



# Jornada sobre Deporte y Salud de la FMM

LGNS



Ayuntamiento de Leganés





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

José Luis Terreros

Subdirector General de Deporte y Salud  
Consejo Superior de Deportes

Jornada sobre Deporte y Salud de la FMM

# ¿POR QUÉ UN PLAN?

# EI SEDENTARISMO ES EL 7º FACTOR DE RIESGO EN LOS PAÍSES DESARROLLADOS

España es uno de los países con más alto nivel de sedentari smo de Europa

Informe sobre la Salud en el Mundo (OMS), 2002. Eurobarómetro 2010

## SOBREPESO Y OBESIDAD

Epi demi a: 38' 5% de los español es presenta sobrepeso

Coste económico importante para la sani dad públ i ca

Indi cadores de Salud. Insti tuto Naci onal de la Salud. 2006.

## POBLACIÓN INFANTIL Y JUVENIL

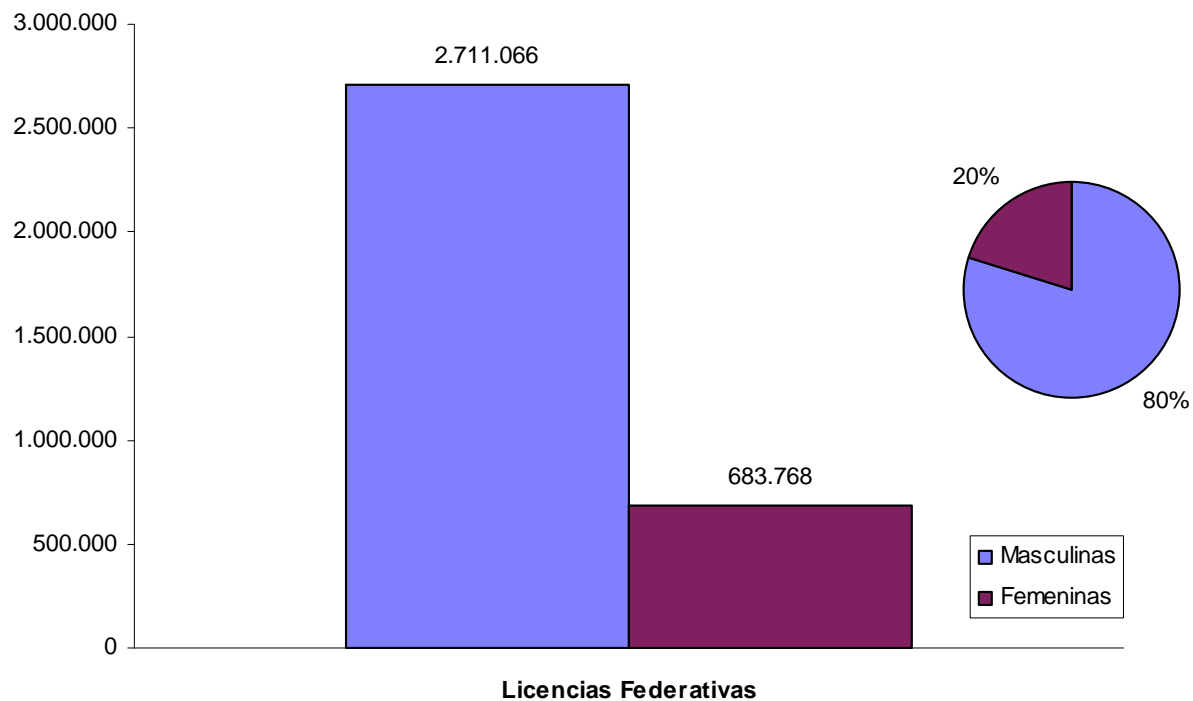
Prevalencia de sobrepeso y obesidad  
26'3% de niños/as y jóvenes españoles

Práctica de la educación física y deportiva  
infantil insuficiente

PROGRAMA THAO 2009.

# MUJER Y DEPORTE

## Deporte Federado - 2008



CSD - 2009

# DI FICULTAD DE ACCESO A LA PRÁCTICA DEPORTI VA

Personas mayores

Personas con discapacidad

Colectivos en riesgo de exclusión social

Buenos resultados  
en Juegos  
Paralímpicos

## COMPROMISO DEL CSD

- Programa de Gobierno para esta Legislatura. Fomento de la práctica deportiva en la población española
- Buscar respuestas a tres preguntas:
  - ✓ ¿Qué puede hacer el Gobierno para lograr una mayor promoción de la actividad física y del deporte en España?
  - ✓ ¿Cómo podemos trabajar todos en la misma dirección?
  - ✓ ¿Cómo articular el proceso desde el CSD?





# ¿POR QUÉ AHORA?

# OPORTUNIDAD / EDAD DE ORO DEL DEPORTE ESPAÑOL

Práctica deportiva de la sociedad española



Deporte de Alto Nivel

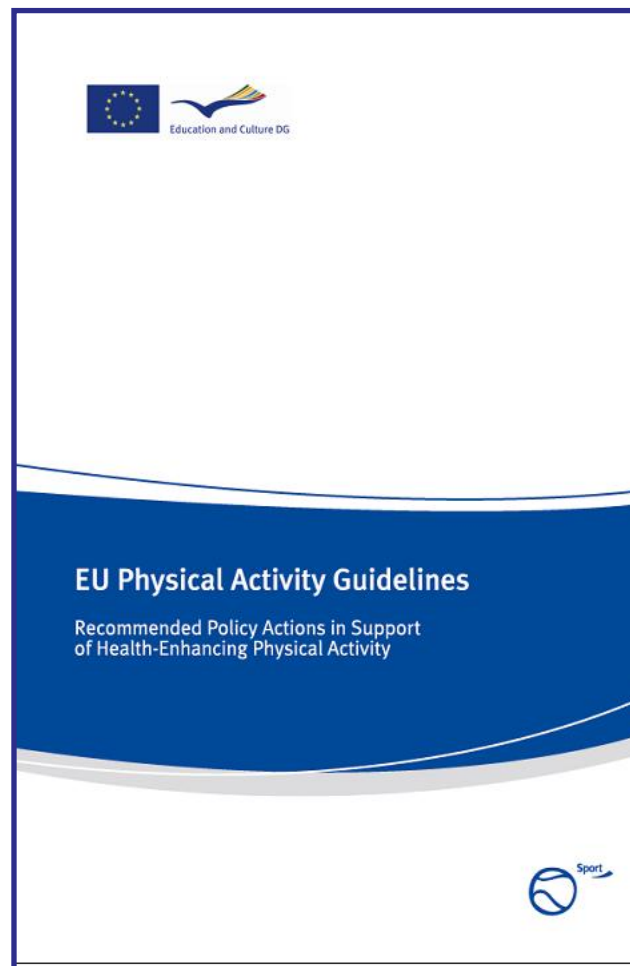
## PRÓXIMOS HITOS

PRESIDENCIA ESPAÑOLA DE LA UNIÓN EUROPEA  
Primer semestre de 2010

MUNDIAL DE BALONCESTO 2014

COPA MUNDIAL DE LA FIFA 2018/2022  
España candidata

# DI RECTRICES DE ACTIVIDAD FÍSICA DE LA UNIÓN EUROPEA



http://www.csd.gob.es/

Portal del Consejo Superior de Deportes – Portal del Consejo Superior de Deportes - Windows Internet Explorer

http://www.csd.gob.es/

Inicio Mapa del Sitio Contacto Idioma Bienvenida

Información Instituciones Asociaciones Federaciones Deportivas Instalaciones Deportivas Deporte de Competición Deporte y Sociedad Deporte y Salud

Texto a Buscar:  Buscar

Bienvenidos a www.csd.gob.es

**Noticias**

- El CSD y Unicef unen esfuerzos para fomentar la práctica deportiva infantil y los valores del deporte (08/02/2010)
- Bienal Internacional del Deporte en el Arte (BIDA 2009)
- Comunicado del Consejo Superior de Deportes tras la última operación policial contra el Dopaje (24/11/2009)

**Destacados**

- XXI Juegos Olímpicos de Invierno**  
Información sobre Vancouver 2010.
- Convenio de colaboración entre el CSD y UNICEF-España**  
El objetivo es el desarrollo conjunto de actividades para fomentar la práctica deportiva y promocionar los valores humanos inherentes al deporte entre la población infantil.
- Plataforma Tecnológica Española de la Industria del Deporte**  
INESPORT pretende fomentar la investigación y la transferencia de conocimiento en el ámbito del deporte.
- Sistema de Gestión de Riesgos de Instalaciones Deportivas**  
El CSD ha desarrollado una aplicación que permite a los gestores de instalaciones deportivas realizar una autoevaluación de sus instalaciones deportivas respecto al cumplimiento de la normativa.
- BIDA 2009. Mil Enfoques. Un Objetivo**  
El CSD envuelve las fachadas de su edificio con fotografías de gran formato.
- Enseñanzas deportivas: normas en trámite de consulta**  
De los títulos de técnico deportivo en judo y defensa personal. Plazo de envío de observaciones hasta 4 de marzo.
- Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte**  
Iniciativa del CSD para impulsar el acceso universal a una práctica deportiva de calidad para el conjunto de la población.
- Manifiesto por la Igualdad y la Participación de la Mujer en el Deporte**  
Manifiesto, formulario de adhesión y galería fotográfica.

**Oficina virtual**

- Ayudas y Subvenciones
- Autorizaciones, Licencias y Declaraciones
- Deportistas de alto nivel
- Reclutas
- Enseñanzas Deportivas
- Recursos, Quejas y Sugerencias

**Juegos Olímpicos y Paralímpicos de Invierno**

**No Juegos contra el Deporte**

**Deporte Sostenible**  
Campaña Deportiva

**Plan E** **DDG** **GRIFE** **ES**

**Kos Iberoamericana Mujer y Deporte**  
Constituida en la IV Asamblea General del Consejo Iberoamericano del Deporte (CID).

**Programa de Atención al Deportista de Alto Nivel (PROAD)**  
Programa para la mejora de las condiciones de integración laboral de las deportistas de Alto Nivel Españolas.

**Directrices de actividad física de la UE**  
Acciones recomendadas para apoyar la actividad física que promueve la salud.

**Guía Alimentación, Nutrición e Hidratación en el Deporte**  
Unidad del Servicio de Medicina, Endocrinología y Nutrición del Centro de Medicina del Deporte del Consejo Superior de Deportes.

**Planes Reglamentarios "NIDE 4" referentes a Deportes de Hielo**  
Adaptados en línea de esta normativa y a la norma de proyecto de pabellones de Deportes de Hielo.

Inicio | Carta de Servicios electrónicos | Acceso a los Servicios | RSS | Otros Portales del CSD

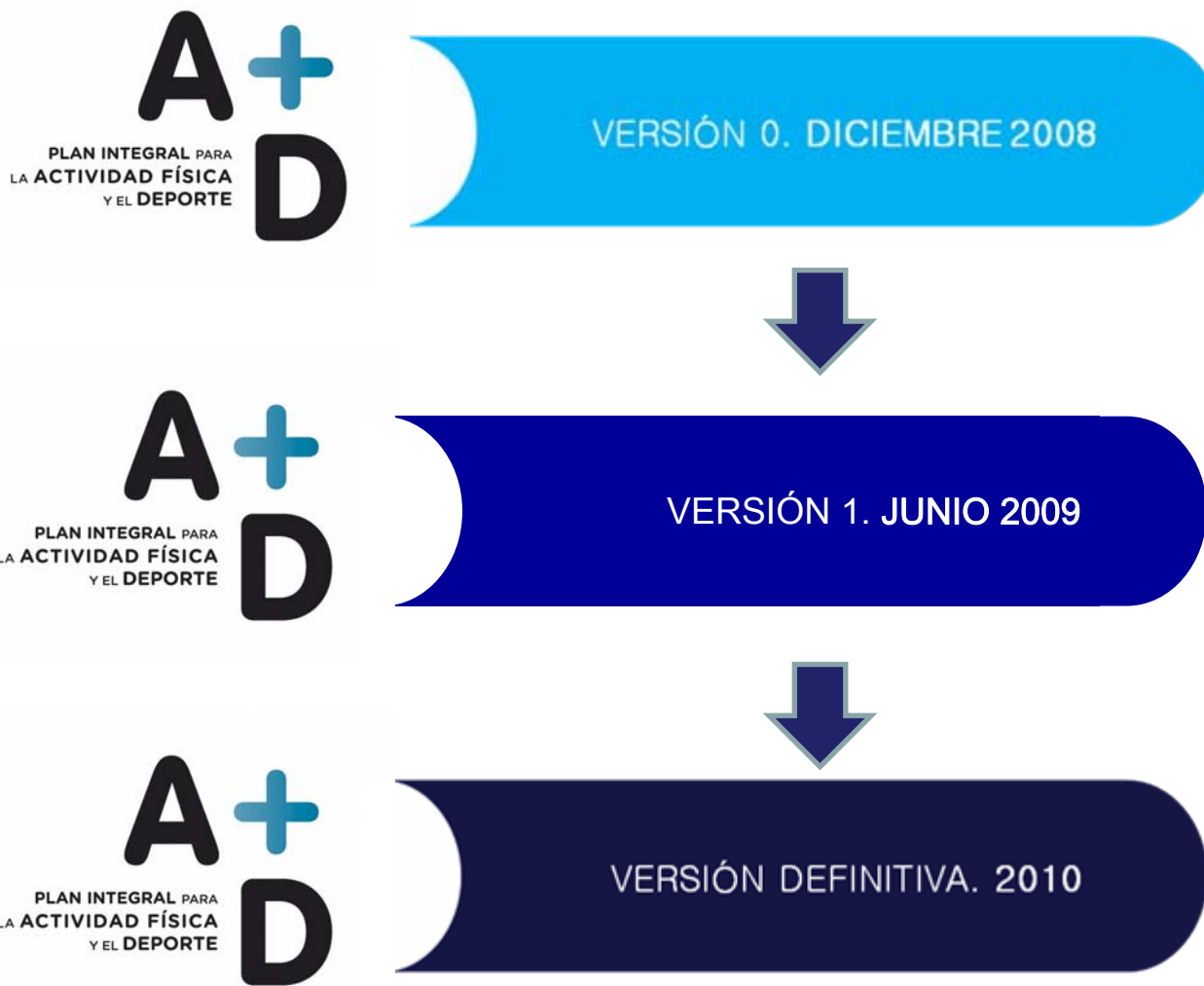
# DI RECTRI CES DE ACTI VI DAD FÍ SI CA DE LA UNI ÓN EUROPEA

- Se di ri gen pri nci pal mente a los gestores de pol í ti cas de los Estados mi embros.
- Acci ones ori entadas ú ni ca mente ha cia la acti vi dad fí si ca (no a la nutri ci ón u otros aspectos).
- 41 Di rectri ces.
- Ej empl os de buenas prá cti cas.





# ¿QUÉ PLAN?





VERSIÓN 0. DICIEMBRE 2008

TRABAJO DE MÁS DE 100 EXPERTOS DE TODA ESPAÑA



VERSIÓN 1. JUNIO 2009

## PROCESO DE ELABORACIÓN DEL PLAN

Metodol ogí a parti ci pati va: + 100 Expertos, 12 meses de trabajo, 8 ámbi tos de actuaci ón.



CSD: actitud proactiva

Alianzas estratégicas:

Ministerios - CCAA - Corporaciones Locales -

Universidades

Máxima complicidad con TODOS los actores del  
sistema deportivo español

Federaciones, Clubes, Asociaciones

Respeto competencial

CSD: actitud proactiva

## Acción directa

Máxima colaboración

Respeto competencial

CSD

CCAA

Entidades  
Locales

Universidades

Sector deportivo

Coordinación

Implementación

# A+D

PLAN INTEGRAL PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

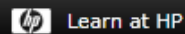
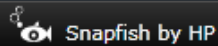
VERSIÓN 1 JUNIO 2009







# V. 1 del PLAN



This website wants to run the following add-on: 'MSXML 5.0' from 'Microsoft Corporation'. If you trust the website and the add-on and want to allow it to run, click here...

bienvenidos a www.csd.gob.es

### Noticias

...issavetzky firmará un protocolo para la construcción de un centro de deporte adaptado (06/11/2009)

...probado el Catálogo de acontecimientos Deportivos de Interés General

...samblea general de ADO

[ver todo >](#)

### Servicios

Últimos Resultados y Calendario  
Resultados y Calendarios. Buscador.  
Censo de Instalaciones Deportivas  
Deportistas DAN  
Buscador Legislativo

[ver todo >](#)



realiza tus trámites >

### Destacados



Se pone en marcha este nuevo servicio que permite la comunicación entre el ciudadano y el Consejo Superior de Deportes por vía telemática. A través de la Oficina Virtual se podrá acceder a la información de los diferentes trámites gestionados por el CSD (Autorizaciones, licencias, ayudas, etc). También podrán realizar tanto solicitudes telemáticas como el seguimiento de las mismas.



**Manifiesto por la Igualdad y la Participación de la Mujer en el Deporte**  
Documento del Manifiesto, formulario de adhesión y galería fotográfica.



**Las Enseñanzas Deportivas en el Sistema Educativo Español**  
Disponibles las ponencias del curso Las Enseñanzas Deportivas dentro del Sistema Educativo Español.



**Red Iberoamericana Mujer y Deporte**  
Constituida en la XV Asamblea General del Consejo Iberoamericano del Deporte (CID).



**Programa de Atención al Deportista de Alto Nivel (PROAD)**  
Acto de firma de los convenios de colaboración con el PROAD. L... agradece a las empresas su apoyo para la formación e...  
inserción laboral de los deportistas.



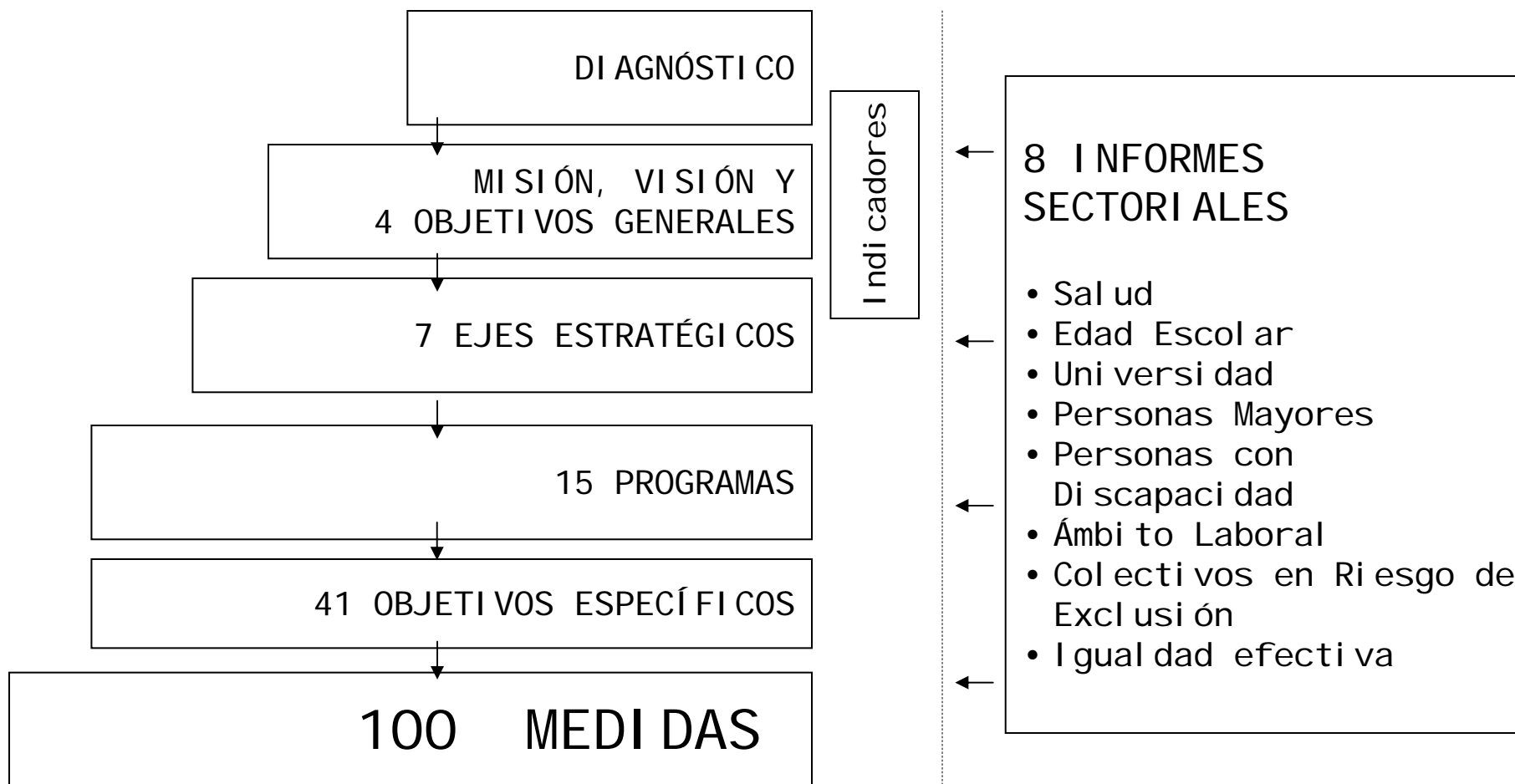
**Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte**  
Iniciativa del CSD para impulsar el acceso universal a una práctica deportiva de calidad para el conjunto de la población.



**Primer Curso de Actualización en Medicina y Ciencias Aplicadas al Deporte de Alto Rendimiento**  
Dirigido a Técnicos del deporte, médicos del deporte y otras especialidades médicas.



## VERSION 1



## OBJETIVOS GENERALES

1. **INCREMENTAR** NOTABLEMENTE NUESTRO NIVEL DE PRÁCTICA DEPORTIVA
2. **GENERALIZAR** EL DEPORTE EN EDAD ESCOLAR
3. **IMPULSAR** EL DEPORTE COMO UNA HERRAMIENTA DE COHESIÓN SOCIAL
4. **AVANZAR** EN LA IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES

## 15 PROGRAMAS Y 100 MEDIDAS

Esfuerzo de integración informes sectoriales

## PROGRAMA 0

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Garantizar la integralidad del Plan
- Dar visibilidad al Plan y a su implantación
- Dotar al Plan de instrumentos de conocimiento objetivo de la realidad
- Impulsar proyectos piloto

## 8 PROGRAMAS SECTORIALES

1. Programa Sanitario de Prevención del sedentari smo
2. Actividad Física y Deporte en Edad Escolar
3. Actividad Física para Las Personas con discapacidad
4. Actividad Física y Deporte en el Ámbi to Laboral
5. Actividad Física para Personas Mayores
6. AF y D para Colectivos en Riesgo de exclusión soci al
7. Actividad Física y Deporte en La Uni versi dad
8. Igual dad efectiva entre mujeres y hombres

## 6 PROGRAMAS TRANSVERSALES

9. Comuni caci ón

10. Sensi bi l i zaci ón e I nformaci ón

11. I nvesti gaci ón y Acci ones ci entí fi cas

12. Formaci ón

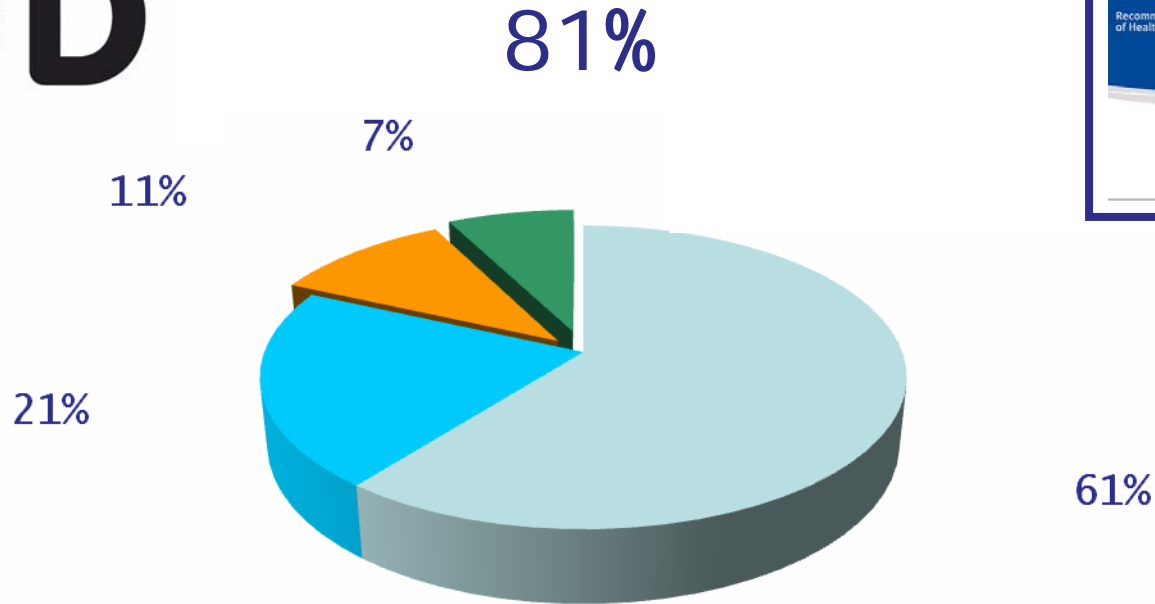
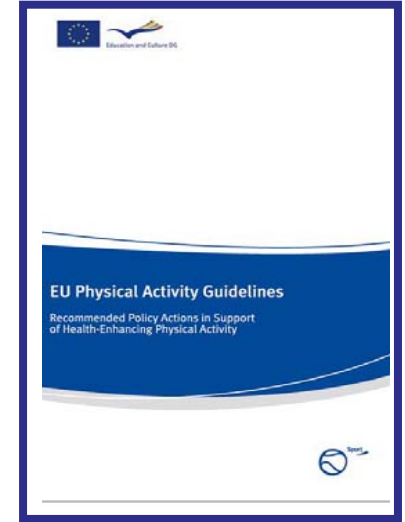
13. Organi zaci ón, Legi sl aci ón y Normati va

14. Acci ones asoci adas al Terri tori o



# CUMPLIMIENTO

**A+D**  
PLAN INTEGRAL PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE



■ TOTAL ■ PARCIAL ■ NO ■ N.A.



# PROGRAMAS Y MEDIDAS EN DEPORTE Y SALUD

## PROGRAMA **SANITARIO** DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

- 1) **CREACIÓN DE UN GRUPO DE TRABAJO ESTABLE DE EXPERTOS/AS.**
- 2) PROGRAMA DE PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO FÍSICO PARA LA SALUD EN EL ÁMBITO SANITARIO.
- 3) PROYECTOS SELECTIVOS DE UNIDADES DE EJERCICIO EN ASISTENCIA ESPECIALIZADA.

## PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL **ÁMBITO LABORAL**

- 1) INCORPORACIÓN AL PROGRAMA MÚSCULO-ESQUELÉTICO DEL CONSEJO DE EUROPA.
- 2) ALIANZAS ENTRE AGENTES SOCIALES VINCULADOS A LA EMPRESA, MUTUAS Y SINDICATOS.
- 3) FOMENTO DE PROGRAMAS CON LAS EMPRESAS QUE COLABOREN CON LA ADMINISTRACIÓN.
- 4) CREACIÓN DEL SELLO "EMPRESA SALUDABLE" CON REQUISITOS DE A+D.

## INVESTIGACIÓN Y ACCIONES CIENTÍFICAS

- 1) PRIORIZACIÓN DE CONVOCATORIAS DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y APOYO DE PROYECTOS CON ENFOQUE A+D.
- 2) RELACIONES CON PLAN NACIONAL PARA PROYECTOS DEPORTE Y SALUD.
- 3) CREACIÓN DE UNA RED NACIONAL DE INVESTIGADORES EN CIENCIAS DEL DEPORTE.

## FORMACIÓN

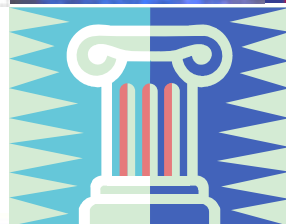
- 1) PROGRAMA DE FORMACIÓN CONTINUA SOBRE PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO PARA EQUIPOS DE ATENCIÓN PRIMARIA.
- 2) ACTIVIDADES DE FORMACIÓN CONTINUA SOBRE AF Y SALUD PARA PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE.
- 3) ESTUDIO DE LA FORMACIÓN SOBRE AF Y SALUD EN LOS PLANES DE ESTUDIO DE LAS FACULTADES DE MEDICINA Y CIENCIAS DE LA SALUD.

- 1) SELLO "EVENTO DEPORTIVO SALUDABLE", APOYO Y CONVOCATORIA DE PATROCINIO A EVENTOS DE ESTE TIPO.
- 2) COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN EN RADIO Y TELEVISIÓN.
- 3) INCLUSIÓN DE LA A.F. ADAPTADA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN EL SISTEMA NACIONAL DE SALUD.
- 4) PROGRAMAS DE RESPONSABILIDAD COOPERATIVA SOCIAL DE ACTIVIDADES A+D EN LAS EMPRESAS.
- 5) GRUPO AVILÉS DE COOPERACIÓN CON LAS CCAA.





# ESTRATEGIA DE INTRODUCCIÓN DE LA PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO EN LA SANIDAD



# ESTRATEGIA DE INTRODUCCIÓN DE LA PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO EN LA SANIDAD

1) Pública

2) Privada



# ESTRATEGIA DE INTRODUCCIÓN DE LA PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO EN LA SANIDAD

## 1) Pública

PLAN DE FORMACIÓN PARA EAP

PLAN DE PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO

UNIDADES DE EJERCICIO EN ASISTENCIA ESPECIALIZADA

A. F. ADAPTADA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD



# Versión definitiva del PLAN

# Versión definitiva del PLAN:

## VERSIÓN TERRITORIALIZADA

1. - Conferencia interterritorial CCAA
2. - Expertos del PLAN
3. - Grupo de Control y Seguimiento
4. - Ministerio y Entidades (FEMP)
5. - Tejido social deportivo (Asociaciones...)
6. - Presentación definitiva