Laboral, el problema radica en que este mecanismo está reservado sólo para acontecimientos deportivos extraordinarios de nivel internacional. A modo de ejemplo: Copa América 2007, Programa de preparación

de los deportistas españoles de los Juegos de Pekín 2008, Vuelta al Mundo a Vela Alicante 2008, o el reciente Programa de preparación de los deportistas españoles para Londres 2012.

En conclusión, resulta de difícil aplicación a las actividades físicas y deportivas ordinarias en la empresa, a excepción quizás de algún evento que pueda celebrarse en el país por alguna de las organizaciones internacionales europeas del deporte laboral.

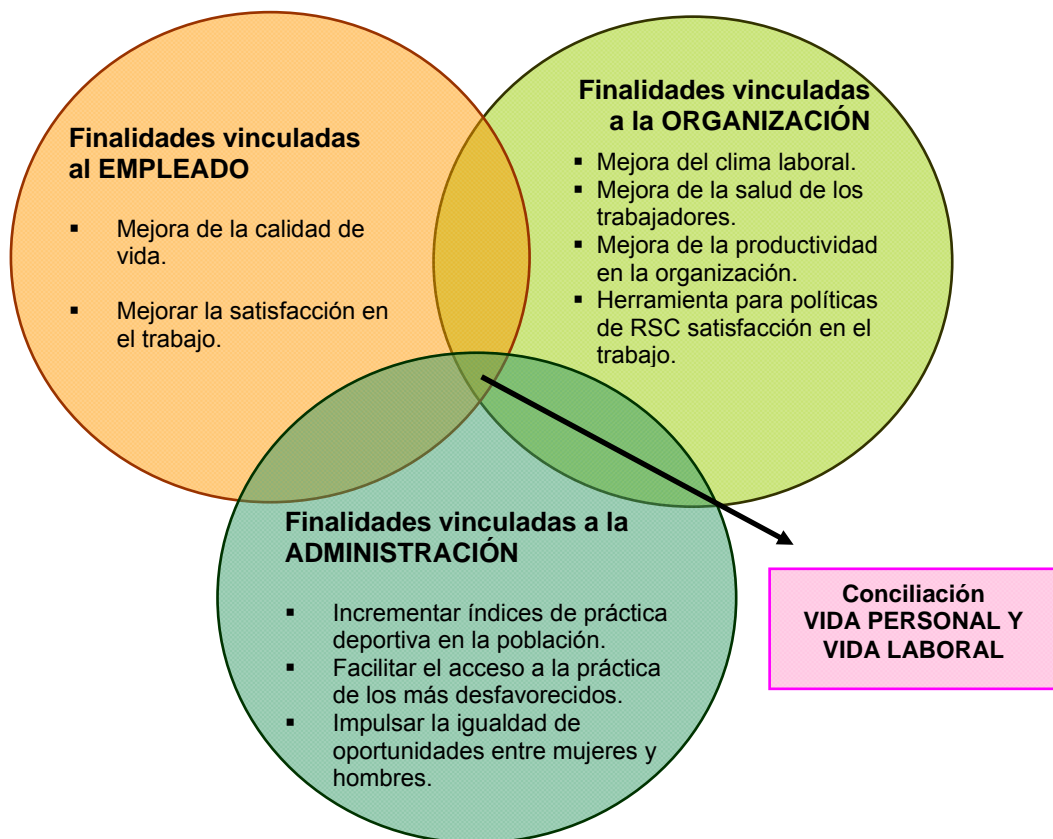
### 1.2.5 CONCLUSIONES

Como resumen final de los beneficios fiscales examinados y su aplicación a las actividades físicas y deportivas en la empresa, el panorama no puede ser más desolador. La normativa existente en la actualidad no es de aplicación para la actividad físico-deportiva en el ámbito laboral. Se requiere una necesaria y urgente reforma de la Ley 49/2002, ampliando en primer término el ámbito de las entidades sin ánimo de lucro para incluir a clubes deportivos no profesionales y asociaciones de trabajadores entre cuya finalidad sea la práctica de la actividad física y el deporte, o bien que por la Administración General del Estado se reconozcan a tales asociaciones como de utilidad pública. En segundo lugar, trasladar tal modificación a la regulación concreta de los incentivos fiscales al mecenazgo contenidos en el Título III de la misma Ley en concordancia con aquellas otras modificaciones que exigirían las normas propias de los tributos afectados.

Las deducciones fiscales, según el marco jurídico examinado, pasan en la práctica totalidad de los supuestos por el requisito de la personificación jurídica del beneficiario, es decir, fundación, asociación o entidad deportiva, lo cual debería tenerse en cuenta a la hora de poner en marcha las acciones del Plan en este ámbito laboral.

### 1.3 FINALIDADES QUE PERSIGUE LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN EL ÁMBITO LABORAL

Se pueden establecer diferentes finalidades o grandes objetivos en función de si el análisis se realiza desde la óptica del practicante o bien desde la organización que promueve la práctica. En el siguiente esquema se representa gráficamente el planteamiento detallado.



### 1.3.1 FINALIDADES VINCULADAS AL EMPLEADOR

Se identifican dos posibles finalidades que persigue la práctica físico-deportiva desde la óptica del empleado:

- a. Para la mejora de la calidad de vida de la persona, a través de los ya conocidos beneficios que una práctica físico-deportiva regular aporta a la persona.
- b. Para la mejora de la satisfacción en el trabajo, entendiendo las posibilidades de interacción y socialización que la práctica físico-deportiva permite entre compañeros y compañeras de trabajo.

### 1.3.2 FINALIDADES VINCULADAS A LA ORGANIZACIÓN

Se identifican cuatro posibles finalidades desde la óptica de la organización o del empleador:

- a. Para mejorar el clima laboral.
- b. Para la mejora de las condiciones de salud de los trabajadores.
- c. Para la mejora de la productividad de la organización a través de la reducción del ausentismo y las bajas laborales.
- d. Para la utilización de la práctica de actividad física como herramienta para el desarrollo de las políticas de Responsabilidad Social Corporativa.

### 1.3.3 FINALIDADES VINCULADAS A LA ADMINISTRACIÓN

Desde la óptica de la Administración Pública, se establecen las finalidades que son las genéricas del Plan Integral:

- a. Incrementar los índices de práctica deportiva en la población.
- b. Facilitar el acceso a la práctica de los más desfavorecidos.
- c. Impulsar la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres.

### 1.3.4 FINALIDAD CON CARÁCTER TRANSVERSAL

Tanto desde la óptica del empleado como del empleador u organización, existe una finalidad que es transversal al empleado y al empleador u organización; ésta es: la búsqueda de la **conciliación de la vida personal y la vida laboral**.

## **1.4 LA PRESENCIA DE LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN EL ÁMBITO LABORAL EN ESPAÑA. PRINCIPALES REALIDADES.**

### **1.4.1 PAGO DE LA CUOTA PERIÓDICA A UN CENTRO DEPORTIVO POR PARTE DE LA EMPRESA**

Este servicio se enmarca dentro de esquemas de retribución variable flexibles y pueden 'competir' con otros servicios de apoyo como servicios de guardería o 'tiquets-restaurante'. Es el tipo de práctica deportiva en el ámbito laboral mayoritario en el país.

Muchos centros deportivos cuentan con planes corporativos que permiten la incorporación de trabajadores para la práctica deportiva. Se producen preferentemente entre los cargos directivos de grandes compañías o bien en organizaciones sin ánimo de lucro con gran volumen de personal, por ejemplo: universidades, administración pública, etc. El coste de esta actividad lo puede asumir parcial o totalmente la organización. En algunos casos, estos planes corporativos incluyen un seguimiento médico-deportivo de las personas, vinculando un mejor estado de salud con una mayor productividad y/o menor ausentismo en el puesto de trabajo.

Otra práctica que se ha instaurado de forma más reciente es la creación de centros de fitness y/o de wellness en los polígonos industriales o en parques tecnológicos. Los gestores de los polígonos o de los parques utilizan los espacios deportivos como un servicio de calidad que se ofrece en el recinto para atraer a empresas. Debido a la creciente tendencia de asignar un volumen importante de m<sup>2</sup> para los centros deportivos en los parques tecnológicos de reciente construcción, se está captando el interés de las empresas gestoras de servicios deportivos para la inversión y posterior gestión de estos espacios deportivos.

### **1.4.2 PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y EJERCICIOS ERGONÓMICOS EN EL MISMO PUESTO DE TRABAJO**

Este tipo de actividad física va orientada principalmente a la reducción de las bajas por enfermedad leve producidas por el sedentarismo que generan ciertas actividades laborales. En este apartado se incluyen las actividades vinculadas a la ergonomía. La Comisión Europea lanzó una campaña contra los trastornos músculo-esqueléticos 'aligera la carga' en Octubre del 2007. Estudios relacionados con esta campaña determinan que el 40% del ausentismo laboral se debe a bajas por trastornos músculo-esqueléticos. El ausentismo laboral supone un coste de

entre el 2,1% y el 3,1% del PIB del país. Como antecedente, la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo ya apuntaba, a principios del milenio, que el principal problema de salud laboral es el dolor de espalda que afecta a 41,2 millones de personas en el continente.

#### **1.4.3 PROMOCIÓN DE CAMPEONATOS Y TORNEOS DEPORTIVOS INTEREMPRESAS**

Esta es la práctica deportiva de mayor antigüedad en el ámbito laboral. Consiste en la organización de campeonatos de diferentes especialidades deportivas, fundamentalmente fútbol y fútbol sala. La implicación de la empresa en este tipo de práctica deportiva puede ser muy heterogénea en función del tamaño y de la cultura de la misma. Debido a la naturaleza de los deportes organizados, es en este tipo de práctica deportiva dónde el índice de práctica entre mujeres es menor.

### **1.5 EXPERIENCIAS EXITOSAS DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN EL ÁMBITO LABORAL EN ESPAÑA**

#### **1.5.1 PROGRAMA CORPORATE WELLNESS DIR**

La **cadena de centros de fitness y de wellness DIR** presente en la capital y Área Metropolitana de Barcelona, puso en marcha a finales de los años 90 un programa para las empresas, el Programa Corporate Wellness, en las áreas de influencia de los 12 centros deportivos que dispone actualmente. Los contenidos del programa se basaron en experiencias exitosas llevadas a cabo en la cultura anglosajona. Así, DiR ofrece complementariamente al uso libre de las instalaciones como cualquier otro abonado al centro, un seguimiento del número de asistencias al centro por parte de los empleados de la empresa. Ésta a su vez, se hace cargo de las cuotas periódicas de abono del centro pero de forma porcentual a la asistencia por parte del trabajador. A modo de ejemplo: si el trabajador ha asistido en un mes concreto un mínimo de 2 veces a la semana, la empresa subvencionará el 80% de la cuota del trabajador, si solamente ha asistido una media de 1,5 veces a la semana, subvencionará el 60% de la cuota, y si asiste una media de 1 vez o menos a la semana subvencionará el 40% de la cuota.

Este método permite a las empresas premiar los beneficios que comporta subvencionar total o parcialmente las cuotas periódicas a un centro deportivo para sus empleados.

### 1.5.2 PLAN DE HÁBITOS SALUDABLES DEL SERVEI D'ACTIVITAT FÍSICA (SAF) DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BELLATERRA

El **SAF - Servei d'Activitat Física (Servicio de Actividad Física)** dispone de una estructura organizativa amplia y gestiona directamente las instalaciones deportivas de la Universidad. El SAF llegó a un acuerdo de colaboración con una de las principales mutuas de seguros de salud del territorio catalán. En este proyecto se debía crear un programa de actividad física y de seguimiento del estado de salud de los empleados de esta mutua. Se avanzó en el proyecto e incluso se desarrolló un software para aplicar a la intranet de la empresa. Finalmente, el proyecto no prosperó debido al cambio de prioridades que siguió a una reestructuración organizativa en la organización.

En conclusión, la obtención de resultados solamente a medio y largo plazo en un proyecto de este tipo hacen difícil su implementación en la empresa que acostumbra a requerir resultados a corto plazo. En caso que surga alguna iniciativa, ésta ha sido debido al impulso por parte de un alto cargo de la empresa, si esta persona es reemplazada, el futuro del proyecto vuelve a peligrar en función de los intereses de la persona entrante.

### 1.5.3 EXPERIENCIAS EN ZONAS INDUSTRIALES DE NUEVA CREACIÓN

Existen experiencias de incorporación de centros deportivos orientados a la actividad física y la salud en recintos industriales de nueva creación. En concreto -y a modo de ejemplo-, en el **Parque Tecnológico de Andalucía (PTA)** se destinó un importante espacio para la construcción de un centro deportivo con pistas de tenis y pádel. Ya desde la concepción del proyecto se decidió que fuera una empresa especializada en la gestión de instalaciones deportivas quién se hiciera cargo del diseño, construcción y posterior gestión del mismo. Este precedente da cuenta de la potencial demanda, y por tanto del potencial de negocio, de un servicio complementario como el deportivo en un recinto industrial. En este caso concreto, la sociedad encargada de la gestión del centro ha participado parcialmente en la inversión de la instalación deportiva y cuenta con un contrato de explotación del mismo a largo plazo. Otro ejemplo de iniciativas privadas en zonas industriales es el centro de wellness construido en la **Zona de Actividades Logísticas del Puerto de Barcelona (ZAL)**. En el ZAL se ha invertido en la construcción de un centro deportivo y de wellness y se ha cedido la explotación a una empresa que ha equipado el centro y lo va a explotar a través de un contrato a medio plazo. De nuevo, el interés por parte de empresas especializadas en el sector de la gestión deportiva permite pensar en la viabilidad económica del proyecto.



#### 1.5.4 COLECTIVO DE DEPORTE PARA TODOS (CET10)

**CET 10 Col.lectiu d'Esport per a Tothom 10 (Colectivo de Deporte para Todos 10)** es una organización creada para fomentar y promover la actividad física, el deporte y el ocio. Dentro de su variedad de programas y servicios, cuentan con el programa 'wellnessjob' que es un servicio integral de asesoramiento a empresas destinado a crear y dinamizar centros de fitness y deportivos en las empresas. Sus servicios van desde el asesoramiento en el diseño de los espacios adecuados para la práctica de actividad física en la empresa hasta la prestación de los servicios deportivos en la propia empresa. El programa de servicios de actividad física o deportivos para la empresa se complementa con una asesoría a nivel nutricional, reconocimientos médicos periódicos y servicios de relajación. Su larga trayectoria cuenta con experiencias exitosas como en la empresa farmacéutica Laboratorios Almirall, SA en los que han diseñado una sala de acondicionamiento físico y unos espacios para la relajación en cada una de las cuatro sedes en la Provincia de Barcelona. Este proyecto ha conseguido que un 40% de las personas que trabajan en los Laboratorios utilicen los espacios de actividad física.

### 1.5.5 ASOCIACIONES DE DEPORTE LABORAL

En España existe el Ente Español de Promoción de Deporte y Cultura Corporativos (EEDCC)<sup>5</sup>. Proveniente de iniciativas y estructuras previas a la democracia, su situación tiende a regularse y reconocerse inicialmente a través de la Ley 10/1990 de 15 de Octubre, Ley del Deporte, en sus Art. 12 y 42. En la actualidad 9 Comunidades Autónomas tienen asociaciones o entes que pertenecen al EEDCC.

A continuación se detallan las Comunidades Autónomas con el volumen de asociados en cada una de ellas:

CCAA	Asociación	Núm. asociados
Aragón	Asociación de cultura y deporte corporativo o laboral	11.500
Asturias	Asociaciones y clubes socioculturales de empresas y deporte laboral	3.150
Baleares	Asociación independiente deportiva de empresa	1.500
Cataluña	Asociación cultural deportiva de empresas y agrupaciones de Barcelona	16.200
Madrid	Agrupación deportiva tiempo libre	10.600
País Vasco	Gure Sport AD	13.400
Valencia	Agrupación territorial valenciana de asociados	16.600
Cantabria	Sin datos	
Galicia	Sin datos	

Los deportes que se practican a nivel nacional y que organiza directamente el EEDCC son: campeonatos de fútbol 11 (masc.), fútbol 7 (masc.), fútbol sala (masc.), baloncesto (masc. y fem.), tenis (masc.), frontenis (masc.) y pádel (masc.). Además se organiza con carácter bianual un torneo europeo de fútbol 11, fútbol 7 y fútbol sala organizado por la Federación Europea de Deporte Corporativo (EFCS) de la cual el EEDCC forma parte.

<sup>5</sup> Información obtenida gracias a documentación (no publicada) facilitada por el Sr. Fernando Fabra, Vicepresidente del Ente Español de Promoción de Deporte y Cultura Corporativos (EEDCC) y Miembro de la Comisión Europea de Deporte.

## 1.6 POLÍTICAS DE PRÁCTICA DEPORTIVA EN LAS EMPRESAS ESPAÑOLAS DE MAYOR FACTURACIÓN

En la siguiente tabla se pueden apreciar las actuaciones hacia la práctica deportiva en el ámbito laboral en 10 de las 25 empresas españolas de mayor facturación<sup>6</sup>.

EMPRESA	FACTURACION (Ventas mill €)	¿SE FACILITA LA PRACTICA DEPORTIVA?	SI SE FACILITA, INDIQUE DE QUE TIPO				OBSERVACIONES
			INSTALACIONES PROPIAS	ALQUILER DE INSTALACIONES	CONVENIOS CON CENTROS DEPORTIVOS	ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS	
1 MERCADONA	12.158	NO					
2 EL CORTE INGLES	11.069	SI	SI	SI	NO	SI	
3 CARREFOUR	9.133	SI	NO	NO	SI	NO	Existen actuaciones independientes en cada delegación.
4 VOLKSWAGEN AUDI	6.028	SI	NO	NO	SI	NO	Existen actuaciones independientes en cada delegación.
5 VODAFONE ESPAÑA	5.772	SI	NO	NO	SI	SI	
6 ENDESA GENERACION	5.155	SI	NO	NO	NO	SI	
7 PETRONOR	5.091	SI	NO	NO	NO	SI	Se crean asociaciones deportivas que reciben ayudas de la propia empresa.
8 DRAGADOS	5.026	NO					
9 DAIMLERCHRYSLER	4.826	SI	NO	NO	SI	SI	
10 RENAULT ESPAÑA	4.584	SI	SI	NO	NO	SI	

De ella se deduce que, de las empresas de las que se obtuvo respuesta -10 de entre las 25 totales- a la pregunta de si en dicha unidad de negocio se facilitaba la práctica de actividades deportivas entre sus empleados, el 80% aseguró posibilitarlas. Una posibilidad era desde la organización de actividades deportivas de diferente índole, este es el caso más común entre todas ellas; la otra mediante convenios con centros deportivos, habitualmente gimnasios próximos al lugar de trabajo. Finalmente una tercera opción, ya de forma más inusual, por medio del alquiler de instalaciones deportivas ajenas al ámbito de la empresa.

Si bien se afirma que desde dichas unidades se facilita este tipo de prácticas, no se garantiza que en otras sedes pertenecientes al mismo grupo empresarial se desarrolle el mismo tipo de actividades entre sus trabajadores, este es el caso de Centros Comerciales Carrefour o Volkswagen Audi España. Ello indica la inexistencia de una política que forme parte de la estrategia corporativa para todas las sedes o delegaciones de la compañía.

En conclusión, y reconociendo las limitaciones de un estudio sin fundamento metodológico y muestral representativo, se desprende que las grandes compañías

<sup>6</sup> Fuente: IBERINFORM. Ranking de las 100 empresas españolas por facturación. Se han llevado a cabo llamadas telefónicas durante el mes de Septiembre 2008 con el fin de rellenar los contenidos de la tabla.

con sede en España no disponen de una política claramente definida para que facilite la práctica deportiva entre sus empleados, más bien, las iniciativas identificadas responden a actuaciones aisladas dentro de una misma corporación.

## **2. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES**

### **2.1 PUNTOS FUERTES**

- Crecimiento exponencial de la práctica deportiva en España.  
Como avalan los datos expuestos, existe un importante crecimiento de la práctica deportiva a tener en cuenta entre los españoles, bien como actividad lúdica realizada de manera independiente o desde algún tipo de organización o federación deportiva, o bien como complemento y mejora de la salud.
- Parque deportivo variado y de calidad en la mayor parte de España.  
El crecimiento de la práctica deportiva ha provocado paralelamente el crecimiento del número de instalaciones deportivas que proponen gran variedad y calidad en su oferta tanto pública como privada.
- Potencial de crecimiento para las empresas.  
Incidir en puntos como reducción de ausentismo, estado de salud de los trabajadores, motivación y mejora de las relaciones entre las diferentes unidades de negocio supone, como ya se viene demostrando otro modo de proceder para el crecimiento empresarial.
- Creciente concienciación de la conciliación de vida laboral y vida personal.  
Las transformaciones socioeconómicas en los países desarrollados, así como de forma más precisa, los problemas de conciliación horaria, la aparición de las denominadas enfermedades del siglo XXI (ansiedad, estrés, etc.), o las dificultades de captación y retención del talento en las empresas son algunos de los factores que han impulsado la concienciación para la conciliación entre la vida laboral y la personal.

### **2.2 PUNTOS DÉBILES**

- Falta de estudios previos  
La falta de investigaciones y estudios empíricos que muestren los beneficios relacionados con la práctica del deporte en el ámbito laboral así como la mejora de la salud del trabajador, y por tanto su calidad de vida, dificultan potenciar este tipo de actuaciones.
- Falta de tradición empresarial

La falta de tradición empresarial en nuestro país dificulta la actuación de las mismas, provoca carencia en la iniciativa y ello puede provocar desaprovechar o malgastar recursos de inversión existentes hacia nuevos ámbitos.

- **Inexistencia de una normativa al respecto**  
La carencia de normativa alguna o regulación específica que contemple en el ámbito laboral la importancia y el compromiso de la realización actividades complementarias no relacionadas directamente con las funciones propias del puesto de trabajo.
  
- **Crisis económica a corto/medio plazo**  
La inestable situación económica del país y el entorno en el que se mueven hoy las empresas y sobre el que se espera que evolucione a corto y medio plazo no facilita la apuesta por nuevos sistemas en la organización que beneficien al trabajador.

### **3. VISIÓN PARA EL FUTURO**

Conseguir un incremento en la **notoriedad** y **presencia** de la actividad física y el deporte en el ámbito laboral en los próximos 10 años. Esta mayor notoriedad debería verse traducida en el desarrollo de tres grandes apartados:

- a) Creación de un **marco jurídico** de la actividad física y del deporte en el ámbito laboral que permita su reconocimiento y su facilitación por parte de los responsables de las políticas laborales. Inclusión en la Ley del Deporte, en el estatuto de los trabajadores y en las normativas tributarias de manera específica, así como con carácter complementario en la Ley General de Sanidad y en el R.D. de Prevención de Riesgos Laborales.
- b) Generación de **experiencias piloto** en diferentes realidades así como con estudios empíricos que permitan concretar la correlación existente entre práctica deportiva en el ámbito laboral y una mayor productividad en la empresa.
- c) **Implicación** en el desarrollo de dicha práctica de **agentes sociales** como sindicatos, patronales, cámaras de comercio, etc. A través de una mayor presencia en las actividades y actuaciones que estos organismos desarrollan.

## **4. OBJETIVOS GENERALES**

Se plantean 4 grandes objetivos:

1. Impulsar pruebas-piloto para validar estudios empíricos que garanticen la correlación entre práctica físico-deportiva y mejora de la productividad en el ámbito laboral.
2. Generar una mayor sensibilización de los beneficios de la práctica deportiva en el ámbito laboral entre las organizaciones españolas.
3. Trabajar coordinadamente con otros los Ministerios de Economía y Hacienda, Sanidad y Consumo, y Trabajo e Inmigración, para incorporar datos estadísticos concretos a los ya existentes así como para desarrollar normativas que permitan una incorporación de programas de actividad física en las empresas.
4. Formar a formadores que garanticen una correcta implantación de programas de actividad física y deportiva en las empresas.



## **5. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA**

### **EJE 1**

**Concienciación acerca de los beneficios de una práctica físico-deportiva regular por parte de los miembros de la organización.**

Para obtener unos elevados índices de práctica deportiva se requiere de la interiorización de los beneficios que esta práctica conlleva en los hábitos de vida de la persona. Ello se reproduce en el ámbito laboral. La generación de estadísticas en las que se dé conocimiento de los índices de ausentismo laboral y de bajas laborales que se desprenden directamente de actividades laborales sedentarias, puede ayudar a los empleadores a concienciarse de los beneficios de incorporar, en la política de recursos humanos de la empresa, acciones destinadas a facilitar la práctica deportiva para sus trabajadores.

### **EJE 2**

**Generación de estudios que constaten los beneficios de la práctica deportiva en el ámbito laboral.**

Vinculado con el eje anterior, se hace necesario generar estudios empíricos válidos que constaten con datos objetivos los beneficios de una práctica deportiva regular para el rendimiento y la productividad en el puesto de trabajo. Este tipo de estudios, impulsados inicialmente en los países anglosajones, ya han sido promovidos por las instituciones gubernamentales de la mayoría de los países industrializados. Los datos obtenidos son la mejor garantía de la promoción de actuaciones destinadas a promover la práctica deportiva en el puesto de trabajo por parte de los empleadores.

### **EJE 3**

#### **Estudio de diferentes incentivos para entidades y organizaciones empresariales.**

Se ha constatado un desconocimiento generalizado del tratamiento fiscal que la sociedades pueden tener en el pago de la práctica deportiva de sus empleados. Se requerirá clarificar dicho tratamiento y garantizar su correcta difusión entre las sociedades. Por otro lado, se debería avanzar en este campo buscando nuevas medidas que sean de interés para las pequeñas empresas y autónomos, pudiendo incorporar como gasto deducible los costes asociados a la práctica deportiva.

### **EJE 4**

#### **Colaboración en la formación de agentes promotores y formadores del deporte en el ámbito laboral.**

La mejora de los índices de práctica deportiva en el ámbito laboral requieren de una garantía de calidad de los organismos que la promueven. En este sentido, se colaborará en la formación de las personas implicadas en estas organizaciones a la vez que se incidirá en aquellos aspectos que tengan relación con elementos de ergonomía y de problemas músculo-esqueléticos derivados de la actividad laboral.

### **EJE 5**

#### **Desarrollo de un marco legal propio de la materia.**

En el apartado de diagnóstico anterior, se ha analizado el marco legal existente en la actualidad en el país relacionado con el deporte en el ámbito laboral. De acuerdo con el diagnóstico, se considera necesario iniciar un camino paralelo a posibles acciones de otra índole de las actividades físico-deportivas en este ámbito, para que exista un marco regulatorio que sea propicio para la promoción del deporte en el ámbito laboral en España.

## **6. AGENTES IMPLICADOS**

Los agentes promotores del deporte en el ámbito laboral deben diferenciarse entre agentes públicos y agentes privados. Los agentes públicos serían los que se citan a continuación.

### **6.1 AGENTES PÚBLICOS**

#### **6.1.1 MINISTERIO DE TRABAJO E INMIGRACIÓN**

Sus posibles funciones podrían vincularse en la práctica deportiva para la mejora de la productividad en el puesto de trabajo. Posibles actuaciones por parte de este Ministerio podrían ser:

- Generación de estadísticas vinculadas a las bajas por enfermedades de carácter músculo-esquelético en el puesto de trabajo.
- Ampliación de la regulación vinculada a riesgos laborales para este tipo de enfermedades.

#### **6.1.2 MINISTERIO DE ECONOMÍA Y HACIENDA**

Su implicación iría orientada a la percepción de la práctica deportiva como elemento de conciliación de la vida personal y profesional de la persona. Posibles actuaciones por parte de este Ministerio podrían ser:

- Concretar la posibilidad de incluir como gasto deducible en las empresas el abono a un centro deportivo por parte de un trabajador.
- Incentivos fiscales a las empresas que promuevan la actividad física en el centro de trabajo.

#### **6.1.3 MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO**

Ejerciendo de institución colaboradora en aquellos estudios vinculados a la mejora de la salud a través del deporte en general y del deporte en el ámbito laboral en particular.

#### 6.1.4 COMUNIDADES AUTÓNOMAS

Dado que gran parte de las competencias en materia de deporte están transferidas a las CCAA y a los Ayuntamientos, las CCAA deberían ser el apoyo en cada comunidad de las iniciativas impulsadas por el CSD.

#### 6.1.5 AYUNTAMIENTOS

Son los principales propietarios del parque de instalaciones deportivas del país. Se debería alcanzar acuerdos con ellos para que éstos cedieran sus instalaciones a la práctica deportiva para las empresas y organizaciones residentes en su término municipal.

#### 6.1.6 CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES

Sus posibles funciones podrían vincularse a cualquiera de los tres tipos de práctica deportiva en el ámbito laboral descritos anteriormente. Posibles actuaciones por parte del CSD podrían ser:

- Colaboración en campañas de concienciación para la práctica de actividad física y deportiva en el lugar de trabajo conjuntamente con el Ministerio de Trabajo e Inmigración y con las Consejerías de Trabajo de las Comunidades Autónomas (CCAA).
- Formación de formadores para la realización de cursos vinculados a una actividad física regular y a ejercicios de ergonomía a llevar a cabo por el Ministerio de Trabajo e Inmigración.
- Realización de estudios empíricos que demuestren los beneficios de una actividad física regular de los trabajadores en los niveles de productividad y absentismo laboral de las empresas.
- Fomento conjuntamente con las Consejerías de Deporte de las CCAA de campeonatos deportivos corporativos a nivel estatal.

## **6.2 AGENTES PRIVADOS**

### **6.2.1 SECTOR EMPRESARIAL**

Representan el papel principal como medio propulsor de la práctica de deporte en el ámbito laboral y posee relación directa con el trabajador. Su línea de actuación iría vinculada con:

- Establecer cuotas orientadas a la inversión para la realización de proyectos como los que se describen a continuación.
- Fomentar la práctica de actividades relacionadas con el deporte mediante la organización de eventos de carácter lúdico- deportivo o realización de convenios con instalaciones donde se facilite este tipo de prácticas.
- Realización de cursos formativos e informativos para el personal que aborden métodos que mejoren la salud física del trabajador.
- Conciliación de horarios que faciliten al trabajador la realización de los dos puntos anteriores.

### **6.2.2 COMPAÑÍAS DE SEGUROS Y MUTUAS CON PLANES DE SALUD**

Su implicación iría orientada a la inclusión de garantías en materias relacionadas con la salud del trabajador y la práctica de actividades del deporte vinculadas a la empresa. Las posibles actuaciones por parte de compañías de seguros o mutuas con planes de salud serían:

- Contemplar la cobertura, tanto para la empresa como para el trabajador, de posibles riesgos en la práctica de actividades deportivas.
- Elaboración de informes que contemplen los índices de utilización de atención médica entre los empleados que realicen algún tipo de práctica deportiva.

### 6.2.3 ASOCIACIONES DE DEPORTE LABORAL

Este tipo de agentes coexisten con otro tipo de organizaciones deportivas en el territorio. Son Asociaciones que pretenden fomentar la práctica del deporte en el ámbito laboral. Su línea de actuación debería incidir en la organización y desarrollo de actividades deportivas en las empresas o eventos entre diferentes empresas según niveles y competencias deportivas fomentando así la práctica del mismo.

## 7. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, PROYECTOS Y ACCIONES A DESARROLLAR

Una vez analizada la situación actual de la actividad física y el deporte en el ámbito laboral y determinadas las estrategias a seguir, se propone un listado de actuaciones a desarrollar que irán fundamentalmente orientadas a generar un primer impacto en la sociedad en relación con la práctica deportiva en el ámbito laboral. Estas primeras actuaciones deberían servir para consolidar ciertos proyectos en el futuro destinados a incrementar la práctica deportiva en el ámbito laboral. Por otro lado, se propone colaborar con otros Ministerios y Administraciones Públicas para facilitar e incitar este tipo de práctica. Finalmente, una tercera línea de actuaciones irá orientada a la formación de personas para garantizar una promoción de la práctica deportiva de calidad.

El listado de medidas a desarrollar en el ámbito del deporte laboral son:

ACCIÓN	DESCRIPCIÓN
1	Generación de datos estadísticos vinculados a los índices de práctica deportiva en el ámbito laboral y a sus efectos en la empresa.
2	Estudio sobre el diagnóstico de la realidad actual en España.
3	Incorporación al programa músculo-esquelético del Consejo de Europa.
4	Consulta vinculante al Ministerio de Economía y Hacienda.
5	Campaña de información a las empresas sobre el tratamiento fiscal de la práctica deportiva en el ámbito laboral.
6	Propuesta de desgravación fiscal a las empresas para los recursos destinados a la práctica deportiva.
7	Estudios pilotos prácticos en tres organizaciones.
8	Colaboración en la formación de agentes promotores y formadores del deporte en el ámbito laboral.
9	Programas específicos con empresas de deporte laboral y mutuas.
10	Incentivos de fomento de programas de actividades físico-deportivas que colaboran con la Administración.
11	Campaña de concienciación a las empresas.
12	Potenciar programas de Responsabilidad Social Corporativa a través de la promoción de actuaciones vinculadas a la actividad física y el deporte en el ámbito de la empresa.

- 13 Incorporación en la página web del CSD de un apartado específico de deporte en el ámbito laboral.
  - 14 Crear el sello de calidad 'Empresa Saludable', con requisitos dentro de los cuales estaría la promoción de la actividad física y el deporte en la organización.
  - 15 Creación de un premio por parte del Consejo Superior de Deportes que reconozca buenas prácticas en el ámbito del fomento del deporte laboral.
  - 16 Reconocimiento de la Asociación de Deporte Laboral como Ente de Promoción Deportiva.
  - 17 Colaboración del CSD, junto con sindicatos y patronales, en la organización del Campeonato Nacional de Deporte Laboral.
  - 18 Programa de actividad física para personas en situación de desempleo.
- 

Estas medidas son coherentes con los ejes de actuación estratégica detallados anteriormente. A continuación se detallan los citados Ejes y las acciones propuestas relacionadas con cada uno de los ejes de actuación estratégica citados anteriormente.

**EJE 1. Concienciación acerca de los beneficios de una práctica físico-deportiva regular por parte de los miembros de la organización.**

- Acciones vinculadas: 1, 2, 3, 11, 13, 18.

**EJE 2. Generación de estudios que constaten los beneficios de la práctica deportiva en el ámbito laboral.**

- Acciones vinculadas: 7, 9.

**EJE 3. Estudio de diferentes incentivos para entidades y organizaciones empresariales.**

- Acciones vinculadas: 10, 12, 14, 15, 17.

**EJE 4. Colaboración en la formación de agentes promotores y formadores del deporte en el ámbito laboral.**

- Acciones vinculadas: 8.

**EJE 5. Desarrollo de un marco legal propio de la materia.**



- Acciones vinculadas: 4, 5, 6, 16.

A continuación se detalla una relación cronológica para la implantación de las mismas con el fin de garantizar su éxito.

**Propuestas 1, 2 3, 4, 7, 8, 13, 14, 15 y 16.** Estas serían las propuestas a implementarse en una primera fase. Su cometido se fundamenta en generar una mayor nivel de información e incrementar la sensibilización de la actividad físico-deportiva en este ámbito.

**Propuestas 5, 6, 9, 10, 11, 12, 17 y 18.** Estas acciones podrían implantarse en una segunda fase una vez conseguidos los objetivos de las anteriores.

<b>1</b>	<b>GENERACIÓN DE DATOS ESTADÍSTICOS VINCULADOS A LOS ÍNDICES DE PRÁCTICA DEPORTIVA EN EL AMBITO LABORAL Y A SUS EFECTOS EN LA EMPRESA</b>
<b>Descripción:</b> <p>Para posteriores actuaciones de sensibilización e incremento de los niveles de práctica en el ámbito laboral, se hace necesario iniciar las actuaciones con la generación de información al respecto.</p> <p>Manuel García Ferrando, a través del Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS), realiza cada cuatro años una encuesta de hábitos deportivos a los españoles. Sería interesante que los resultados indicaran los niveles de práctica deportiva en el ámbito laboral ya que actualmente este dato se encuentra agregado con la práctica deportiva en otros ámbitos. Por otro lado, el Ministerio de Trabajo e Inmigración publica trimestralmente una extensa información estadística sobre las bajas laborales, con y sin accidente, sucedidas en el territorio español. Esta publicación clasifica las bajas en función de diferentes clasificaciones pero en ningún caso se especifica las bajas por problemas músculo-esqueléticos derivados de actividades laborales sedentarias.</p>	
<b>Responsable:</b> <b>MINISTERIO DE TRABAJO E INMIGRACIÓN</b> <b>CENTRO DE INVESTIGACIONES SOCIOLÓGICAS (CIS)</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Área de medicina deportiva del CSD</li><li>— Ministerio de Sanidad y Consumo</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>El CSD colaboraría en la identificación de las casuísticas a incluir dentro de las bajas producidas por problemas músculo-esqueléticos.</p> <p>Complementariamente generaría un informe semestral basado en los indicadores propios de país y comparativos con el resto de Europa sobre las bajas laborales vinculadas al sedentarismo.</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Esta actuación pretende ser la semilla para la generación de acciones destinadas a la concienciación de la promoción de una actividad física y deportiva en las organizaciones. Junto con otro tipo de información proveniente de estudios primarios, se podrán crear campañas destinadas a las organizaciones y sus empleados/as.</p>	

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Esta propuesta podría ser asumida por la actual estructura interna del CSD en colaboración con personas de los Ministerios de Trabajo e Inmigración principalmente y del Ministerio de Sanidad y Consumo.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

Establecida la premisa del 'no-coste' de la acción propuesta, su seguimiento debería consistir en verificar que se cumplen en el tiempo las tareas siguientes:

- Se debería establecer una comisión de trabajo conjunta con los Ministerios implicados y el CSD que permitiera garantizar la correcta clasificación de los tipos de baja y/o accidente.
- Una vez clasificadas las enfermedades y/o accidentes se incorporaría en el sistema de generación de estadísticas que el Ministerio de Trabajo e Inmigración ya dispone en la actualidad.

**Temporalización:**

Establecimiento de la comisión de trabajo -- 3 meses.

Incorporación en el sistema de estadísticas – 3 meses.

Los informes estadísticos se generarían con carácter trimestral.

**Observaciones:**

Si bien dicha actuación pueda parecer sencilla de implementar y poco ambiciosa en cuanto a sus objetivos, ésta supone un primer paso necesario para posteriores acciones orientadas a la creación de campañas de concienciación con datos objetivos fiables que permitan obtener los resultados deseados.

<b>2</b>	<b>ESTUDIO SOBRE EL DIAGNÓSTICO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL EN ESPAÑA</b>
<p>Descripción:</p> <p>Investigación sobre la realidad actual en la que se analizan los índices de práctica deportiva en el ámbito laboral y de las organizaciones que impulsan dicha práctica.</p> <p>Se concreta la implantación de esta medida a través de la realización de:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Estudios específicos que recojan las iniciativas llevadas a cabo en el territorio español.</li><li>- Una jornada de trabajo específica sobre la situación actual de la práctica de actividad física en el ámbito laboral, en la que participarían el CSD, Otros Ministerios, Cámaras de Comercio, Patronales, Sindicatos y otros agentes sociales.</li><li>- Patrocinio de algunas experiencias en colaboración con entidades promotoras o receptoras de programas de actividad físico-deportiva, o bien con Mutuas de Salud y/o del Trabajo. Para este tarea se proponen <b>2 planteamientos</b>:</li></ul> <p>1. <u>Dirigido a las Empresas, Entidades promotoras o receptoras de programas de promoción físico deportiva:</u></p> <p>1.1 Promover programas de actividad física y deportiva para favorecer el desarrollo integral de la persona y la organización para:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- mejorar la calidad de vida,</li><li>- mejorar la satisfacción en el trabajo,</li><li>- mejorar el clima laboral,</li><li>- mejorar las condiciones de salud de los trabajadores,</li><li>- mejorar la productividad de la organización,</li><li>- como herramienta de desarrollo de las políticas de RSC corporativa.</li></ul> <p>1.2 En forma de subvenciones o de “retorno” (desgravaciones fiscales....) a los que destinan recursos a programas de esta tipología:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- por las horas de dedicación a la actividad deportiva laboral de los trabajadores,</li><li>- por la contratación de los técnicos i RRHH,</li><li>- por la compra de material deportivo,</li><li>- por la adaptación de espacios propios para la práctica o alquiler de los mismos,</li><li>- por la preparación, promoción, participación en eventos,</li><li>- por la adherencia de los trabajadores a programas de este tipo,</li><li>- por el número de personas ‘activas’ en plantilla,</li><li>- por el número de personas que pasan de sedentarios/as a uno de activos/as.</li></ul>	

**2. Dirigido a las mutuas:**

2.1 Incluir como 'productos' de su cartera de servicios, programas de actividad física y deportiva para:

- mejorar las condiciones de salud de los trabajadores,
- mejorar la calidad de vida,
- mejorar la satisfacción en el trabajo,
- como herramienta de desarrollo de las políticas de RSC corporativa,
- para reducir costes sanitarios.

2.1 En forma de subvenciones por 'rendimiento':

- adherencia de los trabajadores a programas de este tipo .
- por el número de personas que pasan de sedentarios/as a uno de activos/as,
- por la reducción del ausentismo y la mejora de la productividad,
- por la mejora de las condiciones de salud de los trabajadores,
- acciones de promoción y sensibilización en campañas de esta tipología.

**Responsable:**

**MINISTERIO DE TRABAJO E INMIGRACIÓN**

**Colaboraciones:**

- **Ministerio de Economía y Hacienda**
- **Área de investigación del CSD**
- **Empresa/s externa/s**

**Actuación del CSD:**

El CSD colaboraría en la facilitación de datos estadísticos y de información necesaria para la obtención de un diagnóstico fiable y real sobre la realidad actual en España en el ámbito del deporte y su práctica en el mundo laboral.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Obtener una fotografía sobre la situación actual que sirva de modelo para concretar los objetivos de estudios empíricos de la AFyD en las organizaciones.

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Debido a la necesidad de disponer del estudio como una de las primeras medidas para implantar algunas de las siguientes, esta propuesta podría subcontratarse a una empresa especializada en este tipo de estudios. Su coste podrá variar en función de la profundidad en la obtención de información que se desee del mismo.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

Para evaluar la realización de este tipo de actuación es necesario constatar que:

- Se establece una comisión de trabajo conjunta entre los miembros del CSD que otorgaran una valoración final de los datos y los miembros del Ministerio implicados que garantiza una correcta información de los datos.
- Una vez obtenido un diagnóstico integro, se incorporaría a otros informes y estadísticas del Ministerio de Trabajo e Inmigración similares a otros disponibles en la actualidad.

**Temporalización:**

Establecimiento de la comisión de trabajo -- 3 meses.

Encargo del estudio a una empresa consultora -- 3 meses.

Realización del estudio – 10 meses.

**Observaciones:**

En caso de decidir llevar a cabo el estudio con los recursos internos del Ministerio de Trabajo e Inmigración o del CSD, es importante enfatizar la necesidad de llevar a cabo el estudio con celeridad para garantizar que la información que se obtenga pueda servir de guía para actuaciones posteriores como las pruebas-piloto o bien la campaña de concienciación.

<b>3</b>	<b>INCORPORACIÓN AL PROGRAMA MUSCOESQUELETICO DEL CONSEJO DE EUROPA</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>El programa músculo-esquelético se encarga de vigilar aquellos trastornos músculo-esqueléticos producidos en el ámbito laboral y la realización de estudios relacionados con las posibles causas y consecuencias de éstos.</p> <p>La incorporación a este tipo de programas supone la confirmación de la concienciación en el ámbito laboral por la salud del trabajador. En el caso de este tipo de trastornos, una actividad física regular permitiría minimizar este tipo de lesiones.</p> <p>Persigue los siguientes objetivos y resultados:</p> <p>Objetivo 1. Generación de datos estadísticos sobre trastornos músculo-esqueléticos derivadas de los puestos de trabajo para concienciar a empresas y trabajadores.</p> <p>Objetivo 2. Desarrollar programas de formación específicos o incorporar esta temática en programas de prevención de riesgos laborales ya existentes.</p> <p>Resultados esperados: Reducción del índice de estos trastornos que permitan una reducción del ausentismo laboral y una mejora de los niveles de productividad en el puesto de trabajo.</p> <p>Desarrollo de la acción:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Evaluar los costes y posibilidades de la recopilación de los datos estadísticos necesarios para la incorporación al programa europeo.</li><li>2. Recopilación de las actuaciones realizadas hasta el momento por parte del INSHT.</li><li>3. Establecer un plan de colaboración entre el CSD y el INSHT en la que se refuerce los beneficios de una práctica físico-deportiva continuada como uno de los elementos para la prevención de este tipo de trastornos.</li><li>4. Colaboración entre CSD y INSHT para el desarrollo de contenidos formativos vinculados con la concienciación de una práctica deportiva regular para la formación de profesionales vinculados a la prevención de riesgos laborales.</li></ol>	
<p><b>Responsable:</b></p> <p><b>Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT), perteneciente al Ministerio de Trabajo e Inmigración</b></p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>— Ministerio de Sanidad y Consumo</li><li>— Área de medicina deportiva del CSD</li></ul>	

**Actuación del CSD:**

El CSD podría actuar en esta propuesta como canal básico para la incorporación de este tipo de programas.

Como líneas de actuación complementaria y necesaria para este, se podría establecer un vínculo desde la web que facilitaría la incorporación a dicho programa, además de delimitar los principales trastornos músculo-esqueléticos del país de forma que esto permitiese desarrollar soluciones ante los mismos.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Como objetivos fundamentales se destacaría entrar a formar parte en este programa y, con ello, aceptar la existencia de este tipo de problemas en la salud de los trabajadores.

Los resultados que se considera se podrían alcanzar son:

- Se investigaría posibles soluciones para los trastornos de salud en los trabajadores.
- Se establecería nuevas líneas de actuación en las empresas.
- Se fomentaría la homogeneidad y eficiencia de las medidas a tomar.

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Esta propuesta podría ser asumida por los Ministerios de Sanidad y Consumo y el de Trabajo e Inmigración así como la colaboración por parte de miembros del CSD.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

Desde el ámbito laboral la incorporación al programa implicaría:

- Evaluar el porcentaje de las empresas incorporadas al programa propuesto por el consejo europeo.
- Estudios que muestren el seguimiento y evolución de aquellas empresas adheridas al programa.
- Indicadores que certifiquen las garantías de dicho programa.

**Temporalización:**

Facilitar la incorporación al programa de Consejo de Europa -- inmediato.

Elaboración de informes que estimen índices sobre el número de ingresos en el programa del Consejo.



**Observaciones:**

El programa músculo-esquelético se basa en los posibles trastornos de salud que pueda provocar además del tratamiento de todas aquellas actividades vinculadas con la ergonomía y pretende fomentar una mejora en la productividad en relación con el puesto de trabajo.

<b>4</b>	<b>CONSULTA VINCULANTE AL MINISTERIO DE ECONOMÍA Y HACIENDA</b>
<b>Descripción:</b> <p>En la actualidad existe cierta confusión entre las empresas sobre la posibilidad de contabilizar como gasto deducible el pago de los servicios deportivos de sus trabajadores. Esta confusión no implica un vacío legal pero sí que genera una incertidumbre que ejerce de efecto disuasivo en las políticas de recursos humanos de las empresas.</p> <p>La consulta debería incorporar los siguientes contenidos:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Si el fomento, promoción y apoyo de empresarios a las actividades físicas y/o deportivas de los trabajadores en horario laboral o fuera de él podría ser incluidos en alguno de los incentivos fiscales al mecenazgo que contempla la Ley 49/2002, de 23 de diciembre, de régimen fiscal de las entidades sin fines lucrativos y de los incentivos fiscales al mecenazgo.</li><li>2. En el supuesto de que la respuesta a la anterior consulta fuera negativa, o de baja incidencia, procedencia de una eventual reforma de dicha Ley 49/1992, ampliando el concepto de entidades sin fines lucrativos para clubes y asociaciones de trabajadores cuyo objeto principal o secundario sea la práctica de actividades físicas y/o deportivas, así como reforma de la normativa correspondiente a los tributos afectados (IRPF e IS, especialmente), todo ello con objeto de aplicar los incentivos fiscales previstos a aquellos empresarios que favorezcan tales actividades.</li><li>3. Si, con independencia del marco que representa la Ley 49/1992, podría contemplarse algún beneficio para dichas empresas en relación con sus obligaciones tributarias o con la Seguridad Social y procedencia de la consiguiente reforma de la normativa afectada.</li></ol>	
<b>Responsable:</b> <b>CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES, Servicios Jurídicos</b>	
<b>Colaboraciones:</b>  — <b>Ministerio de Economía y Hacienda</b>	
<b>Actuación del CSD:</b>  Realizar una consulta vinculante al Ministerio de Economía y Hacienda sobre la posibilidad por parte de las empresas de incorporar como gasto deducible las cuotas de abono para la práctica deportiva de sus empleados.	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b>	

A partir de los resultados de la consulta, se podría difundir en prensa y en las asociaciones empresariales y sindicales las opciones existentes respecto a esta materia.

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Esta propuesta podría ser asumida por la actual estructura interna del CSD sin que conllevara costes complementarios añadidos.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

El seguimiento a dicha propuesta pasaría por valorar la difusión de los resultados de la consulta vinculante a las diferentes organizaciones vinculadas al tejido empresarial.

**Temporalización:**

Elaboración de la consulta -- 1 mes.

Respuesta a dicha consulta por parte del Ministerio de Economía y Hacienda – 3 meses.

Difusión a las organizaciones empresariales – 6 meses (Propuesta de actuación núm 5)

**Observaciones:**

La realización de la consulta vinculante es de por si sencilla. Más complicado será la difusión de sus resultados en caso que éstos sean positivos. Por ello, se deberá reflexionar sobre los medios más adecuados para la comunicación de los resultados de la consulta.

<b>5</b>	<b>CAMPAÑA INFORMACIÓN A LAS EMPRESAS SOBRE EL TRATAMIENTO FISCAL DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA</b>
<b>Descripción:</b> Dada la escasa incidencia que supone en la actualidad la deducción fiscal a las empresas por destinar recursos a la práctica deportiva tiene una escasa incidencia tal y como se ha detallado en el apartado de diagnóstico a tal efecto. Por este motivo, esta acción no debería ponerse en marcha haber obtenido resultados de la consulta vinculante al Ministerio de Economía y Hacienda y a las reformas procedentes de la legislación vigente aplicable (Acciones 4 y 5).  En el campo de las medidas concretas de dicha campaña podrían estimarse como más adecuadas las siguientes: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Emplear los canales profesionales propios de los empresarios, como las Confederaciones nacional y autonómicas, Cámaras de Comercio, Industria y Navegación, y Colegios Profesionales, para trasladar información detallada del monto de beneficios fiscales previstos por esta causa.</li><li>▪ Utilizar los medios propios de las campañas informativas de la Administración tributaria de los impuestos implicados para resaltar y destacar las deducciones fiscales a los empresarios por su apoyo o fomento a la práctica deportiva laboral.</li><li>▪ Organizar Jornadas en colaboración con las Universidades y otras entidades de formación, con personal ponente especializado, que traten, estudien, discutan y, en definitiva, difundan los beneficios de esta fiscalidad.</li><li>▪ Mejora de la información suministrada por las Comunidades Autónomas a las personas y entidades radicadas en su territorio sobre las medidas estatales vigentes en el tratamiento fiscal examinado.</li></ul>	
<b>Responsable:</b> <b>MINISTERIO DE TRABAJO E INMIGRACIÓN</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— <b>Confederaciones de Empresarios</b></li><li>— <b>Sindicatos</b></li><li>— <b>Cámaras de Comercio</b></li><li>— <b>Ministerio de Economía y Hacienda</b></li><li>— <b>Consejo Superior de Deportes</b></li></ul>	

**Actuación del CSD:**

El CSD colaboraría en la identificación de posibles supuestos y condicionantes que aseguren a las empresas posibles beneficios fiscales.

Complementariamente generaría una guía completa de información que facilite al usuario, conocer los posibles tratamientos fiscales del deporte en la empresa.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Esta actuación pretende poner solución al desconocimiento generalizado que existe en el mundo empresarial sobre el tratamiento fiscal de la práctica deportiva.

Además pretende conseguir que este tipo de gastos supongan un gasto deducible como coste asociado en la empresa.

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Esta propuesta podría ser asumida por la actual estructura interna del CSD en colaboración con personas de los Ministerios de Trabajo e Inmigración principalmente y del Ministerio de Economía y Hacienda.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

Para conseguir que la campaña se lleve a cabo se debería:

- Evaluar la situación de las empresas para conocer si su situación permite establecer algún tratamiento fiscal relacionado.
- Establecer una comisión de trabajo conjunto que garantice el seguimiento de la campaña y los resultados obtenidos tras su presentación en las empresas, garantizando así la efectividad de estas.

**Temporalización:**

Evaluación de la situación de la empresa actual - 3 meses.

Establecimiento de la comisión de trabajo y ejecución de la campaña - 4 meses siguientes.

**Observaciones:**

Si bien la información para las empresas es esencial, la campaña en sí puede suponerse muy ambiciosa desde el punto de vista de los objetivos finales a conseguir.

La capacidad de obtener alguna clase de beneficios desde el punto de vista del tratamiento fiscal, según las características de la empresa, suponen un aspecto que puede potenciar la propuesta indicada.

<b>6</b>	<b>PROPUESTA DE DESGRAVACIÓN FISCAL A LAS EMPRESAS PARA LOS RECURSOS DESTINADOS PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA</b>
<b>Descripción:</b> <p>Una de las principales problemáticas al promocionar el deporte en el ámbito laboral reside en concienciar a las empresas a destinar recursos para potenciar la práctica. Además, los resultados de semejante inversión tiene un retorno a largo plazo que se manifiesta como se ha descrito anteriormente en mayores niveles de productividad o reducción del ausentismo laboral.</p> <p>Las desgravaciones fiscales podrían ir orientadas a programas específicos o bien a la construcción de instalaciones deportivas para el uso de los propios trabajadores y, de manera complementaria, la comunidad.</p>	
<b>Responsable:</b> <b>MINISTERIO DE ECONOMÍA Y HACIENDA</b>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>El CSD sería el responsable de monitorizar i evaluar los programas a llevar a cabo para que fueran susceptibles del trato fiscal favorable citado anteriormente.</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>El objetivo es ofrecer facilidades en forma de ayudas directas para la promoción de la práctica deportiva. Se espera que este tipo de ayudas tengan efectos inmediatos en las empresas.</p>	

**Coste / Posibles vías de financiación**

Las funciones de seguimiento y evaluación por parte del CSD podrían ser asumidas en su totalidad por un área interna del CSD o bien externalizadas a empresas especializadas.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

En esta actuación, los elementos a evaluar serían la incidencia en cuanto a empresas que se acojan a los incentivos fiscales para evaluar si ésta tiene la recepción prevista.

**Temporalización**

Concreción de los incentivos fiscales – 4 meses

Comunicación de los incentivos acordados al mundo laboral – 6 meses

Creación de un protocolo de seguimiento y evaluación de las actuaciones llevadas a cabo por parte de las empresas – 4 meses

**Observaciones**

Ésta actuación es posiblemente la más ambiciosa de las planteadas en cuanto a su coste de implementación. Los incentivos fiscales deberían ser suficientemente importantes como para generar interés entre las empresas.

<b>7</b>	<b>ESTUDIOS PILOTOS PRÁCTICOS EN TRES ORGANIZACIONES</b>
<b>Descripción:</b> <p>La realización de un estudio piloto en tres empresas de tamaño y sector distintos para evaluar los resultados obtenidos de la implantación de un programa de actividad física durante un período de tiempo de un año.</p> <p>Se podría evaluar la participación de algún centro universitario de acuerdo con el carácter de investigación aplicada del proyecto.</p> <p>No se conocen estudios empíricos de este tipo en España, pero sí en países anglosajones. Se podría utilizar un estudio empírico similar como base para la prueba piloto.</p> <p>Se apuntan posibles proyectos surgidos de las jornadas de trabajo con el grupo de expertos:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>Universidad de Almería(UAL)</u>: Proyecto Salud Integral en la Cooperativa Casur y Escuela de Espalda en la Universidad de Almería (ya iniciado).</li><li>- <u>Gabinete de Iniciativa Joven de la Junta de Extremadura</u>: Evaluará las distintas posibilidades de proyectos piloto con empresas clientes y proveedoras.</li><li>- <u>Asociación Cultura y Deporte Laboral de Zaragoza</u>: Se evaluarán las distintas posibilidades de proyectos piloto y concretará una propuesta.</li><li>- <u>Universidad Autónoma de Barcelona (UAB)</u>: Cuenta ya con un proyecto piloto pendiente de desarrollo.</li></ul> <p>En el <i>Anexo II</i> se concretan 2 posibles propuestas vinculadas a los citados proyectos.</p>	
<b>Responsable:</b> <b>CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— <b>Ministerio de Trabajo e Inmigración</b></li><li>— <b>Empresas medianas-grandes/ PYMEs</b></li><li>— <b>Centros universitarios</b></li><li>— <b>Otras organizaciones colaboradoras con los proyectos piloto</b></li></ul>	



**Actuación del CSD:**

El CSD colaboraría en la planificación y asesoramiento durante la realización del estudio piloto en las tres empresas seleccionadas.

Complementariamente generaría informes con las conclusiones obtenidas tras la realización de este tipo de pruebas con el fin de que sirvan de modelo ante otras empresas interesadas en un proyecto similar.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

El principal objetivo será el de generar información para posteriores campañas de concienciación sobre esta temática o bien para difundir los propios resultados entre las corporaciones.

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Esta propuesta podría ser asumida conjuntamente por aquellas organizaciones interesadas en participar en el estudio, junto con miembros de la actual estructura interna del CSD. Este contexto de colaboración se haría extensible a la financiación de los propios proyectos que, analizando cada proyecto de manera individual, se concretaría una parte a subvencionar por parte del CSD.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

El seguimiento de la acción debería consistir en verificar que se cumplen en el tiempo las tareas siguientes:

- Establecer una comisión conjunta de trabajo que permita tipificar las empresas en las que se realizará este tipo de estudios para obtener unas conclusiones generales del mismo.
- Una vez obtenida la información se crearía un plan de actuación para difundir y comunicar los resultados obtenidos.

**Temporalización:**

Concreción de los estudios y la metodología a realizar en cada proyecto - 3 meses.

Estudio piloto – 12 meses.

Elaboración del plan de actuación posterior al estudio piloto – 3 meses.

**Observaciones:**

El estudio piloto práctico supone la primera prueba para posteriores acciones vinculadas a la generalización de este sistema en la organización, además de un estudio ligado a conocer mejor la realidad de las empresas españolas.

<b>8</b>	<p style="text-align: center;"><b>COLABORACIÓN EN LA FORMACIÓN DE AGENTES PROMOTORES Y FORMADORES DEL DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL</b></p> <p><b>Descripción:</b></p> <p>Una mayor concienciación y sensibilización en el ámbito de la actividad física y el deporte en el ámbito laboral, requiere también de una formación con contenidos específicos para aquellos agentes promotores y formadores de este ámbito.</p> <p>Se propone una reflexión en la formación en función del tipo de organismo vinculado a la formación. Se presentan cuatro posibles agentes:</p> <p><b>1. Para los generadores y transmisores directos de conocimiento</b></p> <p><i>Este primer grupo no necesitaría formación genérica sino formación concreta en deporte laboral.</i></p> <p>1.1 <u>Destinatarios:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Facultades e INEFs: grado y postgrado.</li><li>▪ Escuela de Medicina de la Educación Física y el Deporte.</li><li>▪ Escuela de Medicina del Trabajo.</li><li>▪ Escuelas de Prevención de y Seguridad en el Trabajo.</li><li>▪ Escuela de Formación en Alta Dirección.</li></ul> <p>1.2 <u>Acciones/Objetivos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Dar a conocer el ámbito.</li><li>▪ Solicitar la inclusión de contenidos.</li><li>▪ Estimular la realización de practicums.</li><li>▪ Estimular la realización de estudios y proyectos de investigación.</li></ul> <p>1.3 <u>Acciones/Objetivos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Entrevistas.</li><li>▪ Reuniones.</li><li>▪ Cartas.</li><li>▪ Web.</li></ul> <p><b>2. Para agentes de intervención directa</b></p> <p>2.1 <u>Destinatarios:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Responsables de RRHH.</li><li>▪ Empresarios.</li><li>▪ Responsables de RRHH en la Administración Pública.</li></ul>
----------	---

- Responsables de Prevención de Riesgos laborales / Médico de empresa.

#### 2.2 Acciones/Objetivos:

- Formación directa para la implantación del concepto de empresa saludable.

#### 2.3 Acciones/Objetivos:

- Cursos presenciales.
- Web.

### **3. Para prescriptores**

#### 3.1 Destinatarios:

- Cámaras de Comercio.
- Organizaciones empresariales
- Empresas de Prevención de Riesgos Laborales.
- Mutuas.

#### 3.2 Acciones/Objetivos:

- Datos estadísticos y elementos para la promoción del concepto ante sus clientes.

#### 3.3 Acciones/Objetivos:

- Entrevistas.
- Cursos presenciales.
- Cursos online.
- Web.

### **4. Para representantes de destinatarios**

#### 4.1 Destinatarios:

- Organizaciones sindicales.

#### 3.2 Acciones/Objetivos:

- Elementos para la reivindicación en un contexto social y no solamente productivo.

#### 3.3 Acciones/Objetivos:

- Entrevistas.
- Reuniones.
- Cursos presenciales.
- Web.

**Responsable:**

**CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES**

**Colaboraciones:**

- **Ministerio de Trabajo e Inmigración**
- **Sindicatos**
- **Ministerio de Sanidad y Consumo**
- **Área de medicina del CSD**

**Actuación del CSD:**

El CSD colaboraría en la facilitación de formación a formadores que posteriormente se ofrecerían a las empresas para garantizar una formación de calidad.

Dada la heterogeneidad de agentes, desde el CSD se debería actuar esencialmente como coordinador y facilitador para que los diferentes contenidos de formación se implanten en los diferentes programas formativos.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Esta actuación pretende informar, concienciar y formar a los diferentes agentes responsables de generar conocimiento acerca de los beneficios de una actividad física regular en el puesto de trabajo.

La formación pretende solucionar aquellos posibles problemas de salud relacionados con las funciones desempeñadas en el trabajo a realizar, así como la prevención de posibles riesgos asociados al mismo.

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Para la implementación de esta propuesta, se debería valorar la contratación de expertos en el tratamiento de trastornos músculo-esqueléticos que llevaran a cabo la formación a los formadores. El coste de esta contratación dependerá del tipo de profesionales y del número de los mismos.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

El seguimiento debería consistir en verificar que se cumplen las tareas siguientes:

- Se debería establecer una comisión de trabajo conjunta con los Ministerios implicados y el CSD que garantice la consecución de los contenidos en los diferentes agentes.

Una vez diseñados los cursos se implementarían en las empresas mediante los sistemas de formación a las empresas ofrece el Ministerio de Trabajo e Inmigración.

**Temporalización:**

Concreción de los agentes de formación que se implicarán en el proyecto – 6 meses.

Establecimiento de la comisión de trabajo para la planificación y organización de cursos de formación – 3 meses.

Diseño de los cursos – 6 mes de duración tras el acuerdo de realización.

La oferta de cursos se publicará anualmente.

**Observaciones:**

La propuesta de formación depende de la implicación de diversos organismos. Supone un primer paso para poner solución a los problemas de salud que se generan hoy en las empresas. Además, sí la oferta de cursos se realizase desde un organismo como el CSD y el Ministerio de Trabajo e Inmigración, supondría un valor añadido para las empresas que ofrecen garantía en la calidad y seguridad a la hora de optar por este tipo de formación.

9	<b>PROGRAMAS ESPECÍFICOS CON EMPRESAS DE DEPORTE LABORAL Y MUTUAS</b>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Desarrollo de programas específicos con empresas de deporte laboral para la coordinación y organización de actividades deportivas en el ámbito laboral.</p> <p>Paralelamente, la línea de actuación propone programas de colaboración con mutuas vinculadas a las actividades propuestas con las empresas de deporte laboral.</p> <p>A continuación se enumeran las características que podrían tener los diferentes programas.</p> <p><b>1. Formación y sensibilización de los programas de actividad física y salud en las empresas.</b></p> <p><b>Charlas informativas sobre los beneficios de estos programas:</b> la importancia de la salud y el bienestar personal de los trabajadores, y cómo la actividad física nos ayuda a conseguir un estado de vida saludable (beneficios).</p> <p><b>Charlas informativas o talleres sobre Salud:</b> consejos sobre nutrición, como evitar los dolores de espalda, etc. Se pueden realizar charlas en formato de una sesión de 1 o 2h, o talleres en varias sesiones de 45 minutos o 1h. Los talleres podrán incluir sesiones teóricas y prácticas.</p> <p><b>2. Programas individualizados.</b></p> <p><b>Programas de ejercicios físicos personalizados,</b> dirigidos por personal técnico cualificado (licenciados en educación física), que se desarrollaran en función de las necesidades de cada persona (perder peso, mantenerse en forma - mejorar su capacidad cardiovascular, su tono muscular y su flexibilidad-, mejorar un dolor de espalda, recuperar la musculatura después de una lesión,...). Si se dispone de una sala de fitness en la propia empresa el seguimiento y el control de ese programa será mucho más efectivo. Sino también se podría hacer un seguimiento a distancia (vía teléfono o correo electrónico).</p> <p><b>3. Sesiones de actividad física en grupo (clases dirigidas).</b></p> <p>Se pueden realizar diferentes tipos de sesiones, desde clases para trabajar el equilibrio entre el cuerpo y la mente, clases de trabajo cardiovascular y muscular o clases para diferentes grupos de población: embarazadas o trabajadores con dolores de espalda.</p> <p><b>Actividades tipo cuerpo/mente:</b> En este tipo de actividades se pueden incluir diferentes disciplinas: Yoga, Tai-Chi, Pilates, Body Balance.</p> <p><b>Clases para embarazadas:</b> ejercicio físico controlado, para mejorar la circulación, controlar el peso, mantener un buen estado cardiovascular, para evitar cansarse más, tonificar y flexibilizar la musculatura que interviene en el parto, mejorar la postura y prevenir dolores lumbares; en definitiva para ayudar a mantener un estilo de vida normal y disfrutar de un embarazo saludable y más cómodo.</p>	

**Clases de Salud de Espalda:** Ejercicio físico para mejorar o evitar problemas de espalda, (a nivel dorsal, cervical o lumbar) mediante ejercicios de control postural, ejercicios de movilización, de tonificación y estiramientos.

**Clases de tipo aeróbico o de tipo muscular:** aeróbico, step, tbc, gac, tonificación, body pump, etc.

#### **4. Torneos deportivos.**

Se pueden organizar diferentes torneos deportivos en instalaciones cercanas al centro de trabajo. Pueden ser torneos entre los trabajadores de la misma empresa o entre otras empresas. Torneos de tenis, pádel, tenis mesa, fútbol o básquet.

#### **5. Actividades deportivas al aire libre-Actividades en familia.**

Se pueden organizar salidas en bicicleta, excursiones a pie, carreras de orientación... durante el fin de semana.

#### **6. Convenios con instalaciones deportivas.**

Ofrecer descuentos en las cuotas de las instalaciones deportivas cercanas a la organización. O que la empresa se haga cargo de la cuota mensual total o parcialmente de los trabajadores que estén interesados en asistir.

#### **7. Descuentos en los servicios de las mutuas.**

Ofrecer descuentos a las empresas que desarrollen programas de actividad física y salud en sus centros de trabajo sobre los servicios que puedan ofrecer la mutua laboral.

#### **Responsable:**

**MINISTERIO DE TRABAJO E INMIGRACIÓN**

#### **Colaboraciones:**

- Área de medicina deportiva del CSD
- Organización que quiere implantar estos programas para sus trabajadores.
- Entidades que gestionarán los programas en las empresas: Empresa de gestión deportiva especializada en el ámbito laboral, empresas de servicios deportivos, y mutuas.

#### **Actuación del CSD:**

El CSD colaboraría en la realización de este tipo de programas. Complementariamente generaría información a través de indicadores propios de los programas más recomendados en función del tipo de empresa y ofrecería comparativas del país con el resto de Europa sobre la aplicación de este tipo de programas.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Mediante estas propuestas se pretende:

- Fomentar las actividades deportivas en las empresas.
- Consolidar la presencia de las empresas de deporte laboral.
- Establecer programas específicos y organizados desde las empresas.
- Alcanzar acuerdos de colaboración con mutuas para el desarrollo de la actividad física en la empresa.

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Esta propuesta podría ser asumida por el Ministerio de Trabajo e Inmigración principalmente, el Ministerio de Sanidad y Consumo y la colaboración de personas de la actual estructura interna del CSD.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

El seguimiento debería consistir en verificar que se cumplen:

- La elaboración de un índice general del programa a desarrollar con las empresas de deporte laboral.
- La elaboración de posibles propuestas de colaboración que contenga un índice general con las mutuas, a realizar tanto con las empresas de deporte laboral como con aquellas empresas que se adhieran a este plan.
- 

**Temporalización:**

Elaboración del índice general del programa de las empresas de deporte laboral -- 2 meses.

Elaboración de la propuesta de colaboración con mutuas – 2 meses (simultanea a la propuesta realizada con las empresas de deporte laboral).

**Observaciones:**

Este tipo de programas facilitarán el desarrollo de actividades físicas orientadas a la salud del trabajador dada la colaboración de las mutuas en este tipo de programas.

Las empresas comienzan a interesarse por este tipo de programas dados los beneficios que suponen, bien a nivel económico, con una notable mejora de la productividad, bien a nivel relacional en la empresa, que indirectamente también incide en potenciar su productividad.

Se requiere de la colaboración de las empresas y las mutuas de salud. Ello supondrá un paso fundamental a la hora de difundir este tipo de medidas en organizaciones sin hábito en la implantación de estas medidas.



<b>10</b>	<b>INCENTIVOS DE FOMENTO DE PROGRAMAS DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS CON LAS EMPRESAS QUE COLABORAN CON LA ADMINISTRACIÓN</b>
-----------	---

**Descripción:**

La Administración Pública, en muchas ocasiones pionera en la generación de beneficios sociales dentro del ámbito laboral, podría incentivar y promocionar programas de actividad físico-deportiva en el ámbito laboral con las organizaciones que colaboran con al Administración.

A modo de ejemplo, el CSD podría establecer programas con las empresas vinculadas al Programa ADO, a través de la colaboración en la organización de actividades deportivas puntuales, cesión de espacios deportivos, asesoramiento para mejorar los hábitos físico-deportivos de los trabajadores, etc.

**Responsable:**

**CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES**

**Colaboraciones:**

— **Administraciones Públicas**

**Actuación del CSD:**

El CSD ejercería de promotor de esta iniciativa a través del ejemplo de actuaciones con sus propias empresas colaboradoras.

Sería interesante que el CSD contara con la colaboración de una empresa especializada en el desarrollo de este tipo de actuaciones.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Esta acción pretende mostrar las posibilidades existentes y los beneficios que conlleva implícitos una práctica físico-deportiva regular en el ámbito laboral.

De forma complementaria, una iniciativa de este tipo, liderada por parte del propio CSD, daría visibilidad a la actividad físico-deportiva en el ámbito laboral, demostrando con acciones que su principal promotor también actúa sobre dicha práctica.

**Coste / Posibles vías de financiación:**

El coste de esta propuesta dependerá del éxito en la concurrencia de empresas colaboradoras a participar en dicho programa. Los costes derivados de dicha actuación deberían correr a cargo del CSD para facilitar el máximo número de empresas que colaboran a que participaran del proyecto.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

El programa tendría una implantación en la empresa durante un tiempo determinado (1 año). A partir de este momento, sería la propia empresa la que seguiría fomentando la práctica de la actividad físico-deportiva entre sus trabajadores.

En este contexto, se plantearán un seguimiento e indicadores del programa durante su implantación y unos indicadores relacionados con la posible continuidad del mismo una vez haya finalizada la colaboración por parte del CSD.

**Temporalización:**

Comunicación a las empresas colaboradoras de la iniciativa – 3 meses.

Concreción/Selección de las empresas interesadas – 1 mes.

Implantación del programa – 12 meses.

Evaluación de los indicadores que midan el éxito del programa – 1 mes.

**Observaciones:**

Esta propuesta podría ejercer de actuación promotora para otras administraciones que sean conocedoras de los resultados del programa así como de los niveles de aceptación y satisfacción por parte de los participantes.

<b>11</b>	<b>CAMPAÑA DE CONCIENCIACIÓN A LAS EMPRESAS</b> <b>'Trabajador activo. Empresa más competitiva'</b>
<b>Descripción:</b> <p>Una de las actuaciones centrales en este conjunto de propuestas. La campaña de concienciación debería orientarse a generar un mayor conocimiento y sensibilización en el sector empresarial sobre la importancia que supone para ésta la posibilidad que desde el ámbito laboral se facilite la práctica de actividad física y deporte a sus trabajadores.</p> <p>Se señala la necesidad de centrar la labor de concienciación en quién toma las decisiones. Los puntos fundamentales a transmitir en la campaña deberían ser:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Invertir en las personas (cuerpo y mente).</li><li>- Implicar a todos los sectores involucrados.</li><li>- Incidir especialmente en tener presencia en foros de reunión de empresarios y directivos.</li><li>- Que se trate de una campaña de concienciación, no simplemente publicidad.</li><li>- Campaña orientada al empleador.</li></ul>	
<b>Responsable:</b> <b>CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— <b>Departamentos de Deporte de las Comunidades Autónomas</b></li><li>— <b>Ministerio de Sanidad y Consumo</b></li><li>— <b>Área del deporte y salud del CSD</b></li><li>— <b>Asociaciones Empresariales y Sindicatos</b></li><li>— <b>Empresa de comunicación especializada</b></li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>El CSD ejercería de promotor de esta iniciativa coordinando a los agentes que participan en ella. Inicialmente implicando a los Departamentos de Deporte de las Comunidades Autónomas en el proyecto y posteriormente a Asociaciones Empresariales y Sindicatos.</p> <p>Como impulsor del proyecto, el CSD debería contar con el asesoramiento de una empresa de comunicación especializada que diseñara los contenidos de la campaña e hiciera el seguimiento del éxito de la misma.</p>	

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Este hecho pretende ser la base para instaurar un ejercicio de reflexión en las empresas, permitiendo concienciarse de las necesidades de promoción de actividades de índole deportivo en el desarrollo laboral para que, posteriormente y con profesionales formados, este tipo de actividades sean ejecutadas en las empresas.

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Esta propuesta podría ser asumida por la actual estructura interna del CSD en colaboración con los agentes citados. Podría considerarse un coste de 60.000€ para la subcontratación de la empresa de comunicación y su posterior difusión en prensa, si bien este importe debería concretarse con la preparación inicial del proyecto.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

Para establecer una medida de evaluación y seguimiento, la propuesta debería:

- Constituir un comité conjunto entre miembros del CSD, de los Departamentos de Deporte de las CCAA y las asociaciones empresariales implicadas que permita garantizar el cumplimiento de este tipo de campañas de concienciación en las empresas.
- A partir de esta, se establecerían indicadores para evaluar cómo han incidido las campañas de concienciación mediante un estudio que mostrase la comparativa del número de empresas que han implementado este tipo de prácticas en sus unidades de negocio.

**Temporalización:**

Establecimiento de la comisión de trabajo – 3 meses.

Planificación de la campaña en el ámbito laboral – 4 meses.

Implementación de la campaña – 3 meses

Informe indicador de la incidencia de la campaña en el ámbito laboral, se generaran al finalizar la campaña de concienciación.

**Observaciones:**

Hay que tener en cuenta la importancia fundamental de esta propuesta, ya que el establecimiento de esta medida supone el primer paso para la posterior aplicación de este tipo de medidas en las empresas. Por ello, se hace necesario que los estudios que se muestren en la campaña de concienciación exhiban los beneficios que han supuesto para las empresas este tipo de actuaciones.

<b>12</b>	<b>POTENCIAR PROGRAMAS DE RESPONSABILIDAD SOCIAL CORPORATIVA (RSC) A TRAVÉS DE LA PROMOCIÓN DE ACTUACIONES VINCULADAS A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL ÁMBITO DE LA EMPRESA</b>
<b>Descripción:</b> <p>Muchas organizaciones, especialmente en empresas de gran tamaño, están impulsando programas y actuaciones en línea con el compromiso que la empresa tiene con la sociedad y su entorno. En el marco de este tipo de iniciativas, se desconocen experiencias vinculadas a la mejora de la calidad de vida de los trabajadores de las organizaciones.</p> <p>En este sentido, se podrían desarrollar programas específicos vinculados a la introducción de unos hábitos de vida saludables, a partir de la práctica físico-deportiva en el mismo puesto de trabajo. Se propone trabajar con los agentes encargados de la concienciación acerca de la Responsabilidad Social Corporativa en las empresas para que introduzcan el fomento y la facilitación de acceso a la actividad física y el deporte en sus trabajadores.</p>	
<b>Responsable:</b> <b>MINISTERIO DE TRABAJO E INMIGRACIÓN</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Consejo Superior de Deportes</li><li>— Departamentos de Deporte de las Comunidades Autónomas</li><li>— Ministerio de Sanidad y Consumo</li><li>— Asociaciones Empresariales y Sindicatos</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>En esta propuesta, el CSD actuaría como promotor inicial de la iniciativa que permitiera concienciar a otros Ministerios y a las empresas para incorporar programas de este tipo. El CSD limitaría su actuación a la aportación de los contenidos técnicos de una serie de programas estándar que, posteriormente, deberían adaptarse a las especificidades de cada organización.</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Iniciar una nueva línea de actuación dentro de los esquemas de RSC de las grandes corporaciones. Este tipo de programas permitirían incrementar la concienciación hacia la calidad de vida de los empleados, a la vez que posicionarían a la empresa como organización de referencia en su política de recursos humanos.</p>	

**Coste / Posibles vías de financiación:**

El coste de dicha propuesta se fundamentaría en estar presente en foros vinculados al desarrollo de políticas de RSC y a fomentar dichos programas entre los agentes sociales que tienen participación en la empresa. Bajo este planteamiento, el coste sería bajo teniendo en cuenta que estas tareas de promoción inicial serían llevadas a cabo por personal interno del propio CSD.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

La evaluación final de la consecución de dicha acción consistiría en analizar la implantación de programas físico-deportivos para los trabajadores en las empresas a partir de esquemas de RSC.

Dado el rol de promoción inicial por parte del CSD, será interesante evaluar el nivel de interés y de implantación en la comunicación de las propuestas por parte de los Ministerios de Trabajo e Inmigración y de Sanidad y Consumo.

---

**Temporalización:**

Reuniones de trabajo transversales entre Ministerios – 3 meses.

Desarrollo de los programas – 3 meses.

Comunicación de los programas – 6 meses.

---

**Observaciones:**

La implicación del CSD en esta acción debería ser fundamentalmente en su fase inicial ya que existen otras administraciones con mayores competencias para implementarla.

---

<b>13</b>	<b>INCORPORACIÓN DE UN APARTADO ESPECÍFICO DE DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL EN LA PÁGINA WEB DEL CSD</b>
<b>Descripción:</b> La introducción del deporte laboral en las denominadas 'nuevas tecnologías' mediante la incorporación de un área específica centrada en el desarrollo de cualquier punto de interés que esté vinculado al deporte en el ámbito laboral del portal que facilita el CSD.	
<b>Responsable:</b> <b>CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES</b>	
<b>Actuación del CSD:</b> El CSD cumple un papel fundamental dado que: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Facilitaría la página web como portal abierto de información sobre el deporte en el ámbito laboral.</li><li>▪ Participa en la realización de esta área, así como el formato con el que se incluiría en el portal.</li></ul>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> El objetivo es facilitar a los usuarios la disposición de información sobre el deporte en el ámbito laboral. Además se pretende lograr establecer un espacio dinámico y actualizado donde se intercambie información, se ofrezca formación y sirva de apoyo a empresas u otros organismos vinculados.	

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Esta propuesta sería asumida en su totalidad por un área interna y específica del CSD en colaboración del equipo que soporta el portal del CSD. Se podrían crear vínculos con el portal del Ministerio de Trabajo e Inmigración.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

Para poder evaluar esta línea de actuación se deben realizar las siguientes tareas:

- Se establecería una comisión de trabajo específica para la creación del área, así como para su mantenimiento.
- Se elaboraría por parte del equipo estudios que muestren la viabilidad del proyecto además de indicadores de eficiencia del proyecto.

Las estadísticas obtenidas pueden ser mostradas en el propio portal del CSD.

**Temporalización:**

Establecimiento del comité de trabajo – 1 mes tras ser aceptada la propuesta

Elaboración del área específico de deporte en el ámbito laboral – 6 meses

Implementación y pruebas de funcionamiento del área en el portal – 4 meses

La elaboración de estadísticas como indicadores de eficiencia de la propuesta se realizarán de forma trimestral.

**Observaciones:**

La incorporación en la web de CSD del deporte en el ámbito laboral no ha de tratarse como un área independiente a los objetivos con los que se crearon la página que esta en funcionamiento, sino que complementa y en mayor medida trata de generar un nuevo vinculo entre empresa y deporte.

Asimismo, el apartado específico estará interrelacionado con otros servicios que ofrezca el portal.



<b>14</b>	<b>CREACIÓN DEL SELLO DE CALIDAD ‘EMPRESA SALUDABLE’</b>
<b>Descripción:</b> <p>El sello de calidad se establecería en base a unos criterios vinculados a políticas sociales respecto a los trabajadores de la organización. Entre estas políticas se encontraría la promoción y la facilitación al acceso de una práctica físico-deportiva regular por parte de la empresa.</p> <p>Ésta actuación no debería ser la única sino que debería enmarcarse en políticas de flexibilidad en el equilibrio vida personal y vida laboral.</p> <p>La creación de un sello de calidad permitiría a la vez de cumplir los objetivos de promover la concienciación acerca de unos hábitos de vida saludables, también permitiría dar visibilidad al CSD en temáticas y en foros en los que habitualmente no se encuentra presente.</p>	
<b>Responsable:</b> <b>CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES y MINISTERIO DE TRABAJO E INMIGRACIÓN</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— <b>Ministerio de Sanidad y Consumo</b></li><li>— <b>Asociaciones Empresariales y Sindicatos</b></li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>El CSD, conjuntamente con el Ministerio de Trabajo e Inmigración y con los agentes sociales, desarrollará las bases y las características necesarias para optar al sello de calidad. Una vez creadas las bases, se establecerá el protocolo de comunicación a las organizaciones que estén interesadas en presentar candidatura al premio.</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Esta acción complementará a otras acciones orientadas a la comunicación y concienciación acerca de los beneficios que una práctica deportiva regular puede aportar tanto a los trabajadores como a los índices de productividad de las organizaciones.</p>	

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Los costes asociados a dicha actuación se fundamentarán en la comunicación del sello de calidad para garantizar que es reconocido por parte del mundo empresarial y de los agentes sociales asociados a las organizaciones empresariales.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

El principal indicador del éxito de esta iniciativa será el progresivo conocimiento de dicho sello y el interés por parte de las empresas en ser candidatas a la obtención del mismo.

**Temporalización:**

Determinación de las bases para ser merecedor del Sello – 3 meses.

Comunicación de la posibilidad de optar al Sello – 6 meses.

Valoración de las primeras empresas que opten a la obtención del Sello – 4 meses.

Organización del evento para la primera entrega del Sello de calidad que se realizará con carácter anual – 2 meses.

**Observaciones:**

En la creación de este Sello de Calidad deben tener participación y protagonismo los agentes sociales vinculados a las empresas.

<b>15</b>	<b>CREACIÓN DE UN PREMIO DE RECONOCIMIENTO A LAS 'BUENAS PRÁCTICAS' EN EL FOMENTO DEL DEPORTE LABORAL</b>
<b>Descripción:</b> <p>Esta es una de las escasas acciones en las que el CSD podría liderar una actuación directa a las organizaciones y empresas. Desde este organismo se difundiría la posibilidad de participar en la obtención de un premio de reconocimiento relacionado con decisiones corporativas vinculadas al fomento del deporte laboral.</p> <p>De esta manera, se podrían identificar buenas prácticas relacionadas con el deporte laboral que permitirían ser conocidas y reproducidas en diferentes entornos empresariales.</p>	
<b>Responsable:</b> <b>CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Asociaciones Empresariales y Sindicatos</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>El CSD desarrollará las bases y las características necesarias para optar al premio. Será necesario crear diferentes premios para diferenciar a las empresas en función del tamaño y del sector.</p> <p>Una vez creadas las bases, conjuntamente con el Ministerio de Trabajo e Inmigración y con los agentes sociales, se establecerá el protocolo de comunicación a las organizaciones que estén interesadas en presentar candidatura al premio.</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Esta acción se añade a las ya propuestas para la promoción y concienciación de los beneficios que una práctica deportiva saludable y regular puede aportar a la organización.</p>	

**Coste / Posibles vías de financiación:**

El coste de dicha actuación variará en función de la estructura y los premios que se decida otorgar. Teniendo en cuenta que el premio no es el elemento relevante, sí que será necesario que éste sirva de reclamo para garantizar una amplia participación de empresas.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

Será necesaria analizar tanto la cantidad como la calidad de las propuestas planteadas para acceder al citado premio. En este sentido, se deberán determinar unos indicadores vinculados al impacto y a los niveles de participación en la empresa del programa que opta al premio.

El éxito de esta propuesta pasará por el constante incremento de empresas y organizaciones que quieran optar a conseguir el premio.

**Temporalización:**

Determinación de las bases del premio – 1 mes.

Comunicación de la existencia del premio – 6 meses.

Valoración de las primeras empresas que opten al premio – 3 meses.

Incorporación del premio a otro evento de carácter empresarial que se organicen en el territorio – 1 mes.

**Observaciones:**

Será necesaria la implicación de los agentes sociales para garantizar el éxito en participación de dicho premio.

<b>16</b>	<b>RECONOCIMIENTO DE LA ASOCIACIÓN DE DEPORTE LABORAL COMO ENTE DE PROMOCIÓN DEPORTIVA</b>
<b>Descripción:</b> <p>La Asociación de Deporte Laboral es la responsable de la organización de diferentes competiciones deportivas de diferentes deportes en el territorio español. Existe la Asociación Nacional y, además, está presente en la gran mayoría de las CC.AA.</p> <p>Tanto para la obtención de recursos económicos como para la organización de los campeonatos territoriales y nacionales, sería de gran utilidad que esta asociación fuera reconocida como Ente de Promoción Deportiva. Con ello, tendría mayor facilidad para optar a recursos financieros por parte de las empresas además que equipararía su estatus con los de organizaciones de otros países europeos.</p>	
<b>Responsable:</b> <b>ENTE DE PROMOCIÓN DE DEPORTE Y CULTURA CORPORATIVOS (EEDCC)</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <p style="text-align: center;">— Consejo Superior de Deportes</p>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>El CSD debería por un lado fomentar dicha necesidad en el sí de la Asociación. Por otro lado, debería facilitar a la directiva de dicha Asociación las herramientas necesarias para llevar a cabo los trámites administrativos de solicitud de Ente de Promoción Deportiva.</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>El objetivo sería conseguir el reconocimiento de la Asociación de Deporte Laboral como Ente de Promoción Deportiva.</p>	

**Coste / Posibles vías de financiación:**

El coste de dicha actuación sería bajo ya que las consultas y asesoramiento podría ser llevado a cabo por parte de personal interno del CSD.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

**Se debería garantizar el impulso hacia dicha solicitud por parte del Ente en el menor tiempo posible.**

**Temporalización:**

Contactar con el Ente de Promoción Deportiva y plantear dicha posibilidad – 1 mes.

Colaborar y solucionar dudas al Ente en los trámites administrativos – 3 meses.

**Observaciones:**

La Asociación de Deporte Laboral es la única asociación a nivel nacional dedicada exclusivamente al fomento de la actividad física y el deporte en las empresas.

Dicha actuación será la base para posteriores iniciativas a llevar a cabo entre la Asociación de Deporte Laboral y el CSD.

<b>17</b>	<b>COLABORACIÓN DEL CSD EN LA ORGANIZACIÓN DEL CAMPEONATO NACIONAL DE DEPORTE LABORAL</b>
<b>Descripción:</b> <p>Los sindicatos, patronales u otras asociaciones de carácter deportivo que se conforman en torno al ámbito laboral, asumen la organización y coordinación de eventos nacionales para facilitar la práctica deportiva de una empresa con otras del entorno.</p> <p>A continuación se detallan las principales características de dicho torneo:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Desde el año 1982 se están celebrando los campeonatos nacionales en diferentes comunidades, se empezó con cuatro comunidades (Aragón, Cataluña, Madrid y Valencia) en estos momentos ya son 10 las comunidades en participar, en estos campeonatos.</li><li>▪ La participación de estos campeonatos son los que ganan en sus respectivas regiones tanto en liga como en copa y ello les permiten poder participar en los mismos</li><li>▪ La intención de la creación de estos campeonatos a nivel Nacional no fue solo para competir los mejores de cada región, si no para que pudieran participar todos los equipos y ó personas en individual ( atletismo, tenis etc.) ya que se considera que es una forma de estimular los entrenamientos de tu práctica deportiva que uno hace durante el año, pero después de muchos estudios no somos capaces de conseguir por nosotros solos las instalaciones necesarias para poderlo celebrar por falta de medios económicos ya que la implicación de las por parte de Ayuntamientos, Direcciones de deportes de las comunidades, es muy limitada .</li><li>▪ En otros países Europeos la competición nacional participan todo tipo de personas incluida las familias enteras con sus hijos y para todo esto la aportación económica entran los ministerios de trabajo, otros en los de deportes y otros una aportación general de los ministerios que se involucran, como (Salud. Trabajo, Deporte, principalmente) y les acompañan las empresas privadas para incluir su propaganda.</li></ul>	
<b>Responsable:</b> <b>ENTE DE PROMOCIÓN DE DEPORTE Y CULTURA CORPORATIVOS (EPPDCC)</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Consejo Superior de Deportes</li><li>— Sindicatos y Patronales</li><li>— Empresas</li></ul>	

**Actuación del CSD:**

El CSD colaboraría en la organización de este tipo de eventos facilitando instalaciones y otros medios de similares características de los que dispusiese la propia institución para la realización de tales eventos.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Esta medida pretende actuar como canal 'mediático' para la práctica constante del deporte entre los trabajadores fomentando así un tipo de práctica no puntual, creando conciencia dentro de la organización y promoviendo la conciliación de la práctica de deporte en el ámbito laboral.

**Coste / Posibles vías de financiación:**

Esta propuesta podría ser liderada por el Ente de Promoción de Deporte y Cultura Corporativos existente en la actualidad. La función del CSD, con la colaboración de organismos patronales o sindicales, sería la de apoyar económicamente el evento y garantizar su máxima difusión en los medios.

**Evaluación, seguimiento, indicadores:**

Para evaluar la organización e interés que este campeonato podría ocasionar entre las empresas, se pueden establecer medidas de participación a lo largo del campeonato que aseguren que la realización del mismo resulta efectiva y de este modo se evaluaría posibles premisas referidas a la inclusión de nuevas modalidades, grupos de participación o similares, destinadas a la mejora de la organización de los eventos.

**Temporalización:**

Establecimiento de la comisión de trabajo -- 3 meses.

Planificación y calendarización de los eventos del campeonato – 3 meses.

Se obtendrán informes de carácter semestral que aseguren que se cumplen con los objetivos propuestos en la planificación.

**Observaciones:**

La organización de este tipo de campeonatos resulta ser un proyecto ambicioso y que implica la colaboración y participación de diferentes entes.

Para la implementación de este tipo de acontecimientos se deberán tener en cuenta líneas de actuación descritas anteriormente.



<b>18</b>	<b>FOMENTAR PROGRAMAS DE ACCESO A LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA PERSONAS EN SITUACIÓN DE DESEMPLEO</b>
<b>Descripción:</b> <p>Las personas en situación de desempleo, además de sufrir problemas a nivel económico, se ven abocadas a un cambio en sus estilos de vida que desestructuran sus actividades y rutinas habituales, que acaban traduciéndose en problemas psíquicos muchas veces tanto o más importantes que los económicos.</p> <p>Unos programas que permitieran un acceso a la práctica físico-deportiva permitiría a las personas en situación de desempleo tener una ocupación periódica a la vez que permitiría mejorar su autoestima en el tiempo en que permaneces sin ocupación laboral.</p>	
<b>Responsable:</b> <b>SERVICIO PÚBLICO DE EMPLEO ESTATAL (INEM)</b> <b>perteneciente al MINISTERIO DE TRABAJO E INMIGRACIÓN</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Consejo Superior de Deportes</li><li>— Sindicatos</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> <p>El CSD debería asesorar en los contenidos técnicos y de organización al Servicio Público de Empleo Estatal para desarrollar los programas que se establezcan.</p>	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Los objetivos a conseguir pasarían por incrementar los índices de práctica deportiva de la población en general a través de actuaciones concretas sobre personas en situación de desempleo.</p>	
<b>Coste / Posibles vías de financiación</b> <p>El alcance del coste de dicha actuación variará en gran medida en función de cómo se acabe concretando la propuesta. Dicha propuesta podría pasar desde la gestión directa de un servicio de práctica físico-deportiva a través de los municipios hasta la subvención parcial de los programas existentes de actividad física y salud en el municipio.</p>	

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Se podría evaluar el número de programas que se han implantado o bien desarrollado a través de las subvenciones otorgadas por el Servicio Público de Empleo Estatal.

**Temporalización**

Establecimiento de los contactos iniciales y planteamiento del programa con el INEM – 3 meses.

Comunicación del programa a través de las diferentes sedes del INEM en el territorio español – 3 meses.

**Observaciones**

La propuesta aquí presentada, aunque no se incluiría literalmente en el ámbito laboral, si que se considera de gran interés especialmente en el contexto socio-económico en el que se encuentra actualmente el país.

## 8. DESCRIPCIÓN DE INDICADORES A ALCANZAR

En el detalle de las propuestas se han identificado los elementos a tener en cuenta para llevar a cabo el seguimiento de cada una de las mismas. A continuación se describen los **6 indicadores generales** que deberían analizarse periódicamente para garantizar la consecución de los objetivos establecidos en este documento.

	<b>Descripción indicador</b>	<b>Periodicidad en la medición</b>
<b>1</b>	Número de publicaciones en los que aparece información acerca de los beneficios de la actividad física en el ámbito laboral o bien de los trastornos musculoesqueléticos producidos debido al puesto de trabajo.	Semestral
<b>2</b>	Número de organismos públicos y privados, a escala nacional o autonómica, con las que se está trabajando en proyectos de promoción de la actividad física en el ámbito laboral.	Anual
<b>3</b>	Número de empresas que están implicadas en programas de promoción de la actividad física y deportiva en el ámbito laboral.	Trimestral
<b>4</b>	Evolución de los índices de satisfacción laboral, ausentismo laboral y productividad en empresas con proyectos vinculados a la práctica deportiva.	Anual
<b>5</b>	Número de participantes en los Campeonatos organizados por el Ente Español de Promoción de Deporte y Cultura Corporativos.	Anual
<b>6</b>	Índice de práctica deportiva en el ámbito laboral, de acuerdo con las encuestas de hábitos deportivos realizadas por M. García Ferrando en el CIS.	Cuatrerial

## **9. BIBLIOGRAFIA Y WEBGRAFIA**

### **9.1 BIBLIOGRAFÍA**

PINTANEL M. et al. (2007). Metodología de evaluación formativa de una intervención para promover la actividad física a nivel comunitario. *Revista de psicología del deporte*. Barcelona. Vol. 16, Núm. 1, pp. 25-40.

PINTANEL M. et al. (1999) Una intervención motivacional para pasar del sedentarismo a la actividad física en mujeres universitarias. *Revista de Psicología del Deporte*. Barcelona. Vol. 8, Núm. 1, pp. 53-66.

CASIMIRO AJ. et al. Escuela de espalda de la Universidad de Almería. No publicado.

CASIMIRO AJ. et al. Programa de actividad física y de prevención de riesgos psicosociales en el ámbito laboral. No publicado.

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO (2007). Trastornos músculo-esqueléticos. Campaña 'Aligera la carga'. ErgaFP. Madrid. Núm. 54.

NGUYEN HQ. Et al. (2008). Relación entre la actividad física y los costes sanitarios. *Preventing Chronic Diseases*. Vol. 5, Núm. 1.

MARTÍNEZ-LÓPEZ, E. et al. (2008) Inactividad física y ausentismo en el ámbito laboral. *Revista Salud Pública*. Medellín (Colombia). Vol. 10, Núm. 2, pp. 227-238.

MUYOR, JM. et al. (2008) Programa de escuela de espalda en la Universidad de Almería. Comunicación presentada en el IV Congreso Internacional y XXV Nacional de Educación Física, Abril 2008.

PROPER KI. Et al (2006). Relación entre una actividad física moderada e intensa y las bajas por enfermedad leve en el puesto de trabajo. *British Journal of Sports Medicine*. Vol. 40, Núm. 1, pp. 173-178.

## **9.2 WEBGRAFÍA**

### Páginas de salud laboral

- [www.insht.es](http://www.insht.es)
- [www.health-evidence.ca](http://www.health-evidence.ca)
- [www.sjweh.fi](http://www.sjweh.fi)

### Páginas de deporte y eventos deportivos en el ámbito laboral

- [www.losjuegosdelasempresas.com](http://www.losjuegosdelasempresas.com)
- [www.jocsinterempresas.com](http://www.jocsinterempresas.com)
- [www.deporteaficionados.org](http://www.deporteaficionados.org)
- [www.deportelaboralaragon.org](http://www.deportelaboralaragon.org)

### Artículos de interés

- [http://www.foroganasalud.es/noticia.php?noticia\\_id=335](http://www.foroganasalud.es/noticia.php?noticia_id=335)
- <http://www.cercosa.com/profesional/informacion/noticias/archivo/238-empresasaludable.html>

## 10. ESTUDIO DE LOS INCENTIVOS FISCALES A EMPRESAS QUE DESTINAN RECURSOS A PROMOVER Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA.

*D. Santiago Prados*

Lo primero que debe destacarse es la inexistencia en la actualidad de una deducción o beneficio fiscal específico o concreto destinado a las empresas que dediquen determinados recursos a facilitar, promover o fomentar la práctica de un “deporte laboral”. Tales acciones deben encauzarse jurídicamente en la actualidad bajo la figura del “mecenazgo”, regulado por la Ley 49/2002, de 23 de diciembre, de régimen fiscal de las entidades sin fines lucrativos y de los incentivos fiscales al mecenazgo. En esta Ley, además de contemplarse el régimen fiscal de las entidades sin fines de lucro, se dedica el título III a los incentivos fiscales del mecenazgo de las entidades que organizan, promueven, protagonizan o participan en el mundo del deporte haciendo llegar recursos económicos. Es decir, de incentivos que pretenden atraer dinero privado hacia el deporte. Veamos, seguidamente, cuáles son éstos:

Son cuatro los mecanismos diferentes:

1. Donativos, donaciones y aportaciones.
2. Convenios de colaboración empresarial.
3. Gastos en actividades de interés general.
4. Programas de apoyo a acontecimientos de excepcional interés público.



1. *Donativos, donaciones y aportaciones*

Normativa aplicable: Ley 49/2002 y del Real Decreto Legislativo 4/2002, de 5 de marzo, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley del Impuesto sobre Sociedades. Por su parte, las actividades prioritarias de mecenazgo que están reconocidas en la Ley de Presupuestos Generales del Estado nada tienen que ver con incentivar la participación privada en la financiación del mundo del deporte.

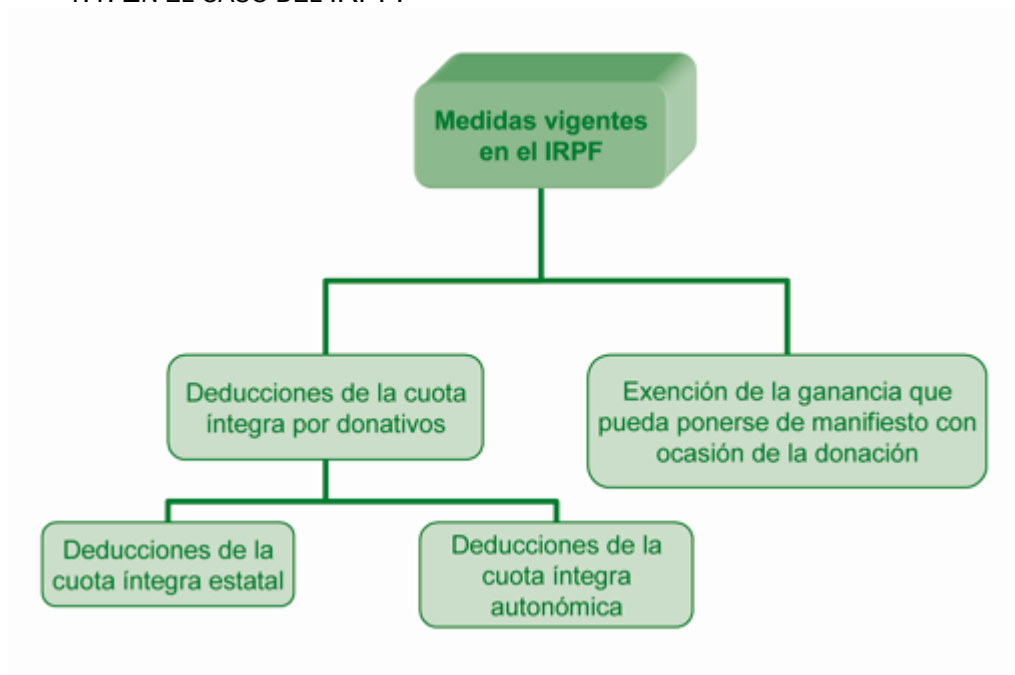
Por desgracia, **en nuestro caso, no resultan aplicables** dado que las medidas previstas son: por un lado, una deducción en la cuota íntegra del impuesto personal de quien realice un donativo a favor de las federaciones deportivas españolas, las federaciones deportivas territoriales de ámbito autonómico integradas en aquéllas, el Comité Olímpico Español y el Comité Paralímpico Español; por otro, la exención de las rentas positivas o ganancias patrimoniales que se pongan de manifiesto en el transmitente con ocasión de una donación a favor de las federaciones deportivas españolas, las federaciones deportivas territoriales de ámbito autonómico integradas en aquéllas, el Comité Olímpico Español y el Comité Paralímpico Español. Por lo que al impuesto de sociedades se refiere, permite a las sociedades anónimas deportivas deducir, bajo el cumplimiento de unas condiciones, las cantidades satisfechas en concepto de donación a las federaciones deportivas españolas, territoriales de ámbito autonómico y los clubes deportivos.

No hay más beneficios individualmente reconocidos. Eso no significa que no existan otras medidas que, si bien no están pensadas de forma inmediata para incentivar el deporte, **si son aplicables en cuanto el deporte sea considerado como una actividad cultural, en cuyo caso existirán algunas deducciones autonómicas propias aplicables en el Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas. También cuando el destinatario del donativo, el receptor, sea alguna otra entidad sin ánimo lucrativo de las previstas en la Ley 49/2002 al margen de enunciadas antes (por ejemplo, una fundación deportiva o una asociación deportiva declarada de utilidad pública) adquirirán vigencia otras medidas previstas por el propio texto legal, así como la deducción en la cuota íntegra prevista en la legislación estatal del IRPF.**

Teniendo en cuenta esto último, según sea una persona física o jurídica, residente o no residente en territorio español, la incidencia debería observarse en el Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas (IRPF), el Impuesto sobre Sociedades (IS) o el Impuesto sobre la Renta de No Residentes (IRNR), además del Impuesto municipal sobre el Incremento de Valor de los Terrenos de Naturaleza Urbana (IIVTNU):

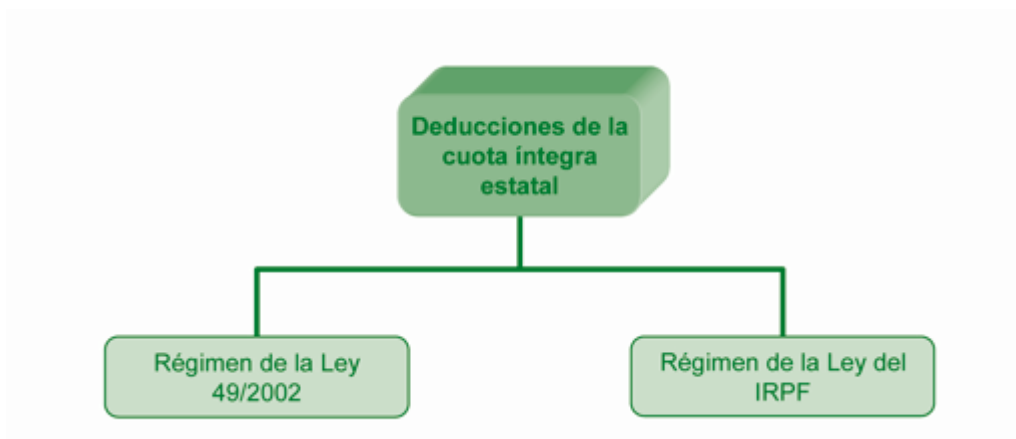
IMPUESTO	MEDIDA	SUJETO BENEFICIARIO
IRPF	1. Deducciones de la cuota íntegra estatal y autonómica	Donante
	2. Exención de la ganancia patrimonial que genere la donación	Donante
IS	1. Deducciones de la cuota íntegra	Donante
	2. Exención de la ganancia patrimonial que genere la donación	Donante
IRNR	1. Deducciones de la cuota íntegra	Donante
	2. Exención de la ganancia patrimonial que genere la donación	Donante
IIVTNU	Exención del incremento que se pueda manifestar con ocasión de la donación	Donatario

#### 1.1. EN EL CASO DEL IRPF:



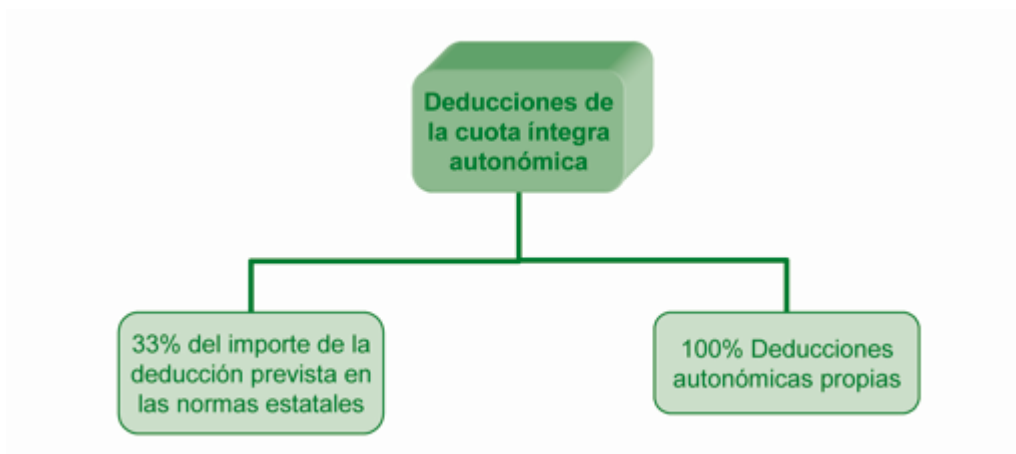
A su vez, las deducciones de la cuota íntegra estatal pueden ser:





Siendo así que el régimen de la Ley 49/2002, según se ha visto, no resulta actualmente aplicable al deporte laboral, sí podría tener cabida en cambio el régimen alternativo de la Ley del IRPF, es decir, para aquellos casos en que no sea posible aplicar el previsto en la Ley 49/2002, porque la entidad perceptora no sea alguna de las relacionadas en el artículo 2 o no reúna los requisitos del artículo 3 de esta norma, aunque sí cumpla los reclamados por el propio artículo de la Ley del IRPF: que sea una **fundación que esté legalmente reconocida** y rinda cuentas al órgano de protectorado correspondiente o sea una **asociación que haya sido declarada de utilidad pública**.

El sistema que sigue es el siguiente:



Conviene tener presente en el caso de las deducciones de la cuota íntegra autonómica que existen dos tipos de deducciones:

— La prevista en la propia Ley estatal. **Esta medida no está directamente vinculada con el hecho de que el perceptor sea una entidad relacionada con la actividad deportiva, sino que tiene un contenido mucho más amplio que tiende a incentivar en términos generales los donativos en favor de fundaciones, asociaciones y otras entidades.**

— Las aprobadas por las Comunidades Autónomas en el ejercicio de la capacidad normativa reconocida en la Ley 21/2001.

Entre las deducciones autonómicas Cantabria, que tiene una deducción propia directamente vinculada a donativos en favor del deporte, si bien el perceptor debe ser necesariamente una fundación. En el mismo caso se encuentran las CCAA de Madrid y Castilla y León, aunque no específicamente al deporte sino a fundaciones con fines culturales, asistenciales o sanitarios o cualesquiera otros de naturaleza análoga a éstos. Mención aparte estarían las deducciones de la cuota íntegra en los territorios históricos, Navarra y País Vasco, donde no se aplica la Ley estatal sino sus propias normas: en el caso de Navarra el 20 por 100 de la cuota por las donaciones a fundaciones y de otras actuaciones de colaboración en actividades de interés general; en el País Vasco, en los casos de Guipúzcoa y Vizcaya las deducciones por mecenazgo a entidades sin fines lucrativos no podrá exceder del 30 por 100 de la base liquidable de este Impuesto (y, en el caso de Álava, podrán aplicar las deducciones previstas para este Impuesto en las Normas Forales reguladoras del régimen fiscal de las entidades sin fines lucrativos y de los incentivos fiscales al mecenazgo e igualmente podrán deducir el 10 por 100 de las cantidades donadas a las fundaciones legalmente reconocidas que rindan cuentas al órgano del protectorado correspondiente, así como a las asociaciones declaradas de utilidad pública, sin superar el 30 por 100 de la base liquidable.

Como resumen:

	RÉGIMEN ESTATAL LIRPF	RÉGIMEN LEY 49/2002	DEDUCCIONES AUTONÓMICAS PROPIAS
% deducción	10%	25%	
Base máxima de la deducción	10% base liquidable	10% base liquidable	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cantabria: 15% donación, con el límite máximo de base de deducción del 10% de la base liquidable</li> <li>• Castilla y León y Comunidad de Madrid: 15% donación, con límite también a la base máxima</li> </ul>
Importe máximo de la deducción	Saldo positivo cuota íntegra (límite conjunto a todas las deducciones). No hay posibilidad de reservar el importe no deducido para años sucesivos	Saldo positivo cuota íntegra (límite conjunto a todas las deducciones). No hay posibilidad de reservar el importe no deducido para años sucesivos	
Aplicación de la deducción	Prorrrateo: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 67% cuota íntegra estatal</li> <li>• 33% cuota íntegra autonómica</li> </ul>	Prorrrateo: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 67% cuota íntegra estatal</li> <li>• 33% cuota íntegra autonómica</li> </ul>	100% cuota íntegra autonómica

	REGÍMENES FORALES			
	NAVARRA	TERRITORIOS VASCOS		
		ALAVA		GUIPUZCOA Y VIZCAYA
		Norma Foral Entidades no lucrativas	Norma Foral IRPF	
% deducción	20%	30%	10%	30%
Base máxima de la deducción	20% base liquidable	30% base imponible minorada	30% base imponible minorada	30% base imponible minorada
Importe máximo de la deducción	Saldo positivo cuota íntegra (límite conjunto a todas las deducciones). No hay posibilidad de reservar el importe no deducido para años sucesivos	Saldo positivo cuota íntegra (límite conjunto a todas las deducciones). No hay posibilidad de reservar el importe no deducido para años sucesivos	Saldo positivo cuota íntegra (límite conjunto a todas las deducciones). No hay posibilidad de reservar el importe no deducido para años sucesivos	Saldo positivo cuota íntegra (límite conjunto a todas las deducciones). No hay posibilidad de reservar el importe no deducido para años sucesivos
Aplicación de la deducción	100 % cuota íntegra única	100 % cuota íntegra única	100 % cuota íntegra única	100 % cuota íntegra única

El otro gran incentivo fiscal a quienes efectúen donaciones a favor de entidades no lucrativas en general es la exención de la posible ganancia patrimonial que pueda generarse en el IRPF como consecuencia de la realización de tal operación.

### Conclusiones y propuestas:

*Primera.* La realización de donativos por parte de personas físicas residentes goza de dos beneficios diferentes: una deducción en cuota y la exención de tributación de la posible alteración patrimonial que tal transmisión pueda generar en el donante. No afecta a empresas como persona jurídica mercantil.

*Segunda.* Regímenes de la deducción en función del tipo de Comunidad Autónoma. El régimen de la deducción en la cuota íntegra por donativos es diferente según hablemos de Comunidades Autónomas de régimen común o foral. Entre las primeras admite dos posibilidades: el sistema previsto en la Ley 49/2002 o el recogido en la propia Ley del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas. La diferencia esencial entre ambos es de índole cuantitativa; mientras que el porcentaje de deducción en el primero es del 25 por 100, en el segundo es del 10 por 100. En los territorios forales, salvo en Álava, sólo hay una tipología: la deducción prevista en la normativa propia reguladora de los incentivos fiscales al mecenazgo; si el receptor de la donación no es alguna de las entidades protegidas por la Norma foral de mecenazgo, no hay en la Normas forales reguladora del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas una deducción alternativa, ni siquiera de cuantía menor, a la que poder recurrir.

*Tercera.* Los donativos son el mecanismo más sencillo y altruista de fomentar el deporte. Estamos ante una deducción que podría aumentarse por parte del Estado en una futura reforma legislativa, quizás hasta llegar a un 15 por 100, equiparándola de este modo al porcentaje vigente en otras deducciones

*Cuarta.* Las Comunidades Autónomas de régimen común no pueden modificar la regulación vigente de la deducción por donativos. Propuesta: reformar la Ley del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas para “liberalizar” parcialmente la deducción por donativos, equiparándola al régimen de la deducción por inversión en vivienda habitual, en el sentido de permitir que las Comunidades Autónomas puedan, dentro de unos márgenes, asumir responsabilidades fiscales en orden a la regulación de este tipo de deducción.

*Quinta.* Las Comunidades Autónomas tienen competencia para crear deducciones autonómicas propias aplicables sobre la cuota íntegra autonómica. Propuesta: conveniencia de plantear la posible creación de deducciones autonómicas propias que fomenten la participación privada en el mundo del deporte, tal y como ha establecido Cantabria, y específicamente para aquellas actividades físicas/deportivas en o con ocasión del trabajo.

*Sexta.* Exención de la eventual ganancia patrimonial que se genere por la donación en el donante.

*Séptimo.* El problema que se plantea con las actividades físicas y/o deportivas en el ámbito laboral viene dado por la personificación jurídica exigida del receptor de la donación para que el beneficio fiscal opere al empresario individual. Se exige en todos los casos bien una entidad deportiva de las previstas en la Leyes del Deporte, bien fundaciones o bien, en general, entidades sin fines de lucro o que ostente un reconocimiento como de utilidad pública. Por ello debe solventarse satisfactoriamente la instrumentación que para tal efecto se prevé en relación con la constitución de asociaciones *ad hoc* y del ente de promoción deportiva a nivel estatal del deporte laboral.

## 1.2. EN EL CASO DEL IMPUESTO DE SOCIEDADES (IS):

Como es sabido, el IS es un tributo no cedido a las Comunidades Autónomas. El problema, al igual que lo ocurrido con el ya visto con la Ley 49/2002, de 23 de diciembre, de régimen fiscal de las entidades sin fines lucrativos y de los incentivos fiscales al mecenazgo, es que sólo son deducibles las cantidades satisfechas y el valor contable de los bienes entregados en concepto de donación en cuanto sean aplicables a la consecución de los fines propios de las siguientes entidades donatarias: **las federaciones deportivas españolas, territoriales de ámbito autonómico y los clubes deportivos, en relación a las cantidades recibidas de las sociedades anónimas deportivas para la promoción y desarrollo de actividades deportivas no profesionales**, siempre que entre las referidas entidades se haya establecido un vínculo contractual oneroso necesario para la realización del objeto y finalidad de las referidas federaciones y clubes deportivos.

Como puede observarse, además, la deducción sólo opera para las sociedades anónimas deportivas quedando fuera el resto. Es más, para las empresas los donativos y liberalidades no se consideran gastos fiscalmente deducibles.

Por su parte, si bien la Ley 49/2002 recoge otras medidas exige, según lo analizado, que si la entidad receptora de la donación no reúne las condiciones previstas en dicha Ley 49/2002 el donante no podrá aplicar ningún incentivo fiscal por el hecho de efectuar una donación en su favor. Recuérdesse: federaciones

deportivas españolas, las federaciones deportivas territoriales de ámbito autonómico integradas en aquéllas, el Comité Olímpico Español y el Comité Paralímpico Español.

Queda, por tanto, fuera de esta posibilidad cualquier deducción del IS derivada de donaciones con ocasión de la actividad física/deportiva en el ámbito laboral. Ello nos exime del análisis detallado de tales deducciones.

Tampoco genera deducción alguna en el IS el eventual gravamen de las ganancias patrimoniales generadas.

Es aquí donde debiera, como propuesta, operarse una modificación ampliando el elenco de entidades destinatarias para la procedencia de la deducción en el IS bien como gasto deducible de la base imponible o bien como deducción de la cuota.

### 1.3. OTRAS MEDIDAS FISCALES SOBRE DONACIONES DE LA LEY 49/2002

#### 1.3.1. Las actividades prioritarias de mecenazgo

La Ley de Presupuestos Generales del Estado podrá establecer una relación de actividades prioritarias de mecenazgo en el ámbito de los fines de interés general, Donativos, donaciones y aportaciones citados en el número 1.º del artículo 3 de esta Ley, así como las entidades beneficiarias, de acuerdo con su artículo 16.

En relación con dichas actividades y entidades, la Ley de Presupuestos Generales del Estado podrá elevar en cinco puntos porcentuales, como máximo, los porcentajes y límites de las deducciones establecidas en los artículos 19, 20 y 21 de esta Ley.

La norma está habilitando a la Ley de Presupuestos Generales del Estado para que apruebe la relación de tales actividades, así como para que adopte medidas en cuanto a la posibilidad de incrementar los porcentajes y límites.

Podría proponerse, en tal sentido, que una de dichas actividades prioritarias fuera el deporte laboral, si bien, todo hay que decirlo, hasta ahora no ha habido ninguna relacionada con el deporte.

#### 1.3.2. La exención en el impuesto sobre el incremento de valor de los terrenos de naturaleza urbana

Están exentos del Impuesto sobre el Incremento de Valor de los Terrenos de Naturaleza Urbana (tributo local) los incrementos que se pongan de manifiesto en las transmisiones de terrenos, o en la constitución o transmisión de derecho reales de goce limitativos del dominio, realizadas con ocasión de los donativos, donaciones y aportaciones a que se refiere el artículo 17 de esta Ley.

De poco interés, pues el beneficio fiscal que establece la Ley 49/2002 no es en favor del sujeto que realiza la donación de un inmueble urbano, sino de la entidad receptora.

## *2. Los convenios de colaboración empresarial en actividades de interés general*

Es el segundo mecanismo jurídico de mecenazgo, que se define como aquel por el cual las entidades a que se refiere el artículo 16, a cambio de una ayuda económica para la realización de las actividades que efectúen en cumplimiento del objeto o finalidad específica de la entidad, se comprometen por escrito a difundir, por cualquier medio, la participación del colaborador en dichas actividades. En tal caso, las cantidades satisfechas o los gastos realizados tendrán la consideración de gastos deducibles para determinar la base imponible del Impuesto sobre Sociedades de la entidad colaboradora o del Impuesto sobre la Renta de no Residentes de los contribuyentes que operen en territorio español mediante establecimiento permanente o el rendimiento neto de la actividad económica de los contribuyentes acogidos al régimen de estimación directa del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas.

Es indudable que sería una excelente medida para fomentar las actividades deportivas en el ámbito laboral, entre empresario y las asociaciones, aunque con dos obstáculos importantes:

1. El beneficiario de la ayuda económica tiene que ser una entidad de las protegidas en la Ley 49/2002. Se exige que la intervención del sujeto benefactor en los fines de interés general se canalice a través de una entidad sin ánimo lucrativo. Hay que tener en cuenta que las entidades sin ánimo de lucro sólo figuran, entre otras no relacionadas con nuestro objeto de estudio, las fundaciones, las asociaciones declaradas de utilidad pública y las federaciones deportivas españolas, las federaciones deportivas territoriales de ámbito autonómico integradas en aquéllas, el Comité Olímpico Español y el Comité Paralímpico Español.

2. El otorgante de la ayuda económica ha de ser bien una entidad sujeta al IS, al IRNR que opere mediante establecimiento permanente en territorio español, o bien un empresario persona física que determine el rendimiento de su actividad económica en estimación directa (normal o simplificada). Es decir, se excluye del ámbito de aplicación del incentivo a los empresarios que cuantifiquen sus rendimientos de la actividad bajo estimación objetiva.

Lástima **el primer inconveniente difícilmente salvable**, ya que este mecanismo es idóneo. Realmente no es una donación en sentido estricto, sino negocios concertados entre dos sujetos, uno de los cuales debe ser una entidad vinculada al deporte sin fin lucrativo que se compromete a difundir la participación del otro sujeto en un determinado evento a cambio de una aportación económica. Ambos salen beneficiados: la entidad deportiva no lucrativa consigue dinero a cambio de promoción; el sujeto colaborador que concede la ayuda obtiene, por una parte, publicidad a cambio de esa ayuda económica, y, por otra, la posibilidad de considerar las cantidades satisfechas y los gastos desembolsados como gasto deducible en su impuesto personal.

Resulta interesante que en esta materia de colaboración, según la estadística para el 2005 elaborada por la Asociación Española para el Desarrollo del Mecenazgo Empresarial, el ámbito de actuación referido al «Deporte» se asocia claramente con la motivación «Notoriedad de marca», siendo así que «Las empresas desarrollarían acciones en el ámbito del «Deporte» al permitirles obtener una elevada notoriedad de marca.».

### *3. Gastos en actividades de interés general*

Tiene la ventaja de que el beneficiario del gasto no tiene que ser una entidad no lucrativa. En este caso es la empresa, empresario o profesional es quien directamente realiza la actividad de interés general. Los sujetos que efectúen gastos, sin límites cuantitativos, relacionados con una actividad de interés general puedan considerarlos como gasto deducible de su impuesto, sin que sea condición a tal efecto que el receptor sea una entidad concreta; es decir, no es preceptiva la intermediación de una entidad sin ánimo lucrativo entre los fines de interés general y las empresas que incurren en esos gastos. El requisito es que el gasto se vincule con una actividad de interés general y no con un sujeto concreto. Y recordemos que según el artículo 3.1º de la Ley 49/2002 son fines de interés general, entre otros, los “deportivos” y los “sanitarios”.

Sólo podrán beneficiarse de esta medida los sujetos que sean contribuyentes del IS, del IRNR que operen mediante establecimiento permanente o del IRPF que establezcan el rendimiento de la actividad económica por estimación directa. Quedan fuera los sujetos pasivos del Impuesto sobre la Renta de no Residentes que no operen mediante establecimiento permanente en territorio español y los sujetos pasivos del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas cuando determinen los rendimientos de la actividad económica en estimación objetiva.

**Es un mecanismo plenamente aplicable y muy recomendable para las actividades físicas y deportivas que se lleven a cabo por el propio empresario a favor de sus trabajadores.**

### *4. Programas de apoyo a acontecimientos de excepcional interés*

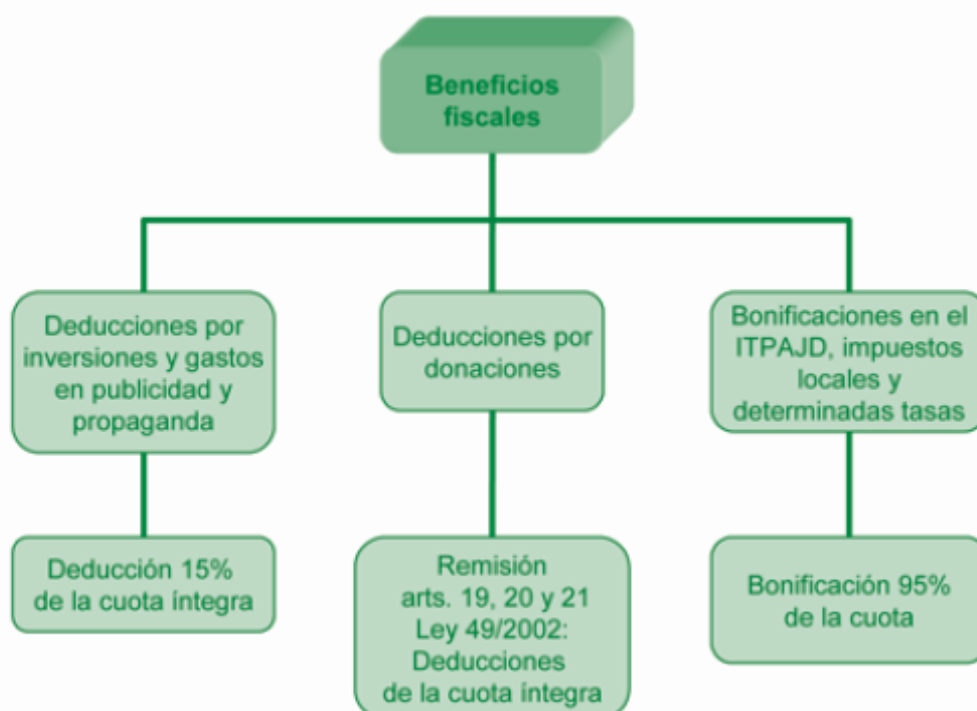
Son programas de apoyo a acontecimientos de excepcional interés público el conjunto de incentivos fiscales específicos aplicables a las actuaciones que se realicen para asegurar el adecuado desarrollo de los acontecimientos que, en su caso, se determinen por Ley. La Ley que apruebe cada uno de estos programas regulará, al menos, los siguientes extremos: a) La duración del programa, que podrá ser de hasta tres años. b) La creación de un consorcio o la designación de un órgano administrativo que se encargue de la ejecución del programa y que certifique la adecuación de los gastos e inversiones realizadas a los objetivos y planes del mismo. En dicho consorcio u órgano estarán representadas, necesariamente, las Administraciones públicas interesadas en el acontecimiento y, en todo caso, el Ministerio de Hacienda. Para la emisión de la certificación será necesario el voto favorable de la representación del Ministerio de Hacienda. c) Las líneas básicas de las actuaciones que se vayan a organizar en apoyo del acontecimiento. d) Los beneficios fiscales aplicables a las actuaciones a que se refiere el párrafo anterior.

Respecto a esto último, la aplicación de los beneficios fiscales estará sujeta, en todo caso, a la Ley específica por la que se apruebe el programa de apoyo al acontecimiento de excepcional interés público correspondiente. Los incentivos no aparecen por lo tanto dentro de la Ley 49/2002, sino que es la ley que apruebe

cada programa la que se encargará de esta cuestión, limitándose el artículo 27 a contemplar los incentivos máximos que pueden reconocerse.

Los beneficios pueden agruparse en tres bloques:

- Deducciones en los impuestos que gravan la renta por inversiones y gastos realizados.
- Deducciones en los impuestos que gravan la renta por donaciones efectuadas.
- Bonificaciones en el Impuesto sobre Transmisiones Patrimoniales y Actos Jurídicos Documentados, impuestos locales y determinadas tasas.



El problema está, en relación con la materia objeto de estudio, con su aplicación al Deporte laboral, pues este mecanismo está reservado sólo para acontecimientos deportivos extraordinarios de nivel internacional, como son actualmente la «Copa América 2007», «Programa de preparación de los deportistas españoles de los Juegos de Pekín 2008», «Alicante 2008. Vuelta al Mundo a Vela», «Barcelona World Race» o el recién estrenado «Programa de preparación de los deportistas españoles para Londres 2012».

En conclusión, resulta de muy difícil aplicación, por no descartarla totalmente, a las actividades físicas y deportivas ordinarias en la empresa, a excepción quizás de algún evento que pueda celebrarse en nuestro país por alguna de las organizaciones internacionales europeas del deporte laboral.

Como resumen final de los beneficios fiscales examinados y su aplicación a las actividades físicas y deportivas en la empresa el panorama no puede ser más



desolador, pues las mismas no son de aplicación o lo serían muy difícilmente en el mejor de los casos, con la salvedad de los gastos en actividades de interés general. Se requiere una necesaria y urgente reforma de la Ley 49/2002, ampliando en primer término el ámbito de las entidades sin ánimo de lucro para incluir a clubes deportivos no profesionales y asociaciones de trabajadores entre cuya finalidad sea la práctica de la actividad física y el deporte, o bien que por la Administración General del Estado se reconozcan a tales asociaciones como de utilidad pública. En segundo lugar, trasladar tal modificación a la regulación concreta de los incentivos fiscales al mecenazgo contenidos en el título III de la misma Ley en concordancia con aquellas otras modificaciones que exigirían las normas propias de los tributos afectados.

No cabe duda tampoco que, en todo caso, las deducciones fiscales, según el marco jurídico examinado, pasan en la práctica totalidad de los supuestos por el requisito de la personificación jurídica del beneficiario, es decir, fundación, asociación o entidad deportiva, lo cual debería tenerse en cuenta a la hora de poner en marcha las acciones del Plan en este ámbito laboral.

## 11. PROPUESTAS CONCRETAS PARA LA REALIZACIÓN DE ESTUDIOS PILOTO EN ORGANIZACIONES.

### Proyecto UAB. *Xavier Isern*

---

#### Grupo de investigación:

El programa **uniesport-bcn** del Servei d'Activitat Física de la UAB y el Grupo de Investigación en ESTILO DE VIDA Y SALUD (2005SGR-00318) del Laboratori de Psicologia de l'Esport, UAB.

#### Descripción:

La práctica regular de ejercicio físico mejora el bienestar y la calidad de vida de las personas y puede comportar grandes beneficios para la propia Persona y para la Empresa, como la reducción del estrés y la mejora de los estados depresivos.

La reducción de las bajas laborales, el absentismo y la mejora del clima laboral, son aspectos –entre otros- que la Empresa puede tener en consideración al invertir en proyectos de responsabilidad social corporativa dirigidos a los propios trabajadores.

Según los datos de los estudios realizados al respecto, más de un 60% de Trabajadores de las Administraciones Públicas son sedentarios.

Para posibilitar estos cambios de hábitos y reducir patologías y molestias asociadas a la inactividad y al sedentarismo, proponemos aplicar un programa de prescripción y seguimiento de ejercicio físico a un grupo de Trabajadores de la Administración Pública sedentarios durante un año.

Con tal de analizar el impacto de la intervención, esta se enmarcará en un estudio de investigación en el que analizaremos los cambios de estilo de vida, de condición física, de bienestar y de calidad de vida en una muestra de Trabajadores sedentarios, y su repercusión en el ausentismo y las bajas laborales, en comparación con un grupo de control adecuado que no recibirá la intervención.

Proponemos una convocatoria dirigida a todo el colectivo PAS i PDI (unos 6000 Trabajadores), invitándolos a participar en este grupo piloto, ofreciéndoles una flexibilización horaria de 30 minutos tres días por semana (a recuperar) y un acceso gratuito a las instalaciones, actividades y servicios del Servei d'Activitat Física (SAF) de la Universidad Autònoma de Barcelona (UAB).

De los voluntarios que se quieran acoger al programa, escogeremos al azar una muestra representativa de 200 Trabajadores estratificada por edades y género, que dividiremos en dos grupos equitativos, uno que recibirá la intervención y el otro que hará las funciones de control.

De este colectivo 100 participaran como grupo experimental y 100 como grupo de control.

Con la aprobación del "Comitè Ètic de Recerca de la UAB" y el consentimiento informado de los participantes, solicitaremos los datos de este colectivo de bajas

laborales y ausentismo de los últimos tres años, garantizando el anonimato y la confidencialidad debidos.

De enero a junio del 2010 aplicaremos los incentivos de flexibilización horaria y acceso gratuito a las instalaciones y servicios deportivos del SAF. De julio a diciembre siguiente desaparecerán estas ventajas, pero seguiremos realizando el seguimiento de la muestra.

A lo largo del año prepararemos un informe individual y colectivo de adherencia al programa y cambio de hábitos (con la relación de datos obtenidos: tipología de práctica, mejoras en los ámbitos aplicados...) y una comparación con el grupo de control.

A lo largo del programa, se realizarán las siguientes evaluaciones e intervenciones secuenciales, algunas solo con el grupo experimental:

- 1.-Evaluación de la percepción de la salud, bienestar y calidad de vida (cuestionario SF-12).
- 2.-Evaluación de la práctica de ejercicio físico (según el modelo de los estados del cambio).
- 3.-Evaluación inicial, continuada y final con seguimiento médico: revisión médica y analíticas de sangre y orina.
- 4.-Para el grupo de intervención: Diseño individual con un técnico especialista de un "itinerario de práctica". Establecimiento de los objetivos individuales de consecución. Seguimiento semanal de la práctica y batería de seguimiento programada. Revisiones al mes y medio, a los tres, a los seis y al final del año. Dos encuestas de satisfacción de evaluación del proceso. Dos encuentros de práctica colectiva con el grupo piloto. Informe individual e final de adherencia al programa con y sin incentivos de práctica.
- 5.- Solicitaremos los datos de bajas laborales y ausentismo de los dos grupos y elaboraremos la memoria y el informe final de valoraciones y conclusiones sobre el rendimiento laboral comparativo.
- 6.-Informe de valoración del impacto económico de esta actuación para la Empresa.

### **Objetivos a conseguir:**

Recogida de los datos de una experiencia de buenas prácticas en este ámbito, dirigida a los Trabajadores de la Administración Pública, con un equipo investigador de referencia que analizará en profundidad la consecución de hábitos relacionados con la práctica de ejercicio físico en este colectivo y sus repercusiones en la Entidad elegida.

Difusión de los resultados y las conclusiones obtenidas.

Identificación de los criterios, pautas y recomendaciones para introducir y consolidar programas de estas características en Organizaciones y Entidades similares.

**Evaluación, seguimiento y indicadores:**

Evaluación inicial y final individual y grupal del colectivo experimental y del colectivo de contraste.

Comparación de los datos de ausentismo y de bajas laborales de los últimos tres años y del año de investigación de los dos colectivos.

Evaluación social y económica del impacto del programa de intervención aplicado.

**Proyecto CASUR. Antonio Casimiro**

---



---

**PLAN INTEGRAL  
PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA  
Y EL DEPORTE**

---

**v.1**



**Deporte en la Universidad**

Grupo de Expertos

## ÍNDICE

<b>1. DESCRIPCIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL</b>	
<b>EN EL ÁMBITO ESTATAL .....</b>	<b>4</b>
<b>1.1. Contexto y marco de actuación .....</b>	<b>7</b>
1.1.1. Antecedentes .....	7
1.1.2. Evolución del nº de Universidades .....	9
1.1.3. Características de la población universitaria .....	11
<b>1.2 El marco legislativo de la LOU .....</b>	<b>14</b>
1.2.1. La formación académica y profesional .....	14
1.2.2. Las Titulaciones Académicas .....	15
1.2.3. El título XIV de la LOU modificada .....	16
<b>1.3. Los programas que se diseñan, gestionan y se llevan a término</b>	
<b>desde los Servicios/Áreas de actividad física o deporte .....</b>	<b>20</b>
1.3.1. Actividades dirigidas .....	20
1.3.2. La competición universitaria .....	23
1.3.3. Las actividades de uso libre .....	31
1.3.4. Los programas para Deportistas de Alto Nivel .....	33
1.3.5. Los programas de apoyo a las actividades de formación e	
investigación de los departamentos universitarios .....	35
<b>1.4. Los Recursos Humanos y la gestión de la Calidad en los</b>	
<b>Servicios de deporte de las Universidades.....</b>	<b>37</b>
<b>1.5. Los presupuestos destinados a la actividad física y el deporte</b>	
<b>en las Universidades españolas .....</b>	<b>39</b>
<b>1.6. Las instalaciones deportivas de las Universidades españolas .....</b>	<b>41</b>
<b>1.7. Conclusiones de la situación actual.....</b>	<b>43</b>
<b>2. DISTRIBUCIÓN COMPETENCIAL.....</b>	<b>49</b>
<b>3. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES.....</b>	<b>52</b>
<b>4. VISIÓN PARA EL FUTURO.....</b>	<b>58</b>
<b>5. OBJETIVOS GENERALES A CONSEGUIR .....</b>	<b>61</b>
<b>6. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA .....</b>	<b>62</b>
<b>7. AGENTES IMPLICADOS. POSIBLES ALIADOS INSTITUCIONALES.....</b>	<b>65</b>
<b>8. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A</b>	
<b>DESARROLLAR .....</b>	<b>67</b>
<b>9. INDICADORES GENERALES .....</b>	<b>131</b>
<b>10. BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>133</b>

## **1. DESCRIPCIÓN Y DIAGNÓSTICO DE DE LA SITUACIÓN ACTUAL EN EL ÁMBITO ESTATAL**

El objeto del presente informe es analizar el deporte que se realiza en la Universidad española y proponer actuaciones de futuro que, conjuntamente, mejoren de manera sustancial su situación a medio y largo plazo.

Antes de entrar con el diagnóstico y situación actual es necesario abordar los términos Deporte y Universitario que son los que han identificado al deporte que se realiza en las universidades. Además esta conceptualización es necesaria pues el entorno donde se lleva a cabo es particular y con unas características propias que marcan un perfil de actuación.

Así, el término “universitario” es fácil de identificar y siguiendo la definición dada por la Real Academia de la Lengua Española (1996) se observa que es algo perteneciente o relativo a la Universidad, es por ello que no necesita de más detalle pues se muestra clara y patente que vamos a referirnos a un elemento, en este caso Deporte, que es propio de la Universidad en su conjunto. No obstante, también es importante recalcar que este entorno de la Universidad es muy amplio y que en él tiene cabida la actividad como servicio, la formación académica y profesional y la investigación.

Es necesario, por tanto, ceñirse a todos los aspectos que desarrolla el concepto de Deporte dentro del entorno de la Universidad en toda su máxima amplitud (Cabezas y Cantos, 1999), si bien esta obviedad se complica cuando se acompaña del término Deporte.

A diferencia del término “universitario”, el término “deporte” es mucho más complejo de desarrollar (Cagigal, 1981; López, 2002). Esto se debe a que en la actualidad la popularización del término Deporte se ha desarrollado incorporando diferentes acepciones que marcan líneas filosóficas y, por tanto, formas de vida diferentes (García, 2006).

Así, el término deporte tiene multitud de significados (MEC, 2000; García, 1993; 1997; 2006), por lo que, hay que verlo como un sistema abierto (García, Puig y Lagardera, 1998), en el que el propio deportista crea su propio perfil, así como su forma de entenderlo.

No obstante y dadas las características del deporte universitario, observamos que

existen algunos elementos que hacen difícil su definición y lo que representa (París, 1997; López, 2002). Los problemas que apuntan estos autores se centran en: 1) la propia definición del término deporte, ya abordada; 2) el paralelismo con la estructura del deporte federado; 3) la identificación del modelo universitario con el modelo de deporte universitario americano, y 4) los diferentes modelos de gestión particulares de cada universidad.

Existen cuatro leyes del deporte autonómicas que presentan sendas definiciones de deporte universitario (Hernando, 2006).

“Toda actividad deportiva, competitiva o recreativa practicada exclusivamente por la población universitaria en el seno de los programas deportivos de las Universidades” art. 57 de la ley del deporte del País Vasco.

También y en la misma línea lo determinan la ley del deporte de la Comunidad de Murcia, la de Navarra y la de Castilla y León en su última ley, nombrando en estos casos a la Comunidad Universitaria.”

Para nosotros, coincidiendo con López (2002), el perfil que debe identificar al deporte en la universidad debe ser ante todo el educativo. Así, sin solución de continuidad con el deporte en edad escolar, y a modo de conclusión, diríamos que se debe entender el concepto de Deporte en la Universidad como un conjunto de actuaciones que eduquen y se alineen con los objetivos principales de la Universidad. Deporte Universitario es aquel que, programado desde las unidades creadas al efecto en las universidades (Vicerrectorados, Áreas, Servicios, etc.), es practicado por los alumnos en su ámbito, con el objetivo de contribuir, no sólo a la mejora de su salud, su calidad de vida y sus condiciones físicas, sino también, y sobre todo, a su formación en valores y en competencias, contribuyendo así, de una manera transversal y durante su permanencia en la Universidad, a su formación integral (L.O.U. mod. Artículo 90).

Además de la formación integral del estudiante, la investigación y la especialización de profesionales son aspectos básicos a tener en cuenta, orientando que la práctica de la actividad físico-deportiva se lleve a término, dentro del enfoque propio de un Sistema Abierto realizado en un entorno Universitario, y en el que se integre la comunidad universitaria como practicante habitual de un programa de actividad física, que contribuya a su educación para la salud y calidad de vida.

Por otra parte, y como aspecto fundamental, se debe procurar evitar que aquellos alumnos que son practicantes habituales, no lo abandonen en su paso a la universidad, Así como convencer y captar a los no practicantes.



## **1.1. CONTEXTO Y MARCO DE ACTUACIÓN**

### **1.1.1. ANTECEDENTES**

Una de las grandes problemáticas que tiene el deporte universitario, o deporte en la universidad, es la falta de datos periódicos que contribuyan a su mejor conocimiento.

Varios han sido los estudios realizados en este ámbito (Cabeza, Cantos, 1999; París, 1997; Benito, 2006; Benet, 1995; Toribio, Flórez, Solís, 1991; Universidad de Valladolid, 2006, Universidad de Córdoba, 2006; Álvarez, Martínez, 1999; López, 1999...). No obstante, todos los esfuerzos realizados han sido fructíferos pero han funcionado de manera poco coordinada. Esto ha provocado que los enfoques que se han realizado hayan sido parciales y desde un punto de vista muy particular dependiendo del interés de las personas que, con dedicación, hacían el análisis y estudio de diferentes temas.

Así, el deporte universitario se encuentra con un continuo de trabajos con orientaciones distintas y aportaciones diferentes que no ayudan a encajar una fotografía real de la situación actual. Además esto no ayuda a que se puedan generar indicadores y unidades de medida, válidas y fiables, para permitir que se pueda extraer una evolución en el tiempo y conocer rápidamente como está el deporte universitario y cual es su evolución en el transcurso de cierto tiempo.

Es cierto que de todos los trabajos publicados, el realizado por Fernando París y Enrique Lizalde en 1997, es el que presenta una estructura metodológica más elaborada, es más, todos los trabajos posteriores deberían tener como punto de referencia la metodología empleada para enfocar nuevas actuaciones. En este documento se plasman una serie de indicadores, totalmente válidos en la situación actual, que nos muestran una fotografía bastante real de la situación del deporte universitario en aquel momento. Hay que tener presente que la respuesta fue de 47 universidades del territorio nacional, lo que suponía un 81% del total de su total y el 97% del alumnado.

Posteriormente no se han elaborado trabajos con la misma metodología, y las iniciativas que se han realizado se han presentado en congresos o jornadas de trabajo que eran, en muchos casos, organizadas por las propias universidades de acuerdo a sus intereses y temas que les preocupaban (riesgos laborales, protección civil, gestión de instalaciones, análisis de la demanda universitaria, programas de los servicios de deporte, financiación del deporte universitario, ...).

Igualmente, el Consejo Superior de Deportes, en adelante CSD, convocaba reuniones del Comité Español del Deporte Universitario, en adelante CEDU, donde trataba temas de interés para las universidades, pero estos se centraban, casi con exclusividad, en los modelos de participación en los Campeonatos de España Universitarios y que deportes se llevarían a cabo.

En los tres últimos años el CSD ha financiado tres estudios que muestran los modelos de deporte universitario. Uno que hace referencia al modelo Americano, Canadiense y Australiano (Terol, 2006), otro que se centra en los modelos de deporte universitario en Europa (Universidad de Valladolid, 2005) y un tercero que se centra en el modelo del deporte universitario español (Universidad de Córdoba, 2006).

El esperado análisis del modelo del deporte universitario español no aportó la información que se requería, lo que ha supuesto no poder extraer una fotografía actual del deporte en la universidad, ni ha permitido avanzar en la selección de indicadores a tener en cuenta para la recogida periódica de información al respecto.

Con estos condicionantes, podemos afirmar que el deporte universitario es ese gran desconocido. Existe, pues ya se ha afirmado en varios foros (Bilbao, 2004; París, 1997; Santiago de Compostela, 2008;...), tiene una gran expectativa, posee un volumen importante de usuarios y usuarias, consume recursos y ofrece una atractiva propuesta para acercar a su comunidad a la actividad física y deportiva. No obstante, sólo se tienen datos parciales y es necesaria una labor coordinada de todos los agentes para lograr hacer un estudio que permita elaborar una serie de indicadores y unidades de medida que muestren que es el deporte universitario en España y por otro lado, permitan conocer su evolución a lo largo del tiempo.

### 1.1.2. EVOLUCIÓN DEL NÚM. DE UNIVERSIDADES

Para entender la dimensión de la situación actual es necesario ver cuantas Universidades hay en el territorio nacional, así como el conjunto de personas que engloban la Comunidad Universitaria y su evolución.

En España hay actualmente 77 Universidades, de ellas 50 son públicas y 27 privadas. Hay 5 Universidades no presenciales, 1 pública (Universidad Nacional de Educación a Distancia, UNED) y 4 privadas (Universidad a Distancia de Madrid, UDIMA; Universitat Oberta de Catalunya, UOC; Universitat Internacional Valenciana, VIU; y la Universidad Internacional de la Rioja, UNIR). De estas cuatro privadas tan sólo la UDIMA y la UOC imparten docencia. Además, y como elemento diferenciador existen dos Universidades especiales que son la Universidad Internacional Menéndez Pelayo y la Universidad Internacional de Andalucía.

Si es bueno conocer cuantas Universidades hay, también es importante conocer como han surgido a lo largo de los años pues muestra el impulso de la descentralización del conocimiento y como políticas de acercar la formación de excelencia a la mayor parte de la población ha hecho que el mapa Nacional Universitario sea muy ambicioso, existiendo 1,7 Universidades por millón de habitantes (Ministerio de Ciencia e Innovación, 2008).

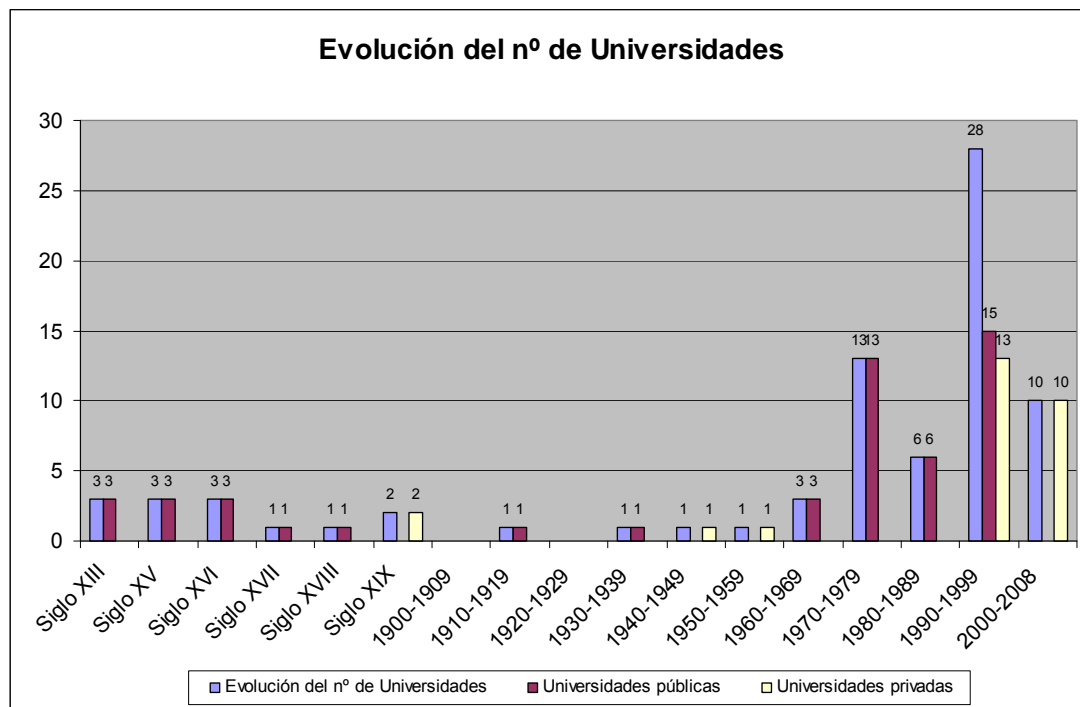


Gráfico nº 1 Evolución del nº de Universidades en el tiempo. Elaboración propia.

Como se puede apreciar se tiene un fuerte impulso a partir de la década de los 70, siendo a partir de 1990 cuando el impulso es muy fuerte y entra como protagonista nuevo la Universidad Privada, creándose 23 de las 27 existentes, el 85,19%, a partir de la década de los 90.

Este crecimiento se vio acompañado de un aumento del alumnado en las diferentes universidades. Los beneficios que han supuesto acercar los estudios superiores a la mayor parte de la población, ha facilitado que su acceso sea más fácil y además se reducen gastos al estudiante por lo que se ha “popularizado” más la educación superior. No obstante, dada la baja natalidad de nuestro país y el envejecimiento de la población en estos últimos años, el número de matriculados en las universidades españolas tiene una disminución progresiva y constante (gráf. nº2), además la previsión que se realiza para el próximo año muestra la misma tendencia (Ministerio de Ciencia e Innovación, 2008).

Esta casuística junto con la de aumento del número de universidades está dibujando un nuevo mapa universitario en el que las universidades van a tener que “competir” entre ellas por la captación de estudiantes y para ello deberán ofrecer Titulaciones serias y atractivas pero, igualmente, deberán ofrecer un conjunto de programas y servicios que hagan decantar al estudiante por una u otra Universidad para finalizar, o continuar, su proceso formativo.

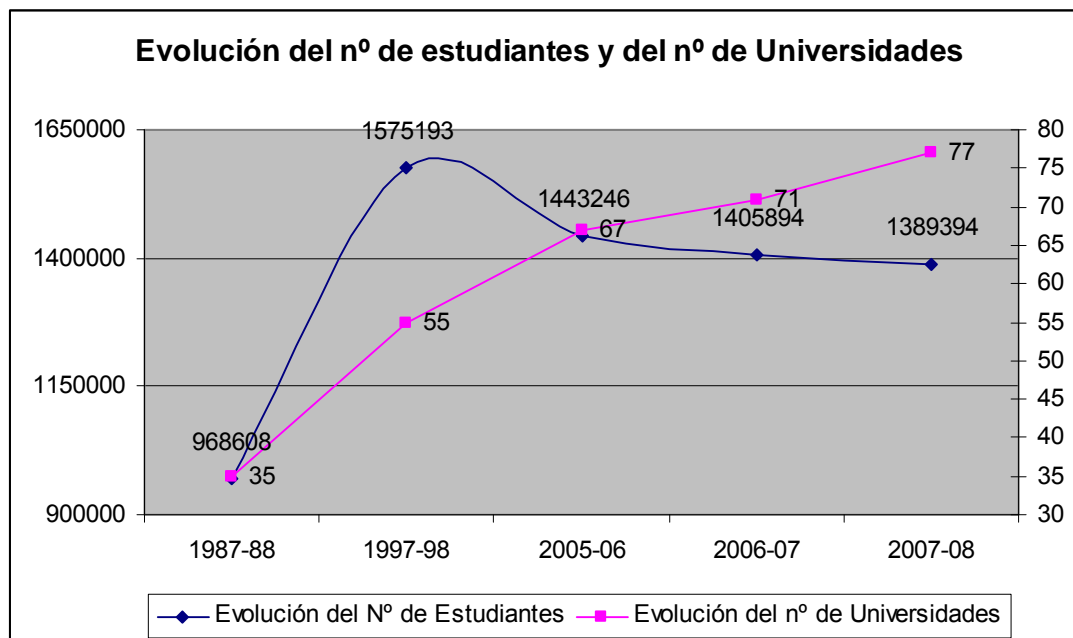


Gráfico nº 2. Evolución del número de Estudiantes y del número de Universidades.  
Fuente MCIN. Elaboración propia.

### 1.1.3. CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN UNIVERSITARIA

Según el Instituto Nacional de Estadística, la población española en 2008 era 46.157.822 personas, de las cuales el 50,50% eran mujeres y el 49,50% hombres. La Comunidad Universitaria, en ese mismo año, era de 1.656.655 personas, un 3,59% de la población española. En este número se tenía en cuenta sus tres colectivos: estudiantes, personal de administración y servicios, en adelante PAS, y personal docente investigador, en adelante PDI.

La Comunidad Universitaria se compone de un 54% de mujeres, un 3,80% de la población española de mujeres, y de un 46% de hombres, un 3,37% de la población española de hombres.

Las edades en que se descompone la Comunidad Universitaria la observamos en el gráfico nº3 y en el que se muestra que el 94% de su población no rebasa los 40 años, hecho que es necesario tener en cuenta por la propia universidad para satisfacer sus necesidades e intereses.

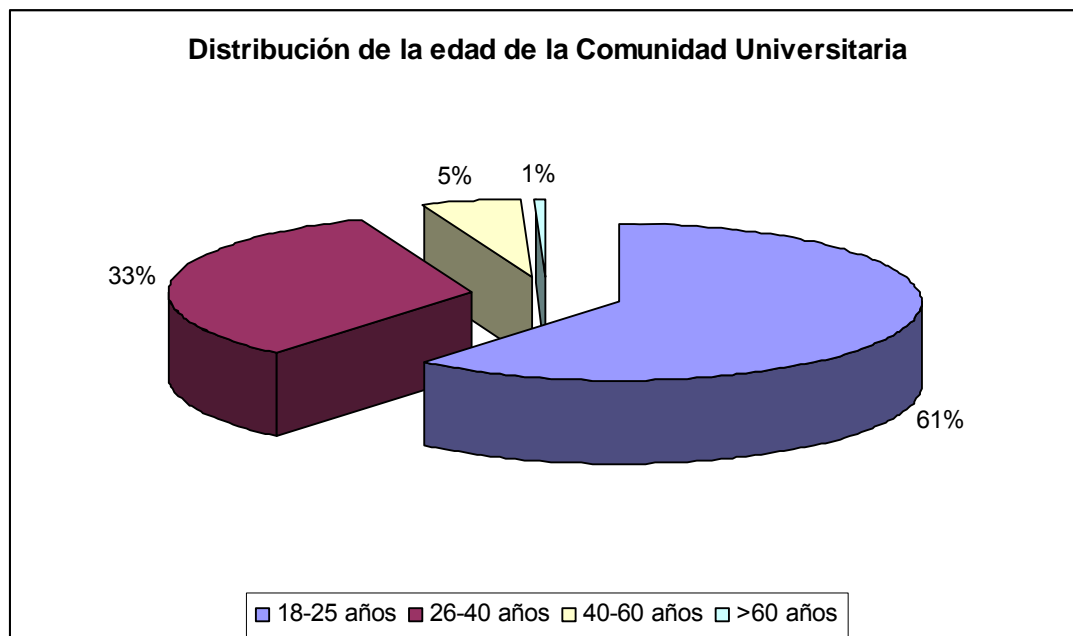


Gráfico nº 3. Distribución de la Comunidad Universitaria por grupo de edades.

Fuente MCIN. Elaboración propia.

Así el interés por la práctica deportiva de la población española de 15 a 44 años supera el 60% con un margen muy amplio (García Ferrando, 2006), por lo que las universidades tienen un 94% de su población muy interesada en la práctica deportiva, hecho que no se puede dejar de lado, o taparse los ojos, y hay que actuar con decisión en este aspecto que mejora la formación de las personas y contribuye a los objetivos del milenio que promulga la ONU (ONU, 2003).

Como añadido, es importante destacar que las universidades están ofreciendo un conjunto de programas a familiares de primer grado, así como a otros colectivos sociales que, mediante convenios o acuerdos, permiten el uso de sus instalaciones o de acceder a sus programas. Estos están muy desarrollados en los ámbitos de la cultura, siendo la universidad un elemento clave en su desarrollo, pero también se están realizando actuaciones en el ámbito de la práctica deportiva, por lo que la población que ya tiene la propia universidad se ve incrementada con una población interesada en programas concretos, entre los que se encuentra la actividad física que se realiza en las universidades. Además esta realidad está plenamente en la línea de los criterios recogidos en el “Programa Campus de Excelencia Internacional” dentro del plan “Estrategia Universidad 2015” (iniciativa coordinada entre el Gobierno de España, las Comunidades Autónomas y las propias Universidades, encaminadas a la modernización del sistema universitario, <http://universidades2015.fecyt.es/> ).

## **1.2. EL MARCO LEGISLATIVO DE LA LOU**

### **1.2.1. LA FORMACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL**

La actual Ley de Universidades, en adelante LOU la ley orgánica 6/2001 o LOU modificada la ley orgánica 4/2007, supone un nuevo reto a las universidades españolas.

En primer lugar la necesidad que ha impuesto la convergencia con Bolonia en el nuevo Espacio Europeo de Educación Superior, en adelante EEES, ha provocado una vorágine administrativa dentro de las universidades en las que se han creado (y se están creando), adaptado (y se están adaptando) y configurado (y se están configurando) planes de estudio conducentes a los nuevos títulos de Grado y Máster.

Esta actividad frenética ha sido (y está siendo) además complicada de llevar a término, pues el nuevo concepto de crédito europeo o ECTS (European Credit Transfer System) ha provocado una nueva configuración y planteamiento de la docencia, así como de la aplicabilidad de las titulaciones académicas.

En este marco es la Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Acreditación, en adelante ANECA, la encargada de validar y realizar el seguimiento de los nuevos títulos de Grado y Master que se propongan y se implanten.

Con este panorama podemos intuir que las Universidades van a proponer (o han propuesto) titulaciones de Grado y Máster que, estén o no en el mercado actual, deberán ser evaluadas e informadas por ANECA para su puesta en marcha, así como verificadas por el Consejo de Universidades.

En el caso que nos compete, la actividad física o el deporte, es muy importante que las nuevas titulaciones de Grado y Máster se adecuen a las necesidades del mercado profesional y para eso es necesario un trabajo transversal entre varios ministerios. De esta forma se conseguirá implantar titulaciones con perspectiva laboral y con orientación al mercado que los reclama y son necesarios.

Esta reflexión está ya plasmada en el libro blanco de Título de Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte editado por ANECA, en el que se hace un exhaustivo recorrido por estas circunstancias, además de otras, y que vienen a confirmar la necesidad de una coordinación efectiva entre la implantación de títulos de Grado, Máster y la regulación del mercado laboral y profesional.

También es importante resaltar que la propia LOU reconoce la actividad deportiva como un elemento necesario para la formación del nuevo ciudadano y que este hecho se ve reflejado en dos apartados en especial. Uno que se encuentra en el artículo 46.2.i de la LOU 6/2001 en el que se reconoce académicamente, hasta un máximo de 6 créditos ECTS, la participación de los y las estudiantes en actividades universitarias culturales, deportivas, de representación estudiantil, solidarias y de cooperación. El otro en la LOU modificada, que se centra en un Título particular, el Título XIV que se denomina “del Deporte y la extensión universitaria”, que se desarrollará a continuación.

El reconocimiento académico de los 6 créditos ECTS también se explicita como derecho de los estudiantes en el borrador del Estatuto del Estudiante, en el artículo 8.s, estatuto en fase de borrador y que es propuesto por la dirección de Universidades.

Es claro que la aparición de los 6 créditos ECTS a que se ha hecho referencia, en todos los titulados universitarios, así como en todas las universidades españolas, va a suponer un nuevo perfil del graduado universitario. Un graduado que va a ver potenciado en gran medida su sensibilidad y reconocimiento de la importancia que tienen el conjunto de aspectos que se abordan en estos 6 créditos ECTS, y entre los que encontramos el deporte como un factor clave, para la formación del nuevo ciudadano europeo. No hay que perder esta oportunidad de formar a los ciudadanos que van a dirigir en un futuro nuestra sociedad, es una responsabilidad de los dirigentes actuales. Es necesario afrontar con garantías de formación esos 6 créditos ECTS y crear, coordinadamente entre las universidades, los mecanismos y criterios para hacerlos útiles y formativos, de manera que se sensibilice y se reconozca la actividad física como parte integrante del ciudadano del futuro y que va en beneficio de la salud y la sociedad del bienestar.

### 1.2.2. LAS TITULACIONES ACADÉMICAS

Se ha abordado la necesidad de que las nuevas titulaciones estén coordinadas con la oferta laboral y profesional que se necesita en el mercado del trabajo de la sociedad del siglo XXI.

Abordaremos en este apartado la realidad que hay actualmente y las titulaciones que tienen relación con la actividad física y deportiva, así como los cambios que están sufriendo.



Ya hemos citado el libro blanco de la Titulación de Grado de Actividad Física y del Deporte, en el que se plasma la necesidad de hacer un grado en el que el profesional tenga unas competencias básicas equilibradas en su Título y que sean los Máster los que permitan su especialidad. A partir de este momento será preciso definir los Máster a abordar, y que van a tener mucho que ver con las diferentes áreas y ámbitos del presente Plan Integral, del que este documento forma parte: Alto Rendimiento, Discapacidad, Personas mayores, Actividad Física y Salud en atención primaria, Educación Física en Educación Primaria, etc.

Se podrían seguir relatando áreas que tienen la actividad física y deportiva como base que las universidades tendrán que analizar y afrontar para garantizar la formación específica de los futuros profesionales en diferentes campos como: periodismo deportivo, alto rendimiento deportivo, psicología deportiva, alimentación deportiva, fisioterapia deportiva, medicina deportiva, gestión deportiva,..., lo que sí es imprescindible es la colaboración de diferentes campos de conocimiento para configurar un concepto holístico del nuevo profesional especialista.

Como vemos la universidad no puede ir sola en este camino y necesita de la colaboración y coordinación con diferentes organismos que permitan que ésta realice una tarea que sirva para mejorar la sociedad del futuro y que sus esfuerzos sean útiles para la sociedad que sirve.

### 1.2.3. EL TÍTULO XIV DE LA LOU modificada

Mención aparte necesita el tratamiento del Título XIV de la LOU modificada, del deporte y la extensión universitaria.

Se compone de cuatro artículos, del 90 al 93, y en particular el 90 y el 91 se centran en aspectos del deporte en la universidad.

El primero de ellos, art. 90, lleva por nombre “Del deporte en la universidad” y tiene dos apartados. En el apartado uno reconoce a la práctica deportiva como parte importante de la formación del estudiante y de especial interés para la Comunidad Universitaria, y reitera su autonomía para su ordenación. En su segundo apartado dispone que las universidades deban crear medidas que favorezcan la compatibilidad efectiva de la práctica deportiva con la formación de los estudiantes.

Ya se puede afirmar que con estos dos apartados el deporte en la universidad pasa a ser una piedra fundamental entre sus funciones y que engloba a toda la

Comunidad Universitaria que la compone, comprometiendo de ese modo a su colectivo profesional y a los estudiantes.

El segundo artículo, art. 91, se denomina “Coordinación en materia de deporte universitario”, este artículo al igual que el anterior también se compone de dos apartados. El primero refuerza las competencias de la Comunidad Autónoma en la coordinación del deporte universitario en el ámbito de su territorio. Competencia que es explicitada ahora en la propia LOU modificada y anteriormente reconocida por la Constitución, en el art. 2 del RD2069/1985, en la Ley 10/90 del Deporte y por todas las leyes de deporte Autonómico (Hernando 2004; 2006; 2008). Si bien es cierto que su desarrollo se ha realizado de forma desigual en las diferentes Comunidades Autónomas (Hernando 2004; 2006), por lo que es necesario reafirmar y exigir esa labor de coordinación que tienen atribuidas las diferentes Comunidades Autónomas en su territorio.

El segundo apartado de este artículo 91, asigna al Gobierno una labor de coordinación importante, si bien remarca que ésta debe ser consecuencia del informe emitido por el Consejo de Universidades y la Conferencia General de Política Universitaria, en adelante CGPU, además también deberá articular fórmulas para permitir que los deportistas de alto nivel puedan compaginar sus estudios de rango universitario. Este apartado es realmente importante pues atribuye al Gobierno unas competencias de coordinación de la actividad deportiva, definidas en el RD2069/1985 y en la orden 273/2004 por la que se regula el Comité Español de Deporte Universitario, en adelante CEDU, pero señala que tanto el Consejo de Universidades como la CGPU deben emitir un informe para que el Gobierno actúe. Es necesario que estos dos organismos realicen esa tarea y sean las políticas universitarias, en virtud del ejercicio de sus competencias de autonomía, quienes definan y den directrices para la actuación coordinadora del Gobierno. Esta es una de las grandes carencias actuales del deporte en la universidad, la poca participación en las decisiones de deporte universitario que toman los órganos de gobierno de las universidades, es necesario que éstos asuman estas competencias y orienten las líneas básicas por las que articular el deporte universitario y su coordinación nacional por el Gobierno.

En la actualidad el Consejo de Universidades no emite informes al respecto y además en sus reuniones no aparece en el orden del día un punto que haga referencia al deporte universitario como tema a tratar, además tampoco reciben el informe que el CEDU debe presentar anualmente, según regula el RD2069/1985, por lo que hay una dejación de funciones importante que debe ser reclamada y asumida por estos órganos que cita en su artículo 91.2 la LOU modificada. Tal vez

la modificación del actual CEDU pueda ser un elemento de conexión entre Gobierno y Consejo de Universidades y CGPU, de manera que las decisiones que se tomen en su seno puedan ser llevadas a término de manera coordinada. Una modificación que implique con más rigurosidad a los agentes políticos del Consejo de Universidades.

### **Otras regulaciones complementarias relacionadas con el deporte en la universidad**

Si este Título anteriormente citado es importante, el borrador de estatuto del estudiante propuesto por la Secretaría de Estado de Universidades no le va a la zaga, pues en su capítulo XI, que se denomina, “De la actividad deportiva de los estudiantes”. Se compone de dos artículos el 72 y el 73. El primero se centra en los Principios Generales, considerando la actividad deportiva como un componente de la formación integral del estudiante y asignando una serie de responsabilidades a las universidades y a las Comunidades Autónomas para desarrollar estructuras y programas para la realización de esa práctica deportiva en condiciones suficientes.

El segundo de ellos, el artículo 73, se centra en la Actividad física y deportiva de los estudiantes. Dispone de 6 apartados y marca como ha de ser la actividad deportiva en las universidades, los valores que debe transmitir y potenciar, la compatibilidad de estudios de los deportistas de alto nivel y la necesidad de crear programas de actividad física y deportiva específicos para estudiantes con discapacidad.

Como vemos todos los esfuerzos se están orientando a mejorar la actividad física y deportiva en la Universidad y convertirla en un hábito del ciudadano europeo del futuro, siendo nuestros futuros dirigentes, sensibles y responsables para potenciar este ámbito en la generación futura.

Por otro lado, la regulación de las instalaciones deportivas en el Real Decreto 557/1991, de 12 de abril, sobre creación y reconocimiento de Universidades y Centros universitarios. En el apartado 5 del Anexo (Necesidades materiales mínimas) relativo a las Instalaciones deportivas, se establece que:

“El campus estará dotado de instalaciones deportivas y de los servicios complementarios precisos para la práctica de, al menos, cinco deportes de los de mayor demanda. Dichas instalaciones deberán permitir la práctica del deporte de los estudiantes, profesores y personal de administración y servicios, de acuerdo con los módulos aprobados por el Consejo Superior de Deportes.

Podrá garantizarse igualmente la práctica deportiva con la prueba documental del acceso por parte de los alumnos, profesores y otro personal a instalaciones deportivas, de titularidad pública o privada, del entorno urbano en que tenga su sede la Universidad, por medio del oportuno convenio de uso. En todo caso, se respetarán las condiciones anteriormente fijadas y, en ambos casos, se deberá garantizar la disponibilidad de, al menos, cuarenta horas semanales de los diferentes servicios deportivos”

Una vez más se percibe la necesidad de contar con espacios deportivos, propios o conveniados, para la práctica de la actividad físico-deportiva de toda la comunidad universitaria, llegando incluso a especificar el número mínimo de horas semanales que deben de estar disponibles.

### **1.3. LOS PROGRAMAS QUE SE DISEÑAN, GESTIONAN Y SE LLEVAN A TÉRMINO DESDE LOS SERVICIOS/ÁREAS DE ACTIVIDAD FÍSICA O DEPORTE.**

#### **1.3.1. ACTIVIDADES DIRIGIDAS**

Dentro de este epígrafe nos centraremos en un conjunto de actividades que organizadas desde los Servicios de deportes buscan acercar la actividad física y deportiva a la Comunidad Universitaria en su conjunto.

Con el objetivo de dar cabida a la mayor parte de los intereses de su comunidad, la oferta que se realiza es muy amplia e intenta abarcar actividades con perspectivas y orientaciones muy dispares. Se trata de que el universitario o universitaria encuentre entre toda la oferta la actividad o actividades que le satisfaga.

Así, uno de los grandes retos de estos servicios es conseguir ofrecer una oferta equilibrada, atractiva, abierta y muy diversa. Esto hace que sea muy complejo mantener el conjunto de todas ellas ya que, al igual que la sociedad en general, la Comunidad Universitaria también está sujeta a los cambios sociales del entorno que le rodea (modas, nuevas tendencias, intereses personales cambiantes, características socio-demográficas...). Implica una acción muy "agresiva" para estar muy al día de las tendencias y ser un referente en los programas que se ofertan y no perder la oportunidad de hacer atractiva la actividad física y deportiva a la comunidad universitaria de manera que exista una gran participación.

Los datos presentados por diferentes Universidades en Congresos y Jornadas (Castellón, 2003; Bilbao, 2004) muestran una gran participación, entre un 15-35%, de la Comunidad Universitaria en los programas que se ofertan en su conjunto, aunque hay universidades que indican hasta un 85% de participación. No obstante, estos valores son globales y no están disgregados por programas diferentes, por lo que resulta difícil saber el predominio de la oferta, siendo ésta es una de las acciones que es necesario acometer para identificarla y conocer su demanda real.

De toda la oferta, si excluimos la competición que desarrollaremos posteriormente, podemos clasificar en tres bloques las actividades dirigidas que llevan a término los Servicios o Áreas de Deportes. Un primer bloque que son las actividades orientadas a la Salud, concepto que va más lejos del de ausencia de enfermedad y que se alinea con el que promulga la Organización Mundial de la Salud, un segundo bloque que son actividades de aprendizaje deportivo y un tercer bloque el de actividades

en la naturaleza. Esta clasificación está hecha teniendo en cuenta el objetivo principal que da origen a su oferta, esto no quiere decir que una actividad deportiva no tenga un componente de salud, o que una actividad en la naturaleza no tenga igualmente un componente deportivo, así que el interés final dependerá del deportista que realice la actividad correspondiente.

- Las actividades orientadas a la salud (en el marco del concepto del “bienestar”), son un conjunto de programas que buscan mejorar la condición física general y la calidad de vida. Su componente social es muy importante. Actividades como el yoga, tai-chi, aeróbic, step, spinning, musculación, mantenimiento, body-pump, pilates, aero-box, fit-way,..., son ejemplos que ilustran el amplio abanico de actividades que configuran este bloque de actividades dirigidas.
- El bloque de actividades de aprendizaje deportivo lo configuran un conjunto de actividades en el que el aprendizaje de uno o varios deportes es el denominador común que las identifica. Este bloque es heredado de las antiguas escuelas deportivas que se impartían en las universidades, aunque su finalidad ha sufrido variaciones con respecto a las que tenían las citadas escuelas en su origen. Las antiguas escuelas deportivas se encaminaban a formar equipos o jugadores que representaran a la universidad en competiciones oficiales o amistosas. No obstante con la evolución del programa, en la actualidad el objetivo se centra en conseguir que las personas obtengan los conocimientos mínimos de diferentes deportes de manera que adquieran una serie de recursos para ser independientes y disfrutar de la actividad física y deportiva por su mejora del dominio de las habilidades necesarias para ese deporte. Actividades que se enmarcan en este bloque podemos encontrar los cursos de iniciación y perfeccionamiento de tenis, pádel, esgrima, tiro con arco, squash, tenis de mesa, bádminton, vela crucero, bailes de salón, los cursos conducentes a grados en artes marciales como judo, kárate, tae-kwon-do,... Al igual que en el bloque anterior, se aprecia que la oferta también es amplia y que hay una gran variedad de actividades que intenta buscar que el máximo de intereses de la comunidad universitaria sea cubierto.
- Por último, el tercer bloque de actividades es el que hace referencia a las actividades en la naturaleza. El creciente interés por el acercamiento a la naturaleza que hay a nivel social, también es percibido dentro de la universidad, así muchos servicios, o áreas, de deporte están lanzando una

propuesta de actividades que cubra esta faceta, llegando más allá del viaje de esquí.

La oferta de actividades en la naturaleza se ha multiplicado en los últimos años en el que el senderismo ha cogido una importancia muy alta. Las universidades han iniciado un programa de rutas donde un guía dirige el grupo y, de forma continua, van ofreciendo salidas para el conjunto de la comunidad universitaria. Junto a este programa estrella se han incorporado otros programas que también son demandados por la comunidad, como la espeleología, la escalada, el alpinismo, el submarinismo, la vela, la carrera de orientación, aunque esta última tiene un fuerte componente deportivo.

Según la publicación en las respectivas páginas Web de los servicios, o áreas, de deportes tenemos que las universidades ofertan como media 25 actividades de aprendizaje deportivo y de salud diferentes. La universidad que más actividades de aprendizaje deportivo y de salud presenta es de 70 actividades diferentes y la que menos 2. En lo que respecta a actividades en la naturaleza la media es de 4,15 actividades por universidad, siendo 25 actividades diferentes la que más oferta y 1 la que menos.

### 1.3.2. LA COMPETICIÓN UNIVERSITARIA

De las actividades que organiza la Universidad, las de enfrentamiento deportivo son un grupo de actividades con un peso específico muy elevado, dentro del conjunto.

Quizás, como reflejo de un sistema competitivo instaurado en las federaciones, y que ha sido un elemento que ha marcado el tipo de deporte que se ha hecho años atrás y que aún hoy día tiene una fuerza muy grande en medios de comunicación y sociedad en general, o bien como herencia de un sistema que se basaba en la competición por excelencia en el que sólo se entendía el deporte como competición.

Se necesita reconocer el enfrentamiento deportivo como un factor existente dentro del entramado de la esencia del deporte y por tanto no es bueno ni adecuado eliminarlo o taparse los ojos ante él. Por el contrario sí es imprescindible utilizarlo dentro de la finalidad educativa y formadora que posee, pues el afán de superación, el sacrificio y el valor del esfuerzo, la constancia, la colaboración, el respeto por el contrario, a las normas, la capacidad de liderazgo, de trabajo en equipo, la resolución de problemas bajo presión, la capacidad de análisis de las situaciones, la autocrítica, ..., son valores muy importantes a desarrollar en las personas en formación.

Es necesario utilizar la competición deportiva universitaria para ensalzar los valores educativos que transmite el deporte y erradicar la violencia, agresividad y la búsqueda del triunfo a cualquier precio. De este modo la Universidad se convierte en una plataforma ideal para lograrlo, consiguiendo deportistas implicados en los valores de la competición educativa y formadora, proceso que ya debe estar iniciado en la etapa escolar (Diputación Foral de Vizcaya, 1998; 1999; 2000). Se pretende que, todo el colectivo de la Comunidad Universitaria que participa en este programa, transfiera esos valores a su forma de vida y, así, los difunda con su ejemplo y decisiones en su entorno social, convirtiéndose en un elemento diferenciador.

Debe asegurarse crear una competición no adulterada ni menospreciada por los espectadores, medios de comunicación, sociedad en general y, en particular, por sus propios practicantes.

La Universidad debe estar en contra de este movimiento adulterador y posicionarse enfrentada a él formando auténticos deportistas que respeten los valores del



deporte que defiende una sociedad formada por ciudadanos libres, honestos, justos plurales y demócratas donde el fin no justifique los medios.

Las universidades articulan en dos niveles sus competiciones: la competición interna con un carácter principalmente participativo y social, y la competición externa más de representación de la universidad. En esta última podemos diferenciar la competición de carácter zonal o autonómico, la competición externa de carácter nacional y la competición externa de carácter Internacional, no asumiendo la competición Internacional como un pilar básico de su organización. No obstante, en los últimos años las universidades españolas han iniciado un camino en la participación Internacional de programas competitivos, así se ha participado en diversos Campeonatos de Europeos, se han realizado diversos Campeonatos del Mundo Universitarios en España, incluso se ha llegado a realizar la Universiada de Palma en 1999. Además en la última candidatura a organizar una Universiada ha habido varias candidatas españolas para su celebración.

### **La Competición interna**

El programa de competición interna es competencia exclusiva de la Universidad. Se pretende cubrir desde dentro de las universidades la faceta competitiva que tiene por excelencia el deporte y que le confiere parte de su identidad. Los objetivos de este programa, en general, se desarrollan en el ámbito social y se orientan al fomento de la participación. Constituyen en un punto de encuentro entre universitarios que conviven en la misma universidad.

Se realizan diferentes tipos de campeonatos, ligados todos ellos al número de participantes, a las condiciones materiales, a las características de la disciplina deportiva,..., y hay que reconocer que en ese aspecto las universidades hacen muy bien su trabajo y consiguen adaptarse en gran medida a las necesidades de los y las participantes para que se lleven a término con éxito.

Existen sistemas de liga, liga a doble vuelta, liga con play-off, torneos puntuales, sistemas de eliminación directa, sistemas de eliminación directa con repesca, etc..., pero todos ellos tienen un denominador común que es conseguir que el participante realice la mayor cantidad de encuentros posibles, es decir, que se consiga que su permanencia en el programa sea el máximo posible y se logre realizar una actividad duradera en el tiempo, tratando de adherir a la actividad física a los practicantes que se enmarcan en estos programas.

## **La Competición externa**

El programa de competición externa se refiere a las actividades de competición que se desarrollan fuera de la propia universidad. Por lo general se ajusta al criterio de seleccionar a los “mejores” para representar a la Universidad en diferentes compromisos que asume a nivel Autonómico, Interzonal, Nacional o Internacional.

En el programa de competición Autonómico participa como agente responsable del mismo la Comunidad Autónoma, es un momento en el que empieza a asumir parte de las responsabilidades que le confiere la Constitución española, la Ley del deporte y las leyes autonómicas. De igual modo, la participación de las mismas es muy desigual, actuando con más interés y presencia o con menos (Hernando, 2006).

En la participación autonómica entre universidades también hay desigualdades importantes, por un lado encontramos Universidades “uniautonómicas”, otras comunidades con tres universidades y otras con siete y hasta 13 universidades. Es una realidad que ha sido objeto de debate intenso en diferentes Jornadas, Congresos y Foros de deporte universitario, y más desde que estas fases autonómicas han pasado a ser el primer escalón de una clasificación para una fase final de un Campeonato de España Universitario (Jornadas de Valladolid 2001; Jornadas de San Lorenzo del Escorial 2003; Jornadas de Madrid 2005; Jornadas de Santiago de Compostela 2008).

Los sistemas de competición en aquellas autonomías que hay más de una universidad también es muy dispar. En los deportes de equipo existen modelos de eliminación directa a un solo partido, modelos de concentración de los equipos en dos días, modelos de sistema de liga adecuados a la temporalización del calendario de los estudiantes y modelos de competición de liga y play off final, igualmente, adecuados al calendario académico. Como vemos el nivel de actuación es muy diferente según los modelos aplicados y también es muy diferente el aporte económico para financiar la competición que se lleva a cabo.

La participación en programas Interzonales es más compleja y ha sido uno de los grandes escollos en los trabajos que ha realizado el Consejo Superior de Deportes para ejercer su función de coordinación del programa Nacional que tiene atribuida por el RD2069/1985.

De hecho, su configuración ha evolucionado de muchas formas desde las Jornadas realizadas en la Universidad de Valladolid en 2001. Antes de éstas jornadas la

configuración de siete grupos nacionales (Norte Este, Norte Oeste, Cataluña, grupo Levante, Grupo Sur, Grupo de Madrid y el grupo Canario), y de sus cruces se sacaban los siete equipos, que junto con el organizador, jugaban la fase final de los Campeonatos de España Universitarios. La forma de clasificación se realizaba de forma independiente dentro de cada grupo.

Posteriormente y con la exigencia del estado de las autonomías por parte de las Comunidades Autónomas hubo que modificar la forma de clasificación y se establecieron sistemas para acceder en las fases finales con diferentes criterios, así se valoraba el número de universidades que participan en la primera fase, el número de partidos que se jugaban, el esfuerzo económico que suponía, el sistema de competición, en resumen, un conjunto de variables que a lo largo de los últimos años han creado más enfrentamiento que ayuda entre las universidades. Sólo es necesario ver las diferentes actas de las diferentes jornadas de deporte universitario que muestran la fuerte discrepancia entre universidades que pertenecen a una o a otra autonomía.

En la actualidad, y como consecuencia de las últimas jornadas de Deporte Universitario celebradas en Santiago de Compostela, podemos ver el sistema de juego en la Resolución que convoca los campeonatos de España Universitarios para 2009 (BOE, 12 de enero de 2009). Un sistema que reconoce las autonomías con más universidades que les permite un acceso directo a las fases finales, y al resto de autonomías les da acceso a una fase Interzonal que se realiza en dos sedes, con ocho equipos cada una de ellas, y en las que se prima que las universidades jueguen al menos dos partidos en esa fase Interzonal.

A este inconveniente geográfico se añadió la problemática del control y acreditación de jugadores en estas fases, por lo que se redujeron su número para que el propio CEDU ejerciera acciones de control directo en estas fases Interzonales.

En los deportes individuales no existe una fase Interzonal pues los deportistas acceden directamente a las fases finales si cumplen con los requisitos que establece el reglamento de la competición de cada uno de los deportes que se convocan. No obstante hay grupos de Universidades que crean programas de competición individuales o colectivos para que sus deportistas tengan posibilidad de participar en programas menos exigentes y tratar de fomentar la participación de deportistas universitarios de menor nivel. Ejemplos como el del Grupo Zonal de Levante o el Grupo de Madrid, entre otros, muestran como las universidades abarcan en su competición externa objetivos más ambiciosos y que van en el

camino de promocionar la práctica deportiva como un elemento natural y necesario en la formación de la persona.

Las fases finales de los Campeonatos de España Universitarios de deportes de equipo están más reguladas y siguen un patrón que no ha variado en el tiempo. Se ha configurado una fase final a ocho equipos, en dos grupos de cuatro, que acceden a la final los primeros de cada grupo, después de realizar una liga entre ellos. Este sistema lleva instaurado mucho tiempo y no ha sido objeto de discusión por parte de las universidades, es más, está muy consolidado y parece gozar de una excelente salud.

Los Campeonatos de España Universitarios de deportes individuales se rigen por criterios que marcan federaciones para su participación. Esto no deja de ser una paradoja, pues en muchos casos prima más la condición de ser federado que la de ser Universitario, cuando la condición para participar debería ser la de ser Universitario. Hay que modificar la forma de acceso a las fases finales de estos deportes para que se cumpla con ese requisito. Además es necesario estudiar formas de competición que identifiquen más al deportista con su Universidad y con su grupo, siendo la participación femenina uno de los grandes retos a afrontar en los próximos años. Es necesario buscar sistemas de competición que ayuden a la integración de la mujer en el conjunto de la competición universitaria.

A pesar del interés de las universidades por la participación en este programa nacional, existe una complicada situación como resultado de la búsqueda de las medallas a toda costa por algunas universidades, provocando un alejamiento de los objetivos que debe tener el deporte universitario en este ámbito (descritos al comienzo del epígrafe de competición). Igualmente, el distanciamiento de estos valores por parte de algunos y algunas participantes, provoca que la competición se menosprecie entre sus competidores y competidoras. Como consecuencia la imagen que se está transmitiendo a la sociedad no es la deseable por lo que es momento de acometer un análisis del modelo de competición universitario y adecuarlo a las condiciones que debe defender el programa que se realice en las universidades.

La participación de deportistas universitarios en los Campeonatos de España Universitarios en los últimos años ha ido aumentando. De igual modo, el número de disciplinas deportivas que se han convocado también se ha incrementado (ver gráfico nº 4), pero este incremento absoluto de participantes no se relaciona con el aumento por disciplina deportiva que muestra una tendencia a la baja en su índice de participación (ver gráfico nº 5). Esto indica la necesidad de establecer una serie

de criterios para determinar las condiciones para convocar un Campeonato de España Universitario, así como su duración en el tiempo.

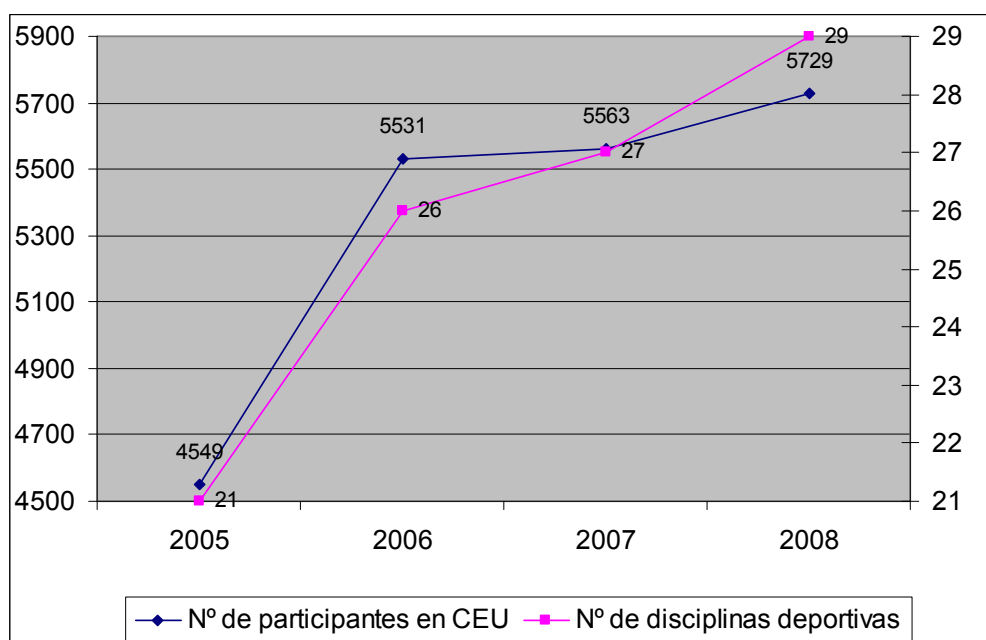


Gráfico nº 4. Evolución del número de participantes en los Campeonatos de España Universitarios y del número de disciplinas deportivas que se han convocado. Fuente memorias del CEDU. Elaboración propia

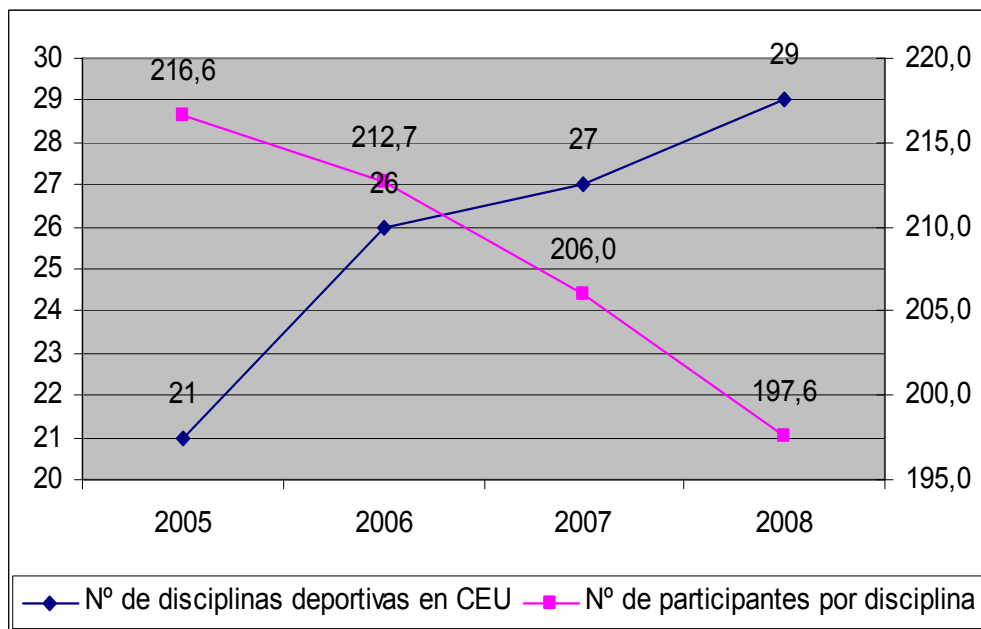


Gráfico nº 5. Evolución del número de disciplinas deportivas que se convocan en los Campeonatos de España Universitarios y del índice de deportistas por campeonato que se ha realizado. Fuente memorias de CEDU. Elaboración propia.

La financiación de la competición Nacional está regulada por la Resolución que los convoca anualmente. En ella aparece la cantidad económica que recibe cada universidad por desplazamiento, participante y por organización de fases finales o interzonales. El presupuesto que se destina a deporte universitario, por parte del Consejo Superior de Deportes, no ha sufrido variaciones importantes, a pesar del incremento de universidades y de sus estudiantes.

### La Competición internacional

La participación en deportes de equipo en Campeonatos Internacionales Universitarios son competencia del CEDU, representación que asume el Consejo Superior de Deportes, en adelante CSD, en virtud del RD2069/1985.

Para la participación en los **Campeonatos del Mundo Universitarios y las Universiadas** (convocadas por la Federación Internacional de Deporte universitario - F.I.S.U., federación de la que España es miembro a través del CEDU), es el CSD el que, junto con las federaciones, realiza la selección que participará en los citados campeonatos. En este caso la financiación corre a cargo del CSD. La participación en estas competiciones de las universidades como tales no existe, puesto que es una representación por país, y su participación se limita a la acreditación como

universitarios de los deportistas seleccionados por el CSD y las federaciones correspondientes. Esto ha creado en numerosas ocasiones quejas y dudas por parte de las Universidades sobre la pertenencia a la universidad de los deportistas seleccionados.

Como respuesta el CSD publica cada año los criterios para la participación en estas competiciones internacionales, donde la participación y clasificación en los Campeonatos de España Universitarios es tenida en cuenta. Para los deportes individuales, en la mayoría de especialidades deportivas se asegura la participación de los campeones/as de España Universitarios en el Campeonato del Mundo Universitario correspondiente (en otras modalidades- Karate, Taekwondo- es tenida en cuenta y puntúa, junto con otras competiciones federadas no universitarias, y en bádminton la selección se hace en función de la puntuación en el ranking mundial y entre los participantes en el Campeonato de España Universitario) , y establece los criterios para cubrir el resto de las plazas de forma más abierta, pero considerando también, entre otros criterios, la participación en los Campeonatos de España Universitarios. Para los deportes de equipo (los que más quejas y dudas han suscitado siempre), como los equipos deberán estar formados por los mejores deportistas universitarios procedentes de diferentes equipos universitarios, la selección de los deportistas universitarios para esta competición exige que éstos/as hayan participado en los Campeonatos de España Universitarios.

El establecimiento de estos criterios ha servido, además de para dar transparencia a la selección, para impulsar la participación de los mejores deportistas universitarios en los Campeonatos de España Universitarios.

En el caso de los **Campeonatos de Europa**, convocados por la Asociación Europea de Deporte Universitario (E.U.S.A.) de la que España también es miembro, si bien la participación es una por deporte y país, es una universidad la que compite representando al país. Estos campeonatos tienen una trayectoria todavía pequeña. Comenzaron en 2001 con sólo 2 especialidades deportivas de equipo (baloncesto y voleibol), y para 2009 hay convocadas 15 especialidades deportivas, de deportes de equipo e individuales. Hasta ahora, España sólo ha participado en deportes de equipo, y para seleccionar al equipo representante se ha acordado en la Comisión Permanente de CEDU, que el Campeón de España Universitario de un año podrá participar en el campeonato de Europa del próximo año, representando a España. La financiación de la participación corre a cargo de la Universidad participante, por lo que si una Universidad decide no asistir, será la subcampeona de España Universitaria la que podrá optar a su participación.

Sin duda, y teniendo en cuenta el crecimiento de estos campeonatos desde que comenzaron en 2001, esta será una competición que seguirá ganando en participación y que debe ser tenida en cuenta a la hora de diagnosticar la situación actual.

### **Otras competiciones**

Fuera del programa universitario hay un conjunto de universidades que están inmersas en la competición federada, teniendo equipos de diferentes niveles y categorías. Otras tienen un modelo de patrocinio a clubes deportivos para que lleven sus señas de identidad, nombre y logotipo, en las actuaciones que realizan. Estas actuaciones son decididas por los órganos de gobierno de las universidades, atendiendo a diversos motivos: marketing, presencia en medios de comunicación, promoción de la universidad, acercamiento al entorno, etc. Es necesario recalcar que este deporte federado no es el deporte universitario y que sus metas y cometidos no están alineados con los que debe tratar de buscar el deporte universitario. La desvirtuación de las metas a lograr es más distante cuanto mayor sea el nivel del equipo que se tiene. No obstante, sí es importante señalar que, tras la valoración de los equipos de gobierno, pueden decidir consumir recursos en estas actuaciones de manera que su imagen sea más visible en diferentes ámbitos.

Otra modalidad de competición externa que se empieza a desarrollar es la que se centra en intercambios que suelen reunir un grupo de universidades de varios países para hacer un tipo de competición con un carácter más recreativo, acompañada de otras actividades de carácter social y cultural. Una diferencia que se destaca en comparación con el resto de modelos de competición, es que el alojamiento de los deportistas suele ser en las familias de los mismos adversarios deportivos o en las propias instalaciones de la universidad, fomentando así, aún más, los valores de convivencia entre los universitarios.

### **1.3.3. LAS ACTIVIDADES DE USO LIBRE**

Este es un importante bloque de actividades ya que recoge un porcentaje elevado del total de los alumnos y alumnas que practican actividad física y deporte en la universidad.

Cada vez más las universidades están siendo un punto de encuentro para deportistas que “viven” en un mismo entorno, la Universidad. La práctica de



actividades físicas y deportivas, como ya hemos visto (gráfico nº3), es un elemento muy importante para un elevado porcentaje de su Comunidad. La Universidad está reaccionando a este hecho y está generando programas alternativos que permitan el fácil acceso a sus instalaciones deportivas. Así, encontramos algunas universidades que permiten el acceso a su Comunidad de forma libre a sus instalaciones. También se encuentran otras universidades que tienen cuotas que abonar para el uso de las instalaciones deportivas de la universidad con bonificaciones a la Comunidad Universitaria a diferencia de otros colectivos.

Estas actuaciones están en pleno debate, pues existe un planteamiento en que se entiende que parte de los gastos de las instalaciones deportivas deben colaborar en su financiación todos los usuarios y usuarias, y por otro lado, un modelo que se debe potenciar su uso con modelos que hagan más sencillo su acceso con cuotas generales incluidas como un servicio más de la universidad, como la Biblioteca por citar un ejemplo.

Es necesario entrar en el debate universitario en el que se entienda un modelo de actuación en la promoción de la actividad física y deportiva. Es importante que la universidad sea un referente social en actuaciones que mejoren la salud pública de su colectivo y de los ciudadanos del futuro. La universidad debe de posicionarse de forma proactiva en estas acciones de manera que los dirigentes del futuro se sensibilicen con esta problemática y rompan la tendencia de una sociedad sedentaria y tendente a la obesidad y problemas de salud ligados a la falta de ejercicio físico.

En el Congreso Internacional de Deporte Universitario celebrado en el 2004 en Bilbao, se abordó el tema del modelo de deporte universitario. En él se presentaron varias propuestas de interés (Benet; Domínguez; Benito; De Knop y Wylleman). Habría que destacar entre ellas la presentada por Andreu Benet, de la Universidad Autónoma de Barcelona, en la que habla de un modelo "facilitador" que puede aportar alguna idea interesante como punto de arranque de un debate nacional entre los órganos de gobierno de las universidades para tratar de aplicar una manera de actuar con un punto de partida similar.

#### 1.3.4. LOS PROGRAMAS PARA DEPORTISTAS DE ALTO NIVEL

En el artículo 6, apartado 1, de la ley 10/90 del Deporte, se considera al deporte de alto nivel de interés para el Estado, por su función representativa de España en las pruebas o competiciones deportivas oficiales de carácter internacional. Y en su apartado 2, se señala que la Administración del Estado, junto con las Comunidades Autónomas, cuando proceda, procurará los medios necesarios para la preparación técnica y el apoyo científico y médico de los deportistas de alto nivel así como su incorporación al sistema educativo y su plena integración social y profesional.

En este entorno y vista la evolución social y la necesidad de acometer alguna reforma, el gobierno español a través del Real Decreto 971/2007 de 13 julio, sobre deportistas de alto nivel, en adelante DAN, y alto rendimiento, en adelante DAR, modifica los criterios para ser considerado DAN y crea la figura del DAR como novedosa. Además modifica los beneficios que comporta ser clasificado como DAN o DAR. La clasificación de estos deportistas se ordena hasta en seis grupos diferentes (art. 4) y contempla, igualmente, los deportistas con discapacidad física, intelectual o sensorial o enfermedad mental (art. 5).

En el mismo RD 971/2007 se especifican, en su artículo 9, una serie de medidas para promover la formación y educación, y facilitar el acceso a las diferentes ofertas formativas del sistema educativo, para los DAN y DAR.

En el marco que nos compete, el primer apartado de este artículo 9 hace referencia al acceso a los estudios universitarios, en el que se cita el cupo mínimo, un 3% de la oferta, de reserva de plazas que debe tener cada titulación para estos deportistas. También recoge que las universidades pueden decidir aumentar ese cupo mínimo por acuerdo de sus Consejos de Gobierno. Además, se incrementa ese cupo al 5% en los centros que imparten estudios de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Fisioterapia y Maestro de Educación Física. Igualmente, se recoge la excepción, en su caso, de la realización de pruebas físicas para el acceso a los estudios de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

En el punto 9.8 se hace referencia a la necesidad de crear fórmulas para la compatibilización de estudios con su preparación y competición. Así, cita de manera expresa la necesidad de que las universidades tengan en su normativa los mecanismos para cambios de examen, horarios, grupos, así como criterios de los límites de permanencia.

Los siguientes puntos 9.9; 9.10 y 9.11, son acciones que lidera el CSD para llegar a acuerdos con comunidades autónomas, universidades y entidades educativas privadas para su permanencia, para la continuación de estudios si es necesario un cambio de residencia y para crear un plan de tutorías académicas que faciliten la continuidad de sus estudios.

En este marco nacional se presentó una iniciativa orientada a estos deportistas (Domínguez, 2008) en la que se adoptan medidas en el ámbito social, formativo y laboral (PROAD- Programa de Atención al Deportista de Alto Nivel). Para ello la intención de este programa es aglutinar a diferentes agentes para permitir con más facilidad el desarrollo del RD 971/2007. Dicho programa se inició con un grupo piloto en 2008, y en febrero de 2009 ya fue presentado oficialmente a la vez que entraba en funcionamiento la 2ª fase del mismo, en la que se irá incrementando sucesivamente el número de deportistas hasta un máximo previsto de alrededor de 800 deportistas. Dentro de las medidas y acciones facilitadoras de la formación del deportista de este plan, la coordinación con las universidades será necesaria.

Desde 1997 el CSD convoca, anualmente, una Resolución que se destina a ayudas a universidades públicas o privadas con programas de ayudas a deportistas universitarios de alto nivel.

Esta convocatoria ha hecho que muchas universidades se hayan preocupado por crear internamente un programa destinado a estos deportistas, en su primera edición se presentaron únicamente 5 universidades y 11 en el segundo año, recibiendo sólo 8 de éstas subvención. En la última convocatoria concurren 31 universidades, 27 públicas y 4 privadas. 19 de las universidades públicas y 3 de las universidades privadas, tienen implantado el programa más de 5 años. Por el contrario el resto de universidades su programa tiene una vigencia inferior a los 5 años, incorporándose 4 universidades nuevas en este último año.

Con los datos aportados hay 901 tutores académicos implicados, aproximadamente 29 por universidad que presenta programa, siendo 92 la universidad que más aporta y 0 la que menos. Por otro lado, los estudiantes que se benefician son 1252, unos 40,4 por universidad, teniendo 137 estudiantes la que mas posee en el programa y 3 estudiantes la que menos.

En la baremación para otorgar la subvención se valora: la duración del proyecto, el nº de estudiantes implicados, el nº de tutores que se asignan, los créditos de libre configuración concedidos, las medallas obtenidas, las ayudas económicas que se

ofrecen a los deportistas y cualquier tipo de ayuda adicional descrita en el programa.

No obstante este programa, muchas universidades que poseen líneas de protección al DAN y DAR no concurren a la convocatoria que marca la Resolución, por lo que esta convocatoria no arroja toda la luz que se necesita para hacer un análisis más detallado de todo el programa. Además los programas que están aplicando las universidades están dependiendo de sus propios recursos y existe una acción positiva por parte de los equipos rectorales de las universidades para su implantación, aún así queda un largo camino por recorrer y se tiene que tratar que esto sea una actuación normalizada dentro del día a día de la universidad española.

Por último, y es una reclamación que se ha explicitado (León, 1999; Valladolid, 2001), la necesidad de que la partida presupuestaria que financie este programa no salga de la Subdirección de cooperación deportiva y deporte paralímpico, sino que sea asumida por la que tiene competencias en los programas de alto nivel, de manera que no se merme el escaso potencial económico que ya tiene el deporte universitario.

### 1.3.5. LOS PROGRAMAS DE APOYO A LAS ACTIVIDADES DE FORMACIÓN E INVESTIGACIÓN DE LOS DEPARTAMENTOS UNIVERSITARIOS

Algunos servicios de deporte, colaboran con los departamentos en la organización de actividades de formación continua. El objetivo de estos programas es ofrecer una formación deportiva adecuada a las necesidades reales del mundo laboral. Estos programas son, y deben ser, reconocidos y avalados por los órganos académicos competentes de la universidad.

Por otro lado, existen experiencias de colaboración puntual entre los servicios de deporte y los departamentos universitarios, en materia de investigación deportiva. Estas investigaciones se benefician de las sinergias entre departamento (actividad empírica) y los servicios (actividad práctica y recursos técnicos) para mejorar sus actuales líneas de investigación o, incluso, para abrir nuevas líneas de investigación.

Aunque este es un campo todavía escasamente abierto, creemos en la conveniencia de promocionar esta línea de programas colaborativos entre servicios de deporte y departamentos universitarios porque ayudan a profesionalizar el sector

deportivo de la sociedad y a mantener una formación continua, ayudan a desarrollar la investigación en materia deportiva. Más aún cuando la investigación en el deporte es una disciplina con una historia muy corta dentro de la universidad (menos de 40 años).

#### **1.4. LOS RECURSOS HUMANOS Y LA GESTIÓN DE LA CALIDAD EN LOS SERVICIOS DEL DEPORTE DE LAS UNIVERSIDADES**

No se han realizado estudios recientes sobre el personal que está asignado en las Universidades para la gestión de las actividades físicas y deportivas que se realizan en sus instalaciones. Un estudio realizado por París en 1997 recogía que 653 trabajadores pertenecían a los Servicios de Deportes de las 47 universidades que contestaron la encuesta, eso supone 13,89 trabajadores por Universidad aproximadamente. Posteriormente en otro trabajo realizado por la Universidad de Sevilla en el 2003, el número de trabajadores existentes en las plantillas de los Servicios de Deportes era de 553 entre las 33 Universidades que aportaron los datos para este documento, la media que aparecía era de 16,76 trabajadores por Universidad. Una última prospección realizada aleatoriamente entre una veintena de universidades públicas y efectuadas con motivo de la elaboración de este documento, nos ofrece unos datos, que nos permiten constatar el notable incremento del número de trabajadores, que en la actualidad desarrollan su actividad profesional en los servicios o áreas de deportes de las universidades, rebasando los 1.500 empleados.

Si bien la falta de estudios rigurosos es uno de los problemas que tiene el deporte en la Universidad Española, sí se puede apreciar, de estos trabajos parciales, que la presencia de trabajadores en los Servicios o Áreas de Deporte tiene una tendencia al alza. Este hecho es fruto de la importancia que va tomando esta área en las políticas universitarias.

Como se aprecia es un importante lugar de trabajo en las universidades oscilando entre el 1,50 y el 2,50%, del total del PAS de la universidad española. A este personal es necesario añadir todo el personal que es contratado vía empresa de servicios para realizar los programas que se diseñan y se llevan a término. Así el volumen de puestos de trabajo que se genera indirectamente también es muy elevado por lo que, estos Servicios, deben ser tenidos en cuenta por su capacidad de generar trabajo y ser una fuente de creación de empleo directo e indirecto.

También las últimas tendencias que se orientan a la calidad del servicio que se presta, está haciendo que el personal que se dedica a la gestión de los servicios, o áreas, de deportes se estén especializando en sistemas de Gestión de Calidad. Un proceso que fue iniciado por el Plan Nacional de Evaluación de la Calidad de las Universidades, en adelante PNECU, por el Consejo de Universidades, ha continuado en el tiempo y además desarrollado parcialmente por unidades de

evaluación de la calidad, como la Unidad de Calidad de las Universidades Andaluzas (UCUA). La UCUA ha estado realizando evaluaciones desde el sistema EFQM en servicios de las universidades andaluzas, siendo el servicio de deportes uno de los que han sido evaluados por ese sistema.

Esto está imponiendo una cultura de calidad, en la que la necesidad de crear indicadores, unidades de medida, herramientas para medir,..., ha hecho que la gestión por procesos y por medición de indicadores se vaya implantando en los servicios de deportes de las universidades.

La situación actual está en manos de la ANECA que es la encargada de acometer esa función, ANECA ofrece a las universidades la posibilidad de evaluar sus servicios o unidades de gestión, teniendo como referencia el Modelo EFQM de Excelencia, a través del Convenio ANECA-CEG”, todo ello con independencia del tema de las titulaciones.

Además, y de forma paralela, hay universidades que han implantado cartas de servicios y otras además han apostado por organismos que certifiquen la calidad del servicio prestado en el cumplimiento de normas de calidad, como la certificación ISO 9001:2000, estas normas suelen ser auditadas por empresas con licencia para otorgar el sello de cumplimiento de la norma, podemos citar, a modo de ejemplo, la Agencia Española de Normalización (AENOR). Estas empresas son un agente externo a la organización y garantizan que se cumplan los requisitos que impone la norma.

Este es uno de los caminos que van a tomar las actuaciones universitarias, la mejora continua de los servicios, como herramienta fundamental de la gestión de calidad, y la posibilidad de rendir “cuentas” a la sociedad de lo realizado, así como mostrar los resultados obtenidos para su evaluación, de manera que se pueda percibir que las actuaciones realizadas estaban orientadas a los objetivos marcados. En esto la universidad y, en particular, los servicios de deportes van a tener que hacer una serie de esfuerzos añadidos para acoplarse a un nuevo escenario en la gestión de servicios.

## **1.5. LOS PRESUPUESTOS DESTINADOS A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN LAS UNIVERSIDADES ESPAÑOLAS**

Pocos estudios rigurosos hay hechos sobre los presupuestos que destinan las universidades a la actividad física y deportiva. Analizando de forma exclusiva lo que se consume presupuestariamente en los Servicios, o áreas, de deportes y dejando de lado lo que se destina a actividad formativa conducente a titulaciones oficiales, tenemos que el documento que más lo ha desarrollado ha sido el realizado por París, 1997.

En ese trabajo realizado con una población de 47 universidades, de las cuales 40 presentan sus presupuestos en materia deportiva y los globales de la Universidad, se observa que se destinaba un 0,66% del presupuesto global de la Universidad a deporte. Esta cantidad suponía 3.457.800.000 de pesetas, 20.781.797 de euros. Se apreciaban diferencias importantes entre universidades pues aparece la que tiene el mayor porcentaje del presupuesto destinado deporte con un 1,66% y la menor con un 0,20%.

Igualmente se afirma que queda mucho por hacer y que el presupuesto que se debería destinar a deporte debería ser de al menos un 1% del total de la Universidad.

Desde 1997 no se ha realizado ningún trabajo que permita extraer valoraciones sobre lo que destinan las Universidades a deporte, no obstante la Conferencia de Rectores de Universidades Españolas, CRUE en adelante, en su publicación "La universidad española en cifras" aporta datos sobre el presupuesto de gastos de 48 Universidades. Si se realiza una extrapolación de lo presentado por París en 1997 tendríamos los valores que se destinaría a deporte en la Universidad. Así, según se aprecia en la tabla 1, los gastos que generaría el deporte universitario, o en la Universidad, son muy importantes y es un elemento que, al igual que otros, necesita de un estudio y análisis comparativo con más profundidad. Análisis que nos permitirá conocer con más detalle, y de forma real, la orientación de sus inversiones en el ámbito de la actividad física y deportiva.



<b>Presupuesto Global de las Universidades (datos CRUE 2008)</b>	<b>Estimación del Presupuesto de Deportes aplicando un 0,66% del global de la Universidad</b>	<b>Estimación del Presupuesto de Deportes aplicando un 1% del global de la Universidad</b>
<b>8.098.483.323,56 €</b>	<b>53.449.989,94 €</b>	<b>80.984.833,24 €</b>
<b>5979,39 €/ Com. Univers.</b>	<b>39,46 €/ Com. Univers.</b>	<b>59,79 €/ Com. Univers.</b>

Tabla nº 1. Presupuesto de gastos de las universidades y su gasto en deportes a un 0,66% y un 1 % de su presupuesto. Valores distribuidos por la Comunidad Universitaria.  
Fuente CRUE. Elaboración propia.

## **1.6. LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS DE LAS UNIVERSIDADES ESPAÑOLAS**

Al igual que en apartados anteriores los escasos estudios en este tema no nos arroja mucha luz sobre el mismo, una vez más hay que referirse al estudio realizado en 1997 por París. En él se enumeran los espacios deportivos que disponen las universidades, relacionándolos por sus características, en total son 583, que haciendo una estimación de sus dimensiones en m<sup>2</sup> supondrían 2.570.700 de m<sup>2</sup>, es decir 54.695,74 m<sup>2</sup> por cada una de las 47 universidades que aparecen en el estudio.

Recientemente la CRUE presentó un informe en el que se presenta, entre otros elementos, los m<sup>2</sup> de construcción de las Universidades Españolas, llegando a 11.704.515 m<sup>2</sup> en 43 Universidades que aportaron datos al respecto. Además se hace un análisis de la distribución de los mismos y aparece un total de 830.932 m<sup>2</sup> respecto a lo que se considera superficie deportiva, lo que supone 19.324 m<sup>2</sup> por Universidad, y un total de un 7,10% de la superficie construida en la universidad española estaría destinada a espacio deportivo.

Sólo con estos datos ya podemos apreciar la urgente necesidad que se tiene en poder realizar un informe serio y más riguroso sobre la realidad de las instalaciones deportivas en las universidades. Este informe además de conocer la situación real, va a permitir actuar con rigurosidad sobre políticas que incentiven o promocionen la construcción de instalaciones deportivas de manera equilibrada entre el conjunto de la Universidad Española.

No obstante, la información recogida sí muestra la acción que están realizando las universidades en el diseño y construcción de espacios deportivos.

Como punto aparte es necesario mencionar la importancia que tiene que las instalaciones deportivas de las universidades se usen al máximo, entendiéndolo en el sentido más amplio. Es decir, tanto en oferta de horarios, posibilidades, precios; facilitando su uso a toda la Comunidad Universitaria y al resto de la población si existe posibilidad.

No parece razonable limitar su uso a una Titulación. Es imprescindible que se dote a las titulaciones de los mejores espacios y recursos para la formación de los mejores profesionales, pero eso no supone que las instalaciones no puedan ser utilizadas con otros programas que beneficien al conjunto de la Comunidad Universitaria.

También la población del entorno puede tener acceso a las instalaciones universitarias. Si tenemos en cuenta:

- que en la mayoría de los campus, la demanda universitaria no cubre el total del horario de las instalaciones deportivas,
- que muchos de esos campus se encuentran dentro de poblaciones con demanda no cubierta,
- que la participación de la sociedad en los campus es uno de los retos para mejorar la percepción social hacia la actividad universitaria más allá de la formación de los nuevos graduados (Exposición de Motivos del Campus de Excelencia Internacional, Secretaría de Estado de Universidades, Octubre 2008) y las Instalaciones y servicios deportivos universitarios puede ser una buena forma de interacción entre la universidad y su entorno,

Se justifica la posibilidad del acceso de la población del entorno, siempre que se asegure que la demanda y necesidades de la comunidad universitaria quedan cubiertas.

En la actualidad, para la gestión de las instalaciones deportivas universitarias, se están utilizando diferentes modelos que van desde el más directo, donde todo (la dirección, coordinación, programación y personal de la mismas) es gestionado directamente por la universidad, a otros modelos mixtos en el que la participación de empresas especializadas entran en algún/os de estos ámbitos (personal, programación, servicios deportivos,...). La elección de un modelo u otro viene dada por la evolución y realidad que vive cada universidad, y la capacidad de adaptación a la misma y sus circunstancias. Sea un modelo u otro, el éxito radica en la dirección del mismo, que siempre debe estar en la propia universidad, y ser capaz de imprimir el carácter universitario y las líneas de actuación de la universidad, y un seguimiento directo y constante del servicio ofrecido.

Así, hay que hacer una explotación máxima y racional de las instalaciones deportivas propiedad de la Universidad en beneficio de su colectivo y de los ciudadanos del entorno.

## **1.7. CONCLUSIONES DE LA SITUACIÓN ACTUAL**

1. La necesidad de estudios continuados en el tiempo, así como la selección de indicadores que permitan hacer estudios comparativos en su evolución, hace que sea una de las problemáticas que dificultan conocer el deporte universitario con datos fiables y válidos, además de su escasa significatividad estadística.

Los estudios realizados han contribuido de forma parcial al conocimiento de su realidad, pero estos esfuerzos no han sido respaldados y no han obtenido la cantidad de información que era precisa para su estudio.

2. Es imprescindible crear un sistema periódico de recogida de información, con una serie de indicadores establecidos, que nos permitan conocer datos reales, así como su evolución. Para ello es necesario crear un observatorio que se encargue de esa tarea logrando la participación del conjunto de los servicios de deportes universitarios.

3. Otro aspecto a nombrar es la universalización del acceso a la universidad. Con 77 universidades en el territorio nacional se han reducido gastos a los estudiantes y este hecho ha facilitado el acceso a los estudios de rango superior a muchos estudiantes que antes no podían. No obstante esa realidad, el descenso de la natalidad ha provocado que el número de matriculados haya descendido, paulatinamente, en los últimos años.

Este hecho coyuntural está provocando, en las universidades, una “lucha” por los estudiantes para incorporarlos a sus estudios. En esta competencia las universidades están ofreciendo un conjunto de servicios además de exclusivamente las titulaciones. Así, las universidades están ofreciendo un concepto más amplio de ciudad y vida universitaria, en el que se ofrecen zonas de ocio, cultura, zona donde practicar deporte y programas que lo desarrollan,..., todo con la finalidad de captar más estudiantes que accedan a esa universidad.

4. El 94% de la población universitaria tiene menos de 40 años por lo que es un sector de la población muy interesado por la práctica deportiva y eso va a hacer que los dirigentes universitarios tengan que actuar de acuerdo con uno de los intereses más relevantes en esa franja de edad y ofrecer programas de ejercicio físico para satisfacer sus necesidades.
5. La universidad española se encuentra inmersa en un proceso de cambio, la convergencia con Bolonia que nos lleva a un escenario de Espacio Europeo de

Educación Superior, está suponiendo una actividad intensa en la elaboración de los nuevos títulos de Grado y de Máster. Títulos que deberán ser avalados por la ANECA para su implantación. No obstante, uno de los problemas que surgen es como crear Másteres que tengan una competencia profesional, por lo que resulta básico la coordinación con otros Ministerios y no proponer el Máster únicamente desde la universidad, se necesita la participación de otros agentes, y el Plan Integral de la promoción del deporte y la actividad física es una buena herramienta para sentar a dialogar los agentes implicados en estos temas.

6. Por otro lado se abre un resquicio de esperanza, pues los 6 créditos ECTS, que hace referencia el artículo 46.2.i de la LOU 6/2001, son un apartado que el estudiante podrá utilizar para configurar su currículum con actividades deportivas, entre otras cosas. Significa un reconocimiento, desde la propia ley, del valor formativo de la actividad físico-deportiva. Así, los Servicios, o áreas, de deportes van a tener que regular, sistematizar, estas actividades para que el estudiante que las curse se beneficie de su programa y le permita mejorar su formación básica en la titulación correspondiente. Esto va a implicar una mayor importancia de estos programas en los Servicios, o áreas, de deportes de manera que tendrán una actuación académica reconocida. Creemos desde aquí que la tarea es muy importante porque:
  - a. es la última etapa educativa de los y las estudiantes, y es un último intento en conseguir mejorar su futura calidad de vida y vencer la grave epidemia de la obesidad y el sedentarismo.
  - b. A través de la práctica de actividad físico-deportiva los/as estudiantes tienen la oportunidad de adquirir y reforzar aspectos importantes de su formación integral, en diferentes habilidades, competencias, destrezas, actitudes y valores (liderazgo, trabajo en equipo, comunicación, valor de la planificación y de la constancia, la resolución de problemas bajo presión, la capacidad de análisis y autocrítica, el valor del esfuerzo, la autosuperación, el respeto a las normas y al contrario, la valoración de la salud y la calidad de vida,...) que serán tremendamente útiles y necesarias para su futuro profesional y para su vida.
7. Se reconoce legislativamente la importancia del deporte universitario en la universidad. Aparece un Título en la ley que presenta dos artículos que se centran de forma expresa en el deporte en la universidad.

8. Como importante a destacar es la responsabilidad que, de manera explícita, se le asigna al Consejo de Universidades y a la Conferencia General de Política Universitaria en la tarea de emitir informes para la coordinación del Deporte a nivel nacional e internacional por el Gobierno.

Este hecho supone un cambio sustancial. Anteriormente la Coordinación Nacional la ejercía el CSD en virtud del RD 2069/1985, y se explicitaba que se tenía que emitir un informe al Consejo de Universidades, y que éste definía sus actuaciones. Esto no se ha llegado a realizar, tal vez en alguna ocasión de manera circunstancial, pero no ha sido una forma de trabajo habitual. Se gestionaban los programas y sus resoluciones en el pleno del CEDU, órgano que es asesor y no decisorio, por lo que la participación activa de los órganos de gobierno de las universidades no existía y se actuaba de forma unilateral. Todo dependía de la voluntad política del momento y del grado de consenso alcanzado entre representantes del CSD y de las universidades en CEDU.

Con este Título XIV el CGPU y el CU tienen una tarea encomendada para decidir como debe ser el deporte en la universidad y que directrices marcar para que el CSD actúe en la línea que se quiere desde las universidades. Habrá que analizar este hecho y plantearse un órgano decisorio en el que participen todos aquellos agentes que tienen responsabilidades en él, CSD, CCAA y Universidades, de forma que cada uno de sus representantes puedan analizar el deporte universitario desde su punto de vista y concurrir conjuntamente en un órgano de coordinación que lleva adelante los programas que nacen de sus responsables. Además, independientemente de este nuevo órgano o modificación del actual CEDU, es imprescindible que el CU y el CGPU asuman las responsabilidades que les marca la ley y tengan el debate y propuesta correspondiente para definir las directrices del deporte en la universidad.

9. Las universidades tienen una oferta de actividades dirigidas muy abierta amplia y plural, en la que el objetivo de la práctica física es propiedad de la persona que realiza la actividad. Tienen tres enfoques en la oferta de actividades dirigidas, uno que se centra en la mejora de la salud y el fitness, muy condicionado por las modas, un segundo bloque que se orienta al aprendizaje deportivo de diversos deportes, y por último un tercer bloque, cada vez más importante, actividades orientadas hacia el entorno natural.
10. Existe un programa establecido de competición deportiva en las universidades. Se diferencia la competición interna y la competición externa. La competición interna tiene una finalidad social y la participación de la Comunidad Universitaria es dispar, habiendo actividades como el fútbol sala que funcionan con público

masculino y gran participación y otros programas con una escasa participación y dependiendo de la situación coyuntural del momento el que exista mayor o menor participación.

La competición externa arranca en las fases zonales e interzonales de los CEU y finaliza en las sus fases finales. La realidad es que este modelo está presentando muchos problemas para llevarse a término en su conjunto, la participación en fases interzonales está siendo un verdadero problema, existiendo, además, deportes en los que el número de jugadores participantes es escaso y sin posibilidad de relevo. Es necesaria una reforma del programa de CEU, para ello es necesario definir, desde los órganos que rigen el deporte universitario (CU y CGPU), los objetivos y metas que se plantean en un futuro próximo y orientar el programa de CEU hacia esos fines de manera que se encaje en los objetivos de la universidad española, y no, como en la actualidad, que cada vez se está más alejado de ellos. Da la sensación de que el programa de CEU va por un lado y la universidad española por otro, parece ser que el único punto de enganche al proceso es, el que es un programa financiado.

11. Existe programa de deporte universitario Internacional, uno que se centra en programa FISU y otro en programa EUSA. El programa FISU tiene los campeonatos del mundo universitarios y las universiadas, que la participación es competencia del CEDU y asume la selección el propio CSD. El programa EUSA (Campeonatos de Europa Universitarios) es un programa joven pero que está teniendo un gran crecimiento. Al ser una participación por universidad, representando al país, y puesto que los costes son cubiertos íntegramente por la universidad participante, depende más de la voluntad de las propias universidades para participar. El CEDU únicamente valida las universidades clasificadas para poder asistir a la fase de Campeonato de Europa, utilizando para ello la clasificación en los Campeonatos de España Universitarios.
12. Hay un grupo de universidades que tienen equipos inscritos en ligas federadas de nivel nacional, la decisión de su participación depende de los equipos de gobierno de la universidad, así como la política de gestión de recursos y fichajes.
13. Las universidades están iniciando un camino para facilitar el acceso a las instalaciones deportivas a toda la Comunidad Universitaria, y muchas de ellas también a los ciudadanos y ciudadanas del entorno. Este es uno de los grandes retos que debe afrontar la universidad, hacer universal el acceso a la actividad física y deportiva a su comunidad y a la población, y ser un referente social para la creación de espacios y programas orientados a la actividad física y deportiva.

14. Existe un programa en las universidades dirigido a los deportistas de alto nivel. 1252 deportistas se benefician del programa presentado por las universidades a la Resolución que convoca el CSD para estos deportistas. No obstante, hay más universidades que tienen un programa orientado a los deportistas de alto nivel pero no concurren en la convocatoria de la Resolución del CSD.  
  
Las universidades destinan de sus presupuestos recursos a los deportistas de alto nivel. Además, tienen programas que amplían sustancialmente los beneficios a los DAN, DAR y otros deportistas de rango élite universitario que crean las universidades en sus programas particulares.
15. Algunos servicios de deporte empiezan a colaborar con otros departamentos de la universidad para la organización conjunta de programas de formación relacionados con el deporte como eje transversal, o para dar apoyo a programas de investigación relacionados con el deporte y la actividad física.
16. Los servicios de deportes son una fuente de generar empleo. Los trabajadores directos que tienen las universidades para la gestión de los servicios y los contratos de servicios o empleos indirectos que se generan alrededor de la actividad física y deportiva son una fuente de riqueza que se crea en las universidades. Todo el conjunto de programas que se gestionan y se llevan a término implica un volumen de personas elevado en la ocupación de puestos de trabajo en la universidad española.
17. La gestión de calidad se está imponiendo en la gestión de servicios. La necesidad de estructurar y documentar el trabajo, de medir y presentar resultados y de enfocar los servicios al cliente, hace que se esté generando una nueva cultura de gestión de servicios basada en la Calidad que en un plazo de tiempo no muy largo acabará por imponerse en la totalidad de los servicios de deportes de la universidad española.
18. Los presupuestos destinados a los servicios de deportes es un elemento que necesita de más información para extraer conclusiones sobre ellos. No hay datos actualizados y fiables para poder afirmar con veracidad lo que ocurre en los Servicios de Deportes y en los presupuestos de las Universidades.
19. Al igual que los presupuestos, las instalaciones deportivas tienen la misma problemática y no se pueden extraer conclusiones veraces. No obstante, sí se puede afirmar que las universidades están generando espacios deportivos en



sus Campus, de manera que se acerque la instalación deportiva a la comunidad universitaria y al entorno.

20. Por último, es importante concluir con la necesidad de generar una serie de indicadores para todas las universidades, de crear un sistema de recogida de información periódica, de la realización de trabajos periódicos que nos aporten conocimiento sobre el deporte universitario, así como su evolución a lo largo del tiempo.

## **2. DISTRIBUCIÓN COMPETENCIAL**

A continuación señalamos la principal normativa que afecta a este ámbito:

- Constitución española, art. 27.10 Autonomía universitaria, 27.1 derecho a la educación, 43 fomento del deporte y la actividad física, 148.1.19 promoción del deporte.
- LOU. Titulaciones de grado y master, 6 créditos ECTS, Título XIV art. 90 y 91.
- Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas oficiales. Publicado en el BOE número 260 del 30 de octubre de 2007, página 44037
- Orden ECD/273/2004 del 3 de febrero por la que se regula el Comité Español de Deporte Universitario. Publicado en el BOE número 38 del 13 de febrero de 2004, páginas 6660-6662. Corrección de errores, BOE 112 del 8 de mayo de 2004.
- Real Decreto 2069/1985, de 9 de octubre, sobre articulación de competencias en materia de actividades deportivas universitarias. Publicado en el BOE número 267 del 7 de noviembre de 1985, página 35194
- Real Decreto 971/2007, de 13 de julio, sobre deportistas de alto nivel y alto rendimiento, publicado en el BOE número 177 del 25 de julio de 2007, páginas 32240 a 32247.
- Resoluciones anuales de los Campeonatos de España Universitarios.
- Reglamentación de los Campeonatos de España Universitarios.
- Resoluciones anuales de deportistas de alto nivel.
- Normativa autonómica por la que se regula la cualificación de Deportistas de Alto Nivel o de Élite, así como sus beneficios y obligaciones reconocidos por las Comunidades Autónomas que los poseen.
- Ley Orgánica 10/90 de 15 de octubre del Deporte, publicado en el BOE 249 del 17 de octubre de 1990, páginas 30397-30411

- Ley Orgánica 7/2006, de 21 de noviembre, de protección de la salud y de lucha contra el dopaje en el deporte, publicada en el BOE número 279 del 22 de noviembre de 2006.
- Ley 19/2007, de 11 de julio, contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte, publicada en el BOE número 166 del 12 de julio de 2007.
- Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, publicada en BOE número 71 del 23 de marzo de 2007, páginas 12611-12645.
- Real Decreto 185/2008, de 8 de febrero, por el que se aprueba el Estatuto de la Agencia Estatal Antidopaje.
- Real Decreto 557/1991, de 12 de abril, sobre creación y reconocimiento de Universidades y Centros universitarios. Apartado 5 del Anexo (Necesidades materiales mínimas) relativo a las Instalaciones deportivas
- Real Decreto 748/2008, de 9 de mayo, por el que se regula la Comisión Estatal contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte.
- Real Decreto 769/1993, de 21 de mayo, por el que se aprueba el reglamento para la prevención de la violencia en los espectáculos deportivos, publicado en el BOE número 146 del 19 de junio de 1993, páginas 18902-1890012. Modificado por el RD 1247/1998 de 19 de junio.
- Leyes autonómicas del deporte:
  - Ley 6/1998, de 14 de diciembre, de Andalucía.
  - Ley 4/1993, de 16 de marzo, de Aragón.
  - Ley 2/1994, de 29 de diciembre, del Principado de Asturias.
  - Ley 3/1995, de 21 de febrero, de las Islas Baleares.
  - Ley 8/1997, de 9 de julio, de las Islas Canarias.
  - Ley 2/2000, de 3 de julio, de Cantabria.

- Ley 9/1990, de 22 de junio, de Castilla y León.
  - Ley 1/1995, de 2 de marzo, de Castilla-La Mancha.
  - Ley aprobada por el Decreto Legislativo 1/2000, de 31 de julio, de Cataluña.
  - Ley 2/1995, de 6 de abril, de Extremadura.
  - Ley 11/1997, de 22 agosto, de Galicia.
  - Ley 8/1995, de 2 de mayo, de La Rioja.
  - Ley 15/1994, de 28 de diciembre, de la Comunidad de Madrid.
  - Ley 2/2000, de 12 de junio, de la Región de Murcia.
  - Desarrollo reglamentario de Navarra.
  - Ley 14/1998, de 11 de junio, del País Vasco.
  - Ley 4/1993, de 20 de diciembre, de la Comunidad Valenciana.
- 
- Estatutos de autonomía
  - Directrices generales y reglamentos de los diferentes Servicios de Deporte de las universidades.
  - Artículos de los estatutos de las diferentes universidades referentes al deporte universitario.
  - Reglamentos de los Campeonatos Autonómicos de Deporte Universitario de las diferentes comunidades autónomas.
  - Estatuto del estudiante, actualmente en proceso de borrador.

### **3. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES**

#### **POTENCIALIDADES:**

1. La buena imagen que tiene la práctica de actividad física y deportiva.
2. La relación directa que posee la salud con la realización continuada de actividad física y deportiva.
3. La aportación que la práctica de la actividad físico-deportiva hace a la formación integral del estudiante (en habilidades, competencias, destrezas, actitudes y valores).
4. La potencialidad de los Deportes y la Actividad Física para promocionar la Universidad en la sociedad en general y en su entorno próximo en particular, aprovechando todos los valores positivos con los que se relaciona dicha práctica.
5. La sensibilización que los poderes públicos en general están realizando para el fomento de la práctica de la actividad física y deportiva.
6. El nivel cultural y académico de la Comunidad Universitaria es elevado, por lo que el concepto de Calidad de Vida está más desarrollado y la actividad física y deportiva está perfectamente encajada dentro de ese concepto con una gran disposición del colectivo universitario a su práctica.
7. El 94% de la Comunidad Universitaria tiene menos de 40 años, y en esta franja de edad el interés por la práctica deportiva es muy elevado.
8. La amplia oferta de actividades que ofrecen los Servicios de Deportes de las Universidades españolas. Oferta que engloba programas de Salud, de aprendizaje deportivo, de naturaleza, de competición y de formación en diferentes aspectos de la actividad física y deportiva.
9. El descenso del número de estudiantes y por tanto la competencia entre las universidades por ellos/as puede dar como resultado la mejora de la oferta que cada universidad hace a sus estudiantes, siendo la oferta físico-deportiva especialmente útil y valorada para conseguir esta diferenciación.

10. La existencia de un órgano nacional que permita coordinar los programas nacionales de deporte universitario.
11. El título XIV de la LOU que asigna funciones al Consejo de Universidades y de la Conferencia General de Política Universitaria al respecto de la actividad física y deportiva en la universidad.
12. La existencia, en las universidades, de programas de protección a los deportistas de alto nivel y de alto rendimiento que permiten que puedan compaginar sus estudios con más facilidad.
13. La inmersión de las universidades en la cultura de la gestión de calidad. Se está iniciando el proceso y se está empezando a aplicar en varias universidades, este elemento va a hacer que sea más fiable y continuada la medición de resultados dentro del enfoque de la gestión de calidad orientada al cliente.
14. La universalización de los estudios universitarios posibilitando al máximo el acceso al mayor número de personas posibles, gran número de universidades en el territorio nacional.
15. La creación del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES), que va a definir un nuevo concepto de formación del futuro ciudadano europeo, donde la formación en valores y de calidad va a tener un peso fundamental.
16. La creación del Espacio Europeo de Educación Superior, y la incorporación de la actividad física y deportiva en el mismo, facilitará y promoverá el intercambio de estudiantes también desde el ámbito físico-deportivo.
17. La aparición de los 6 créditos ECTS en todas las titulaciones universitarias de grado. La posibilidad de que puedan ser cursados en materias de actividad física y deportiva reestructurará la oferta y responsabilidad de los Servicios de Deportes en la formación integral del estudiante.
18. La posibilidad de crear nuevos Másteres en la universidad española. Másteres que podrán abrir un abanico más amplio en la formación de profesionales de la actividad física más especializados.
19. En definitiva, el hecho de que las personas que en el futuro van a estar al frente y en los órganos directivos y técnicos de las empresas, entidades e instituciones del país están hoy en la Universidad. Y desde el punto de vista de la promoción

de la actividad física y el deporte su experiencia de hoy en la Universidad, la contribución que la actividad físico-deportiva haga en su formación como personas y como futuros profesionales, va a ser fundamental en el mañana.

20. El Programa “Campus de Excelencia Internacional” dentro del Plan “Estrategia Universidad 2015” (iniciativa coordinada entre el Gobierno de España, las Comunidades Autónomas y las propias Universidades, encaminadas a la modernización del sistema universitario, <http://universidades2015.fecyt.es/>) supone una oportunidad para la modernización de las instalaciones y programas físico-deportivos de la universidad.
21. La disponibilidad de las instalaciones universitarias para su uso por colectivos externos (regulado en función de su capacidad y el uso que se hace de ellas), posibilita la integración de la universidad en su entorno y rentabiliza el uso máximo y público de las mismas, facilitando y contribuyendo al aumento de la práctica de actividad físico-deportiva de toda la población.

## **LIMITACIONES**

1. La escasa posibilidad decisoria que tiene el órgano que coordina el programa nacional del deporte universitario. Es momento de analizar con detalle el CEDU y estudiar su reforma para que sea un órgano decisorio con la participación de todos los agentes implicados en el deporte universitario.
2. La falta de implicación del Consejo de Universidades y de la Conferencia General de Política Universitaria en las funciones de marcar directrices que le asigna la LOU.
3. La falta de estudios continuados que permitan conocer donde está la universidad española actual en materia de actividad física y deportiva, así como conocer su evolución en el tiempo.
4. El descenso continuado de estudiantes matriculados, como consecuencia del descenso de la natalidad.
5. La falta de actividad física continuada en etapas previas a la universidad, donde la obesidad y el sedentarismo son una de las grandes problemáticas de la sociedad postmoderna, por lo que los futuros estudiantes universitarios llegarán con una falta de predisposición al ejercicio físico.
6. La aparición de nuevas formas de ocio (ocio nocturno, ocio digital) que van en la línea opuesta de la ocupación del ocio sano.
7. La falta de debates que hagan referencia al deporte universitario. Existe una deficiencia importante en este aspecto, no se ha debatido sobre cual debe ser el enfoque del deporte universitario del futuro, así como cuales son sus objetivos y finalidades. En estos debates es imprescindible que se hagan en el seno del Consejo de Universidades y de la Conferencia General de Política Universitaria de manera que puedan posteriormente marcar directrices sobre deporte universitario.
8. La dificultad de coordinar todos los agentes que intervienen en el deporte universitario, de manera que se aplique el enfoque de los programas que deben ser coordinados entre los agentes con responsabilidades en él.
9. Existen tan sólo dos programas nacionales que hacen referencia directa sobre el deporte en las universidades. Uno que no concurren todas las universidades



y que se centra en los deportistas de alto nivel y de alto rendimiento, que su presupuesto depende de lo gastado en el otro programa nacional. Y un segundo programa, el de Campeonatos de España Universitarios, que necesita una remodelación importante de manera que se adecue mejor a los objetivos de la universidad española.

10. La falta de indicadores de calidad de seguimiento. La presencia de indicadores es una deficiencia que tan sólo es salvada por grupos pequeños de universidades, no es una cultura totalmente instaurada, por lo que el seguimiento de los resultados es mucho más complejo y no comparable.
11. La incertidumbre que supone el nuevo Espacio Europeo de Educación Superior y las nuevas titulaciones de Grado y Máster, así como las posibilidades de coordinación entre varios ministerios para el posterior ejercicio profesional.
12. La dificultad real que se produce entre los horarios de clases/prácticas de los estudiantes y la oferta de actividades/servicios de la propia universidad, obstaculizando la formación integral del estudiante y su vida universitaria, y provocando un empleo ineficaz de recursos.
13. La escasa (con excepciones loables) inversión que están realizando las universidades, las CCAA y el gobierno de la nación, para la promoción deportiva en la Universidad.
14. La falta de estudios y mapas de necesidades de instalaciones deportivas en las Universidades realizados por los responsables políticos.
15. La escasa sensibilidad de los equipos de gobierno de las universidades (con excepciones) para contratar el personal necesario para realizar las tareas de gestión de los Servicios de deportes de las universidades españolas.
16. Aunque en general las tarifas que se deben abonar por las actividades y el uso de las instalaciones deportivas en la universidad suelen ser bajas y asequibles, en algunos casos pueden suponer una barrera económica para algunos estudiantes. Esta situación resulta una limitación importante que la universidad debe plantearse, y encontrar medidas para resolver y asegurar el acceso de todos los estudiantes a la práctica físico-deportiva, de la misma forma que tienen asegurado el acceso al resto de servicios universitarios y que forman parte de su formación.

17. La carencia o escasez de programas de promoción deportiva en el ámbito universitario por parte de las CCAA (salvo algunas excepciones). En la mayoría de ocasiones se circunscriben, casi con exclusividad, a la financiación de los programas de competición autonómica universitaria.
  
18. Falta de conocimiento interno y externo sobre las potencialidades de la práctica de la actividad físico-deportiva en la universidad.

## **4. VISIÓN PARA EL FUTURO**

La formación integral de ciudadanos europeos con un perfil de excelencia debe ser la seña de identidad de la universidad española. En esa tarea la actividad física y deportiva juega un papel básico y permite el desarrollo completo de la persona.

- La posibilidad de realizar actividad física y deporte en la universidad será un elemento estratégico y diferenciador de las universidades españolas. Para dar mejor cumplimiento a este aspecto, la práctica de actividad física en la universidad debe estar asegurada para los estudiantes, estableciendo los mecanismos necesarios para evitar las barreras económicas o de cualquier otro tipo. **El acceso de la población universitaria a los programas y a las instalaciones deportivas deberá ser universal.** La actividad física que se realice en las universidades debe contribuir a la formación integral del estudiante, permitir el crecimiento personal y generar hábitos que ayuden a la mejora de la calidad de vida y contribuyan al bienestar de las personas.
- La universidad, como institución de excelencia y de referencia para la Sociedad, ofrecerá **programas deportivo-educativos gestionados de manera eficiente** de manera que aseguren la calidad del servicio. Esta vocación de vida universitaria de calidad, de excelencia y de interacción con su entorno queda reflejada en el Programa “Campus de Excelencia Internacional” dentro del Plan “**Estrategia Universidad 2015**” (iniciativa coordinada entre el Gobierno de España, las Comunidades Autónomas y las propias Universidades, encaminadas a la modernización del sistema universitario, <http://universidades2015.fecyt.es/>).
- La universidad en su conjunto y los servicios de deportes, en particular, acabarán adoptando **programas de gestión de la calidad**, de forma que se auditen indicadores, programas, recursos y resultados, consiguiendo ofrecer una gestión inmersa en la rendición de cuentas a la sociedad que la crea, y una mejora continua de los servicios ofrecidos. Para ello, además será necesaria la existencia de un “observatorio del deporte universitario” a nivel nacional que mida periódicamente los resultados y sirva de referencia.
- Habrá nuevas **titulaciones de grado y master** que se organizarán y desarrollarán conjuntamente con otros agentes sociales implicados en el mundo laboral para garantizar responder a las necesidades sociales y profesionales del momento.

- La actividad deportiva estará completamente **integrada en las estrategias educativas** de la Universidad reconociéndose, más allá de los 6 créditos, su carácter y valor formativo. Igualmente, es necesario regular los contenidos y estructuración de los contenidos que conducen a la obtención de los 6 créditos ECTS. Van a ser un elemento fundamental que facilitará el acercamiento de los/as estudiantes a la actividad física y deportiva durante su etapa universitaria y que formará parte de su formación y de su futuro estilo de vida.
- Las universidades habrán ido **desarrollando programas de investigación** donde la actividad físico-deportiva y las facilidades y mejoras para su práctica, serán el eje de las investigaciones.
- **La Formación Continua de profesionales irá teniendo cada vez más importancia en la universidad.** Esta circunstancia también será tenida en cuenta desde los Servicios/Áreas de Actividad Física y Deporte de las Universidades, tanto en la oferta de programas específicos para esta formación continua de profesionales relacionados con el ámbito físico-deportivo (en colaboración con diferentes Departamentos de la Universidad), como a la hora de contar con el perfil de estos/as estudiantes para la oferta de actividades y servicios deportivos en la universidad.
- La puesta en marcha del Espacio Europeo de Educación Superior deberá converger también en lo que actividades físico-deportivas se refiere. Esto facilitará y promoverá el intercambio y la movilidad de estudiantes entre las universidades europeas. **Las Universidades españolas participarán** activamente en los eventos, convenciones y actividades que se desarrollen en el ámbito europeo y mundial.
- **Los deportistas de alto nivel** o de alto rendimiento deberán tener aseguradas todas las posibilidades de compaginar sus estudios con su etapa de máximo rendimiento deportivo. La universidad deberá preocuparse por facilitar esta conciliación para que finalmente obtengan su titulación académica que les faculte para ejercer una profesión de grado universitario.
- La actividad física y deportiva organizada en la universidad estará **abierta a la sociedad.** Con actividades, programas, actos, uso de instalaciones, u otros servicios... que permitan el acercamiento de la universidad al entorno que le rodea, mostrando, de este modo, la proximidad de la universidad a la

sociedad y evitando situaciones endogámicas. De la misma manera, la universidad debe participar en programas deportivos externos para que la relación sociedad-universidad tenga un sentido de ida y vuelta y se beneficien ambos de sus programas.

- Las universidades habrán **desarrollado su parque de instalaciones deportivas**, en las que se generará, al margen de los programas actuales, una nueva oferta deportiva que cubrirá nuevas áreas de demanda social, como los programas en espacios naturales, los programas para poblaciones especiales o los programas de voluntariado y cooperación. Se pondrá especial énfasis en el desarrollo de los programas de promoción deportiva para el colectivo de mujeres, reflejando, así, la realidad de la matrícula académica de las universidades y corrigiendo los desajustes actuales de participación.
- El Consejo de Universidades y la Conferencia General de Política Universitaria, coordinándose con el Consejo Superior de Deportes y con las Comunidades Autónomas, **determinarán las líneas básicas** para el desarrollo de los programas deportivos de representación nacional e internacional.

## **5. OBJETIVOS GENERALES A CONSEGUIR**

Los objetivos generales de actuación para este plan integral en el ámbito de la actividad físico-deportiva en la universidad son cuatro: en primer lugar, promocionar la práctica regular de actividad física y deportiva en la universidad con el fin de contribuir a la formación integral del alumnado, así como potenciar la práctica educativa y saludable de toda la comunidad universitaria; en segundo lugar, diseñar y potenciar la formación de profesionales y practicantes deportivos; en tercer lugar, impulsar la investigación deportiva y la transferencia de resultados; y, por último, propiciar la colaboración entre la universidad y la sociedad y contribuir al acceso a la práctica de la actividad físico-deportiva de los colectivos con necesidades especiales. A partir de estos objetivos generales se formularán y se seleccionarán las estrategias claves para lograrlos. Todos ellos van a tener, de forma transversal, una especial atención a colectivos con necesidades especiales y a la promoción de la participación de la mujer.

A continuación se presentan cada uno de estos cuatro objetivos:

- 1. Promocionar la práctica regular de actividad físico-deportiva** en la universidad con el fin de contribuir a la formación integral del alumnado, así como potenciar la transmisión de valores educativos y la mejora de la salud y el bienestar de la comunidad universitaria.
- 2. Potenciar**, desde la universidad, **la realización de programas y acciones de formación continua** para profesionales y para los practicantes de actividad físico-deportiva.
- 3. Impulsar la investigación y la realización de estudios** en el ámbito de la actividad física y el deporte y la transferencia de sus resultados.
- 4. Propiciar la colaboración entre la universidad y la sociedad** para facilitar el acceso a la práctica de la actividad físico-deportiva, con especial atención a las mujeres y colectivos con necesidades especiales.

## **6. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA**

El desarrollo de los diferentes ejes de actuación estratégica se han ligado con los diferentes objetivos que tiene el Deporte en la Universidad dentro del Plan Integral del Deporte y la Actividad Física. Así se presentan el conjunto de ejes enmarcados en cada uno de los cuatro objetivos presentados en el apartado anterior.

Objetivo 1: **Promocionar la práctica regular de actividad físico-deportiva** en la universidad con el fin de contribuir a la formación integral del alumnado, así como potenciar la transmisión de valores educativos y la mejora de la salud y el bienestar de la comunidad universitaria.

Ejes estratégicos:

1. Realizar una oferta físico-deportiva amplia y diversificada que propicie el acceso a la actividad física de toda la comunidad universitaria. Esto conlleva la reducción de las barreras económicas de acceso al deporte en la universidad y la creación de nuevas actuaciones dirigidas a colectivos con menores índices de participación o con necesidades especiales.
2. Diseñar campañas de información y difusión acerca de los beneficios que suponen la práctica físico-deportiva continuada.
3. Rediseñar los sistemas de competición universitaria de ámbito nacional para conseguir, por una parte, favorecer la participación de la mujer y, por otra, redireccionar los objetivos imprimiendo un carácter universitario bajo las premisas de la educación y el juego limpio.
4. Incrementar la inversión en infraestructura deportiva en las Universidades. Las universidades, en medida suficiente, deben disponer de instalaciones deportivas modernas propias y reconocidas como universitarias por los mismos usuarios, y que aseguren la oferta de actividades físico-deportivas adecuada.
5. Establecer mecanismos que coordinen el debate y la toma de decisiones conjuntas para definir líneas comunes de actuación y propiciar la coordinación entre los programas y actividades ofertadas en la universidad española.

6. Establecer la adhesión a programas que se estén realizando a nivel nacional o internacional al respecto de la promoción de la actividad física y deportiva en el entorno universitario.

Objetivo 2: **Potenciar**, desde la universidad, **la realización de programas y acciones de formación continua** para profesionales y para los practicantes de actividad físico-deportiva.

Ejes estratégicos:

1. Integrar la actividad físico-deportiva dentro del currículo académico mediante el diseño de los 6 créditos ECTS y el Suplemento Europeo al título.
2. Reforzar el Programa de Deportistas de Alto Nivel y de Alto Rendimiento para mejorar la compatibilidad de los estudios universitarios con las etapas de máximo rendimiento deportivo.
3. Diseñar programas de formación continua relacionados con la actividad física y el deporte en colaboración con los departamentos, otras universidades nacionales e internacionales y agentes sociales.

Objetivo 3: **Impulsar la investigación y la realización de estudios** en el ámbito de la actividad física y el deporte y la transferencia de sus resultados.

Ejes estratégicos:

1. Incentivar dentro de cada universidad la implantación de sistemas de gestión de calidad que permitan crear entornos de excelencia en la práctica físico-deportiva universitaria.
2. Crear un observatorio nacional para analizar, coordinar y evaluar periódicamente la calidad de los servicios de deporte universitarios españoles para la transmisión de resultados medibles y transparentes a la sociedad.
3. Incrementar los recursos y las convocatorias nacionales y autonómicas de ayuda a la investigación y a la realización de estudios en materia de



actividad física y deportiva en las que puedan participar al menos los departamentos así como los servicios de deportes.

Objetivo 4: **Propiciar la colaboración entre la universidad y la sociedad** para facilitar el acceso a la práctica de la actividad físico-deportiva, con especial atención a las mujeres y colectivos con necesidades especiales.

Ejes estratégicos:

1. Generar una nueva oferta que incluyan actividades, acceso a las instalaciones, eventos y otros posibles servicios, para favorecer la participación de la sociedad en la universidad.
2. Promover y participar en programas de actividades físico-deportivas externos dirigidos a colectivos con necesidades especiales y en programas de voluntariado y cooperación a través de la actividad físico-deportiva.
3. Utilización del Deporte como vehículo de comunicación entre la Universidad y la Sociedad

## **7. AGENTES IMPLICADOS. POSIBLES ALIADOS INSTITUCIONALES.**

Los diferentes agentes que, directa o indirectamente, deben asociarse al desarrollo del deporte en la Comunidad Universitaria son los siguientes:

### **AGENTES DIRECTOS**

- Ministerio de Educación
- Ministerio de Sanidad y Política Social
- Ministerio de Ciencia e Innovación
- Ministerio de Igualdad
- Consejo Superior de Deportes
- Comité Español de Deporte Universitario
- Consejo de Universidades
- Conferencia General de Política Universitaria
- Servicios de Deportes de las universidades
- Direcciones Generales de Deporte de las diferentes Comunidades Autónomas

### **AGENTES INDIRECTOS**

- Federaciones Deportivas
- Delegaciones de Estudiantes de las diferentes universidades
- Consejos del Deporte Universitario de las diferentes Comunidades Autónomas
- Instituto de la Mujer
- Asociaciones internacionales de Deporte Universitario (FISU, EUSA y ENAS)
- Unidades de medicina deportiva
- Sindicatos
- Concejalías de Deporte, Cultura, Turismo y Educación de las entidades locales
- Diputaciones provinciales
- Servicios de orientación y apoyo al estudiante en las diferentes universidades
- Posibles empresas privadas colaboradoras en eventos y programas deportivos y/o en gestión de instalaciones o servicios deportivos.
- Federación de Municipios y Provincias.

- Comité Olímpico Español.
- Asociación de Ciencias del Deporte.
- Conferencia Nacional de Institutos y Facultades de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
- Asociaciones de deportistas (olímpicos, profesionales..)
- Madrid 2016.

## **8. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A DESARROLLAR.**

La universidad es un referente social, por lo que sus actuaciones no van a estar exentas de atención. Así pues, debe generar actuaciones que se encaminen a los objetivos de la sociedad del futuro y ser punta de lanza de la nueva sociedad europea.

**Objetivo número 1:** Promocionar la práctica regular de actividad físico-deportiva en la universidad con el fin de contribuir a la formación integral del alumnado, así como potenciar la transmisión de valores educativos y la mejora de la salud y el bienestar de la comunidad universitaria.

- Desarrollar una oferta de actividades físico-deportivas diversas en las universidades que ponga a disposición de los alumnos/as las herramientas necesarias para que con su práctica, completen su formación integral, además de promocionar la práctica física educativa orientada a la salud, a las actividades en la naturaleza, el aprendizaje deportivo y el de la competición para toda la Comunidad Universitaria.
- Inclusión de indicadores deportivos en los criterios de financiación autonómica a las universidades y la determinación de un porcentaje presupuestario mínimo de las universidades a la Actividad físico-deportiva.
- Programas y medidas específicas para favorecer el acceso de la mujer en los programas deportivos desarrollados por las universidades con actividades y medidas específicas de discriminación positiva para favorecer la práctica física de la mujer en la universidad, y reforzado mediante una convocatoria de ayudas del Consejo Superior de Deportes.
- Creación con la colaboración de las CCAA de un mapa de instalaciones deportivas universitarias así como la definición de mínimos necesarios y crear una Convocatoria de ayudas del CSD y las CCAA a la adaptación, mantenimiento y/o construcción de instalaciones deportivas universitarias.
- Realizar un estudio detallado del programa nacional de los Campeonatos de España Universitarios y ver su realidad actual, detectando filosofía, participación, recursos y sus diferentes problemáticas y concretar una propuesta

- Revisión de la Orden Ministerial de CEDU, para la creación de un órgano ejecutivo y de coordinación del deporte universitario que aglutine a todos los agentes con responsabilidades en el deporte en la Universidad (universidad, gobierno y comunidades autónomas) y eleve sus resoluciones al CSD y al Consejo de Universidades.
- Requerir y asegurar la implicación del Consejo de Universidades en las temáticas relacionadas con el deporte en la universidad mediante la inclusión de forma periódica en su orden del día de los informes correspondientes sobre el estado del deporte en la universidad y las propuestas para aprobación, si procede, de las directrices nacionales para el desarrollo de programas de deporte en la Universidad.
- Creación de sistemas de refuerzo para la adherencia a la práctica física mediante la atención individualizada, la reducción de costes o la obtención de ventajas en la oferta deportiva.
- Asegurar el acceso a la práctica de AFD a los estudiantes con menos recursos incorporando una ayuda para la práctica deportiva en la universidad dentro de las ayudas que se obtienen en las becas del MEC, así como el ajuste máximo de costes al colectivo de estudiantes proporcional al que sufragan por la matrícula académica.
- Creación de un programa orientado a la valoración del estado de la condición física y de salud desde la perspectiva de la actividad física y deportiva
- Creación de una plataforma web interactiva de atención a los participantes y las participantes y campañas de comunicación para favorecer la adherencia a la práctica físico-deportiva.
- Propiciar la inclusión de las universidades en la Red Española de Universidades Saludables (REUS) y potenciar la práctica de la actividad física y deportiva como un elemento fundamental en la mejora de la Salud.

**Objetivo número 2:** Potenciar desde la universidad la realización de programas y acciones de formación continua para profesionales y para los practicantes de actividad físico-deportiva.

- Favorecer que los estudiantes y las estudiantes puedan optar a los 6 créditos ECTS en materias deportivas.
- Estudio y mejora de los Programas de apoyo a Deportistas de Alto Nivel y Alto Rendimiento definiéndose una financiación estable.
- Organizar cursos para profesionales que trabajen en el ámbito deportivo o para el ámbito deportivo.

- Programa de ayuda a la Formación continua del personal que trabaja en los servicios de deportes de las universidades.

**Objetivo número 3:** Impulsar la investigación y la realización de estudios en el ámbito de la actividad física y el deporte y la transferencia de sus resultados.

- Análisis sobre el estado actual de la práctica física en la universidad.
- Implantación de los sistemas de gestión de calidad en los servicios de deportes.
- Creación del Observatorio Nacional del Deporte en la Universidad.
- Promover la realización de convenios entre las administraciones públicas y la Universidad para la realización de estudios e investigación en deporte en la universidad.
- Programa de ayudas al estudio y/o a la investigación en actividad física y deporte en la universidad y en la sociedad.

**Objetivo número 4:** Propiciar la colaboración entre la universidad y la sociedad y facilitar el acceso a la práctica de la actividad físico-deportiva, con especial atención a las mujeres y a los colectivos con necesidades especiales.

- Programa Universitario para la integración de colectivos con necesidades especiales a través del deporte.
- Programa de Actividad Físico-deportiva Universidad-Abierta
- Potenciar la imagen del deporte universitario como elemento de transmisión de valores y de comunicación con la sociedad.
- Programa Universitario de Voluntariado y Cooperación a través del Deporte.

Se desarrollan a continuación las medidas planteadas. Éstas están desarrolladas por orden priorizado, así la más necesaria llevar a cabo es la primera y la última la menos, pero no por ello deja de ser importante para el desarrollo del conjunto del Plan Integral de Promoción del Deporte y de la Actividad Física en el ámbito del Deporte en la Universidad y es, igualmente, necesario su desarrollo.

<b>Nº 1</b>	<b>PROGRAMAS DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTE UNIVERSITARIO</b>
<b>Descripción:</b> <p>Desarrollar una oferta de actividades físico-deportivas diversas en las universidades que ponga a disposición de los alumnos/as las herramientas necesarias para que con su práctica, completen su formación integral, además de promocionar la práctica física educativa orientada a la salud, a las actividades en la naturaleza, el aprendizaje deportivo y el de la competición para toda la Comunidad Universitaria. Esta oferta, en lo posible y convenientemente adaptada, deberá hacerse extensible al tejido social en el que está inmerso la universidad.</p>	

<b>Responsable:</b> <b>Unidades de Deportes y Actividad Física de todas las Universidades del C.E.D.U.</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Comunidad Autónoma</li><li>— Diputaciones Provinciales</li><li>— Ayuntamientos</li><li>— Otros organismos e instituciones públicas</li><li>— Clubes, gimnasios y empresas del sector deportivo</li></ul>	

<b>Actuación del CSD:</b> <p>Colaborar, coordinar y marcar desde un nuevo CEDU, siguiendo los acuerdos del Consejo de Universidades, las directrices a seguir para diseñar las características de la oferta.</p>	
---	--

<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <p>Los objetivos son:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Conseguir que el mayor número posible de universidades oferten una amplia variedad de opciones en cuanto a actividades y deportes que permitan a los alumnos ejercer su derecho a educarse a través del su práctica.</li><li>-Que en todas las universidades, la oferta reúna unos requisitos básicos:<ul style="list-style-type: none"><li>-Accesibilidad</li><li>-Variedad</li></ul></li></ul>	
--	--

- Horario accesible para todos los colectivos independientemente de los turnos de mañana o tarde
- Información completa destacando, de la manera más clara posible, los valores de
  - cada actividad concreta
- Realizada por profesionales acreditados

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

- Las actividades internas deben estar financiadas por los presupuestos de las propias universidades en los que deben contemplarse, y por las comunidades autónomas.
- Las competiciones autonómicas, nacionales e internacionales deben nutrirse de programas creados al efecto (algunas comunidades están en esta línea y el CSD, parcialmente también)

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Partiendo de la situación actual, que deberá determinarse con un estudio previo, marcar desde un nuevo CEDU los programas mínimos (propios o conveniados) que deben ofrecer las universidades y que deberán contemplar como mínimo:

- Actividades de ocio-recreación
- Actividades en la naturaleza
- Escuelas/talleres deportivos
- Competiciones deportivas de Deportes Individuales y Colectivos, internas y opción de participar en externas
- Cursos/Seminarios/Jornadas de formación sobre aspectos relacionados con la actividad física y el deporte

Compromiso por parte de las universidades a integrarse en esta línea de trabajo a partir del curso 2010-11.

#### **INDICADORES**

- Primer año de aplicación y siguientes N° de universidades implicadas. % del total
- Primer año de aplicación y siguientes N° de universidades que cumplen % de exigencias.
- Evolución durante los siguientes cursos hasta 2014-15 con el objetivo en este curso del 100%



---

### **Temporalización**

1-A partir del próximo curso 2009-10, marcar directrices desde el Consejo de Universidades y CEDU de las características que debe reunir la programación de Actividades Físicas y Deporte en las Universidades.

2-Curso 2010-2011, compromiso de universidades y estado de la situación y valoración actual

3-Curso 2011-2012, estado de la situación y valoración actual

4-Curso 2012-2013, estado de la situación y valoración actual

5-Curso 2013-2014, estado de la situación y valoración actual

6-Curso 2014-2015, estado de la situación y valoración actual

### **Observaciones**

El éxito de esta acción pasa por el convencimiento, empezando por el Consejo de Universidades, de los valores que aporta la actividad física y el deporte para la formación integral, la calidad de vida y la salud de los alumnos en esta etapa de su vida, además creando hábitos perdurables en el futuro. Comprometer a todas las universidades, o al menos a la mayor parte de ellas, constituirá la base sobre la que debe construirse el futuro del Deporte Universitario

Nº 2	<b>INCLUIR INDICADORES DEPORTIVOS EN LOS CRITERIOS DE FINANCIACIÓN AUTONÓMICA Y DETERMINAR UN PORCENTAJE PRESUPUESTARIO MÍNIMO DE LAS UNIVERSIDADES DEDICADO A LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA.</b>
<b>Descripción:</b>  Promocionar la práctica de actividad físico-deportiva en la universidad requiere destinar los medios económicos correspondientes, acordes con la importancia del aporte que dicha práctica tiene en la comunidad universitaria.  Surge así la necesidad de incluir indicadores de carácter deportivo en la financiación autonómica y considerar igualmente establecer un porcentaje mínimo del presupuesto de las propias universidades destinado al deporte.	
<b>Responsable:</b> <b>Universidades, Comunidades Autónomas</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Consejo Superior de Deportes.</li><li>— Consejo de Coordinación Universitaria.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b>  El Consejo Superior de Deportes deberá centrar su actuación en trasladar a las Comunidades Autónomas la importancia de una financiación específica en materia de programas deportivos, concretando a través de indicadores los importes de dicha financiación.  De igual manera, es importante su intervención con propuestas destinadas a que los dirigentes universitarios tomen conciencia de la importancia de la financiación del Deporte en la Universidad y concreten un apoyo mayor al mismo.	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b>  Conseguir que el presupuesto destinado a deporte en las universidades alcance como mínimo un 1% del global de la universidad.	
<b>Coste / Posibles vías de financiación</b>  Dado que la acción está centrada en la consecución de mayores cantidades presupuestarias destinadas a deporte, no tiene un coste específico en sí.	

Se trata a través de diferentes intervenciones, de obtener una financiación acorde con la realidad de la práctica de actividad-físico deportiva en las universidades y son las propias Universidades, las Comunidades Autónomas y el Consejo Superior de Deportes, los que deben dedicar mayores medios económicos, aproximándolos al objetivo a conseguir.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Los indicadores a incluir dentro de la financiación autonómica deberán reflejar la realidad del Deporte en la Universidad en relación con diferentes aspectos: económicos, espacios deportivos, recursos humanos, actividad físico-deportiva, programas especiales, etc.

El indicador respecto al montante económico destinado por cada universidad a deporte será el porcentaje respecto del total del presupuesto de la Universidad.

#### **Temporalización**

La acción requiere la disposición favorable de los equipos de gobierno de las diferentes Universidades y de las Comunidades Autónomas, siendo difícil establecer a priori una temporalización de la misma.

Una primera actuación en el año 2010 sería recoger datos referidos a la financiación que en la actualidad las diferentes Universidades dedican al deporte, con los indicadores que se siguen y los porcentajes destinados. Con este punto de partida se podría elaborar un documento que reflejara la financiación del Deporte en la Universidad, con una declaración de intenciones de cara a mejorar las cantidades destinadas, en base a indicadores fiables y con el objetivo marcado por la acción.

#### **Observaciones**

En la actualidad ya existen Universidades cuyas Comunidades Autónomas incluyen indicadores deportivos dentro de la financiación que reciben, sería conveniente conocer con exactitud cuáles son y cómo están definidos desde el punto de vista de las aportaciones económicas.

<b>Nº 3</b>	<b>PROGRAMAS ESPECÍFICOS PARA LA PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA DE LA MUJER EN LA UNIVERSIDAD</b>
-------------	---

**Descripción:**

Promover el acceso y la participación de la mujer en los programas físico-deportivos desarrollados por las universidades, a través de actividades, medidas e iniciativas específicas de discriminación positiva que favorezcan la práctica físico-deportiva de la mujer en la universidad. Todo ello impulsado y reforzado mediante una convocatoria de ayudas del Consejo Superior de Deportes para estos programas.

**Responsable:**

**Servicios de Actividad Física y Deporte de las universidades**

**Colaboraciones:**

- **Órganos de gobiernos de las Universidades**
- **Unidades/Servicios de Igualdad de las Universidades**
- **Ministerio de Igualdad**
- **Instituto de la Mujer**
- **Unidades/Servicios de la Mujer de las Comunidades Autónomas y de los Municipios.**
- **Consejo Superior de Deportes**

**Actuación del CSD:**

- Convocatoria de ayudas para programas de promoción de la actividad físico-deportiva de las mujeres en la universidad.
- Servir de puente y coordinar la colaboración entre las Universidades y las entidades colaboradoras para el desarrollo de estos programas y favorecer la sinergias que puedan producirse
- Campaña de comunicación global de promoción de la actividad físico-deportiva entre las mujeres.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Aumentar el porcentaje global de participación de la mujer en las actividades físico-deportivas de la Universidad, de manera que la diferencia de práctica entre hombres y mujeres se reduzca en 2 puntos cada año.

Indicador: porcentaje global de participación femenina en las actividades físico-

deportivas de la universidad.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

El coste variará en función de los programas propuestos.

Las vías de financiación y por tanto de impulso de estos programas vendrán de las diferentes entidades colaboradoras, necesariamente coordinadas para su eficaz aplicación y aprovechamiento: las propias Universidades, el CSD a través de una Convocatoria de Ayudas específica para estos programas, Instituto de la Mujer, Servicios/Unidades de la Mujer de las CCAA y de los Municipios.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Nº de Universidades con programas específicos realizados.
- Porcentaje de ocupación femenina (plazas ocupadas sobre las ofertadas) en estos programas.
- Incluir el dato de participación por sexos en todos los indicadores de participación/uso de actividad físico-deportiva de las universidades, y poder valorar así su evolución
- Porcentaje global de participación femenina en las actividades físico-deportivas de la universidad.

#### **Temporalización**

- Convocatoria Ayudas CSD: 2010 para programas a desarrollar a partir de 2010-11
- Campaña comunicación global 2010
- Puesta en marcha de programas específicos: 2010-11
- Evaluación de resultados: junio 2011 y en función de los mismos nueva convocatoria para curso 2011-12

#### **Observaciones**

<b>Nº 4</b>	<b>MAPA DE INSTALACIONES DEPORTIVAS UNIVERSITARIAS. PLAN DE AYUDAS</b>
-------------	--

**Descripción:**

Creación con la colaboración de las CCAA de un mapa de instalaciones deportivas universitarias, con indicación de su antigüedad y su estado. Definición de mínimos necesarios y crear una Convocatoria de ayudas, del CSD y las CCAA, para la adaptación, mantenimiento y/o construcción de instalaciones deportivas universitarias.

**Responsable:**

**Consejo Superior de Deportes, Consejo de Universidades y el CEDU**

**Colaboraciones:**

- **Comunidades Autónomas**
- **Universidades**

**Actuación del CSD:**

El Consejo Superior de Deportes impulsará y coordinará el estudio del mapa de instalaciones a través del CEDU.

Además deberá realizar la convocatoria anual de ayudas y la coordinación con las CCAA para abordar la acción en conjunto.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Disponer del mapa de instalaciones deportivas universitarias del Estado en el plazo de un año a partir de Octubre de 2009.

-Exigir de las CCAA y del CSD la convocatoria de un programa de ayudas que equilibre el mapa obtenido en el estudio previo.

-Buscar a medio plazo y, como objetivo 2011, establecer una ratio de m<sup>2</sup>/estudiante, como consecuencia del estudio y análisis realizado

-El indicador anual es el Nº de universidades que se acogen a los programas de ayudas y el Nº que consiguen estar en el mínimo o por encima.

-Conseguir que en el 2015 el 90-100% de las universidades estén en el mínimo establecido o lo sobrepasen.

### **Coste / Posibles vías de financiación**

El coste del estudio será de unos 18.000 Euros aprox., con cargo al CSD.

El coste del programa de ayudas dependerá de los Presupuestos de las CCAA y del CSD y dependerá de los objetivos planteados después de analizar el estudio.

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Mapa de instalaciones: % de instalaciones censadas sobre el total de universidades. Análisis del estado actual, y en función del mismo, valoración de la dimensión de la acción

-Convocatoria de ayudas: N° de comunidades que las convocan cada anualidad. % sobre el total de CCAA; y Convocatoria del CSD. Indicador anual

-Punto de partida e indicadores de evolución: Instalaciones m<sup>2</sup>/estudiante en cada universidad y % de universidades que cumplen mínimo.

### **Temporalización**

Desde el punto de partida inicial, y hasta 2015 incremento de un 10% en el n° de universidades que igualan o sobrepasan el objetivo planteado. Llegando en 2015 al 90-100% de cumplimiento.

### **Observaciones**

Ante la falta de datos objetivos fiables al respecto, es fundamental conocer el mapa actual para poder justificar la implicación del CSD y CCAA y exigir la convocatoria de ayudas, así como para dimensionar la acción y la confirmación y/o ajuste de los objetivos a conseguir.

<b>Nº 5</b>	<b>REALIZAR UN ESTUDIO DETALLADO DEL PROGRAMA NACIONAL DE CAMPEONATOS DE ESPAÑA UNIVERSITARIOS Y CREACIÓN DE UNA PROPUESTA COMPETITIVA CON PERFIL UNIVERSITARIO</b>
<p><b>Descripción:</b> Es necesaria una nueva orientación del programa nacional de Campeonatos de España Universitarios analizando la realidad actual: su filosofía, participación, recursos y problemática.</p> <p>La nueva propuesta deberá además cumplir y apoyar el objetivo general de promocionar la práctica regular de actividad físico-deportiva en la universidad y contribuir a la formación integral del alumnado, así como potenciar la transmisión de valores educativos y la mejora de la salud y el bienestar de la comunidad universitaria.</p> <p>Se rediseñarán el programa y los procesos de organización de los Campeonatos de España 2010 para recuperar ese carácter formativo y de promoción, en el que, por ejemplo, la universidad organizadora deberá realizar durante ese curso académico un programa de promoción y divulgación de la/s disciplinas que vaya a organizar, con especial atención a las mujeres y colectivos con necesidades especiales</p>	
<p><b>Responsable:</b> <b>Consejo Superior de Deportes</b></p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>— Comité Español de Deporte Universitario</li><li>— Federaciones deportivas de las disciplinas que formen parte del programa</li><li>— Direcciones Generales de Deportes de las diferentes Comunidades Autónomas</li><li>— Universidades</li></ul>	
<p><b>Actuación del CSD:</b></p> <p>El CSD, dentro de sus competencias, deberá liderar dicho programa conjuntamente con el Comité Español de Deporte Universitario, las universidades españolas, Comunidades Autónomas y Federaciones Deportivas.</p> <p>Al mismo tiempo actuará como agente principal en la coordinación de la promoción y difusión de la práctica del deporte universitario y en su programación global.</p>	



#### **Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Alcanzar una competición integradora en la que predomine el juego limpio, adaptando las características de la misma a los objetivos formativos y así contribuir a la formación integral del estudiante como futuro ciudadano.

Conseguir una mayor promoción y divulgación de las diferentes disciplinas deportivas que forman parte del programa de los campeonatos.

Ampliar la subvención de los Ctos. de España en función de los nuevos programas de promoción que durante el curso académico realicen las universidades organizadoras (se señalará una cantidad total y se distribuirá por proyectos) y primando y ampliando la programación con actividades culturales complementarias a los propios campeonatos

Coordinación por parte del CSD de dichos programas con las diferentes instituciones y federaciones deportivas haciéndoles partícipes del nuevo enfoque y programas desarrollados.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

El coste será en función de las disciplinas y sistema de competición establecido.

A las subvenciones establecidas por el concepto de "organización", se ampliará la ayuda para poder desarrollar los programas de promoción y divulgación durante el curso académico, y será establecido en las diferentes convocatorias.

Las vías de financiación son las propias universidades organizadoras en el programa intrauniversitario, la Comunidad Autónoma en programas interniversitarios de Comunidad Autónoma o de clasificación para fases finales, del CSD en los programas interuniversitarios nacionales e internacionales con ampliación en la convocatoria a este nuevo enfoque de promoción.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

La evaluación estará en relación con el número de participantes en el programa y su duración en el tiempo

Nº de deportes que se convocan en la resolución de los CEU

Nº de participantes en las fases finales de los CEU, diferenciando hombres y mujeres

Nº de encuentros/participaciones de los participantes en las fases finales de los CEU contando desde su inicio en el programa intrauniversitario.

Nº de deportes que integran a la mujer dentro del conjunto del equipo para su

clasificación final.

### **Temporalización**

Para el curso académico 2010 se realizarán unas acciones iniciales como adaptación a las nuevas líneas de actuación dentro de los parámetros establecidos.

Será necesario de igual manera, abrir un debate sobre las fórmulas a aplicar en el sistema de competición que se alineen con los objetivos de la universidad europea. Este proceso se debería acometer durante los años 2009 y 2010 para en el curso académico 2011 tener elaborado un documento marco que establezca los criterios y normativas de la competición universitaria adecuada a la nueva universidad europea.

### **Observaciones**

Hay que buscar sistemas de competición en los que predominen el respeto al contrario y el juego limpio, buscando nuevas líneas estratégicas en las que se valoren el perfil de los alumnos y deportistas, disciplinas del programa, reagrupamiento de deportes en sedes, premiar/valorar la deportividad...

<b>Nº 6</b>	<b>FAVORECER QUE LOS ESTUDIANTES Y LAS ESTUDIANTES PUEDAN OPTAR A LOS 6 CRÉDITOS ECTS EN MATERIAS DEPORTIVAS.</b>
-------------	---

**Descripción:**

El escenario del Espacio Europeo de Educación Superior incluye dentro de nuevas titulaciones de grado la posibilidad de reconocer créditos por participar activamente en actividades impulsadas desde diversos departamentos de la Universidad. La práctica deportiva en sus diversas dimensiones es una de estas actividades. La propuesta pasa por que cualquier universitario y universitaria pueda tener acceso al reconocimiento de dichos créditos conforme a la normativa vigente.

**Responsable:**

**Facultades de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y Vicerrectorados a través de sus correspondientes Servicios o Áreas de Actividad Física y Deportiva de las universidades.**

**Colaboraciones:**

—

**Actuación del CSD:**

El CSD en su función de promover la actividad física y el deporte en el entorno universitario, deberá:

Sensibilizar a los diversos responsables institucionales de la Universidad para impulsar este reconocimiento de créditos a través de la difusión de informes, buenas prácticas o sesiones informativas.

Colaborar con la Universidad para dar a conocer estas medidas a los estudiantes a través de diversos canales de sensibilización.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Potenciar e incrementar la tasa de participación de los estudiantes en las actividades deportivas impulsadas desde la Universidad.

Favorecer la integración y las relaciones sociales en la Universidad.

Contribuir a una formación integral del estudiante.

**Coste / Posibles vías de financiación**

Existirían diversas vías de financiación dependiendo de la actividad. Por una parte,

los y las alumnas como participantes de diversas escuelas o actividades. Por otro lado, la Universidad como consecuencia de patrocinio de estas mismas actividades. En tercer lugar, la administración autonómica a través de campañas de promoción y difusión específicas.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Los indicadores clave serían:

- Número de estudiantes favorecidos por este proyecto.
- Porcentaje de estudiantes con este reconocimiento de créditos sobre el total de estudiantes.
- Número de créditos anual reconocidos por la Universidad.

#### **Temporalización**

Propuesta en el inicio de cada curso académico de las actividades deportivas y créditos reconocidos, así como los procedimientos legales para su ejecución.

#### **Observaciones**

Permite diversos enfoques en función del organigrama de la universidad y el posicionamiento de la misma.

<b>Nº 7</b>	<b>REVISIÓN DE LA ORDEN MINISTERIAL DE REGULACIÓN DEL COMITÉ ESPAÑOL DE DEPORTE UNIVERSITARIO.</b>
-------------	--

**Descripción:**

La regulación del Comité Español de Deporte Universitario viene establecida en la Orden ECD/273/2004, de 3 de febrero. Publicada en el BOE número 38, de 13 de febrero de 2004, páginas 6660-6662. Corrección de errores, BOE 112, de 8 de mayo de 2004.

La actual regulación determina que el Comité Español de Deporte Universitario es un órgano colegiado de asistencia y asesoramiento, adscrito a la Presidencia del Consejo Superior de Deporte. Este hecho conlleva que sus propuestas puedan ser tenidas en cuenta, únicamente, en el caso que así lo estime oportuno la mencionada Presidencia del Consejo Superior de Deportes.

En el marco actual, se hace necesario que el Comité Español de Deporte Universitario sea un órgano ejecutivo y de coordinación del deporte universitario que aglutine a todos los agentes con responsabilidades (Universidad, Gobierno, Comunidades Autónomas) y eleve sus resoluciones al CSD y al Consejo de Universidades.

**Responsable:**

**Consejo Superior de Deportes**

**Colaboraciones:**

- **Consejo de Universidades**
- **Conferencia General de Política Universitaria**
- **Comité Español de Deporte Universitario**
- **Direcciones de Deportes de las respectivas Comunidades Autónomas**
- **Órganos de Gobierno de las Universidades**

**Actuación del CSD:**

Deberá actuar como impulsor de todo el proceso de revisión, modificación y posterior publicación en el BOE de la nueva Orden Ministerial, teniendo en cuenta las opiniones y propuestas de los distintos estamentos implicados.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Concretar en la nueva Orden Ministerial de regulación del Comité Español de Deporte Universitario el carácter ejecutivo y de coordinación del mismo.

**Coste / Posibles vías de financiación**

La medida/acción no necesita ningún mecanismo de financiación.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

La evaluación y el seguimiento corresponderá a la Subdirección General de Promoción Deportiva y Deporte Paralímpico, y al Comité Español de Deporte Universitario.

El indicador del seguimiento será el cumplimiento de plazos.

**Temporalización**

El proceso debería acometerse en el plazo de un año. Concretamente, se iniciaría el proceso una vez llevado a cabo el Pleno del Comité Español de Deporte Universitario, a celebrar en octubre/noviembre de 2009. La nueva regulación debería presentarse en el Pleno a celebrar en el año 2010, donde sería debatida y consensuada. A partir de ese momento se darían los pasos correspondientes para su publicación en el BOE.

**Observaciones**

Habría que tener en cuenta la existencia de leyes, decretos y reales-decretos que imposibiliten la modificación de la Orden Ministerial en los términos previstos.

<b>Nº 8</b>	<b>REQUERIR Y ASEGURAR LA IMPLICACIÓN DEL CONSEJO DE UNIVERSIDADES EN LOS TEMAS RELACIONADOS CON EL DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD.</b>
<b>Descripción:</b>  Requerir y asegurar la implicación del Consejo de Universidades en los temas relacionados con el deporte en la universidad mediante la inclusión de forma periódica en su orden del día de los informes sobre el estado del deporte en la universidad y las propuestas para aprobación, si procede, de las directrices nacionales para el desarrollo de programas de deporte en la Universidad.	
<b>Responsable:</b>  <b>Consejo de Universidades</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Universidades</li><li>— Consejo Superior de Deportes</li><li>— Conferencia de Rectores de las Universidades Españolas: CRUE</li><li>— Conferencia de Rectores autonómicas</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> El CSD deberá actuar como coordinador entre el Consejo de Universidades y las Universidades para dar cumplimiento al artículo 91 de la Ley Orgánica de Universidades donde dice que "...el Gobierno, previo informe del Consejo de Universidades y a propuesta de la Conferencia General de Política Universitaria, dictará las disposiciones necesarias para la coordinación general de las actividades deportivas de las Universidades...".	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b>  Incluir el Deporte Universitario dentro de la agenda del Consejo de Universidades.  Incluir la estadística del Deporte Universitario dentro de la página destinada a la estadística general del Ministerio de Educación: <a href="http://www.educacion.es/educacion/universidades.html">http://www.educacion.es/educacion/universidades.html</a>  Incluir el Deporte Universitario dentro de la Estrategia Universidad 2015	

### **Coste / Posibles vías de financiación**

Esta medida no debe tener un coste elevado.

En el caso de que lo tuviera en cuanto a la inclusión de las estadísticas, o un proyecto específico dentro de la Estrategia Universidad 2015, iría financiado por el Ministerio de Educación y el Consejo de Universidades.

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Inclusión del Deporte dentro del orden del día de la agenda del Consejo de Universidades.

Conseguir la participación activa de un miembro del Consejo de Universidades en la Comisión Permanente de CEDU.

Incluir los indicadores y la estadística del Deporte Universitario dentro de la página web del ministerio de educación.

### **Temporalización**

En el año 2010 conseguir el informe del Consejo de Universidades sobre materia de coordinación de Deporte Universitario.

En 2010 nombrar el asesor en el Pleno de CEDU, representando al Consejo de Universidades

En 2011 incluir los datos estadísticos e indicadores del Deporte Universitario en la información facilitada en al página web del Ministerio de Educación.

### **Observaciones**

Es importante la implicación de los órganos rectores del Ministerio de Educación y las Universidades en los programas de deporte universitario.

Las Comunidades Autónomas también deberán tener en su labor de coordinación, con la inclusión de los órganos de rectores de la política universitaria autonómica.

Coordinar esta acción con la nº 7 (la revisión/modificación de la OM de CEDU) y con las acciones nº10 y 13 (Análisis sobre el estado actual de la práctica de actividad física en la universidad y la Creación del Observatorio Nacional del Deporte en la Universidad).



<b>Nº 9</b>	<b>CREACIÓN DE SISTEMAS DE REFUERZO PARA LA ADHERENCIA A LA PRÁCTICA FÍSICA EN LA UNIVERSIDAD MEDIANTE LA ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA, LA REDUCCIÓN DE COSTES O LA OBTENCIÓN DE VENTAJAS EN LA OFERTA DEPORTIVA.</b>
-------------	---

**Descripción:**

Con esta medida se pretende realizar una oferta a todos los alumnos y alumnas para que tengan acceso a una práctica física de forma regular y permanente.

Se buscará la atención individual del estudiante con el fin de conocer las posibles barreras que dificulten su práctica (económicas, de horarios, falta de adecuación de la oferta,..)

Se tratará de eliminar esas barreras adaptando la oferta al estudiante que lo necesite.

**Responsable:**

**Servicios de deportes y actividad física de las universidades**

**Colaboraciones:**

- **Órganos de gobierno de las universidades**
- **Direcciones de deportes de las Comunidades Autónomas.**
- **Ayuntamientos**
- **Delegaciones de estudiantes de la Facultades**
- **Alumnos de Ciencias de la Actividad Física (universidades donde existan estos estudios)**
- **Empresas privadas que colaboren con estas iniciativas.**
- **Empresas de servicios de actividad física**

**Actuación del CSD:**

En esta acción el CSD está como espectador ya que la programación interna de las universidades es competencia de su autonomía universitaria. Los otros agentes, tanto públicos como privados, están como elementos que pueden colaborar en los programas que ofrezca la universidad.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Conseguir un incremento en la participación de los alumnos y alumnas en la práctica de actividad física de forma regular.

Lograr la permanencia del estudiante en los programas ofertados durante su vida universitaria.

Acabar con las barreras que puedan impedir la práctica de actividad de los estudiantes que estén dispuestos a realizarla.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

Si se pretenden “popularizar” los precios de algunas actividades, así como ofrecer atención individualizada habrá que aumentar los ingresos por otras vías: aumento del presupuesto que la universidad destina al servicio de deportes , aumento de la financiación externa por parte de las Direcciones Generales de Deportes de las Comunidades Autónomas (no hay que olvidar que en sus competencias está el fomento y la promoción de la actividad física), incorporación de ingresos por patrocinio u otras vías de financiación.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Nº de personas atendidas de forma individual

Nº de personas que se inscriben en alguna de estas actividades

Porcentaje de permanencia. Relación de personas inscritas y las que finalizan.

#### **Temporalización**

Durante el curso 09/10 iniciar la divulgación del programa. Con el fin de conseguir sensibilizar a los agentes colaboradores y “financiadores”. Una vez logrado el apoyo de los programas (incluido el económico). Ponerlos en marcha para el inicio del curso 2010-2011.

#### **Observaciones**

Para lograr una atención individualizada de “impacto” es importante llegar lo antes posible (en cuanto comienza el curso) y en el menor tiempo posible por lo que se requerirá de un importante número de personas colaboradoras para atender el inicio del programa.

Además sería importante que la compañía de inicio se realizara por las Facultades, es decir “ir a buscar” y no “esperar a que vengan”.

<b>Nº 10</b>	<b>ANÁLISIS DEL ESTADO ACTUAL DE LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA, EN LA UNIVERSIDAD.</b>
--------------	---

**Descripción:**

La autonomía de cada universidad ha propiciado la existencia de diferentes formas de gestión de la práctica física y deportiva que se realiza en cada universidad, solamente armonizadas en todo lo referente a la competición universitario a nivel del Estado. Por ello, es necesario intentar establecer un “núcleo común de partida” que permita a cada universidad, dentro de su autonomía, elegir su propia forma de fomentar y potenciar el deporte universitario, teniendo en cuenta su idiosincrasia. Así, unas universidades, por ejemplo, potenciarán la gestión de las instalaciones. Otras, sin embargo, podrán volcar sus esfuerzos en la competición deportiva. Otras, en definitiva, se esforzarán en establecer programas dirigidos a la salud, etc.

**Responsable:**

**Consejo Superior de Deportes**

**Colaboraciones:**

- **Universidades**
- **Consultora muy especializada (no serviría una especialización, por ejemplo, en el deporte escolar, o en el deporte en general).**

**Actuación del CSD:**

El CSD debería conducir el estudio, intentando en todo momento no alejarse del objetivo marcado, que es el conocimiento de las diferentes formas de enfocar la actividad física y el deporte en cada universidad. Sus realidades, preferencias, cultura, tradición (es evidente, que no es lo mismo, una universidad medieval que una universidad surgida con posterioridad de la LRU), si cuenta o no con instalaciones deportivas propias, etc.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Se pretende obtener un mapa de las diferentes realidades sobre la situación de la práctica física y deportiva en la universidad española, donde se pueda observar la riqueza de los distintos métodos de enfocar el deporte en cada universidad.

Obtener los resultados con la máxima rigurosidad.

Una vez obtenido el mapa de la situación actual, establecer los mecanismos necesarios para el mantenimiento y actualización de los datos recabados.

### **Coste / Posibles vías de financiación**

El coste del estudio estará en relación con la dimensión del mismo. Hay que tener presente que son dos actuaciones importantes, una que se centra en la recogida de información, análisis y presentación del informe de la situación actual; y otro que se basa en establecer un protocolo para la recogida de información periódica de datos que permitan realizar el seguimiento continuado de la evolución del deporte en la universidad.

Vías de financiación pasan por convocar un concurso público en el que concurran diferentes equipos de investigadores o empresas que diseñen el protocolo de trabajo.

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

La realización de un ranking de universidades en relación con el deporte universitario sería una buena forma de despertar el interés de los órganos de gobierno universitarios. Este ranking ya se ha hecho en universidades inglesas y americanas.

El informe realizado como consecuencia de la recogida de información realizada es la evaluación en si misma. Lo que sí es requisito imprescindible es la validez estadística de los datos recogidos, de manera que se puedan realizar afirmaciones veraces.

### **Temporalización**

La realización de este estudio debería iniciarse en el último trimestre del 2009 y estar finalizado en junio del 2010, con el fin de que en el curso académico 2010-2011 se puedan implantar algunas decisiones consecuencia del mismo. Así la convocatoria debería surgir entre los meses de septiembre y octubre del 2009.

### **Observaciones**

Es necesario tener muy claro que apartados deben ser analizados en su conjunto para realizar la radiografía actual del deporte en la Universidad. En todo caso, no debe faltar el análisis de las instalaciones deportivas, de los recursos humanos, del régimen económico, de la disgregación de los datos por género, del programa de actividades dirigidas, de actividades libres, y de actividades de competición.

<b>Nº 11</b>	<b>ASEGURAR EL ACCESO A LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EN LA UNIVERSIDAD A LOS/LAS ESTUDIANTES CON MENOS RECURSOS.</b>
--------------	---

**Descripción:**

Asegurar el acceso la práctica de actividad físico-deportiva a los/las estudiantes con menos recursos incorporando una ayuda para la práctica deportiva en la universidad dentro de las ayudas que se obtienen en las becas del MEC.

Se establecería una “Matrícula Gratuita en Actividades físico-deportivas”, para todos/as los/as beneficiarios de las becas, y les permitiría la inscripción gratuita en las actividades físico-deportivas en la Universidad.

**Responsable:**

**Ministerio de Educación**

**Colaboraciones:**

- Consejo Superior de Deporte
- Servicios de Becas de las Universidades
- Servicios de Actividad Física y Deporte de las Universidades

**Actuación del CSD:**

Contacto con el Ministerio de Educación para la incorporación de esta ayuda en las becas, así como la determinación de la cuantía en función de un estudio previo sobre los precios de las actividades deportivas en las universidades y el grado de práctica.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Asegurar el acceso de todos/as los/las estudiantes a la práctica deportiva en la universidad.

**Coste / Posibles vías de financiación**

La financiación de la “Matrícula Gratuita de Actividades físico-deportivas” la haría el Ministerio.

Las Universidades recibirán ese ingreso del Ministerio, y se harán cargo del coste de las actividades/servicios deportivos de carácter regular y dentro de la universidad que utilicen los estudiantes becados, independientemente de la cantidad de actividades/servicios que utilicen.



### Evaluación, seguimiento, indicadores

Indicadores:

- N° de alumnos/as becados inscritos en alguna/s actividad físico-deportiva de la universidad durante el curso académico.
- N° de actividades físico-deportivas realizadas por los estudiantes becados durante el curso académico.

### Temporalización

- Estudio de la cuantía de la “Matrícula Gratuita en Actividades Físico-Deportivas”.-Curso 2009-10
- Puesta en marcha para el curso 2010-11
- 1ª evaluación junio 2011

### Observaciones

La inscripción gratuita en actividades/servicios deportivos debe referirse y promocionar la actividad física **regular** y realizada **dentro de la universidad**. Dejando fuera por tanto las actividades puntuales realizadas fuera de la universidad como por ejemplo los viajes de esquí, donde la gratuidad podría aplicarse únicamente a las clases.

Nº 12	<b>IMPLANTACIÓN DE LOS SISTEMAS DE GESTIÓN DE CALIDAD EN LOS SERVICIOS DE DEPORTES</b>
<b>Descripción:</b> Promover la implantación de sistemas de gestión de calidad (SGC) en los Servicios de Deportes de las Universidades Españolas, fomentando intercambios de experiencias que contribuyan a incrementar el nivel competitivo de los Servicios.	
<b>Responsable:</b> La Dirección de RRHH y la dirección de los Servicios de Deportes de cada Universidad.	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Club de Excelencia en Gestión (CEG)</li><li>— Asociación Española de Certificación y Normalización (AENOR)</li><li>— Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Certificación (ANECA)</li><li>— Otros organismos a nivel autonómico, como por ejemplo la Unida para la Calidad de las Universidades Andaluzas (UCUA), etc.</li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> Impulsar y promover la implantación de los SGC en los Servicios de Deportes de las Universidades Españolas, y adaptar el desarrollo de sus competencias en el ámbito de los Campeonatos Universitarios a los Sistemas de Calidad.	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> El objetivo de la acción es conseguir que todos los servicios de deportes implanten y certifiquen sus sistemas de gestión de calidad. Con ello se consigue ofrecer un Servicio de mayor Calidad y fomentar la práctica deportiva en la sociedad.	
<b>Coste / Posibles vías de financiación</b> Los costes para esta acción podrían ser: <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>Formación</u>: antes de implantar un SGC, los responsables de los servicios deben tener una formación específica en Calidad.</li><li>- <u>Implantación</u>: en la fase de implantación del sistema puede surgir la necesidad de realizar alguna acción específica que suponga coste para la Organización</li><li>- <u>Certificación</u>: una vez puesto en marcha el SGC, se solicitará la entidad</li></ul>	

certificadora (CEG o AENOR, dependiendo del modelo o norma a seguir) la posibilidad de reconocimiento.

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Anualmente se realizará un seguimiento a los Servicios para conocer el grado de implantación de los SGC. Para ello se pasará una encuesta con los ítems más relevantes en el desarrollo de sistemas de calidad, como pueden ser: desarrollo de mapa de procesos, documentación de los procesos, identificación de indicadores, implantación del sistema con la toma de resultados de los indicadores, elaboración de cartas de servicios, etc

Se pueden identificar algunos indicadores como son:

- % Servicios que tienen definidos el Mapa de procesos
- % Servicios que tienen documentados al menos los procesos clave
- % Servicios que tienen documentados todos los procesos
- % Servicios que tienen al menos dos ciclo de revisión en los resultados de sus indicadores
- % Servicios que están certificados

### **Temporalización**

- Fase de Formación: 2º semestre de 2009
- Fase de desarrollo: 2010
- Fase de implantación: 1º semestre 2011
- Fase de certificación: 2º semestre 2011

### **Observaciones**



<b>Nº 13</b>	<b>CREACIÓN DEL OBSERVATORIO NACIONAL DEL DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD</b>
--------------	---

**Descripción:**

El sistema deportivo universitario español genera un gran volumen de actividad que se encuentra disperso entre todas las universidades y entidades que intervienen en su organización. Para conseguir mejoras relacionadas con diferentes aspectos del Deporte en la Universidad es fundamental observar, interpretar y entender el funcionamiento de todo aquello que lo conforma, reuniendo en torno a un Observatorio los contenidos necesarios para ello.

**Responsable:**

**Consejo Superior de Deportes y Universidades**

**Colaboraciones:**

- **Comunidades Autónomas.**
- **Federaciones deportivas.**
- **Empresas de servicios de actividad física.**
- **Empresas en general.**
- **Entidades locales y provinciales.**

**Actuación del CSD:**

El Consejo Superior de Deportes deberá dar soporte al Observatorio principalmente en dos vertientes. La primera de ellas en relación con su creación, a través de un comité de expertos que elabore y trabaje los contenidos necesarios a incluir en el mismo. La segunda vertiente es dar el soporte adecuado a través de una página web que recoja los contenidos y facilite a todos los usuarios y personas interesadas obtener la información en tiempo real.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

El objetivo principal del Observatorio es centralizar de manera coordinada toda la información, creando un punto de referencia donde se encuentre reunida de una manera estructurada. Así cualquier persona podrá saber dónde puede dirigirse para encontrar información, contenidos, datos, estadísticas, bibliografía, materiales, estudios, investigaciones, etc.,

**Coste / Posibles vías de financiación**

El coste de esta acción no debería ser demasiado elevado pero sí es necesaria

una atención clara y precisa que permita su desarrollo.

En un principio requeriría la definición de los contenidos del Observatorio a través del comité de expertos. Una vez definidos, comporta el diseño y creación del espacio web que le dé acogida.

Finalmente es absolutamente necesario proceder a un mantenimiento adecuado que permita una relación fluida entre todos los usuarios con actualizaciones continuas, recogida de datos y análisis.

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

La primera evaluación de la medida se centrará en la propia creación del Observatorio y en los contenidos y herramientas de qué disponga para cumplir sus objetivos

A partir de ese momento será importante efectuar un seguimiento de la participación en el mismo de los diferentes agentes implicados con indicadores referidos a interés suscitado, aportaciones, consultas, ...

### **Temporalización**

La primera parte de la acción referida a la creación en sí del Observatorio debería comenzar a desarrollarse en el último trimestre del año 2009, para concretarse de forma definitiva a principios de 2010. El funcionamiento del Observatorio comenzaría en el curso académico 2010-2011.

### **Observaciones**

Es necesario destacar que para un correcto funcionamiento del Observatorio éste debe configurarse como espacio dinámico e interactivo, que permita incluir el mayor número de datos y referencias posibles con una actualización continua.

Es imprescindible la implicación de todos los agentes e instituciones implicados para conseguir que el mismo se convierta en una herramienta útil, fuente de recursos para todas aquellas personas interesadas en el Deporte en la Universidad.

<b>Nº 14</b>	<b>CREACIÓN DE UN PROGRAMA ORIENTADO A LA VALORACIÓN DEL ESTADO DE LA CONDICIÓN FÍSICA Y DE SALUD DESDE LA PERSPECTIVA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA</b>
--------------	---

**Descripción:**

Con esta medida se pretende conocer la realidad sobre la condición física de los universitarios. Una vez conocida ésta se podrán recomendar las acciones necesarias para mejorar o mantener su estado.

Entre estas recomendaciones se concienciará sobre la importancia de la práctica de ejercicio físico así como la alimentación sana, buscando favorecer la creación de hábitos saludables.

**Responsable:**

**Servicios de Actividad Física y Deporte de las Universidades**

**Colaboraciones:**

- Consejo superior de deportes
- Órganos de gobierno de las universidades
- Servicio médico de la universidad
- Centros de medicina deportiva
- Facultades de medicina de las universidades
- Facultad de Ciencias de la Actividad Física
- Direcciones de deportes de las Comunidades Autónomas
- Consejería de Bienestar Social

**Actuación del CSD:**

Colaboración en la elaboración de una encuesta simple sobre hábitos de actividad física. Coordinación con quién corresponda (servicios médicos) sobre los valores médicos a analizar (índices de obesidad, cardiacos,...)

Por tanto, coordinar la toma de parámetros comunes a evaluar

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Conocer la realidad actual y obteniendo una muestra real de valoración de condición física y salud entre los universitarios y que, aunque de forma genérica, sirva para tomar medidas correctoras.

Concienciar sobre la necesidad realizar de práctica física de forma regular y mejorar los hábitos de alimentación

Incrementar la actividad física en la comunidad universitaria sobre todo en las personas de vida sedentaria.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

Para los trabajadores (PAS y PDI) las evaluaciones se realizarían a través del médico de empresa con lo que los costes ya estarían incluidos dentro de los reconocimientos que se realizan habitualmente.

Para los alumnos y alumnas se necesitaría financiación extraordinaria para el programa y ésta podría venir de la Consejería de bienestar social, o cualquier institución pública relacionada con la mejora de la salud.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Nº de trabajadores evaluados

Nº de estudiantes evaluados

Informe general realizado como consecuencia de la recogida de la información.

Nº de personas que realizan una actividad física regular tras ser evaluados e informados.

#### **Temporalización**

Durante el último trimestre de 2009 y hasta el primer trimestre de 2010 se diseñaría la encuesta y la batería de pruebas a realizar.

En el segundo trimestre de 2010 se seleccionará y formará a los colaboradores.

A comienzos del curso 2010/2011 se escalonarán las visitas por facultades para tomar las muestras

Fin curso 2010/2011 1ª toma de indicadores.

#### **Observaciones**

Las universidades que dispongan de Facultad de Medicina pueden intentar que parte de sus colaboradores sean sus propios estudiantes. De esta forma estaremos concienciando por dos vías tanto al futuro médico como al estudiante.

Del mismo modo los alumnos de Ciencias de la Actividad Física pueden ser un punto de apoyo al programa. Colaborando desde el punto de vista de concienciar sobre las bondades de la práctica saludable.

Los servicios médicos de las universidades deben ser un pilar importante de colaboración para este programa ya que a través de sus reconocimientos llegan a todos los trabajadores.

Nº 15	<b>CREACIÓN DE UNA PLATAFORMA WEB INTERACTIVA DE ATENCIÓN A LOS PARTICIPANTES Y LAS PARTICIPANTES Y CAMPAÑAS DE COMUNICACIÓN PARA FAVORECER LA ADHERENCIA A LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA.</b>
-------	---

**Descripción:**

Aprovechar la oportunidad que brindan las nuevas plataformas tecnológicas para informar y educar a los universitarios en materia físico-deportiva. En este sentido, tendría que crearse un espacio eminentemente informativo sobre competiciones, torneos etc.

Además, también tendría que haber otro espacio eminente formativo, en el que se recogieran los artículos de mayor actualidad, foros de debate, cursos de formación, congresos etc.

**Responsable:**

**Consejo Superior de Deportes**

**Colaboraciones:**

- Patrocinadores privados.
- Universidades

**Actuación del CSD:**

El CSD debería responsabilizarse de la creación de la plataforma web.

Igualmente, tendría la responsabilidad de actualizar los contenidos a través de un gestor de la plataforma web interactiva.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Potenciar la transmisión de valores.

Crear espacios de debate, así como compartir buenas prácticas.

Propiciar espacios que animen a la práctica deportiva.

**Coste / Posibles vías de financiación**

El coste sería la creación del espacio web, así como el correspondiente al gestor de contenidos.



**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Los indicadores clave serían:

- Número de entradas recibidas.
- Generación de recursos a través de patrocinadores.

**Temporalización**

El lanzamiento y difusión sería de 6 meses desde la aprobación del proyecto.  
Fecha propuesta Mayo 2010

**Observaciones**

El funcionamiento de esta medida debe de estar acompañada de una intensa campaña de comunicación para el lanzamiento y difusión dentro de las universidades.

Nº 16	<b>PROGRAMA UNIVERSITARIO DE INSERCIÓN SOCIAL A TRAVÉS DEL DEPORTE</b>
<p><b>Descripción:</b> Este <b>Programa Universitario de Inserción Social a través del Deporte</b> supone la apertura de las universidades a los problemas de los colectivos socialmente más desfavorecidos mediante la promoción de líneas de igualdad en el acceso a la actividad física y al uso de espacios deportivos de calidad. Se propone desarrollarlos a través de tres líneas de actuación claves:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Integración de los colectivos socialmente desfavorecidos en los programas deportivos universitarios ya existentes. Se trata de favorecer el tránsito de la práctica físico-deportiva en el barrio a la práctica físico-deportiva en un nuevo contexto –en este caso la universidad- potenciando las relaciones con los estudiantes en un espacio de encuentro y transformación de la vida cotidiana.</li></ol> <p>Esta línea se basa en la creación de fórmulas que favorezcan el acceso a la oferta deportiva existente y se refuerce con la colaboración de alumnos universitarios, que se ocuparán de ayudar a los jóvenes participantes tanto en el ámbito deportivo como en el académico mediante clases de repaso escolar y orientación profesional. Esta línea de actuación va dirigida a los jóvenes con ciertos indicadores de riesgo social y una asistencia regular o un nivel técnico sobresaliente en las actividades deportivas organizadas en el propio barrio por las entidades asociativas. Las figuras que se plantean son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>❖ Bono Universitario de Deporte Social: este Bono permite participar de la oferta deportiva específica universitaria a los jóvenes mayores de edad de barrios</li><li>❖ Bono Universitario Pasarela Deportiva: este Bono busca facilitar la transición entre la práctica física en los barrios desfavorecidos a la práctica física reglada en las universidades y en el caso de que existan los clubes deportivos universitarios, mediante la subvención total o parcial de la inscripción y/o licencia federativa, lo que permitirá a los jóvenes participar en competiciones regladas ya sean competiciones internas universitarias o competiciones federadas.</li><li>❖ Voluntari@-Tutor: esta figura tiene como objetivo impartir clases de repaso escolar a los grupos de jóvenes que participen de este programa así como enseñarles los estudios que se imparten en la universidad y otras posibles salidas formativas o profesionales.</li><li>❖ Voluntari@-Míster: esta figura tiene como objetivo colaborar en la impartición de las sesiones deportivas y contribuir a que la</li></ul>	



integración de los jóvenes en la dinámica que requiere la participación en las actividades físico-deportivas y el uso de las instalaciones deportivas universitarias.

2. Diseño y puesta en práctica desde las universidades de acciones específicas para estos colectivos.

- ❖ Formación específica dirigida a los colectivos socialmente desfavorecidos en posibles salidas profesionales y realización de prácticas en empresas vinculadas a las universidades (talleres de mecánica, árbitros, animación social, etc.)
- ❖ Jornadas lúdico-deportivas entre universitarios y jóvenes en riesgo social. Las universidades servirán de nexo de unión entre los profesionales y asociaciones del ámbito de lo social para implicar a los jóvenes de los barrios desfavorecidos en estas jornadas organizadas en las instalaciones deportivas de las universidades.

3. Apoyo a programas deportivos externos cuyos objetivos se centren en la inserción por el deporte de jóvenes desfavorecidos.

- ❖ Organización de eventos deportivos dirigidos a la comunidad universitaria para recaudar fondos destinados a las asociaciones que desarrollen programas deportivos de inserción social a través del deporte dirigidos a los sectores más desfavorecidos.
- ❖ Organización de acciones formativas en materia de inserción por el deporte dentro de los programas universitarios de formación deportiva.
- ❖ Donación de material deportivo para programas deportivos de inserción social a través del deporte dirigidos a los sectores más desfavorecidos.
- ❖ Cesión de instalaciones deportivas para el desarrollo por parte de otras entidades asociativas de programas o eventos deportivos de inserción social a través del deporte a dirigidos a los sectores más desfavorecidos.

Este programa universitario de inserción por el deporte se desarrollará con la colaboración del Consejo Superior de Deporte cuyo apoyo resultará imprescindible para coordinar a las entidades institucionales potencialmente implicadas y para impulsar y sostener estas acciones aún novedosas en el ámbito universitario.

**Responsable:**

**Universidades**

**Colaboraciones:**

- Comunidades Autónomas
- Consejo Superior de Deportes

### **Actuación del CSD:**

A nivel nacional, se propone la **creación de un organismo de ámbito nacional** (Agencia Nacional, Comisión Nacional) que aglutine a las asociaciones y entidades con potencialidades en este campo alrededor de un proyecto colectivo de inserción por el deporte y servirá de sostén al desarrollo de las iniciativas de deporte-inserción aún pioneras en nuestro país. En concreto, este organismo será un apoyo fundamental para el inicio de los programas universitarios de inserción por el deporte.

Sería interesante que las líneas claves de actuación de este organismo se dirigieran a los siguientes aspectos:

1. La dotación de Servicios de Apoyo a la Creación de Iniciativas de Inserción social por el Deporte, incluyendo aquellas que se desarrollen en el ámbito universitario.
  - ❖ Orientación y formación para el diseño y puesta en marcha de experiencias.
  - ❖ Generación de dispositivos que sirvan de nexo de unión entre las diferentes entidades y asociaciones participantes.
2. La creación de una Convocatoria Nacional de Ayudas para la Inserción social a través del Deporte, dirigida a las asociaciones y entidades como las universidades con potencialidad para intervenir en este ámbito, bajo las siguientes modalidades:
  - ❖ Modalidad A. Experiencias. Detectar y apoyar las experiencias existentes que apliquen el deporte para favorecer la integración de los colectivos socialmente desfavorecidos.
  - ❖ Modalidad B. Formación. Fomentar los eventos y actividades formativas en este ámbito mediante la subvención de jornadas, publicaciones, etc.
  - ❖ Modalidad C. Investigación. Contribuir mediante el desarrollo de investigaciones a la generación de conocimientos en este campo aún novedoso en España.
3. La dotación de los Premios Nacionales de Inserción a través del deporte. Con el fin de revalorizar las mejores iniciativas de deporte-inserción y contribuir a su estabilización en el tiempo.

Las Universidades pondrán en marcha iniciativas de inserción a través del deporte que podrán verse reforzadas por el apoyo y coordinación de este organismo de ámbito nacional, podrán ser dotadas económicamente a través de convocatorias de subvenciones y reconocidas a través de los Premios Nacionales de inserción a través del deporte

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

- Conseguir que en 2010 se publique una convocatoria específica de programas de inserción a través del deporte en el ámbito nacional.
- Participación de 10 universidades mínimo en la Convocatoria específica de programas de inserción a través del deporte del CSD.
- Que el 30% de las universidades organicen al menos un evento deportivo anual para recaudación de fondos.
- Que el 30% las universidades incluyan al menos un curso anual de formación en inserción a través del deporte.

**Coste / Posibles vías de financiación**

Financiación proveniente del Consejo Superior de Deportes, Comunidades Autónomas y Universidades. Igualmente se perseguirá la adhesión de empresas que también contribuyan al mantenimiento de este programa.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

Indicadores a nivel universitario:

- Número de universidades participantes en los Programas Universitarios de Inserción a través del Deporte.
- Número de acciones desarrolladas en los Programas Universitarios de Inserción a través del Deporte.
- Número de jóvenes beneficiarios en los Programas Universitarios de Inserción a través del Deporte.
- Número de miembros de la comunidad universitaria participantes en los Programas Universitarios de Inserción a través del Deporte.
- Fondos recaudados para asociaciones que implementen acciones de deporte-inserción.

**Temporalización**

- 2010. Convocatoria Nacional para la Inserción a través del Deporte
- 2011. Programas Universitarios de Inserción a través del Deporte
- 2012. Premios Nacionales de Inserción a través del deporte.

**Observaciones**

El carácter pionero de esta temática en nuestro país y, en concreto, en las universidades españolas hace necesaria una consistente voluntad política que impulse inicialmente los programas y contribuya a sostenerlos en el tiempo para lograr verdaderos efectos en el ámbito de la integración social.

<b>Nº 17</b>	<b>CONSOLIDAR LOS PROGRAMAS DE PROTECCIÓN A DEPORTISTAS DE ALTO NIVEL Y DE ALTO RENDIMIENTO</b>
--------------	---

**Descripción:**

Se ha detectado la complicación que tiene un deportista de Alto Nivel para seguir sus estudios por cuestión de rendimiento y dedicación, pero no por capacidad. La Universidad debe garantizar que los profesionales que forma sean los mejores, y así se los reclama la sociedad, por ello todos los titulados cumplirán esas condiciones. Los deportistas de Alto Nivel igualmente las deberán cumplir si desean obtener su título académico, pero es cierto que la Universidad puede crear programas que faciliten el seguimiento de sus estudios compaginándolos con su actividad deportiva de Alto Nivel. Es en este apartado donde la Universidad debe realizar una acción valiente y actuar en beneficio de esos deportistas para que al finalizar su vida deportiva tengan una profesión que les permita seguir ejerciendo una actividad profesional cualificada de rango universitario, conseguida durante su época de formación y de máximo rendimiento.

**Responsable:**

**Consejo Superior de Deportes y Universidades**

**Colaboraciones:**

- Los órganos de gobierno de las universidades
- Servicios de Deportes de las universidades
- Las Direcciones Generales de Deportes de las Comunidades Autónomas
- Facultades y Escuelas superiores
- Profesores universitarios (tutores)
- Unidades de apoyo educativo de las universidades

**Actuación del CSD:**

- Vigilar por el cumplimiento de la legislación vigente RD271/2007 y convocar ayudas a las universidades que apliquen programas de protección a los DAN y DAR.
- Potenciar aquellos programas que realicen las universidades que vayan más allá de la propia ejecución de la legislación vigente.
- Establecer una financiación estable que asegure una cantidad fija, con garantías, para realizar los programas DAN y DAR en las Universidades.
- Difundir el programa entre federaciones y clubs deportivos.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Incrementar el número de DAN y DAR incluidos en los programas ofertados por las universidades y aumentar, igualmente, el número de universidades que implantan el programa.

Aumentar el número de DAN y DAR, que incluidos en el programa, finalizan sus estudios de rango universitario.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

El gasto estará en relación con el número de deportista que se integran en el programa, así como del número de universidades que lo ofertan e implantan.

La financiación debe estar establecida, y determinada en función de la participación en años anteriores. La cantidad presupuestaria asignada debe ser de forma directa para el programa DAN y DAR que nazca de la subdirección de Alto nivel o bien se incremente la dotación actual y se establezca una cantidad fija estable en la actual Subdirección. No debe ser una cantidad sobrante de lo gastado en la Subdirección de Cooperación Deportiva y Deporte Paralímpico, mermando parte del presupuesto global del deporte universitario.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Los indicadores que afianzan el programa son:

Nº de DAN y de DAR, hombres y mujeres, que se benefician del programa

Nº de Universidades que implantan un programa de protección a los DAN y DAR

Nº de tutores asignados al programa

Nº de DAN y DAR, incluidos en el programa, que finalizan sus estudios anualmente, disgregando los datos en hombres y mujeres.

Nº de créditos aprobados anualmente por los DAN y DAR, incluidos en el programa.

#### **Temporalización**

El programa está iniciado en varias universidades, pero una mejora del mismo y una financiación establecida, puede hacer que se mejoren los programas existentes e inicien otros nuevos.

En el curso 2010-2011 se debería hacer un análisis de los indicadores citados y en el curso 2011-2012 crear un nuevo impulso del mismo y tratar de conseguir que al menos el 75% de las Universidades se adhieran al programa en el plazo de dos años.

#### **Observaciones**

Es un programa que ya está en marcha, pero con poca incidencia en la

convocatoria anual que lanza el CSD, por lo que necesita de un nuevo impulso con acciones de sensibilización y de inversión en ayudas.

<b>Nº 18</b>	<b>PROGRAMA UNIVERSIDADES SALUDABLES</b>
<p><b>Descripción:</b> La Universidad española junto con el Ministerio de Sanidad y Consumo y las estructuras de salud pública de nivel autonómico han creado la Red Española de Universidades Saludables (REUS). Esta Red tiene como uno de sus objetivos el potenciar la Universidad como entorno promotor de la salud de la Comunidad Universitaria y de la sociedad en su conjunto. Para su logro es necesaria una labor de coordinación y colaboración, de manera que se lleven a término un conjunto de actuaciones que favorezcan esta potenciación. Entre uno de los pilares importantes a desarrollar está la actividad físico-deportiva con un enfoque orientado hacia la promoción de la salud, por lo que se considera necesaria una acción que potencie su tratamiento en la REUS.</p>	
<p><b>Responsable:</b> <b>Universidades, Ministerio de Sanidad y Consumo, y Estructuras autonómicas de salud pública.</b></p>	
<p><b>Colaboraciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>— <b>Servicios de Actividad Física y Deporte de las Universidades.</b></li><li>— <b>Centros de Medicina Deportiva.</b></li><li>— <b>Centros de Salud.</b></li><li>— <b>Centros de Atención Primaria.</b></li></ul>	
<p><b>Actuación del CSD:</b> Colaborar en la impulsión de programas de actividad físico-deportiva orientados a la promoción de la salud para potenciar ésta en las Universidades y en la sociedad en general.</p>	
<p><b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b></p> <p>Conseguir que la actividad físico-deportiva sea reconocida como un elemento de promoción de la salud en la REUS.</p> <p>Que en la REUS se aborde como elemento importante del programa promotor de la Salud la actividad físico-deportiva.</p> <p>Que todas las Universidades, en un plazo de seis años, estén incluidas en la REUS.</p>	
<p><b>Coste / Posibles vías de financiación</b></p>	



Los gastos se generarán por el diseño e implantación de los diferentes programas de actividad físico-deportiva promotoras de salud.

La financiación debe ser realizada entre los tres organismos con responsabilidades en la REUS, las Universidades, el Ministerio de Sanidad y Consumo y las estructuras autonómicas de Salud pública, participando en un porcentaje similar.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Los indicadores que ayudan a medir el éxito del programa son:

% de Universidades incluidas en la REUS

Nº de personas de la Comunidad Universitaria, hombres y mujeres, que participan en un programa de actividad físico-deportiva promotora de la salud.

#### **Temporalización**

Se trataría de conseguir que en el 2011 existiera un 25% de Universidades incluidas en la REUS, posteriormente en el 2013 deberían estar incluidas un 75% y en el 2015, al menos, deberían estar incluidas un 95% de la totalidad de las Universidades españolas.

#### **Observaciones**

Es un programa que no pertenece únicamente a los Servicios de Actividad Física y Deporte de las Universidades y es necesaria una coordinación y colaboración máxima entre la REUS y los propios Servicios para avanzar en programas de actividad físico-deportiva promotora de la salud.

<b>Nº 19</b>	<b>ORGANIZAR CURSOS PARA PROFESIONALES QUE TRABAJEN EN EL ÁMBITO DEPORTIVO O PARA EL ÁMBITO DEPORTIVO.</b>
--------------	--

**Descripción:**

Desarrollar programas formativos con cursos en diferentes formatos. Estos cursos van destinados tanto a los alumnos/as universitarios/as que quieran una formación complementaria a sus estudios de grado como, y principalmente, a las personas que ya estén, o quieran entrar, en el mundo laboral vinculado, directamente o indirectamente, al sector deportivo.

**Responsable:**

**Universidades**

**Colaboraciones:**

- Instituciones
- Empresas y personas con amplia experiencia en el sector
- No exclusividad de profesorado universitario

**Actuación del CSD:**

Publicar una convocatoria de ayudas directas a las Universidades que organicen los cursos. Se reforzaran aquellas propuestas que se desarrollen con la implicación de distintas universidades y agentes sociales.  
Mediar con el ministerio de trabajo para que ayude económicamente a los profesionales que realicen los cursos.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Potenciar desde la universidad la realización de programas y acciones de formación continua para profesionales y para los practicantes de actividad físico-deportiva.

**Coste / Posibles vías de financiación**

EL CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES

40 € por hora impartida (cursos con un mínimo de 30h presenciales y un máximo de 200h presenciales).

1er año 140.000 €

2º año 200.000 €

3er año 260.000 €

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

Evaluación: Observar el incremento de cursos, con las características mencionadas anteriormente, que se llevan a término en las universidades.

Indicadores: Contabilizar las horas de formación realizadas cada año y el número de títulos o certificados de aptitud emitidos por las universidades.

### **Temporalización**

1er año: A) Publicación de las convocatorias de ayuda

2º año: A) + B) recogida de indicadores y análisis del programa

3er. Año: A) + B) + C) aplicación de las medidas de mejora.

### **Observaciones**

Los cursos pueden ser o tener relación con diversas áreas de conocimiento. Por ejemplo: derecho deportivo, psicología del deporte, gestión de servicios, programas, e instalaciones deportivas, medioambiente, medicina deportiva, fisioterapia, gestión de la calidad, tratamiento químico del agua...

Es un programa que ya se ha realizado algunos años desde el CSD, pero es necesario planificar a más largo plazo e incrementar las ayudas económicas para la organización.

<b>Nº 20</b>	<b>PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA: UNIVERSIDAD ABIERTA</b>
--------------	--

**Descripción:**

En el contexto actual, y de cara al futuro, se hace necesario que la universidad esté abierta a la sociedad. Debe poner en marcha programas y actividades que fomenten la actividad física y deportiva. Ahora bien, también es importante que la sociedad acepte y participe en los programas, e incluso se llegue a una reciprocidad.

En el diseño de las actividades, programas, actos, usos de instalaciones, y la realización de otros servicios, debe tenerse en cuenta la necesidad de erradicar la discriminación por cualquier motivo, haciendo una discriminación positiva hacia la mujer, impulsando una actuación social integradora.

Al mismo tiempo, se deberá atender a otros colectivos con necesidades especiales como discapacitados y personas mayores.

**Responsable:**

**Servicios de Actividad Física y Deporte de las Universidades**

**Colaboraciones:**

- **Órganos de gobierno de las universidades**
- **Unidades de apoyo educativo de las universidades**
- **Instituto de la Mujer**
- **Ministerio de Igualdad**
- **Ministerio de Educación y Política Social.**
- **Centros de atención a discapacitados físicos, sensoriales e intelectuales**
- **Profesionales especialistas en discapacidad**
- **Profesionales especialistas en personas mayores**
- **Empresas privadas que colaboren con estas iniciativas**
- **Consejo Superior de Deportes**

**Actuación del CSD:**

El Consejo Superior de Deportes debe apoyar todas aquellas iniciativas que se realicen desde las universidades en materia del fomento de la actividad física y deportiva, con el objetivo de acercar la universidad a la sociedad, incidiendo en la participación de la mujer.

Además, deberá colaborar en los programas de actividad física y deportiva que se generen en las universidades y se dirijan a colectivos de discapacitados y de personas mayores.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Potenciar la colaboración entre la universidad y la sociedad para facilitar el acceso a la práctica de la actividad física y deportiva.

Conseguir normalizar la inclusión de la mujer a la actividad física y deportiva saludable, de forma regular, y con total integración en el conjunto de programas que se oferten.

Incrementar la actividad física y deportiva en colectivos de discapacitados y personas mayores.

**Coste / Posibles vías de financiación**

El coste de los diferentes programas estará relacionado con la duración de los mismos.

Las vías de financiación vendrán tanto de instituciones públicas como privadas: Ministerios con objetivos de política social, Consejo Superior de Deportes, Conserjerías con marcado carácter social, diputaciones, ayuntamientos, universidades, Instituto de la Mujer, y empresas privadas.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

La evaluación y el seguimiento lo llevarán a cabo los distintos servicios de deportes de las universidades. El Consejo Superior de Deportes aglutinará los datos que le proporcionen las distintas universidades para establecer indicadores a nivel nacional.

Nº de programas universidad y sociedad, de acceso a la práctica física y deportiva.

Nº de programas orientados a la mujer. Porcentaje de plazas ocupadas frente a las libres en estos programas orientados a ellas.

Nº de programas orientados a la discapacidad y nº de beneficiarios del mismo.

Nº de programas orientados a personas mayores y nº de beneficiarios del mismo.

**Temporalización**

Los programas generales de colaboración entre la universidad y la sociedad deben iniciar su andadura a partir de 2010.

En cuanto a los programas específicos de discriminación positiva que potencien la práctica de la actividad física y deportiva, se debe iniciar la sensibilización a partir del último trimestre de 2009, y su divulgación y puesta en marcha a partir de 2010.

De la misma forma se actuará en los programas destinados a los colectivos de discapacitados y personas mayores.

Todos los programas se presuponen que se deben ir incrementado con el paso del tiempo. No tienen caducidad a corto y medio plazo.

### **Observaciones**

La universidad y la sociedad deben estrechar su relación y colaboración en todos los sentidos, pero haciendo especial hincapié en facilitar el acceso a la práctica de la actividad física y deportiva.

El porcentaje de mujeres que practica deporte es muy inferior al de los hombres, por lo que en todos los programas de actuación se deberá tener en cuenta esta circunstancia.

En el caso de los colectivos con discapacidad es importante coordinarse con entidades especializadas, pues el trabajo coordinado con ellos puede reportar beneficios al conjunto de discapacitados. Hay que intentar que los centros especiales se acerquen a la universidad y puedan beneficiarse de los medios que dispone.

La universidad para mayores es una realidad, lo que conforma un colectivo con unas connotaciones especiales que se debe atender, implantando programas de actividad física y deportiva adecuados a sus características. Estos programas también pueden beneficiar a personas adultas que acuden a otros centros sociales.

<b>Nº 21</b>	<b>POTENCIAR LA IMAGEN DEL DEPORTE UNIVERSITARIO</b>
<b>Descripción:</b> Potenciar la imagen del deporte universitario como elemento de transmisión de valores y de comunicación con la sociedad.	
<b>Responsable:</b> <b>Consejo Superior de Deportes en el ámbito nacional y las Universidades en el ámbito interno</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— Comunidades Autónomas</li><li>— Gabinetes de prensa de las universidades y del CSD</li><li>— Medios de comunicación</li></ul>	

#### **Actuación del CSD:**

Hacer campañas publicitarias donde se muestren los valores asociados al deporte universitario: respeto al contrario, juego limpio, integración, deporte sin diferencia de género, educación, salud.

Colaborar para que los medios de comunicación publiquen noticias sobre Deporte Universitario:

- Emitiendo en cadenas televisivas estatales aquellos Campeonatos de España Universitarios con suficiente nivel para que sean de interés público.
- Publicando en periódicos nacionales y digitales las noticias relativas a los Campeonatos de España Universitarios, Universiadas, Campeonatos de Europa Universitarios y Campeonatos del Mundo Universitarios.

#### **Actuación de las Universidades:**

Hacer campañas publicitarias donde se muestren los valores asociados al deporte universitario: respeto al contrario, juego limpio, integración, deporte sin diferencia de género, educación, salud y representación social.

Incentivar la representatividad de los Deportistas Universitarios (Campeones de España, DAN, Deportistas de Elite,...) dentro de su entorno, con el objetivo de transmitir de manera cercana los valores que ellos representan.

Colaborar para que los medios de comunicación publiquen noticias sobre Deporte Universitario:

- Emitiendo en cadenas televisivas locales y autonómicas aquellos Campeonatos de España Universitarios con suficiente nivel para que sean de interés público.
- Publicando en periódicos locales y digitales las noticias relativas al deporte universitario, resultados, deportistas, beneficios sociales y saludables que proporciona.

#### **Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Que el deporte universitario transmita una buena imagen de las universidades.

Que el deporte pueda ser considerado como un valor añadido que aporta la universidad para el estudiante.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

Presupuestos de cada universidad destinados a la promoción deportiva.

Presupuesto del CSD destinado a una campaña de promoción/difusión del deporte universitario.



---

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Número de universidades con programas específicos de comunicación en Deporte Universitario
- Número de acciones de comunicación producidas (ámbito interno – local – autonómico – nacional)
- Número de anuncios emitidos
- Número de noticias publicadas

### **Temporalización**

Que en el 2010 al menos el 30% de universidades tengan un proyecto de comunicación en promoción deportiva.

Durante el curso 2010-2011, campaña de promoción del deporte universitario a nivel nacional a través del CSD.

### **Observaciones**

El deporte trasmite imagen de la Universidad: equipaciones deportivas, organización de competiciones, cartelería, etc.. Esto debe ser considerado un punto fuerte para los Servicios de Deporte.

En una situación de competencia por la captación de alumnos, los servicios Deportivos pueden ser considerados como un valor añadido dentro de la oferta docente de la Universidad y pueden tener influencia en la decisión sobre la Universidad en la que un alumno/a decida cursar sus estudios.

Adicionalmente el Deporte puede contribuir en proyectos transversales de promoción de la Universidad cuando se participa en competiciones, tanto en España como fuera de España.

Nº 22	<b>PROGRAMA DE AYUDA A LA FORMACIÓN CONTINUA DEL PERSONAL QUE TRABAJA EN LOS ERVICIOS DE DEPORTES DE LAS UNIVERSIDADES</b>
-------	--

**Descripción:**

La mejora de los servicios de deportes pasa por disponer de personal cualificado. Para ello es imprescindible crear planes de formación continua que mejora las capacidades del personal que en el trabaja.

Temas de mantenimiento, nuevos equipamientos, gestión de calidad, diseño de objetivos y metas, características de nuevos materiales, idiomas,... son elementos que deben ser incorporados al personal.

Con esta acción se logra que los intereses y objetivos de la universidad se trasladen a todos los eslabones de la cadena para dar cumplimiento a todos los objetivos sociales que se plantean y que nos encamina a una sociedad más tolerante, más sana y más formada, a una sociedad con una clara orientación a la mejora de la Calidad de Vida.

**Responsable:**

**La Dirección de RRHH y la dirección de los Servicios de Deportes de cada Universidad.**

**Colaboraciones:**

- Centros y Facultades de las distintas Universidades
- Federaciones Deportivas
- Asociaciones Deportivas

**Actuación del CSD:**

Impulsar y promover la formación continua en los Servicios de Deportes de las Universidades Españolas, colaborando en el desarrollo de las acciones formativas.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

- Adecuar las personas a las competencias requeridas en sus puestos de trabajo
- Desarrollar e implementar una cultura de Calidad a través de la formación continua
- Adaptarse ante la implantación de las nuevas tecnologías.

### **Coste / Posibles vías de financiación**

Los costes para esta acción podrían ser:

- Recursos de materiales e infraestructura: la realización de acciones formativas requiere la disponibilidad de aulas provistas con recursos audiovisuales, técnicos e informáticos apropiados; material didáctico, etc
- Formación: la realización de acciones formativas requiere la disponibilidad de un profesorado, ya sea miembro de las Universidades o empresas especializadas.

### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Evaluación previa antes de las acciones formativas: detección de necesidades formativas
- Evaluación durante el desarrollo del programa: una vez planificado el programa de formación, se deberá establecer mecanismos de seguimiento para determinar si se han alcanzado los objetivos establecidos
- Evaluación posterior a las acciones formativas

Se pueden identificar los siguientes indicadores:

- Nº de acciones formativas por Universidad
- Nº de participantes en acciones formativas por Universidad
- Nº de horas de formación por cada trabajador/a del Servicio de Deportes
- Índice de satisfacción en las encuestas a los participantes en acciones formativas por Universidad.

### **Temporalización**

- Proceso de detección de necesidades: 1er. semestre 2010
- Diseño del Plan de formación (bianual): 1º semestre 2010
- Desarrollo de las acciones formativas: cursos 2010 – 2011 y 2011-2012
- Evaluación del Plan: 2º semestre 2012

### **Observaciones**

Nº 23	<b>PROMOVER LA REALIZACIÓN DE CONVENIOS ENTRE LAS ADMINISTRACIONES PÚBLICAS Y LA UNIVERSIDAD PARA LA REALIZACIÓN DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD.</b>
-------	---

**Descripción:**

Impulsar la investigación en el ámbito de la actividad físico-deportivo dentro de la Universidad. Afrontar estudios y proyectos concretos de investigación que permitan un mayor conocimiento y, por tanto, acciones de mejora, en relación a lo que aporta la actividad física a la realidad universitaria.

**Responsable:**

**Consejo Superior de Deportes, Comunidades Autónomas y Universidades**

**Colaboraciones:**

- Grupos de investigación consolidados y no consolidados

**Actuación del CSD:**

Crear líneas de financiación especiales para proyectos, estudios y trabajos de investigación que tengan por objetivo la mejora de la práctica física dentro de la universidad.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Normalizar la relación entre entidades públicas y universidades para fomentar la investigación en el ámbito de la actividad física y deportiva en la universidad.

**Coste / Posibles vías de financiación**

Señalar este ámbito como línea de financiación prioritaria dentro del Consejo Superior de Deportes y de las Comunidades Autónomas.

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

- Proyectos de investigación aprobados.
- Número de proyectos presentados.
- Número de artículos publicados en revistas de impacto.

**Temporalización**

Plan Anual.

**Observaciones**

<b>Nº 24</b>	<b>PROGRAMA DEPORTE SOLIDARIO. PROGRAMA UNIVERSITARIO DE VOLUNTARIADO Y COOPERACIÓN A TRAVÉS DEL DEPORTE.</b>
<p><b>Descripción:</b> Este programa facilita la participación de los servicios de deportes y de los miembros de las Universidades en acciones de cooperación al desarrollo cuyo objetivo sea contribuir a través del deporte a la mejora de las condiciones de vida de las poblaciones más vulnerables y marginadas de los países empobrecidos.</p> <p>Las medidas que se proponen en este programa son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Organización de eventos deportivos para recaudar fondos destinados a algunas ONGD u organismos internacionales vinculados al sistema de ayuda al desarrollo.</li><li>• Donación de material deportivo a ONGD u organismos internacionales vinculados al sistema de ayuda al desarrollo.</li><li>• Inclusión de cursos de voluntariado y cooperación al desarrollo a través del deporte en los Programas de Formación Deportiva de las Universidades.</li><li>• Creación y potenciación de Asociaciones Universitarias de Voluntariado Deportivo que agrupen, formen e impulsen la participación del alumnado universitario en programas de cooperación al desarrollo.</li><li>• Realización de campañas de difusión en la Universidad de las ONGD u organismos internacionales vinculados al sistema de ayuda al desarrollo que impulsen acciones a través del deporte.</li><li>• Elaborar y, en el caso de existir, adaptar las convocatorias de ayudas para la participación en proyectos y programas de cooperación al desarrollo de las Universidades para poder participar desde los servicios de deportes y asociaciones de voluntarios deportivos de las universidades.</li><li>• Destinación del 0,7% del presupuesto de los servicios de deporte de las Universidades a Programas de Cooperación al Desarrollo a través del deporte, propios o externos.</li></ul>	
<p><b>Responsable:</b> <b>Universidades</b></p>	
<p><b>Colaboraciones:</b> — <b>Centros de Cooperación y Desarrollo de las Universidades.</b></p>	

---

**Actuación del CSD:**

Detectar, apoyar y reconocer las buenas prácticas universitarias realizadas a través del deporte en el ámbito de la cooperación al desarrollo.

**Objetivos / Resultados a alcanzar:**

Se pretende que en el 2011 se consigan los siguientes resultados:

- Que el 30% de las universidades organicen al menos un evento deportivo benéfico anual.
- Que el 30% las universidades incluyan al menos un curso anual de formación en voluntariado y cooperación deportiva.
- Que el 30% las universidades incluyan al menos una campaña de difusión anual de ONGD u organismos internacionales vinculados al sistema de ayuda al desarrollo del entorno más próximo.
- Que el 30% las universidades incluyan al menos un curso anual de formación en voluntariado y cooperación deportiva.
- Existencia de convocatorias de ayudas para la participación en proyectos y programas de cooperación al desarrollo de las Universidades para poder participar desde los servicios de deportes y asociaciones de voluntarios deportivos de las universidades al menos en el 30% de las Universidades.
- Que al menos un 30% de los servicios de deportes de las Universidades asignen un presupuesto específico destinado a acciones propias o externas de cooperación al desarrollo a través del deporte.

En el 2012 y posteriores se pretende incrementar el porcentaje de universidades que se sumen a este programa.

**Coste / Posibles vías de financiación**

- Financiación universitaria
- Autonómica y nacionales (posibles convocatorias de ayudas)

**Evaluación, seguimiento, indicadores**

- % de Universidades que organizan un evento deportivo benéfico.
- % de Universidades que incluyen un curso de formación en voluntariado y cooperación deportiva.
- % de Universidades que realizan alguna campaña de difusión de ONGD u organismos internacionales vinculados al sistema de ayuda al desarrollo del entorno más próximo.

- N° de convocatorias de ayudas para la participación en proyectos y programas de cooperación al desarrollo de las Universidades para poder participar desde los servicios de deportes y asociaciones de voluntarios deportivos de las universidades.
- % de Servicios de Actividad Física y Deporte que asignan un presupuesto específico destinado a acciones propias o externas de cooperación al desarrollo a través del deporte.

### **Temporalización**

- 2010. Organización de eventos deportivos para recaudar fondos destinados a algunas ONGD u organismos internacionales vinculados al sistema de ayuda al desarrollo.
- 2010. Donación de material deportivo a ONGD u organismos internacionales vinculados al sistema de ayuda al desarrollo.
- 2011. Inclusión de cursos de voluntariado y cooperación al desarrollo a través del deporte en los Programas de Formación Deportiva de las Universidades.
- 2011. Creación y potenciación de Asociaciones Universitarias de Voluntariado Deportivo que agrupen, formen e impulsen la participación del alumnado universitario en programas de cooperación al desarrollo.
- 2011. Realización de campañas de difusión en la Universidad de las ONGD u organismos internacionales vinculados al sistema de ayuda al desarrollo que impulsen acciones a través del deporte.
- 2012. Elaborar y, en el caso de existir, adaptar las convocatorias de ayudas para la participación en proyectos y programas de cooperación al desarrollo de las Universidades para poder participar desde los servicios de deportes y asociaciones de voluntarios deportivos de las universidades.
- 2012. Destinación del 0,7% del presupuesto de los servicios de deporte de las Universidades a Programas de Cooperación al Desarrollo a través del deporte, propios o externos.

### **Observaciones**



Nº 25	<b>PROGRAMA DE AYUDAS AL ESTUDIO Y/O A LA INVESTIGACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD Y EN LA SOCIEDAD.</b>
<b>Descripción:</b> <p>El concepto de universidad, y de universidad abierta a la sociedad, adquiere, en la actualidad, la dimensión más importante de los últimos tiempos. En esta situación, la investigación sobre aspectos de especial relevancia social, por ejemplo los vinculados a la actividad física saludable y al deporte, así como a la transferencia de sus resultados, se convierten en un elemento determinante de atención y promoción.</p> <p>Desde esta premisa proponemos la implantación de un programa específico de:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a) Ayudas para el estudio y/o la investigación, con el objetivo de conocer, promover y mejorar la práctica de la actividad física y el deporte universitario.</li><li>b) Ayudas para el estudio y/o investigación, con el objetivo de transferencia de sus resultados (I+D) a otros agentes sociales encargados e implicados en la optimización de la práctica de la actividad física y del deporte (ayuntamientos, federaciones, asociaciones, clubes, empresas, etc), mediante la implementación de programas específicos (de integración, saludables, de iniciación, especialización o tecnificación deportiva, de gestión, etc.) dirigidos a los diferentes colectivos de la sociedad</li></ul>	
<b>Responsable:</b> <b>Consejo Superior de Deportes y Universidades</b>	
<b>Colaboraciones:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Universidades</b></li><li>- <b>Comunidades Autónomas</b></li><li>- <b>Federación de Municipios y Provincias</b></li><li>- <b>Federaciones Deportivas</b></li><li>- <b>Tejido Asociativo</b></li></ul>	
<b>Actuación del CSD:</b> El CSD deberá establecer el programa e impulsar y/o coordinarlo inicialmente, estableciendo contactos con los diferentes agentes implicados tanto en la investigación como en la transferencia de los resultados (I+D).	
<b>Objetivos / Resultados a alcanzar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Conocer la realidad de la situación de la práctica de la AF y del</li></ul>	

Deporte en las Universidades españolas, al tiempo que se crean líneas de investigación que propicien la atención a esta realidad, con la consiguiente implantación de paquetes de medidas necesarias para su mejora.

- Facilitar información y datos pertinentes (obtenidos mediante investigación) mediante transferencia de resultados, a petición y mediante solicitud de los agentes implicados en la mejora y optimización de la práctica de la actividad física y del deporte en la sociedad.

#### **Coste / Posibles vías de financiación**

- En función de la envergadura del programa.
- Financiación pública, y/o privada con posibilidad de ventajas fiscales.

#### **Evaluación, seguimiento, indicadores**

A través de una comisión del CSD encargada de velar por el contenido del programa, así como de la evolución del mismo y del cumplimiento de objetivos mediante sencillos sistemas de control verificados mediante doble vía (CSD-Agente al que se transfieren resultados).

#### **Temporalización**

- Inicio en Enero 2010
- Duración por año/años naturales.

#### **Observaciones**

## **9. DESCRIPCIÓN DE INDICADORES GENERALES A ALCANZAR**

Se proponen una serie de indicadores de seguimiento generales que completan los indicadores presentados en las fichas de acciones que se han desarrollado.

### **Económicos:**

- Presupuesto de gastos del Servicio de Deportes, y su distribución porcentual en los Capítulos I, II, IV y VI.
- Porcentaje del presupuesto del Servicio de Deportes al respecto del total de la Universidad. Euros/Comunidad Universitaria.
- Ingresos totales del Servicio de Deportes. Distribución porcentual en la forma de obtención (cuotas, subvenciones públicas, convocatorias, alquileres de instalaciones, financiación privada).

### **Instalaciones deportivas:**

- Metros cuadrados de superficie deportiva. Distribución porcentual en metros cuadrados de superficies cubiertas, metros cuadrado de superficie descubierta y metros cuadrado de piscinas especificando si son cubiertas o descubiertas.

### **Recursos humanos:**

- Número de personas que conforman la plantilla del Servicio de Deportes Universitario. Diferenciar el porcentaje de hombres y mujeres.
- Dispone de sistema de gestión de la calidad. En caso afirmativo, ¿Qué sistema?
- Composición porcentual de la Comunidad Universitaria % de PAS (mujeres y hombres), % de PDI (mujeres y hombres), % de Estudiantes de Grado (mujeres y hombres) y % de Estudiantes de Máster (mujeres y hombres)

### **Actividades deportivas:**

- Número de actividades dirigidas. Diferenciar el porcentaje de salud, de aprendizaje deportivo y de naturaleza.

- Número de plazas ofertadas y ocupadas (índice de ocupación) en las actividades dirigidas. Diferenciar porcentualmente el número de plazas de salud, de aprendizaje deportivo y de naturaleza.
- Número de inscripciones en actividades dirigidas. Diferenciar porcentualmente mujeres y hombres. Diferenciar porcentualmente también en salud, en aprendizaje deportivo y en la naturaleza.
- Número de inscripciones en actividades de competición universitaria. Diferenciar porcentualmente en hombre y mujeres. Disgregar los datos en Competición Interna y Externa.
- Número de inscripciones en programas de formación ofertados desde los Servicios de Deportes. Diferenciar porcentualmente los datos en mujeres y hombres.
- Número total de inscripciones del Servicio de Deportes. Separar porcentualmente los diferentes colectivos de la universidad (PAS, PDI, Estudiantes de Grado y Máster) y hacer el % que supone del total de la universidad. Diferenciar los datos en mujeres y hombres.

**Programas con especial atención:**

- Número de programas orientados a potenciar la participación de la mujer en la actividad física y deportiva. Extraer el índice de ocupación de los programas.
- Número de programas orientados a colectivos con discapacidad para promocionar la práctica de la actividad física y deportiva. Extraer el índice de ocupación de los programas.
- Número de programas orientados colectivos de personas mayores para la promoción de la práctica de la actividad física y deportiva. Extraer el índice de ocupación de los programas.

## **10. BIBLIOGRAFÍA**

Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Acreditación (ANECA). Libro Blanco Título de Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Madrid:ANECA; 200

Álvarez, L.; Martínez, V. Modelos Deportivos Universitarios. Actas de las VI Jornadas de Deporte Universitario. León: Universidad de León; 1999. Documento no publicado.

Benet, A. (2004) "reflexiones sobre un modelo de deporte universitario" Actas del Congreso Deporte Universitario. Bilbao. Diputación Foral de Vizcaya.

Benet, A. Actividades deportivas universitarias. Características de la intervención físico-deportiva en el ámbito de la Universidad. Comunicación presentada en las jornadas de deporte universitario; 1995; Granada

Benito, A. (2004) "Análisis, funcionamiento y gestión integral de un Servicio de Deporte Universitario" Actas del Congreso Deporte Universitario. Bilbao. Diputación Foral de Vizcaya.

Benito, A. El Deporte Universitario. En, Terol, R. El deporte universitario en España: actualidad y perspectivas de futuro. Madrid: Dykinson; 2006, pág 167-172.

Cabeza, D. y Cantos J.M. El deporte Universitario en España: Estado actual, Marco legal, Referencia histórica, Configuración y Reflexiones. Actas de las VI Jornadas de Deporte Universitario. León: Universidad de León; 1999. Documento no publicado.

Cagigal, J.M. ¡Oh Deporte! Anatomía de un gigante. Valladolid: Miñón; 1981

Canibe, A.; París, F.; Sánchez, L.J.; Toribio, S. Retos para el Deporte Universitario. Mesa Redonda realizada en el I Foro del Deporte de Castilla-La Mancha. 2008 Abril 10-11; Toledo.

Conferencia de Rectores de la Universidad Española. La Universidad en Cifras. 2008. Disponible en:

[http://www.crue.org/export/sites/Crue/Publicaciones/Documentos/UEC/UEC\\_2008.pdf](http://www.crue.org/export/sites/Crue/Publicaciones/Documentos/UEC/UEC_2008.pdf)

Consejo Superior de Deportes El Deporte Español ante el Siglo XXI Madrid: Ministerio de Educación y Cultura; 2000.

Consejo Superior de Deportes. Jornadas Nacionales de Deporte Universitario; San Lorenzo del Escorial 2003

Consejo Superior de Deportes. Jornadas Nacionales de Deporte Universitario; Madrid 2005

Consejo Superior de Deportes. Manifiesto por la igualdad y la participación de la Mujer en el Deporte. Disponible en: <http://www.csd.gob.es/csd/sociedad/deporte-y-mujer/manifiesto-mujer-y-deporte-def.pdf>.

De Knop, P. y Wylleman, P. (2004) "La política aplicada en la Vrije Universiteit Brussel a la combinación del estudio y el deporte de alto nivel" Actas del Congreso Deporte Universitario. Bilbao. Diputación Foral de Vizcaya.

Diputación de Vizcaya. Actas del Congreso Internacional de Deporte Universitario. 25-26 oct. 2004; Bilbao.

Diputación Foral de Vizcaya. I Jornadas de Educadores y Educadoras de Deporte Escolar. Bilbao: Diputación Foral de Vizcaya; 1998.

Diputación Foral de Vizcaya. II Jornadas de Educadores y Educadoras de Deporte Escolar. Bilbao: Diputación Foral de Vizcaya; 1999.

Diputación Foral de Vizcaya. III Jornadas de Educadores y Educadoras de Deporte Escolar. Bilbao: Diputación Foral de Vizcaya; 2000.

Domínguez, A. Medidas de apoyo al deportista de alto nivel "programa de atención al deportista" (PROAD) Comunicación presentada en las Jornadas Técnicas Nacionales de Deporte Universitario; 2008 Octubre 27-29; Santiago de Compostela: Universidad de Santiago de Compostela.

Domínguez, A.R. Consejo Superior de Deportes (2004) "Modelo del deporte universitario español: Perspectivas de futuro" Actas del Congreso Deporte Universitario. Bilbao. Diputación Foral de Vizcaya.

García Ferrando, M. Los españoles y el deporte, 1980-1995. Madrid: Consejo Superior de Deportes y Tirant lo blanch; 1997.

García Ferrando, M. Posmodernidad y Deporte: Entre la individualización y la masificación. Madrid: Consejo Superior de Deportes y Centro de Investigaciones Sociológicas; 2006.

García Ferrando, M. Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España. Madrid. Instituto de la Juventud. Ministerio de Asuntos Sociales; 1993.

García, M.; Puig, N.; Lagardera, F. (comps.). Sociología del deporte. Madrid: Alianza Editorial; 1998

Hernando, C. ¿La modificación de CEDU? Comunicación presentada en las I Jornadas Técnicas Nacionales del Deporte Universitario y Pleno del Comité Español del Deporte Universitario; 2008 Oct 27-29; Santiago de Compostela: Universidad de Santiago.

Hernando, C. Análisis y Retos del Deporte Universitario. Conferencia presentada en el I Foro del Deporte de Castilla-La Mancha. 2008 Abril 10-11; Toledo.

Hernando, C. Comunidades Autónomas y Deporte Universitario. Comunicación presentada en las I Jornadas de Deporte Universitario en Alicante; 2004 Mayo 28-31; Alicante: Universidad de Alicante.

Hernando, C. Comunidades Autónomas y Deporte Universitario. En, Terol, R. El deporte universitario en España: actualidad y perspectivas de futuro. Madrid: Dykinson; 2006, pág 207-220.

Instituto Nacional de Estadística. Cifras de población y censos demográficos.  
[http://www.ine.es/inebmenu/mnu\\_cifraspob.htm](http://www.ine.es/inebmenu/mnu_cifraspob.htm)

Ley 19/2007, de 11 de julio, contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte, publicada en el BOE número 166 del 12 de julio de 2007.

Ley Orgánica 10/90 de 15 de octubre del Deporte, publicado en el BOE 249 del 17 de octubre de 1990, páginas 30397-30411

Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, publicada en BOE número 71 del 23 de marzo de 2007, páginas 12611-12645.

Ley Orgánica 4/2007, de 12 de abril, por la que se modifica la Ley Orgánica 6/2001, de 21 de diciembre, de Universidades. BOE 13 de abril 2007, núm. 89, pág 16241.

Ley Orgánica 6/2001, de 21 de diciembre, de Universidades. BOE 24 de diciembre 2001, núm. 307, pág 49400

Ley Orgánica 7/2006, de 21 de noviembre, de protección de la salud y de lucha contra el dopaje en el deporte, publicada en el BOE número 279 del 22 de noviembre de 2006.

López, A. El deporte en la Universidad Politécnica de Valencia. Un estudio desde la Psicología Social del consumidor. Tesis doctoral; 1999; Valencia.

López, A. Gestión del Deporte Universitario. Actas del I Congreso de Gestión del Deporte. Valencia: Asociación de Gestores profesionales de la Comunidad Valenciana; 2002, pág 37-45.

Ministerio de Ciencia e Innovación. Secretaría de Estado de Universidades. Consejo de Coordinación Universitaria. Datos Básicos del Sistema Universitario Español. Curso 2008/2009. 2008; Madrid. Secretaria General Técnica MEPSYD, Subdirección de Información y Publicaciones. Disponible en: [http://web.micinn.es/04\\_Universidades/02@EstInf/00-Novedades/Datos%20y%20Cifras%20del%20Sistema%20Universitario%20Español%20Curso%202008-09.pdf](http://web.micinn.es/04_Universidades/02@EstInf/00-Novedades/Datos%20y%20Cifras%20del%20Sistema%20Universitario%20Español%20Curso%202008-09.pdf)

Ministerio de Educación. Estrategia Universidad 2015. Madrid; 2008. Accesible en: <http://www.educacion.es/universidad2015/programas-estrategicos/campus.html>

Ministerio de Sanidad y Consumo, Instituto Nacional de Estadística. Encuesta Nacional de Salud. Junio 2006-junio 2007

Moscoso, D; Moyano, E. (coord..) Deporte, salud y calidad de vida. Barcelona: Fundación "La Caixa"; 2009

Orden ECD/273/2004 del 3 de febrero por la que se regula el Comité Español de Deporte Universitario. Publicado en el BOE número 38 del 13 de febrero de 2004, páginas 6660-6662. Corrección de errores, BOE 112 del 8 de mayo de 2004.

Organización de Naciones Unidas ONU (2003) "Resolución 58/5, de 3 de noviembre del 2003, Deporte para la paz y el desarrollo: 2005 Año Internacional del Deporte y la Educación Física".

París, F.; Lizalde, E. El deporte en las universidades españolas. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura. Consejo Superior de Deportes; 1997

Parlamento Europeo y Consejo de la Unión Europea. Decisión nº137/2007/CE del Parlamento Europeo y del Consejo de 23 de octubre de 2007, por la que se establece el segundo Programa de acción comunitaria en el ámbito de la salud (2008-2013); 20 nov. 2007 Diario Oficial de la Unión Europea.

Real Academia Española (1996) "Diccionario escolar" Madrid Espasa Calpe

Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas oficiales. Publicado en el BOE número 260 del 30 de octubre de 2007, página 44037

Real Decreto 185/2008, de 8 de febrero, por el que se aprueba el Estatuto de la Agencia Estatal Antidopaje

Real Decreto 2069/1985, de 9 de octubre, sobre articulación de competencias en materia de actividades deportivas universitarias. Publicado en el BOE número 267 del 7 de noviembre de 1985, página 35194

Real Decreto 748/2008, de 9 de mayo, por el que se regula la Comisión Estatal contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte

Real Decreto 769/1993, de 21 de mayo, por el que se aprueba el reglamento para la prevención de la violencia en los espectáculos deportivos, publicado en el BOE número 146 del 19 de junio de 1993, páginas 18902-1890012. Modificado por el RD 1247/1998 de 19 de junio.

Real Decreto 971/2007, de 13 de julio, sobre deportistas de alto nivel y alto rendimiento, publicado en el BOE número 177 del 25 de julio de 2007, páginas 32240 a 32247.

Resolución de 9 de diciembre de 2008, de la presidencia del Consejo Superior de Deportes, por la que se convocan los Campeonatos de España Universitarios correspondientes al año 2009 y se hace pública la convocatoria de las correspondientes subvenciones. BOE 12 de enero de 2009, pág 3681-3692

Roquette, J. European Network of Academic Sports Services. Comunicación presentada en las Jornadas Técnicas Nacionales del Deporte Universitario y Pleno del Comité Español del Deporte Universitario. 27-29 oct. 2008; Santiago de Compostela.

Secretaría de Estado de Universidades, Ministerio de Ciencia e Innovación. Propuesta de Estatuto del Estudiante. Disponible en: <http://www.uji.es/bin/infoest/docs/es220109.pdf>

Sociedad Española de Medicina Comunitaria y Familiar (SemFYC) Estudio sobre la promoción del Ejercicio Físico. 2007

Terol, R. Régimen jurídico del deporte universitario. Madrid: Dykinson; 2006

Universidad de Córdoba. El Modelo del Deporte Universitario Español. Proyecto financiado por el Consejo Superior de Deporte; 2006; Madrid, documento no publicado, disponible en: <http://www.csd.gob.es/csd/competición/deporte-u/2comiteespDepUniv/04EstDepUniv/>



Universidad de La Laguna. El deporte en la Universidad de La Laguna. La Laguna: Servicio de Deportes de la Universidad de La Laguna; 2003.

Universidad de Sevilla. Congreso Nacional de Servicios Deportivos. Mayo de 1998. Sevilla: Servicio de Actividades Deportivas de la Universidad de Sevilla; 1999.

Universidad de Valladolid. Estudio sobre los modelos de deporte universitario en Europa. Proyecto financiado por el Consejo Superior de Deporte; 2005; Madrid, documento no publicado, disponible en:

<http://www.csd.gob.es/csd/competición/deporte-u/2comiteespDepUniv/04EstDepUniv/>

Universidad de Valladolid. Jornadas Nacionales de Deporte Universitario; Valladolid 2001

Universidade de Santiago de Compostela. Actas de las Jornadas Técnicas Nacionales del Deporte Universitario y Pleno del Comité Español del Deporte Universitario. 27-29 oct. 2008; Santiago de Compostela.

Universitat Jaume I. Congreso de gestión en instalaciones deportivas universitarias. Actas del Congreso. 2003 Enero 21-22; Castellón.

Páginas Web, de las universidades, consultadas:

Universidad de Almería: [www.ual.es/deportes/](http://www.ual.es/deportes/)

Universidad de Cádiz: [www.uca.es/deportes](http://www.uca.es/deportes)

Universidad de Córdoba: [www.uco.es/deportes](http://www.uco.es/deportes)

Universidad de Granada: [www.ugr.es/local/sdugr](http://www.ugr.es/local/sdugr)

Universidad de Huelva: [www.uhu.es/deporte](http://www.uhu.es/deporte)

Universidad de Internacional de Andalucía

Universidad de Jaén: [www.ujaen.es/serv/safyd/](http://www.ujaen.es/serv/safyd/)

Universidad de Málaga: [www.uma.es/ficha.php?id=155](http://www.uma.es/ficha.php?id=155)

Universidad de Pablo de Olavide: [www.upo.es](http://www.upo.es)

Universidad de Sevilla: [www.us.es](http://www.us.es)

Universidad de Zaragoza: [www.unizar.es/deportes](http://www.unizar.es/deportes)

Universidad de Oviedo: [www.uniovi.es](http://www.uniovi.es)

Universidad de Castilla La Mancha: [www.uclm.es](http://www.uclm.es)

Universidad de Burgos: [www.ubu.es/culturaydeportes/serviciodeportes/index.htm](http://www.ubu.es/culturaydeportes/serviciodeportes/index.htm)

Universidad de Católica Santa Teresa de Jesús de Avila: [www.ucavila.es/](http://www.ucavila.es/)

Universidad Internacional SEK: [www.usek.es](http://www.usek.es)

Universidad de León: [www.unileon.es/servicios/deportes.htm#info](http://www.unileon.es/servicios/deportes.htm#info)

Universidad de Pontificia de Salamanca.

Universidad de Salamanca: [www.usal.es/deportes](http://www.usal.es/deportes)

Universidad de Valladolid: [www.uva.es/deportes](http://www.uva.es/deportes)

Universidad de Cantabria: [www.unican.es/deportes/presentacion.htm](http://www.unican.es/deportes/presentacion.htm)

Universidad de Autónoma de Barcelona: [www.uab.es/saf](http://www.uab.es/saf)

Universidad de Barcelona: [www.ub.edu/esports/](http://www.ub.edu/esports/)

Universidad de Girona: [www.udg.edu/esports](http://www.udg.edu/esports)

Universidad Internacional de Catalunya: [www.unica.edo](http://www.unica.edo)

Universidad de Lleida: [www.udl.cat/serveis/esports.html](http://www.udl.cat/serveis/esports.html)

Oberta de Catalunya: <http://www.uoc.es/web/esp/index.html>

Universidad Politécnica de Catalunya: <http://www.univers.upc.edu>

Universidad Pompeu Fabra : [www.upf.edu](http://www.upf.edu)

Universidad Ramon Llul

Universidad Rovira i Virgil: [www.urv.cat/esports](http://www.urv.cat/esports)

Universidad de Vic: [www.uvic.cat/esports/ca/serv.html](http://www.uvic.cat/esports/ca/serv.html)

Universidad de Extremadura: [www.unex/safide](http://www.unex/safide)  
Universidad de A Coruña: [www.udc.es/seu](http://www.udc.es/seu)  
Universidad de Santiago de Compostela: [www.ti.usc.es/deportes/](http://www.ti.usc.es/deportes/)  
Universidad de Vigo: [www.deportes.uvigo.es](http://www.deportes.uvigo.es)  
Universidad de Illes Balears: [www.campuesport.com](http://www.campuesport.com)  
Universidad de La Laguna: [www.deportes.ull.es](http://www.deportes.ull.es)  
Universidad de Las Palmas de Gran Canaria: [www.ulpgc.es/deportes](http://www.ulpgc.es/deportes)  
Universidad de La Rioja: [www.unirioja.es/Deportes](http://www.unirioja.es/Deportes)  
Universidad de Alcalá: [www.uah.es/deportes/](http://www.uah.es/deportes/)  
Universidad Alfonso X el Sabio: [www.uax.es/General/deportes.shtml](http://www.uax.es/General/deportes.shtml)  
Universidad Autónoma de Madrid: [www.uam.es/cultura/deportes/default.html](http://www.uam.es/cultura/deportes/default.html)  
Universidad Camilo José Cela: [www.ucjc.edu](http://www.ucjc.edu)  
Universidad Carlos III de Madrid: [www.uc3m.es/sija](http://www.uc3m.es/sija)  
Universidad Complutense de Madrid : [www.ucm.es/info/asocult/](http://www.ucm.es/info/asocult/)  
Universidad Distancia de Madrid (UDIMA)  
Universidad Europea de Madrid: [www.uem.es/deportes](http://www.uem.es/deportes)  
Universidad Politécnica de Madrid: [www.upm.es/servicios/deportes/](http://www.upm.es/servicios/deportes/)  
Universidad Pontificia Comillas de Madrid:  
[www.upco.es/webcorporativo/Servicios/deportes/](http://www.upco.es/webcorporativo/Servicios/deportes/)  
Universidad Rey Juan Carlos: [www.urjc.es/deportes](http://www.urjc.es/deportes)  
UNED: [www.uned.es/deportes](http://www.uned.es/deportes)  
Universidad Católica San Antonio de Murcia: [www.ucam.edu/sad](http://www.ucam.edu/sad)  
Universidad de Murcia: [www.um.es/deportes](http://www.um.es/deportes)  
Universidad Politécnica de Cartagena: [www.upct.es/spd](http://www.upct.es/spd)  
Universidad de Navarra: [www.unav.es/deportes](http://www.unav.es/deportes)  
Universidad Pública de Navarra: [www.unavarra.es/servicio/deportes.htm](http://www.unavarra.es/servicio/deportes.htm)  
Universidad de Mondragón.  
Universidad de País Vasco: [www.kirolak-bizkaia.ehu.es/](http://www.kirolak-bizkaia.ehu.es/)  
Universidad de Deusto: [www.deusto.es](http://www.deusto.es)  
Universidad de Francisco de Vitoria: [www.ufv.es](http://www.ufv.es)  
Universidad de Alicante: [www.ua.es/es/cultura/index.html](http://www.ua.es/es/cultura/index.html)  
Universidad Cardenal Herrera CEU: [www.uch.ceu.es](http://www.uch.ceu.es)  
Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir: [www.ucv.es/saf](http://www.ucv.es/saf)

Universidad Jaume I de Castelló: <http://www.uji.es/CA/serveis/se/>

Universidad Miguel Hernández de Elche: [www.umh.es/deportes](http://www.umh.es/deportes)

Universidad Politécnica de Valencia: [www.upv.es/vdep](http://www.upv.es/vdep)

Universidad de València (Estudi General): [www.uv.es/sesport](http://www.uv.es/sesport)

Universidad de Abad Oliba CEU: <http://esports.uao.es/cream/>

Universidad de Antonio de Nebrija: [www.nebrija.com](http://www.nebrija.com)

Universidad Europea Miguel de Cervantes:  
[www.uemc.es/es/alumnos/serviciosuniversitarios/Paginas/Serviciodedeportes.aspx](http://www.uemc.es/es/alumnos/serviciosuniversitarios/Paginas/Serviciodedeportes.aspx)

Universidad de San Jorge.

Universidad de San Pablo-CEU: [www.ceu.es](http://www.ceu.es).

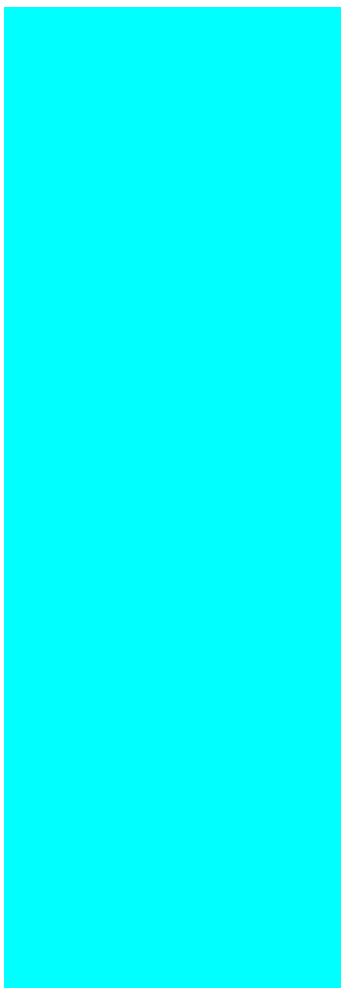


---

**PLAN INTEGRAL  
PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA  
Y EL DEPORTE**

---

**v.1**



**Igualdad efectiva  
entre mujeres y hombres**

CONTENIDOS

<b>1. DESCRIPCIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL</b>	<b>3</b>
<b>1.1. EN RELACIÓN AL CONCEPTO “IGUALDAD EFECTIVA”</b>	<b>3</b>
<b>1.2. PARTICIPACIÓN E INTERÉS DE LAS MUJERES POR LA PRÁCTICA DEPORTIVA</b>	<b>4</b>
1.2.1. PRACTICANTES: LA DESIGUALDAD	5
1.2.2. MOTIVACIONES POR LA PRÁCTICA DEPORTIVA	9
1.2.3. FORMA DE PARTICIPACIÓN	12
1.2.4. PROFESIONES DEPORTIVAS	15
<b>1.3. ÁMBITOS</b>	<b>17</b>
1.3.1. MEDIOS DE COMUNICACIÓN	17
1.3.2. FORMACIÓN, INVESTIGACIÓN Y DIVULGACIÓN	18
<b>1.4. LEY ORGÁNICA PARA LA IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES</b>	<b>23</b>
<b>1.5. POLÍTICAS DE LAS ORGANIZACIONES</b>	<b>25</b>
1.5.2. NIVEL ESTATAL	27
1.5.3. NIVEL AUTONÓMICO	33
1.5.4. NIVEL MUNICIPAL	35
<b>2. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES</b>	<b>37</b>
<b>3. VISIÓN PARA EL FUTURO</b>	<b>38</b>
<b>4. OBJETIVOS GENERALES</b>	<b>40</b>
<b>5. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA</b>	<b>41</b>
<b>6. AGENTES IMPLICADOS (STAKEHOLDERS)</b>	<b>42</b>
<b>7. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A DESARROLLAR</b>	<b>43</b>
<b>8. INDICADORES</b>	<b>57</b>
<b>9. BIBLIOGRAFIA</b>	<b>58</b>
<b>10. ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICOS</b>	<b>61</b>
<b>11. GLOSARIO</b>	<b>62</b>

## 1. DESCRIPCIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL

### 1.1. En relación al concepto “Igualdad efectiva”

La igualdad entre mujeres y hombres es un principio jurídico universal reconocido en diversos textos internacionales sobre derechos humanos. Sin embargo, no han sido suficientes ni el pleno reconocimiento de la igualdad formal, conseguido en nuestro país a lo largo del s. XX, ni las directivas para la aplicación del principio de igualdad de trato en el acceso a bienes y servicios, como la actividad física y el deporte. Los datos indican que la igualdad *formal* – mediante la igualdad *de acceso* o la igualdad *de trato*-, no se ha convertido en una igualdad *real* o *efectiva*. Finalizando ya la primera década del s. XXI, los datos –cuantitativos y cualitativos- indican que aún hay mucho camino por recorrer.

El uso del concepto “Igualdad efectiva entre mujeres y hombres en la actividad física y el deporte”, coincidiendo con el nombre de la reciente “Ley de Igualdad” (2007), pretende, en primer lugar, aprovechar las sinergias que esta ley conlleva y también evitar la disparidad terminológica en las actuaciones de la administración. Por otra parte, este concepto también permite poner el énfasis en el *resultado* final, en el punto de llegada, y no sólo en el punto de partida.

Son diversos los conceptos que nos pueden ser de especial utilidad para comprender mejor la situación actual y plantear políticas activas para hacer efectivo el principio de igualdad, como son: acción positiva; acoso sexual; androcentrismo -sexismo; coeducación– educación mixta; comunicación no sexista; corresponsabilidad; diferencia - desigualdad; empoderamiento; igualdad – equidad; impacto de género; modelo hegemónico; segregación vertical (techo de cristal); segregación horizontal; sexo – género; transversalidad; plan de igualdad; unidad de igualdad; violencia contra las mujeres.

Su definición y explicación se encuentra en el glosario (parte final del documento).

## 1.2. Participación e interés de las mujeres por la práctica deportiva

El análisis de los datos estadísticos de participación de las mujeres en el deporte y la actividad física requiere tener en cuenta dos aspectos muy relevantes para su interpretación:

i) La perspectiva de género en las estadísticas: ¿hay mujeres invisibles?

Los diferentes estudios realizados, en ámbito estatal o autonómico, a menudo no coinciden, ya que depende de lo que se considere “Deporte” y “Actividad física” en cada uno.

Para la realización de este diagnóstico se han tomado de referencia los datos de las encuestas del Centro de Investigaciones Sociológicas, ya que se llevan realizando desde 1990 y permiten observar la evolución de la práctica deportiva. Sin embargo, a partir de los resultados de otros estudios con otro tipo de formulación y análisis, **se considera especialmente necesario que en las encuestas de hábitos deportivos de la población se tengan en cuenta la perspectiva de género** en variables como: tipo de actividades (incluir por ejemplo, “caminar” o “bailar”, y no sólo los deportes de competición tradicionales), causas de abandono, o motivos de no práctica, así como la situación familiar (personas que dependen de ti).

Hay mujeres que son *invisibles* en algunas encuestas, y algunas estadísticas quedan *bajo sospecha*, siendo necesario evitar el sesgo de género y tener una mirada amplia en los próximos estudios.

En relación a esta cuestión, son especialmente destacables algunos de los estudios que han tenido en cuenta la perspectiva de género, como son: el del Instituto de la Mujer (2005) a nivel estatal, el estudio dirigido por Martínez del Castillo (2005) en el municipio de Madrid, el del Gobierno Vasco (2009) en el País Vasco, o el de Galicia (López, Fernández, Alvariñas y Canales, 2008).

ii) **El conjunto de mujeres es muy amplio y diverso**, de modo que la combinación de variables como la edad o el nivel socio-económico da lugar a situaciones muy variadas. Las mujeres no son un colectivo homogéneo en sus necesidades e intereses en relación a la actividad física y el deporte. Así pues, es imprescindible tener en cuenta los diversos subsegmentos que aparecen.



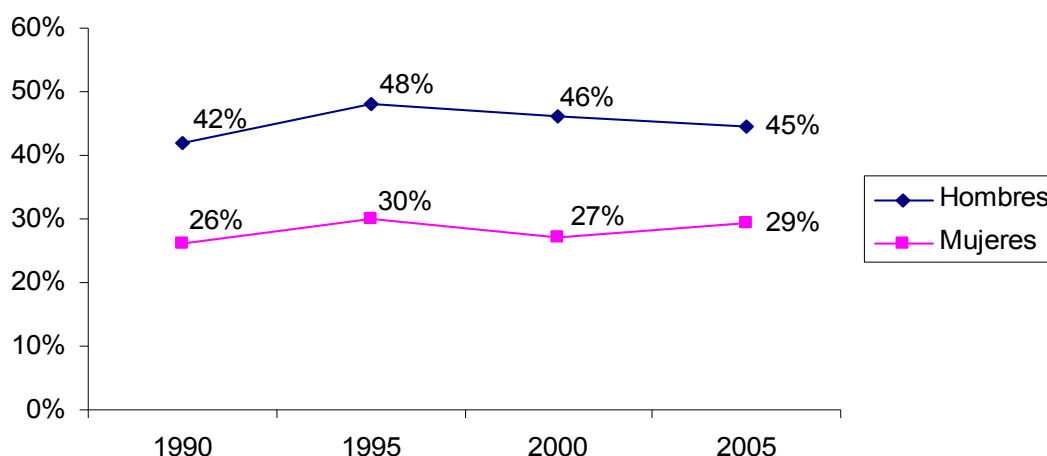
## 1.2.1. PRACTICANTES: LA DESIGUALDAD

### 1.2.1.1 Recreación

Los datos de práctica deportiva según sexo a lo largo de los últimos 15 años, así como los usos del tiempo de ocio, nos muestran como la igualdad efectiva entre mujeres y hombre en el deporte y la actividad física aún no es una realidad.

Desde 1990 a 2005, los estudios de hábitos deportivos de la población española realizados por el Centro de Investigaciones Sociológicas, y publicados por Manuel García Ferrando, indican que la distancia entre la práctica deportiva de hombres y mujeres se mantiene con leves oscilaciones.

Gráfica 1. Evolución de la práctica deportiva según sexo en España según los datos del CIS (1990-2005)



Fuente: García Ferrando, Puig y Lagardera (2002) y García Ferrando (2006)

Describir como se tuvo en cuenta la perspectiva de género en el estudio del CIS (2005) dirigido por García Ferrando

Respecto a los datos del año 2005, sin embargo, es interesante destacar que el estudio realizado por el Instituto de la Mujer (2005), en el que se contempla especialmente la perspectiva de género, proporciona unas cifras de práctica distintas: un 45 % de mujeres, y un 53,9% de hombres<sup>1</sup>.

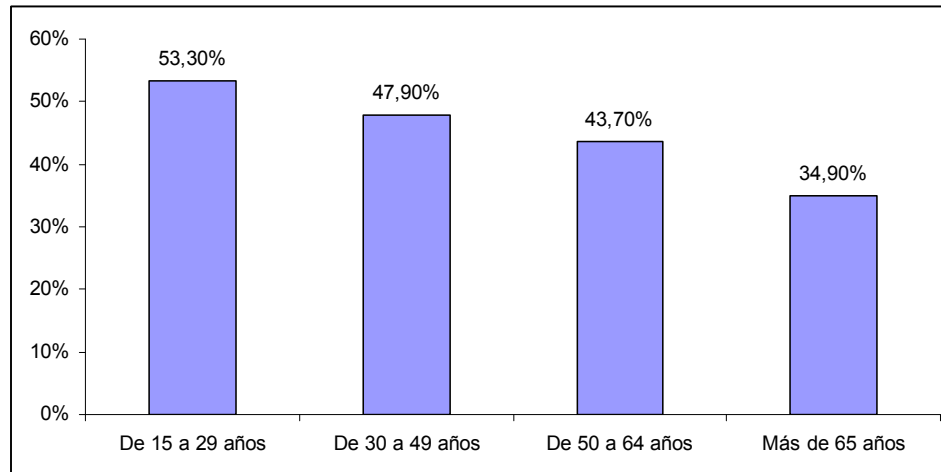
<sup>1</sup> Datos similares al estudio de hábitos deportivos del País Vasco (Dirección de Deportes del Gobierno Vasco, 2009), en el que un 65 % de hombres, por un 45 % de mujeres afirma haber realizado alguna actividad física en el último mes.

**Entre los datos del estudio del CIS (2005) y los del Instituto de la Mujer (2005), pues, se observa una diferencia notable** ya que en el segundo el porcentaje de práctica es mayor en los dos sexos, pero especialmente entre las mujeres: un 8,9 % más en el caso de los hombres y un 17 % más en el caso de las mujeres. Así, **mientras que en los datos del CIS (2005) la distancia entre sexos es de 16 puntos, en el estudio del Instituto de la Mujer (2005), la distancia es de 8,4.**

**En comparación con otros países de Europa**, según el estudio realizado en 1999 a nivel europeo, sólo Italia está por debajo de los índices de participación femenina en el deporte.

Según la edad, en los datos del estudio del Instituto de la Mujer (2005), se observa como a partir de los 30 años, y en las distintas franjas de edad establecidas, no se llega al 50 % de mujeres que realizan actividad física.

*Gráfica 2. Práctica de actividades físicas y deportivas por parte de las mujeres, según edad (Instituto de la Mujer, 2005)*



Por otra parte, el uso del tiempo entre hombres y mujeres, como la socióloga Ángeles Durán (2007) viene investigando, difiere mucho entre hombres y mujeres. Por lo que respecta a temas deportivos y de actividad física, los datos más relevantes son los siguientes: el 40,9% de los hombres dicen utilizar su tiempo libre en el deporte respecto el 25,6% de las mujeres; salir a pasear es más habitual entre las mujeres (72,1%) que en los hombres (61,2 %); y también hay más mujeres que van a bailar, un 22,7 %, que hombres, un 15,6 %.

Tabla 1. Uso del tiempo

	Hombre	Mujer	TOTAL
	%	%	%
Estar con la familia	82,5	86,9	84,7
Ver televisión	77,6	77,8	77,7
Pasear	61,2	72,1	66,6
Estar con los amigos	68,3	62,4	65,3
Leer libros, revistas	48,4	58,2	53,3
Escuchar música	55,1	55,6	55,3
Ir de compras a centros comerciales	36,5	48,4	42,4
Oír la radio	46,3	48	47,2
Salir al campo, ir de excursión	38,6	39,7	39,2
Ir al cine	38,2	39,5	38,9
Ir de copas	39	26,4	32,7
Hacer deporte	40,9	25,6	33,3
Salir con mi novio/a o algún/a chico/a	26	24,9	25,5
Ir a bailar	15,6	22,7	19,1
Ver deporte	53,1	22	37,6
Hacer trabajos manuales	14,4	21,8	18,1
No hacer nada especial	21,4	20,4	20,9
Navegar por Internet	29,1	20,1	24,6

Fuente: Centro de Investigaciones Sociológicas (2005)

Desde la perspectiva de género, se observa la importancia de contemplar un amplio espectro de actividades, y no sólo las que responden a “hacer deporte” específicamente, ya que “ir a bailar” o “pasear”, también implican actividad física y permiten recoger los intereses de las mujeres.

#### 1.2.1.2 Deporte federado y de alto rendimiento

Según los datos de hábitos deportivos de la población, entre las personas que hacen deporte se observa que mientras el 85,4% de las mujeres realizan deporte sin preocuparse de competir, entre los hombres este porcentaje es del 59,4%. Muy pocas mujeres participan en ligas, sean nacionales, autonómicas o locales.

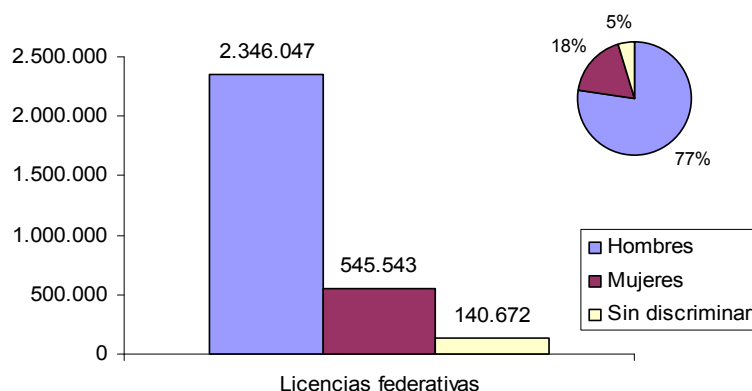
Tabla 2. Práctica deportiva de competición

	Hombre	Mujer	TOTAL	(N)
	%	%	%	
Participa en ligas o competiciones deportivas nacionales	4.4	1.2	3.1	(96)
Participa en ligas o competiciones locales o provinciales	15.5	3.8	10.9	(336)
Compite con amigos por divertirse	16.8	4.6	11.9	(368)
Hace deporte sin preocuparse de competir	59.4	85.6	69.8	(2160)
Otra respuesta	0.6	1.3	0.9	(27)
N.C.	3.3	3.5	3.4	(104)
TOTAL	100.0	100.0	100.0	(3094)

Fuente: Centro de Investigaciones Sociológicas (2005)

En esta línea, si observamos los datos de licencias federativas, se constata que el deporte federado aún continúa siendo un coto masculino: del total de licencias deportivas, el 77% son de hombres y solo el 18% de mujeres.

Gráfica 3. Licencias federativas según sexo - 2005



Fuente: Comisión Mujer y Deporte (2006)

La situación de las mujeres en el deporte de alto rendimiento se puede evaluar a partir del número de mujeres que se incluyen en los programas ADO/ADOP, y el número de mujeres que participa en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos.

#### - ADO / ADOP

Se puede afirmar que el programa ADO ha sido y es un programa ejemplarmente igualitario. Según datos del Consejo Superior de Deportes, en el último ciclo olímpico, las mujeres incluidas en el programa ADO representan el 40 % del total, y a igual nivel de resultados deportivos, las cantidades percibidas como beca son las mismas, sin distinción de sexo.

No se disponen de los datos del Plan ADOP disgregados por sexo.

#### - Juegos Olímpicos

De la delegación española participante en los Juegos Olímpicos de Atenas, un 43,3% eran mujeres y un 56,7% eran hombres, y en Pekín las cifras también son bastante similares, 42,6% de mujeres y un 57,3% de hombres (Observatori Català de l'Esport, 2008).

#### - Juegos Paralímpicos

En los Juegos Paralímpicos de Pekín la delegación española estaba formada por 32 mujeres y 101 hombres, que corresponde al 24,1% de mujeres y el 75,9% de hombres.

## 1.2.2. MOTIVACIONES POR LA PRÁCTICA DEPORTIVA

Desde un punto de vista cualitativo, se observa que las mujeres realizan actividad física y deporte de una forma distinta a como lo realizan tradicionalmente los hombres. Tal y como apuntan Puig y Soler (2004), para comprender la práctica deportiva femenina, se deben tener en cuenta la perspectiva de la desigualdad, pero también la perspectiva de la diferencia. Esta diferencia se contempla en lo que se refiere a las motivaciones hacia la práctica deportiva y en las formas de realizarla.

Como ya se ha dicho en el punto anterior sobre los ítems que se tratan en este apartado, también será interesante contrastar, en un futuro, los estudios que han tenido especialmente en cuenta la perspectiva de género y los estudios de hábitos deportivos de la población en general.

A continuación se describen los datos referentes al interés por la práctica deportiva, las motivaciones para practicar o no practicar deporte, y el interés por el espectáculo deportivo.

### 1.2.2.1 Interés por la práctica deportiva

Si observamos el interés por la práctica deportiva, hay más hombres (72,6%) que mujeres (49,6%) que dicen interesarse mucho o bastante pero el deporte.

Tabla 3. Interés por la práctica deportiva

	Hombre	Mujer	TOTAL	(N)
	%	%	%	
Mucho	25.3	11.1	18.2	(1489)
Bastante	47.3	38.5	42.9	(3504)
Poco	20.3	32.7	26.5	(2164)
Nada	6.9	17.5	12.2	(999)
N.C.	0.2	0.1	0.2	(12)
TOTAL	100.0	100.0	100.0	(8170)

Fuente: Centro de Investigaciones Sociológicas (2005)

### 1.2.2.2 Motivaciones para practicar deporte

El tipo de motivaciones para practicar deporte también difiere entre hombres y mujeres. Aunque el motivo principal para hombres y mujeres es hacer ejercicio físico, los principales motivos para los hombres están relacionados con el placer y la diversión para la práctica deportiva. En cambio, los motivos principales de las mujeres están relacionados con aspectos asociados a la salud y a la estética.

Tabla 4. Motivaciones para practicar deporte

	Hombre	Mujer	TOTAL	(N)
	%	%	%	
Por diversión y pasar el tiempo	54.4	34.9	46.6	(1442)
Por encontrarse con amigos	28.6	14.8	23.1	(713)
Por hacer ejercicio físico	56.4	64.9	59.8	(1849)
Porque le gusta el deporte	39.2	25.0	33.5	(1037)
Por mantener la línea	10.6	24.8	16.3	(503)
Por evasión (escapar de lo habitual)	9.7	10.4	9.9	(307)
Por mantener y/o mejorar la salud	25.4	42.2	32.1	(993)
Porque le gusta competir	4.8	1.2	3.3	(103)
Otra razón	2.1	3.2	2.5	(78)
N.C.	0.1	0.0	0.1	(2)
TOTAL	100.0	100.0	100.0	(3094)

Fuente: Centro de Investigaciones Sociológicas (2005)

### 1.2.2.3 Motivaciones para no practicar

Las tres principales motivaciones de las mujeres para no practicar deporte son: que no les gusta, la falta de tiempo y por la edad. En este caso, aunque con porcentajes diferentes, los mismos que para los hombres.

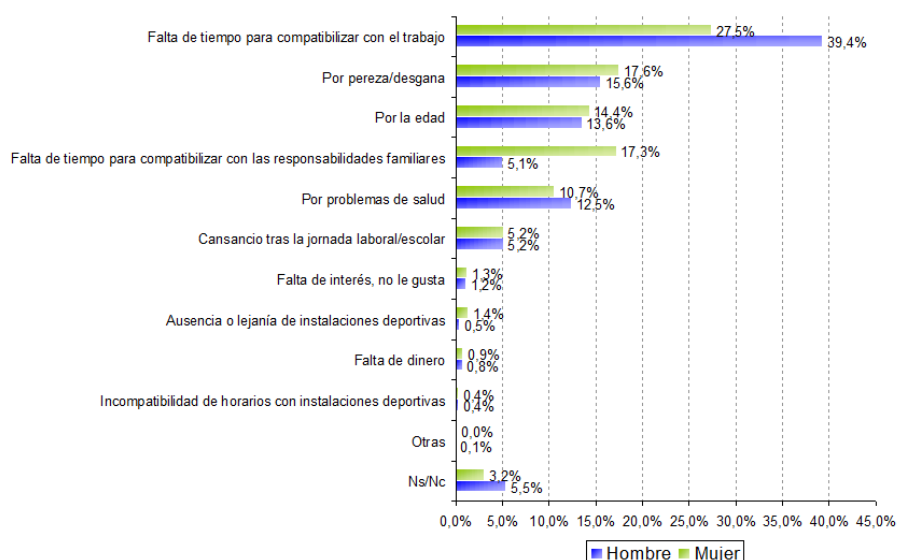
Tabla 5. Motivaciones para no practicar según el estudio del CIS (2005)

		No le gusta	Por la edad	Por la salud	No le enseñaron en la escuela	No le ve beneficios	No le ve utilidad	No tiene tiempo	No hay instalaciones deportivas cerca	No hay instalaciones deportivas adecuadas	Sale muy cansado del trabajo o del estudio	Por pereza y desgana
1a razón	Hombre	26.5	17.5	7.5	2.4	1.0	1.0	25.6	0.9	0.1	7.3	6.4
	Mujer	29.3	13.2	6.4	3.3	0.2	0.5	29.3	1.6	0.4	2.6	8.9
	TOTAL	28.3	14.7	6.8	3.0	0.4	0.7	28.0	1.3	0.3	4.3	8.0
2a razón	Hombre	6.1	11.9	7.1	3.2	1.8	2.9	12.6	2.7	0.9	13.9	17.2
	Mujer	7.9	11.7	7.1	3.4	0.7	3.1	16.5	3.6	1.4	10.2	14.3
	TOTAL	7.3	11.8	7.1	3.3	1.1	3.1	15.1	3.3	1.2	11.5	15.3

Fuente: Centro de Investigaciones Sociológicas (2005)

El estudio realizado por el Instituto de la Mujer (2005), muestra como la “Falta de tiempo” de mujeres y hombres no es debida a la misma razón. Mientras que la falta de tiempo para compatibilizar con el trabajo es mayor en el caso de los hombres (un 39,4 % señala esta razón) que en el caso de las mujeres (un 27,5 %); la falta de tiempo para compatibilizar con las responsabilidades familiares es mucho mayor entre las mujeres (un 17,3 %), que entre los hombres (un 5,1 %).

Gráfica 4. Motivaciones para no practicar según el estudio del Instituto de la Mujer (2005)



Fuente: "Estudio sobre Actitudes y Prácticas Deportivas de las Mujeres Españolas (1990 - 2005)". Base: 3010. Telecyl Estudios. 2005.

#### 1.2.2.4 Interés por el espectáculo deportivo

El espectáculo deportivo, tal y como se presenta actualmente, resulta mucho menos interesante para el colectivo femenino que para el colectivo masculino. Los datos de asistencia a acontecimientos deportivos, la frecuencia de lectura de prensa deportiva o revistas especializadas, así como el seguimiento de programas deportivos por televisión, muestran claras diferencias de género. Según la encuesta del Centro de Investigaciones Sociológicas (2005), los datos son los siguientes:

- **Asistencia a acontecimientos y espectáculos deportivos**

Los hombres acuden frecuentemente o de vez en cuando a espectáculos deportivos en mayor medida que las mujeres: 32,5 respecto al 14,3%.

- **Frecuencia de lectura de prensa deportiva**

Respecto a la lectura de prensa y revistas deportivas también encontramos diferencias importantes. Un 18,3% de los hombres leen el periódico cada día, y en cambio tan sólo lo hace el 2,8% de las mujeres. En la misma línea, hay un 37,4% de hombres y un 79,9 % de mujeres que nunca leen los periódicos deportivos.

- **Frecuencia de lectura de revistas deportivas**

Las revistas deportivas son leídas por un 18,2% de los hombres y por un 2,8% de las mujeres todos los días. Hay un 61,8% de los hombres y un 88% de las mujeres que nunca leen este tipo de revistas.

- **Seguimiento de programas deportivos por televisión**

Respecto a los programas deportivos por televisión destacar que solo el 9,1% de los hombres y el 38,3% de las mujeres nunca ven programas deportivos. De los que ven programas deportivos, el 41,2% de los hombres y el 12,9% de las mujeres ven todos o bastantes programas deportivos.

La información deportiva parece estar mucho más orientada al público masculino que no al gusto del público femenino.

### 1.2.3. FORMA DE PARTICIPACIÓN

En este apartado se encuentran los datos referentes a la frecuencia de práctica, el tipo de actividades y los espacios utilizados.

#### 1.2.3.1 Frecuencia de práctica

Respecto a la practica de una o más veces por semana, esta es muy similar (85,7 de los hombres respecto al 87,4% de las mujeres). Aunque las mujeres participen



menos en actividades deportivas, cuando lo hacen la regularidad es ligeramente superior a la de los hombres.

Tabla 6. Frecuencia de práctica de la población española según sexo

	Hombre	Mujer	TOTAL	(N)
	%	%	%	
Tres veces o más por semana	48.7	49.1	48.9	(1512)
Una o dos veces por semana	36.7	38.3	37.3	(1155)
Con mucha frecuencia	11.7	7.3	9.9	(307)
Sólo en vacaciones	2.2	4.8	3.2	(100)
N.C.	0.7	0.5	0.6	(18)
TOTAL	100.0	100.0	100.0	(3094)

Fuente: Centro de Investigaciones Sociológicas (2005)

Sin embargo, estos datos no coinciden con el realizado en el País Vasco (2009), sobretodo en lo que se refiere a los datos referentes a las mujeres:

Tabla 7. Frecuencia de práctica de la población vasca según sexo.

	3 ó más veces	1 ó 2 veces	Ocasionalmente	Sólo en vacaciones
Hombre	47%	37%	15%	1%
Mujer	33%	51%	15%	1%

Fuente: Dirección de Deportes - Gobierno Vasco (2009)

### 1.2.3.2 Tipo de actividades

El tipo de actividades prácticas es diferente entre hombres y mujeres. Destacar la natación recreativa (42,2%) como actividad más practicada entre las mujeres, seguida del aeróbic, gimnasia rítmica, la expresión corporal (26,7%) y la gimnasia de mantenimiento (20,8%). Las actividades más practicadas entre los hombres son el fútbol (27,6%), el ciclismo recreativo (23,3%) y la natación recreativa (25,7%).

Tabla 8. Tipo de actividades practicadas por la población española según sexo

DEPORTE	HOMBRES	MUJERES
Natación recreativa	25,7	42,2
Aeróbic, gimnasia rítmica, expresión corporal, gym-jazz, danza, step, pilates, etc,	1,7	26,7
Gimnasia de mantenimiento en centro deportivo	9,5	20,8
Ciclismo recreativo	23,3	11,8
Montañismo/senderismo/excursionismo	12,6	10,9
Otro deporte	7	10,5
Gimnasia de mantenimiento en casa	4,4	9
Carrera a pie (jogging)	12,6	8,7
Esquí y otros deportes de invierno	6,2	5,5
Tenis	11,2	5,3
Voleibol, voley playa y mini-voley	2,2	5
Baloncesto, minibasket	12,9	4,3
Atletismo	9,1	4,3
Musculación, culturismo y halterofilia	9,2	3
Fútbol	27,6	2,9
Patinaje, monopatín	1,4	2,7
Fútbol sala, futbito, fútbol 7 y fútbol playa	21,6	2,1
Hípica	0,7	1,4
Artes marciales (judo, kárate, etc.)	2,8	1,2
Golf	1,7	1,1
Lucha, defensa personal	2	1,1
Balonmano, balonmano playa	2,1	1
Bolos, petanca	1,5	1
Padel	3,3	1

Fuente: Centro de Investigaciones Sociológicas (2005)

Por otra parte, según el estudio de López *et al.* (2008), realizado en Galicia, un 50,8% de las mujeres afirma que camina habitualmente.

### 1.2.3.3 Espacios utilizados

En un 24,4% los hombres practican en instalaciones públicas mientras que las mujeres solo lo hacen en un 14,5%. Otra diferencia importante la encontramos en los lugares abiertos, donde las mujeres realizan su práctica en un 10,1% mientras que los hombres lo utilizan en un 22,4%.

Tabla 9. Espacios utilizados según sexo

	Hombre %	Mujer %	TOTAL %	(N)
Instalaciones públicas (de carácter municipal u otro tipo)	24.4	14.5	19.5	(1591)
Instalaciones de un club privado	8.6	6.4	7.5	(612)
Instalaciones de un centro de enseñanza	3.7	2.4	3.1	(252)
Instalaciones del centro de trabajo	0.7	0.3	0.5	(43)
En lugares abiertos (parque, calle, campo, mar, lago, pantano, río, montaña, etc.)	22.4	10.1	16.3	(1329)
En la propia casa	3.2	3.0	3.1	(254)
En un gimnasio privado	5.3	4.7	5.0	(404)
No contesta	0.0	0.1	0.1	(4)
<b>TOTAL</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	<b>(8170)</b>

Fuente: Centro de Investigaciones Sociológicas (2005)

## 1.2.4. PROFESIONES DEPORTIVAS

### 1.2.4.1 Directivas, entrenadoras y otras profesiones vinculadas al deporte

Según los estudios de la Comisión “Mujer y Deporte” del Comité Olímpico Español (2006), las mujeres tan sólo ocupan el 10 % de cargos de responsabilidad en las federaciones deportivas españolas.

De las 64 federaciones deportivas españolas, sólo 4 están dirigidas por mujeres: Emma Villaceros en golf, Hortensia Hermida en petanca, Isabel García en salvamento y socorrismo y María Teresa Samaranch en deportes de hielo (Marín, 2006). En este aspecto, España se encuentra en la cola de los países europeos.

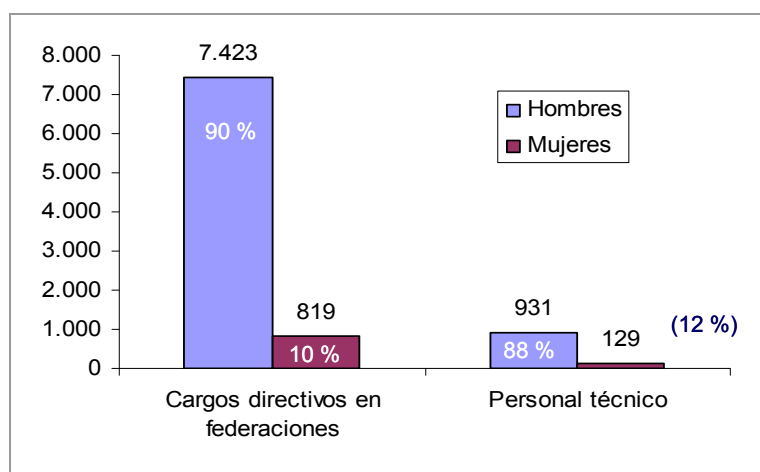
Tabla 10. Porcentaje de mujeres en puestos de responsabilidad en las federaciones deportivas de distintos países europeos

Menos del 10 %	Grecia, Portugal y España
Del 10 al 20 %	Croacia, Chipre y Turquía
Del 20 al 30 %	Israel, Italia, Malta y República Checa
Del 30 al 40 %	Alemania, Bielorrusia, Dinamarca, Finlandia, Francia, Gran Bretaña, Islandia, Lituania, Noruega, Polonia, Suiza y Suecia
Del 40 al 50 %	Austria
Más del 50 %	Irlanda, Eslovaquia y Holanda

Fuente: European Women Sport Survey (2004)

Los datos sobre personal técnico también muestran una clara situación de desigualdad, ya que las mujeres representan tan sólo un 12 % del total en las federaciones deportivas españolas.

Tabla 11. Cargos directivos y técnicos en las federaciones españolas (2005)



Fuente: Comisión “Mujer y deporte” (2006)

Faltan datos de otros colectivos vinculados al mundo del deporte como el de juezas y árbitras, periodistas deportivas, personal sanitario, etc.

#### 1.2.4.2 Las mujeres en los estudios de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

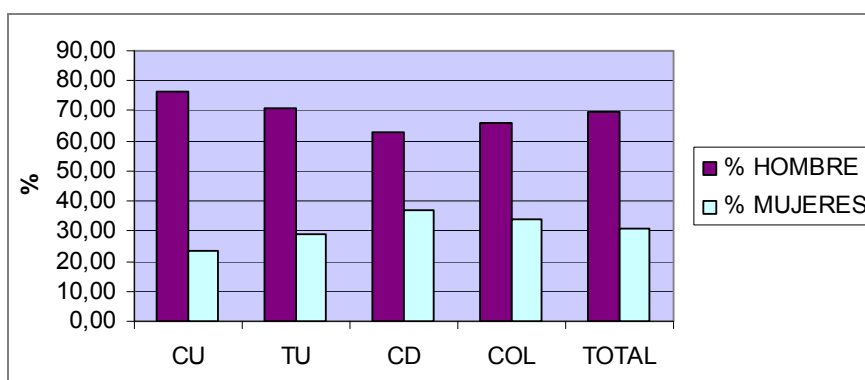
También son de especial interés los datos del alumnado de los estudios vinculados a la familia de la actividad física y el deporte, tanto en el ámbito universitario (Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y Magisterio de Educación Física), como en los módulos de formación profesional y en la formación deportiva específica. Estos datos nos indican que los estudios y el ámbito profesional de la actividad física y el deporte siguen manteniendo, una etiqueta de género.

Tabla 12. Alumnado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte en España según sexo

INGRESO EN LA UNIVERSIDAD	CURSO	% Hombres	% Mujeres
2008-09	1º	78,07	21,93
2007-08	2º	78,99	21,01
2006-07	3º	74,76	25,24
2005-06	4º	73,77	26,23
2004-05	5º	73,57	26,43
	Total %	75,81	24,19

Fuente: Conferencia Española de Decanos de Facultades e Inefs de CAFyD (2009)  
Actualmente, se observa que el conjunto del personal docente e investigador (PDI) de los INEFs y facultades de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de España está formado por un 70% de hombres y un 30 % de mujeres. Además, si se analizan los datos por categorías profesionales, se observa como a mayor categoría profesional, menor presencia de las mujeres<sup>2</sup>.

Gráfica 5. Personal Docente e Investigador en los estudios de CAFyD según sexo – Curso 08-09



Fuente: Conferencia Española de Decanos de Facultades e Inefs de CAFyD (2009)

### 1.3. Ámbitos

#### 1.3.1. MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Los diversos estudios sobre la presencia de las mujeres en los medios de comunicación relacionados con el deporte ponen en evidencia la ausencia de deporte femenino en los medios así como el trato a menudo discriminatorio hacia las deportistas.

El estudio sobre la prensa deportiva realizado por Marta Angulo (2007), por ejemplo, muestra los siguientes datos:

- Páginas dedicadas por completo al deporte femenino: 0,44%
- Noticias de deporte femenino (sin fútbol): 8,61 %
- Fotos de mujeres deportistas, periodistas o dirigentes: 7% (sin fútbol)

---

<sup>2</sup> Figuras contractuales permanentes: Catedrático de Universidad (CU), Titular de Universidad (TU), Contratado Doctor (CD) y Colaborador (COL).

Este estudio, así como otros de similares (Consejo Audiovisual de Andalucía; Crolley y Teso, 2007; Durán, 2006; Gallego, 1999; Ibáñez, 2003; Ibáñez y Lacosta, 1999), constatan no solo la poca presencia del deporte femenino (excepto en los JJOO) en los medios, sino el trato poco adecuado que reciben (lenguaje, imágenes, etc.), y el hecho de que las noticias a menudo son más por temas sensacionalistas que por temas propiamente deportivos.

Es especialmente remarcable el estudio del Consejo Audiovisual de Andalucía (2008), que señala que: las mujeres protagonizan sólo el 3,4 % de las informaciones deportivas de los programas informativos, y un 7,5 % de las retransmisiones, de modo que por cada minuto destinado al deporte femenino en televisión se emiten 19 minutos de deporte masculino.

### **1.3.2. FORMACIÓN, INVESTIGACIÓN Y DIVULGACIÓN**

#### **1.3.2.1 Formación específica sobre cuestiones de género**

- **En los estudios de grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte**

En España hay diversos grupos de trabajo centrados en el estudio y formación sobre cuestiones de género, mujeres y deporte: el Seminario “Mujer y deporte”, dirigido inicialmente por Benilde Vázquez y actualmente por Élica Alfaro en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de Madrid (antiguo INEF); el “Grup d’Estudi Dona i Esport” (GEDE), dirigido inicialmente por Mila García y actualmente por Susanna Soler, en el INEFC de Barcelona; y el grupo “DEPORSALUD: Estudios sobre Actividad Física y Salud: en Rendimiento Deportivo, en Discapacidad y de Género”, de la Facultad de Ciencias del Deporte (Toledo), dirigido por Susana Mendizábal y José Fernando Jiménez.

En estos centros, hasta el cambio de plan de estudios motivado por la adaptación al Espacio Europeo de Educación Superior, se han estado impartiendo diversas asignaturas optativas que permiten dar a conocer las cuestiones básicas sobre esta cuestión y se han impulsado investigaciones y proyectos relacionados con la temática.

Sin embargo, la implantación de los nuevos planes de estudio a partir del curso 2009-2010, conlleva la desaparición de buena parte de las asignaturas optativas, de modo que estos contenidos desaparecen, o dejan de tener entidad propia, de los estudios de Grado. Aunque se incorporen en el temario de otras asignaturas, como Pedagogía o Sociología, pierden visibilidad y quedan en manos de la voluntad del profesorado que las imparte, tal y como se constató en las “Jornadas sobre la

formación en perspectiva de género en los estudios de CAFD” celebradas en Madrid el noviembre del 2007.

Sólo en el caso de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte – INEF de Madrid, de forma excepcional, existirá una asignatura específica sobre la cuestión en el grado. Se trata de una asignatura optativa para los cuatro itinerarios que lleva como título “Género, Actividad Física y Deporte”.

- **En los estudios de master vinculados a la Actividad Física y el Deporte**

En la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de Pontevedra se va a implantar un nuevo master en el que existirá una materia denominada “Género y actividad física: investigación en ciencias de la actividad física y el deporte”.

En el master en “Rendimiento deportivo” de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de Toledo, se realiza la asignatura “Mujer y rendimiento deportivo”.

En el master de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte – INEF de Madrid, también se oferta la asignatura “Igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres en la actividad física y el deporte”.

- **En los estudios de Magisterio de Educación Física y Ciclos Formativos de la familia del deporte y la actividad física**

En la Facultad de Educación de la UCM, el grupo de Investigación “Estudios de Género en la Actividad Física y el Deporte”, dirigido por Emilia Fernández, ha desarrollado distintos estudios y proyectos desde 1998. En este centro se ha introducido desde el año 1996 una asignatura optativa en los planes de estudio denominada “Coeducación en Educación Física escolar”. La optativa está abierta a todas las especialidades de Magisterio así como a la titulación de Pedagogía, Psicopedagogía y Educación Social. Sigue activa, aunque la implantación de los nuevos planes de estudios puede conllevar su desaparición.

- **En los estudios de Régimen Especial**

En el ciclo final de las enseñanzas deportivas se incluye un módulo común llamado “Género y deporte”. A nivel autonómico, también hay iniciativas similares, como en el caso de Cataluña, donde se han introducido contenidos y materiales específicos sobre la temática en los estudios de régimen especial de grado medio y superior.

### 1.3.2.2 Material divulgativo

Desde 1990, en que se publicó la *Guía para una educación no sexista*, se han elaborado diversos materiales y recursos de formación y divulgación de la coeducación y la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres en las

diversas lenguas oficiales de España. Recientemente, el CSD y el Ministerio de Igualdad han elaborado un listado del material didáctico sobre “mujer y deporte” que se ha diseñado en las diferentes comunidades autónomas. Esta recopilación pone de manifiesto que, si bien ya se han desarrollado diversos instrumentos y materiales de calidad dirigidos a profesorado de Educación Física, y en el ámbito de la actividad física y el deporte en general, no se dispone de la misma cantidad de recursos que en otras áreas (historia, lenguaje, ciencia, etc.) a pesar de ser un ámbito también con una importante carga cultural de género.

Además, no hay un punto de intercambio o recopilación donde se pueda encontrar con facilidad todo este material.

#### 1.3.2.3 Congresos y jornadas

Las jornadas, congresos y cursos sobre la cuestión de mujer, deporte y género que se han celebrado en España en los últimos años son los siguientes:



Igualdad efectiva entre mujeres y hombres

Fecha	Lugar	Evento	Organizado por:
2008, octubre	Las Palmas	Congreso "Deporte y Mujer"	Escuela Canaria del Deporte - Dirección General de Deportes del Gobierno de Canarias.
2008, julio	Donosti	Curso de verano: "Igualdad en el deporte: entre lo real y lo deseado"	U. del País Vasco
2008, abril	Madrid	Jornadas "Modelos de actividad físico-deportiva orientados a la salud de las mujeres".	Seminario Permanente Mujer y Deporte de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universidad Politécnica de Madrid).
2008, febrero	Madrid	Jornadas Nacionales Mujer y Deporte "La Promoción de las Mujeres en el Deporte: Programas y Acciones"	Consejo Superior de Deportes y el Seminario Mujer y Deporte de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid.
2007, noviembre	Madrid	Jornada sobre la formación con perspectiva de género en los estudios de CAFyD	Consejo Superior de Deportes y el Seminario Mujer y Deporte de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid.
2007, noviembre	Coruña y Pontevedra	II Jornadas Deporte y Mujer. Creciendo desde la Igualdad	Consellería Xeral para o Deporte y Vicepresidencia de Igualdade e Benestar
2007, octubre	Madrid	Jornadas "La mujer en los ámbitos de responsabilidad del deporte: un paso más"	Comunidad de Madrid - Programa "Énformate"
2007, octubre	Madrid	Jornada sobre "Mujer, deporte y comunicación"	Comisión Mujer y Deporte del COE.
2007, octubre	Ciudad Real	Curso "Mujer y Deporte: Situación Actual y Perspectivas de Futuro"	Viceconsejería del Deporte de la Consejería de Educación y Cultura (JCLM) y Facultad de Ciencias del Deporte (UCLM).
2007, mayo	Zaragoza	Jornadas "Mujer y Deporte"	Gobierno de Aragón
2007, marzo	Vigo	I Jornadas Deporte y Mujer. Creciendo desde la Igualdad	Consellería Xeral para o Deporte y Vicepresidencia de Igualdade e Benestar
2006, noviembre	Cáceres	Las mujeres jóvenes y el deporte: características biológicas, capacidad de rendimiento y estereotipos sociales	Dirección General de Deportes y Universidad de Extremadura, COE (Comisión "Mujer y Deporte"), Instituto de la Mujer de Extremadura
2006, noviembre	Madrid	Jornada "Mujeres gestionando deporte"	Comisión Mujer y Deporte del COE.
2005, diciembre	Barcelona	Jornada y taller sobre "Violencia de género en el deporte"	Gabinet de Gènere de la Secretaria General de l'Esport de Catalunya
2005	Madrid	La educación física escolar y las conductas agresivas relacionadas con los estereotipos de género	Consejo Superior de Deportes y el Seminario Mujer y Deporte de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid.
2005, noviembre	Madrid	Jornada "Deporte y violencia contra las mujeres"	Comisión Mujer y Deporte del COE.
2005, enero	Barcelona	Bones pràctiques de gènere en l'esport	Gabinet de Gènere de la Secretaria General de l'Esport de Catalunya
2003, abril	Madrid	I Semana de la Mujer Deportista	Fundación Mujer y Deporte
2003, abril	Madrid	I Conferencia Nacional Mujer y Deporte	Fundación Mujer y Deporte
2002, abril	Lleida	Congreso "Mujer y Deporte"	Comité Olímpico Internacional
2001, noviembre	Bilbao	Congreso "Mujer y Deporte"	Emakunde

Fuentes: Comisión "Mujer y Deporte" del COE; CSD; Gabinet de Gènere de la SGE de Cataluña.

A nivel internacional se han organizado diversos congresos de gran relevancia:

Igualdad efectiva entre mujeres y hombres

Fecha	Lugar	Evento	Organizado por:
2010	Sydney	Quinta Conferencia Mundial sobre la Mujer y el Deporte.	Grupo de trabajo internacional sobre la Mujer y el Deporte (IWG)
2009, agosto	Cape Town	16 <sup>th</sup> IAPESGW Congress	International Association of Physical Education and Sport for Grils and Women (IAPESGW),
2008, marzo	Jordania	4th IOC World Conference on Women and Sport	Comité Olímpico Internacional
2008, julio	Medellín (Colombia)	Primer Encuentro Iberoamericano de Mujer y Deporte.	Consejo Superior de Deportes de España en colaboración con la Agencia Española de Cooperación Internacional (AECI)
2008, marzo	Santa Cruz de la Sierra (Bolivia)	Segundo Seminario sobre Mujer y Deporte	Consejo Superior de Deportes de España en colaboración con la Agencia Española de Cooperación Internacional (AECI)
2007, marzo	La Antigua (Guatemala)	Seminario sobre Mujer y Deporte	Consejo Superior de Deportes de España en colaboración con la Agencia Española de Cooperación Internacional (AECI)
2006	Kumamoto	Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer y el Deporte.	Grupo de trabajo internacional sobre la Mujer y el Deporte (IWG)
2006	Viena	"Las decisiones de Viena"	Red europea de Mujer y Deporte (EWS)
2005, agosto	Edmonton (Canadá)	15th Congress of the International Association of Physical Education and Sport for Grils and Women	International Association of Physical Education and Sport for Grils and Women (IAPESGW),
2004, marzo	Marrakech	3th IOC World Conference on Women and Sport: "New Strategies, New Commitments".	Comité Olímpico Internacional
2004	París	"Llamada a la acción de París"	Red europea de Mujer y Deporte (EWS)
2002	Montreal	Tercera Conferencia Mundial sobre la Mujer y el Deporte.	Grupo de trabajo internacional sobre la Mujer y el Deporte (IWG)
2002	Berlín	"El memoràndum de Berlín"	Red europea de Mujer y Deporte (EWS)
2000	París	2nd IOC World Conference on Women and Sport.	Comité Olímpico Internacional
2000	Helsinki	"El espíritu de Helsinki"	Red europea de Mujer y Deporte (EWS)
1998	Windhoek	Segunda Conferencia Mundial sobre la Mujer y el Deporte.	Grupo de trabajo internacional sobre la Mujer y el Deporte (IWG)
1998	Atenas	Atenas.	Red europea de Mujer y Deporte (EWS)
1996	Lausanne	1st IOC World Conference on Women and Sport	Comité Olímpico Internacional
1996	Estocolmo	Estocolmo.	Red europea de Mujer y Deporte (EWS)
1994	Brighton	Primera Conferencia Mundial sobre la Mujer y el Deporte.	Grupo de trabajo internacional sobre la Mujer y el Deporte (IWG)

Fuentes: Comisión "Mujer y Deporte" del COE; CSD; Gabinet de Gènere de la SGE de Catalunya.

#### 1.4. Ley orgánica para la Igualdad efectiva entre mujeres y hombres

La Ley Orgánica para la Igualdad efectiva entre mujeres y hombres (BOE nº 71 de 23/03/2007), hace una referencia específica al ámbito del deporte en el artículo 29.

##### **Artículo 29. Sobre deporte**

Todos los programas públicos de desarrollo del deporte incorporarán la efectiva consideración del principio de igualdad real y efectiva entre mujeres y hombres en su diseño y ejecución.

El gobierno promoverá el deporte femenino y favorecerá la efectiva apertura de las disciplinas deportivas a las mujeres, mediante el desarrollo de programas específicos en todas las etapas de la vida y en todos los niveles, incluidos los de responsabilidad y decisión.

Según este artículo, todas las administraciones deportivas deben tener en cuenta los principios de la igualdad real y efectiva en el diseño y ejecución de sus programas. Además, el propio gobierno debe promover el deporte femenino en todas sus disciplinas, etapas de la vida y niveles. En este sentido, se mencionan especialmente los puestos de responsabilidad y decisión.

Además del artículo 29, la Ley de Igualdad efectiva entre mujeres y hombres también aborda otros muchos aspectos que repercuten, indirectamente, la igualdad en el ámbito de la actividad física y el deporte, tal y como recoge Marta Angulo (2008) y Inmaculada Martín (2008):

- **Educación:** mediante la promoción de la rotura de estereotipos - entre los que se pueden encontrar los que inciden en la distinta práctica deportiva de niños y niñas -, el cuidado de los currículos, y el rechazo de comportamientos y contenidos sexistas y discriminatorios;
- **Subvenciones:** según el artículo 30, las bases reguladoras de las subvenciones públicas puedan incluir la valoración de actuaciones de efectiva consecución de la igualdad por parte de las entidades solicitantes;
- **Federaciones como estructuras laborales y empleadoras:** les incumbe el artículo 39, en el que se establecen los derechos de conciliación de la vida personal, familiar y laboral; el artículo 44, que prevé el apoyo para la implantación voluntaria de planes de igualdad; y pueden obtener, tal y como propone el artículo 45, el distintivo empresaria en materia de igualdad.
- **Entidades comerciales:** el título VII del proyecto de ley contempla la posibilidad de realización voluntaria de acciones de responsabilidad social

por las empresas en materia de igualdad y se promueve la participación de las mujeres en los consejos de administración de las sociedades mercantiles, incentivando una composición equilibrada de estos órganos, que se ha de producir de forma progresiva.

La Ley prevé que las sociedades obligadas a presentar cuentas de pérdidas y ganancias no abreviadas procurarán incluir en su consejo de administración a un número de mujeres y hombres en un plazo de cuatro años a partir de la entrada en vigor de la ley, incorporando al menos un 10 % anual de mujeres. Estos nombramientos se producirán a medida que venza el mandato de los consejeros designados antes de la entrada en vigor de la nueva norma.

- **Medios de comunicación social:** La Ley tiene un mensaje claro, el de transmitir una imagen igualitaria, plural, no estereotipada de mujeres y hombres en la sociedad y promover el conocimiento y la difusión del principio de igualdad entre mujeres y hombres.

El artículo 32 contiene un mandato para la Corporación de RTVE que debe inspirar también al resto de medios de comunicación y que en el ámbito del deporte debería implicar:

- Reflejar la presencia de la mujer en los diversos ámbitos
- Utilizar un lenguaje no sexista
- Adoptar códigos de conducta tendentes a transmitir el contenido del principio de igualdad
- Colaborar con las campañas institucionales dirigidas a fomentar la igualdad y a erradicar la violencia de género

Es de destacar que en España, el 21 de Junio de 2006, el Senado instó a potenciar la retransmisión de eventos deportivos femeninos.

## 1.5. Políticas de las organizaciones

### 1.5.1. NIVEL INTERNACIONAL

#### 1.5.1.1 Organizaciones públicas

##### **Organización de las Naciones Unidas (ONU)**

---

En diciembre de 2007, la ONU publicó el informe: “La mujer en el 2000 y después: Mujer, igualdad de géneros y deporte”, publicación encaminada a fomentar la aplicación de la declaración y la plataforma de acción de Beijing en el deporte.

Ver en la web “Mujer y Deporte”: <http://www.mujerydeporte.org/documentos/>

##### **Parlamento Europeo**

---

En mayo del 2003, el Parlamento Europeo aprobó la “Resolución sobre las mujeres y el deporte” (2002/2280 – INI), propuesta por la Comisión de Derechos de la Mujer e Igualdad de Oportunidades, en la que se propone:

- Estructurar la cuestión relativa a las mujeres y el deporte
- Desarrollar el deporte escolar y el deporte de ocio
- Garantizar la igualdad de derechos en el deporte de alto nivel
- Garantizar la salud de la atleta
- Reforzar la participación de las mujeres en la toma de decisiones

En la resolución se pueden ver, también los motivos y los documentos legales en los que se sustenta.

Ver completa en: <http://www.europarl.europa.eu/sides/>

##### **Algunos ejemplos**

---

Algunos de los países que han iniciado un Plan específico de promoción de las mujeres en el deporte son: Finlandia (Koivisto, 2005), Francia (Marie-Christine Lanfranchi, 2007)

### 1.5.1.2 Organizaciones asociativas

#### **El Comité Olímpico Internacional**

---

En 1994, el COI solicitó que se enmendara la Carta Olímpica para incluir una referencia explícita a la necesidad de acción en materia de mujer y deporte. La Carta actual, aprobada en 2004, ya recoge ese aspecto, y afirma que una de las funciones del Comité es “estimular y apoyar la promoción de las mujeres en el deporte, a todos los niveles y en todas las estructuras, con objeto de llevar a la práctica el principio de igualdad entre el hombre y la mujer”.

El Comité Olímpico Internacional estableció en 1995 un Grupo de Trabajo Internacional sobre la Mujer y el Deporte, con categoría de Comisión desde 2004. La **Comisión Mujer y Deporte del COI** se reúne anualmente y supervisa la participación de las mujeres en los Juegos Olímpicos y la representación de éstas en la adopción de decisiones y organiza las Conferencias Mundiales sobre Mujer y Deporte cuatrienales del Comité Olímpico Internacional, para evaluar el progreso en materia de mujer y deporte en el Movimiento Olímpico, definir medidas prioritarias y aumentar la participación de las mujeres.

Es especialmente remarcable la recomendación del COI de llegar a un 20% de mujeres en los órganos de dirección de los organismos deportivos internacionales en el 2005. Recomendación que en muchos casos aún no se llega a cumplir, tal y como muestran los datos descritos anteriormente.

#### **Grupo de trabajo internacional sobre la Mujer y el Deporte (IWG)**

---

El IWG (<http://www.iwg-gti.org/>), organiza conferencias internacionales y promueve la igualdad real entre hombres y mujeres a nivel internacional.

Ha organizado ya diversas conferencias, si bien es especialmente destacable la primera, que se celebró en Brighton (Reino Unido), en la que se reunió a los y las responsables de las políticas del deporte, al nivel tanto nacional como internacional, del 5 al 8 de Mayo de 1994. Fue organizada por el British Sports Council (Consejo Británico del Deporte) con el apoyo del Comité Olímpico Internacional. La conferencia examinó específicamente la cuestión de cómo acelerar el proceso de cambio para rectificar los desequilibrios que se encuentran las mujeres al participar en el deporte.

La Declaración de Brighton proporciona los principios que han de regir acciones cuya finalidad es incrementar la participación femenina en el deporte a todos niveles, y en todas funciones y todos papeles. La Declaración fue aprobada por 280 representantes de organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, comités

olímpicos nacionales, federaciones deportivas internacionales y nacionales, e instituciones educativas y de investigación, provenientes de 82 países.

**Declaración de Brighton (1994) – Aprobada por representantes de 82 países**

La Declaración de Brighton sobre la mujer y el deporte insta a lo siguiente:

- Igualdad en la sociedad y en el deporte.
- Instalaciones deportivas que satisfagan las necesidades de las mujeres.
- Incremento del número de mujeres en puestos de entrenador, directivo y gestor en el deporte.
- Programas de educación, entrenamiento y desarrollo dirigidos a la igualdad entre los géneros.
- Información e investigación sobre las mujeres y el deporte.
- Asignación de recursos a las deportistas y a los programas femeninos.
- Incorporación de la promoción de la igualdad entre los géneros y el ejercicio compartido de buenas prácticas a las políticas y los programas gubernamentales y no gubernamentales sobre la mujer y el deporte.

## 1.5.2. NIVEL ESTATAL

### 1.5.2.1 Organizaciones públicas

Las políticas de las organizaciones públicas a nivel estatal se reflejan principalmente en dos ámbitos de actuación: el plan estratégico de igualdad de oportunidades 2008-2011, por una parte; y las actuaciones del CSD por otra.

#### **Plan Estratégico de Igualdad de Oportunidades 2008-2011**

En el Plan Estratégico de Igualdad de Oportunidades 2008-2011, en su eje 4 sobre educación, se incluye un objetivo directamente relacionado con el deporte:

**Objetivo 5: Potenciar la integración de la perspectiva de género en las actividades deportivas.**

5.1 Incorporar la perspectiva de género en la actividad deportiva que se imparte en los centros escolares, promoviendo una relación sana y equilibrada en relación con la auto imagen y la percepción corporal.

5.2 Promover la investigación sobre la situación de las mujeres en el ejercicio físico y en el deporte.

5.3 Realizar campañas para el fomento del ejercicio físico y la práctica deportiva en las mujeres y niñas, promoviendo la formación de las mujeres como gestoras, entrenadoras, árbitras, investigadoras y periodistas deportivas.

## **El Consejo Superior de Deportes**

---

Bajo el marco de la ORDEN PRE/525/2005, de 7 de marzo se crean los *Programas Mujer y Deporte*, en el seno del Consejo Superior de Deportes, estructurados en la Subdirección General de Promoción Deportiva y Deporte Paralímpico.

El principal objetivo de estos programas es fomentar la participación de las mujeres en el ámbito de la actividad física y el deporte en igualdad de condiciones que los hombres, superando las barreras u obstáculos que aún hoy día dificultan la realidad de una práctica con equidad de género en este ámbito de la vida.

El fomento de la participación de las mujeres ha de ser para todas las edades, modalidades deportivas, grados de implicación/competición y niveles profesionales (puestos técnicos, de gestión, administración y dirección).

Para poder abarcar este objetivo tan amplio es indispensable la coordinación con múltiples Organismos (Instituto de la Mujer, Federaciones Deportivas, Universidades, Comunidades Autónomas, Comisión Mujer y Deporte del COE, Ayuntamientos, empresas, etc.).

Como principales líneas de actuación cabe destacar: la convocatoria anual de Subvenciones para Programas específicos de Mujer y Deporte (seguimiento y soporte); el impulso de eventos deportivos en las Comunidades Autónomas; la firma de Convenios de Colaboración con otros Organismos; la organización y participación en congresos, seminarios, cursos; así como el planteamiento y realización de estudios de investigación.

El Plan para lograr la plena igualdad de la mujer el ámbito deportivo se estructura en los siguientes grupos de medidas y actuaciones:

### *Medidas para promover la igualdad de género en el ámbito deportivo.*

- Impulso de Programas específicos de detección, apoyo y seguimiento de Mujeres Deportistas, en el seno de las Federaciones Deportivas Españolas.
- Desde el año 2006, en la Convocatoria de subvenciones a Federaciones Deportivas Españolas, se incluye un nuevo parámetro de valoración relativo al nivel de participación de la mujer en las actividades federativas.
- Desde el año 2007, la Convocatoria de subvenciones a Federaciones Deportivas Españolas, incluye una partida específica para proyectos federativos sobre Deporte y Mujer.



- Asistencia a las Conferencias Europea (Viena) y Mundial (Kumamoto, Japón) sobre mujer y deporte (año 2006)
- Impulsar modificaciones en el reglamento electoral de Federaciones Deportivas, para conseguir mayor representación femenina en órganos directivos.

*Medidas para promover la igualdad de género a través de la imagen del Consejo Superior de Deportes.*

- Compromiso del Consejo Superior de Deportes de reflejar la paridad a través de todas sus imágenes gráficas.
- Realización de Campañas de Difusión a través de las Exposiciones “Lili Alvarez” y “Siempre adelante. Mujeres deportistas”.
- Premiar a la Comunidad Autónoma con mejores resultados femeninos en los Campeonatos en edad escolar.
- Creación de un premio para la deportista en edad escolar, que más haya destacado en los siguientes ámbitos: deportivo, académico

*Medidas para promover Estudios de Investigación encaminados a fomentar la igualdad de género.*

- Realización de un estudio del mapa de posibilidades “Mujer y Deporte”, definiendo los ámbitos (educativos, culturales, laborales, competición, entre otros), y en consecuencia las diferentes actuaciones, que serán asignadas a las distintas Instituciones (Consejo Superior de Deportes, Comité Olímpico Español, Instituto de la Mujer, Federaciones Deportivas, etc.)
- Difusión de la Unidad Didáctica, realizada por el Consejo Superior de Deportes, “Deporte sin Exclusión”.
- Coordinación entre el Consejo Superior de Deportes, la Comisión Mujer y Deporte y el Instituto de la Mujer, de todos los estudios y publicaciones al respecto.
- Establecer como área de interés prioritaria, en las convocatorias del Consejo Superior de Deportes, para ayudas a Universidades y Entidades sin ánimo de lucro, el tema Mujer y Deporte.

- Colaboración en las publicaciones siguientes:
  - Actitudes y Prácticas Deportivas de las Mujeres en España (1990-2005)
  - Historia cultural del deporte y la mujer en la España de la primera mitad del s. XX a través de la vida de Lili Álvarez (2004)
  - “Siempre adelante - mujeres deportistas” (2005)
  - Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles 2000-2005. (2006)

Además el CSD ha desarrollado otras actuaciones puntuales, como:

- Convenios con otros países, para realizar intercambio de conocimientos en el ámbito de mujer y deporte (Visita a París de personal del CSD del 21 al 23 de noviembre, Seminario de Deporte y Mujer en Guatemala, en marzo 2007, organizado por la AECI)
- Financiación a través de subvenciones, de programas de Federaciones Deportivas Españolas dirigidos al fomento de la práctica deportiva femenina en los ámbitos de tecnificación y de alto nivel (Programas DIANA en Atletismo, y “ENAMORATE” en Tenis)
- Dotación de plazas en la residencia Blume, del Centro de Alto Rendimiento de Madrid, por primera vez, para el boxeo femenino.
- Impulsar cambios en las Federaciones Deportivas Españolas que favorezcan la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres.
- Colaboración con el Comité Olímpico Español en la organización de la Jornada “Deporte y Violencia contra las mujeres”.
- Colaboración con la Liga de Fútbol Profesional y el Instituto de la Mujer, en la “Jornada contra la violencia de género”.
- Colaboración con la Comunidad de Madrid en la "Exposición sobre Lili Álvarez"
- Colaboraciones con otras Instituciones interviniendo en jornadas, seminarios, etc. (Ponencia en I Encuentro Provincial Mujer y Deporte de la Diputación de Córdoba: “Medidas, Órganos e Instrumentos Nacionales para el fomento de participación de la Mujer en el Deporte”)
- Colaboración con la Comunidad de Madrid en la organización de la mesa redonda: “¿Está la Mujer discriminada en órganos directivos del deporte?”

- Organización de la Jornada explicativa sobre el anteproyecto de Ley de Igualdad, en colaboración con el Seminario permanente Mujer y Deporte del INEF de Madrid.
- Colaboración con la iniciativa de la Delegación Especial del Gobierno contra la violencia de género, en la celebración de las Jornadas contra la violencia de género en eventos de Federaciones Deportivas Españolas.

### 1.5.2.2 Organizaciones asociativas

#### Comité Olímpico Español: Comisión “Mujer y Deporte”

El Comité Olímpico Español tiene la comisión “Mujer y Deporte” desde el año 2005. Entre otras actuaciones destacan:

- Web (<http://www.mujiydeporte.org/>), con todos los resultados, noticias y artículos sobre deporte femenino



- Estudios sobre “Mujeres en puestos de decisión”
- Premio “Mujer y deporte” 2005
- Jornadas: violencia contra las mujeres (05), mujeres gestionando deporte (06), medios de comunicación (07)

## Federaciones deportivas españolas

Algunas de las federaciones nacionales que han realizado programas de “Mujer y Deporte” son, según se publica en la misma web del CSD (consulta, setiembre 08):

LISTADO DE FEDERACIONES ESPAÑOLAS QUE HAN OBTENIDO SUBVENCIÓN PARA PROGRAMAS ESPECÍFICOS DE MUJER Y DEPORTE A PRACTICAR DURANTE EL AÑO 2008		
FEDERACION	1 <sup>er</sup> año concedido	2º año concedido
Federación Española de Actividades Subacuáticas	X	
Federación Española de Ajedrez	X	
Federación Española de Bádminton		X
Federación Española de Baloncesto		X
Real Federación Española de Béisbol y Sóftbol		X
Federación Española de Boxeo	X	
Real Federación Española de Ciclismo		X
Real Federación Española de Esgrima		X
Federación Española de Deportes de Hielo	X	
Real Federación Española de Deportes de Invierno	X	
Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada		X
Federación Española de Espeleología	X	
Real Federación Española de Gimnasia		X
Real Federación Española de Judo y D.A.	X	
Federación Española de Karate	X	
Federación Española de Luchas Olímpicas y Disciplinas Asociadas	X	
Federación Española de Pádel		X
Federación Española de Patinaje		X
Federación Española de Petanca	X	
Real Federación Española de Piragüismo	X	
Real Federación Española de Polo		X
Federación Española de Rugby		X
Federación Española de Salvamento y Socorrismo	X	
Real Federación Española de Squash		X
Federación Española de Surf	X	
Real Federación Española de Tiro con Arco	X	
Real Federación Española de Tiro Olímpico	X	
Federación Española de Taekwondo		X
Federación Española de Triatlón		X
Real Federación Española de Vela		X
Real Federación Española de Voleibol		X
SUBTOTALES:	15	16
TOTAL PROYECTOS SUBVENCIONADOS PARA 2008:	31	

\*\*\* 15 nuevas FFEE han obtenido en el presente año Subvención del CSD para sus Programas de Mujer y Deporte

### 1.5.3. NIVEL AUTONÓMICO

#### 1.5.3.1 Organizaciones públicas

##### **Extremadura**

---

En el “Plan integral de promoción del deporte y de la actividad física de Extremadura 2009-2016” (Junta de Extremadura, 2009), el área de trabajo sobre “Igualdad efectiva entre mujeres y hombres”, persigue los siguientes objetivos:

1. Conocer los intereses y motivaciones de las mujeres en materia de actividad física y deporte, para a partir de este conocimiento, poder tomar decisiones acertadas.
2. Mejorar la participación de las mujeres en los órganos de gestión y dirección de entidades del sector de la actividad física y el deporte.
3. Mejorar la formación específica de los técnico en perspectiva de género.
4. Dotar de espacios deportivos para el uso de mujeres y hombres en igualdad de oportunidades.
5. Incrementar la práctica deportiva en mujeres.
6. Cambiar la percepción de la actividad física y deportiva.

##### **Cataluña**

---

La Secretaria General de l'Esport ha creado el “Gabinet de gènere”, coordinado por M<sup>a</sup> José Bilbao (Web: <http://www16.gencat.cat/esport/DonaEsport/>). La perspectiva de género se puede ver en el “Pla Català de l'Esport (2004-08)” y en el “Pla d'Igualtat (2008-2012)”.

Las actuaciones del *Gabinet de gènere* incluyen medidas sobre: mujeres en cargos directivos; promoción y competiciones; y formación, información y conciliación.

##### *Medidas en el ámbito deportivo*

- Subvenciones a federaciones: 32 federaciones solicitantes (2005: 97.607 €)
- Parámetro de valoración relativo a participación de las mujeres en las subvenciones a Federaciones

##### *Medidas respecto la imagen y la sensibilización:*

- Campaña de sensibilización: carteles, anuncios en TV, etc.

- Asistencia a jornadas y encuentros de Cataluña, España y del ámbito internacional

*Medidas para promover estudios de investigación y la formación:*

- Jornadas de formación: sobre buenas prácticas (2006) y sobre violencia de género en el deporte (2007).
- Material de formación de formadores y para técnicas y técnicos deportivos
- 5 libros para la visualización de las mujeres en el lenguaje en documentos vinculados al deporte: uso instalaciones, RRI, manuales, reglamentos, estatutos
- Material divulgativo: sobre acoso sexual en el deporte + conferencias internacionales
- Estudio sobre “Dones en càrrecs directius a les federacions esportives catalanes”
- Coordinación y colaboración con el Institut Català de les Dones y el Departament d'Educació.

## **País Vasco**

---

La repercusión de la actividad institucional en la práctica deportiva de las mujeres en la comunidad autónoma de Euskadi, según el análisis realizado por el Gobierno Vasco (2005), en la Ley 14/1998 del Deporte del País Vasco se encuentran referencias específicas relacionadas con la promoción de la integración de las mujeres en la práctica deportiva en todos los niveles.

En el mismo sentido, las Diputaciones Forales también muestran la necesidad de la integración de las mujeres en el hecho deportivo a través de diferentes actuaciones, entre otras, especificando esta cuestión en Decretos Forales (DF) relativos a las bases reguladoras de subvenciones a entidades deportivas (DF 77/2002 de la Diputación Foral de Bizkaia o DF 17/2002 de la Diputación Foral de Gipuzkoa). Asimismo, cabe destacar que el “IV Plan para la Igualdad de mujeres y hombres en la CAPV” (Emakunde, 2006) contempla acciones positivas relativas a las mujeres y el deporte, persiguiendo los siguientes objetivos dentro del programa de “Empowerment”:

- Reducir la segregación vertical y horizontal en las áreas y organismos de deporte públicos y privados.

- Diversificar la práctica deportiva de mujeres y hombres, posibilitando el acceso de las mujeres a la práctica de deportes masculinizados y de hombres a la práctica de deportes feminizados.
- Incrementar el porcentaje de mujeres que practican deporte de participación y sus posibilidades de elección de la práctica deportiva en función de sus intereses.

### **Andalucía**

---

Las estrategias que se han desarrollado en Andalucía son, según M<sup>a</sup> José Romero (2008):

1. Definición de referencias específicas legislativas
2. Adopción de un sistema de gestión presupuestario que determina el impacto de género.
3. Realización de acciones positivas.
4. Inclusión en todas las actuaciones de la perspectiva de género.
5. Coordinación interadministrativa e incorporación de la mujer en puestos de responsabilidad y decisión.

#### **1.5.4. NIVEL MUNICIPAL**

La Carta Europea para la Igualdad entre hombres y mujeres de la vida local, en el artículo 20, hacen referencia a la importancia de la igualdad desde el ámbito municipal en el deporte y el ocio. En esta línea, son muchos y muy diversos los municipios que realizan actuaciones, de mayor o menor envergadura, dirigidas a promover la actividad física entre las mujeres. En este apartado, sin embargo, tan solo se destacan las propuestas de Barcelona y Madrid.

El Ayuntamiento de **Barcelona** incluye en su Plan Estratégico del Deporte la cuestión del género y la igualdad entre hombres y mujeres. Entre sus actuaciones destacan la convocatoria periódicamente de la “Taula sobre Dones i Esport de Barcelona”, y la organización de la “Setmana de les Dones”, que incluye la “Cursa de la Dona”.

El Ayuntamiento de **Madrid** también incorpora el área de “Salud y Deporte” como uno de sus ejes estratégicos en el II Plan para la Igualdad de Oportunidades 2006-2009, en el que se incluye el objetivo de “Promover hábitos deportivos entre la población femenina” (Miguel de la Villa, 2007). Entre sus medidas destacan:

- Implicar a personas responsables de Federaciones deportivas en la promoción de la actividad de las mujeres.
- Alentar la participación femenina en competiciones deportivas
- Facilitar la incorporación de la mujer en aquellos ámbitos de la actividad deportiva en las que están infrarrepresentadas (arbitraje, dirección, etc.)
- Intensificar campañas que cuestionen los estereotipos de género para favorecer la diversificación en la elección de prácticas deportivas

Entre sus actuaciones destacan:

- Reuniones con las Federaciones deportivas madrileñas para la organización de actividades.
- Fomento del Asociacionismo deportivo femenino.
- Introducción de la participación femenina como criterio de subvenciones
- Formación específica para el acceso a ámbitos poco representados
- Adecuar horarios de instalaciones y actividades
- Selección para puestos de responsabilidad
- Campañas publicitarias específicas
- Encuestas específicas para la toma de decisiones (detección)



## 2. POTENCIALIDADES Y LIMITACIONES

POTENCIALIDADES	LIMITACIONES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Legislación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocimiento y recursos para la aplicación de la legislación</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Propuestas a nivel mundial, europeo, español, autonómico y local: planes, proyectos y medidas a los diferentes niveles (por parte de organizaciones deportivas y de la mujer)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Necesidad de sensibilización y FORMACIÓN del personal técnico, con responsabilidades de toma de decisión y la formación de formadores</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Comisiones “Mujer y deporte”: COI, CSD, COE, federaciones, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Deporte de competición: número de licencias, competiciones, sponsorización de los equipos de competición, y mujeres en cargos directivos y técnicos</li> <li>El peso recae en una sola persona.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Interés del mundo empresarial y comercial por acercarse al público femenino (p.e.: carrera de la mujer)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Presencia y trato en los medios de comunicación y la publicidad: deporte femenino y “cuerpo femenino”</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Grupos de investigación del ámbito social y educativo preocupados por la temática que pueden desarrollar proyectos de investigación e intervención.</li> <li>Datos de hábitos de la población, mujeres en cargos directivos, tiempo de ocio, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ausencia de estudios a nivel español sobre: cargos técnicos, a nivel escolar, de métodos de entrenamiento, de violencia de género, etc.</li> <li>Poca difusión del material y recursos educativos y de sensibilización ya disponibles: web, sobre uso del lenguaje, coeducación, cómics y dibujos animados, etc.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Iniciativas concretas en el ámbito local o autonómico.</li> <li>Colaboraciones entre entidades dep. y de la mujer.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Poca difusión e intercambios de modelos de intervención y buenas prácticas para su aplicación real: aislamiento.</li> </ul>

### 3. VISIÓN PARA EL FUTURO

La visión para el futuro contempla la perspectiva más bien cualitativa, y la perspectiva más cuantitativa, si bien una y otra se refuerzan mutuamente.

Más participación + Más diversidad + Más a gusto
--

Los datos indican que, a pesar de la aparente igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres para hacer actividad física y deporte, esta igualdad no es real: existe un verdadero techo de cristal para la práctica de actividad física de las mujeres. La tradición histórica, la forma de organizar el deporte, el tiempo de ocio de hombres y mujeres, la conciliación familiar, los modelos educativos, los estereotipos, etc. siguen perpetuando el desequilibrio entre la práctica deportiva masculina y femenina.

- **Igualdad real entre hombres y mujeres**

En el futuro queremos ver a **más mujeres** que gocen del deporte y de los beneficios que éste conlleva, y que puedan practicarlo **más a gusto**, en todas las franjas de edad y en los diferentes ámbitos de deporte y actividad física (ocio, salud y competición).

A menudo muchas mujeres y también algunos hombres sienten los espacios deportivos como espacios hostiles, siendo preciso deconstruir estas formas de hacer desfavorables para construir **un nuevo clima más amigable** (*friendly space*), libre de amenazas.

- **Un sistema deportivo más diversificado e inclusivo**

El modelo tradicional del deporte de competición ya no es el único existente y no responde a todas las necesidades e intereses de la población. Es necesario promover y visibilizar todas aquellas propuestas de actividad física y deportiva que amplíen las múltiples formas de hacer y ver el deporte.

Debemos plantear la **igualdad contemplando la diferencia** y ofrecer nuevos y diversos **modelos de actividad física más inclusivos**. Es decir, tener en cuenta las necesidades, intereses y formas de hacer de las mujeres, ofreciendo otras opciones de actividad física que amplíen las posibilidades de práctica deportiva a mujeres y a hombres y que permitan extender las actitudes y formas de hacer femeninas.

- **Equidad en las organizaciones e instituciones deportivas: espacios amigables**

Desde un punto de vista cualitativo, las estructuras y las organizaciones deportivas están marcadas por los valores tradicionalmente masculinos y funcionan según los horarios, espacios, etc. habituales entre los hombres.

Es necesario generar hábitos y normas en las organizaciones e instituciones que den cabida a las mujeres, y **que el ámbito del deporte respete e incluya**

las actitudes y formas de hacer femeninas, teniendo en cuenta el principio de equidad entre sexos. Así podremos ver a más mujeres implicadas en todos los aspectos deportivos: la práctica, la gestión, el entrenamiento, el arbitraje, el periodismo, la investigación, la formación, etc.

- **Políticas deportivas inclusivas**

Cualquier propuesta de cambio exige la existencia de unas políticas deportivas claras que tengan en cuenta la perspectiva de género en todas sus decisiones y propuestas, aplicando el principio de transversalidad (*mainstreaming*).

## **4. OBJETIVOS GENERALES**

Los objetivos generales de este Plan Integral son:

1. Introducir la perspectiva de género en la estructura, programas y proyectos desarrollados por el CSD, las instituciones deportivas y las administraciones con competencias en el ámbito de la actividad física y el deporte.
2. Promover la participación de las mujeres en todos los niveles de la práctica deportiva y de actividad física, así como en la toma de decisiones, respetando la diversidad de las mujeres y atendiendo especialmente a las mujeres y colectivos subrepresentados.
3. Fomentar la investigación, la formación y la difusión de conocimientos y materiales relacionados con las mujeres y la diversidad de prácticas de actividad física y deportiva.
4. Sensibilizar sobre la promoción de la igualdad en la práctica de actividad física, en todos los ámbitos, y visibilizar la participación de las mujeres en el deporte incrementando su presencia en los medios de comunicación.

## **5. EJES DE ACTUACIÓN ESTRATÉGICA**

### **Eje 1. Transversalidad**

---

Programa T1. Estructura y política interna del CSD

Programa T2. Establecimiento de planes de igualdad en federaciones, clubes, escuelas deportivas, etc.

Programa T3. Planes de igualdad en municipios, diputaciones y comunidades autónomas

### **Eje 2. Participación**

---

Programa P1. Participación deportiva en la edad escolar, universidades y en el ámbito laboral

Programa P2. Participación deportiva de colectivos específicos: personas mayores, personas con discapacidades, y personas en riesgo de exclusión

### **Eje 3. Formación e investigación**

---

Programa F1. Formación

Programa F2. Investigación

### **Eje 4. Sensibilización y difusión de la práctica deportiva femenina**

---

Programa S1. Sensibilización

Programa S2. Medios de comunicación y divulgación de la práctica deportiva femenina

## **6. AGENTES IMPLICADOS (STAKEHOLDERS)**

- Entidades deportivas públicas:
  - Consejo Superior de Deportes
  - Áreas de deporte de las diferentes autonomías
  - Áreas de deporte de las diputaciones
  - Áreas de deporte de los municipios
  - Universidades y centros de formación profesional
  
- Entidades deportivas asociativas:
  - Comité Olímpico Español
  - Federaciones nacionales
  - Federaciones autonómicas
  - Clubes y asociaciones
  
- Entidades de mujeres e igualdad:
  - Ministerio de Igualdad
  - Instituto de la Mujer
  - Institutos de las Mujeres en las diferentes autonomías
  - Áreas de Mujeres en las diputaciones
  - Áreas de las Mujeres en los municipios
  - Asociaciones de mujeres
  
- Otras:
  - Ministerio de Educación, Política Social y Deporte
  - Ministerio de Ciencia e Innovación
  - Ministerio de Sanidad y Consumo
  - Ministerio de Trabajo e Inmigración
  - Medios de comunicación
  - Universidades privadas y centros de formación profesional privados
  - Organizaciones comerciales deportivas (gimnasios, marcas deportivas, etc.) y no deportivas (p.e. lácticos, aguas, bebidas energéticas, etc.)
  - Asociaciones de mujeres y deporte en el ámbito internacional
  - Grupos de investigación
  - Centros cívicos
  - Sindicatos
  - Empresas
  
- Las ciudadanas y ciudadanos

## 7. LISTADO PRIORIZADO DE MEDIDAS, ACCIONES Y PROYECTOS A DESARROLLAR

### Eje 1. Transversalidad

Introducir la perspectiva de género en la estructura, programas y proyectos desarrollados por el CSD, las instituciones, las administraciones y/o entidades con competencias o relacionadas con el ámbito de la actividad física y el deporte.

#### **Programa T1. Estructura y política interna del CSD**

Obj. T1.1. Desarrollar el Plan de igualdad en el CSD

Obj. T1.2. Valorar el impacto de género de todos los programas desarrollados por el CSD

Obj. T1.3. Incrementar la presencia de mujeres en cargos de responsabilidad en el CSD

#### Acciones del CSD:

- a) Elaborar y publicar el compromiso para la Igualdad efectiva entre mujeres y hombres en el deporte y la actividad física y promover la adhesión a éste.
  - Numero de entidades y/o personas adheridas al compromiso.
  - Programas nuevos desarrollados vinculados a la adhesión.
- b) Dotar la Unidad de “Mujer y deporte” de recursos necesarios para la coordinación del diseño, implantación, seguimiento y evaluación de las políticas de igualdad.
  - Número y cualificación de recursos humanos que constituyen la Unidad “Mujer y deporte”
  - Incremento del presupuesto específico asignado
- c) Ampliar el convenio entre el CSD y el Ministerio de Igualdad, a través del Instituto de la Mujer, para el desarrollo de las acciones establecidas en este Plan
  - Incremento del número de actuaciones que se han realizado conjuntamente
  - Incremento del presupuesto
  - Actuaciones conjuntas desarrolladas
  - Impacto de las actuaciones
- d) Elaborar y desarrollar el “Plan de Igualdad del CSD” con la implicación de los diferentes agentes implicados
  - Nivel de elaboración y ejecución del Plan (niveles, ámbitos agentes, instalaciones, equipamientos).

- e) Establecimiento de programas de conciliación, formación y promoción interna para la ocupación de puestos de responsabilidad por mujeres
  - Número de puestos ocupados por mujeres según niveles en la estructura del CSD y órganos adscritos/consultivos al mismo.
  - Composición de los equipos de selección o tribunales.
  - Número y tipo de medidas aplicadas para facilitar la conciliación y formación.
- f) Equilibrar el número de mujeres y hombres en las diferentes actividades internas o propias llevadas a cabo por el CSD
  - Porcentaje de participación de mujeres en actividades y proyectos (comisiones técnicas, grupos de trabajo, etc.)
- g) Evaluar el impacto de género de todos los programas propios, las disposiciones normativas del Estado y los presupuestos generales relativos al deporte
  - Número de programas y presupuestos desarrollados previo informe de impacto de género.
- h) Implantar una comunicación no sexista en toda la documentación interna y externa, facilitando los recursos necesarios (manual, tríptico, formación específica o asesoramientos, etc.)
  - Número de personas que consultan y usan los recursos facilitados.
  - Porcentaje del uso de comunicación no sexista (cartas, imágenes, carteles, noticias, datos, etc.)
- i) Formación específica: cursos de sensibilización y formación para el personal técnico, directivo y político.
  - Número de asistentes y perfil de los mismos.
  - Satisfacción de las personas participantes.
- j) Incluir en el censo de instalaciones deportivas ítems que permitan valorar si son respetuosas con cuestiones de género en cuanto a los tiempos y los espacios.
- k) Establecer y dinamizar una comisión de especialistas para la coordinación interterritorial e interinstitucional de líneas de actuación a desarrollar en materia de igualdad entre mujeres y hombres en el ámbito de la actividad física.

#### Indicadores generales

- Nivel de consecución de los objetivos del Plan de Igualdad en el CSD.
- Porcentaje de programas con impacto de género significativo.



- Incremento anual porcentual de puestos ocupados por mujeres según niveles en la estructura del CSD y órganos adscritos/consultivos al mismo.
- Número de líneas de actuación consensuadas y desarrolladas en el marco de la Comisión de coordinación interterritorial e interinstitucional de líneas de actuación a desarrollar en materia de igualdad en el ámbito de la actividad física y el deporte.

**Programa T2. Establecimiento de planes de igualdad en federaciones, clubes, escuelas deportivas, etc.**

Obj. T2.1. Incrementar en 20 puntos, como mínimo, la presencia de mujeres en cargos de responsabilidad y técnicos en las instituciones deportivas (alcanzar la media europea) y en los cargos técnicos.

Obj. T2.2. Igualar las condiciones entre mujeres y hombres en las competiciones deportivas a todos los niveles (desde el alto rendimiento a la iniciación).

Obj. T2.3. Potenciar la consideración de las necesidades e intereses mayoritarios de las mujeres y los hombres que no responden al modelo hegemónico.

Acciones del CSD:

- a) Promocionar la elaboración de planes de igualdad para las organizaciones deportivas estatales: elaborar y distribuir una “Guía para la realización de un plan de igualdad en una federación deportiva”; crear una “Unidad de asesoramiento en Igualdad” dirigida a las entidades y administraciones deportivas; incrementar las subvenciones específicas a las Federaciones para diseñar e implementar el Plan.
  - Porcentaje de organizaciones que realizan un plan de igualdad.
  - Valoración de la guía por parte de las instituciones
  - Número y tipo de asesoramientos de la “Unidad”
  - Incremento del presupuesto para subvencionar el desarrollo de los planes.
- b) Considerar como criterio de valoración para la distribución de subvenciones la promoción de la participación de las mujeres como entrenadoras y dirigentes.
  - Incremento del porcentaje de entrenadoras y dirigentes en cada federación.
- c) Impulsar actuaciones de formación dirigidas a mujeres interesadas para ser directiva, técnica, jueza o árbitra.

- Número de mujeres que se forman para cargos técnicos y directivos.
- d) Potenciar la presencia de hombres en las comisiones de “mujer y deporte” de las entidades.
  - Número de hombres implicado en las comisiones.
- e) Potenciar la creación de un espacio en las webs de las distintas federaciones deportivas sobre sus programas específicos sobre “Mujer y deporte”.
- f) Incentivar económicamente la creación de un espacio sobre “Mujer y deporte” en las webs de las distintas federaciones deportivas.
  - Número de federaciones que incluyen el apartado “Mujer y deporte”.
- g) Condicionar la aprobación y constitución de estatutos y reglamentos de la Federaciones Deportivas, así como las subvenciones, a las entidades al cumplimiento de unos parámetros de igualdad (a definir el plazo): nº mujeres en cargos directivos, técnicos, y de arbitraje; uso de un lenguaje no sexista; igualdad de premios; igualdad en las condiciones de entrenamiento y competición para las selecciones; datos desagregados por sexo; etc.
  - Número de Federaciones que cumplen los mínimos.
- h) Evaluar el impacto de género de los programas y proyectos de las entidades e instituciones deportivas que hayan sido financiados por el CSD
  - Número de programas y proyectos con una valoración positiva
- i) Otorgar premios o distinciones a las entidades deportivas que promocionan la participación de las mujeres en sus estructuras, superando la segregación vertical y horizontal.
  - Número de entidades reconocidas
- j) Impulsar la creación de una red de mujeres en cargos de responsabilidad en el deporte
  - Número de mujeres que integran la red
  - Actuaciones que impulsa la red
  - Valoración de las actuaciones por parte de la red
- k) Apoyar la creación de una “Asociación de mujeres deportistas” o una red de asociaciones de mujeres deportistas
  - Número de mujeres que integran la red
  - Actuaciones que impulsa la red
  - Valoración de las actuaciones por parte de la red
- l) Impulsar ventajas fiscales y conceder reconocimientos de igualdad a las empresas que patrocinen equipos femeninos (Programa optima u otros).
  - Número de equipos femeninos que se benefician de los patrocinios

- m) Creación de un grupo de trabajo con los representantes del diseño y producción de ropa deportiva para la elaboración de una normativa y/o recomendación a las marcas sobre el diseño y tallaje de ropa deportiva para la mujer.
  - Grado de aceptación
  - Difusión de la normativa

Acciones a desarrollar por parte de las federaciones, clubes, etc.:

- n) Declaración de compromiso para la igualdad efectiva entre mujeres y hombres en la actividad física y el deporte por parte de las federaciones deportivas, fomentando la implicación de sus clubs.
- o) Diseñar e implementar un Plan de igualdad.
- p) Crear una comisión o área sobre “Mujer y deporte” en el marco de la organización.
- q) Utilizar un lenguaje escrito y visual no sexista que visibilice a mujeres y hombres
- r) Promover programas deportivos orientados a la recreación y la salud que fomenten la participación de mujeres y también de hombres.
- s) Crear actividades/programas específicos para niñas, chicas y mujeres.
- t) Tener en cuenta la perspectiva de género en sus programas, actuaciones y en la organización de competiciones deportivas: criterios no androcéntricos en los aspectos valorados de las competiciones deportivas, premios económicos igualitarios, el premio “simbólico”, horarios y espacios (favoreciendo la visibilidad de las pruebas femeninas), servicio de guardería, carteles y material de promoción, nº mujeres como juezas y árbitras.

Indicadores del PROGRAMA:

(El diagnóstico inicial que se debería hacer en cada federación, permitirá obtener los datos iniciales y finales de estos indicadores)

- Porcentaje de incremento del número de mujeres en cargos de responsabilidad y cargos técnicos en las instituciones deportivas. (ya existen referencias)
- Porcentaje de federaciones y otras entidades deportivas que desarrollan un plan de igualdad.
- Porcentaje de programas y proyectos desarrollados por las federaciones con una valoración positiva del impacto de género.

**Programa M3. Planes de igualdad en municipios, diputaciones y comunidades autónomas**

Obj. M3.1. Potenciar la colaboración entre las áreas de deporte y de igualdad en la administración

Obj. M3.2. Incrementar el porcentaje de mujeres que realizan actividad física en el territorio de actuación

Acciones del CSD:

- a) Colaborar con las Comunidades Autónomas, Ayuntamientos y áreas de igualdad para fomentar una oferta de actividad física orientada a las mujeres con propuestas que faciliten su participación.

Acciones de otras entidades:

- b) Fomentar la oferta simultánea de actividades deportivas para niños y niñas en edad escolar y para las niñas
- c) Establecer mecanismos de coordinación y diálogo entre las áreas de igualdad y de deportes de las administraciones
- d) Promover la colaboración entre asociaciones de mujeres y asociaciones deportivas o instalaciones
- e) Diseñar programas de actividad física dirigidos específicamente a las necesidades e intereses de los diferentes colectivos de mujeres (edad escolar, jóvenes, adultas, mayores)
- f) Reducción de cuotas para mujeres amas de casa y con escasos medios económicos o con cargas familiares en los establecimientos deportivos públicos.
- g) Organizar eventos dirigidos especialmente a las mujeres en los que las mujeres sean las protagonistas
- h) Velar por el diseño y uso de espacios adecuados para actividades dirigidas con perspectiva de género en las instalaciones deportivas del municipio o ámbito de actuación.
- i) En los eventos deportivos populares premiar aspectos como: la constancia en la participación, el grupo más numeroso, la que viene de más lejos, etc.

Indicadores del PROGRAMA:

- Incremento de la práctica de actividad física de las mujeres (en todas las edades y ámbitos) en el territorio de actuación.

## **Eje 2. Participación**

Promover la participación de las mujeres en todos los niveles de la práctica deportiva y de actividad física, así como en la toma de decisiones, respetando la diversidad de las mujeres y atendiendo especialmente a las mujeres y colectivos subrepresentados.

*Si conseguimos que la temática de la Igualdad Efectiva sea realmente transversal, “copiando” las acciones e indicadores que cada área tiene desde la perspectiva de género, se debería poder completar este eje. Desde nuestro punto de vista, es importante que en el plan IEMyH se recojan también los elementos de las otras áreas para VISUALIZAR todo lo que se está haciendo de forma conjunta.*

### **Programa P1. Participación femenina en la actividad física y deportiva en edad escolar, en las universidades y en el ámbito laboral**

*Los objetivos-acciones-indicadores que haya en cada plan sobre la cuestión de Igualdad entre MyH / Y los que podamos añadir des del grupo*

Objetivos específicos

#### Acciones del CSD

- a) Concurso de ideas entre la población escolar para proponer medidas para que aumente el número de niños/chicos que practican prácticas feminizadas y de niñas/chicas que practican deportes masculinizados.
- b) Financiar la realización de cursos dirigidos al monitorado de deporte escolar y educación física sobre COEDUCACIÓN y EF.
  - Presupuesto
  - Número de cursos realizados
  - Número de participantes

#### Acciones de otras entidades (señalar cual):

(Las medidas de sensibilización y formación se encuentran en el programa D1).

- c) Revisar los libros de texto de Educación Física e introducir la perspectiva de género (Ministerio de Educación).
- d) Aumentar los contenidos asociados tradicionalmente a la cultura deportiva y de actividad física femenina en la Educación Física (Ministerio de Educación).
- e) Una Educación Física que no esté centrada en el rendimiento o la competición como último fin, sino que se centre en los procesos de enseñanza y aprendizaje. Que estos procesos se encaminen al desarrollo equilibrado del conjunto de capacidades cognitivas, motrices y

socioafectivas, a través de actividades variadas y evitando la especialización temprana (Ministerio de Educación).

Indicadores:

- Contenidos de los programas de Educación Física que se identifican con el rol deportivo masculino y con el rol deportivo femenino.
- Oferta deportiva extraescolar que se identifica con el rol deportivo masculino y con el rol deportivo femenino.
- Oferta de competiciones deportivas de edad escolar identificadas con el rol deportivo masculino y con el rol deportivo femenino.

**Programa P2. Participación deportiva de colectivos específicos: personas mayores, personas con discapacidades, y personas en riesgo de exclusión**

*Los objetivos-acciones-indicadores que haya en cada plan sobre la cuestión de Igualdad entre MyH*

Objetivos específicos

Programas

Acciones propias del CSD

Acciones de otras entidades (señalar cual):

### **Eje 3. Formación e investigación**

---

- Fomentar la investigación, la formación y la difusión de conocimientos y materiales relacionados con las mujeres y la diversidad de sus prácticas de actividad física y deportiva.

#### **Programa F1. Formación**

Obj. F1.1. Incrementar el número de mujeres en las diferentes titulaciones vinculadas a la actividad física y el deporte y su inserción en los diferentes ámbitos profesionales.

Obj. F1.2. Incorporar la perspectiva de género en la formación de todas las personas relacionadas profesionalmente en el ámbito de la actividad física y el deporte.

#### Acciones del CSD:

- a) Recomendar y facilitar a todas las instituciones educativas vinculadas al ámbito de la actividad física (enseñanzas universitarias, módulos de formación profesional, enseñanzas especiales, etc.) la inclusión de la “perspectiva de género” en su funcionamiento (imagen, lenguaje, contenidos, etc.)
- b) Promover los estudios sobre actividad física y deporte (a nivel universitario, de módulo profesional, y de personal técnico deportivo) entre las mujeres
- c) Elaborar un módulo sobre “Género y deporte” para su impartición en las enseñanzas deportivas oficiales
- d) Diseñar materiales educativos dirigidos a primaria y secundaria para promover la igualdad y distribuirlos a través de la web y los centros de recursos de profesorado
  - N° de descargas vía web
  - N° de centros de recursos que los tienen a disposición
  - N° de citas al material que aparecen en otros estudios y materiales educativos
- e) Elaborar y distribuir herramientas y materiales de buenas prácticas y de un uso no sexista del lenguaje entre diferentes ámbitos relacionados con la práctica deportiva: colegios, federaciones, ayuntamientos, etc.
- f) Mantener o introducir los contenidos sobre equidad de género en los temarios de oposiciones para el acceso a puestos profesionales y gestores del deporte.
- g) Impulsar la realización de cursos de formación permanente sobre “Coeducación y EF”.

Acciones de otras entidades (indicar cual):

- Las distintas administraciones y entidades deportivas, cada una en su ámbito, puede desarrollar acciones similares a las del CSD.

Indicadores del PROGRAMA:

- Porcentaje de mujeres en las titulaciones y profesiones vinculadas a la actividad física y el deporte.
- Porcentaje de enseñanzas deportivas oficiales y estudios universitarios (grados y posgrados) que incluye un módulo o materia/asignatura sobre “Género y deporte”.
- Número de entidades que utilizan los instrumentos de formación: materiales educativos para primaria y secundaria; herramientas y materiales de buenas prácticas y de uso no sexista del lenguaje; etc.

**Programa F2. Investigación**

Obj. F2.1. Potenciar la investigación sobre las mujeres en la actividad física y el deporte y su difusión en los ámbitos científico y profesional.

Acciones del CSD:

- h) Recomendar la realización de estudios estadísticos de hábitos de la población que tengan en cuenta la perspectiva de género (¿tienes hijos o hijas? ¿personas con dependencia a quién cuidar? Etc).
- i) Priorizar los estudios sobre “Mujeres y deporte” en las convocatorias de ayudas a la investigación y al desarrollo de programas.
- j) Requerir la inclusión de la variable “sexo” en todos los estudios que se financien.
- k) Valorar positivamente la presencia de mujeres en los proyectos de investigación sobre “Actividad física y deporte”.
- l) Colaborar con los Ministerios de Igualdad, Salud y las personas responsables de establecer los criterios de priorización en las ayudas a la investigación en salud, igualdad o educación para que se tengan en cuenta aspectos como “Coeducación y educación física”, y “Mujeres, deporte y salud”.
- m) Apoyar la creación de una red de investigación sobre la temática
- n) Financiar la organización de encuentros e intercambios científicos y educativos sobre la temática
- o) Apoyar la organización de una jornada anual sobre “Género y actividad física” para presentar todos los estudios y proyectos subvencionados, itinerante por las diversas Comunidades Autónomas.



- p) Crear un centro de documentación (físico y digital) sobre temas de “Mujeres, deporte y educación física” en cualquier ámbito (educación, gestión, entrenamiento, investigación, etc.)

Acciones de otras entidades (indicar cual):

- Las distintas administraciones y entidades deportivas, cada una en su ámbito, puede desarrollar acciones similares a las del CSD.

Indicadores del PROGRAMA:

- Porcentaje de estudios financiados sobre “Mujer, deporte y actividad física” y estudios sobre “Actividad física y deporte” en general que tienen en cuenta la perspectiva de género.
- Número de personas y grupos de investigación que constituyen la red temática.
- Número de recursos disponibles sobre temas de “Mujeres, deporte y educación física”

#### Eje 4. Sensibilización y difusión de la práctica deportiva femenina

---

Sensibilizar sobre la promoción de la igualdad en la práctica de actividad física en todos los ámbitos, y visibilizar la participación de las mujeres en el deporte incrementando su presencia en los medios de comunicación.

#### **Programa S1. Sensibilización**

Obj. S1.1. Sensibilizar a las personas implicadas en el desarrollo del deporte y la actividad física para promover y extender la igualdad efectiva entre mujeres y hombres.

##### Acciones del CSD:

- a) Diseñar e implementar campañas de sensibilización dirigidos a personal político, directivo, técnico de las entidades deportivas públicas y privadas sobre la importancia de introducir medidas a favor de la igualdad efectiva entre mujeres y hombres y la corresponsabilidad y la ética del cuidado en el ámbito del deporte y la actividad física (cursos, carteles, folletos, etc.).
- b) Financiar la organización de estas campañas en las entidades e instituciones que lo soliciten
- c) Mostrar todos los datos de que dispone el CSD desagregados por sexo
- d) Elaborar y difundir instrumentos que den a conocer las formas de violencia de género en el deporte y como promover la prevención (protocolo, decálogo, etc.)

##### Acciones de otras entidades:

- Las distintas administraciones y entidades deportivas, cada una en su ámbito, puede desarrollar acciones similares a las del CSD.

##### Indicadores del PROGRAMA:

- Número de cursos impartidos y participación
- Porcentaje de datos estadísticos que se muestran desagregados

## **Programa S2. Medios de comunicación y divulgación de la práctica deportiva femenina**

Obj. S2.1. Fomentar que haya mujeres como referentes dentro del deporte y la actividad física.

Obj. S2.2. Visibilizar los éxitos y la participación de las mujeres en el deporte y la actividad física.

Obj. S2.3. Mostrar una imagen positiva y no estereotipada de las mujeres en los distintos eventos deportivos.

### Acciones del CSD:

- a) Recopilar y divulgar las exposiciones sobre deporte femenino existentes.
- b) Promover estudios históricos que recojan y visibilicen la experiencia de mujeres deportistas españolas y divulgarlos en los centros educativos y de formación universitaria.
- c) Crear unos premios de reconocimiento a personas o instituciones que hayan realizado:
  - o una tarea meritoria de promoción de las mujeres en el deporte y la actividad física a lo largo de su trayectoria;
  - o mujeres que hayan conseguido éxitos destacables en la temporada; etc.
- d) Proponer nombres de mujeres relevantes en el deporte en las instalaciones deportivas públicas.
- e) Impulsar una campaña de promoción a nivel estatal para promover la práctica de actividad física entre las mujeres de todas las edades y condiciones.
- f) Diseñar y distribuir carteles de sensibilización y carteles de mujeres de referencia en todas las modalidades deportivas
- g) Divulgar la web “Mujer y deporte” y hacer llegar sus contenidos a los medios de comunicación.
- h) Crear una comisión de estudio y asesoramiento sobre el tema “Mujeres, deporte y medios de comunicación” (creación de un manual de estilo, una guía de buenas prácticas...)
- i) Retransmisión de las competiciones femeninas en las que hay más éxitos a nivel internacional y mención en los noticiarios.
- j) Colaborar con el “Observatorio de la publicidad” en el análisis de las campañas publicitarias relacionadas con el deporte y la actividad física.

### Acciones de otras entidades (indicar cual):

- Las distintas administraciones y entidades deportivas, cada una en su ámbito, puede desarrollar acciones similares a las del CSD.
- Poner nombres de mujeres relevantes en el deporte en las instalaciones deportivas públicas.

*Indicadores del PROGRAMA:*

- Éxitos visibilizados: tiempo/espacio dedicado a los éxitos deportivos del deporte femenino (cantidad, orden de prelación, etc).
- Número de mujeres cuyos éxitos son conocidos: popularidad.
- Tipo de información y trato dedicado a las deportistas (vocabulario, imagen, tipo de noticia, etc.).
- Número de medios de comunicación que se adhieren a las propuestas de la comisión sobre "Mujeres, deporte y medios de comunicación".
- Nivel de distribución de los instrumentos de sensibilización (carteles, materiales, protocolo, decálogo, etc.)

## 8. INDICADORES

	Actual	2016
<b>Eje 1: Transversalidad</b>		
Nivel de consecución de los objetivos del Plan de Igualdad en el CSD	-	Mín. 50 %
Porcentaje de federaciones nacionales y territoriales, así como otras entidades deportivas, que elaboran su plan de igualdad y sus programas de desarrollo	-	+ 80 %
Porcentaje de mujeres entre el personal técnico y directivo de las Federaciones Españolas y autonómicas, el CSD y otras instituciones deportivas.	10 – 12 %	30 %
<b>Eje 2: Participación</b>		
Incremento de 20 puntos en el porcentaje de mujeres que realizan actividad física en las diferentes franjas de edad y según grupos de población específicos	29 %	50 %
Distancia entre mujeres y hombres en la práctica de actividad física regular (Datos CIS)	16 puntos	5 puntos
<b>Eje 3. Formación e investigación</b>		
Porcentaje de mujeres en las titulaciones y profesiones vinculadas a la actividad física y el deporte.	24 % (CAFD)	35 %
Financiación en proyectos de investigación sobre "Mujer, deporte y actividad física"	<i>Consultar CSD</i>	
<b>Eje 4: Sensibilización y difusión de la práctica deportiva femenina</b>		
Porcentaje de retransmisiones e información deportiva sobre actividad física y deporte femenino	3,5 % 7,5 %	10 % 15 %

## 9. BIBLIOGRAFIA

- Angulo, Marta (2007). Las imágenes de las deportistas en los medios de comunicación. Consejo Superior de Deportes.
- Centro de Investigaciones Sociológicas (2005). *Los hábitos deportivos de los españoles*, estudio nº 2.599. Disponible en: <http://www.cis.es> [Consulta: Febrero, 2009].
- Comisión Mujer y Deporte (2007). Estudio mujeres en los órganos de gobierno de las organizaciones deportivas españolas 2002-2006. (Disponible en: <http://www.mujerydeporte.org/>)
- Consejo Audiovisual de Andalucía (2008). *Estudio sobre género y deporte en televisión*. Sevilla: Consejo Audiovisual de Andalucía.
- Crolley, Liz & Teso, Elena (2007). Gendered narratives in Spain: the representation of female athletes in Marca and El País. *International review for the sociology of sport*, 42(2), 149-166.
- Dirección de Deportes - Gobierno Vasco (2009). *Encuesta de hábitos deportivos en la Comunidad Autónoma del País Vasco*. Dirección de Deportes - Gobierno Vasco,. Disponible a: [http://www.ejgv.euskadi.net/r46-714/es/contenidos/nota\\_prensa/kirol\\_ohiturak\\_inkesta/es\\_kultura/adjuntos/Encuesta\\_habitos\\_deportivos-es.pdf](http://www.ejgv.euskadi.net/r46-714/es/contenidos/nota_prensa/kirol_ohiturak_inkesta/es_kultura/adjuntos/Encuesta_habitos_deportivos-es.pdf) [Consulta: Febrero, 2009].
- Durán, M. Ángeles (2007). *El valor del tiempo: ¿Cuántas horas te faltan al día?* Madrid: Espasa.
- Durán, Javier & Pardo, Rodrigo (2006). Valores que transmite el deporte espectáculo en relación con el género y los medios de comunicación. *Tàndem. Didáctica de la Educación Física*, 21, 17 - 27.
- Emakunde (2006). *IV Plan para la Igualdad de mujeres y hombres en la CAPV. Directrices VIII legislatura*. Vitoria: Emakunde.
- Fasting, Kari (2004). *European Women Sport Survey*. 6th EWS Conference, Paris. Disponible en: <http://www.ews-online.org/> [Consulta: Febrero, 2009].
- Gallego, Juana (1999). *El deporte femenino en los medios de comunicación: el farolillo rojo*. Comunicación presentada al III Fórum Olímpico "Las mujeres y el movimiento olímpico: presente y futuro", Barcelona.
- García Ferrando, Manuel; Puig, Núria & Lagardera, Francisco (Eds.). (2002). *Sociología del deporte* (2a ed.). Madrid: Alianza.

- García Ferrando, Manuel (2006). *Posmodernidad y deporte: Entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles 2005*. Madrid: Consejo Superior de Deportes, Centro de Investigaciones Sociológicas. A partir de: Centro de Investigaciones Sociológicas. (2005). *Los hábitos deportivos de los españoles*, estudio nº 2.599. <http://www.cis.es>
- Generalitat de Catalunya (2004). *Pla Català de l'Esport (2004-08)*. Barcelona: Generalitat de Catalunya.
- Gobierno Vasco (Ed.). (2005). *Repercusión de la actividad institucional en la práctica deportiva de las mujeres en la comunidad autónoma de Euskadi*. Euskadi: Gobierno Vasco.
- Ibáñez, M<sup>a</sup> Eugenia (2003). L'altra visió de l'esport. El tracte diferenciat que la dona rep en els mitjans informatius esportius. *Dones*, 13, 14 - 15.
- Ibáñez, M<sup>a</sup> Eugenia & Lacosta, Manuela (1999). *Tratamiento hombre/mujer en los medios de comunicación*. Paper presented at the III Fórum Olímpico "Las mujeres y el movimiento olímpico: presente y futuro", Barcelona.
- Institut Català de les Dones (2006). VI Plan de acción y desarrollo de las políticas de mujeres en Cataluña (2008-2012). Barcelona: Generalitat de Catalunya.
- Instituto de la Mujer (2005). *Estudio sobre actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas. 1990-2005*. Instituto de la mujer. Disponible a: <http://www.jccm.es/imclm/Practica-deportiva-y.392.0.html> [Consulta: Febrero, 2009].
- Junta de Extremadura (2009). *Plan integral de promoción del deporte y de la actividad física de Extremadura 2009-2016*. Badajoz: Junta de Extremadura.
- Koivisto, Nelli (2005). Evolució de la igualtat de gènere a la Federació Finlandesa d'Esports. En Bilbao, M<sup>a</sup> Jose & Vilanova, Anna (Ed.), *Bones pràctiques de gènere en l'esport. Gènere i Esport. Documents*. Esplugues de Llobregat: Secretaria General de l'Esport.
- Lafranchi, M.-C. (2007). Femmes et sport la stratégie française 1998-2007, *Jornadas la mujer en los ámbitos de responsabilidad del deporte: un paso mas*. Madrid. (Disponible en: <http://www.mujierydeporte.org/>)
- Ley Orgánica para la Igualdad efectiva entre mujeres y hombres (BOE nº 71 de 23/03/2007)
- López, Cristina; Fernández, M<sup>a</sup> Ángeles; Alvariñas, Myriam & Canales, Inma (2008). *A realidade físico-deportiva das mulleres en Galicia*. Servizo de Igualdade. Xunta de Galicia.

- Martín, Immaculada (2008). *Implicaciones en el ámbito del deporte de la Ley de Igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres*. Madrid.
- Martínez del Castillo, Jesús (Dr.); Vázquez, Benilde; Graupera, José Luis; Jiménez-Beatty, José Emilio; Alfaro, Élide; Hernández Vázquez, Manuel & Avelino, Diego (2005). *Estudio sobre la actividad física y deportiva de las mujeres del municipio de Madrid: hábitos, demandas y barreras*. Madrid: Área de Gobierno de Empleo y Servicios a la Ciudadanía del Ayuntamiento de Madrid.
- Murguialday, Clara; Vázquez, Norma & González, Lara (2008). *Un paso más: evaluación del impacto de género*. Barcelona: Cooperació - Acció Espanyola de Cooperació al Desenvolupament.
- Observatori Català de l'Esport (2009). *Informe de l'esport a Catalunya (2008)*. Barcelona: Observatori Català de l'esport. Disponible en: [www.observatoridelesport.net](http://www.observatoridelesport.net)
- Observatorio del Deporte Andaluz (2006). *Hábitos y actitudes de los andaluces en edad escolar ante el deporte. 2006*. Observatorio del Deporte Andaluz. Disponible a: <http://www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte/> [Consulta: Febrero, 2009].
- Observatorio del Deporte Andaluz (2007). *Hábitos y actitudes de los andaluces ante el deporte - Avance de resultados*. Disponible en: <http://www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte/InDStatEntradaDetalle.do?identrada=769> [Consulta: Febrero, 2009].
- Puig, Núria & Soler, Susanna (2004). *Gènere i esport a Espanya. Un model interpretatiu*. *Apunts. Educació Física i Esport*, 76, 71 - 78.
- Romero, M<sup>a</sup> José (2008). *Gestión del deporte femenino en edad escolar en la comunidad autónoma andaluza*. Comunicación presentada en las Jornadas nacionales "Mujer y deporte". Consejo Superior de Deportes. Disponible en: <http://www.csd.gob.es/csd/sociedad/deporte-y-mujer/jornadas-nacionales-mujer-y-deporte/maria-jose-romero.pdf> [Consulta: Febrero, 2009].
- Villa, M. (2007). Política y proyectos del Ayuntamiento de Madrid para la igualdad en materia de deporte, *Jornadas la mujer en los ámbitos de responsabilidad del deporte: un paso mas*. Madrid. (Disponible en: <http://www.mujoydeporte.org/>)



## 10. ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICOS

### Índice de gráficas

Gráfica 1. Evolución de la práctica deportiva según sexo en España según los datos del CIS (1990-2005).....	5
Gráfica 2. Práctica de actividades físicas y deportivas por parte de las mujeres, según edad (Instituto de la Mujer, 2005) .....	6
Gráfica 3. Licencias federativas según sexo - 2005 .....	8
Gráfica 4. Motivaciones para no practicar según el estudio del Instituto de la Mujer (2005) .....	11
Gráfica 5. Personal Docente e Investigador en los estudios de CAFyD según sexo – Curso 08-09 .....	17

### Índice de tablas

Tabla 1. Uso del tiempo .....	7
Tabla 2. Práctica deportiva de competición .....	7
Tabla 3. Interés por la práctica deportiva .....	9
Tabla 4. Motivaciones para practicar deporte .....	10
Tabla 5. Motivaciones para no practicar según el estudio del CIS (2005).....	11
Tabla 6. Frecuencia de práctica de la población española según sexo .....	13
Tabla 7. Frecuencia de práctica de la población vasca según sexo. ....	13
Tabla 8. Tipo de actividades practicadas por la población española según sexo	14
Tabla 9. Espacios utilizados según sexo .....	15
Tabla 10. Porcentaje de mujeres en puestos de responsabilidad en las federaciones deportivas de distintos países europeos .....	15
Tabla 11. Cargos directivos y técnicos en las federaciones españolas (2005) ...	16
Tabla 12. Alumnado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte en España según sexo .....	16

## 11. GLOSARIO

### Acción positiva

Son medidas específicas a favor de las mujeres adoptadas por los Poderes Públicos con el fin de hacer efectivo del derecho constitucional a la igualdad.

- Sirven para corregir situaciones patentes de desigualdad de derecho respecto a los hombres.
- Son aplicables en tanto subsistan esas situaciones de desigualdad.
- Han de ser razonables y proporcionadas en relación con el objetivo perseguido en cada caso.
- Las personas físicas y jurídicas privadas también pueden adoptar este tipo de medidas en los términos que establece esta Ley.

(Fuente: Ministerio de Igualdad, 2007)

### Acoso sexual – Acoso por razón de sexo

A efectos de la Ley de Igualdad (2007), y sin perjuicio de lo que establece el Código Penal, el acoso sexual es cualquier comportamiento verbal o físico de naturaleza sexual, realizado con el propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.

### Androcentrismo - Sexismo

Es un punto de vista, una determinada y parcial visión del mundo, la consideración de que aquello que han hecho los hombres es lo que ha hecho la humanidad (o que todo lo que ha hecho la humanidad lo han hecho solo los hombres), es pensar que lo que es bueno para el hombre es bueno para toda la humanidad, es considerar que el hombre es el centro del mundo y el patrón para medir cualquier cosa (Lledó, 1992: 10).

En el ámbito de la actividad física y el deporte, una muestra clara de androcentrismo es cuando se dice “El fútbol es el deporte rey en España”. ¿Realmente es así para hombres y mujeres? ¿O sólo se está pensando en la población masculina?

La utilización general de imágenes de figuras masculinas para la representación de los músculos del cuerpo humano sería otro ejemplo de androcentrismo en los materiales y recursos vinculados a la actividad física y el deporte.

El sexismo es más bien una actitud que se caracteriza por el menosprecio y la desvalorización de los que somos o hacemos las mujeres (Lledó, 1992: 10).

Frases en sentido despectivo como “Pareces una niña jugando”, o “No se llora en el deporte”, reflejan la tradición sexista en la mentalidad y las formas de hacer del mundo del deporte y la actividad física.

### Coeducación – Educación mixta

A pesar que a menudo se utilizan como sinónimos, coeducar no significa reunir bajo un mismo techo, o equipo, a niños y niñas. La agrupación de niñas y niños en un

mismo espacio, sin que este hecho suponga la revisión y la corrección del modelo de enseñanza sexista y androcéntrico, no implica necesariamente la superación de la discriminación y la desigualdad de género.

La coeducación, en cambio, es un concepto mucho más complejo y ambicioso. La coeducación pretende superar la prevalencia de los valores masculinos por encima de los valores femeninos (aún se valora más jugar “a fútbol”, por ejemplo, que jugar a “saltar a la cuerda”), y visibilizar y revalorizar los valores femeninos. La coeducación, pues, supone la coexistencia de actitudes y valores tradicionalmente considerados como masculinos y femeninos de forma que puedan ser aceptados y asumidos por personas de cualquier sexo. Persigue el desarrollo completo de la persona, sin barreras creadas por los estereotipos y prejuicios de género, tanto para chicas como para chicos. (A partir de: Subirats y Tomé, 1992)

En el ámbito de la actividad física y el deporte, a menudo se cree que consiguiendo la formación de equipos mixtos ya se consigue la igualdad, pero no necesariamente es así. En algunas ocasiones, jugar o practicar actividad física en equipos mixtos puede llegar a ser intimidatorio, de forma que se crea un espacio poco amigable que desalienta a muchas chicas a practicar.

### **Comunicación no sexista**

Utilización de un lenguaje, visual, escrito y hablado, que visibiliza a mujeres y hombres, evitando el uso del masculino genérico. Las imágenes y las palabras deben reflejar la diversidad y pluralidad del ámbito deportivo, visibilizando también a las mujeres y mostrando su imagen de forma adecuada, evitando roles sociales estereotipados o mostrar a la mujer como objeto sexual.

### **Corresponsabilidad**

Concepto que va más allá de la mera “conciliación” y que implica compartir la responsabilidad de una situación, infraestructura o actuación determinada. Las personas o agentes corresponsables poseen los mismos deberes y derechos en su capacidad de responder por sus actuaciones en las situaciones o infraestructuras que están a su cargo.

(Fuente: Instituto de la Mujer, 2008)

### **Diferencia - Desigualdad**

El binomio desigualdad-diferencia se hace para señalar que no todas las diferencias son rechazables, sino aquellas que conllevan una jerarquía de privilegios o valores. La diferencia, en principio, habla de diversidad, de variedad. Los seres humanos y las culturas muestran una gran variabilidad que, en principio, no es algo que debamos evitar. La desigualdad se da cuando alguna de esas diferencias es juzgada como merecedora de privilegios o, al contrario, como excusa para la negación de derechos u otras situaciones injustas.

En la práctica física, pueden verse diferencias entre las actividades que practican, tradicionalmente, hombres y mujeres, lo mismo que pueden verse diferencias entre las que practican jóvenes o personas mayores. Vemos desigualdad cuando alguna de esas prácticas son relegadas y minusvaloradas, o cuando se impide la participación a ambos sexos por igual, mermando así la igualdad efectiva entre las diferentes personas.

El antónimo de igualdad no es diferencia, sino desigualdad.

### **Empoderamiento (*Empowerment*):**

El acceso paulatino de las mujeres al control de recursos materiales (físicos, humanos o financieros, como el agua, la tierra, los bosques, los cuerpos, el trabajo, el dinero) de recursos intelectuales (conocimientos, información, ideas) y de ideología (facilidades para propagar, sostener e institucionalizar creencias, valores, actitudes y comportamientos). Actualmente, esta expresión conlleva también otra dimensión: la toma de conciencia del poder que, individual o colectivamente, ostentan las mujeres y que tiene que ver con la recuperación de su propia dignidad como personas.

(Fuente: Emakunde, 2006; Instituto de la Mujer, 2008)

### **Igualdad – Equidad**

Equidad e igualdad son dos principios estrechamente relacionados, pero distintos.

IGUALDAD proviene del término “igual” en su acepción “de la misma manera”. Cuando este término es aplicado en el ámbito jurídico, se refiere a que todos los ciudadanos y ciudadanas tienen los mismos derechos, pero no asegura que estos puedan ser ejercidos. El acceso a este derecho puede estar mediatizado o condicionado por circunstancias personales y/o sociales que pueden impedir ejercerlo total o parcialmente, lo que puede constituir una diferencia entre la situación legal y la situación real.

Cuando utilizamos el término “igualdad” en el contexto deportivo y referido a los hombres y a las mujeres, queremos subrayar que no existe impedimento legal para que las mujeres puedan participar en las distintas esferas del deporte. No existe discriminación legal por razón de sexo; no obstante, puede existir discriminación real. Por este motivo, cuando queremos eliminar todo tipo de discriminación, hablamos de igualdad efectiva, de igualdad de oportunidades o de equidad.

El significado del término EQUIDAD se relaciona con el concepto de justicia. La equidad persigue posibilitar el ejercicio del derecho que proporciona la norma legal y eliminar las posibles discriminaciones surgidas de situaciones individuales o colectivas de las personas.

El concepto de equidad ha sido incorporado al tratamiento de las desigualdades sociales entre las mujeres y los hombres como complemento a la igualdad normativa que otorgan las leyes y desde el convencimiento de que muchas mujeres se ven condicionadas por factores culturales, educativos, familiares y personales que las impiden ejercer libremente estos derechos. A nivel teórico, o legal, no existen barreras, pero sí que existen en la realidad. Como señala Victoria Camps (2000), han cambiado las leyes, pero no han cambiado las mentalidades, ni las costumbres, ni las actitudes, y las mujeres siguen siendo las que, mediante la “doble jornada”, asumen la carga familiar. Así pues, son necesarias medidas correctoras para contrarrestar estos obstáculos “invisibles”.

La equidad, en el contexto deportivo y referido al tratamiento de los hombres y de las mujeres, supone tener en cuenta las diferencias sexo/género; es decir que, para que las mujeres puedan ejercer la igualdad de derecho para participar en el deporte, es necesario considerar las situaciones personales, familiares y sociales que condicionan la vida de las mujeres como grupo y aportar los medios equilibradores oportunos. Es decir, aplicar la “igualdad de oportunidades” y, como consecuencia de ello, la igualdad efectiva.

### **Impacto de género**

Es el criterio de evaluación que mide las consecuencias positivas y negativas que ha tenido una intervención de desarrollo en las relaciones de género, es decir, las que se establecen entre mujeres y hombres. Ninguna acción tiene efectos neutros cuando sus destinatarios y destinatarias no están en igualdad de condiciones.

(Fuente: Murguialday, Vázquez y González, 2008)

### **Modelo hegemónico**

Con modelo hegemónico nos referimos a la supremacía de una forma concreta de entender un fenómeno o realidad sobre otras posibles. En un contexto determinado, una forma es percibida como la más valiosa o, incluso, como la única posible, relegando el resto. Según Eagleton (2005:156) hegemonía es “la variedad de estrategias políticas por medio de las cuáles el poder dominante obtiene el consentimiento a su dominio de aquellos a quienes domina”. Es decir, la hegemonía es un poder más persuasivo que coercitivo (Hargreaves, 1993: 112) y requiere, hasta cierto punto, la aceptación de quien se ve sometido por él. Esta aceptación, incluso por muchas de las personas que se ven perjudicadas por un determinado modelo, dificulta el cambio, pues lo establecido se percibe como lo normal.

En nuestro ámbito, se puede ver cómo cada sociedad tiene sus propias maneras privilegiadas de entender y practicar la actividad física o de valorar formas y características corporales concretas. Esto hace que aquellas prácticas que corresponden al modelo hegemónico (en nuestro caso, los deportes competitivos) tengan más prestigio y recursos que otras formas de actividad física.

### **Segregación vertical (techo de cristal)**

Se entiende por segregación vertical un acceso desigual de las mujeres a los puestos de dirección y gerencia. Este fenómeno reconoce que se registra una democratización en el acceso a diversos puestos de trabajo por parte de las mujeres, pero advierte que los puestos relacionados con las posibilidades de decisión siguen siendo patrimonio de los hombres.

(Fuente: Instituto de la mujer, 2008)

### **Segregación horizontal**

Significa que a las mujeres se les facilita el acceso a empleos o estudios que se presuponen típicamente femeninos – servicios o industrias de menor desarrollo -, al tiempo que encuentran obstáculos y dificultades para asumir ocupaciones que, socialmente, se siguen considerando masculinas, ligadas a la producción, la ciencia y los avances de las tecnologías. Tradicionalmente se ha asignado a los hombres aquellas secciones que tienen que ver con lo público (economía, política, deportes) y a las mujeres aquellas relacionadas con el mundo privado (cultura, sociedad, cuidados, etc).

(Fuente: Instituto de la mujer, 2008; Emakunde, 2006)

## **Sexo – Género**

El SEXO vendría determinado por aquellas características (físicas, genéticas, biológicas) con las que nacen los seres humanos, en tanto que machos y hembras de la especie humana. Estas características serían diferenciales, universales y naturales.

El GÉNERO hace mención a la construcción social que las distintas culturas elaboran sobre la base de la pertenencia sexual, construcción que asigna rasgos de identidad, capacidades, aptitudes y roles distintos a las personas, configurando de esta forma dos géneros dentro de la especie humana, el masculino y el femenino. El proceso de socialización (aprendizaje de patrones culturales y sociales que permiten integrarse en un grupo social) es diferente según el sexo, asignando modelos (culturales y sociales) diferentes para las mujeres y para los hombres, en función de lo tradicionalmente establecido para unas y otros, obedeciendo, en definitiva, a modelos impuestos.

(Fuente: Ministerio de Igualdad, 2007).

### **Transversalidad (*Mainstreaming*)**

Integración sistemática de la perspectiva de género en todos los sistemas, estructuras y organizaciones, programas, políticas y acciones. Se considera las situaciones, prioridades y necesidades respectivas de mujeres y hombres, con vistas a promover la igualdad entre ambos sexos y teniendo en cuenta, activa y abiertamente, desde la fase de planificación, sus efectos en las situaciones respectivas de unas y otros cuando se apliquen, supervisen y evalúen.

(Fuente: Instituto de la mujer, 2008)

### **Plan de Igualdad**

Conjunto ordenado de medidas que se acuerdan a la vista del diagnóstico de situación realizado para alcanzar la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres y eliminar la discriminación por razón de sexo.

(A partir de: Ministerio de Igualdad, 2007)

### **Unidad de igualdad**

Órgano directivo de cada departamento ministerial al que se encomiendan las funciones relacionadas con el principio de igualdad.

(Fuente: Ministerio de Igualdad, 2007)

### **Violencia contra las mujeres**

La Resolución 48/104 de la Asamblea General de la ONU “Declaración para la eliminación de la violencia contra la mujer”, de 20 de diciembre de 1993 dice en su artículo 1: “A los efectos de la presente Declaración, por “violencia contra la mujer” se entiende todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se produce en la vida pública como en la vida privada”.

(Fuente: Oficina del alto comisariado de las Naciones Unidas para los derechos humanos)

### **Fuentes:**

Camps, Victòria (2000). *Los valores en la educación*. Madrid: Anaya.

Eagleton, Terry (2005). *Ideología. Una introducción*. Barcelona: Paidós. [e. o. 1991]

Hargreaves, Jennifer (1993). Promesas y problemas en el ocio y los deportes femeninos. En J. I. Barbero González (Ed.), *Materiales de sociología del deporte* (pp. 109-132). Madrid: La piqueta.

Emakunde (2006). *IV Plan para la Igualdad de mujeres y hombres en la CAPV. Directrices VIII legislatura*. Vitoria: Emakunde.

Instituto de la Mujer (2008). *Plan estratégico 2008-2011 de Igualdad de oportunidades*. Madrid: Instituto de la Mujer.

Lledó, Eulàlia (1992). *El sexismo y el androcentrismo en la lengua: análisis y propuestas de cambio* (Vol. 3). Barcelona: Institut de Ciències de l'Educació de la U. Autònoma de Barcelona.

Ministerio de Igualdad (2007). *Conceptos de igualdad*. Ministerio de Igualdad. Disponible en: [http://www.migualdad.es/mujer/politicas/Ley\\_Igualdad.htm](http://www.migualdad.es/mujer/politicas/Ley_Igualdad.htm) [Consulta: Febrero, 2009].

Murguialday, Clara; Vázquez, Norma & González, Lara (2008). *Un paso más: evaluación del impacto de género*. Barcelona: Cooperació - Acció Espanyola de Cooperació al Desenvolupament.

Oficina del alto comisariado de las Naciones Unidas para los derechos humanos (1993). *Resolución 48/104 de la Asamblea General de la ONU "Declaración para la eliminación de la violencia contra la mujer", de 20 de diciembre de 1993*. Disponible en: [http://www2.ohchr.org/spanish/law/mujer\\_violencia.htm](http://www2.ohchr.org/spanish/law/mujer_violencia.htm) [Consulta: Febrero, 2009].

Subirats, Marina & Tomé, Amparo (1992). *La educación de chicos y chicas. Recomendaciones institucionales y marco legal* (Vol. 1). Barcelona: Institut de Ciències de l'Educació de la U. Autònoma de Barcelona.