

# A+ D

PLAN INTEGRAL PARA  
LA ACTIVIDAD FÍSICA Y  
EL DEPORTE



PLAN INTEGRAL PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE



#### CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES

**SECRETARIO DE ESTADO – PRESIDENTE**  
Jaime Lissavetzky Díez

**DIRECTOR GENERAL DE DEPORTES**  
Albert Soler Sicilia

**DIRECTORA GENERAL DE  
INFRAESTRUCTURAS DEPORTIVAS**  
Matilde García Duarte

**DIRECTOR DE GABINETE DE LA PRESIDENCIA**  
Marcos Sanz Agüero

**SUBDIRECTORA GENERAL DE PROMOCIÓN  
DEPORTIVA Y DEPORTE PARALÍMPICO**  
Marta Carranza Gil-Dolz del Castellar

**SUBDIRECTOR GENERAL DE DEPORTE Y SALUD**  
José Luis Terreros Blanco

**SUBDIRECTOR GENERAL DE ALTA COMPETICIÓN**  
Ángel Luis López de la Fuente

**SUBDIRECTOR GENERAL INFRAESTRUCTURAS  
DEPORTIVAS Y ADMINISTRACIÓN ECONÓMICA**  
Alfonso Luengo Álvarez-Santullano

**SUBDIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN JURÍDICO  
DEL DEPORTE**  
Ramón Barba Sánchez

**SECRETARIA GENERAL**  
Teresa Peña Gamarra

**ASESORA DE GABINETE**  
Carmen Guerrero Martínez

**JEFE DE LA OFICINA DE PRENSA**  
Luis Lucio-Villegas de la Cuadra

**COORDINADOR DE PROYECTOS**  
Enrique Lizalde Gil

**JEFA DE LA OFICINA DEL PLAN A+D**  
Mercedes Llano Ruiz

#### INSTITUCIONES Y ENTIDADES COLABORADORAS

**MINISTERIO DE EDUCACIÓN**  
Secretaría de Estado de Educación  
y Formación Profesional  
Secretaría General de Universidades

**MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA  
SOCIAL E IGUALDAD**  
Dirección General de Salud  
Pública y Sanidad Exterior  
Agencia Española de Seguridad  
Alimentaria y Nutrición  
Instituto de la Mujer

**COMUNIDADES Y CIUDADES AUTÓNOMAS**  
Grupo de Control y Seguimiento

**CONFERENCIA DE INSTITUTOS Y  
FACULTADES DE CCAF Y EL DEPORTE**

**CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES  
DE LICENCIADOS EN EDUCACIÓN FÍSICA  
Y EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL  
DEPORTE DE ESPAÑA**

**CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS  
OFICIALES DE ENFERMERÍA DE ESPAÑA**

**CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS  
OFICIALES DE FISIOTERAPEUTAS DE ESPAÑA**

**CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES  
DE MÉDICOS DE ESPAÑA**

**COMITÉ ESPAÑOL DE DEPORTE  
UNIVERSITARIO (CEDU)**

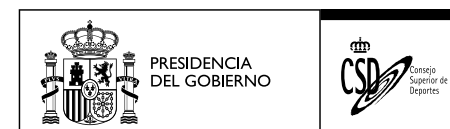
**FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE  
ESPECIALISTAS EN MEDICINA DE LA EDUCACIÓN  
FÍSICA Y EL DEPORTE (FEDAMEFIDE)**

**FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE MEDICINA  
DEL DEPORTE (FEMEDE)**

**FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES DE GESTORES  
DEL DEPORTE DE ESPAÑA (FAGDE)**

**ASOCIACIÓN DE FEDERACIONES  
DEPORTIVAS ESPAÑOLAS (AFEDES)**

**CONFEDERACIÓN DE FEDERACIONES  
DEPORTIVAS ESPAÑOLAS (COFEDE)**



**GRUPOS DE TRABAJO DE EXPERTOS  
Y EXPERTAS DEL PLAN A+D**

**ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y SALUD**

José Luis Terreros Blanco (Coordinador), Fernando Gutiérrez Ortega (Representante del CSD), Fernando París Roche, Susana Aznar Lain, Vicente Elías Ruiz, Manel González Peris, Javier Ibáñez Santos, M<sup>a</sup> Teresa Lara Hernández, Sara Maldonado Martín, Francisco Javier Márquez Ortiz, Begoña Merino Merino, José Naranjo Orellana, Nicolás Terrados Cepeda, Jose Gerardo Villa Vicente.

**ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EDAD ESCOLAR**

Juan Luis Hernández Álvarez (Coordinador), Tomás Valles Rodríguez (Representante del CSD), Fernando París Roche, Darío Alvano Casademunt, Ricardo Echeita Sarrionandia, Carles González Arévalo, Julio Latorre Peña, Francisco Javier López de las Heras, Ángeles López Rodríguez, Teresa Lleixá Arribas, Carles Meilán Cuevas, Hermenegildo Puchades Company, Santiago Romero Granados, Primitivo Sánchez Sanz, Eduardo de la Torre Navarro.

**ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN**

**PERSONAS CON DISCAPACIDAD**

Merche Ríos Hernández (Coordinadora), Juan Manuel Hueli Amador (Representante del CSD), Jordi Viñas Fort, José Miguel Arráez Martínez, Paqui Bazalo Gallego, María Enciso Enciso, Eugenio Jiménez Galván, Alberto Jofre Bernardo, Teresa Perales Fernández, Josep Oriol Martínez, Arturo Pérez Rodríguez, Javier Pérez Tejero, Enrique Rovira-Beleta Cuyás, David Sanz Rivas, Manuel Solís García.

**ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**EN PERSONAS MAYORES**

Pilar Pont Geis (Coordinadora), Mercedes Llano Ruiz (Representante del CSD), Jordi Viñas Fort, 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.

**ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**EN EL ÁMBITO LABORAL**

Jordi Viñas Fort (Coordinador), Daniel Mateos Fuertes (Representante del CSD), Sandra Carballo Ruano, Antonio Casimiro Andujar, Fernando Fabra Olmos, Xavier Isern Torras, Julio Tomás Larrén, Pere Manuel Gutiérrez, Santiago Prados Prados, Juan Pablo Venero Valenzuela.

**ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL**

Gaspar Maza Gutiérrez (Coordinador), Susana Pérez Arroyo (Representante del CSD), Jordi Viñas Fort, Felipe Castañer Molinero, Javier Durán González, Jesús Fernández Gavira, Fco. Xavier Medina Pons, Ricardo Sánchez Martín, José Carlos Vega Martín. Colaboradores/as: Isabel Aina Zarazaga, Josep María Mora Verdeny, Sergio Puga Amoedo.

**ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD**

Carlos Hernando Domingo (Coordinador), Aitor Canibe Sánchez (Representante del CSD), Fernando París Roche, Andreu Benet Busquet, Diego Cabeza Ramos, Xurxo Dopico Calvo, Rafael García Juan, Fernando Gil Labarta, Francisco Guzón Fernández, Alicia López Yeste, Juan Mayorga García, Teresa Nuñez Bernardos, Assumpta Rivera i Valls, Luis Javier Sánchez García, Antonio Yébenes Montoro.

**IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES**

Susana Soler Prat (Coordinadora), Silvia Ferro López (Representante del CSD), Fernando París Roche, Élida Alfaro Gandarillas, Carmen Atero Carrasco, Rosana Castillo Salazar, Emilia Fernández García, José Hidalgo Martín, Cristina López Villar, Ana Mañeru Méndez, Lucio Martínez Álvarez, Susana Mendizábal Albizu, Begoña Palacios de Burgos, M<sup>a</sup> José Romero Ramos, Dorleta Ugalde Usandizaga, Anna Vilanova Soler.

**EL PLAN A+D ES UN INSTRUMENTO CREADO POR EL CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES CON EL FIN DE GARANTIZAR AL CONJUNTO DE LA POBLACIÓN ESPAÑOLA EL ACCESO UNIVERSAL A LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE CALIDAD, AYUDANDO ASÍ A COMBATIR EL ELEVADO NIVEL DE SEDENTARISMO Y OBESIDAD Y A PROMOVER HÁBITOS DE VIDA ACTIVOS Y SALUDABLES.**



El presente documento contiene, ampliamente desarrollados, los contenidos de una de las propuestas más ambiciosas puestas en marcha a lo largo los últimos años en el ámbito de la actividad física y del deporte en España. Las iniciales de ambos conceptos (actividad física y deporte) conforman la sigla que identifica el Plan y, hasta cierto punto, se constituyen en logotipo del mismo: Plan A+D.

No se trata de un plan más. Ni de un plan pensado de manera unilateral y limitada. Es, por el contrario, la materialización de un proyecto que forma parte de las 5 líneas estratégicas que han venido definiendo la actuación del Consejo Superior de Deportes a lo largo de la presente Legislatura y que obedecen a una visión a medio y largo plazo de nuestras necesidades en ese campo: la extensión de la práctica deportiva, la promoción del deporte en la sociedad, la consolidación de nuestro país como potencia polideportiva, el fortalecimiento del sistema deportivo español y el desarrollo de la proyección internacional de nuestro deporte.

Aunque contiene actuaciones y proyectos relacionados con todas esas líneas, el Plan A+D desarrolla de manera concreta la que está más vinculada a la vida cotidiana de las personas, de los ciudadanos de todas las edades. Me refiero a la primera de las líneas estratégicas mencionadas: la extensión de la práctica deportiva.

También es un Plan que se ha elaborado teniendo en cuenta los criterios y orientaciones de organismos internacionales que han legislado o desarrollado normas sobre la materia. Así, el Plan tiene en cuenta, de modo riguroso y, a la vez, innovador, las directrices de la Unión Europea y las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud.

Por otro lado, es un Plan que no nace por generación espontánea. Es fruto de más de casi tres años de trabajo tenaz, puesto que la primera versión fue elaborada en junio de 2008 y, con posterioridad, distribuida a numerosas entidades, colectivos e instituciones vinculadas con la práctica deportiva y con la actividad física con el fin de recabar, de todos ellos, sugerencias, propuestas, correcciones o nuevas ideas e iniciativas relacionadas con el contenido del Plan. Eso quiere decir que se trata de un Plan fruto de un largo e intenso proceso de participación.

Las aportaciones recibidas lo han enriquecido de manera significativa contribuyendo así a que el Plan sea mucho más que un proyecto del Consejo Superior de Deportes. Es eso, sin duda, pero es también un proyecto que, estoy

seguro, hará suyo el amplio tejido deportivo y social al que nos hemos dirigido y con el que hemos trabajado a lo largo de estos años.

Quiero, por ello, expresar mi más profundo agradecimiento a todos y cada uno de los expertos que han colaborado para que este documento sea posible y a todas aquellas personas que, en representación de las más diversas instituciones, entidades y asociaciones, han participado activamente y de modo desinteresado.

De ahora en adelante, el compromiso del Consejo Superior de Deportes (y en él me atrevo a incluir el de todas las instancias que han participado en la elaboración del Plan) va a ser hacer del Plan A+D una realidad en el trabajo cotidiano. Es decir: llevarlo a la práctica, desarrollarlo en el terreno de los hechos.

Pero para que ello sea así es imprescindible la complicidad y trabajo coordinado y conjunto de las comunidades autónomas, de las diputaciones y de los ayuntamientos, además de la colaboración de los ministerios directa o indirectamente relacionados con las distintas líneas de actuación del mismo.

El Plan A+D que en estas páginas se desarrolla no supone un punto y final. Por el contrario, aun teniendo en cuenta que ha sido fruto de un proceso de participación imprescindible, sólo cierra una fase. En cierto modo, podemos decir que es un punto de partida. Diría más: una propuesta de acción para invitar a toda la sociedad española a superar recelos respecto al deporte y a la actividad física, para superar, en sentido positivo, las rémoras que todavía condicionan una plena expansión de ambas actividades y para que todos los sectores sociales estén en condiciones de aprovechar al máximo sus capacidades y sus potencialidades.

Ahora se trata de pasar de la teoría a la práctica. De convertir todas y cada una de las medidas recogidas en este documento en una realidad tangible, en acción concreta a desarrollar a todos los niveles. Estoy seguro de que así será.

**JAIME LISSAVETZKY DÍEZ**

Secretario de Estado para el Deporte





## 1 INTRODUCCIÓN 20

1.1 LA RESPUESTA A TRES PREGUNTAS 24

1.2 UNA PRECISIÓN TERMINOLÓGICA NECESARIA 25

## 2 ¿POR QUÉ UN PLAN INTEGRAL? 28

## 3 EL PLAN A+D COMO INSTRUMENTO DE DIFUSIÓN DE LA POLÍTICAS EUROPEAS E INTERNACIONALES SOBRE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE 34

3.1 DIRECTRICES DE ACTIVIDAD FÍSICA DE LA UNIÓN EUROPEA 37

3.2 RECOMENDACIONES DE LA OMS SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD 38

## 4 METODOLOGÍA 40

## 5 EL PAPEL DEL CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES Y DE LAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS 46

## 6 DIAGNÓSTICO SOBRE LA SITUACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN ESPAÑA 56

6.1 NIVEL BÁSICO 59

6.1.1 ACTIVIDAD FÍSICA, PRÁCTICA DEPORTIVA Y SALUD 59

6.1.2 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA EN EDAD ESCOLAR 78

6.2 NIVEL DE COLECTIVOS ESPECÍFICOS 83

6.2.1 LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD 83

6.2.2 LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN LAS PERSONAS MAYORES 91

6.2.3 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL 98

6.2.4 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL 106

6.2.5 EL DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD 113

6.3 NIVEL TRANSVERSAL. LA IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES 119

6.3.1 PARTICIPACIÓN E INTERÉS DE LAS MUJERES POR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 119

6.3.2 ÁMBITOS DE ACTUACIÓN 124

6.3.3 LEY ORGÁNICA PARA LA IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES 125

6.3.4 POLÍTICAS DE LAS ORGANIZACIONES 126

## **7 MISIÓN, VISIÓN Y OBJETIVOS GENERALES DEL PLAN A+D** 130

**7.1 MISIÓN DEL PLAN A+D** 133

**7.2 VISIÓN DEL PLAN A+D** 134

**7.3 OBJETIVOS GENERALES DEL PLAN A+D** 135

## **8 INDICADORES DE RESULTADOS** 136

## **9 LOS EJES ESTRATÉGICOS DEL PLAN A+D** 140

## **10 LOS PROGRAMAS DEL PLAN A+D** 146

**10.1 PROGRAMA 1. INICIAL** 150

**10.2 PROGRAMA 2. SANITARIO DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA** 150

**10.3 PROGRAMA 3. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EDAD ESCOLAR** 151

**10.4 PROGRAMA 4. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD** 152

**10.5 PROGRAMA 5. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL** 153

**10.6 PROGRAMA 6. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LAS PERSONAS MAYORES** 153

**10.7 PROGRAMA 7. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** 154

**10.8 PROGRAMA 8. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD** 155

**10.9 PROGRAMA 9. IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES** 156

**10.10 PROGRAMA 10. COMUNICACIÓN** 157

**10.11 PROGRAMA 11. SENSIBILIZACIÓN E INFORMACIÓN** 158

**10.12 PROGRAMA 12. INVESTIGACIÓN** 158

**10.13 PROGRAMA 13. FORMACIÓN** 159

**10.14 PROGRAMA 14. ORGANIZACIÓN, LEGISLACIÓN Y NORMATIVA** 161

**10.15 INTERVENCIÓN URBANA** 162

## **11 LA APLICACIÓN DEL PLAN A+D EN LOS ÁMBITOS AUTONÓMICOS Y LOCALES** 164

**11.1 LA COMPETENCIA EXCLUSIVA DE LAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS EN MATERIA DEPORTIVA** 167

**11.2 LAS COMPETENCIAS LOCALES: AYUNTAMIENTOS, DIPUTACIONES, CABILDOS CONSELLS Y COMARCAS** 170

**11.3 EL ASESORAMIENTO EXTERNO DEL CSD** 171

## **12 LAS 100 MEDIDAS DEL PLAN A+D** 173

# ÍNDICE DE FIGURAS

<b>FIGURA 1 FACTORES DE IMPACTO SOBRE LA MORTALIDAD EN LOS PAÍSES DESARROLLADOS.</b>	60
<b>FIGURA 2 NIVELES DE EVIDENCIA DE CADA UNO DE LOS EFECTOS POSITIVOS DEL EJERCICIO.</b>	63
<b>FIGURA 3 PREVALENCIA DE LA OBESIDAD POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS.</b>	65
<b>FIGURA 4 PREVALENCIA DEL SEDENTARISMO EN ESPAÑA POR GRUPOS DE EDAD.</b>	70
<b>FIGURA 5 NIVELES DE EJERCICIO PRACTICADOS POR LOS/AS ESPAÑOLES/AS, POR SEXOS.</b>	70
<b>FIGURA 6 PREVALENCIA DEL SEDENTARISMO POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS.</b>	72
<b>FIGURA 7 PREVALENCIA DE LA OBESIDAD INFANTIL Y JUVENIL POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS.</b>	79
<b>FIGURA 8 PAÍSES CON MAYOR ENVEJECIMIENTO.</b>	91
<b>FIGURA 9 EVOLUCIÓN DE LA POBLACIÓN MAYOR EN ESPAÑA.</b>	92
<b>FIGURA 10 PORCENTAJE DE PERSONAS MAYORES POR CC AA.</b>	93
<b>FIGURA 11 OBESIDAD ADULTOS. ENCUESTA NACIONAL DE SALUD 2006.</b>	94
<b>FIGURA 12 ESQUEMA DE LOS BENEFICIOS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN LA EMPRESA.</b>	98
<b>FIGURA 13 EVOLUCIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA SEGÚN SEXO EN ESPAÑA, CIS (1990-2005).</b>	120
<b>FIGURA 14 PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS POR PARTE DE LAS MUJERES.</b>	120
<b>FIGURA 15 USO DEL TIEMPO.</b>	121
<b>FIGURA 16 FRECUENCIA DE PRÁCTICA DE LA POBLACIÓN ESPAÑOLA SEGÚN SEXO.</b>	122
<b>FIGURA 17 TIPO DE ACTIVIDADES PRACTICADAS POR LA POBLACIÓN ESPAÑOLA SEGÚN SEXO.</b>	123



# 1 INTRODUCCIÓN

## 1.1 LA RESPUESTA A TRES

### PREGUNTAS 24

## 1.2 UNA PRECISIÓN

### TERMINOLÓGICA NECESARIA 25

Con el fin de impulsar el acceso universal a una práctica deportiva de calidad para el conjunto de la población, el Consejo Superior de Deportes (CSD), en estrecha colaboración con las Comunidades Autónomas, las Entidades locales, Universidades y organismos ministeriales, junto con la participación del sector privado, pone en marcha una serie de líneas de actuación –objetivos, ejes estratégicos, programas y medidas– que configuran el **PLAN A+D, PLAN INTEGRAL PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE**.

El Plan tiene un alcance previsto para el período 2010 a 2020. Su justificación y desarrollo se refleja de manera sintética en el presente documento. Se articula teniendo en cuenta los diferentes colectivos de la población española y su acceso a la práctica de la actividad física y del deporte:

- La población escolar y universitaria: niños y niñas, adolescentes y jóvenes en la etapa de formación.
- Las personas mayores.
- Las personas con discapacidad.
- Los grupos de población en riesgo de exclusión social.
- Las personas en el ámbito laboral.

Es decir, un Plan que intenta abarcar toda la ciudadanía, bien a través de acciones que implican y afectan en general a todas las personas, o a través de programas específicos para determinados grupos. Todo ello teniendo en cuenta los siguientes cuatro principios fundamentales:

- 1 LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA PRÁCTICA DEPORTIVA** es un elemento directamente **ASOCIADO Y RELACIONADO CON LA SALUD DE LA POBLACIÓN**. Como se destaca en el presente documento, la evidencia científica de los beneficios de la práctica de la actividad física y su impacto en la salud individual y colectiva de la población es incuestionable. Cada vez son más las llamadas de las organizaciones profesionales y políticas de la salud a la necesidad de un impulso decidido a la generalización de la actividad física en nuestra sociedad.
- 2 LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y SU RELACIÓN CON LA EDUCACIÓN**. El segundo principio, asociado directamente con el anterior, tiene que ver con la necesidad de que la práctica de la actividad física y el deporte tengan un espacio fundamental en el proceso educativo, por el que pasa obligatoriamente toda la población española desde los 6 a los 16 años. Dicho proceso es igualitario, democrático, fomenta la generación de valores y hábitos y el desarrollo de la personalidad, y construye unas bases sólidas para el conocimiento y realización personal y profesional.

- 3 IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES** en el ámbito de la actividad física y del deporte. Pero no sólo en la práctica, también en la dirección de las organizaciones deportivas, en la gestión profesional de las mismas y el desempeño de las labores técnicas en el deporte.
- 4 Por último, el cuarto principio tiene que ver con el **DEPORTE COMO ELEMENTO DE INCLUSIÓN SOCIAL Y TERRITORIAL**. La práctica deportiva se ha convertido en un instrumento de inclusión social, de generación de «capital social» en nuestros barrios, ciudades, pueblos; de ayuda a la integración, de desarrollo económico. El lenguaje universal que representa el deporte debe ser aprovechado –y de hecho su papel ya es fundamental– para mejorar la cohesión social en nuestro país.

El diseño y puesta en marcha del presente Plan A+D es una de las principales líneas de acción que constituyen el programa del Gobierno para la presente Legislatura 2008-2012. El planteamiento general del proyecto y el inicio del mismo fue presentado en la comparecencia del Secretario de Estado para el Deporte en el Congreso de los Diputados, el 24 de junio de 2008. Su contenido se ha elaborado durante dos años de trabajo con una metodología participativa que ha permitido la colaboración de más de 100 expertos y expertas en deporte y actividad física de nuestro país, así como la consulta a numerosas entidades, asociaciones e Instituciones relacionadas con el sector.

## 1.1 LA RESPUESTA A TRES PREGUNTAS

El Plan A+D pretende responder a tres preguntas básicas:

- 1 ¿Qué puede hacer el Gobierno de España, en el marco de sus competencias, para lograr una mayor y mejor promoción de la actividad física y del deporte en nuestro país, en unos ámbitos y con unos valores concretos?
- 2 ¿Cómo pueden el Gobierno, las Comunidades Autónomas, las Corporaciones Locales, el sector asociativo deportivo (clubes y federaciones) y el sector privado empresarial trabajar en la misma dirección para impulsar la práctica de la actividad física y del deporte en el conjunto de la población española?
- 3 En relación con la anterior, ¿qué pasos tendría que dar directa e indirectamente el Consejo Superior de Deportes en esta legislatura para articular un proceso de trabajo con las Comunidades Autónomas –depositarias de las competencias exclusivas en la promoción del deporte – y la

representación de las Corporaciones Locales a fin de diseñar un Plan que establezca líneas orientadoras para todos los agentes del sistema deportivo español?

El Plan A+D responde a esas preguntas y el resultado, identificado por un conjunto de programas y medidas a desarrollar en los próximos 10 años, así lo refleja.

Como ocurría con las versiones iniciales, esta última versión es un documento vivo, que deberá actualizarse en el futuro, en la medida en que las acciones y medidas propuestas puedan ir poniéndose en marcha o los indicadores del diagnóstico sufran cambios. La planificación estratégica es un proceso cuya característica principal es el análisis continuo y la actualización permanente del diagnóstico y de los objetivos. Actualización y revisión permanente que, sin embargo, no debe de condicionar la puesta en marcha del mismo, en función de las acciones prioritizadas en primer lugar.

## 1.2 UNA PRECISIÓN TERMINOLÓGICA NECESARIA

Se considera necesario precisar inicialmente algunos conceptos terminológicos entorno al deporte, actividad física, educación física, etc. que eviten interpretaciones distorsionadas y ayuden a comprender la razón de ser, los objetivos, las medidas y el alcance final del Plan A+D.

**DEPORTE** El concepto Deporte en el Plan A+D se refiere al señalado por la Carta Europea del Deporte del Consejo de Europa, Rodas 1992: «*Se entenderá por «deporte» todo tipo de actividades físicas que, mediante una participación, organizada o de otro tipo, tengan por finalidad la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o el logro de resultados en competiciones de todos los niveles.*».

**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** Representa 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, en un ámbito más comercial, *fitness*.

**SALUD** Es un reflejo del bienestar global físico, mental y social de la persona. Este término es más amplio que la mera ausencia de enfermedad. La salud 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, que es al que nos referimos siempre en el presente documento.

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.



2



## 2 ¿POR QUÉ UN PLAN INTEGRAL?

España ha experimentado un notable progreso en todos los aspectos en las tres últimas décadas, en las que democratización, descentralización, desarrollo económico y proyección internacional han sido los cuatro ejes fundamentales que han caracterizado, junto con el establecimiento de una sociedad más justa y equilibrada y con altos porcentajes de bienestar, este periodo.

Estos cuatro conceptos también han tenido su aplicación en el deporte:

- El deporte español se ha **DEMOCRATIZADO**, tanto en las posibilidades de acceso a su práctica como en la articulación orgánica de sus estructuras.
- Se ha producido una **DESCENTRALIZACIÓN** muy positiva en torno a las Comunidades Autónomas y Corporaciones Locales (los Ayuntamientos son desde los años 80 los grandes dinamizadores e impulsores de la práctica deportiva en España).
- El deporte se ha convertido en un **SECTOR ECONÓMICO** de importancia y generador de cientos de miles de puestos de trabajo directos e indirectos.
- A través de los resultados de los deportistas españoles y de la organización de grandes eventos deportivos, nuestro país ha mejorado notablemente su **PROYECCIÓN E IMAGEN INTERNACIONAL**.

España se ha convertido en un referente deportivo mundial. El deporte español ocupa hoy, en resultados deportivos internacionales, un puesto que por importancia económica, cultural y nivel de desarrollo es perfectamente coherente y paralelo a nuestro peso en el exterior. Nuestros deportistas y nuestros equipos ocupan posiciones relevantes en el contexto internacional, en muchas de las disciplinas de mayor implantación. Estamos ubicados entre el 8º y 12º lugar de la clasificación de potencias deportivas mundiales, en razón a los resultados deportivos internacionales. Sin embargo, el nivel de práctica de actividad física de la población española es todavía bajo, insuficiente y presenta grandes diferencias con el resto de los países desarrollados con los que nuestro país se compara permanentemente. Veamos algunos datos seleccionados:

- La práctica de la actividad física y deportiva en España ha sufrido un cierto estancamiento en los primeros años de la pasada década –aunque la encuesta de 2010 nos indica un esperanzador repunte– y presenta valores todavía por debajo de la mayoría de los países europeos de referencia: Francia, Reino Unido, Dinamarca, Suecia, Alemania, Suiza, Bélgica, Finlandia, etc.
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera que en los países desarrollados el Sedentarismo es el 7º factor de riesgo, y con evidencia

científica de su incidencia sobre el 2º, 4º y 5º factores (hipertensión, dislipemias y exceso de peso). Según el Eurobarómetro 2009, la práctica de la actividad física y deportiva en España se encuentra por debajo de la media europea de los 27 países encuestados y presenta un elevado índice de sedentarismo.

- El sedentarismo y sobrepeso en España representan un coste económico importante para la sanidad pública. El sobrepeso representa el 7% de los gastos sanitarios en la Unión Europea. Un adulto obeso gasta un 37% más en atención sanitaria y un 75% más en medicación.
- Según la OMS, España es el país europeo con mayor prevalencia de obesidad y sobrepeso infantil: 26,3% en las edades entre 2 y 24 años; y 35% para niños y niñas de 13 años, lo que se considera formalmente una epidemia. La práctica de la educación física escolar ha disminuido y la práctica de la actividad física y deportiva infantil se ha estabilizado y presenta valores muy por debajo de lo deseable. Los estudios objetivos realizados sobre la actividad real de los escolares son muy preocupantes.
- A pesar de los avances y de las iniciativas públicas en la materia, muchos colectivos todavía tienen difícil el acceso a la práctica deportiva cotidiana, con objetivos de salud, cohesión social o recreación. España obtiene excelentes resultados en las Paraolimpiadas pero el nivel de acceso de las personas con discapacidades a la actividad deportiva es todavía mejorable.
- La práctica de la actividad física de las mujeres es entre 15 y 20 puntos porcentuales menor a la de los hombres. En el deporte federado, las licencias femeninas representan en torno al 20% del total (de cada 5 licencias, sólo 1 es de una mujer). En la dirección de las organizaciones deportivas, el porcentaje de mujeres se sitúa en el 10%. Y en el ámbito escolar, las diferencias son también ostensibles.

En consecuencia, se considera necesario el desarrollo de una acción conjunta, coordinada y de envergadura para cambiar esta preocupante situación y aprovechar todas las oportunidades.



### **3 EL PLAN A+D COMO INSTRUMENTO DE DIFUSIÓN DE LAS POLÍTICAS EUROPEAS E INTERNACIONALES SOBRE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE.**

#### **3.1 DIRECTRICES DE ACTIVIDAD FÍSICA DE LA UNIÓN EUROPEA** 37

#### **3.2 RECOMENDACIONES DE LA OMS SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD** 38

Una de las razones fundamentales para la elaboración del Plan A+D para la Actividad Física y el Deporte radica en la obligación del Gobierno español de difundir, distribuir y hacer la posible la aplicación en el territorio de las recomendaciones, políticas y orientaciones de los organismos internacionales en materia de promoción de la actividad física, la salud, el deporte y la recreación.

Precisamente porque la aplicación práctica de estas políticas tiene su mayor eficiencia cuanto éstas se gestionan desde la proximidad al territorio y a los ciudadanos y ciudadanas, este Plan A+D adquiere una importancia capital como instrumento de transmisión de esas orientaciones internacionales a los agentes públicos y privados que conforman el sistema deportivo español.

Esta es, sin duda, una de las razones prioritarias por la que el Consejo Superior de Deportes ha impulsado la elaboración de este Plan y comenzado, en el ámbito de sus competencias y responsabilidades, la aplicación del mismo en su organización.

Las Directrices de Actividad Física de la Unión Europea y las Recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud sobre «Actividad Física y Salud» son las referencias internacionales del Plan A+D.

#### **3.1 DIRECTRICES DE ACTIVIDAD FÍSICA DE LA UNIÓN EUROPEA**

Las Directrices europeas son unas actuaciones recomendadas para apoyar la actividad Física que promueve la salud. Han sido elaboradas por un grupo de expertos sobre «Deporte y Salud» de todos los países miembros de la Unión Europea y aprobadas en noviembre de 2008 por Ministros responsables de los Estados miembros.

Las Directrices se dirigen a las autoridades nacionales de los Estados Miembros que tienen competencias e invierten presupuestos en promover la actividad física, especialmente en:

- Deporte
- Salud
- Educación
- Transporte, medio ambiente, planificación urbana y seguridad pública
- Entorno de trabajo
- Servicios para ciudadanos mayores

Las directrices completas pueden encontrarse en:

[http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/depsalud/Directrices\\_Actividad\\_Fisica\\_UE\\_Espanol.pdf](http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/depsalud/Directrices_Actividad_Fisica_UE_Espanol.pdf)

Como las propias Directrices establecen en su introducción *«están dirigidas principalmente a los responsables de las políticas de los Estados miembros, y están pensadas para servir de inspiración para la formulación y la adopción de las directrices nacionales de actividad física orientadas a la acción. El propósito de este documento no es una exposición académica exhaustiva de la materia, ni una redefinición de las recomendaciones y objetivos de la OMS. El valor añadido de la UE lo proporciona, primero, un enfoque sobre la implementación de las recomendaciones de la OMS para la actividad física; segundo, el hecho de estar orientada a la acción; y, por último, el estar orientada solamente a la actividad física (y no hacia la nutrición u otros temas relacionados)»*.

Así mismo, las Directrices siguen las orientaciones marcadas en el *Libro Blanco del Deporte*, proponiendo «directrices para la acción más concretas, y relacionadas con las políticas [...] Las Directrices están dirigidas a los responsables de la toma de decisiones en todos los niveles (europeo, nacional, regional y local), tanto en el sector público como en el sector privado».

El presente Plan A+D interpreta, desarrolla, adapta y complementa las directrices europeas en un intento por trasladar las recomendaciones y objetivos a acciones, proyectos y medidas susceptibles de ser llevados a cabo tanto desde las entidades públicas responsables del deporte como por el resto de los agentes deportivos del sector privado, así como por las autoridades de sectores relacionados: salud, educación, cohesión social, igualdad.

Por último hay que señalar que el Plan A+D para la Actividad Física y el Deporte recoge, en el desarrollo que ahora se presenta, el 80% de las Directrices y sub-directrices de la Unión Europea, incorporando además objetivos, estrategias, programas y medidas propios adaptados a nuestras características, especificidades y diagnóstico.

### **3.2 RECOMENDACIONES DE LA OMS SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD**

En el momento de elaboración del presente Plan A+D, la Organización Mundial de la Salud ha publicado sus recomendaciones sobre Actividad Física y Salud (*Global recommendations on physical activity for health*, 2010).

En mayo de 2004, la 57ª Asamblea General de la Organización Mundial de la Salud aprobó una resolución (57.17) en torno a la «Estrategia global sobre Alimentación, Actividad Física y Salud». En la misma se recomendaba a los Estados miembros la formulación de planes nacionales y políticas concretas para incrementar el nivel de práctica de actividad física de sus poblaciones. Así mismo, en 2008, la resolución 61.14 de la Asamblea General establece una «Estrategia Global y un Plan de acción contra las enfermedades no contagiosas» («la inactividad física es el 4º factor de riesgo de mortalidad, responsable directo del 6% de las muertes en el mundo, y con influencia en otros factores»). El Plan de Acción urge a los Estados miembros a implementar y poner en marcha recomendaciones para la promoción de la actividad física asociada a la salud y específicamente a:

- Desarrollar e implementar guías nacionales de actividad física asociada a la salud
- Introducir políticas activas y seguras de transporte para el acceso a los lugares de trabajo y centros educativos andando o en bicicleta.
- Asegurar entornos saludables y seguros para la actividad física y crear espacios deportivos y recreacionales

En este sentido, insta a los países a que generen medios y estructuras técnicas para disminuir la influencia de los factores que inciden en el desarrollo de «enfermedades no contagiosas».

Un paso más en estas recomendaciones ha sido la publicación en el presente año de las recomendaciones globales para la actividad física, orientada a los tres grandes grupos de población: 5-17 años; 18-65 años; y más de 65 años. Son recomendaciones concretas y criterios que orientan también sobre su aplicación en el nivel nacional, territorial y local, incidiendo asimismo en la necesidad de comunicación y sensibilización, así como en el seguimiento y evaluación de las políticas.

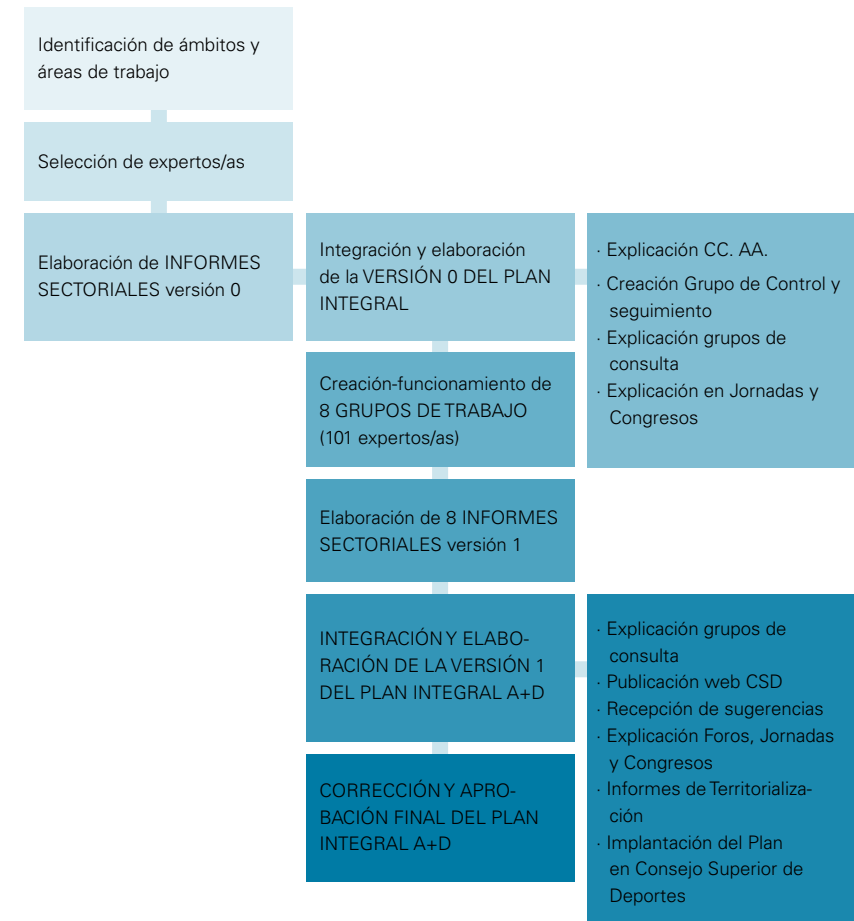
El presente Plan A+D incorpora muchos elementos de las citadas recomendaciones, así como terminología básica, y desarrolla, en el ámbito nacional, tanto la citada estrategia como el Plan de Acción recomendado.



4

## 4 METODOLOGÍA

Como se ha comentado anteriormente, la metodología desarrollada en la elaboración del Plan ha permitido la participación directa de más de 100 personas expertas en las diferentes áreas abordadas, así como la consulta a numerosas entidades. De manera gráfica, el proceso queda sintetizado en el siguiente esquema:



La primera parte del proceso señalado en el esquema anterior fue más restringido con la selección de las áreas de trabajo, la designación de 8 personas expertas –una para cada una de las áreas–, la elaboración de 8 documentos iniciales con una metodología de partida y unos objetivos comunes y la integración de dichos documentos en lo que se denominó Versión 0 del Plan A+D.

El grupo de trabajo inicial de expertos y expertas para la elaboración de la citada Versión 0 fue coordinado desde la Dirección General de Deportes del CSD.

Las 8 áreas de trabajo que aborda el presente Plan A+D están clasificadas en 3 niveles, según el esquema siguiente:



La Versión 0, un documento didáctico diseñado como material de desarrollo para fases posteriores, fue presentada a las Comunidades Autónomas en la Conferencia Interterritorial de Deportes, así como a otras entidades y grupos de interés, en los meses finales de 2008 y primeros de 2009.

La segunda parte del proceso ha supuesto una participación más numerosa de expertos y expertas, así como una mayor visualización externa del Plan. Se crearon 8 grupos de trabajo, formado cada uno por entre 12 y 14 expertos y expertas de cada una de las áreas de trabajo, seleccionados a propuesta de las Comunidades Autónomas, de los/as coordinadores/as de cada uno de los grupos de trabajo y del propio Consejo Superior de Deportes. Asimismo se creó la Oficina del Plan A+D en el CSD, un Grupo Ejecutivo de seguimiento en el mismo y la Comisión de Control y Seguimiento con representantes de las Comunidades Autónomas y de la Federación Española de Municipios y Provincias (FEMyP).

Los citados grupos de expertos y expertas desarrollaron durante tres meses con una orientación metodológica común, un trabajo de reelaboración, ampliación y mejora de los documentos base de cada una de las áreas de trabajo. Su participación desinteresada, su motivación y las aportaciones efectuadas enriquecieron de manera sustancial la versión inicial y el resultado final fueron 8 documentos que constituyen la base fundamental del Plan A+D. La integración transversal de los citados documentos –que cuentan con estructuras similares y con el alcance y los objetivos comunes iniciales del Plan– tuvieron como resultado la Versión 1 del Plan A+D para la Actividad Física y el Deporte, presentado por el Secretario de Estado para el Deporte a los expertos, entidades e instituciones colaboradoras el 30 de junio de 2009.

Posteriormente, la puesta en marcha del Plan A+D en el seno del propio Consejo Superior de Deportes, la explicación del mismo en numerosos foros y seminarios, el contraste y debate con agentes y grupos de interés, la elaboración de directrices y orientaciones para la aplicación territorial del Plan en el ámbito autonómico y local y la recepción de sugerencias, han desembocado en la elaboración y publicación de la presente versión final del Plan A+D para la Actividad Física y el Deporte.





## 5 EL PAPEL DEL CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES Y DE LAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS

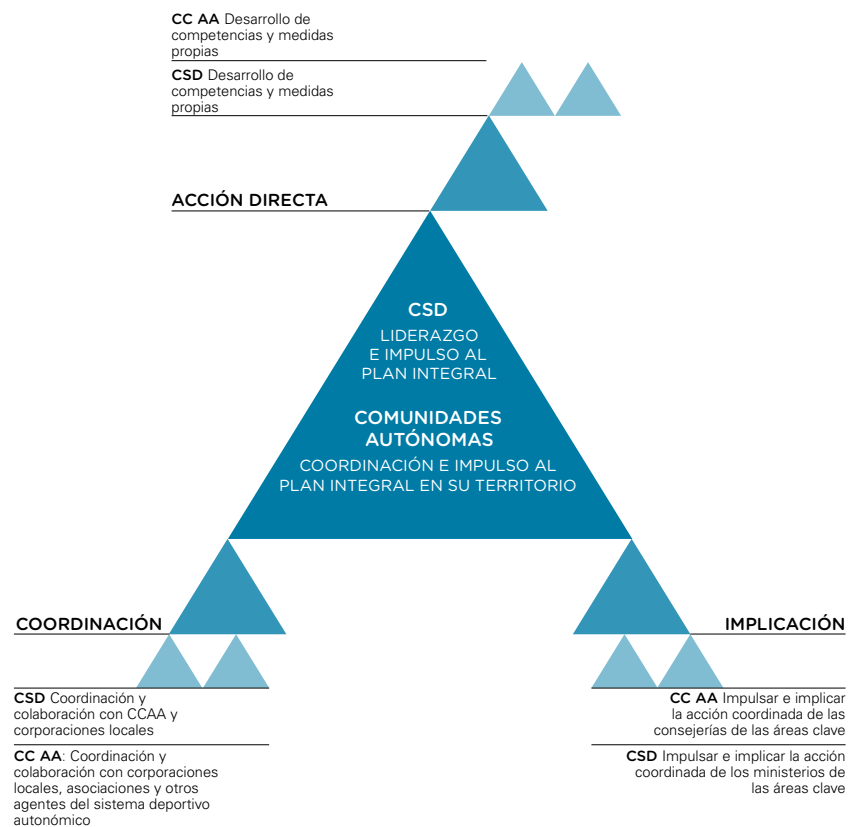
El presente Plan A+D sólo puede configurarse como una propuesta simultánea y coordinada del Consejo Superior de Deportes y de las Comunidades Autónomas al conjunto los sistemas deportivo, sanitario, de salud, de cohesión social y de igualdad efectiva entre mujeres y hombres de nuestro país y de cada una de las Comunidades Autónomas. La actuación coordinada en la implantación del Plan A+D debe hacer posible un incremento sustancial de la práctica de la actividad física y el deporte saludable en la población española.

En un Estado descentralizado política y administrativamente como es el nuestro, esa tarea no es, ni mucho menos, fácil. Las competencias de gestión y promoción diaria de la actividad física y del deporte son, en el sector público, de las Comunidades Autónomas y Ayuntamientos –fundamentalmente, y en la práctica diaria, de éstos últimos–. La administración del Estado y las Comunidades Autónomas tienen asimismo diferentes competencias reguladoras, planificadoras o ejecutivas en el resto de las materias que aborda este plan, especialmente en salud y educación.

Sólo desde la colaboración mutua, la coordinación, la confianza y la lealtad, es posible poner en marcha y desarrollar un Plan de esta naturaleza. El CSD es un referente para coordinar y consensuar las políticas deportivas en España. Lo ha sido en el desarrollo del deporte de alta competición en el que se ha alcanzado un lugar destacado entre los países más importantes del mundo, y quiere serlo también en la actividad física y la práctica deportiva asociada a la salud en su sentido más amplio. Además, los dos aspectos más importantes para posibilitar una mejora de nuestros indicadores de práctica pasan en gran medida por la planificación educativa y de la salud, que sí son competencias del Estado.

El papel de liderazgo, tanto del CSD como de las Comunidades Autónomas, significa actuar directamente en aquellas competencias y materias en las que normativamente esto es posible; pero sobre todo significa liderar y coordinar el trabajo a desarrollar conjuntamente entre el propio CSD y las Comunidades Autónomas; entre estas y las Corporaciones Locales en su ámbito territorial; y entre el CSD y los Ministerios o unidades de estos responsables de materias concretas: educación, sanidad, igualdad y política social.

El siguiente esquema resume e ilustra esa función:



Los tres vértices del triángulo simbolizan:

- **ACCIÓN DIRECTA** del Consejo Superior de Deportes y de las Comunidades Autónomas, referida a la potestad que tiene cada administración para actuar directamente sobre las competencias y funciones que, de acuerdo a nuestro marco constitucional, estatutario y legislativo, les son propias.
- **IMPLICACIÓN**, es decir, la capacidad de influencia que debe tener, por un lado, el Consejo Superior de Deportes con los Ministerios de las áreas clave y otras unidades de la administración central, y por otro, las

administraciones deportivas de las Comunidades Autónomas con las Consejerías correspondientes, para trabajar conjunta y transversalmente en la ejecución de las acciones previstas en el Plan.

- **COORDINACIÓN**, que alude a la capacidad que el CSD y las Comunidades Autónomas tienen para colaborar, apoyar e integrar las actuaciones que corresponden a otros agentes del sistema deportivo español.

En el primer caso, **ACCIÓN DIRECTA** se traduce en la capacidad del Consejo Superior de Deportes de trabajar en la obtención de datos, el apoyo a estudios de investigación, acciones formativas en Universidades, acciones de sensibilización a nivel estatal, medidas legislativas en el ámbito de la reforma de la Ley del Deporte o inclusión de propuestas en los proyectos deportivos de las Federaciones españolas. En el caso de las Comunidades Autónomas, las competencias directas en torno al deporte se basan en el apoyo a la construcción de instalaciones deportivas accesibles a personas con discapacidad y dificultades de movilidad, programas de sensibilización, programas de deporte en edad escolar con valores educativos, formación de técnicos o regulaciones normativas.

En el segundo caso, **LA IMPLICACIÓN** representa la necesidad de que el CSD trabaje con los Ministerios de Sanidad, Política Social e Igualdad y Educación en las medidas de planificación educativa o sanitaria que afecten a la actividad física y al deporte, o en acciones orientadas al cumplimiento, también en el deporte, de la Ley de Igualdad efectiva entre mujeres y hombres.

En el tercer punto, **LA COORDINACIÓN** entre el CSD y las Comunidades Autónomas se concreta en el trabajo conjunto para desarrollar líneas comunes en el deporte escolar; en la promoción del deporte universitario; en la coordinación entre los centros de medicina del deporte autonómicos con el estatal; en el diseño y elaboración de orientaciones normativas para la construcción de instalaciones deportivas, la accesibilidad de éstas a personas con discapacidad o el uso de energías renovables en las mismas. En el caso de la coordinación de las CCAA con sus entidades locales y sus agentes deportivos –clubes y federaciones, fundamentalmente– la coordinación puede materializarse en la elaboración de planes conjuntos de construcción y mejora de instalaciones y espacios deportivos o en el diseño de acciones para la inclusión del deporte para personas con discapacidad en las federaciones deportivas autonómicas en determinadas modalidades.

La competencia fundamental y exclusiva en torno a la promoción de la actividad física y deportiva de los ciudadanos y ciudadanas corresponde a cada una de las Comunidades Autónomas en su territorio. Pero cuando los principales indicadores de sedentarismo, obesidad y sobrepeso, así como la práctica de actividad física y deportiva colocan a España por debajo de la media de los

países europeos de referencia, el Estado no puede eludir responsabilidades. Tiene que reaccionar liderando una actuación conjunta con las Comunidades Autónomas, Corporaciones Locales y con el resto de los agentes públicos y privados del sistema deportivo. Sólo de esa forma, actuando conjuntamente, –y no enredándose en un conflicto de competencias, que, en cualquier caso, siempre deberán ser respetadas absolutamente– es posible que España llegue a alcanzar a medio y largo plazo, el lugar equivalente al peso económico, de bienestar y calidad de vida de sus ciudadanos y ciudadanas. A su vez se deben aprovechar los cambios, que la superación de la presente situación de crisis a partir de 2010, deberán producirse en muchos aspectos de las políticas sociales, educativas, de salud y de igualdad.

A continuación se resumen las principales competencias, tanto del CSD como de los diferentes Ministerios que les habilitan para liderar, junto con las Comunidades Autónomas, el conjunto de programas y medidas incorporadas en el presente Plan A+D:

#### COMPETENCIAS CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES

Las que le atribuye la Ley del Deporte 10/90 de 15 de octubre, en su artículo 8, y especialmente las siguientes:

- 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.
- 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.

#### COMPETENCIAS MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL E IGUALDAD

- 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.
- Regulación de las condiciones básicas que garanticen la igualdad de todos los españoles en el ejercicio de los derechos y en el cumplimiento de los deberes constitucionales.
- Propuesta y ejecución de las políticas del Gobierno en materia de igualdad, eliminación de toda clase de discriminación de las personas por razón de sexo, origen racial o étnico, religión o ideología, orientación sexual, edad o cualquier otra condición o circunstancia personal o social, y erradicación de la violencia de género, así como en materia de juventud. Le corresponde, en particular, la elaboración y desarrollo de las normas, actuaciones y medidas dirigidas a asegurar la igualdad de trato y de oportunidades, especialmente entre mujeres y hombres, y el fomento de la participación social y política de las mujeres.
- Especialmente el cumplimiento del artículo 29 de la Ley de Igualdad Efectiva entre mujeres y hombres de 2007:
  - + «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».

#### COMPETENCIAS 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.
- Política del Gobierno en materia de Universidades.

#### **COMPETENCIAS MINISTERIO DE TRABAJO E INMIGRACION**

- Propuesta y ejecución de la política del Gobierno en materia laboral, de ordenación y regulación del empleo y de Seguridad Social, así como del desarrollo de la política del Gobierno en materia de extranjería, inmigración y emigración. En particular, corresponde al Ministerio:
  - + La promoción laboral, social, cívica y cultural de los inmigrantes.
  - + La promoción del principio de igualdad de trato y no discriminación y lucha contra el racismo y la xenofobia; la colaboración y coordinación con los distintos agentes públicos y privados, nacionales e internacionales vinculados con la prevención y lucha contra el racismo y la xenofobia.
  - + El impulso, dirección y desarrollo de las relaciones laborales individuales y colectivas, las condiciones de trabajo y la prevención de riesgos laborales.
  - + La promoción de la responsabilidad social de las empresas.

#### **COMPETENCIAS MINISTERIO DE CIENCIA E INNOVACIÓN**

- Propuesta y ejecución de la política del Gobierno en materia de 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.



# 6 DIAGNÓSTICO SOBRE LA SITUACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN ESPAÑA 56

## 6.1 NIVEL BÁSICO 59

- 6.1.1 ACTIVIDAD FÍSICA, PRÁCTICA DEPORTIVA Y SALUD 59
- 6.1.2 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA EN EDAD ESCOLAR 78

## 6.2 NIVEL DE COLECTIVOS ESPECÍFICOS 83

- 6.2.1 LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD 83
- 6.2.2 LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN LAS PERSONAS MAYORES 91
- 6.2.3 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL 98
- 6.2.4 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL 106
- 6.2.5 EL DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD 113

## 6.3 NIVEL TRANSVERSAL. LA IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES 119

- 6.3.1 PARTICIPACIÓN E INTERÉS DE LAS MUJERES POR LA PRÁCTICA DEPORTIVA 119
- 6.3.2 ÁMBITOS DE ACTUACIÓN 124
- 6.3.3 LEY ORGÁNICA PARA LA IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES 125
- 6.3.4 POLÍTICAS DE LAS ORGANIZACIONES 126

En el presente apartado se han seleccionado aquellos aspectos fundamentales del diagnóstico de la situación de la práctica de la actividad física en nuestro país, asociados a cada una de las áreas en los que se ha articulado el Plan A+D. Para ello los grupos de expertos y expertas han recurrido a la bibliografía existente sobre la materia, las investigaciones realizadas entorno a la asociación entre actividad física, deporte y salud; a los estudios de práctica deportiva; a las experiencias exitosas en España y en otros países sobre acciones y planes similares en las áreas seleccionadas.

Es importante señalar, como una de las conclusiones iniciales, la necesidad de mejorar el acceso a la información, datos y experiencias de práctica deportiva y de actividad física en España y del resto de los países. Esta necesidad de mejora se debe fundamentalmente a la excesiva dispersión de los mismos, así como a la falta de referencias clave en algunos sectores de trabajo, donde la ausencia de las mismas es casi absoluta (actividad física en personas con discapacidad, práctica deportiva en las universidades, deporte asociado al ámbito laboral).

De ahí la necesidad de reconocer el esfuerzo hecho por los grupos de trabajo en intentar integrar un cuerpo de referencias, experiencias y datos que, actualmente, constituyen el principal *vademecum* de datos sobre la práctica de la actividad física y del deporte asociada a la salud y al bienestar de la población.

## 6.1 NIVEL BÁSICO

### 6.1.1 ACTIVIDAD FÍSICA, PRÁCTICA DEPORTIVA Y SALUD

Actualmente 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 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 señaló el grupo de trabajo de expertos de deporte y salud, 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, en general, la población española está lejos de conseguir un nivel de actividad física que podamos considerar saludable.

La OMS<sup>1</sup> estima que la inactividad física causa en conjunto 1,9 millones de defunciones a nivel mundial y que causa del 10% al 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 sólo 20 factores de riesgo principales, (más de una tercera parte a los 10 primeros). Pero esa influencia no es igual en todas las áreas del mundo. En los países desarrollados, el impacto de estos factores sobre la mortalidad es muy diferente. En la Figura 1 se aprecia que el sedentarismo es el 7º factor de esta lista, pero además está comprobado con evidencia científica su incidencia sobre el 2º, 4º y 5º factores (hipertensión, dislipemias y exceso de peso).

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, 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.

**FIGURA 1** FACTORES DE IMPACTO SOBRE LA MORTALIDAD EN LOS PAÍSES DESARROLLADOS.

Modificado del Informe sobre la Salud en el Mundo (OMS)<sup>2</sup>

FACTOR DE RIESGO	
Tabaquismo	12,2%
Hipertensión arterial	10,9%
Consumo de alcohol	9,2%
Dislipemias	7,6%
Exceso de peso	7,4%
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%

1 Informe sobre la Salud en el Mundo 2002 – Reducir los Riesgos y Promover una Vida Sana. Organización Mundial de la Salud ([www.who.int/whr/previous/es](http://www.who.int/whr/previous/es)).

2 Informe sobre la Salud en el Mundo 2002 – Reducir los Riesgos y Promover una Vida Sana. Organización Mundial de la Salud ([www.who.int/whr/previous/es/](http://www.who.int/whr/previous/es/) –acceso 9 de octubre 00:10–).

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 un 37% superiores a los de una persona de peso normal, y los gastos en medicación un 77% más altos. Estos costes directos no tienen en cuenta la reducción de la productividad debida a las discapacidades y a la mortalidad prematura.

Diversas iniciativas europeas han puesto de manifiesto la estrecha relación entre la actividad física y la salud de la población:

- 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>3</sup>. La consulta del Libro Verde refirió un amplio consenso entorno a la idea de que la UE 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. 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* y poco después el *Libro Blanco sobre el Deporte*<sup>4</sup>.

3 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.

4 Libro Blanco sobre el Deporte. Comisión de las Comunidades Europeas. Bruselas, 11.07.2007 COM (2007) 391 final.



- En noviembre de 2006 se celebró en Estambul la Conferencia Ministerial Europea de la OMS contra la Obesidad<sup>5</sup>, con el título «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 afirman lo siguiente:

- + 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.

#### LA RELACIÓN 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 ambos elementos, que en determinar si estas relaciones existen.

La Encuesta Nacional de Salud<sup>6</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>7</sup>.

5 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.

6 Encuesta Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Política Social. Instituto Nacional de Estadística. Junio 2006 – junio 2007.

7 Estudio sobre Promoción del Ejercicio Físico. Sociedad Española de Medicina Comunitaria y Familiar (SemFYC). Enero de 2007.

El Departamento de Salud del Gobierno de los Estados Unidos recoge en sus recientes directrices «*Physical Activity Guidelines for Americans*»<sup>8</sup> los niveles de evidencia de cada uno de los efectos positivos del ejercicio sobre la salud en los diferentes estratos poblacionales. Se resumen en la Figura 2.

**FIGURA 2 NIVELES DE EVIDENCIA DE CADA UNO DE LOS EFECTOS POSITIVOS DEL EJERCICIO.**

Modificado de Physical Activity Guidelines for Americans (Gobierno EEUU).



#### FUERTE EVIDENCIA

Mejor condición física cardiorrespiratoria  
Mejor condición muscular  
Mejor salud ósea  
Mejores marcadores de salud cardiovascular  
Mejor composición corporal

#### EVIDENCIA MODERADA

Menos síntomas de depresión



#### FUERTE EVIDENCIA

Menor riesgo de muerte temprana  
Menor riesgo de enfermedad coronaria  
Menor riesgo de ictus  
Menos 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)

#### EVIDENCIA MODERADA A FUERTE

Mejor salud funcional  
Menor obesidad abdominal

#### EVIDENCIA MODERADA

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

8 2008 *Physical Activity Guidelines for Americans* (www.health.gov/paguidelines).

Numerosas evidencias señalan la relación entre actividad física y los beneficios de la salud de la población:

- El estudio de la SEMFYC, anteriormente señalado, 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 este hábito.
- 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.
- En nuestro país, los resultados del estudio de la *Cohorte CDC de Canarias*<sup>9</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>10</sup> y con los desórdenes mentales<sup>11</sup>.
- La SEMFYC, en el informe anteriormente señalado, 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.

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

La patología con mayor relación con el sedentarismo es la obesidad. Según la 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

9 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.

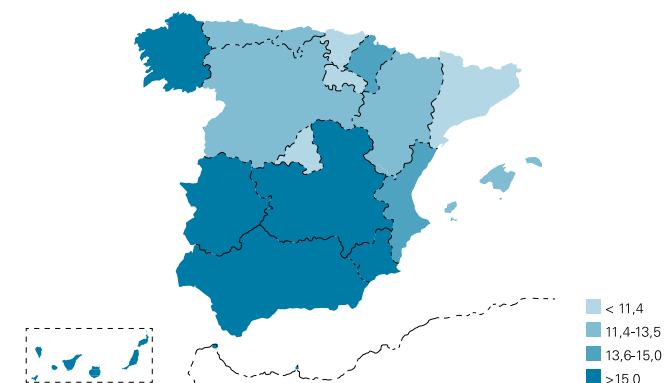
10 BEUNZA J.J., MARTÍNEZ M.A., EBRAHIM S., BES M., NÚÑEZ J., MARTÍNEZ J.A., ALONSO A. *Sedentary Behaviors and the Risk of Incident Hypertension. The SUN Cohort. Am J Hypertens* 2007;20:1156–1162

11 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).

actualiza la prevalencia de la obesidad en más de la mitad de la población de la UE. Además un 30% (unos 22 millones) de menores presentan sobrepeso (esta cifra aumentaría en unos 400.000 niños al año)<sup>12</sup>. En España, el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, reseña un 13,7% de hombres obesos y un 14,3% de mujeres obesas entre las personas mayores de 20 años<sup>13</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% en esta década, en la población a partir de 65 años pasó de 16,3% al 21%. Por comunidades autónomas, la Encuesta Nacional de Salud<sup>14</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 3 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 3** PREVALENCIA DE LA OBESIDAD POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS. ENCUESTA NACIONAL DE SALUD. MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL. INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA.



12 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).

13 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

14 Encuesta Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Política Social. Instituto Nacional de Estadística. Junio 2006 – junio 2007.

La prevalencia de la obesidad y su tendencia ascendente durante las dos últimas décadas, han hecho que en España se considere un problema que debe ser tratado urgentemente.

Respecto a las comparaciones con otros países y según los datos del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, 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>15</sup>.

Los datos aportados por la OMS<sup>16</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>15</sup> publica datos similares para niños/as de 7 a 11 años una tendencia ascendente en el sobrepeso infantil en diferentes países de la UE, entre ellos en España.

#### **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. El Síndrome Metabólico es 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.

15 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).

16 Prevalence of Excess Body Weight and Obesity in Children and Adolescents. World Health Organization Europe. European Environment and Health Information System. Fact Sheet 2.3. May 2007.

El síndrome metabólico se define por la presencia de al menos 3 de los siguientes criterios<sup>17</sup>:

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

En la 1ª Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica Clínica en España. Prevención cardiovascular<sup>18</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).

17 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

18 82.-1ª 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.

- 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).

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>19</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>20</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>21</sup>.

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>22</sup>.

#### LA 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>23</sup> estima que la prevalencia a nivel mundial de inactividad física entre los adultos/as es del 17%. Las

19 ALEGRÍA E, CASTELLANO JM, ALEGRÍA A. Obesidad, síndrome metabólico y diabetes: implicaciones cardiovasculares y actuación terapéutica. *Rev Esp Cardiol*. 2008;61:752-64

20 ROSS R, JANSSEN I, DAWSON J, KUNGL A M, KUK J L, WONG S, NGUYEN-DUYT 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

21 MCCAULEY KM. *Modifying Women's Risk for Cardiovascular Disease*. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs* 2007; 36(2): 116-24.

22 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

23 Informe sobre la Salud en el Mundo 2002 – Reducir los Riesgos y Promover una Vida Sana. Organización Mundial de la Salud ([www.who.int/whr/previous/es](http://www.who.int/whr/previous/es)).

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 Europa, la Comisión Europea en el *Libro Blanco sobre el Deporte*<sup>24</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.

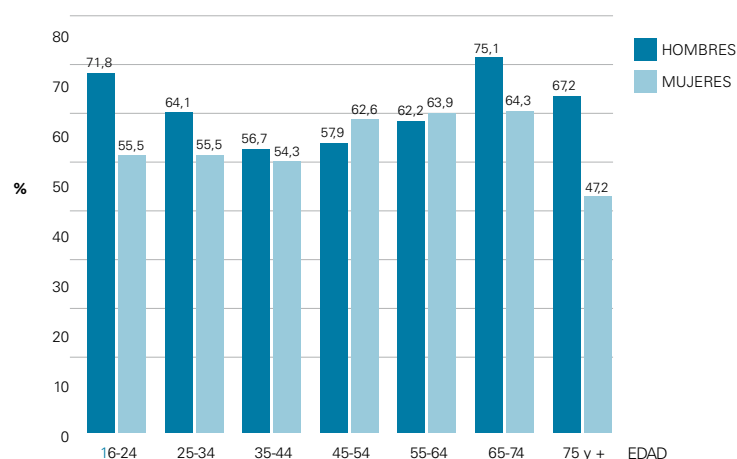
La Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria<sup>25</sup> considera que la prevalencia del sedentarismo es superior a la de cualquier otro factor de riesgo como el tabaquismo o el consumo de alcohol, ya que solo un 12% de la población practica ejercicio físico de forma adecuada.

La Encuesta Nacional de Salud<sup>26</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 esta encuesta, muestran que un 17.6% de hombres y un 21.9% de mujeres no realizan actividad física en el tiempo libre. La Figura 4 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 5) vemos como un 54% de hombres y un 67.5% de mujeres no alcanza una intensidad moderada.

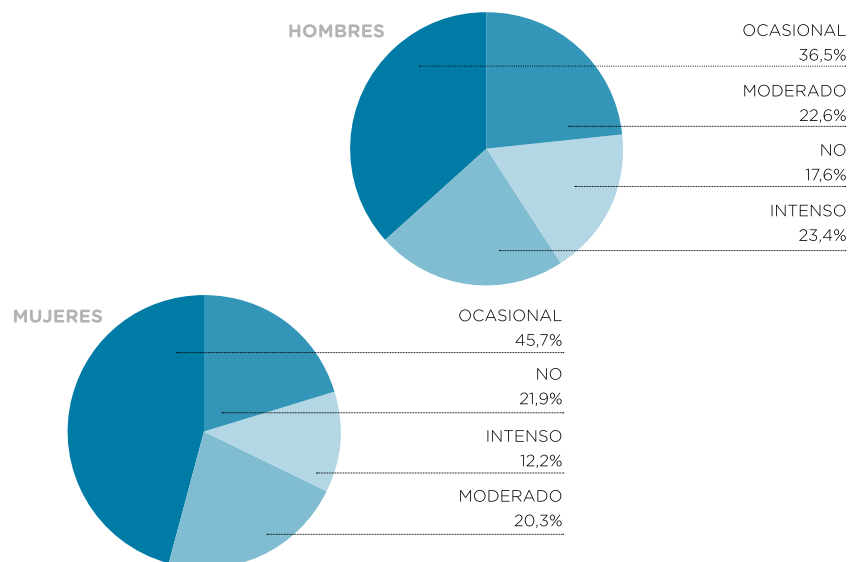
24 Libro Blanco: Libro Blanco sobre el Deporte. Comisión de las Comunidades Europeas. Bruselas, 11.07.2007 COM(2007) 391 final.

25 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.

**FIGURA 4 PREVALENCIA DEL SEDENTARISMO EN ESPAÑA POR GRUPOS DE EDAD.**  
Encuesta nacional de Salud, 2006.



**FIGURA 5 NIVELES DE EJERCICIO PRACTICADOS POR LOS/AS ESPAÑOLES/AS, POR SEXOS.**  
Encuesta nacional de Salud, 2006.



El Eurobarómetro de 2009 sobre «Actividad física y deporte»<sup>26</sup> nos muestra que en Europa existe un déficit de actividad física:

- Un 40% de la población europea (27 Estados miembros) practica actividad física y deporte al menos una vez por semana, por el 39% de la población española.
- En Europa un 39% de población no hace actividad física ni deporte nunca, por un 42% de la población española.
- Al 40% de la población europea, el «ser activos físicamente» no le interesa, en relación a otras actividades de en las que ocupar su tiempo libre. Para los españoles, este porcentaje se amplía al 50% de la población.

El Eurobarómetro de 2006<sup>27</sup> sobre «Salud y alimentación» señala el déficit europeo sobre actividad física en general, incluidas actividades fuera del concepto «deporte». Así:

- Un 49% de la población europea refiere actividad física en el trabajo muy limitada o nula, este porcentaje entre la española es del 56%.
- 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).

Respecto a las diferencias por Comunidades Autónomas se observa 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>28</sup>.

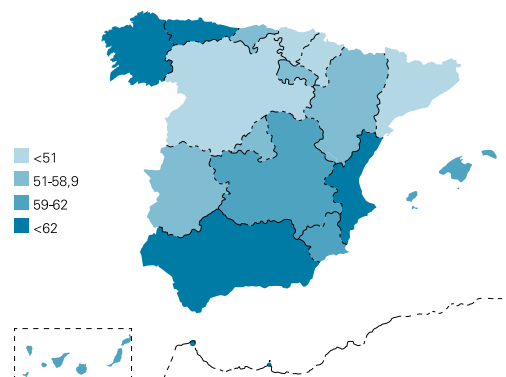
<sup>26</sup> Eurobarómetro especial 334: Deporte y Actividad Física. Dirección General para la Educación y la Cultura Comisión Europea. Encuesta efectuada en octubre de 2009 a 26 788 ciudadanos de los 27 Estados miembros. Más información en: [http://ec.europa.eu/public\\_opinion/index](http://ec.europa.eu/public_opinion/index)

<sup>27</sup> Special Eurobarometer: Health and Food. European Commission. Noviembre – diciembre 2005. Special Eurobarometer 246 / Wave 64.3 – TNS Opinion & Social. November 2006.

<sup>28</sup> Encuesta Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Política Social. Instituto Nacional de Estadística. Junio 2006 – junio 2007.

**FIGURA 6** PREVALENCIA DEL SEDENTARISMO POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS.

Encuesta Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Política Social. Instituto Nacional de Estadística.



### 6.1.2 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA EN EDAD ESCOLAR

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 más destacables a los efectos del presente Plan. 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>29</sup>); Duncan et al., 2004<sup>30</sup>; Gray & Leyland, 2008<sup>31</sup>; Hagberg et al., 1984<sup>32</sup>; Puhl & Brownell, 2003<sup>33</sup>; WHO, 2002, 2004, 2007<sup>34</sup>].

29 US Department of Health and Human Services (US-DHHS) (2000). *Healthy People 2010*. Washington, DC: US Department of Health and Human Services.

30 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.

31 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.

32 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.

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

34 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 a lo largo de toda su vida (p.e Telama, Yang, Laakso & Viikari, 1997<sup>35</sup>; Telama, Yang, Viikari, Välimäki, Wanne, Raitakari, 2005<sup>36</sup>).

#### NOTA ACLARATORIA. LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN LA 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 presente Plan A+D. En este sentido, la definición siguiente es importante:

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 en 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.

35 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.

36 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.

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.

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.

En la década de los 80 se consiguieron una serie de resultados en el ámbito de la educación física que permitieron situar al cuerpo y al movimiento entre las prioridades educativas. Se consiguió la licenciatura en educación física, se creó la figura del maestro especialista en educación física en la enseñanza primaria, se creó la especialidad de educación física en centros universitarios 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.

En el ámbito educativo, los currículos de Educación Primaria y Secundaria tratan de responder a las nuevas necesidades sociales y personales. Sin embargo es preciso que los marcos normativos tengan en cuenta los cambios sociales que se producen de forma acelerada en este sector, así como que los centros educativos tengan la suficiente autonomía para completar el citado currículo 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>37</sup>; International Working Group on Women and Sport, 2006<sup>38</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 clave acontecidos en nuestro país pueden constituir un

37 European Parliament (2007). *Role of sport in education. Report INI/2007/2086*

38 International Working Group on Women and Sport (2006). *4th World Conference on Women and Sport* ([www.iwv-gti.org/index.php?id=31](http://www.iwv-gti.org/index.php?id=31))

estancamiento en situaciones no deseadas y ya vividas en otras décadas. Por un lado, la Ley Orgánica de Educación (LOE, 2006) posibilita 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 conlleva que los futuros Maestros que tengan la responsabilidad de impartir el área de Educación Física puedan ver disminuida su formación inicial en relación a la situación de formación actual.

Sin duda, ambos aspectos, la posible reducción horaria y la limitada 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.

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 los mínimos recomendados para esta área, hecho totalmente paradójico y contradictorio con las necesidades que detectan los expertos y expertas en referencia a la promoción de la actividad física y a las recomendaciones de la Unión Europea en la materia.

Mientras, los índices de obesidad y sobrepeso infantil crecen de forma alarmante, como veremos más adelante, 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.

#### ANTECEDENTES Y EXPERIENCIAS

La mayor parte de las Comunidades Autónomas –entidades depositarias de las competencias exclusivas en deporte y, específicamente, en deporte en edad escolar–, Diputaciones provinciales, Cabildos insulares y Consells, y muchas ciudades y municipios 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, que en coordinación con las entidades locales y las entidades deportivas andaluzas, promueven la práctica de la actividad física y el deporte en edad escolar a través de los planes y programas que tendrán un carácter anual. Además de los campeonatos de Andalucía, uno de los programas más ambiciosos es «El Deporte en la Escuela», que el curso 2007/08 alcanzó a más de 1000 Centros Educativos.
- 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 particular del deporte 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, se está intentando trabajar hacia un nuevo modelo de Deporte en Edad Escolar. Igualmente en Aragón, durante el curso 2008/09 se ha elaborado, con similares objetivos, el *Libro Blanco del Deporte en edad escolar en Aragón*. En 2008, el Gobierno Vasco publicó, asimismo, el *Libro Blanco del Deporte Escolar*.
- La Generalitat de Cataluña, elaboró, en el año 2003, el *Libro Blanco del Deporte en Cataluña*, 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 2004/05 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/as y expertos/as constataban las carencias y necesidades que, en materia deportiva, adolecía la educación pública madrileña y especialmente en la etapa de educación secundaria.

Prácticamente todas las Comunidades Autónomas, en el ejercicio de sus competencias y responsabilidades, y con mayor o menor intervención, desarrollan programas orientados a la promoción de la actividad física en el contexto escolar.

Desde un punto de vista normativo, 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 Educación 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 Ley Orgánica de Educación (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».



### 6.1.2 ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN EDAD ESCOLAR

La práctica de la actividad física y del deporte en la edad escolar está directamente relacionada con la salud de la población infantil y juvenil. La obesidad se inicia cada vez más frecuentemente en la infancia. De tal magnitud es el problema actual en nuestro país 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>39</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 el estudio ENKID<sup>40</sup> es 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 (15,6%) que en las mujeres (12,0%), 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 obesidad tiene un comportamiento multifactorial, con factores nutricionales y de inactividad a la cabeza de los causales. El estudio ENKID antes señalado 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

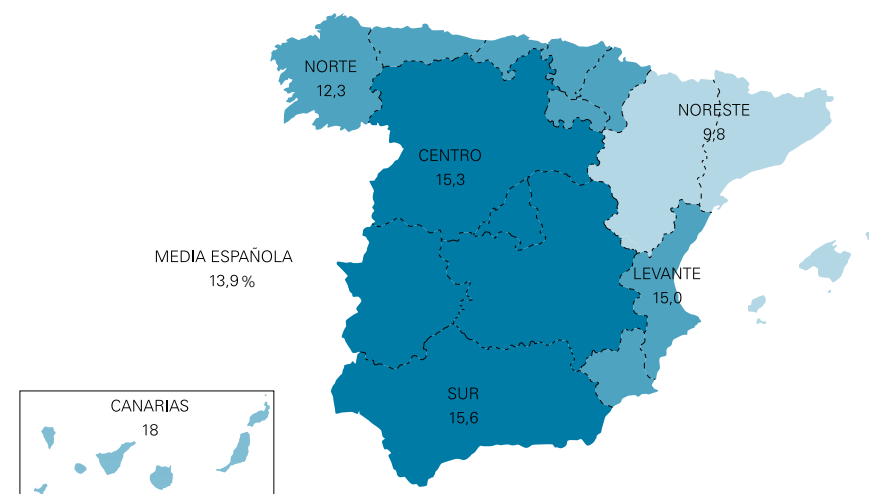
39 La utilidad de la actividad física y de los Hábitos Adecuados de Nutrición como Medio de Prevención de la Obesidad en Niños y Adolescentes. Documento de consenso de la Federación Española de Medicina del Deporte (FEMEDE). Arch. Med. Dep.; 2008; 25(5): 333-353.

40 Estudio ENKID. Unidad de Nutrición Comunitaria. Subárea Municipal de Salud Pública. Bilbao. Dietética y Nutrición Humana. Universidad de Navarra. Mayo 1998 – abril 2000.

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 7.

FIGURA 7 PREVALENCIA DE LA OBESIDAD INFANTIL Y JUVENIL POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS.



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>41</sup> reflejan

41 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.

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.

#### ALGUNOS DATOS SOBRE LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA EN EDAD ESCOLAR

En nuestro país, existen numerosos estudios parciales 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, así como otras encuestas realizadas desde la perspectiva de la salud.

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.

Algunos de los estudios realizados en la última década abarcan ámbitos geográficos que agrupan diferentes Comunidades Autónomas (p.e. Hernández y Velázquez, 2007); otros toman como referencia el territorio de una determinada comunidad autónoma (p.e. López de las Heras, 2005; Velázquez et al., 2003) y también existen estudios que hacen referencia al ámbito geográfico de una determinada ciudad (p.e. Institut Barcelona Esports, 2008; Latorre, 2007; Vila, 1998)<sup>42</sup>.

En la ciudad de Barcelona, los resultados del estudio de 2008<sup>43</sup> 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 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)

42 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. 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

43 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%. La 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.

al 66,8% actual. A pesar del incremento, las diferencias de género no han variado con los años, manteniéndose casi en el mismo 20%.

Los datos actualizados del «Estudio sobre Actividad Física Infantil», llevado a cabo en el Centro de Medicina del Deporte del Gobierno de Aragón<sup>44</sup>, único estudio en España 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 del deporte organizado). También conocemos que en 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:

- La actividad física durante los recreos es baja, ello es mucho más evidente 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 en 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 cardiaca y gasto energético. En las deportistas de sexo femenino las actividades deportivas no son tan determinantes.

44 ANÁLISIS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES DE MEDIO URBANO. Hernández, L.A., Ferrando, J.A., Quílez, J., Aragonés, M. Terreros, J.L. (2010). 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.

- 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 relación al profesorado, según el estudio de Latorre (2007) en la ciudad de Zaragoza, el 30% de los técnicos y monitores/as no tienen ninguna titulación deportiva. En ese sentido, las titulaciones expedidas hasta la fecha por las distintas federaciones deportivas necesitan de una mayor especialización o profundización en aspectos y contenidos esenciales en la formación integral de niños/as y jóvenes, que respondan 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.

Respecto a la actuaciones tendentes 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>45</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.

De manera resumida, los diferentes resultados de los estudios analizados 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 actividad física, 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%.
- 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

<sup>45</sup> 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.

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.

## 6.2 NIVEL DE COLECTIVOS ESPECÍFICOS

### 6.2.1 LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

**ACLARACIÓN TERMINOLÓGICA** Según la OMS (1980) 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.

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. Estos últimos pueden llegar a ser facilitadores o limitadores del desarrollo de una determinada actividad. Sin embargo, dado el carácter práctico de la presente aportación, surge la necesidad de significar a la población objeto de este documento para saber exactamente a quien se dirige. Por tanto se agrupa 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.

La expresión la práctica de la Actividad Física y el Deporte en grupo inclusivo hace referencia a que la persona con discapacidad

compartirá todas las actividades físico-deportivas con las personas sin discapacidad. En contraposición a ello, la expresión de práctica de Actividad Física y Deporte en grupo específico, se refiere a la práctica de personas con discapacidad, realizando un trabajo conjunto, al margen del grupo sin discapacidad.

Con el fin de facilitar la participación en actividades recreativas y deportivas, en la Convención de Naciones Unidas<sup>46</sup> sobre «Participación en la vida cultural, las actividades recreativas, el esparcimiento y el deporte» se propuso:

- Alentar y promover la participación de las personas con discapacidad en actividades deportivas.
- Asegurar la capacidad de estas en organizar y desarrollar actividades deportivas y recreativas específicas para el grupo.
- Asegurar el acceso a instalaciones deportivas, recreativas y turísticas.
- Asegurar que los niños y niñas con discapacidad, tengan igual acceso que el resto en la participación en actividades lúdicas, recreativas, de esparcimiento y deportivas.

Estas orientaciones de la ONU constituyen el referente del Plan A+D en el ámbito de las personas con discapacidad.

#### EL DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL EN ESPAÑA

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 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 versan entorno 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. Los únicos datos objetivos relativos al ámbito estatal tienen que ver con el deporte de competición y reflejan el número de licencias deportivas del llamado «Deporte para Minusválidos<sup>47</sup>».

<sup>46</sup> 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.

<sup>47</sup> Según la memoria del Comité Paralímpico de 2008, el número de licencias deportivas de Federaciones de Deporte Adaptado es de 17614.

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 Islas Baleares (7,1%).

#### DISCAPACIDAD EN EL ÁMBITO FEDERATIVO-ASOCIATIVO

Se han revisado los estatutos de las Federaciones de Deporte Adaptado de carácter estatal y autonómico y el denominador común a todas ellas es que «deben asegurar la promoción general de las modalidades deportivas en todo el territorio nacional». Esto limita en muchas ocasiones la promoción de la práctica de la actividad física y deporte, pues se basan casi exclusivamente en el desarrollo de la competición deportiva.

A pesar de esa limitación estatutaria, varias entidades atienden a la promoción de la actividad física y deporte de las personas con discapacidad, con carácter general: 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*, son ejemplos de ello.

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, además de actuar 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 sólo 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 referirá 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 con y sin discapacidad y los programas de «Actividades Acuáticas y Bautismo de Mar».

También existen, en el 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).

Además de las Federaciones Deportivas, existen 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 y 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, destacar también la iniciativa del Comité Paralímpico Español que, desde el 2008, está desarrollando un programa específico de promoción deportiva en tres ámbitos de actuación concretos: jóvenes promesas, mujeres con discapacidad y grandes discapacitados.

#### DISCAPACIDAD EN EL ÁMBITO AUTONÓMICO Y MUNICIPAL

Se han analizado programas pioneros en relación a la promoción desde las entidades públicas, entre los que cabe señalar:

- En Cataluña, 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*, 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.
- 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 mediante la adecuación de los mismos para permitir la accesibilidad. Se ha reforzado la actividad con la presencia de técnicos que dirigen las actividades.
- Otras acciones destacables son el Ayuntamiento de Málaga y sus Escuelas deportivas inclusivas; el Patronato de Deportes de Granada, con su Oficina de Deporte Adaptado; el Ayuntamiento de Cáceres con su Escuela de Deporte Especial; los Juegos Escolares de Extremadura (JUDEX –inclusivos– y JEDES); y los Juegos Escolares de Educación Especial de Asturias, Aragón y otras Comunidades.

#### DISCAPACIDAD EN EL 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

educativo son útiles en esta dirección. Apuestan 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. Para que todos estos principios tengan una traducción práctica en centros escolares será necesario que, tanto las regulaciones a desarrollar por la ley, como los recursos que se dediquen, estén en consonancia con los principios formulados.

En nuestro sistema educativo debemos considerar las dos 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 tanto en las sesiones de Educación Física, como de práctica deportiva 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 para 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 nacionales escolares.

De acuerdo con algunos estudios consultados, la inclusión activa y efectiva está muy lejos de estar extendida en los centros escolares. Los motivos principales son la falta de formación del profesorado, el número de alumnado por aula, la falta de recursos humanos de apoyo y de asesoramiento al profesorado. Por todo ello es frecuente observar como la práctica de la educación física del alumnado con discapacidad es sustituida por la fisioterapia, por trabajos de índole teórica o por la realización de un trabajo de carácter individual, apartado del grupo clase.

En relación 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.

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, pero existen algunos ejemplos a señalar:

- La Universidad de Granada ha creado la DAPNE (Delegación del Rector para la Atención a Personas con Necesidades Especiales).
- En la *Universitat* Autónoma 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*.
- La Universidad Autónoma de Madrid y la Universidad Europea, ubicada 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.

#### DISCAPACIDAD EN EL ÁMBITO SANITARIO

Las experiencias de promoción de la actividad física y el deporte en este ámbito son escasas. Los principales motivos son la no inclusión en las plantillas de los centros sanitarios de figuras técnicas en actividad física, 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 la escasa infraestructura de instalaciones deportivas en los centros de atención sanitaria.

Sin embargo, tal y como se ha apuntado en el apartado referente al ámbito federativo-asociativo, se encuentran 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 de 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 España 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*.

- Asimismo 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.

## CONCLUSIÓN

Un estudio que podría servir de conclusión al presente diagnóstico en torno a la actividad física en las personas con discapacidad es el realizado sobre hábitos deportivos de las personas con discapacidad en la ciudad de Barcelona –y que bien pudiera ser extensible a la mayoría de las ciudades españolas–, en el año 2003 por el Ayuntamiento de Barcelona<sup>48</sup>.

Del total de datos aportados se significan los siguientes:

- De los diferentes tipos de discapacidad, 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 construyendo 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.

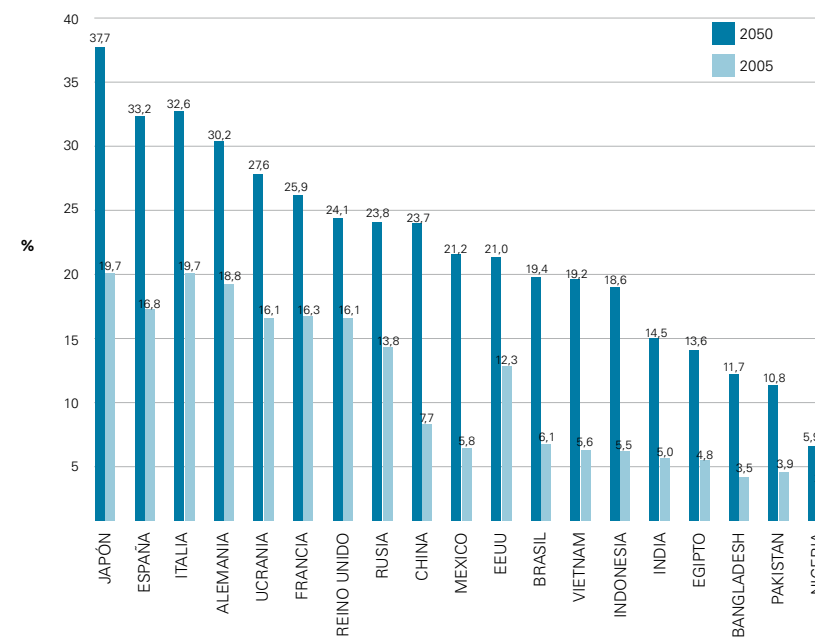
<sup>48</sup> Enquesta sobre els hàbits esportius de les persones amb discapacitat a la ciutat de barcelona, 2003, Ajuntament de Barcelona. Antònia Cañellas, Pilar Camp, Elena Botella y Jordi Segura.

## 6.2.2 LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN LAS PERSONAS MAYORES

### DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL

El envejecimiento que están experimentando las sociedades actuales que afecta a la totalidad de la población mundial, se ha convertido en uno de los desafíos de los gobiernos para las próximas décadas. Los grupos de personas de 65 y más años se han convertido en un sector importante en todos los países, teniendo mayor incidencia principalmente en los más desarrollados. Según el estudio presentado por la Secretaria de Estado de Servicios Sociales «Las personas mayores en España 2008», nuestro país ocupa el cuarto puesto como país con mayor porcentaje de esta población, con una proyección de crecimiento que nos situaría en el segundo lugar (detrás de Japón), con mayor envejecimiento en los próximos 30 años.

**FIGURA 8** PAÍSES CON MAYOR ENVEJECIMIENTO. POBLACIÓN DE 65 Y MÁS AÑOS, 2005 Y 2050. FUENTE: N.U.: World Population Prospect: The 2006 Revision. N.U., consulta de 2008



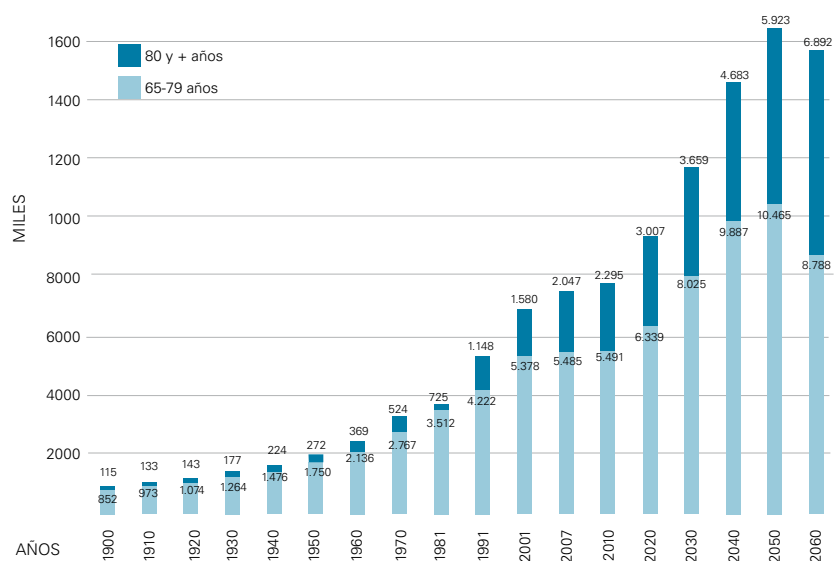
El incremento de la población mayor dentro de la sociedad española en los últimos 20 años refleja un cambio cualitativo muy significativo en la estructura por edades de nuestro país. El estudio de la Secretaria de Estado de Servicios

Sociales anteriormente mencionado, refleja que el colectivo de personas mayores representa el 16,7% de la población total. Dentro de este grupo, son las personas octogenarias las que más han crecido, siendo su incremento en los últimos 5 años (2003-2007) de un 21%, frente al 4,9% de 65 y más años.

**FIGURA 9 EVOLUCIÓN DE LA POBLACIÓN MAYOR EN ESPAÑA, 1900-2060 (MILES)**

\* De 1900 a 2007 los datos son reales; de 2010 a 2060 se trata de proyecciones

Fuente 1900-2001: INE: INEBASE: Cifras de población. Resúmenes provinciales de población según sexo y edad desde 1900 hasta 2001. / 2007: INE: INEBASE: Revisión del Padrón Municipal de Habitantes a 10 de enero de 2007 / 2010-2060: INE: INEBASE; Proyecciones de la población calculadas a partir del Censo de Población de 2001. Escenario 1.



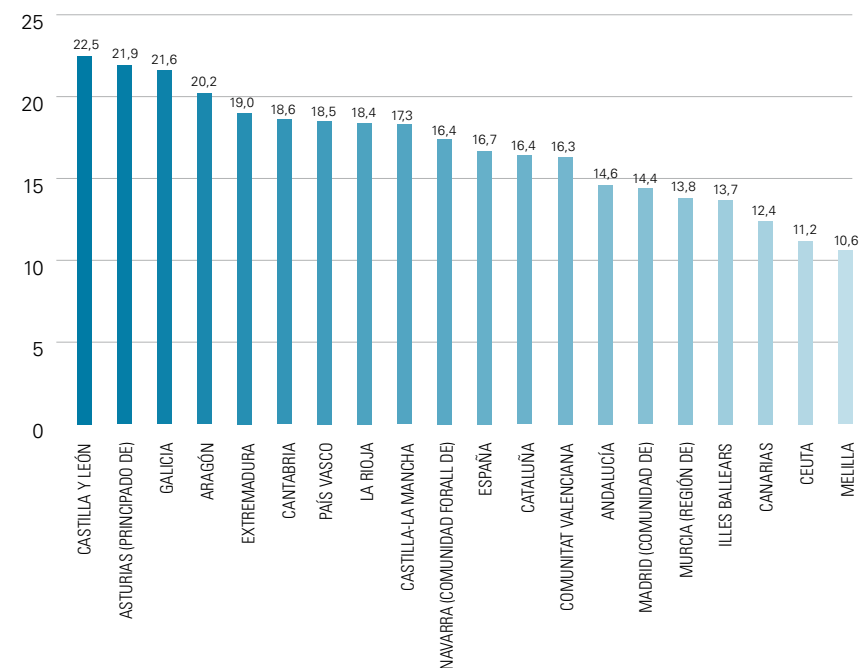
Las estimaciones futuras avanzan que en 2060 el porcentaje de población octogenaria alcanzará el 13,1% de la población total y el 44% de la población mayor española. Este envejecimiento de la población está teniendo ya consecuencias diversas, que hacen imprescindible el fomento de políticas gubernamentales en pro de la prevención de la dependencia, dirigidas a promocionar el mantenimiento de la salud y de la calidad de vida de la población, indispensable para la sociedad del futuro.

Hay que señalar también que el envejecimiento demográfico en nuestro país no es homogéneo, ya que cada comunidad autónoma contiene indicadores dispares sobre nacimientos y defunciones. Este proceso de envejecimiento

se hace más patente en comunidades como Castilla y León, Asturias y Galicia, como describe el siguiente gráfico sobre la distribución por comunidades de la población mayor de 65 años.

**FIGURA 10 PORCENTAJE DE PERSONAS MAYORES POR CC AA, 2007**

Fuente: INE: INEBASE: Revisión del Padrón Municipal 2007. Datos a nivel nacional, Comunidad Autónoma y provincia. INE, mayo 2008.

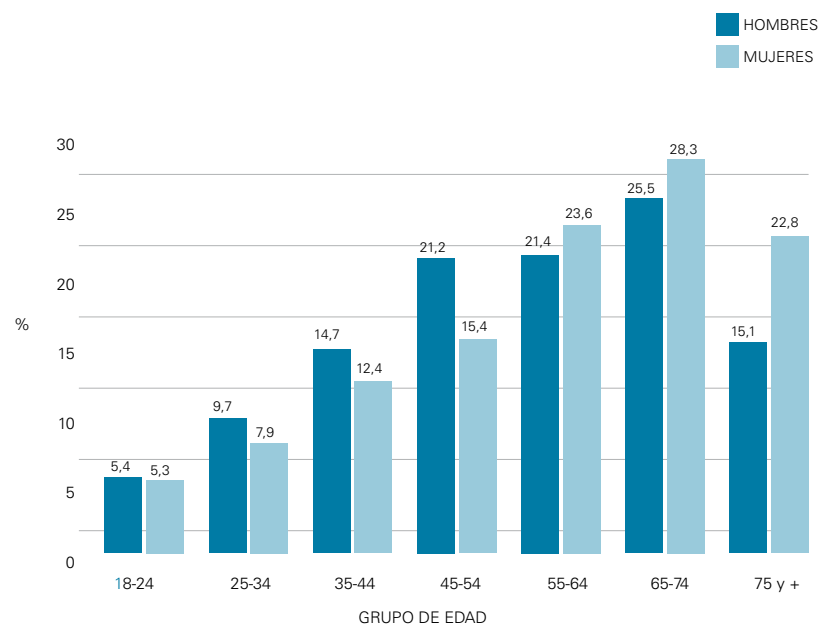


#### ENVEJECIMIENTO Y SALUD

La última Encuesta Nacional de Salud (2006), refleja cómo este sector de la población es el que mayores porcentajes de obesidad presenta, con las consecuencias que esta patología tiene para la salud (ya mencionadas anteriormente), además del impacto sobre algunas funciones y actividades cotidianas como la movilidad y la agilidad para caminar, moverse por casa, levantarse. Los malos hábitos nutricionales, la falta de ejercicio físico, el tabaquismo y el alcohol, son algunos de los causantes de un precario estado de salud en algunos sectores de esta población cada vez más numerosos. Todos estos hechos remarcan una vez más la necesidad urgente de impulsar programas preventivos, como son los de actividad física y deporte dirigido especialmente a este sector, que minimicen la necesidad de atención médica específica.



**FIGURA 11** OBESIDAD ADULTOS. ENCUESTA NACIONAL DE SALUD 2006.



#### EL ENVEJECIMIENTO Y LA ACTIVIDAD FÍSICA.

El envejecimiento es un proceso de cambio constante que tiene lugar a lo largo de toda la vida de los seres vivos. Las personas mayores son producto de sus circunstancias sociales, económicas, educativas y políticas así como de sus condicionamientos psico-biogenéticos, por lo que hay que educar a la población para conseguir una vida activa y unos hábitos saludables, uno de los retos del siglo XXI.

Este proceso de envejecimiento a nivel físico conlleva un descenso de los niveles de habilidad funcional y, como consecuencia, un decrecimiento en las capacidades físicas (fuerza, equilibrio, tiempo de reacción), que se ve agravado con la reducción de la práctica de actividad física en los mayores, lo que produce a su vez un aumento de las dificultades para llevar a cabo las tareas cotidianas. La pérdida de la capacidad funcional en la mayoría de los casos, es el resultado de la falta de motivación para moverse, adoptando un estilo de vida sedentario. Esta disminución de la capacidad de ejecución de los movimientos es progresiva. Los procesos básicos que permiten el desenvolvimiento vital se deterioran y se vuelven cada vez más precarios. En la mayoría de los casos esto se acelera como consecuencia de los estados depresivos en los que suelen caer los individuos, haciendo que pierdan el interés por moverse.

Informes de la Organización Mundial de la Salud (OMS 1997) y de la Asociación de Cirujanos Generales de Estados Unidos (US Surgeon General, 1996), han confirmado que la práctica regular de actividad física está asociada con mejoras de la calidad de vida en las personas mayores. A través de la actividad física, este sector de la población obtiene beneficios significativos a niveles fisiológicos, psicológicos y socioculturales. El ejercicio físico realizado de forma regular limita las alteraciones que se producen como consecuencia de la edad, y permite mantener una forma de vida independiente, superando los problemas en las actividades de la vida diaria. Incluso se llegó a afirmar que pequeñas mejoras funcionales pueden tener una gran importancia a la hora de mejorar la calidad de vida.

Para ello, el Estado y las Comunidades Autónomas deben incidir ofreciendo programas de ejercicio físico que atiendan las necesidades, motivaciones y expectativas de este colectivo. Un ejemplo son las jornadas de Salud y sostenibilidad celebradas en Madrid por la Red Española de Ciudades Saludables en julio de 2008. Igualmente, los profesionales de la actividad física y la salud deben saber transmitir una filosofía de vida basada en la práctica regular de ejercicio físico y deporte.

La correcta atención deportiva de los mayores requiere desarrollar un modelo en el que la salud sea un factor clave a tener en cuenta. El programa «Salud para todos en el siglo XXI» (OMS 1998) considera necesario impulsar un modelo en el que se implique a todos los responsables de la salud, especialmente de mayores a partir de políticas formadas por especialistas de diferentes áreas. Para ello se ha de elaborar un Plan estratégico en el que se tengan en cuenta las características de cada zona atendiendo a sus circunstancias sociales, educativas y geográficas. El programa Salud 21 es la respuesta de la Región Europea al desarrollo de este tipo de programas, que en referencia al ámbito de las personas mayores, señala la «necesidad de una planificación sistemática de la promoción y de la protección de la salud para que las personas disfruten de un envejecimiento sano».

En Europa el envejecimiento se ha convertido en uno de los mayores desafíos de las próximas décadas. La Unión Europea estableció unas recomendaciones a los Estados miembros que fomentasen el deporte entre las personas mayores elaborando unos programas para la mejora de la salud, las relaciones sociales y favoreciese la práctica de deporte entre los deportistas maduros.

En propuestas políticas más recientes, la actividad física se recoge como determinante de la salud vinculada al modo de vida y se reconoce la necesidad de un plan enfocado a los grupos con diferentes necesidades, como el de personas de edad avanzada, que requieren de acciones específicas de promoción de la salud, tal y como muestra la Encuesta Nacional de Salud 2006 que informa del estilo de salud, vida, servicios sanitarios y medio ambiente, entre hombre y mujeres, y por grupos de edad.

#### CRITERIOS RELEVANTES PARA LA CONCRECIÓN DEL PLAN A+D ESPECÍFICO PARA PERSONAS MAYORES

Los criterios a seguir se basan fundamentalmente en dos tipos de principios:

- Los Principios Gerontológicos, desarrollados en base al Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento aprobado en la I Asamblea Mundial que atienden a la independencia, participación, autorrealización o los cuidados de las personas mayores, y en la II Asamblea Mundial que fomentan la salud y el bienestar de este colectivo.
- Los Principios Deportivos marcados en la Carta Europea del Deporte y en la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte de la UNESCO, que consideran clave aspectos como la actividad física en su función de educación y salud, como medio para incidir en la igualdad de género, o como entes que ayudan a promocionar valores democráticos y paz.

#### DIAGNÓSTICO DE LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EN EL ÁMBITO DE LAS PERSONAS MAYORES

Existe un gran número de programas relacionados con la actividad física y la salud en el ámbito de las personas mayores que se desarrollan en la actualidad.

- A** Los programas deportivos incluyen los siguientes tipos de especialidades.
  - + Programas socio-motrices, que tienen como objetivo el mantenimiento de la autonomía durante el mayor tiempo posible, con el mantenimiento de la condición física y los aspectos cognitivos que pueden alterarse por el envejecimiento.
  - + Programas de *fitness*, dirigidos a personas mayores con buen grado de movilidad.
- B** Los programas dirigidos a personas mayores frágiles para la prevención de la dependencia, surgen en respuesta a ofrecer una práctica de ejercicio físico para que las personas mayores mantengan su autonomía y estado de salud.
- C** Programas al aire libre, que se llevan a cabo en parques lúdicos, circuitos o actividades de senderismo que se realizan de forma periódica en diferentes ciudades y facilitan la práctica del ejercicio físico.
- D** Programas turísticos organizados por el IMSERSO, que pueden tener un perfil de actividad física.

Por otra parte, entre la oferta federativa disponible para las personas mayores, según las diferentes Federaciones Deportivas Españolas, hay que destacar datos como que los deportes con mayor número de licencias entre los mayores de 65 años son la caza, seguido de deportes de montaña y escalada, tenis, colombicultura y galgos, frente a otros deportes como el atletismo y la natación, que son de los más practicados en nuestro país y que en ambos casos no llegan a las 300 licencias en el ámbito estatal.

En relación a los programas de actividad física dirigida a personas mayores, éstos nacieron a principios de los años 80. Dada la buena aceptación de esta modalidad y los beneficios físicos y psicológicos que aportan, la práctica se ha difundido entre los diferentes municipios y Comunidades Autónomas extendiéndose no sólo en centros de reunión de personas mayores, sino también en centros deportivos y pabellones municipales. La evolución de este tipo de programas se ha ido adaptando dada la demanda y necesidades de este colectivo.

En el análisis del ámbito de las personas mayores, y a modo de resumen de la situación actual, se puede señalar lo siguiente:

- Los programas desarrollados a lo largo de estos años en las diferentes autonomías corresponden a los denominados «socio-motrices» para la mejora y sostenimiento de la condición física junto con el mantenimiento de las cualidades cognitivas. Estos programas fomentan la socialización de manera que la persona mayor mantenga su autonomía el máximo tiempo posible.
- Desarrollo de programas orientados a la mejora de la condición física en gimnasios y/o centros deportivos como los de *fitness*.
- Se incluyen programas específicos al aire libre, que no necesitan de instalaciones para su práctica, solo aprovechar o adaptar los caminos y senderos existentes.
- Otras propuestas de ejercicio físico son circuitos o aparatos de salud en diferentes espacios, para la práctica de ejercicio de forma autónoma. Aunque se considera recomendable incorporar la figura del dinamizador/a que dirija y participe en la práctica de este colectivo.
- Actividades organizadas por el IMSERSO como ofertas de turismo que desarrollan actividades saludables o la combinación de actividades culturales con actividades de salud.
- Desde la óptica deportiva, según información recabada gracias a clubes o federaciones, los deportes individuales potencian más la práctica de actividad física en las personas mayores frente a los deportes en equipo.

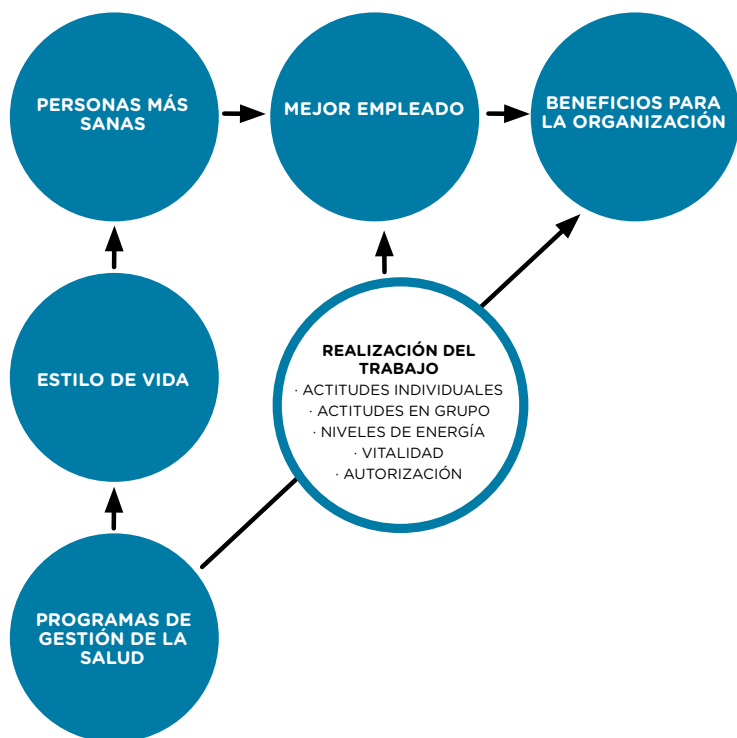
### 6.2.3 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL

#### LA IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL

La práctica de la actividad física y deportiva se define como aquella en la que el empleador favorece y facilita directa o indirectamente que las personas empleadas en su puesto de trabajo puedan llevarla a cabo.

Según una investigación sobre los hábitos deportivos realizada en 2000, tan solo el 7% de los españoles practican deporte en sus puestos de trabajo. Aunque aún no se conocen estudios empíricos en España sobre los beneficios que una actividad física regular puede aportar en el puesto de trabajo, numerosos estudios llevados a cabo en países anglosajones demuestran que existe una clara correlación entre la práctica deportiva y la mejora de la productividad en el puesto de trabajo.

FIGURA 12 ESQUEMA DE LOS BENEFICIOS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN LA EMPRESA.  
EDINGTON, DW (1995) Universidad de Michigan



La práctica deportiva periódica en la empresa puede aportar grandes y variados beneficios como:

- Mejora del estado de salud y de la calidad de vida de los trabajadores.
- Reducción del absentismo laboral.
- Mejoras en la capacidad de decisión, el rendimiento o la productividad.
- Aumento en la satisfacción de los trabajadores.
- Ahorro para las empresas.
- Visibilidad de la compañía en ámbitos vinculados a la responsabilidad social corporativa.

A continuación se presentan dos estudios a modo de ejemplo que muestran la relación entre la práctica de actividad física periódica y moderada con un descenso de bajas por enfermedad leve en la organización.

#### ESTUDIO 1

«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 investigaciones para la actividad física, trabajo y salud, Amsterdam.

Publicación: *British Journal of Sports medicine*.

Con este estudio se concluyó que existía una correlación inversa entre la actividad física intensa y la duración del absentismo laboral.

#### ESTUDIO 2

«Inactividad física y absentismo en el ámbito laboral».

Autor: E. Martínez-López y J.F. Saldarriaga-Franco.

Universidad de Antioquia, Medellín.

Publicación: *Revista Salud Pública*.

Con este estudio se concluyó la existencia de una correlación positiva entre la actividad física y el absentismo, especialmente el derivado de bajas por enfermedades respiratorias y músculo-esqueléticas.

Otro estudio muestra la relación entre la práctica de actividad física periódica con un menor coste sanitario.

**ESTUDIO 3** «Relación entre la actividad física y los costes sanitarios».

Autor: H.Q. Nguyen et al.

Publicación: *Preventing Chronic Disease 2008*.

Este estudio determinó que el uso periódico de una subvención para ser socio de un gimnasio estaba relacionado con un aumento más lento de los costes totales de la atención médica a largo plazo.

A modo de conclusión, los principales resultados obtenidos por la *International Health Racquet & Sportsclub Association (IHRSA)*<sup>49</sup> detallan que:

- Se ha incrementado notablemente el número de compañías norteamericanas que ofrecen programas de salud.
- Las personas que realizan ejercicio físico se ausentan menos de su puesto laboral que aquellas que no realizan ninguna actividad física.
- La incorporación de ejercicio físico en el horario laboral puede provocar una disminución en los gastos directos por quejas y días de enfermedad.

#### **ANÁLISIS DE LOS INCENTIVOS FISCALES A EMPRESAS DE ACUERDO CON LA NORMATIVA LEGAL VIGENTE**

Actualmente no existen deducciones o beneficios fiscales por el fomento de la práctica de la actividad física en el ámbito de la organización. En este contexto, estas acciones estarían recogidas bajo la figura de «mecenazgo», regulado en la Ley 49/2002, de 23 de diciembre, donde en el Título III se recogen los incentivos fiscales a que se organizan, promueven, protagonizan o participan en el mundo del deporte, por cuatro mecanismos posibles:

**A** Donativos, donaciones y aportaciones. De esta medida se deducen seis conclusiones generales:

**PRIMERA** La realización de donativos no goza de beneficios para las empresas como persona jurídica mercantil, solo a las personas físicas.

**SEGUNDA** El régimen de deducción en la cuota íntegra por donativos es diferente según Comunidades Autónomas de régimen común o foral.

**TERCERA** Los donativos son el mecanismo más sencillo y altruista de fomentar el deporte.

**CUARTA** Propuesta de reforma de la Ley de IRPF para «liberalizar» parcialmente la deducción por donativos.

**QUINTA** Plantear la posible creación de deducciones autonómicas propias que fomenten la participación privada en el mundo del deporte.

**SEXTA** Exención de la eventual ganancia patrimonial que se genere por la donación en el donante.

<sup>49</sup> IHRSA (2000) *Corporate wellness*. No publicado.

**SÉPTIMA** Solventar los problemas de personalidad jurídica exigidas al receptor de la donación que se plantea con las actividades físicas y deportivas en el ámbito laboral.

**B** Convenios de colaboración empresarial en actividades de interés general. Este tipo de convenios sería una excelente medida para fomentar las actividades deportivas en el ámbito laboral, pero tiene dos posibles obstáculos:

- + La necesidad de que el beneficiario de la ayuda económica sea una entidad sin ánimo de lucro, dentro de la cual forman parte las federaciones deportivas.
- + Se excluye del ámbito de aplicación del incentivo a los empresarios que cuantifiquen sus rendimientos de la actividad bajo estimación objetiva.

**C** Gastos en actividades de interés general.

En este caso el empresario es quien realiza directamente la actividad de interés general. Pero este tipo de medidas es solamente aplicable a los contribuyentes del Impuesto de Sociedades, del Impuesto de las Rentas de las personas No Residentes que operen mediante establecimiento permanente o del IRPF.

**D** Programas de apoyo a acontecimientos de excepcional interés.

En este caso, la aplicación de los beneficios fiscales estará sujeta a la Ley por la que se apruebe el programa de apoyo al acontecimiento de excepcional interés público correspondiente. Los beneficios se agrupan por:

- + 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.

En el ámbito laboral, este tipo de deducciones son sólo para acontecimientos deportivos extraordinarios de nivel internacional.

Se pueden extraer las siguientes conclusiones generales:

- La mayor parte de los beneficios fiscales analizados para las actividades físicas y deportivas en la empresa, no son de aplicación, con la salvedad de los gastos en actividades de interés general, por lo que se requeriría una reforma urgente de la normativa vigente.

- Las deducciones fiscales se ven condicionadas por el requisito de la personalidad jurídica del beneficiario, acción a tener en cuenta al poner en marcha las acciones del Plan en este ámbito laboral.

#### FINALIDADES QUE PERSIGUE LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN EL ÁMBITO LABORAL

La finalidad varía en función de quién tenga el enfoque. El siguiente gráfico lo recoge:



CONCILIACIÓN VIDA PERSONAL Y VIDA LABORAL

- Finalidades vinculadas al empleado/a:
  - + Mejora de la calidad de vida de la persona por los beneficios de una práctica físico-deportiva regular.
  - + Mejora de la satisfacción en el trabajo por las posibilidades de interacción y socialización.
- Finalidades vinculadas a la organización:
  - + Mejora el clima laboral.
  - + Mejora las condiciones de salud de los trabajadores.
  - + Mejora la productividad de la organización por la reducción de absentismo y bajas laborales.
  - + Utilización como herramienta de Responsabilidad Social Corporativa.
- Finalidades vinculadas a la administración:
  - + Incrementa la práctica deportiva en la población.
  - + Facilita la práctica a los más desfavorecidos.
  - + Impulsa la igualdad de oportunidades.
- Finalidad de carácter transversal:
  - + Búsqueda de la conciliación de la vida personal y la vida laboral.

#### LA PRESENCIA DE LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN EL ÁMBITO LABORAL EN ESPAÑA. PRINCIPALES ACTIVIDADES

El tipo de fomento de la práctica físico-deportiva en el ámbito laboral en España puede resumirse en los siguientes puntos:

- Pago de la cuota periódica a un centro deportivo por parte de la empresa.

Es el tipo de práctica deportiva en el ámbito laboral mayoritaria en el país. Se basa en la existencia de planes corporativos que permiten e incentivan la incorporación de trabajadores/as a la práctica deportiva. En este sentido, y relacionado con esta práctica, también se ha instaurado recientemente la tendencia de crear centros *fitness* o *wellness* en polígonos industriales o parques tecnológicos.

- Práctica de actividad física y ejercicios ergonómicos en el mismo puesto de trabajo.

Práctica orientada fundamentalmente a la reducción de bajas por enfermedades leves producidas por ciertas actividades laborales. Este apartado incluye actividades vinculadas a la ergonomía.

- Promoción de campeonatos y torneos deportivos interempresas.

Es la práctica más antigua en el ámbito laboral. La implicación de la empresa en este tipo de prácticas varía en función de su tamaño y de la propia cultura de la empresa. Debido a las modalidades deportivas que se promocionan, el índice de participación femenino es menor.

A continuación se detallan algunos ejemplos de experiencias exitosas:

- Programa *Corporate Wellness DIR*

La Cadena de centros de fitness y de wellness DIR puso en marcha el programa Corporate Wellness DIR dirigido a las empresas y basada en el uso libre de instalaciones y un seguimiento personalizado del número de asistencias al centro por parte del personal de la empresa. El pago corre a cargo de la empresa, de forma proporcional al índice de asistencia por parte del trabajador/a.

- Plan de hábitos saludables del *Servei d'Activitat Física (SAF) de la Universitat Autònoma de Barcelona*.

El plan diseñado sobre actividad física y seguimiento del estado de salud, por el SAF, para una de las principales mutuas catalanas, aún siendo interesante y bien elaborado, no fue llevado a cabo por ser un proyecto que requiere una visión a largo plazo, aspecto que entra en contradicción con la empresa, que se rige por el corto plazo.

- Experiencias en zonas industriales de nueva creación.

Son centros deportivos orientados a la actividad física y la salud en recintos industriales de nueva creación, como por ejemplo:

- + Parque Tecnológico de Andalucía: que encargo a una sociedad la construcción y explotación de un centro deportivo con pistas de tenis y pádel.
- + Zona de Actividades Logísticas del Puerto de Barcelona: que ha invertido en la construcción de un centro deportivo y wellness dentro del recinto portuario.

- Colectivo de deporte para todos (CET10).

CET 10, *Col·lectiu d'Esport per a Tothom 10* (Colectivo de Deporte para Todos 10) cuenta con el programa *Wellness job*, un servicio de asesoramiento a empresas destinado a crear y dinamizar centros de *fitness* y deportivos en las empresas.

- Asociaciones de deporte laboral.  
A continuación se detallan las Comunidades Autónomas con las asociaciones y el volumen de asociados en ellas:

CCAA	ASOCIACIÓN	NÚM. ASOCIADOS/AS
ARAGÓN	ASOCIACIÓN DE CULTURA Y DEPORTE CORPORATIVO O LABORAL	11.500
ASTURIAS	ASOCIACIONES Y CLUBES SOCIO-CULTURALES DE EMPRESAS Y DEPORTE LABORAL	3.150
ISLAS BALEARES	ASOCIACIÓN INDEPENDIENTE DEPORTIVA DE EMPRESA	1.500
CATALUÑA	ASOCIACIÓN CULTURAL DEPORTIVA DE EMPRESAS Y AGRUPACIONES DE BARCELONA	16.200
COMUNIDAD DE MADRID	AGRUPACIÓN DEPORTIVA TIEMPO LIBRE	10.600
PAÍS VASCO	GURE SPORT AD	13.400
COMUNIDAD VALENCIANA	AGRUPACIÓN TERRITORIAL VALENCIANA DE ASOCIADOS	16.600

Por otro lado, la encuesta realizada por el Observatorio Andaluz del Deporte sobre la práctica deportiva en los centros de trabajo de Andalucía<sup>50</sup> realizada en 2001 determinó que:

- Existe correlación directa entre el tamaño que tiene la empresa y los índices de práctica deportiva de la misma.
- Un 97,4% de las empresas no cuenta con programas deportivos organizados específicamente para mejorar la salud de sus trabajadores/as.
- Más del 90% de las empresas no cuentan con instalaciones deportivas y de las que sí cuentan, no todas tienen práctica deportiva organizada para sus empleados/as.
- Las actividades deportivas más practicadas por orden de volumen de práctica son el fútbol sala, el tenis, el fútbol y el baloncesto.

En una consulta efectuada en el proceso de elaboración del documento sectorial a 10 de las 25 empresas de mayor facturación del país, el 80% manifestó facilitar la práctica de actividades deportivas entre sus empleados, pero no aseguraba del mismo modo que en otras sedes del grupo empresarial se desarrollase este mismo tipo de actividades entre sus trabajadores/as<sup>51</sup>.

De este estudio, se concluyó que las grandes compañías con sede en España no disponen de una política claramente definida para que facilite la práctica deportiva entre sus empleados/as.

#### 6.2.4 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

La descripción de la situación actual del deporte y la actividad física para la inclusión del deporte en este campo se aborda por tres principios fundamentales:

- El interés especial del deporte en el campo de la inclusión social, más concretamente en la integración de la inmigración.
- La presentación de unos datos sobre inmigración extranjera con el objetivo de tener una visión general sobre la situación a este nivel.

<sup>50</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.

<sup>51</sup> Fuente: IBERINFORM. Ranking de las 100 empresas españolas por facturación. Encuestas efectuadas en el mes de Septiembre 2008 a las 25 empresas de mayor facturación. Elaboración propia.

- El desarrollo de un conjunto de experiencias que destacan las nuevas funciones sociales y culturales del deporte por parte de diferentes agentes que actúan en el.

#### EL DEPORTE COMO UN «HECHO SOCIAL TOTAL»

El deporte ha adquirido en la sociedad actual un papel central, convirtiéndose en un instrumento clave de integración y reproducción social.

Desde un punto de vista pragmático ha ayudado a producir una «conciencia práctica» permitiendo la unión de la sociedad con la «socializada». La implicación del deporte es un indicador más del cambio cultural y social y señala lo que se ha denominado como postmodernidad, reflejada esta por:

- La heterogeneidad de prácticas y estilos, reflejo de la sociedad actual.
- La capacidad de personalización, producto de un proceso de individualización institucionalizada.
- La informalidad y desburocratización en la organización.
- La búsqueda de nuevos espacios a conquistar como una filosofía general.
- El desarrollo de una nueva tecnología con una red productiva y comercial de extensión global.

Las nuevas prácticas físico-deportivas recrean los valores predominantes que definen la sociedad postmoderna. Contribuye a las relaciones sociales y a una ampliación y densificación de las redes sociales, que son la base de la creación de capital social. La práctica deportiva es por tanto una actividad con múltiples repercusiones y lecturas posibles, y ha pasado a convertirse en ocasiones en una identidad frente a las tradicionales formas de identidad colectiva, basadas en la religión o la nación<sup>52</sup>.

Uno de los temas más habituales a debate hoy está en torno a los procesos migratorios que se producen de los países pobres a los países más desarrollados. Estos procesos han generado en el ámbito del deporte nuevas prácticas en los lugares públicos que propician reuniones, intercambio de información, ayuda, etc. De manera que el deporte se ha convertido en un elemento importante en la generación de relaciones sociales en la época actual. Además, numerosas instituciones de carácter nacional e internacional han apoyado el deporte como elemento de integración social, hecho que se puede constatar en documentos como el Libro Blanco sobre el Deporte en Europa que habla de cómo el deporte puede desempeñar un papel en los diferentes aspectos de las relaciones de la UE.

<sup>52</sup> Ver Castells, M. (1977). La era de la información. El poder de la identidad. Vol II

Frente a la postura que destaca el deporte como elemento integrador social, está la de aquellos que cuestionan esta capacidad y sus ventajas dados los múltiples conflictos surgidos tras la celebración de eventos deportivos, la intolerancia deportiva-nacional-cultural que genera o los graves enfrentamientos religiosos surgidos en esta clase de acontecimientos. Por otro lado, desde el campo de la sociología tampoco se cree en la totalidad de cualidades que desarrolla el deporte, y no se asegura que la integración deportiva garantice la integración social. La tesis doctoral de C. Gómez (2009) constata la existencia de aspectos tanto positivos como limitadores de las actividades deportivas.

La integración de los inmigrantes, especialmente la de aquellos que proceden de los países más pobres se ha convertido en una de las principales preocupaciones de los países desarrollados. Las medidas de integración deben estar dirigidas al conjunto de la población, para que sean consideradas como tal, y no como medidas de asimilación por parte de estos colectivos, y es aquí donde el deporte juega un papel estratégico importante dada la flexibilidad que puede ofrecer en sus intervenciones.

La promoción del deporte en espacios públicos es una de las líneas estratégicas a desarrollar, como parte de una forma de entender la política social, cultural o deportiva. Esta voluntad ha quedado reflejada en diferentes planes estratégicos y experiencias que han puesto de relieve el papel que las actividades deportivas pueden tener en este escenario<sup>53</sup>. La actividad deportiva en los espacios públicos pueden hacer un aporte «civilizatorio» cuando se trata de espacios vacíos, y en los espacios ya consolidados, puede garantizar en ellos la diversidad de usos, la coherencia, la seguridad o la comunicación de una calle, una plaza o un barrio.

53 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, etc.

Otro aspecto destacable es que las actividades deportivas pueden combinarse con otro tipo de intervenciones sociales que tratan de promover el desarrollo de relaciones interculturales en barrios con altos índices de inmigración, aplicando una metodología basada en la consulta o la relación entre la forma y el fondo del mismo. Por tanto, el deporte se convierte más en un medio que un fin en sí mismo.

## EL CAMPO SOCIAL DEL DEPORTE

En el ámbito de la inclusión social y la inmigración, las actividades deportivas son uno de los elementos operadores que se combina con otros operadores y otras teorías para la intervención.

En referencia a la inmigración, los últimos datos disponibles de la Agencia Europea de Estadística (Eurostat), en 2009, indican que 5,7 millones de habitantes de nuestro país son extranjeros/as. Por su parte, España ha pasado de ser un país emisor de emigrantes a uno receptor, siendo en estos momentos el de mayor porcentaje de población extranjera, 12,3%.

Según Pumares, P. (2003), la inmigración se encuentra concentrada en cuatro grandes espacios:

- Espacios de frontera como son Ceuta, Melilla y las Islas Canarias, tres espacios estratégicos en el tráfico de inmigración entre el continente Europeo, España y África. Estos lugares están muy condicionados por la política de gestión de la inmigración.
- Espacios de agricultura intensiva como Almería, Cáceres, Huelva, Jaén, Albacete y Lérida, que necesitan de mano de obra temporal, y atrae de forma regular y temporal a inmigrantes procedentes del Magreb, Ecuador o Europa del Este. En este caso los Ayuntamientos no disponen de medios para gestionar este tipo de inmigración en sus necesidades de alojamiento, seguridad o sensibilización ciudadana.
- Espacios turísticos como Baleares, Málaga, Alicante, Las Palmas y Santa Cruz de Tenerife, donde se agrupan inmigrantes con una segregación residencial muy marcada, donde prevalece el idioma y las pautas culturales de sus países de origen. En ocasiones la población española ve este tipo de inmigración como una amenaza a la identidad local y al territorio.
- Espacios metropolitanos como Barcelona y Madrid, debido a su centralidad geográfica, dinamismo económico o su emplazamiento estratégico. Ambas ciudades ofrecen muchas oportunidades, aunque también mayores riesgos



de exclusión social. También la distribución entre la población inmigrante y su procedencia es muy diferenciada en ambas ciudades.

Aunque las grandes ciudades tienden a concentrar el mayor número de inmigrantes, estudios como el del Centro de Política del Suelo de la Universidad Politécnica de Cataluña revelan que el paso del tiempo puede generar tendencias descentralizadoras hacia las periferias metropolitanas.

Los colectivos de inmigración se reparten principalmente entre las comunidades de Cataluña, Madrid y la Comunidad Valenciana procedentes principalmente de Latinoamérica (el 36,2%), la Unión Europea (34,5%) y el norte de África (14,8%).

En Cataluña<sup>54</sup>, las personas de nacionalidad extranjera representan el 13,5% de la población, siendo Barcelona la población más representativa. La nacionalidad con más presencia es la marroquí y a continuación Rumania, Ecuador, Bolivia y Colombia.

El 14,1% del total de la población de la Comunidad de Madrid<sup>55</sup> son personas de nacionalidad extranjera. La nacionalidad con mayor presencia es la rumana, seguida de la ecuatoriana, marroquí y colombiana.

La Comunidad Valenciana<sup>56</sup> ocupa el tercer puesto, representando el 12,8% de la población de esta comunidad. Las nacionalidades más representativas eran europeas no comunitarias, seguidas de latinoamericanos. En esta comunidad es Alicante la provincia con mayor población extranjera, con el 55,6% del total.

Haciendo un estudio comparativo entre estos territorios determinaremos las principales medidas desde el Plan en el ámbito de la inclusión social.

#### PROYECTOS Y DISCURSOS DE INMIGRACIÓN. HACIA UNA LECTURA MULTICULTURAL CRÍTICA

La repercusión de las actividades deportivas en el campo de lo social ha dado lugar a múltiples proyectos con diversidad de objetivos. Tras una primera revisión de los mismos se han determinado dos grandes grupos en función del organizador:

54 Fuente: Instituto de Estadística de Cataluña. Estadística sobre la población extranjera a Cataluña 2000-2007.

55 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.

56 Fuente: Observatorio de la inmigración en Alicante. Evolución de la población extranjera en la Comunidad Valenciana. 1998-2005. Universidad de Alicante. Carlos Gomez Gil.

- Proyectos deportivos organizados por los inmigrantes:

**EJEMPLO 1** «Asociación de inmigrantes ecuatorianos y latinoamericanos organiza los campeonatos de integración de Valencia».

En este proyecto el deporte es utilizado como una forma de lucha frente a la discriminación. Es un proyecto deportivo que parece estar en conflicto con otras entidades y organizaciones deportivas y parece tener como objetivo reivindicado la segregación.

**EJEMPLO 2** Deportivo Integración. «Plataforma organizada al colectivo de inmigrantes para jugar en un equipo federado».

Al contrario que el proyecto anterior, su objetivo es alcanzar la integración haciendo permanecer la diferencia.

**EJEMPLO 3** «Kameni apadrina un torneo de fútbol sala contra el racismo».

Con este torneo se pretende lanzar un mensaje de «diversidad» y «tolerancia» desde el fútbol a través de personalidades más que por la propia presencia de inmigrantes.

- Proyectos deportivos organizados para los inmigrantes.

**EJEMPLO 4** Proyecto *Apadrina un deportista que pretende:*

- + Potenciar y facilitar la integración de personas con pocos recursos mediante la práctica del fútbol.
- + Su integración lingüística y social.
- + Centralizar sus esfuerzos en las poblaciones con situaciones más problemáticas.
- + Coordinar con las instituciones la formación de los técnicos deportivos que se encargan del seguimiento de estos programas.

Este proyecto busca por tanto una doble vertiente, la cultural y la social. Y la integración del inmigrante se decanta más por la asimilación.

Todos estos proyectos y más de características similares se han justificado en discursos que resaltaban la práctica deportiva por sus valores higiénicos, cooperativos o como una alternativa de ascenso social ante colectivos excluidos. La mayor parte de los principales clubes deportivos realizan algunos de estos proyectos más como una campaña de marketing social con la idea de rentabilizar sus negocios, que por el mero hecho integrador del proyecto<sup>57</sup>.

57 Como casos significativos en este sentido podríamos destacar los distintos usos del suburbio por parte de multinacionales como Nike, Adidas, Benetton o Gap.

Otra práctica difundida entre este tipo de entidades es la visita de jugadores a barrios conflictivos, pero al igual que el caso anterior, este tipo de actos termina convirtiéndose en actos de promoción para los propios deportistas. Desde las federaciones se justifican como una vía social y de convivencia entre las comunidades.

También desde las instituciones académicas, se ejecutan jornadas que aúnan deporte e inmigración y que mezclan una parte teórica con experiencias prácticas. El análisis que se extrae es la aplicación del deporte en teorías relacionadas con el multiculturalismo y la interculturalidad, aunque en ellas no se especifica el modo.

#### DIAGNÓSTICO

El compromiso social del deporte se desarrolla, por tanto, en base a dos ejes de actuación: la exclusión social y la integración de la inmigración extranjera.

En este ámbito se diagnosticaron las siguientes situaciones:

- A** El desarrollo de lo que se puede considerar el campo de los compromisos sociales tiene entre sus ejes principales, la actuación en temas de exclusión social y la integración de la inmigración extranjera.
- B** Dada la heterogeneidad de este campo, se hace necesario tener un marco general para orientar bien el papel de las actividades deportivas en una sociedad cambiante.
- C** Este tipo de programas suele tener dificultades para consolidarse.
- D** En la inmigración existe cierto peligro de colonialismo deportivo, especialmente cuando las intervenciones deportivas-sociales las encabezan grandes clubs, corporaciones, ex deportistas.
- E** En el caso de los clubes, cabe la necesidad de replantearse el multiculturalismo o interculturalidad que por un lado pueden adoptar una posición paternalistas o, en la peor, formas estratégicas de asimilación.
- F** El papel de las actividades deportivas ha de pasar por el aprovechamiento de sus ventajas sociales pero también por el reconocimiento de sus límites.

#### 6.2.5 EL DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD

##### EL DEPORTE UNIVERSITARIO: HACIA UN MAYOR CONOCIMIENTO Y DIFUSIÓN DE LA REALIDAD EXISTENTE EN LAS UNIVERSIDADES ESPAÑOLAS

La necesidad de estudios continuados en el tiempo, así como la selección de indicadores que permitan hacer estudios comparativos en su evolución, hace que hoy en día esta 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 hasta la fecha en nuestro país 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.

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, de los que se pueda extraer y conocer como está el deporte universitario y cual es su evolución en el transcurso del tiempo.

En este sentido, se considera imprescindible crear un sistema periódico de recogida de información, con una serie de indicadores establecidos, que permita conocer datos reales y su evolución. Para ello es necesario crear un observatorio que se encargue de esta tarea logrando la participación del conjunto de los servicios de deportes universitarios. Sólo de esta manera, disponiendo de datos que hoy no existen (más allá de informaciones parciales y estimaciones gruesas poco fiables), se podría afrontar el diagnóstico real de la situación actual del Deporte en la Universidad y hacer visible éste a los ojos de la sociedad.

Es preciso tener en cuenta asimismo una de las características fundamentales en el comienzo del siglo XXI, que es la «universalización» del acceso a la Universidad en nuestro país. 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 esta 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 pugna por los estudiantes para incorporarlos a sus centros. 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, instalaciones en las que practicar deporte y programas que lo desarrollan, todo con la finalidad de captar más estudiantes.

También hay que tener en cuenta que 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. En definitiva, la oferta de actividad física y deporte por parte de las universidades se ha convertido en un elemento estratégico de cara a la competencia entre las mismas.

#### **EL PROCESO DE CAMBIO Y EL SOPORTE LEGAL DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN LA UNIVERSIDAD**

La Universidad española se encuentra inmersa en un proceso de cambio, la convergencia con Bolonia, que nos lleva al escenario de Espacio Europeo de Educación Superior y está suponiendo una actividad intensa en la elaboración de los nuevos títulos de Grado y de Máster. Así mismo, este cambio en la Universidad deriva de la Ley de Ordenación Universitaria (LOU), que permite entrever un incremento de la práctica deportiva del alumnado universitario, pues los 6 créditos ECTS, que hace referencia el artículo 46.2.i de la misma, 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. En consecuencia, los Servicios o Unidades administrativas o de gestión de la oferta deportiva van a tener que regular y 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 y Unidades de deportes de manera que tendrán una actuación académica reconocida.

Desde un punto de vista del fomento de la práctica de la actividad física y deportiva de la población española propósito fundamental del presente Plan A+D este hecho es fundamental por dos motivos:

- La Universidad es la última etapa educativa de los y las estudiantes, y puede representar un último intento en conseguir mejorar su futura calidad de vida y ayudar a prevenir la obesidad y el sedentarismo.
- 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 útiles y necesarias para su futuro profesional y para su vida.

La actual Ley de Ordenación Universitaria<sup>58</sup> reconoce la importancia del deporte 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.

- El Artículo 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.
- Con estos dos apartados, el deporte en la universidad pasa a ser una piedra fundamental entre sus funciones y engloba a toda la Comunidad Universitaria que la compone, comprometiendo de este modo a su colectivo profesional y a los estudiantes.
- El Artículo 91 se denomina «Coordinación en materia de deporte universitario», 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

<sup>58</sup> 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.

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.

#### LA OFERTA DEPORTIVA DE LAS UNIVERSIDADES ESPAÑOLAS

Las universidades tienen una oferta de actividades físico-deportivas dirigidas muy abierta, amplia y plural, en la que el objetivo de la práctica física está enfocada hacia 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.

- 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, aeróbic, *spinning*, musculación, mantenimiento físico, Pilates, etc. son ejemplos que ilustran el amplio abanico de actividades que configuran este bloque de actividades dirigidas.
- El bloque 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 representarían 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 este deporte.

- 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. La oferta de actividades en la naturaleza se ha multiplicado en los últimos años.

Según la publicación en las respectivas páginas web de los servicios o áreas de deportes, 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 oferta llega a 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 mayor cantidad ofertada y 1 la menor.

Todas las universidades españolas abordan con mayor o menor énfasis un programa de competición deportiva. Se diferencia entre la competición interna y la 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.
- La competición externa arranca en las fases zonales e interzonales de los CEU y finaliza en 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 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 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.

Existe un programa de Deporte Universitario Internacional, uno que se centra en programa de la Federación Internacional de Deporte Universitario (FISU) y otro en programa Europeo, EUSA. El programa FISU tiene los campeonatos del mundo universitarios y las Universiadas, cuya 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.

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.

Existe un programa en las universidades dirigido a los deportistas de alto nivel. 1.252 deportistas se benefician del programa presentado por las universidades a la Resolución que convoca el Consejo Superior de Deportes para estos deportistas. No obstante, hay más universidades que tienen un programa orientado a los deportistas de alto nivel pero no concurren a la citada convocatoria.

Las universidades destinan de sus presupuestos recursos a los deportistas de alto nivel. Además, tienen programas que amplían sustancialmente los beneficios a los Deportistas de Alto Nivel y Deportistas de Alto Rendimiento y otros deportistas de rango «elite universitario» que crean las universidades en sus programas particulares.

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.

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.

Por último, 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.

#### LA AUSENCIA GENÉRICA DE DATOS

Al igual que ocurre con la oferta de actividades y la práctica deportiva real de la población universitaria –tanto dentro como fuera del marco universitario– los

presupuestos destinados a los servicios de deportes son un elemento que necesita de mayor 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. Tampoco con el personal técnico, administrativo o de mantenimiento dedicado a esa labor.

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. Según el Censo Nacional de Instalaciones deportivas del año 2005, el 0,19% de los espacios deportivos españoles corresponde a las Universidades Públicas<sup>59</sup>.

Por último, se destaca 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 que nos aporten conocimiento sobre el deporte universitario, así como su evolución a lo largo del tiempo.

## 6.3 NIVEL TRANSVERSAL: LA IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES

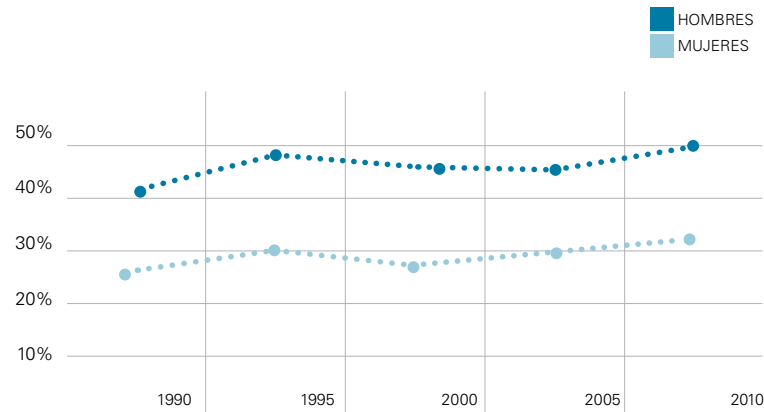
### 6.3.1 PARTICIPACIÓN E INTERÉS DE LAS MUJERES POR LA PRÁCTICA DEPORTIVA

Para el análisis de los datos estadísticos que determinan la participación de las mujeres en la práctica deportiva hay que tener en cuenta la diferenciación de género y, características como la edad o su nivel socio-económico.

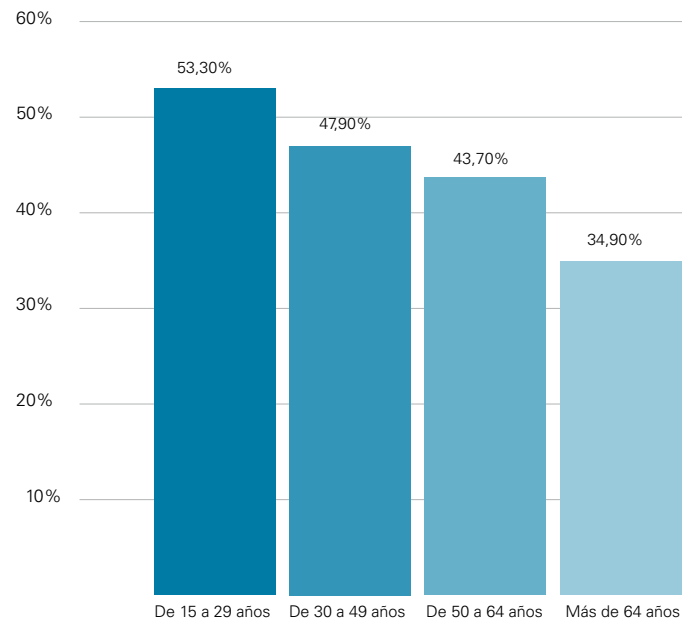
Según datos del CIS y CSD (1990-2010) (Figura 15), la práctica deportiva es mayor entre los hombres que entre las mujeres –17,9 puntos porcentuales–, y esta diferencia se mantiene a lo largo de los años. Por otra parte, en el estudio del Instituto de la Mujer (2005) (Figura 17) también se obtuvo una distancia similar entre el hombre y la mujer, pero según ref eja éste, el porcentaje de la práctica de deporte y actividad física es superior en ambos casos en comparación con los datos que ref eja el estudio del CIS.

<sup>59</sup> Censo Nacional de Instalaciones Deportivas 2005. España. Consejo Superior de Deportes, Madrid, julio 2007.

**FIGURA 13** EVOLUCIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA SEGÚN SEXO EN ESPAÑA SEGÚN LOS DATOS DEL CIS / CSD (1990-2010).



**FIGURA 14** PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS POR PARTE DE LAS MUJERES, SEGÚN EDAD. Instituto de la Mujer, 2005.



El mismo estudio del CIS y CSD sobre Hábitos deportivos de los españoles, 2010, sobre la diversidad de actividades que implican actividad física como bailar o pasear, recogen la importancia de este otro tipo de actividades para los intereses de las mujeres.

**FIGURA 15** USO DEL TIEMPO. Centro de Investigaciones Sociológicas, / CSD/2010

	HOMBRE %	MUJER %	TOTAL %
ESTAR CON LA FAMILIA	71,9	73,4	72,7
VER TELEVISIÓN	71,2	69	70,1
HACER DEPORTE	38,8	21,1	29,8
ANDAR/PASEAR	48,6	57,1	52,9
SALIR CON LOS AMIGOS/AS Y/O PAREJA	57	48,2	52,6
IR A BAILAR AL CINE O AL TEATRO	15,4	18,3	16,8
NO HACER NADA ESPECIAL	30,7	29,9	30,3
SALIR AL CAMPO, IR DE EXCURSIÓN	24,6	20,2	22,4
VER DEPORTES	40,5	12,9	26,5
LEER LIBROS, REVISTAS	33,7	42,1	37,9
ESCUCHAR MÚSICA	40,3	37,4	38,9
ASISTIR A ACTOS CULTURALES O CONCIERTOS	15	13,8	14,4
UTILIZAR INTERNET (NAVEGAR, CHATS)	38,9	27,1	32,9
FRECUENTAR ESTABLECIMIENTOS DE COMIDA RÁPIDA	6,4	4,9	5,6
OTRAS RESPUESTAS	7,2	7,7	7,5

Respecto al deporte federado y de alto rendimiento, existen grandes diferencias entre hombres y mujeres:

- Entre el total de licencias federativas, el 77% pertenece a hombres, y sólo el 18% a las mujeres (5% de licencias, sin discriminar).
- El deporte de alto rendimiento se puede analizar a partir de programas como ADO/ADOP que han potenciado la igualdad de género entre deportistas, o de los propios Juegos Olímpicos o Paralímpicos. En Pekín, la participación fue bastante igualitaria, con un 42,6% de mujeres frente al 57,3% de hombres en el caso de los olímpicos, por el contrario, en los Juegos Paralímpicos, tan sólo un 24,1% de mujeres frente al 75,9% de hombres.

En relación a aspectos cualitativos, se recogen los siguientes resultados de un estudio realizado por el Centro de Investigaciones Sociológicas (2005):

- El interés por la práctica deportiva es mayor entre hombres (un 72,6%) frente a las mujeres (49,6%).
- Las principales motivaciones que mueven a los hombres a hacer deporte están relacionadas con el placer y la diversión. En cambio la mujer se mueve más por aspectos relacionados con la salud y la estética.
- En el caso de las motivaciones para no practicar deporte, son las mismas para hombres y mujeres, relacionadas con sus gustos, la edad o la falta de tiempo, aunque esta es debido a la falta de compatibilidad con el trabajo en el caso de los hombres, y en el caso de las mujeres la falta de compatibilidad va relacionado con las responsabilidades familiares.
- En relación con el interés por los espectáculos deportivos, los datos de asistencia a acontecimientos deportivos, la frecuencia de la lectura de prensa deportiva muestran grandes diferencias entre hombres, mayor, y mujeres, menor.

En cuanto a las formas de participación:

- Aunque la práctica de actividad física o deportiva es menor en las mujeres, la frecuencia de la misma, comparada con la de los hombres, es muy similar (Figura 18).

**FIGURA 16** FRECUENCIA DE PRÁCTICA DE LA POBLACIÓN ESPAÑOLA SEGÚN SEXO.

Centro de Investigaciones Sociológicas, / CSD/2010

	HOMBRE	MUJER	TOTAL
TRES VECES O MÁS POR SEMANA	56,9%	54,2%	55,8%
UNA O DOS VECES POR SEMANA	35,4%	38,7%	36,7%
CON MENOS FRECUENCIA	7,0%	6,3%	6,7%
NS/NC	0,7%	0,8%	0,8%

- Entre la práctica de actividades, existen gustos muy diferenciados entre hombres y mujeres. La actividad preferida entre las mujeres es la natación recreativa, seguida del aerobio, gimnasia rítmica o expresión corporal, frente a la de los hombres que prefieren el fútbol seguido del ciclismo recreativo o la natación recreativa (Figura 20).

**FIGURA 17** TIPO DE ACTIVIDADES PRACTICADAS POR LA POBLACIÓN ESPAÑOLA SEGÚN SEXO.  
Centro de Investigaciones Sociológicas / CSD/2010

DEPORTE	HOMBRE	MUJER
NATACIÓN RECREATIVA	18,3	28,7
FÚTBOL	27,9	2,6
FÚTBOL SALA, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL PLAYA	14,6	1,8
CICLISMO RECREATIVO	24,3	12,0
CARRERA A PIE	13,9	11,5
ATLETISMO	7,7	3,3
GIMNASIA, ACTIVIDAD FÍSICA EN CASA (DE MANTENIMIENTO)	7,1	12,8
GIMNASIA Y ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EN PISCINA	2,0	7,3
GIMNASIA Y ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA INTENSA EN CENTRO DEPORTIVO	7,7	15,3
GIMNASIA Y ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA SUAVE EN CENTRO DEPORTIVO	5,7	18,9
ACTIVIDAD FÍSICA CON ACOMPAÑAMIENTO MUSICAL	1,7	6,7
ACTIVIDAD FÍSICA DE INSPIRACIÓN ORIENTAL	1,7	6,4
MONTAÑISMO, SENDERISMO, EXCURSIONISMO	9,1	8,0
MUSCULACIÓN, CULTURISMO, HALTEROFILIA	6,3	1,3
ESQUÍ Y OTROS DEPORTES DE INVIERNO	4,4	4,3
BALONCESTO	10,1	4,0
TENIS	8,5	4,4
PÁDEL	7,9	2,9
PESCA	4,5	0,5
TIRO Y CAZA	3,8	0,3

- En relación a los espacios utilizados para la práctica, existen diferencias entre hombres y mujeres en la práctica de deporte en instalaciones públicas y en lugares abiertos.

Entre los datos que recogen información relacionada con las profesiones deportivas se observa que:

- En el caso de cargos profesionales, entre las 64 federaciones españolas, solo 4 de ellas están dirigidas por mujeres.
- También entre el personal técnico existen grandes diferencias. Tan solo el 12% del total de cargos en la federación son representados por mujeres.
- Entre el personal docente e investigador de los INEF y facultades de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de España, tan solo el 30% del total de estos cargos son ocupados por mujeres.
- Desde el punto de vista académico también existen grandes diferencias entre el alumnado matriculado tanto en el ámbito universitario como en módulos de formación profesional o formación deportiva específica.

### 6.3.2 ÁMBITOS DE ACTUACIÓN

La diferencias entre género son claramente observables en medios de comunicación, tanto en la ausencia de deporte femenino en éstos, como en el trato discriminatorio hacia las deportistas. El estudio del Consejo Audiovisual de Andalucía (2008) determinó que las mujeres sólo protagonizan el 3,4% de las informaciones deportivas y un 7,5% de las retransmisiones.

En relación al ámbito de la formación:

- En el caso de los estudios de grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, el cambio de plan de estudios motivado por la adaptación al Espacio Europeo de Educación Superior propiciará la desaparición de algunas asignaturas centrados en el estudio y formación sobre cuestiones de género, mujeres y deporte.
- En estudios de master vinculados a la Actividad Física y el Deporte, a pesar de la amplia oferta de posgrados existente, solo se conocen tres master que incluyan asignaturas relacionadas con el estudio del género en el deporte y la actividad física.
- Desde los estudios de Maestro de Educación Física y Ciclos Formativos de la familia del deporte y la actividad física, el centro de la Facultad de Educación

de la UCM, incluye en su programa la asignatura de «coeducación en Educación Física escolar», abierta también a otras especialidades de Magisterio.

- En los estudios de régimen especial, se incluye en el ciclo final un módulo dedicado al género y el deporte.

Existen también diversos materiales que divulgan la coeducación y la igualdad de oportunidades entre géneros en el ámbito del deporte. Recientemente el CSD, en conjunto con el Ministerio de Igualdad, ha elaborado un listado del material didáctico sobre «mujer y deporte» diseñado en las diferentes comunidades autónomas.

En los últimos años se han realizado numerosas jornadas, cursos y congresos en este ámbito. La relación de los mismos se encuentra en la versión 1 del informe sectorial.

### 6.3.3 LEY ORGÁNICA PARA LA IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES

El Artículo 29 de la Ley Orgánica para la Igualdad entre mujeres y hombres (BOE nº 71 de 23/03/2007) hace referencia a la inclusión en todos los programas públicos de desarrollo del deporte, de la consideración del principio de igualdad real y efectiva entre hombres y mujeres en su diseño y ejecución. A su vez, insta al gobierno a promover el deporte femenino y favorecer la apertura de disciplinas deportivas a mujeres mediante el desarrollo de programas específicos en todas las etapas de la vida y a todos los niveles, incluidos los de responsabilidad y decisión.

La ley recoge también otros aspectos que repercuten de forma indirecta en la igualdad en el ámbito de la actividad física y el deporte:

- En la educación, mediante la rotura de los estereotipos.
- Las subvenciones y la igualdad entre las entidades solicitantes.
- Las federaciones como estructuras laborales y empleadoras, en temas relacionados con los derechos de conciliación de la vida personal, familiar y laboral.
- Las entidades comerciales, con la realización de acciones de responsabilidad social en materia de igualdad o la participación de mujeres en los consejos de administración de las sociedades incentivando una composición equilibrada.
- Medios de comunicación social, donde la ley insta a transmitir una imagen igualitaria.



#### 6.3.4 POLÍTICAS DE LAS ORGANIZACIONES

A nivel internacional público:

- La Organización de Naciones Unidas (ONU) publicó el informe «La mujer en el 2000 y después: Mujer, igualdad de géneros y deporte».
- El Parlamento Europeo aprobó la «Resolución sobre las mujeres y el deporte».

A nivel internacional asociativo:

- El Comité Olímpico Internacional solicitó incluir una referencia explícita a la necesidad de acción en materia de mujer y deporte en la Carta Olímpica. Además estableció un grupo de trabajo Internacional sobre Mujer y Deporte en 1995 que supervisa la participación de mujeres en Juegos Olímpicos, y la representación de éstas en la toma de decisiones y organiza las Conferencias Mundiales sobre Mujer y Deporte.
- Grupo de trabajo internacional sobre la Mujer y el Deporte (IWG): El IWG organiza conferencias de carácter internacional y promueve la igualdad real entre hombres y mujeres a nivel internacional.

A nivel estatal público:

- Gobierno de España: Plan Estratégico de Igualdad de Oportunidades 2008-2011, que en el objetivo 5º potencia la integración de la perspectiva de género en las actividades deportivas.
- Consejo Superior de Deportes: bajo la Subdirección General de Promoción Deportiva y Deporte Paralímpico se crean los programas Mujer y Deporte que fomentan la participación de las mujeres en el ámbito de la actividad física y el deporte en igualdad de condiciones, para todas las edades y todas las modalidades deportivas. Para abarcar este objetivo, es indispensable la coordinación con múltiples Organismos como el Instituto de la Mujer, Federaciones Deportivas, Universidades, Comunidades Autónomas, etc.

En el primer caso, el Plan para lograr la igualdad se estructura en los siguientes grupos de medidas y actuaciones:

- + Medidas para promover la igualdad de género en el ámbito deportivo; como Programas específicos de seguimiento a Mujeres Deportistas desde las Federaciones Deportivas Españolas, o el impulso que se pretende para modificar el reglamento electoral y conseguir mayor representación femenina.

- + Medidas para promover la igualdad de género a través de la imagen del Consejo Superior de Deportes, como la creación de campañas de difusión.
- + Medidas para promover Estudios de Investigación encaminados a fomentar la igualdad de género, como la realización de un estudio del mapa de posibilidades «Mujer y Deporte», o la coordinación desde el Consejo Superior de Deportes, la Comisión Mujer y Deporte y el Instituto de la Mujer de los estudios y publicaciones al respecto.

Además, el Consejo Superior de Deportes ha promovido:

- + Convenios con otros países para realizar intercambios de conocimientos en el ámbito de mujer y deporte.
- + La financiación a través de subvenciones para el fomento de la práctica deportiva femenina en los ámbitos de tecnificación y de alto nivel.
- + Impulsar cambios en las Federaciones Deportivas Españolas que favorezcan la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres.
- + Colaborar en jornadas específicas contra la violencia de género.
- + La organización y colaboración con otras instituciones en jornadas o seminarios sobre la Mujer y el Deporte.

A nivel estatal, asociativo:

- Comité Olímpico Español: Comisión «Mujer y Deporte» con un portal Web que incluye noticias, resultados sobre deporte femenino, promueve estudios, organiza jornadas y entrega premios sobre la mujer y el deporte.
- Federaciones deportivas españolas, que en algunos casos organizan programas de «Mujer y Deporte».

A nivel autonómico, público:

- Desde comunidades autónomas como Extremadura, Cataluña, Andalucía o el País Vasco se promueven programas de igualdad efectiva entre mujeres y hombres de forma que se consiga:
  - + Incrementar la participación de las mujeres, su práctica deportiva, posibilitando el acceso a la práctica de deportes masculinizados.
  - + Incrementar la participación de las mujeres en puestos de responsabilidad y decisión.
  - + Elaborar campañas de sensibilización.
  - + Promover y mejorar estudios de investigación vinculados con la mujer y el deporte.
  - + Mejorar la formación de los y las técnicos deportivos.
  - + La inclusión en todas las actuaciones de la perspectiva de género.

A nivel municipal:

Se promueve la actividad física entre las mujeres desde el ámbito municipal. Las propuestas más destacables provienen de los planes estratégicos sobre Igualdad y la Mujer y el Deporte que se llevan a cabo desde los ayuntamientos de Barcelona y Madrid.

El Plan Estratégico del Deporte del Ayuntamiento de Barcelona desarrolla actuaciones como la organización de cursos de la mujer, la semana de la mujer, o la convocatoria periódica de «Mesa sobre Mujeres y Deporte».

En el área de «Salud y Deporte» del Plan para la Igualdad de Oportunidades 2006-2009 del Ayuntamiento de Madrid, se promueve la participación de las mujeres desde las Federaciones deportivas, facilitando su incorporación en actividades donde esté infra-representada o favoreciendo la diversificación en la elección de prácticas deportivas mediante medidas de actuación como la formación especializada, la realización de campañas de sensibilización o el fomento de reuniones para la organización de actividades o asociaciones del deporte femenino.



# 7 MISIÓN, VISIÓN Y OBJETIVOS GENERALES DEL PLAN A+D

7.1 MISIÓN DEL PLAN A+D	133
7.2 VISIÓN DEL PLAN A+D	134
7.3 OBJETIVOS GENERALES DEL PLAN A+D	135

## 7.1 MISIÓN DEL PLAN A+D

La **MISIÓN** del Plan A+D se concreta en:

Disponer de una **HERRAMIENTA DE ANÁLISIS PERMANENTE DE LA REALIDAD** de la práctica de la actividad física y deportiva para el conjunto de la población española que nos permita **IMPLANTAR LAS ACCIONES PROPUESTAS** que mejoren la citada realidad.

Bajo el liderazgo del Consejo Superior de Deportes en el conjunto del Estado y de las Comunidades Autónomas en su ámbito territorial, los análisis y las actuaciones del Plan A+D tendrán su razón de ser sólo si se produce **LA COLABORACIÓN ESTRECHA** entre la Administración del Estado –incluidos todos los departamentos ministeriales implicados–, las Comunidades Autónomas, las Corporaciones Locales y el resto de los agentes sociales, especialmente asociativos y empresariales– que conforman el sistema deportivo del Estado.

Cabe destacar los siguientes elementos relevantes en la citada **MISIÓN**:

- **HERRAMIENTA DE ANÁLISIS PERMANENTE.** Todo plan a largo plazo requiere de un seguimiento para evaluar la implantación de sus propuestas así como para analizar la cambiante realidad en el sector de la práctica físico-deportiva. Este análisis permanente garantizará la adecuación de las actuaciones propuestas en el tiempo y la forma que se establezcan.
- **IMPLANTACIÓN LAS ACCIONES PROPUESTAS.** El Plan A+D debe ser una herramienta generadora de cambio. Para ello, los análisis y sus correspondientes diagnósticos deben desembocar en **ACCIONES TANGIBLES** que ayuden en la transformación de la realidad actual.
- **LIDERAZGO DEL CSD Y COMUNIDADES AUTÓNOMAS Y COLABORACIÓN ENTRE GOBIERNO, COMUNIDADES AUTÓNOMAS, CORPORACIONES LOCALES Y AGENTES SOCIALES.** De acuerdo con la legislación vigente, muchas de las propuestas que se establecen en el Plan A+D son competencia de las CCAA y los municipios. Por este motivo, el Consejo Superior de Deportes debe ejercer el rol de promotor, dinamizador y liderazgo de las actuaciones del Plan A+D pero siempre trabajando de forma conjunta con las Comunidades Autónomas, municipios y el resto de las Corporaciones Locales. Muchas de las acciones requerirán también de la participación de los agentes sociales para que actúen como canal comunicador y potenciador de las propuestas.

## 7.2 VISIÓN DEL PLAN A+D

La **VISIÓN** del plan intenta definir, a largo plazo, **LA SITUACIÓN DE LLEGADA** en el **2020** de nuestra sociedad en el tema abordado, especialmente en relación a la práctica de la actividad física y del deporte con una orientación hacia la salud y el bienestar. La visión representa un reto ambicioso, pero alcanzable.

¿cómo nos gustaría ver la práctica de la actividad física y del deporte en España en el 2020?

Nos gustaría ver y tener:

- Una sociedad con unos **ÍNDICES DE PRÁCTICA** de actividad física y deportiva cercanos o **EN LOS NIVELES DE LA MEDIA EUROPEA** de los países más desarrollados, e incorporada a los hábitos cotidianos de las personas.
- A nuestros chicos y chicas **ESCOLARES PRACTICANDO ACTIVIDAD FÍSICA** y deportiva moderada o intensa, al menos, una hora diaria, combinando la educación física curricular y el deporte educativo.
- Unos **ÍNDICES** de obesidad, sobrepeso y sedentarismo sensiblemente **DISMINUIDOS** en relación a la situación actual.
- El **ACCESO REAL DE LOS CIUDADANOS Y CIUDADANAS** de sectores más **DESFAVORECIDOS** a la práctica de la actividad física y del deporte como elemento de inclusión social, salud, educación o recreación.
- **IGUALDAD EFECTIVA Y REAL** en la práctica deportiva de las mujeres, así como en las funciones profesionales y directivas de las organizaciones deportivas.
- La actividad física y el deporte incorporados plenamente en la **PREVENCIÓN PRIMARIA Y SECUNDARIA** del sistema público de salud.

## 7.3 OBJETIVOS GENERALES DEL PLAN A+D

Se identifican cuatro grandes objetivos generales:

### OBJETIVO 1. INCREMENTAR NOTABLEMENTE NUESTRO NIVEL DE PRÁCTICA DEPORTIVA

Incrementar los índices de práctica de la actividad física y deportiva de la población española hasta alcanzar los niveles de los países europeos más desarrollados y, en consecuencia, disminuir los índices de sedentarismo, obesidad y sobrepeso que tan negativamente inciden en la salud y la economía de los ciudadanos y ciudadanas, especialmente de los niños, niñas y adolescentes.

### OBJETIVO 2. GENERALIZAR EL DEPORTE EN LA EDAD ESCOLAR

Promover la educación física curricular, la actividad física y la práctica deportiva en el sistema educativo, generalizando su implantación en los proyectos educativos de centro y en coordinación con el conjunto de los agentes del sistema deportivo del entorno.

### OBJETIVO 3. IMPULSAR EL DEPORTE COMO UNA HERRAMIENTA DE INCLUSIÓN SOCIAL

Posibilitar que los sectores de población en riesgo de exclusión social tengan un acceso real a la práctica de la actividad física y del deporte como un elemento de inclusión social, salud, educación y recreación.

### OBJETIVO 4. AVANZAR EN LA IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES

Fomentar la igualdad efectiva entre mujeres y hombres en el acceso a la práctica deportiva y a los puestos técnicos y de dirección de las organizaciones deportivas, disminuyendo sensiblemente las actuales diferencias.

En definitiva, se pretende que España ocupe, en el contexto internacional, el mismo lugar en los niveles de práctica deportiva que ocupamos en los resultados de las competiciones de alto nivel europeas, mundiales y olímpicas.



## 8 INDICADORES DE RESULTADOS

El presente Plan A+D establece unos indicadores generales y comunes que ponen límite a los objetivos anteriormente formulados. Y esos indicadores, alcanzables, no utópicos, son los que ref ejan hasta dónde tenemos que llegar y, en consecuencia, los que van a fijar el alcance de los programas y medidas que más adelante se enumeran.

De manera general podemos señalar que, a final de 2020, España debería de alcanzar los siguientes resultados:

- Una práctica deportiva general de la población cercana al 50%, partiendo de la situación actual del 39,9% para los mayores de 15 años que señala la Encuesta de Hábitos deportivos de los españoles de 2010.
- Una disminución de la diferencia de práctica entre hombre y mujer de los 17,9 puntos porcentuales actuales a unos porcentajes entre el 8% y el 5%
- Una reducción del porcentaje de población sedentaria hasta un nivel estimado del 35% del conjunto de la población.
- Un descenso en el nivel de obesidad infantil y sobrepeso hasta el 20%, partiendo de los niveles elevados actuales del 38%.
- Un nivel de práctica deportiva en edad escolar de 1 hora diaria durante 5 días a la semana para la mitad de la población y 1 hora diaria durante al menos 3 días para el otro 50%.
- Una práctica de actividad física y deportiva del 30% para las personas mayores de 65 años, incrementando sustancialmente el actual nivel de 18,8%.
- El 90% de las instalaciones deportivas accesibles para las personas con discapacidad, a partir del 68% que señala el Censo Nacional de Instalaciones Deportivas de 2005, y el 50% de las mismas con vestuarios adaptados.
- Al menos un 50% de las cien empresas más grandes del país con planes de promoción deportiva asociada a la salud para sus empleados.
- Un porcentaje de licencias federadas femeninas del 35% de las totales, partiendo del 18% actual.
- Un porcentaje del 20% de mujeres sobre el personal técnico y directivo de las feder aciones deportivas españolas, partiendo de los actuales 12% y 10% respectivamente.





## 9 LOS EJES ESTRATÉGICOS DEL PLAN A+D

El presente Plan A+D identifica **SIETE EJES ESTRATÉGICOS** transversales, aplicables al conjunto de los ámbitos que el Plan aborda:

### EJE 1 COORDINACIÓN, LEALTAD Y COLABORACIÓN INSTITUCIONAL

El principal eje está relacionado con la coordinación y colaboración institucional en todos los niveles: entre las administraciones públicas en general; entre administraciones y agentes del sistema deportivo; entre los diferentes departamentos de la administración en cada uno de los niveles territoriales; en definitiva, **TODOS LOS RESPONSABLES DEL SISTEMA DEPORTIVO**, de salud, de educación, de igualdad y cohesión social, **TRABAJANDO CONJUNTAMENTE EN LA MISMA DIRECCIÓN.**

### EJE 2 BÚSQUEDA DE LA EFICIENCIA Y EL APROVECHAMIENTO DE LAS SINERGIAS EN EL SISTEMA DEPORTIVO

El presente Plan no pretende ni propone crear nuevas estructuras administrativas ni ejecutivas, ni incrementar el gasto público de manera irresponsable en un momento, además, de crisis económica. Se trata de aprovechar las estructuras, planes y programas existentes –tanto deportivos como de otros sectores– **PARA HACER LAS COSAS DE FORMA EFICIENTE MÁS DIRIGIDAS A LOS OBJETIVOS CONCRETOS Y COMPARTIDOS DEL PLAN, MÁS SELECTIVAS EN LAS PROPUESTAS DE ACCIÓN.**

**LA ESTRUCTURA DEL SISTEMA DEPORTIVO ESPAÑOL** –miles de asociaciones deportivas, miles de Corporaciones Locales con estructuras, instalaciones y programas deportivos, los servicios deportivos de las Universidades, cientos de federaciones, miles de centros deportivos privados, centros de medicina del deporte, grupos de investigación, asociaciones profesionales en diferentes sectores, miles de instalaciones deportivas convencionales y miles de espacios no convencionales; un territorio rico para la práctica de la actividad física y el deporte; y, finalmente, diecisiete Comunidades Autónomas y dos ciudades autónomas liderando el deporte en su territorio–, **QUE SE HA DEMOSTRADO EFICAZ PARA COLOCAR A NUESTRO PAÍS EN UN LUGAR DE PRIVILEGIO EN LOS RESULTADOS DEL DEPORTE DE ALTO NIVEL DEBE DE MOSTRARSE EFICAZ ASIMISMO PARA MEJORAR EL NIVEL DE PRÁCTICA DEPORTIVA DE LOS CIUDADANOS Y CIUDADANAS.**

### EJE 3 INFORMACIÓN, COMUNICACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

Lo que no se conoce, no existe. Uno de los ejes estratégicos básicos se orienta a la **COMUNICACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN, TANTO A LOS CIUDADANOS Y CIUDADANAS COMO AL PROPIO SISTEMA DEPORTIVO.**

#### **EJE 4 CONOCIMIENTO DE LA REALIDAD E INVESTIGACIÓN**

**EL PLAN A+D SE APOYA Y DEBE DE SEGUIR APOYÁNDOSE EN LOS DATOS Y EN EL CONOCIMIENTO DE LA REALIDAD.** Una de las mayores dificultades en la elaboración del diagnóstico previo ha sido la problemática de acceder a datos objetivos y, en muchos casos, la inexistencia de estos. El Plan debe utilizar el camino de la investigación y del conocimiento objetivo de la realidad como base para la acción.

#### **EJE 5 FORMACIÓN Y MEJORA DE LAS CAPACIDADES Y COMPETENCIAS DE LAS PERSONAS**

Otro de los ejes estratégicos seleccionados es la necesidad de **TRABAJAR EN TORNO A LA MEJORA DE LAS CAPACIDADES Y DE LAS COMPETENCIAS DE LAS PERSONAS** que conforman la estructura del sistema deportivo. Pero no solo de ellas, sino también de los sectores complementarios –educación, salud, política social– que son los que con sus iniciativas pueden posibilitar la generalización de la práctica deportiva en España.

#### **EJE 6 ASOCIACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE A LA SALUD**

Uno de los ejes estratégicos fundamentales para el logro de los objetivos fijados en el Plan va a ser **LA ASOCIACIÓN** –cada vez más evidente y científicamente demostrada, como se ha visto en el diagnóstico– **ENTRE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LA SALUD**, entendida esta en un concepto amplio –más allá de la mera ausencia de enfermedad–. Esta vinculación de la actividad física a la salud no significa que el propio deporte no tenga el suficiente atractivo y los valores necesarios para ser considerada su práctica un fin en sí mismo; pero sí es importante que, con unos objetivos de generalización de la práctica de la actividad física y del deporte, esta se asocie –como las investigaciones y los organismos internacionales recomiendan– a la salud de la colectividad. Y que dicha asociación sea asumida e interiorizada por el conjunto de los profesionales –especialmente por el sector educativo y el sector sanitario–.

#### **EJE 7 FACILITAR EL ACCESO DE LAS PERSONAS A LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE**

Este eje estratégico, que debe ser una referencia para el desarrollo posterior de programas y medidas, tiene que ver con la búsqueda constante de la **FACILIDAD DE ACCESO DE LAS PERSONAS A LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE**. Accesibilidad física de las instalaciones, de desarrollo del deporte en el marco local cercano al ciudadano y ciudadana; accesibilidad social no excluyente, primando entornos inclusivos; accesibilidad real de mujeres y hombres, accesibilidad de los escolares, de nuestros mayores, de las personas con discapacidad.



10

# 10 LOS PROGRAMAS DEL PLAN A+D

- 10.1 PROGRAMA 1. INICIAL** 150
- 10.2 PROGRAMA 2. SANITARIO DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA** 150
- 10.3 PROGRAMA 3. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EDAD ESCOLAR** 151
- 10.4 PROGRAMA 4. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD** 152
- 10.5 PROGRAMA 5. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL** 153
- 10.6 PROGRAMA 6. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LAS PERSONAS MAYORES** 153
- 10.7 PROGRAMA 7. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** 154
- 10.8 PROGRAMA 8. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD** 155
- 10.9 PROGRAMA 9. IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES** 156
- 10.10 PROGRAMA 10. COMUNICACIÓN** 157
- 10.11 PROGRAMA 11. SENSIBILIZACIÓN E INFORMACIÓN** 158
- 10.12 PROGRAMA 12. INVESTIGACIÓN** 158
- 10.13 PROGRAMA 13. FORMACIÓN** 159
- 10.14 PROGRAMA 14. ORGANIZACIÓN, LEGISLACIÓN Y NORMATIVA** 161
- 10.15 PROGRAMA 15. INTERVENCIÓN URBANA** 162

A continuación se concretan las propuestas de actuación para cada uno de los ámbitos de práctica físico-deportiva analizados anteriormente. Dichas propuestas, concebidas bajo el nombre de Medidas, se estructuran en 15 Programas que aglutinan y ordenan las mismas en función del ámbito en el que se enmarcan.

Se proponen 15 programas que recogen las diferentes formas de actuar sobre la práctica físico-deportiva.

- Un Programa Inicial que desarrolla seis medidas transversales a todos los ámbitos del Plan y que deben servir de orientación para poner en marcha el mismo.
- Ocho Programas específicos para cada una de las áreas identificadas en la fase de diagnóstico.
- Seis Programas transversales al conjunto de las áreas que conforman el Plan A+D.

En cada uno de los programas se desarrollan las medidas concretas a implementar durante los próximos 10 años. Dichas medidas varían en cuanto a su alcance. En el presente documento se presenta una breve ficha descriptiva de cada una de las medidas que se desarrollan con mayor amplitud en los documentos sectoriales de los diferentes ámbitos que conforman en Plan. Algunas de las medidas propuestas podrían enmarcarse así mismo en diferentes programas, y se ha optado por la clasificación en el programa que mejor refleja sus objetivos y justificación.

PROGRAMA	NÚM. MEDIDAS
1 INICIAL	6
2 SANITARIO DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	4
3 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EDAD ESCOLAR	7
4 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD	5
5 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL	5
6 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LAS PERSONAS MAYORES	5
7 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	5
8 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD	6
9 IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES	8
10 COMUNICACIÓN	9
11 SENSIBILIZACIÓN E INFORMACIÓN	5
12 INVESTIGACIÓN	8
13 FORMACIÓN	10
14 ORGANIZACIÓN, LEGISLACIÓN Y NORMATIVA	9
15 INTERVENCIÓN URBANA	8
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>

## 10.1 PROGRAMA INICIAL

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- Garantizar la **INTEGRALIDAD DEL PLAN** en el proceso inicial de su puesta en marcha.
- Dar **VISIBILIDAD AL PLAN Y A SU IMPLANTACIÓN** al conjunto de agentes del sistema deportivo español así como a sus beneficiarios.
- Dotar al Plan A+D de instrumentos de **CONOCIMIENTO OBJETIVO DE LA REALIDAD** para la implementación de las diferentes medidas.
- **IMPULSAR PROYECTOS PILOTO** para aquellas medidas que implican cambios relevantes en la situación actual de la actividad física y el deporte en España.



## 10.2 PROGRAMA 2. SANITARIO DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- **INCREMENTAR LOS NIVELES** de práctica de actividad física y deportiva saludable y sin riesgos de la población española.

- 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.



## 10.3 PROGRAMA 3. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EDAD ESCOLAR

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- 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 en la edad escolar, desarrollando sus valores positivos y minimizando los contra-valores de modelos de práctica poco coherentes con los principios educativos y cívicos.
- 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 locales.



MEDIDA  
**15**  
PROGRAMAS REFERENCIALES LOCALES PARA LA PROMOCIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN JÓVENES

MEDIDA  
**17**  
ENCUENTROS NACIONALES PARA EL PROFESORADO Y ALUMNADO DE CENTROS PROMOTORES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

MEDIDA  
**16**  
PERFIL DEL EDUCADOR/A EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EDAD ESCOLAR

## 10.4 PROGRAMA 4. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- **GENERALIZAR LA PRÁCTICA** de la actividad física y el deporte para los ciudadanos y ciudadanas con discapacidad, con preferencia en un **ENTORNO INCLUSIVO** y en un marco próximo a su contexto social y familiar.
- Garantizar el acceso y el uso y disfrute en el **DISEÑO DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS** como elemento fundamental en la igualdad de oportunidades.
- Mejorar la **FORMACIÓN Y ESPECIALIZACIÓN** de los responsables deportivos y la sensibilización ciudadana.

MEDIDA  
**18**  
INCLUSIÓN DE LA DISCAPACIDAD EN CENTROS DOCENTES

MEDIDA  
**21**  
MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA INCLUSIVA

MEDIDA  
**19**  
ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN EL SISTEMA SANITARIO

MEDIDA  
**22**  
INTEGRACIÓN DE LOS DEPORTISTAS CON DISCAPACIDAD EN LAS FEDERACIONES UNIDEPORATIVAS

MEDIDA  
**20**  
PERFILES PROFESIONALES DE ESPECIALISTAS EN ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA

## 10.5 PROGRAMA 5. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- Impulsar **EXPERIENCIAS** para validar estudios empíricos que garanticen la correlación entre práctica físico-deportiva y mejora de la productividad en el ámbito laboral.
- Generar una **MAYOR SENSIBILIZACIÓN** sobre los beneficios de la práctica deportiva en el ámbito laboral entre las organizaciones españolas.
- **FORMAR A FORMADORES** que garanticen una correcta implantación de programas de actividad física y deportiva en las empresas.

MEDIDA  
**23**  
INCORPORACIÓN AL PROGRAMA MÚSCULO-ESQUELÉTICO DEL CONSEJO DE EUROPA

MEDIDA  
**26**  
SELLO DE CALIDAD «EMPRESA SALUDABLE»

MEDIDA  
**24**  
IMPLICACIÓN DE AGENTES SOCIALES, EMPRESAS Y MUTUAS

MEDIDA  
**27**  
CAMPEONATO NACIONAL DE DEPORTE LABORAL

MEDIDA  
**25**  
ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EMPRESAS VINCULADAS A LA ADMINISTRACIÓN

## 10.6 PROGRAMA 6. ACTIVIDAD FÍSICA PARA LAS PERSONAS MAYORES

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- **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.
- Conseguir la **INCLUSIÓN DE POLÍTICAS PRO ENVEJECIMIENTO SALUDABLE** en diferentes sectores (Sanidad, deportes, turismo, urbanismo, etc.) conformando un marco general de actuación y que facilite la formación de equipos multidisciplinarios, liderados por un especialista en educación física con el fin de promocionar y poner en marcha nuevas actuaciones.



**MEDIDA 28**  
ENCUENTRO NACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA PARA MAYORES



**MEDIDA 32**  
VOLUNTARIADO SENIOR EN EL DEPORTE



**MEDIDA 29**  
PROGRAMAS DE OCIO ACTIVO CON EL IMSERSO



**MEDIDA 30**  
MATERIAL DE SOPORTE PARA PROFESIONALES DEL SECTOR



**MEDIDA 31**  
CONGRESO INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA PARA MAYORES

## 10.7 PROGRAMA 7. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

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 Y PEDAGÓGICO** que las practicas deportivas tienen cuando son propuestas como instrumentos más que como fines.
- 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.



**MEDIDA 33**  
RED DE OPINIONES



**MEDIDA 34**  
FORO DEPORTE Y SOCIEDAD



**MEDIDA 35**  
LABORATORIO DE INCLUSIÓN SOCIAL A TRAVÉS DEL DEPORTE



**MEDIDA 37**  
ARCHIVO DE EXPERIENCIAS DE DEPORTE E INCLUSIÓN SOCIAL



**MEDIDA 36**  
TALLERES DE PARTICIPACIÓN E INCLUSIÓN SOCIAL

## 10.8 PROGRAMA 8. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- **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 de mejora de la salud y el bienestar de la comunidad universitaria.
- Garantizar una **OFERTA ADECUADA**, amplia y suficiente al conjunto de las personas que conforman la comunidad universitaria **EN CADA UNA DE LAS UNIVERSIDADES** españolas.
- 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.



**MEDIDA 38**  
PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EN LAS UNIVERSIDADES ESPAÑOLAS



**MEDIDA 41**  
VOLUNTARIADO Y COOPERACIÓN A TRAVÉS DEL DEPORTE UNIVERSITARIO



**MEDIDA 39**  
MAPA DE INSTALACIONES DEPORTIVAS UNIVERSITARIAS



**MEDIDA 42**  
SISTEMAS DE GESTIÓN DE CALIDAD EN LOS SERVICIOS DE DEPORTES DE LAS UNIVERSIDADES



**MEDIDA 40**  
COLABORACIÓN CON LA RED ESPAÑOLA DE UNIVERSIDADES SALUDABLES (REUS)



**MEDIDA 43**  
PROGRAMA NACIONAL DE LOS CAMPEONATOS DE ESPAÑA UNIVERSITARIOS

## 10.9 PROGRAMA 9. IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- **INTRODUCIR LA PERSPECTIVA DE GÉNERO** en la estructura, programas y proyectos desarrollados por el conjunto de las administraciones públicas con competencias en el ámbito de la actividad física y del deporte, así como en el resto de las entidades deportivas – asociativas y empresariales–.
- 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 sub-representados.
- **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.

MEDIDA  
**44**  
PLAN DE IGUALDAD EFECTIVA

MEDIDA  
**49**  
DIFUSIÓN Y VISIBILIZACIÓN DE LAS MUJERES EN EL ÁMBITO DEPORTIVO

MEDIDA  
**45**  
PROGRAMA DE CONCILIACIÓN Y FORMACIÓN EN IGUALDAD

MEDIDA  
**50**  
DIFUSIÓN DE INSTRUMENTOS PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN EL DEPORTE

MEDIDA  
**46**  
COMISIÓN DE PERSONAS EXPERTAS EN DEPORTE Y GÉNERO Y COORDINACIÓN CON CC AA

MEDIDA  
**51**  
MEDIDAS INTERNAS DEL CSD EN RELACIÓN CON LA LEY DE IGUALDAD

MEDIDA  
**47**  
PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DEPORTIVA PARA EL FOMENTO DE LA PARTICIPACIÓN IGUALITARIA

MEDIDA  
**48**  
REDES POTENCIADORAS DE LA PARTICIPACIÓN DE LAS MUJERES EN EL DEPORTE

## 10.10 PROGRAMA 10. COMUNICACIÓN

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- **IMPULSAR LA COMUNICACIÓN EFECTIVA** en torno a los beneficios para la sociedad de la práctica de la actividad física y el deporte, especialmente en el conjunto de los agentes deportivos, públicos y privados, del deporte español.
- **IMPLANTAR LA CULTURA** de la necesaria comunicación transversal entre los citados agentes, y diseñar e **IMPLANTAR HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN EFICACES**, aprovechando las posibilidades que ofrecen las tecnologías de la información y la comunicación.

MEDIDA  
**52**  
APOYO A EVENTOS DE DEPORTE POPULAR SALUDABLE

MEDIDA  
**58**  
CREACIÓN DE LA MARCA DEL PLAN INTEGRAL PARA MAYORES

MEDIDA  
**53**  
PROGRAMA «VIDA SALUDABLE PARA ESCOLARES»

MEDIDA  
**59**  
EXPOSICIÓN «LOCAL-VISITANTE»

MEDIDA  
**54**  
CAMPAÑA DE COMUNICACIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EDAD ESCOLAR

MEDIDA  
**60**  
CAMPAÑA DE COMUNICACIÓN SOBRE LA IMAGEN DEL DEPORTE UNIVERSITARIO

MEDIDA  
**55**  
CAMPAÑA INFORMATIVA PARA EMPRESAS SOBRE EL TRATAMIENTO FISCAL DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN EL ÁMBITO LABORAL

MEDIDA  
**56**  
INCLUSIÓN DE UN PREMIO DE BUENAS PRÁCTICAS EN EL FOMENTO DEL DEPORTE LABORAL EN LOS PREMIOS NACIONALES DEL DEPORTE

MEDIDA  
**57**  
PROGRAMA DE TELEVISIÓN «MUEVE TU CUERPO Y ABRE TU MENTE»



## 10.11 PROGRAMA 11. SENSIBILIZACIÓN E INFORMACIÓN

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- Mejorar el **CONOCIMIENTO DEL IMPACTO POSITIVO** de la práctica regular de actividad física por parte de los/as profesionales de la salud, del deporte, de la educación y de la ciudadanía en general.
- Mejorar el **CONOCIMIENTO CIENTÍFICO**, su intercambio y su difusión, sobre las relaciones entre el ejercicio físico y la salud, en todos los colectivos de la población.
- Recabar de los medios de comunicación **ACCIONES Y ESTRATEGIAS** encaminadas a favorecer la visibilidad de la actividad física y el deporte en edad escolar sin discriminación por razón de género o de competencia; a promover y destacar aquellos valores coherentes con el respeto, el diálogo, la tolerancia, la solidaridad y la resolución pacífica de los conflictos; a visibilizar el deporte de las mujeres y a entrever adecuadamente la marca efectiva que representa para un país una sociedad activa físicamente.

**MEDIDA 61** PUBLICACIONES DE VALORES Y BENEFICIOS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN EL ENTORNO ESCOLAR

**MEDIDA 64** GUÍA PARA LA INTERVENCIÓN SOCIAL A TRAVÉS DE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS

**MEDIDA 62** SUGERENCIAS E INICIATIVAS PARA MEJORAR EL TRATAMIENTO DEL DEPORTE FEMENINO EN LOS MEDIOS

**MEDIDA 65** CAMPAÑAS DE SENSIBILIZACIÓN PARA LA IGUALDAD Y LA ÉTICA EN ENTIDADES DEPORTIVAS

**MEDIDA 63** POTENCIACIÓN DE PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL ÁMBITO DE LA EMPRESA

## 10.12 PROGRAMA 12. INVESTIGACIÓN

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- **IMPULSAR LA INVESTIGACIÓN** y la realización de estudios en el ámbito de la **ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE Y LA TRANSFERENCIA DE SUS RESULTADOS**, especialmente en la asociación e impacto del deporte en la salud, el ámbito

escolar, la actividad física adaptada a personas con discapacidad y la actividad física para personas mayores.

- Fomentar la **INVESTIGACIÓN** y la difusión de conocimientos y materiales relacionados **CON LAS MUJERES** y la diversidad de prácticas de Actividad Física y Deporte.

**MEDIDA 66** INVESTIGACIÓN: EJERCICIO FÍSICO Y SALUD

**MEDIDA 71** INVESTIGACIÓN: MUJERES Y DEPORTE

**MEDIDA 67** INVESTIGACIÓN: EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE EN EDAD ESCOLAR

**MEDIDA 72** INVESTIGACIÓN: ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA EN LAS UNIVERSIDADES

**MEDIDA 68** INVESTIGACIÓN: ACTIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS

**MEDIDA 73** RED NACIONAL DE INVESTIGACIÓN EN DEPORTE Y SALUD

**MEDIDA 69** INVESTIGACIÓN: CAPACIDAD FUNCIONAL EN PERSONAS MAYORES

**MEDIDA 70** INVESTIGACIÓN: CALIDAD DE VIDA Y ACTIVIDAD FÍSICA EN MAYORES

## 10.13 PROGRAMA 13. FORMACIÓN

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- Revisar y proponer acciones 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, en actividad física adaptada y en actividad física para personas mayores, con niveles homogéneos en todo el país.
- Mejorar la formación de los profesionales sanitarios, de la educación y del deporte en relación a la **ASOCIACIÓN ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD**.

- Potenciar, **DESDE LA UNIVERSIDAD**, la realización de programas y acciones de formación continua para profesionales y para los practicantes de actividad físico-deportiva.

<p><b>MEDIDA 74</b></p> <p>ESTUDIO DE LA FORMACIÓN DE LOS PROFESIONALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA CON LAS PERSONAS MAYORES</p>	<p><b>MEDIDA 81</b></p> <p>PROGRAMAS DE FORMACIÓN CONTINUA EN EL ÁMBITO PROFESIONAL UNIVERSITARIO</p>
<p><b>MEDIDA 75</b></p> <p>PROPUESTA DE INCLUSIÓN DE UNA ASIGNATURA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN LOS NUEVOS GRADOS DE MAESTRO DE EDUCACIÓN PRIMARIA</p>	<p><b>MEDIDA 82</b></p> <p>CURSOS DE FORMACIÓN PERMANENTE SOBRE COEDUCACIÓN Y EDUCACIÓN FÍSICA</p>
<p><b>MEDIDA 76</b></p> <p>FORMACIÓN: ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD PARA PROFESIONALES SANITARIOS</p>	<p><b>MEDIDA 83</b></p> <p>ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN LAS FACULTADES DE MEDICINA Y CIENCIAS DE LA SALUD</p>
<p><b>MEDIDA 77</b></p> <p>FORMACIÓN: ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD PARA PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN</p>	
<p><b>MEDIDA 78</b></p> <p>PLAN DE FORMACIÓN DE ESPECIALISTAS EN ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA ADAPTADA</p>	
<p><b>MEDIDA 79</b></p> <p>FORMACIÓN DE AGENTES PROMOTORES Y FORMADORES DEL DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL</p>	
<p><b>MEDIDA 80</b></p> <p>FORMACIÓN: EXPERTOS EN AF Y DEPORTE EN PERSONAS MAYORES</p>	

## 10.14 PROGRAMA 14. ORGANIZACIÓN, LEGISLACIÓN Y NORMATIVA

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- Desarrollar **NORMAS Y MARCOS DE ACTUACIÓN UNITARIOS Y COMPATIBLES** en torno a la promoción de la actividad física y del deporte en el conjunto del Estado, incluyendo, en la legislación y normativa –deportiva o no deportiva–, los aspectos que faciliten la incorporación del conjunto de la población a la práctica real cotidiana.
- Adaptar las estructuras de las instituciones y organizaciones deportivas a las necesidades derivadas del presente Plan A+D.
- 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.

<p><b>MEDIDA 84</b></p> <p>NORMATIVAS PARA INSTALACIONES DEPORTIVAS EN CENTROS DOCENTES</p>	<p><b>MEDIDA 89</b></p> <p>APOYO PARA EL RECONOCIMIENTO JURÍDICO EVENTUAL DE LA ASOCIACIÓN DE DEPORTE LABORAL PARA LA PROMOCIÓN DEPORTIVA</p>
<p><b>MEDIDA 85</b></p> <p>CERTIFICACIÓN DE CALIDAD DE LOS CENTROS PAFD</p>	<p><b>MEDIDA 90</b></p> <p>PLAN DE ACCIÓN CON LA SECRETARÍA GENERAL DE UNIVERSIDADES DEL MINISTERIO DE EDUCACIÓN</p>
<p><b>MEDIDA 86</b></p> <p>PROPUESTA DE INCLUSIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA DE LAS PERSONAS CON GRAN DISCAPACIDAD EN LA LEY DE DEPENDENCIA</p>	<p><b>MEDIDA 91</b></p> <p>ÓRGANO EJECUTIVO Y DE COORDINACIÓN DE DEPORTE UNIVERSITARIO (CEDU)</p>
<p><b>MEDIDA 87</b></p> <p>UNIDAD ADMINISTRATIVA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE ADAPTADO EN EL ÁMBITO ESTATAL Y AUTONÓMICO</p>	<p><b>MEDIDA 92</b></p> <p>PARÁMETROS DE IGUALDAD EN ESTATUTOS, REGLAMENTOS Y SUBVENCIÓNES DE ENTIDADES DEPORTIVAS</p>
<p><b>MEDIDA 88</b></p> <p>PROPUESTA DE INCENTIVOS FISCALES PARA LAS EMPRESAS QUE FOMENTEN LA PRÁCTICA DEPORTIVA</p>	

## 10.15 PROGRAMA 15. INTERVENCIÓN URBANA

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

- Adaptar el parque de instalaciones y espacios deportivos a las nuevas demandas de la población, y específicamente:
  - + Las instalaciones deportivas de los centros docentes públicos, incluidas las universitarias.
  - + La accesibilidad de las instalaciones deportivas a las personas con discapacidad y dificultades de movilidad.
  - + La consideración de las instalaciones deportivas como espacios públicos abiertos y el fomento de los espacios urbanos no convencionales para la práctica de la actividad física.
- Incorporar las medidas y estrategias del Plan A+D a las políticas deportivas locales, comarcales y provinciales.

MEDIDA  
**93**

GUÍA DE BUENAS  
PRÁCTICAS EN GESTIÓN  
DEPORTIVA

MEDIDA  
**98**

CONVOCATORIA  
DE PROYECTOS DE  
DEPORTE, CREATIVIDAD E  
INCLUSIÓN SOCIAL

MEDIDA  
**94**

PROYECTOS DE DEPORTE  
EN EL ESPACIO PÚBLICO

MEDIDA  
**99**

PLAN NACIONAL PARA EL  
TRANSPORTE A PIE Y EN  
BICICLETA

MEDIDA  
**95**

ADAPTACIÓN DE  
CIRCUITOS AERÓBICOS  
PARA MAYORES

MEDIDA  
**100**

APOYO A LA  
CONSTRUCCIÓN  
DE INSTALACIONES  
DEPORTIVAS EN CENTROS  
ESCOLARES

MEDIDA  
**96**

INCLUSIÓN DE LA  
PERSPECTIVA DE GÉNERO  
EN EL DISEÑO Y USO DE  
ESPACIOS DEPORTIVOS

MEDIDA  
**97**

INCLUSIÓN DE LAS  
PERSONAS CON DISCA-  
PACIDAD EN LA OFERTA  
DEPORTIVA MUNICIPAL,  
COMARCAL Y PROVINCIAL



ESPAÑA

11

# 11 LA APLICACIÓN DEL PLAN A+D EN LOS ÁMBITOS AUTONÓMICOS Y LOCALES

## 11.1 LA COMPETENCIA EXCLUSIVA DE LAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS EN MATERIA DEPORTIVA 167

## 11.2 LAS COMPETENCIAS LOCALES: AYUNTAMIENTOS, DIPUTACIONES, CABILDOS CONSELLS Y COMARCAS 170

## 11.3 EL ASESORAMIENTO EXTERNO DEL CSD 171

Como se ha señalado al principio del presente documento, una de las atribuciones y funciones más importantes de la Administración del Estado en relación a las competencias que han sido transferidas a las administraciones territoriales y locales es la de difundir, trasladar y colaborar en el desarrollo de las directrices y recomendaciones europeas e internacionales con quienes tienen la capacidad –exclusiva o compartida– de su puesta en marcha.

Esa atribución representa una de las razones del Plan A+D: transmitir los objetivos, líneas estratégicas, recomendaciones, programas y medidas que hagan posible que nuestro país alcance niveles de práctica de actividad física comparables a los europeos de los países más desarrollados.

El Plan A+D parte de la premisa del liderazgo compartido entre CSD y Comunidades Autónomas en la aplicación efectiva del mismo, sin olvidar la función directa de las Corporaciones locales en las acciones concretas sobre el territorio. Ese liderazgo significa actuar directamente en aquellas competencias y materias en las que normativamente esto es posible por cada una de las administraciones, pero sobre todo significa liderar y coordinar el trabajo a desarrollar conjuntamente entre el propio CSD y las Comunidades Autónomas; entre éstas y las Corporaciones Locales en su ámbito territorial; y entre el CSD y los Ministerios o unidades de estos responsables de materias concretas: Educación, Sanidad, Igualdad y Política social.

## 11.1 LA COMPETENCIA EXCLUSIVA DE LAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS EN MATERIA DEPORTIVA

La organización política y administrativa del Estado español otorga a las Comunidades Autónomas la competencia exclusiva en materia deportiva en su territorio. Eso significa la capacidad política, administrativa y económica de desarrollar el deporte en su territorio, tanto en la capacidad normativa y organizativa del mismo (leyes, decretos y resto de normativa) como en las acciones en torno al impulso y promoción de la actividad física y el deporte: construcción y gestión de equipamientos deportivos, apoyo a las estructuras deportivas asociativas, formación de los responsables del sistema deportivo, apoyo al deporte en edad escolar, apoyo al deporte de alto nivel en su territorio, etc. En ese sentido, la descentralización producida en los años 80 ha supuesto, sin lugar a dudas, un impulso fundamental al desarrollo deportivo español y, especialmente, a la dotación de infraestructuras – gracias al esfuerzo conjunto de las Comunidades y de las Corporaciones Locales, principalmente de los Ayuntamientos–.

Muchos de los objetivos, estrategias y medidas del Plan A+D exceden del campo estrictamente deportivo. En efecto, dos de los aspectos más importantes para incrementar la actividad física de la población española tienen que ver con materias o competencias que sobrepasan el marco deportivo y sobre las que la Administración del Estado posee competencias básicas de regulación y ordenación y las Comunidades Autónomas de ejecución. Es el caso de las competencias en Sanidad y en Educación básica, donde el papel de coordinación entre los dos niveles de la administración va a ser más necesario que nunca. Lo mismo ocurre en los ámbitos de la igualdad de género, en las políticas cohesión social o en las de transporte y movilidad urbana.

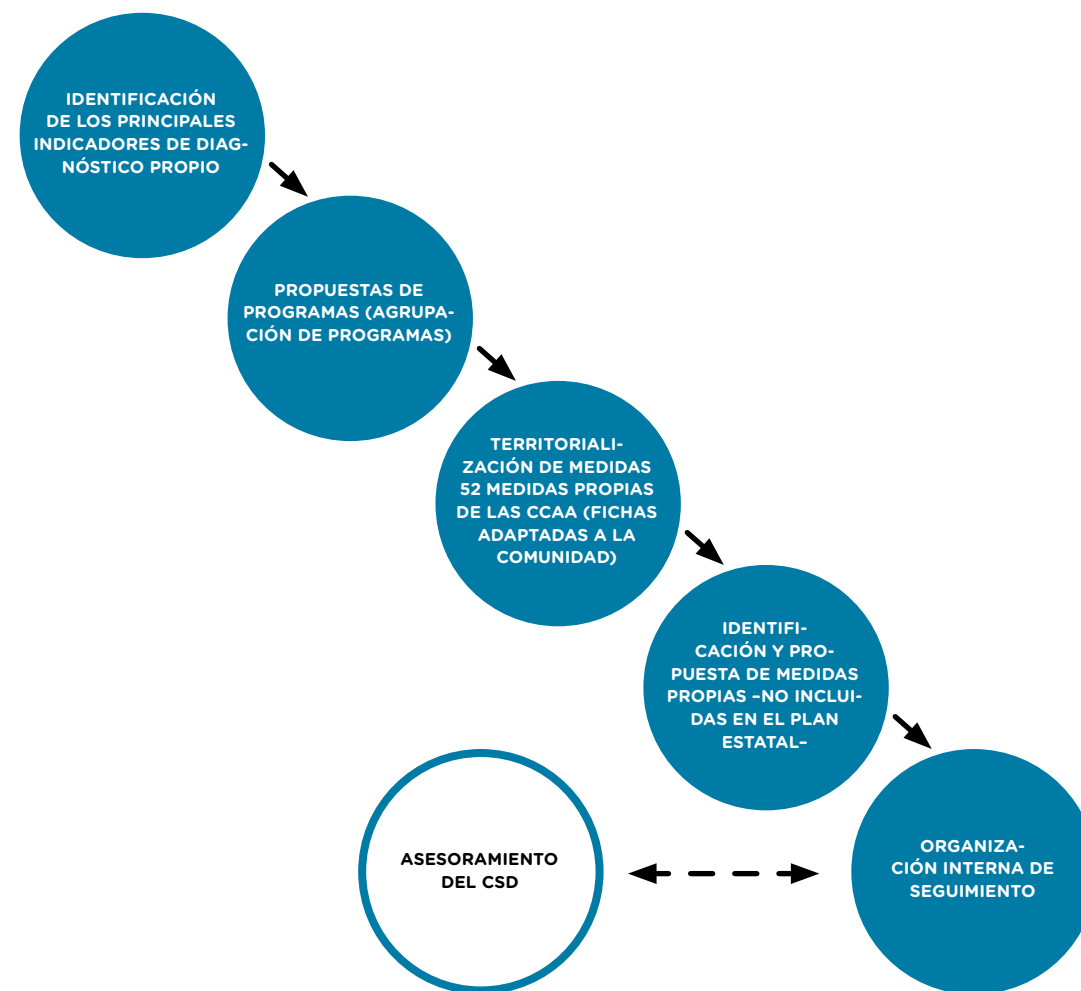
De ahí la importancia del trabajo transversal en cada una de las Comunidades Autónomas entre las Áreas deportivas de las mismas y el resto de las unidades que pueden abordar medidas concretas con el mismo fin. La unidades deportivas de las CCAA deben de ser conscientes de que, para ellas, es una oportunidad que los diferentes departamentos de sus Gobiernos pongan en marcha acciones orientadas a cumplir los objetivos señalados en el Plan.

Las Comunidades Autónomas, según su propio criterio, tienen dos formas de abordar su implicación en el presente Plan y, de acuerdo a sus competencias, afrontar el desarrollo de las directrices internacionales y nacionales:

- Crear y poner en marcha un Plan propio en su Comunidad
- Adaptar el Plan A+D a su ámbito territorial

La primera posibilidad de integración y desarrollo del Plan A+D en su territorio pasa por la **CREACIÓN DE UN PLAN PROPIO**, con una metodología similar o inspirada en la abordada en el Plan estatal, con grupos de trabajo sobre áreas temáticas definidas, participación e implicación de expertos, mecanismos de coordinación transversal con áreas relacionadas (educación, salud, igualdad, etc...), identificación de diagnóstico, objetivos, programas, medidas e indicadores. Este ejemplo ha sido seguido ya por algunas Comunidades Autónomas en los dos últimos años.

La segunda posibilidad de implicarse en torno al Plan es la **ADAPTACIÓN AL MISMO EN EL TERRITORIO DE CADA COMUNIDAD AUTÓNOMA**. Es decir, adaptar, con un esfuerzo organizativo menor pero siempre con implicación de un grupo de personas de la estructura deportiva de la Comunidad, del Plan A+D y sus elementos más significativos a las peculiaridades y realidades de cada territorio y de cada sociedad. Esta adaptación podría seguir las siguientes fases:



Del conjunto de las 100 medidas del presente Plan A+D, se han identificado **52 SUSCEPTIBLES DE APLICARSE TERRITORIALMENTE EN LAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS** o que tienen, como ámbito de desarrollo natural, el espacio autonómico. Con ese número de medidas, más las propias que cada comunidad autónoma pueda incorporar en función de su diagnóstico propio o de sus características específicas, podría reducirse el número de programas para hacer el Plan más didáctico de cara a su posterior proyección exterior, ejecución y control.

En definitiva, cada comunidad autónoma tiene la competencia de abordar este proceso de la manera más eficaz según su criterio, manteniendo los objetivos y propósitos generales del Plan A+D, reseñados con anterioridad y las recomendaciones internacionales en la materia.

## **11.2 LAS COMPETENCIAS LOCALES: AYUNTAMIENTOS, DIPUTACIONES, CABILDOS CONSELLS Y COMARCAS**

En España, los mayores impulsores de la práctica de la actividad física y deportiva desde el sector público orientada al conjunto de los ciudadanos han sido, desde 1980, las Corporaciones Locales y, especialmente, los Ayuntamientos. Y es en el ámbito local donde se desarrollan y tienen sentido muchas de las medidas que integran el Plan A+D. Son en sus instalaciones deportivas, parques, riberas, caminos, donde la mayoría de los ciudadanos practican la actividad deportiva; son las Corporaciones Locales quienes disponen de equipos técnicos, personas y recursos para el desarrollo del deporte; y son quienes materializarán, en el día a día, muchas de las medidas que conforman el Plan.

Aunque dos de las líneas estratégicas más importantes del Plan – el desarrollo del deporte en la edad escolar y la prescripción de la actividad física en el sistema sanitario– corresponden a iniciativas y decisiones conjuntas de las autoridades educativas y sanitarias en los ámbitos estatal y autonómico–, la incorporación de las Corporaciones Locales a la ejecución del Plan constituye uno de los ejes fundamentales de cara a la efectividad del mismo. Solo implicando a las corporaciones locales llegaremos realmente al conjunto de los ciudadanos y ciudadanas.

A diferencia de lo propuesto para las Comunidades Autónomas, la adaptación del Plan A+D a las Corporaciones Locales debe de orientarse a la adhesión de las mismas al Plan, incorporando y personalizando, tanto en sus acciones diarias como en sus planes y programas a corto y medio plazo, medidas y acciones del Plan A+D cuyo ámbito de aplicación es el territorio local y su contenido se enmarca dentro de las competencias locales. Así pues, no se pretende que cada Ayuntamiento, Diputación, Cabildo, Consell o Comarca cree su propio Plan A+D, sino que diversas medidas del mismo –existen al menos 21 plenamente aplicables en el nivel local– sean impulsadas en el marco de sus propios programas deportivos locales.

Esa implicación de las Corporaciones podrá materializarse y visualizarse en el futuro solicitando a los Ayuntamientos y otras Corporaciones Locales su adhesión al mismo, a través del compromiso de desarrollo de determinados puntos y acuerdos generales para asumir los objetivos y líneas estratégicas del Plan A+D de carácter inequívocamente local. En este sentido, es conveniente mencionar la necesaria colaboración y participación en este proceso de la Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP) como institución aglutinadora de todas las administraciones locales.

Evidentemente, no todas las medidas y acciones son susceptibles de ser abordadas por todas las administraciones locales, ni todas estas que se adhieran deben de abordar las mismas; así, hay medidas que solo tienen sentido en aquellas Corporaciones de una determinada dimensión, en municipios u otras unidades territoriales de un determinado número de habitantes, que poseen estructuras sólidas organizativas o programas importantes de desarrollo deportivo, y no tienen sentido en municipios pequeños o incluso medianos. Por otra parte, existen otras medidas y acciones que, sin embargo, sí son aplicables al conjunto de municipios que poseen servicios deportivos.

## **11.3 EL ASESORAMIENTO EXTERNO DEL CSD**

Tanto para los procesos de elaboración de un Plan específico como de adaptación del Plan A+D, adhesión al mismo y seguimiento en el ámbito autonómico o local, el Consejo Superior de Deportes ofrece su colaboración y apoyo. Esta colaboración adquiere más sentido en la medida en que la comunidad autónoma es más pequeña y sus estructuras organizativas son más limitadas.

Las Comunidades Autónomas y las Corporaciones Locales tienen en la Administración deportiva del Estado un apoyo para la puesta en marcha de este proceso. El Consejo Superior de Deportes es consciente de que sin la participación activa de las Comunidades y de las Corporaciones Locales, éste Plan difícilmente puede cumplir su objetivo fundamental de incrementar la práctica de la actividad física y el deporte en la población española, que, como se señala en el diagnóstico, alcanza valores muy por debajo de los países de referencia y de los valores señalados por los expertos en salud.

12



## 12 LAS 100 MEDIDAS DEL PLAN A+D

# 001

MEDIDA  
**Observatorio Nacional  
del Deporte**

### PROGRAMA

#### Programa inicial

### DESCRIPCIÓN

Desde el CSD se liderará la creación de un Observatorio Nacional con el fin de obtener información objetiva y estadística actualizada sobre el Sistema Deportivo Español.

Dada la existencia de diversos Observatorios en diferentes CC AA a través del CSD se promoverá también una coordinación entre ellos de manera que cada uno, con independencia de la información que trate a nivel autonómico, se especialice en uno o varios ámbitos específicos del sistema deportivo con alcance estatal. La citada coordinación garantizará la eficiencia en la recogida de datos, evitando la duplicidad de tareas entre los diferentes observatorios, con el fin de crear redes de conocimiento en el territorio español.

### OBJETIVOS

- Crear un ente de referencia en la obtención de datos sobre el Sistema Deportivo Español, a través de la centralización de la información ya existente, la creación de nueva y la coordinación de los Observatorios del Deporte en funcionamiento en las CC AA

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

### OTROS PROMOTORES

- Departamentos de Deportes de las CC AA
- Observatorios existentes en las diferentes CC AA
- Otras redes de conocimiento vinculadas al deporte español

# 002

## MEDIDA Plataforma de coordinación del Plan A+D

### PROGRAMA Programa inicial

#### DESCRIPCIÓN

Puesta en marcha de una estructura que dé cabida a la participación de todos los agentes implicados en el desarrollo y puesta en marcha del Plan A+D, de forma que se censan y coordinen los contactos con todas las entidades e instituciones intervinientes en el Plan.

#### OBJETIVOS

- Crear una estructura de referencia en el ámbito de la promoción de la actividad física y el deporte que fomente desde diferentes ámbitos la práctica de la actividad física deportiva entre la población española, garantizando su accesibilidad a aquellos sectores que presentan mayor dificultad de acceso a la misma. Desde esta Plataforma se coordinará a todos los agentes que, directa e indirectamente, intervienen en el Plan a diferentes niveles territoriales.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Educación
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Departamentos de Salud de las CC AA
- Departamentos de Educación de CC AA
- Departamentos de Deportes de las CC AA
- Conferencia Interterritorial del Deporte
- Federación Española de Municipios y Provincias
- Colegios profesionales
- Universidades

# 003

## MEDIDA Campaña de comunicación y sensibilización

### PROGRAMA Programa inicial

#### DESCRIPCIÓN

La implantación de las diferentes medidas de los programas del Plan A+D debe reforzarse mediante una campaña global, que conlleve acciones complementarias tanto de comunicación como de sensibilización. Dichas acciones podrán ir orientadas a un público específico o al conjunto de la población, previendo además actuaciones que garanticen una periodicidad y visibilidad del Plan durante toda su fase de implementación.

#### OBJETIVOS

- Reforzar la implantación de las medidas del Plan A+D con una campaña de comunicación y sensibilización.
- Promocionar los beneficios de la práctica de la actividad física y el deporte entre la población española.
- Dar visibilidad al Plan A+D, garantizando que dicho Plan se mantiene vigente y se convierte en un documento de referencia dentro del sistema deportivo español.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Departamentos de Deportes de las CC AA

# 004

## MEDIDA Portal web del Plan A+D

### PROGRAMA

#### Programa inicial

### DESCRIPCIÓN

Crear un espacio web donde se puedan ubicar los diferentes portales sectoriales que conforman el Plan A+D, con el fin de mantener una coherencia general con los objetivos del proyecto. Este espacio virtual contendrá todas las informaciones actualizadas relacionadas tanto con los contenidos del Plan, como con las medidas que se están poniendo en marcha.

### OBJETIVOS

- Impulsar la creación de un espacio web dedicado exclusivamente al desarrollo de programas relacionados con los diferentes ámbitos del Plan A+D, con el fin de buscar y promover nuevas vías de comunicación con todos los agentes implicados en el desarrollo y puesta en marcha del proyecto, así como con los beneficiarios del mismo.
- Unificar al máximo la información en torno al Plan Integral y mejorando comunicación del mismo tanto con los agentes del sistema deportivo español como con el público en general.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Educación
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Departamentos de Salud de las CC AA
- Departamentos de Educación de CC AA
- Departamentos de Deportes de las CC AA
- Federación Española de Municipios y Provincias
- Colegios profesionales
- Universidades
- Entidades privadas relacionadas con el sector.

# 005

## MEDIDA Estudios piloto

### PROGRAMA

#### Programa inicial

### DESCRIPCIÓN

Una de las características del Plan A+D es la propuesta de algunas medidas más innovadoras y/o pioneras en el país. Por ello, ante la falta de experiencias previas que garanticen los resultados de estas medidas, será aconsejable llevar a cabo estudios que pongan a prueba la efectividad de las mismas, antes de su posible generalización y extensión al conjunto del Estado.

Se propone que la realización de dichos estudios sean ejecutados en realidades conocidas y controlables que faciliten llevar a cabo las actuaciones y el análisis tanto del proceso como de los resultados obtenidos. Por tanto, el rol del CSD en esta medida será el de impulsor y promotor de acciones de este tipo que se lleven a cabo por diferentes organismos o entidades.

Los estudios o pruebas piloto se desarrollarán en cada una de las 8 áreas del presente Plan, aprovechando –en su caso– experiencias ya puestas en marcha por iniciativa de otras entidades.

### OBJETIVOS

- Evaluar la efectividad de algunas de las medidas propuestas en los diferentes programas a través de la puesta en marcha de estudios piloto en entornos pequeños y conocidos, con el fin de poder evaluar los recursos necesarios tanto para la implementación a gran escala, como para prever el potencial impacto que la medida pueda tener.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Ministerio de Trabajo e Inmigración
- Ministerio de Educación
- Departamentos de Deportes de las CC AA
- Universidades
- Agentes sociales vinculados a las organizaciones

# 006

## MEDIDA Colaboración con Empresas privadas

### PROGRAMA

#### Programa inicial

### DESCRIPCIÓN

Incorporación de empresas colaboradoras –especialmente las asociadas a la industria deportiva y la alimentación– para el desarrollo de las medidas del Plan A+D, asegurándose la publicidad y difusión de esta colaboración.

Se trata de una medida de búsqueda de patrocinio enfocada a la identificación y al fomento de iniciativas privadas que ayuden a la puesta en marcha del proyecto, buscando nichos de colaboración.

### OBJETIVOS

- Conseguir aportaciones económicas que ayuden a desarrollar las medidas del Plan en el mayor número de ámbitos.
- Conseguir implicación privada –en este caso del mundo empresarial– también en los objetivos del Plan.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

### OTROS PROMOTORES

- Empresas interesadas (patrocinadoras de Deportistas de Élite y Alto Rendimiento, etc.)
- Medios de comunicación con programas que promocionen la actividad física saludable.

# 007

## MEDIDA Red de Centros de Medicina del Deporte

### PROGRAMA

#### Sanitario de promoción de la actividad física

### DESCRIPCIÓN

La presente medida está enfocada a crear y establecer un grupo de colaboración de Centros Públicos de Medicina del Deporte de España que funcione en forma de red, con el fin de coordinar actuaciones, información e investigación.

### OBJETIVOS

- Compartir información sobre políticas públicas en Medicina del Deporte.
- Disponer de un canal continuo de transferencia de información entre las CC AA y las entidades locales.
- Aprovechar las sinergias que un trabajo en red puede proporcionar al conjunto de los centros que trabajan en nuestro país.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

### OTROS PROMOTORES

- Responsables públicos de políticas en Medicina del Deporte de las CC AA y de las entidades locales.

# 008

## MEDIDA Grupo de trabajo de Deporte y Salud del Plan A+D

### PROGRAMA Sanitario de promoción de la actividad física

#### DESCRIPCIÓN

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.

Se integrarán en esta plataforma a los médicos especialistas en medicina de la educación física y el deporte, y a los centros de medicina del deporte, como hitos para la aplicación sobre el terreno de las conclusiones que se extraigan de esta estructura.

La plataforma albergaría asimismo la Red Nacional de Investigación en Deporte y Salud.

#### OBJETIVOS

- Crear una estructura de referencia en el ámbito de la actividad física y la salud que promueva y aumente la generación de conocimiento y, a la vez, garantice que la medicina del deporte española cumpla uno de los papeles para el que ha estado concebida en el sistema sanitario español.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Ministerio de Educación
- Departamentos de Salud de las CC AA
- Departamentos de Deportes de las CC AA
- Mutuas de Prevención Laboral
- Federación Española de Municipios y Provincias
- Centros de Medicina del Deporte
- Colegios profesionales
- Sociedades Científicas
- Universidades
- Red de Ciudades Saludables
- Red de Ciudades por la Bici

# 009

## MEDIDA Programa de prescripción de ejercicio físico en el ámbito sanitario

### PROGRAMA Sanitario de promoción de la actividad física

#### DESCRIPCIÓN

Esta medida defiende la implantación, a nivel nacional, de un programa de prevención primaria y secundaria en el que se integrarán las personas afectadas 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. También se abarcará en esta medida a grupos y programas especiales para ancianos y patologías concretas.

La puesta en marcha del programa hace necesaria la integración de médicos del deporte en la sanidad pública española para llevar a cabo acciones de control, seguimiento y reevaluación, y de licenciados en ciencias de la actividad física y el deporte para la aplicación.

#### OBJETIVOS

- Lograr la incorporación de la prescripción de la actividad física en el sistema público de salud, especialmente en la atención primaria.
- 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.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- CSD a través de la Plataforma sobre Actividad Física y Salud

#### OTROS PROMOTORES

- Departamentos de Salud de las CC AA
- Empresas de Salud
- Mutuas de Prevención Laboral
- Entidades locales
- Centros de Medicina del Deporte
- Colegios profesionales
- Sociedades Científicas

# 010

**MEDIDA**  
**Programa UNETE**  
**(Unidades especializadas**  
**de ejercicio terapéutico)**

**PROGRAMA**  
**Sanitario de promoción**  
**de la actividad física**

**DESCRIPCIÓN**

Creación de un servicio dentro del hospital o centro de especialidades, para la prevención primaria y secundaria, dirigida específicamente a la valoración y tratamiento de enfermos susceptibles de ser tratados mediante programas de ejercicio.

Se trata de un mayor desarrollo del programa de prescripción de ejercicio físico para la salud en el ámbito sanitario (medida anterior), con métodos y equipamientos más avanzados para tratar casos más específicos.

Este servicio estará formado por Médicos especialistas MEFyD y Licenciados CCAFyD.

**OBJETIVOS**

- Estimular y aumentar la práctica de actividad física regular por los/as españoles/as con necesidades más específicas.
- Mejorar la salud de la población por incremento de ejercicio físico.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- CSD y Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad como impulsores
- Departamentos de Salud de las CC AA como ejecutores

**OTROS PROMOTORES**

- Entidades locales
- Colegios profesionales
- Sociedades Científicas
- Empresas de salud

# 011

**MEDIDA**  
**Mesa del Deporte**  
**en Edad Escolar**

**PROGRAMA**  
**Actividad física y deporte**  
**en edad escolar**

**DESCRIPCIÓN**

Creación, en el seno del Consejo Superior de Deportes y de la Conferencia Interterritorial del Deporte, un grupo de trabajo específico e institucionalizado para la coordinación de la actividad física y el deporte en edad escolar, en el que se encuentren representadas todas las CC AA mediante los respectivos organismos que gestionen el deporte en edad escolar.

**OBJETIVOS**

- Conocer la situación y los proyectos que se llevan a cabo en cada comunidad autónoma e intercambiar experiencias.
- Elaborar planes de evaluación y analizar el grado de penetración de las medidas del presente Plan A+D.
- Coordinar las actuaciones del ámbito específico en las que participen simultáneamente el CSD y las CC AA
- Elaborar un informe anual de la situación global del deporte en edad escolar a partir del cual se propongan acciones de mejora.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- CSD y CC AA (Departamento y/o Unidades del área de deporte en edad escolar).

# 012

## MEDIDA Proyecto Deportivo de Centro

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en edad escolar

### DESCRIPCIÓN

Los centros educativos que se constituyan como centros promotores de la actividad física y el deporte, deberán hacerlo en base a un proyecto de actividad física y deportiva íntimamente ligado al proyecto educativo del centro escolar.

Éste proyecto, siguiendo las premisas de los marcos locales, autonómicos y nacionales, recogerá en un documento, la filosofía, planes, objetivos y actuaciones de esos centros en relación a la actividad física y deportiva que se desarrolle en horario no lectivo.

Todo ello estará asociado a la figura del coordinador deportivo de centro, con la finalidad de orientar, planificar y ejecutar el proyecto deportivo del mismo.

### OBJETIVOS

- Conseguir que todos centros promotores de la actividad física y el deporte tengan un Proyecto deportivo de centro, integrado en el Proyecto educativo de centro.
- Concienciar a los centros docentes y a las Consejerías de Educación de la importancia 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.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Centros Educativos

### OTROS PROMOTORES Y COLABORADORES

- Consejo Superior de Deportes
- CC AA
- Ayuntamientos
- Federaciones
- Asociaciones o empresas deportivas

# 013

## MEDIDA Mejora de la Educación Física curricular

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en edad escolar

### DESCRIPCIÓN

En el marco de la Educación Física Curricular esta medida pretende transmitir a las administraciones competentes la necesidad de aumentar la práctica deportiva de nuestro alumnado escolar, atendiendo como mínimo a las recomendaciones del Parlamento Europeo (2007), que aconsejan cinco horas de práctica total a la semana.

Por ello es importante concienciar a dichas administraciones de 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 establecer a través de las sesiones de Educación Física y de otras actividades extracurriculares una práctica de actividad física y deportiva mínima de una hora al día.

### OBJETIVOS

- Alcanzar y consolidar unos mínimos horarios que aseguren una práctica de actividad física y deportiva 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.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Ministerio de Educación
- CC AA. Consejerías responsables de la elaboración de los currículos
- Centros docentes

### OTROS PROMOTORES Y COLABORADORES

- Consejo Superior de Deportes
- Asesores relacionados con grupos de trabajo o investigación
- Colegios oficiales de licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de España.

# 014

## MEDIDA Red Estatal de Ciudades y Centros Educativos para el fomento de la práctica deportiva en edad escolar

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en edad escolar

### DESCRIPCIÓN

La medida propone crear un grupo de colaboración de ciudades y de centros educativos que tengan proyectos que fomenten e incidan en la importancia de incrementar la actividad física y deportiva en edad escolar, apoyándose en los marcos referenciales como herramienta de coordinación.

La Red potenciará la organización de encuentros y establecerá los protocolos necesarios para extender los proyectos a otras ciudades y/o centros educativos, creando una secretaría estable para gestionar dicha Red.

### OBJETIVOS

- Extender los proyectos deportivos en edad escolar de ciudad y/o centros educativos.
- Impulsar la transferencia e intercambio de información entre las ciudades y los centros que impulsan el deporte en edad escolar.
- Propiciar y recuperar una mayor intervención local en el deporte en edad escolar.
- Establecer mapas de seguimiento del deporte en edad escolar que faciliten el acceso y rentabilicen los programas.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- CC AA

### OTROS PROMOTORES Y COLABORADORES

- Todas las ciudades y centros educativos que formen parte de la Red
- Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP)
- Universidades

# 015

## MEDIDA Programas referenciales locales para la promoción de la práctica deportiva en jóvenes

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en edad escolar

### DESCRIPCIÓN

Esta medida se orienta a canalizar y dar respuesta a las demandas que tienen nuestros/as jóvenes en relación a compartir prácticas de actividades físico-deportivas, bien a propuesta de ellos y ellas, o bien a propuesta de quienes estén preparados y formados para interpretar sus necesidades y conectar con sus intereses.

Se trata de la promoción de programas sin vinculación directa al centro educativo que por sus características permiten construir nuevos espacios de actividad en las ciudades y su entorno, fomentando el intercambio en los distintos lugares públicos.

### OBJETIVOS

- Favorecer la práctica de actividad físico-deportiva mixta como un comportamiento social más en la convivencia de los/as jóvenes, y proponer una relación flexible y abierta de actividades físico-deportivas para compartir por ambos géneros.

- Analizar las propuestas de actividades físico-deportivas para jóvenes que ya están funcionando en las distintas Comunidades del Estado, con el fin de que sirvan de ejemplo para incorporarlas a los programas.
- Orientar y propiciar la construcción de actividades físico-deportivas por parte de nuestra juventud, que conecten con sus intereses (juegos deportivos, actividades urbanas y 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/as jóvenes.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Corporaciones Locales

### OTROS PROMOTORES Y COLABORADORES

- Consejo Superior de Deportes
- Consejerías de Educación y de Deporte de las CC AA
- FEMP
- 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 y expertas para diseñar y seleccionar la oferta de actividades



# 016

## MEDIDA Perfil del educador/a en la actividad física y el deporte en edad escolar

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en edad escolar

### DESCRIPCIÓN

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. Por este motivo es necesario plantear con claridad las características y competencias que el educador y educadora deben reunir para llevar a cabo su cometido.

Mediante esta medida se pretende:

- Definir el perfil profesional y las correspondientes necesidades formativas.
- Establecer la titulación mínima necesaria y delimitar las titulaciones deportivas y académicas apropiadas.
- Diseñar modelos formativos específicos.
- Asegurar una implantación progresiva que facilite la adaptación de los técnicos en ejercicio a los nuevos requisitos.
- Elaborar convenios colectivos específicos de los educadores y educadoras deportivos en las diferentes CC AA

### OBJETIVOS

- Asegurar la capacitación pedagógico-didáctica de los responsables directos de la actividad física y el deporte en edad escolar, estableciendo un mínimo coherente en la formación de los educadores y educadoras deportivos.
- Unificar la denominación de los títulos específicos en todo el territorio nacional.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Ministerio de Educación y Consejo Superior de Deportes
- CC AA: Consejerías de Educación/ Deportes/Juventud

### OTROS PROMOTORES Y COLABORADORES

- Entidades locales y Diputaciones
- Entidades, asociaciones y empresas que ya estén ejecutando perfiles propios
- Federaciones deportivas

# 017

## MEDIDA Encuentros nacionales para el profesorado y alumnado de centros promotores de la actividad física

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en edad escolar

### DESCRIPCIÓN

El profesor de Educación Física, que coordine las actividades deportivas extraescolares, o sea designado Coordinador deportivo de Centro, debe disponer de herramientas de motivación que estimulen tanto su labor de promoción de la práctica físico-deportiva en el entorno escolar, como la participación de los/las alumnos y alumnas en las diferentes actividades que se les oferten.

Los encuentros nacionales para el profesorado y alumnado de centros promotores de la actividad física que plantea esta medida, pretende ser este instrumento de motivación para el coordinador y para los propios escolares del centro. Dichos encuentros se realizarán cada año con su correspondiente convocatoria oficial, premios y ayudas económicas.

### OBJETIVOS

- Potenciar 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.
- Coordinar el proyecto curricular de educación física con el proyecto deportivo de centro.
- Incentivar tanto al coordinador como al alumnado con actividades extracurriculares motivantes.
- Generar acciones de difusión e intercambio de este tipo de iniciativas.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Consejerías y departamentos responsables de Educación y Deportes

### OTROS PROMOTORES Y COLABORADORES

- Centros docentes

# 018

## MEDIDA Inclusión de la discapacidad en centros docentes

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte para personas con discapacidad

### DESCRIPCIÓN

La propuesta pretende motivar a los centros educativos, profesorado de EF y técnicos/as deportivos, para que adopten medidas inclusivas a diferentes niveles (organizativo, curricular, de innovación, de desarrollo...), que faciliten la integración del alumnado con discapacidad en las actividades de práctica físico-deportiva tanto curriculares como extracurriculares de su centro. Esta medida se llevará a cabo tanto a nivel territorial como a nivel nacional, revisando también los modelos de competición tradicionalmente establecidos.

### OBJETIVOS

- 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.
- Disminuir el sedentarismo y la obesidad del alumnado con discapacidad
- Generar hábitos de práctica deportiva entre la población infantil y juvenil con discapacidad.
- Reforzar el sistema educativo con una visión de respeto a la diferencia como parte de la diversidad y como mejora de la inclusión social

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Ministerio de Educación y Consejerías de las CC AA con competencias en las Áreas de Educación y Deporte
- Consejo Superior de Deportes
- Conferencia Sectorial de Educación

### OTROS PROMOTORES

- Áreas de Educación y Deportes de las Corporaciones Locales
- Centros educativos de las etapas infantil, primaria, secundaria y de Educ. Especial
- Consejos de Deporte en edad escolar
- Federaciones Deportivas y de Deporte Adaptado

# 019

## MEDIDA Actividad física adaptada para personas con discapacidad en el Sistema Sanitario

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte para personas con discapacidad

### DESCRIPCIÓN

Desarrollo de un Plan Nacional para la inclusión de la Actividad Física Adaptada para personas con discapacidad en el Sistema Nacional de Salud, (ejemplo: «Plan Hospi Sport»). En esta propuesta se incluirán programas de readaptación funcional para personas con discapacidad en la red sanitaria pública nacional, ya sea hospitalaria o extra-hospitalaria, así como actividades físicas y de iniciación al Deporte Adaptado.

Se pretende con este programa acceder a unos niveles de salud y calidad de vida equiparables a los del resto de la población, favoreciendo así una disminución de su gasto sanitario presente y futuro.

### 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 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 parte del deporte paralímpico español.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior y Deportes
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad

### OTROS PROMOTORES

- Consejerías de Sanidad, Políticas sociales y Deporte
- Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud
- Federaciones deportivas con modalidades deportivas adaptadas
- CERMI, Sociedad Española de Rehabilitación, FEMEDE, Real Patronato sobre Discapacidad y CEAPAT

# 020

## MEDIDA Perfiles profesionales de especialistas en actividad física adaptada

### PROGRAMA Actividad física y deporte para personas con discapacidad

#### DESCRIPCIÓN

La medida consiste en la identificación y el establecimiento de perfiles profesionales correspondientes a la actividad física para personas con discapacidad, con el fin de asegurar la calidad del servicio en la oferta de práctica dirigida a este colectivo.

La inclusión de la formación en deporte adaptado en los títulos oficiales del nuevo Real Decreto 1363/2007 por el que se establece la Ordenación General de las Enseñanzas Deportiva de Régimen Especial, ha supuesto un gran avance en la formación.

A través de esta medida se definirán nuevos perfiles profesionales relacionados con el deporte adaptado, como por ejemplo el Monitor de Apoyo Deportivo y del Auxiliar de Apoyo al Vestuario.

#### OBJETIVOS

- Incorporar la competencia de iniciación deportiva a la modalidad adaptada para las personas con discapacidad en los títulos de Técnico Deportivo.
- Dotar de una formación oficial a aquellas personas que ayudan diariamente en la práctica física-deportiva a las personas con discapacidad.

- Implantación progresiva de 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.
- Aumentar la calidad de servicio en la oferta de actividades físicas y deportivas adaptadas a las personas con discapacidad.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Ministerios de Educación, Sanidad, Política Social e Igualdad y CSD para la identificación y diseño de los perfiles profesionales
- Entidades gestoras, públicas y privadas, de los centros deportivos, educativos y de salud

#### OTROS PROMOTORES

- Consejerías del ámbito educativo, deportivo y de trabajo.
- Diputaciones Provinciales y Ayuntamientos
- Federaciones Deportivas y de Deporte Adaptado a las personas con discapacidad
- Centros educativos e instalaciones deportivas municipales

# 021

## MEDIDA Manual de buenas prácticas de la Educación Física y de la Actividad Física Deportiva inclusiva

### PROGRAMA Actividad física y deporte para personas con discapacidad

#### DESCRIPCIÓN

Ante el reto que en la actualidad se plantea a los profesionales de la Educación Física y de las actividades físico-deportivas de incluir personas con discapacidad en sus clases, surge la necesidad de elaborar un Manual de buenas prácticas que ofrezca a estos profesionales el apoyo y la asistencia técnica necesarios para conseguir una inclusión real de este colectivo en sus actividades.

Con este fin el Manual debe incluir:

- Un estudio que analice e identifique tanto las estrategias educativas que promueven la inclusión y cohesión social, como las que reproducen la exclusión social.
- Un análisis en profundidad sobre las dificultades que obstaculizan la participación de las personas con discapacidad en la oferta deportiva (en el ámbito municipal, educativo, federativo-asociativo y sanitario), así como de sus hábitos de práctica de deporte o de actividad física.

Los ejemplos y recursos que este manual ofrece, facilitará la inclusión efectiva tanto en las clases en centros educativos, como en centros deportivos municipales y otros entornos.

#### OBJETIVOS

- Dar a conocer la actividad inclusiva entre los profesionales y el alumnado de educación física y de actividades deportivas.
- Dotar de recursos a los profesionales de la Educación Física, para la inclusión en sus clases del alumnado 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.
- Sensibilizar a todos los agentes implicados en la promoción del Deporte y la Actividad Física adaptada a las personas con discapacidad.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Entidades municipales, educativas y federativas-asociativas que tengan relevancia en la oferta de actividad física y deportiva dirigida a las personas con discapacidad
- Facultades de Ciencias del Deporte, Federaciones deportivas y de deporte adaptado, expertos en la materia, CPE, Real Patronato sobre la Discapacidad, CERMI a través del Foro para la Atención Educativa a Personas con Discapacidad
- Comité Paralímpico Español

# 022

## MEDIDA Integración de los deportistas con discapacidad en las Federaciones Unideportivas

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte para personas con discapacidad

### DESCRIPCIÓN

La presente medida surge para dar continuidad a los procesos de integración de las personas con discapacidad en todos los ámbitos de nuestra sociedad y entre ellos el ámbito deportivo.

Por ello su finalidad es impulsar los procesos de integración de los deportistas con discapacidad y de las modalidades deportivas adaptadas que practican, en las estructuras de las Federaciones Unideportivas correspondientes, asegurando un traspaso efectivo, que favorezca y beneficie a estos deportistas.

Las federaciones internacionales son las que toman la iniciativa en estos procesos inclusivos, direccionando a las nacionales en su desarrollo práctico.

### OBJETIVOS

- Garantizar el proceso de integración de los deportistas con discapacidad en las federaciones Unideportivas con un traspaso efectivo, dialogado, consensuado, y sobre todo que favorezca y beneficie a los deportistas.
- Enseñar a las federaciones integradoras los aspectos básicos sobre deporte adaptado y el ámbito de la discapacidad.
- Articular mecanismos para evitar acciones discriminatorias hacia los deportistas con discapacidad, que velen permanentemente por sus derechos.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Comité Paralímpico Español

### OTROS PROMOTORES

- Federaciones nacionales de deporte adaptado
- Federaciones nacionales integradoras
- CEDI: Centro de Estudios sobre Deporte Inclusivo (INEF)
- Federaciones autonómicas de deporte adaptado e integradoras
- Direcciones Generales de Deporte de las CC AA

# 023

## MEDIDA Incorporación al programa músculo-esquelético del Consejo de Europa

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en el ámbito laboral

### DESCRIPCIÓN

El programa músculo-esquelético se encarga de vigilar aquellos trastornos del aparato locomotor producidos en el ámbito laboral, así como de realizar estudios relacionados con las posibles causas y consecuencias de estos trastornos.

La incorporación a este tipo de programas en el ámbito europeo supone la confirmación del incremento de sensibilización por parte tanto de las administraciones como de las empresas, por la salud del trabajador en el entorno laboral.

La actividad física regular permite minimizar los efectos negativos, por lo que la promoción de programas de ejercicio físico en el centro de trabajo es de crucial importancia como medida de prevención de riesgos laborales.

### OBJETIVOS

- Generación de datos estadísticos sobre trastornos músculo-esqueléticos derivados de los puestos de trabajo para concienciar a empresas y trabajadores.
- Desarrollar programas de formación específicos o incorporar esta temática en programas de prevención de riesgos laborales ya existentes.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT), perteneciente al Ministerio de Trabajo e Inmigración

### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Área de medicina deportiva del CSD

# 024

**MEDIDA**  
**Implicación de agentes sociales, empresas y mutuas**

**PROGRAMA**

**Actividad física y deporte en el ámbito laboral**

**DESCRIPCIÓN**

Desarrollo de programas específicos con empresas de deporte laboral para la coordinación y organización de actividades deportivas en el ámbito laboral.

Paralelamente, se proponen programas de colaboración entre mutuas vinculadas a las actividades propuestas, y empresas de deporte laboral.

**OBJETIVOS**

- 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.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Ministerio de Trabajo e Inmigración

**OTROS PROMOTORES**

- Centro de Medicina del Deporte del CSD
- Organización que quieran 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

# 025

**MEDIDA**  
**Actividad Física y Deporte en empresas vinculadas a la Administración**

**PROGRAMA**

**Actividad física y deporte en el ámbito laboral**

**DESCRIPCIÓN**

La Administración pública, en muchas ocasiones pionera en la generación de beneficios sociales dentro del ámbito laboral, deberá –a través de la presente medida– incentivar y promocionar programas de actividad físico-deportiva en el ámbito laboral con la ayuda de las organizaciones que colaboran con ella.

**OBJETIVOS**

- Mostrar las posibilidades existentes y los beneficios que conlleva implícitos una práctica físico-deportiva regular en el ámbito laboral.
- Dar visibilidad a la actividad físico-deportiva en el ámbito laboral, a través de la puesta en marcha de alguna iniciativa en esta línea, liderada por el Consejo Superior de Deportes, su principal promotor.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Consejo Superior de Deportes

**OTROS PROMOTORES**

- Administraciones Públicas

# 026

## MEDIDA Sello de calidad «Empresa Saludable»

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en el ámbito laboral

### DESCRIPCIÓN

El sello de calidad propuesto en la presente medida se establecerá en base a unos criterios vinculados a las políticas sociales que cada empresa aplica a sus trabajadores/as.

Uno de estos criterios sería la promoción y la facilitación al acceso de una práctica físico-deportiva regular por parte de la empresa, además de otros criterios relacionados con favorecer la conciliación entre la vida personal y la vida laboral del personal de la empresa.

### OBJETIVOS

- Impulsar, en el ámbito empresarial, el desarrollo de políticas saludables que contemplen la promoción y establecimiento de actividades físicas y deportivas entre sus trabajadores.
- Reconocer a las empresas que se impliquen en el desarrollo de actividades saludables y, especialmente, en el fomento de la actividad física y deportiva de su personal.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Trabajo e Inmigración

### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Asociaciones empresariales y Sindicatos

# 027

## MEDIDA Campeonato Nacional de Deporte Laboral

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en el ámbito laboral

### DESCRIPCIÓN

Los sindicatos, patronales y 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 y la interacción entre diferentes empresas.

En este marco el Consejo Superior de Deportes colaborará con las citadas entidades en el impulso de los eventos deportivos que se organicen en esta línea.

### OBJETIVOS

- Impulsar la comunicación, mediante una forma de canal 'mediático', sobre la práctica constante del deporte entre los trabajadores, fomentando así un tipo de práctica no puntual y creando conciencia dentro de la organización.
- Promover la conciliación de la práctica de deporte en el ámbito laboral.
- Apoyar y elevar la calidad de las competiciones estatales del deporte laboral.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Asociaciones territoriales de deporte laboral

### OTROS PROMOTORES

- Consejo Superior de Deportes
- Sindicatos y Patronales
- Empresas

# 028

## MEDIDA Encuentro Nacional de Actividad Física Deportiva para Mayores

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte para las personas mayores

### DESCRIPCIÓN

La medida propone la promoción de un encuentro anual de actividad física y deporte para personas mayores, con el fin de intercambiar herramientas de buenas prácticas entre los municipios del ámbito estatal.

Estos encuentros estarán abiertos a diferentes organizaciones relacionadas con el sector, así como a profesionales de la salud y de la actividad física para personas mayores.

### OBJETIVOS

- Fomentar la práctica de la actividad física y el deporte entre las personas mayores.
- Fomentar relaciones e intercambios entre las diferentes CC AA y municipios.
- Complementar y reforzar las actividades básicas, desarrolladas por los centros municipales.
- Desarrollar actividades complementarias dentro de la programación anual del encuentro.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- CC AA y Corporaciones Locales

### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Entidades e instituciones públicas y privadas

# 029

## MEDIDA Programas de ocio activo con el IMSERSO

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte para las personas mayores

### DESCRIPCIÓN

Esta medida consiste en el fomento de Jornadas deportivas, dentro del marco de propuestas del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO), que incluyan actividades físicas y/o deportivas (senderismo, deporte en la naturaleza, vela, canoa, esquí de fondo, cicloturismo, etc.), combinadas con alimentación saludable y con actividades culturales. Siempre en un entorno natural y aprovechando la climatología y la geografía de nuestro país.

### OBJETIVOS

- 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.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- IMSERSO

### OTROS PROMOTORES

- Ayuntamientos
- Departamentos de Salud, Deportes y Cultura de las CC AA
- Empresas especializadas en organizar programas deportivos en la naturaleza

# 030

## MEDIDA Material de soporte para profesionales del sector

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte para las personas mayores

### DESCRIPCIÓN

Esta medida se desarrolla con el fin de promover la formación continua de los profesionales del ámbito de la actividad física y el deporte con personas mayores a través de la elaboración y divulgación de materiales técnicos que faciliten la actualización de sus conocimientos tanto teóricos como prácticos.

Estos materiales incluirán artículos científicos y divulgativos de actualidad, que se presentarán en diferentes formatos: papel, DVD, CD, y también en Internet (web del Plan A+D).

### OBJETIVOS

- Contribuir a 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 en esta materia.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

### OTROS PROMOTORES

- Equipo de personas expertas en diferentes ámbitos

# 031

## MEDIDA Congreso internacional de actividad físico deportiva para mayores

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte para las personas mayores

### DESCRIPCIÓN

La presente medida propone consolidar una actividad científica y divulgativa que ayude a identificar y optimizar las políticas llevadas a cabo por diferentes entidades, permitiendo intercambiar conocimientos que enriquezcan tanto a los profesionales del sector, como a los programas dirigidos a las personas mayores.

Esta medida se materializa en el Congreso Internacional que bianualmente se celebra en Málaga, convirtiéndolo en el foro de referencia oficial de la materia.

### OBJETIVOS

- Realizar un foro internacional sobre las Ciencias de las Actividades Físico Deportivas para Personas Mayores.
- Crear un referente en España sobre la materia de longevidad, actividad físico deportiva y calidad de vida en personas mayores.
- Dotar a los técnicos de elementos para la sistemática e intervención didáctica en las Ciencias de la Actividad Físico Deportiva para Personas Mayores.
- 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.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Junta de Andalucía
- IMSERSO
- Diputación Provincial Málaga
- Ayuntamientos
- Universidad de Málaga

### OTROS PROMOTORES

- 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



# 032

## MEDIDA Voluntariado senior en el deporte

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte para las personas mayores

### DESCRIPCIÓN

La medida pretende impulsar la incorporación de las personas mayores al voluntariado deportivo, sostén en nuestro país de la estructura deportiva asociativa y de numerosos eventos y actividades deportivas.

### OBJETIVOS

- Ofrecer una organización a los mayores activos que quieran seguir prestado sus servicios al sector del deporte.
- Hacer visible las actividades físicas y deportivas de las personas mayores en el conjunto de la sociedad y los medios de comunicación.
- Mantener vinculados al sistema deportivo a las personas mayores relacionadas con el sector, haciéndolas sentir útiles y necesarias.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes en el lanzamiento del proyecto

### OTROS PROMOTORES

- CC AA y Ayuntamientos en su ejecución

# 033

## MEDIDA Red de opiniones

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte para la inclusión social

### DESCRIPCIÓN

La medida consiste en la creación de un sitio web específico en torno al deporte como elemento de inclusión social, con diferentes contenidos (entrevistas registradas en audio, archivos sonoros, informaciones diversas sobre el papel del deporte en el campo de la intervención social con inmigrantes, etc.) que permitirán interactuar y establecer contactos.

El proyecto está dirigido a personas interesadas en conocer las experiencias y reflexiones más destacadas sobre el tema.

### OBJETIVOS

- Disponer de una red de opiniones acreditada sobre las diferentes posibilidades que ofrece el deporte en este ámbito.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

### OTROS PROMOTORES

- Miembros de instituciones representativas que organizan actividades de deporte con implicaciones sociales

# 034

MEDIDA  
**Foro deporte y sociedad**

## PROGRAMA

### **Actividad física y deporte para la inclusión social**

#### DESCRIPCIÓN

Realización de un congreso con la participación de diferentes especialistas (sociólogos, educadores, antropólogos, urbanistas, geógrafos, licenciados educación física, periodistas, etc.) en el que se reflexionará sobre el deporte como un elemento clave en la construcción de la identidades en la sociedad contemporánea.

## OBJETIVOS

- 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 de un libro del congreso con las ponencias más interesantes.

## PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

## OTROS PROMOTORES

- Universidades
- AEISAD
- Fundaciones
- Instituciones gubernamentales

# 035

MEDIDA  
**Laboratorio de inclusión social a través del deporte**

## PROGRAMA

### **Actividad física y deporte para la inclusión social**

#### DESCRIPCIÓN

El presente proyecto quiere promover oportunidades de mejora entre los jóvenes que viven en los barrios más desfavorecidos, haciendo frente al fracaso escolar y a la desintegración social y laboral existente en dichos contextos.

Se trata de fomentar básicamente tanto el desarrollo integral de las personas como de los entornos sociales en los que viven, utilizando el deporte como vía de progreso.

El programa piloto que se llevará a cabo para plasmar las ideas anteriormente descritas se llamará Laboratorio de inclusión social a través del deporte, cuya duración será limitada y se realizará cada año en una ciudad diferente.

## OBJETIVOS

- El objetivo principal de este proyecto es la inclusión social a través del deporte en el contexto de determinados barrios con problemas de integración social.

## PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes como impulsor
- CC AA y Ayuntamientos como ejecutores

## OTROS PROMOTORES

- Universidades
- Federaciones y clubes deportivos
- Centros escolares
- Otras instituciones gubernamentales
- Asociaciones

# 036

## MEDIDA Talleres de participación e inclusión social

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte para la inclusión social

### DESCRIPCIÓN

La medida propone la creación de Talleres que fomenten los espacios públicos de diálogo y de participación entre personas o colectivos que trabajan el tema de la inclusión social. En estos talleres se trabajarán aspectos como la mejora de los proyectos que ya están puestos en marcha, elementos a reforzar en el futuro, la evaluación, nuevas alternativas.

### OBJETIVOS

- Hacer propuestas adaptadas a la realidad de las personas en situación de exclusión social en consonancia a las necesidades expresadas por ellos.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Ayuntamientos y CC AA
- Consejo Superior de Deportes
- FEMP

### OTROS PROMOTORES

- Entidades asociativas
- ONGs

# 037

## MEDIDA Archivo de experiencias de deporte e inclusión social

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte para la inclusión social

### DESCRIPCIÓN

La medida propone la constitución de un archivo con diferentes experiencias de proyectos de deporte que tenga como objetivo el desarrollo de relaciones interculturales, favorecedoras de inclusión social.

Este proyecto contará con experiencias realizadas tanto en nuestro país como en otros países de la Unión Europea o Latinoamérica, (especialmente en aquellos con mayor bagaje en este tipo de experiencias).

El archivo deberá tener un fácil acceso electrónico para su consulta y se organizará en las siguientes secciones:

- A** Banco de proyectos: experiencias ya realizadas
- B** Experiencias en proceso o laboratorio
- C** Proyectos de futuro

### OBJETIVOS

- Crear una estructura de referencia en el ámbito de la actividad física y la inclusión social que promueva y aumente la generación de conocimiento en torno a este campo.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

### OTROS PROMOTORES

- Entidades
- Ayuntamientos
- Instituciones

# 038

## MEDIDA Promoción de la actividad físico-deportiva en las universidades españolas

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en la universidad

### DESCRIPCIÓN

La medida pretende impulsar y desarrollar una oferta diversa de actividades físico-deportivas en cada una de las Universidades, que ponga a disposición de los alumnado las herramientas necesarias para completar 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 inmersa la universidad.

### OBJETIVOS

- 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.
- Que la oferta de práctica físico-deportiva reúna en todas las universidades los siguientes requisitos básicos:
  - Accesibilidad
  - Variedad
  - Horario accesible para todos los colectivos
  - Información completa
  - Realizada por profesionales acreditados

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Universidades a través de las Unidades de Deportes y Actividad Física

### OTROS PROMOTORES

- CC AA
- Diputaciones Provinciales y Ayuntamientos
- Otros organismos e instituciones públicas
- Clubes, gimnasios y empresas del sector deportivo

# 039

## MEDIDA Mapa de instalaciones deportivas universitarias

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en la universidad

### DESCRIPCIÓN

Creación con la colaboración de las CC AA de un mapa de instalaciones deportivas universitarias, con indicación de su antigüedad y estado, necesario para conocer la situación actual.

Posteriormente se definirán los mínimos necesarios a partir de los cuales se creará una Convocatoria de ayudas, y acuerdos específicos del CSD, las CC AA y el Ministerio de Educación para la adaptación, mantenimiento y/o construcción de instalaciones deportivas universitarias.

### OBJETIVOS

- Disponer del mapa de instalaciones deportivas universitarias del Estado actualizado.
- Poner en marcha, por parte del Ministerio de Educación, CC AA y del CSD un programa de ayudas y acuerdos específicos que equilibre el mapa obtenido en el estudio previo.
- Buscar a medio plazo establecer un ratio de m<sup>2</sup>/estudiante, como consecuencia del estudio y análisis realizado, e incrementar los porcentajes de las dotaciones deportivas de las Universidades españolas.
- Conseguir que en el 2015 el 90-100% de las universidades estén en el mínimo establecido o lo sobrepasen.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Educación
- CC AA
- CEDU

### OTROS PROMOTORES

- Universidades

# 040

## MEDIDA Colaboración con la Red Española de Universidades Saludables (REUS)

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en la universidad

### DESCRIPCIÓN

La Universidad española junto con el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad 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 llevar a cabo este objetivo 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.

### OBJETIVOS

- Conseguir que la actividad físico-deportiva sea reconocida como un elemento de promoción de la salud en la REUS y que en la citada Red se aborde como elemento importante del programa promotor de la Salud la actividad físico-deportiva.
- Adherir en un plazo de 6 años todas las Universidades españolas a la REUS.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Universidades
- Ministerio de Educación
- Departamentos de Salud de las CC AA

### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Centros de Medicina del Deporte
- Centros de Atención primaria
- Servicios de Deportes de las Universidades

# 041

## MEDIDA Voluntariado y Cooperación a través del Deporte Universitario

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en la universidad

### DESCRIPCIÓN

Esta medida propone e impulsa la participación de los servicios de deportes y de los miembros de las Universidades en acciones de cooperación al desarrollo cuyo objetivo es contribuir a través del deporte a la mejora de las condiciones de vida de las poblaciones más vulnerables y marginadas de los países empobrecidos.

Entre las actividades a desarrollar dentro de esta medida destacamos las siguientes:

- Organización de eventos deportivos para recaudar fondos destinados a algunas ONGDs. Donación de material deportivo a ONGDs u organismos internacionales
- Inclusión de cursos de voluntariado y cooperación al desarrollo a través del deporte en los Programas de Formación Deportiva de las Universidades.
- Creación y potenciación de Asociaciones Universitarias de Voluntariado Deportivo Realización de campañas de difusión en la Universidad de las ONGDs u organismos internacionales vinculados al sistema de ayuda al desarrollo que impulsen acciones a través del deporte.

### OBJETIVOS

- Desarrollar a corto plazo por al menos un tercio de las Universidades, algún tipo de actividad de las anteriormente propuestas.
- Proponer convocatorias de ayudas para proyectos y programas de cooperación al desarrollo de las Universidades, con el fin de poder participar desde los servicios de deportes y asociaciones de voluntarios deportivos.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Unidades de Deportes y Actividad Física de todas las Universidades

### OTROS PROMOTORES

- Centros de Cooperación al desarrollo de las Universidades

# 042

## MEDIDA Sistemas de Gestión de Calidad en los Servicios de Deportes de las universidades

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en la universidad

### DESCRIPCIÓN

La medida pretende promover la implantación de un sistema 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.

### OBJETIVOS

- Conseguir que la mayoría de los Servicios de Deportes de las Universidades implanten y certifiquen sus sistemas de gestión de calidad.
- Ofrecer un Servicio de mayor Calidad en las actividades deportivas de las Universidades y, con carácter general, fomentar la práctica deportiva en la sociedad.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Universidades (áreas de deportes, de recursos humanos, de calidad o de sostenibilidad)

### OTROS PROMOTORES

- Club de Excelencia en Gestión (CEG)
- Asociación Española de Certificación y Normalización (AENOR)
- Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Certificación (ANECA)
- Otros organismos autonómicos, como la Unidad para la Calidad de las Universidades Andaluzas (UCUA)

# 043

## MEDIDA Programa Nacional de los Campeonatos de España Universitarios

### PROGRAMA

#### Actividad física y deporte en la universidad

### DESCRIPCIÓN

La presente medida surge para dar respuesta a la necesidad de una nueva orientación del programa nacional de Campeonatos de España Universitarios, basada en un análisis diagnóstico de su realidad actual (filosofía, participación, recursos y problemática).

Consecuencia de ese diagnóstico se elaborará una nueva propuesta que, además de 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, deberá potenciar la transmisión de valores educativos y la mejora de la salud y el bienestar de la comunidad universitaria.

Acorde con estas premisas se rediseñarán el programa y los procesos de organización de los próximos Campeonatos de España.

### OBJETIVOS

- Conocer la realidad, los puntos fuertes y débiles, del programa de Campeonatos de España Universitarios.
- 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.
- Impulsar un mayor coordinación por parte del CSD de dichos programas con las diferentes instituciones y federaciones deportivas haciéndoles partícipes del nuevo enfoque y programas desarrollados.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

### OTROS PROMOTORES

- Comité Español de Deporte Universitario
- Federaciones deportivas de las disciplinas que formen parte del programa
- Direcciones Generales de Deportes de las diferentes CC AA
- Universidades

# 044

## MEDIDA Plan de igualdad efectiva

### PROGRAMA Igualdad efectiva entre mujeres y hombres

#### DESCRIPCIÓN

La medida impulsa la puesta en marcha del 'Plan de Igualdad' llevado a cabo por el Consejo Superior de Deportes que se vertebra desde el desarrollo del área de Igualdad Efectiva entre Mujeres y Hombres del Plan A+D y su transversalidad con el resto de áreas de éste.

En esta línea se establecen acuerdos de colaboración con la Secretaria de Estado de Igualdad para el desarrollo de las diferentes medidas.

#### OBJETIVOS

- Crear un Plan de referencia capaz de promover el desarrollo, la implantación y evaluación de los diferentes programas para el logro de la equidad de género en el ámbito deportivo.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Secretaría de Estado de Igualdad (Instituto de la Mujer)

# 045

## MEDIDA Programa de conciliación y formación en igualdad

### PROGRAMA Igualdad efectiva entre mujeres y hombres

#### DESCRIPCIÓN

Puesta en marcha y desarrollo de diferentes programas que posibiliten, mediante un conjunto de acciones aplicadas, la conciliación y formación para la integración y ocupación de la mujer en puestos de responsabilidad en el ámbito deportivo.

#### OBJETIVOS

- Conseguir establecer un conjunto de programas que potencien la igualdad de oportunidades de las mujeres en la ocupación de puestos de responsabilidad en el ámbito deportivo.
- Incrementar la presencia de mujeres en los puestos de responsabilidad de las organizaciones deportivas españolas.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Secretaría de Estado (Instituto de la Mujer)
- Áreas de Deporte de las CC AA
- Federaciones nacionales y territoriales
- Comité Olímpico Español
- Áreas de Deporte de entidades locales
- Otros agentes responsables de distintas áreas relacionadas con el ámbito de la actividad física y el deporte

# 046

## MEDIDA Comisión de personas expertas en deporte y género y coordinación con CCAA

### PROGRAMA

#### Igualdad efectiva entre mujeres y hombres

### DESCRIPCIÓN

La medida apoya el establecimiento y funcionamiento de un órgano especialista común a todas las instituciones y territorialidades capaz de coordinar todas las medidas de actuación propuestas en materia de igualdad en el ámbito de la actividad física y el deporte en España.

En esta línea se creará en el seno del CSD y de la Conferencia Interterritorial del Deporte, un grupo de trabajo específico e institucionalizado para la coordinación de la actividad física y el deporte en materia de equidad de género en el que se encuentren representadas todas las CC AA.

El CSD igualmente constituirá un grupo de personas expertas para su consulta interna sobre las diferentes medidas que se vayan desarrollando.

### OBJETIVOS

- Creación de un órgano permanente y especialista para la unificación de las medidas de actuación definidas en las diferentes instituciones de diversas territorialidades.
- Impulsar la coordinación de las medidas propuestas desde el mismo en materia de igualdad entre mujeres y hombres en el ámbito de la actividad física y el deporte.
- Facilitar el conocimiento sobre el estado de la cuestión y proyectos desarrollados en las CC AA.
- Potenciar el intercambio de experiencias y establecer pautas comunes de Buenas prácticas.
- Establecer plan de evaluación sobre la implantación de medidas, aprovechamiento de sinergias y evolución del desarrollo de pautas comunes para el logro de la equidad de género.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

### OTROS PROMOTORES

- Áreas de deporte de las CC AA

# 047

## MEDIDA Programas de promoción deportiva para el fomento de la participación igualitaria

### PROGRAMA

#### Igualdad efectiva entre mujeres y hombres

### DESCRIPCIÓN

La medida se orienta hacia el desarrollo de programas de actividad física y deportiva que fomenten una participación igualitaria entre mujeres y hombres mediante el desarrollo de actividades de carácter recreativo orientadas a la mejora de la salud.

### OBJETIVOS

- Potenciar programas de promoción de actividad física y deportiva que permitan avanzar en el logro de una igualdad de oportunidades efectiva entre mujeres y hombres en la práctica deportiva.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- CC AA
- Corporaciones Locales

### OTROS PROMOTORES

- Federaciones nacionales
- Federaciones autonómicas
- Clubes y asociaciones
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Organizaciones comerciales deportivas



# 048

## MEDIDA Redes potenciadoras de la participación de las mujeres en el deporte

### PROGRAMA Igualdad efectiva entre mujeres y hombres

#### DESCRIPCIÓN

Esta medida está enfocada a la detección, apoyo y puesta en marcha de redes vinculadas con la actividad física y el deporte que promuevan la participación de las mujeres.

#### OBJETIVOS

- Apoyar y potenciar las redes de las Comisiones Mujer y Deporte de las Federaciones Nacionales con sus territoriales.
- Evaluar y detectar las redes que promuevan la participación de las mujeres en actividades físico-deportivas en todo el territorio.
- Establecer ayudas para la configuración de estas redes.
- Potenciar la intercomunicación de estas redes.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Federaciones nacionales
- Federaciones autonómicas
- Clubes y asociaciones
- Secretaria General de Igualdad (Instituto de la Mujer e Instituto de la Mujer territorial)
- Áreas de Deporte y de Igualdad de las diferentes CC AA y entes locales
- Asociaciones de mujeres relevantes en el panorama nacional
- Asociaciones de Mujer y Deporte en el ámbito internacional

# 049

## MEDIDA Difusión y visibilización de las mujeres en el ámbito deportivo

### PROGRAMA Igualdad efectiva entre mujeres y hombres

#### DESCRIPCIÓN

La presente medida impulsa la puesta en marcha y el desarrollo de campañas para visibilizar a mujeres en distintas áreas del ámbito de la actividad física y el deporte (entrenadoras, deportistas, gestoras, etc.)

Se desarrollarán publicaciones, exposiciones e investigaciones para el desarrollo de esta medida.

#### OBJETIVOS

- Favorecer la visibilidad de mujeres con implicación relevante en el ámbito deportivo.
- Ofrecer y fomentar una imagen no estereotipada y objetiva acorde a los logros y méritos de las mujeres referentes en distintas áreas del ámbito de la actividad física y el deporte.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Secretaria de Igualdad (Instituto de la Mujer) e (Institutos de la Mujer territoriales)
- CC AA (Áreas de deporte e igualdad)

#### OTROS PROMOTORES

- Federaciones nacionales
- Áreas de deporte de las diputaciones
- Áreas de deporte de los municipios
- Áreas de Mujeres en las diferentes autonomías
- Áreas de las Mujeres en los municipios
- Ministerio de Educación
- Universidades privadas y centros de formación profesional privados

# 050

## MEDIDA Difusión de instrumentos para la prevención de la violencia de género en el deporte

### PROGRAMA Igualdad efectiva entre mujeres y hombres

**DESCRIPCIÓN**  
La medida desarrolla de diferentes instrumentos para la sensibilización y prevención de la violencia de género en el ámbito deportivo.

**OBJETIVOS**

- Sensibilizar a las personas implicadas en el deporte y la actividad física de las formas de violencia de género existentes en este ámbito con el fin de promover y extender medidas para su prevención y erradicación.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Igualdad

**OTROS PROMOTORES**

- CC AA
- Instituto de la Mujer
- Asociaciones de mujeres
- Medios de comunicación

# 051

## MEDIDA Medidas internas del CSD en relación con la ley de Igualdad

### PROGRAMA Igualdad efectiva entre mujeres y hombres

**DESCRIPCIÓN**  
Adaptación de la estructura interna del funcionamiento en el CSD a los criterios definidos por la Ley de Igualdad que potencia la igualdad efectiva entre hombres y mujeres.

**OBJETIVOS**

- Desarrollo e implantación de las medidas establecidas en la Ley de Igualdad efectiva entre mujeres y hombres a través del CSD.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Consejo Superior de Deportes

**OTROS PROMOTORES**

- Secretaría de Estado de Igualdad

# 052

## MEDIDA Apoyo a eventos de deporte popular saludable

### PROGRAMA Comunicación

#### DESCRIPCIÓN

La medida representa la selección de un conjunto de iniciativas específicas de eventos de deporte popular de tipo saludable, que puedan ser patrocinadas con fondos propios o procedentes de empresas, y sobre las que articular acciones de comunicación que tengan repercusión mediática.

Estas iniciativas son ya habitualmente organizadas por clubs, asociaciones y Ayuntamientos.

#### OBJETIVOS

- Proyectar hacia el exterior los beneficios de la práctica deportiva de tipo saludable a través de eventos populares y, normalmente, masivos y abiertos a la ciudadanía.
- Implicar a los medios de comunicación en la difusión de noticias en torno al deporte saludable.
- Propiciar el desarrollo de este tipo de eventos por los entes locales, clubes, asociaciones y otro tipo de entidades deportivas o de salud.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- CSD a través de la Plataforma Deporte y Salud

#### OTROS PROMOTORES

- CC AA
- Corporaciones Locales
- Federaciones y clubes deportivos
- Organizadores de eventos deportivos
- Empresas interesadas en el patrocinio deportivo saludable

# 053

## MEDIDA Programa “Vida saludable para escolares”

### PROGRAMA Comunicación

#### 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 entre 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.

#### OBJETIVOS

- 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 adquisición de un estilo de vida activo y saludable entre la población, a través de una oferta de calidad recogida en su programa.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- FEMP

#### OTROS PROMOTORES

- Consejerías de Deportes
- Consejerías de Sanidad y Educación
- Entidades locales
- Centros docentes
- Entidades que desarrollen programas con directrices similares

# 054

## MEDIDA Campana de comunicaci3n para la promoci3n de la Actividad F3sica y el Deporte en edad escolar

### PROGRAMA Comunicaci3n

#### DESCRIPCI3N

La medida supone la creaci3n de una gran campana institucional para la promoci3n de la pr3ctica de actividad f3sica y deporte en la edad escolar. Con esta medida se pretende conseguir sinergias con distintas entidades que nos permitan llegar a la poblaci3n en edad escolar para transmitir los valores de la pr3ctica de actividad f3sica, sobre todo en lo referente a aspectos educativos y saludables.

La campana identificar3 p3blicos, mensajes, soportes, contenidos, canales y momentos adecuados para la misma y debe de ir asociada al impulso de otras acciones del Plan A+D relacionadas con 3mbito.

#### OBJETIVOS

- Hacer visible el Plan Integral a la sociedad en general y transmitir los objetivos de forma sencilla y eficaz a la poblaci3n en edad escolar.
- Animar a los ni1os y ni1as a la pr3ctica de actividad f3sica y deporte (incrementar el n3mero de practicantes) y destacar los valores inherentes a la misma.
- Apoyar a los agentes sociales directamente implicados en la promoci3n de la actividad f3sica y el deporte en edad escolar.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Educaci3n
- Ministerio de Sanidad, Pol3tica Social e Igualdad
- Medios de comunicaci3n

#### OTROS PROMOTORES

- Consejer3as de Deportes
- Consejer3as de Sanidad y Educaci3n
- Entidades locales
- Posibles empresas patrocinadoras

# 055

## MEDIDA Campana informativa para empresas sobre el tratamiento fiscal de la pr3ctica deportiva en el 3mbito laboral

### PROGRAMA Comunicaci3n

#### DESCRIPCI3N

La medida pretende mejorar y difundir la informaci3n en torno al tratamiento fiscal de las actividades deportivas en el 3mbito laboral, con el fin de incentivar a las empresas para que incrementen su inversi3n en las mismas.

Entre otras acciones para desarrollar la medida se propone:

- Emplear los canales profesionales propios de los empresarios, como las Confederaciones nacional y auton3micas, C3maras de Comercio, Industria y Navegaci3n, y Colegios Profesionales, para trasladar informaci3n detallada del monto de beneficios fiscales previstos por esta causa.
- Utilizar los medios propios de las campanas informativas de la Administraci3n tributaria de los impuestos implicados para resaltar y destacar las deducciones fiscales a los empresarios por su apoyo o fomento a la pr3ctica deportiva laboral.
- Organizar Jornadas en colaboraci3n con las Universidades y otras entidades de formaci3n, con personal ponente especializado, que traten, estudien, discutan y, en definitiva, difundan los beneficios de esta fiscalidad.

#### OBJETIVOS

- Difundir en prensa y en las asociaciones empresariales y sindicales las opciones existentes respecto a esta materia.
- Poner soluci3n al desconocimiento generalizado que existe en el mundo empresarial sobre el tratamiento fiscal de la pr3ctica deportiva.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Trabajo e Inmigraci3n

#### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Econom3a y Hacienda
- Confederaciones de Empresarios, Sindicatos y C3maras de Comercio

# 056

## MEDIDA Inclusión de un premio de buenas prácticas en el fomento del deporte laboral en los Premios Nacionales del Deporte

### PROGRAMA Comunicación

#### DESCRIPCIÓN

Esta es una de las acciones en las que el CSD podría liderar una actuación directa a las organizaciones y empresas. Desde este organismo se difundirá la posibilidad de participar en la obtención de un premio de reconocimiento relacionado con decisiones corporativas vinculadas al fomento del deporte laboral, incorporándolo a los Premios Nacionales del Deporte.

De esta manera, se podrían identificar buenas prácticas relacionadas con el deporte laboral que permitirían ser conocidas y reproducidas en diferentes entornos empresariales.

#### OBJETIVOS

- Promocionar y concienciar, dentro del mundo empresarial, de los beneficios que una práctica deportiva saludable y regular puede aportar a la organización.
- Sensibilizar a los medios de comunicación y público en general, de las posibilidades de desarrollo deportivo en el ámbito empresarial y laboral.
- Reconocer el esfuerzo de las empresas más sensibles y que mejor llevan a la práctica sus propuestas en este campo.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Asociaciones Empresariales, Cámaras de Comercio y Sindicatos

# 057

## MEDIDA Programa de televisión «Mueve tu cuerpo y abre tu mente»

### PROGRAMA Comunicación

#### DESCRIPCIÓN

Proyecto piloto consistente en un programa de televisión dirigido a personas a partir de 40 años, en el cual se propondrán ejercicios de movimiento combinados con ejercicios de memoria de fácil realización para las personas mayores desde su casa, desde el centro de día, desde la residencia, acompañados por un cuidador o solos. También se incluirán consejos de alimentación y hábitos de vida saludable.

Este tipo de programas dan 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.

#### OBJETIVOS

- 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 a las personas mayores 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.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Empresas privadas
- Fundaciones de obra social de las cajas de ahorro que estén interesadas

# 058

## MEDIDA Creación de la marca del Plan Integral para Mayores

### PROGRAMA Comunicación

#### DESCRIPCIÓN

La medida representa la creación de una marca identificativa de la actividad física para las personas mayores, a nivel estatal, susceptible de ser utilizada por el conjunto de las instituciones y entidades con programas en este ámbito y, por supuesto, en la totalidad de las medidas que, en este área de actuación, configuran el presente Plan A+D.

#### OBJETIVOS

- Identificar 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.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Otros departamentos ministeriales implicados
- CC AA
- Corporaciones Locales

# 059

## MEDIDA Exposición "Local-Visitante"

### PROGRAMA Comunicación

#### DESCRIPCIÓN

Exposición sobre el papel social y cultural del deporte en la sociedad contemporánea y presentación de los distintos elementos del deporte y su interacción con el fenómeno de la inmigración.

El contenido de esta medida contará con fotografías, audiovisuales, textos, proyecciones, etc. En torno a la misma también se organizarán debates, conferencias, cursos, seminarios, talleres.

#### OBJETIVOS

- Explicar y comprender las dimensiones actuales del fenómeno deportivo, no vistas desde la exclusiva ventana que presentan la prensa y los medios deportivos.
- Llevar el debate deportivo a visiones más amplias que las estrictamente deportivas.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Trabajo e Inmigración

#### OTROS PROMOTORES

- Instituciones
- Profesionales del tema

# 060

## MEDIDA Campana de comunicaci3n sobre la imagen del deporte universitario

### PROGRAMA Comunicaci3n

#### DESCRIPCI3N

Se trata de una medida conjunta entre las Universidades y las entidades p3blicas estatales y auton3micas para potenciar la imagen del deporte universitario como elemento de transmisi3n de valores y de comunicaci3n con la sociedad.

Por un lado esta medida comprende acciones propias de cada universidad, y por otro, acciones conjuntas con otras entidades p3blicas, las cuales siempre est3n coordinadas y destinadas a poner en valor la oferta de actividad f3sica y deporte de todas las universidades.

#### OBJETIVOS

- Transmitir a trav3s del deporte universitario una buena imagen de las Universidades.
- Considerar el deporte como un valor a3nadir que aporta la Universidad para el estudiante.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- CC AA
- Universidades

#### OTROS PROMOTORES

- Medios de comunicaci3n

# 061

## MEDIDA Publicaciones de valores y beneficios de la pr3ctica deportiva en el entorno escolar

### PROGRAMA Sensibilizaci3n e informaci3n

#### DESCRIPCI3N

Esta medida est3 enfocada a la creaci3n y desarrollo de documentos, materiales y redes sociales de sensibilizaci3n, para informar y formar a las familias y al entorno escolar de los valores y beneficios de la pr3ctica sistem3tica de la actividad f3sica y el deporte.

Se trata de divulgar, de forma clara y comprensible para todos, los resultados de las investigaciones que apoyan la pr3ctica de la actividad f3sica por sus beneficios para la calidad de vida en todas las edades y especialmente en la edad escolar.

Asimismo, se propone la informaci3n sobre consejos b3sicos para hacer de la pr3ctica de la actividad f3sica entre los j3venes una actividad saludable y educativa.

#### OBJETIVOS

- Informar y formar a las familias y al entorno escolar sobre los beneficios de la actividad f3sica y el deporte en edad escolar.
- Contribuir a que las familias y el entorno escolar se conviertan en agentes dinamizadores de la pr3ctica de actividad f3sica y deporte en edad escolar.
- Utilizar nuevas estrategias de difusi3n.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- CC AA
- Corporaciones Locales
- Grupos de investigaci3n en el sector.
- Medios de comunicaci3n
- Otras instituciones con acciones de deporte en edad escolar

# 062

**MEDIDA**  
**Sugerencias e iniciativas para mejorar el tratamiento del deporte femenino en los medios**

**PROGRAMA**  
**Sensibilización e información**

**DESCRIPCIÓN**

Recoger en un catálogo de material didáctico, de fácil lectura y visualización, una relación de recomendaciones para los medios de comunicación en el tratamiento de la práctica de actividad física y del deporte.

En esta guía deben identificarse valores como la salud, la inclusión, la educación, la igualdad efectiva y la cohesión social.

**OBJETIVOS**

- 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 educación, la igualdad efectiva entre hombres y mujeres y la cohesión social.
- Concienciar a los medios de comunicación de la necesidad de colaborar con la erradicación de conductas no deseadas en el deporte que actúan como un espejo en el que se miran los niños, niñas y adolescentes.
- Promover un adecuado tratamiento del deporte femenino en los medios de comunicación que permita una óptima visibilización del mismo.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Consejo Superior de Deportes

**OTROS PROMOTORES**

- Medios de comunicación y Asociaciones profesionales de prensa
- Grupos de investigación en el sector
- CC AA, Consejerías responsables de Deportes
- Corporaciones Locales
- Federaciones deportivas (gabinetes de prensa)

# 063

**MEDIDA**  
**Potenciación de programas de promoción de la actividad física y el deporte en el ámbito de la empresa**

**PROGRAMA**  
**Sensibilización e información**

**DESCRIPCIÓN**

Muchas organizaciones, especialmente en grandes empresas, están impulsando programas y actuaciones en línea con el compromiso que éstas adquieren 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.

En este sentido, la medida propuesta pretende desarrollar programas específicos vinculados a la introducción de hábitos de vida saludables, a partir de la práctica físico-deportiva en el mismo puesto de trabajo.

Para ello se propone trabajar con los agentes encargados de la concienciación acerca de la Responsabilidad Social Corporativa en las empresas, con el fin de que introduzcan la promoción y la facilitación de acceso a la actividad física y al deporte entre sus trabajadores.

**OBJETIVOS**

- Iniciar una nueva línea de actuación dentro de los esquemas de Responsabilidad social corporativa 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.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Ministerio de Trabajo e Inmigración

**OTROS PROMOTORES**

- Consejo Superior de Deportes
- Departamentos de Deporte de las CC AA
- Ministerio de Sanidad y Consumo
- Asociaciones Empresariales y Sindicatos



# 064

## MEDIDA Guía para la intervención social a través de las actividades deportivas

### PROGRAMA Sensibilización e información

#### DESCRIPCIÓN

Confección de una guía de formación básica en torno a lo que se considera hoy en día la intervención deportiva para la inclusión social.

Los contenidos estarán relacionados con temas como la influencia del contexto social en las actividades deportivas, los tipos de actividades mas apropiadas, la interdisciplinaridad de los equipos, el rol de los responsables de las actividades deportivas, los principales aspectos educativos de los proyectos y la evaluación de las actividades.

#### OBJETIVOS

- Incidir en la formación de los técnicos deportivos de instituciones y entidades promotoras de actividades deportivas para la inclusión social, con el fin de que estén más capacitados a la hora de gestionar las actividades deportivas en contextos complejos y con objetivos de inclusión social.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Federaciones y clubes deportivos
- Centros de educación primaria y secundaria

# 065

## MEDIDA Campañas de sensibilización para la igualdad y la ética en entidades deportivas

### PROGRAMA Sensibilización e información

#### DESCRIPCIÓN

Diseño y desarrollo de campañas de sensibilización sobre la importancia de contemplar la perspectiva de género en todas las actuaciones que desarrollan las organizaciones deportivas, así como en su estructura organizativa interna.

#### OBJETIVOS

- Sensibilizar a las personas implicadas, tanto en entidades públicas como privadas para impulsar el desarrollo de medidas en el deporte y la actividad física que promuevan la igualdad efectiva entre hombres y mujeres.
- Desarrollar campañas de sensibilización a través de materiales didácticos que favorezcan la implantación de medidas y acciones para el logro de la equidad de género en el ámbito deportivo.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Secretaría de Estado de Igualdad
- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Federaciones nacionales
- Federaciones autonómicas
- Clubes y asociaciones
- Ministerio de Educación
- Medios de comunicación

# 066

**MEDIDA**  
**Investigación:**  
**Ejercicio Físico y Salud**

**PROGRAMA**  
**Investigación**

**DESCRIPCIÓN**

Esta medida pretende priorizar y promover el apoyo a la financiación de proyectos relativos a Ejercicio y Salud, en las convocatorias y resoluciones de investigación a nivel estatal y autonómico. En esta línea también se enfocarán las convocatorias propias del Consejo Superior de Deportes hacia estos proyectos, buscando siempre la máxima eficacia y aplicación práctica de los resultados.

**OBJETIVOS**

- Promover y aumentar la Investigación, la Transferencia del Conocimiento Científico a la Práctica y la Información General en Ejercicio y Salud.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Ciencia e Innovación

**OTROS PROMOTORES**

- CC AA a través de sus áreas de Investigación y de Deporte
- Grupos de investigación en el sector
- Universidades

# 067

**MEDIDA**  
**Investigación:**  
**Educación Física y Deporte en Edad Escolar**

**PROGRAMA**  
**Investigación**

**DESCRIPCIÓN**

En el marco de la educación física y deporte en edad escolar, la actual medida acomete la creación de un catálogo con las posibles vías de financiación para la investigación en este ámbito.

Este catálogo recogerá entre otras vías económicas, las ofrecidas por el Programa Marco de la UE, el Plan Nacional I+D+I, los programas de las CC AA, los programas de las Universidades e incluso contratos con empresas, federaciones y diputaciones.

Igualmente dentro de esta medida se promocionarán las líneas prioritarias de investigación en esa materia.

Y por último, se creará una base de datos con los grupos que investigan en el área de la educación física y deporte en edad escolar.

**OBJETIVOS**

- Incrementar el número de las investigaciones relacionadas con la Educación Física y el deporte en la edad escolar.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Consejo Superior de Deportes

**OTROS PROMOTORES**

- Ministerio de Ciencia e Innovación
- Ministerio de Educación y CC AA a través de sus áreas de Investigación, Educación y de Deporte
- Grupos de investigación en el sector
- Universidades

# 068

## MEDIDA Investigación: Actividades Físicas Adaptadas

### PROGRAMA Investigación

#### DESCRIPCIÓN

La medida pretende impulsar líneas de investigación que estudien, diseñen y promuevan las actividades físico-deportivas de las personas con discapacidad en cualquiera de los ámbitos de desarrollo personal.

Siguiendo esta línea, los descriptores específicos en las convocatorias de investigación de las entidades responsables serán los siguientes: la Educación Física para el alumnado con necesidades educativas especiales, las actividades físico-deportivas para personas con discapacidad y el deporte adaptado.

Con el fin de fomentar estas líneas de investigación se convocarán Premios, con periodicidad anual, dirigidos a aquellos trabajos de investigación sobre Actividades Físicas Adaptadas que tengan relación con los ámbitos educativo, recreativo, terapéutico y competitivo.

#### OBJETIVOS

- Estimular la investigación en Actividades Físicas Adaptadas y abrir nuevas líneas de trabajo en materia investigadora.
- 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.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Ciencia e Innovación
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- CC AA

#### OTROS PROMOTORES

- Comité Paralímpico Español.
- Entidades públicas y privadas que incluyan en sus programas el fomento y la organización de la AF y D de las personas con discapacidad

# 069

## MEDIDA Investigación: Capacidad funcional en personas mayores

### PROGRAMA Investigación

#### DESCRIPCIÓN

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.

La valoración de la condición física en la población general está muy desarrollada, sin embargo, en la población mayor nos encontramos con serias dificultades para realizar esta tarea. La medida propuesta pretende paliar este déficit elaborando una herramienta de utilidad práctica. Para ello es necesario que una batería de test se acompañe de unos valores normativos de referencia, con el fin de que los profesionales implicados en la valoración de las personas mayores, puedan comparar a su evaluado respecto a la población general de referencia.

#### OBJETIVOS

- Aplicar la batería de pruebas Vacfun-Ancianos a una muestra representativa de la población y obtener unos valores normativos de referencia.
- Proponer unos valores umbral de riesgo de sufrir dependencia en las personas mayores.
- 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.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Instituto de Biomedicina (IBIOMED) de la Universidad de León
- Administraciones locales y regionales
- Facultades de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
- Grupos de investigación universitarios

# 070

**MEDIDA**  
**Investigación:**  
**Calidad de vida y Actividad Física**  
**en mayores**

**PROGRAMA**  
**Investigación**

**DESCRIPCIÓN**

La calidad de vida relacionada con la salud (CVRS) es un concepto que cada vez va adquiriendo mayor importancia en la sociedad en general. En las personas mayores, se ha considerado que la actividad física podría tener un papel importante en la mejorar esta calidad de vida relacionada con la Salud.

La Universidad de León con el apoyo de la Diputación Provincial, ha iniciado un estudio sobre la relación entre CVRS, niveles de actividad física y calidad del entorno en personas mayores institucionalizadas y no institucionalizadas.

La medida propuesta representa la ampliación del estudio al conjunto del Estado.

**OBJETIVOS**

- 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.
- 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.
- Identificar las diferencias en los componentes de la calidad de vida.
- Analizar las diferencias en la asociación entre actividad física y CVRS.
- Identificar la influencia de diversas variables mediadoras/moduladoras (edad, género, clase social, capacidad funcional, etc.) sobre dicha asociación.
- Proponer recomendaciones y medidas de estímulo para la mejora de la CVRS.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Consejo Superior de Deportes

**OTROS PROMOTORES**

- Instituto de Biomedicina (IBIOMED) de la Universidad de León
- Administraciones locales y regionales
- Facultades de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
- Grupos de investigación universitarios

# 071

**MEDIDA**  
**Investigación:**  
**Mujeres y Deporte**

**PROGRAMA**  
**Investigación**

**DESCRIPCIÓN**

La priorización de los estudios sobre Mujeres y deporte en las convocatorias de ayudas para la investigación, es la propuesta fundamental de esta medida.

**OBJETIVOS**

- Potenciar la investigación sobre las mujeres en la actividad física y el deporte, y su difusión en los ámbitos científico y profesional.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Secretaría de Estado de Igualdad.
- Consejo Superior de Deportes

**OTROS PROMOTORES**

- Áreas de deporte e Igualdad de las CC AA
- Áreas de deporte e Igualdad de las diputaciones
- Áreas de deporte e Igualdad de las corporaciones locales
- Universidades

# 072

**MEDIDA**  
**Investigación:**  
**Actividad físico y deportiva**  
**en las universidades**

**PROGRAMA**  
**Investigación**

**DESCRIPCIÓN**

Esta medida se plantea con el fin de impulsar la investigación en el ámbito de la actividad físico-deportiva dentro de la Universidad.

A través de esta propuesta se afrontarán estudios y proyectos concretos de investigación, que permitan un mayor conocimiento y, por tanto, una mejora, en relación a lo que aporta la actividad física a la realidad universitaria.

**OBJETIVOS**

- Normalizar la relación entre entidades públicas y universidades para fomentar la investigación en el ámbito de la actividad física y deportiva en la universidad.
- Afrontar estudios y proyectos de investigación que permitan un mayor conocimiento de la situación actual del ámbito.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Consejo Superior de Deportes
- CC AA
- Universidades

**OTROS PROMOTORES**

- Grupos de investigación consolidados y no consolidados

# 073

**MEDIDA**  
**Red nacional de investigación**  
**en deporte y salud**

**PROGRAMA**  
**Investigación**

**DESCRIPCIÓN**

La actual medida representa la 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 A+D.

Se integrarán también en esta Red los médicos especialistas en medicina de la educación física y el deporte, y los centros de medicina del deporte, como hitos para la aplicación sobre el terreno de las conclusiones que se extraigan de la Plataforma.

Esta Plataforma debería albergar, como elemento asesor, el grupo de apoyo señalado en la medida nº 8 del presente Plan.

**OBJETIVOS**

- Crear una estructura de referencia en el ámbito de la actividad física y la salud que promueva y aumente la generación de conocimiento y, a la vez, garantice que la medicina del deporte española cumpla uno de los papeles para el que ha estado concebida en el sistema sanitario español.

**PROMOTOR PRINCIPAL**

- Consejo Superior de Deportes

**OTROS PROMOTORES**

- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Ministerio de Educación
- Departamentos de Salud de las CC AA
- Departamentos de Deportes de las CC AA
- Mutuas de Prevención Laboral
- Federación Española de Municipios y Provincias
- Centros de Medicina del Deporte
- Colegios profesionales
- Sociedades Científicas
- Universidades
- Red de Ciudades Saludables
- Red de Ciudades por la Bici

# 074

## MEDIDA Estudio de la formación de los profesionales de la actividad física con las personas mayores

### PROGRAMA Formación

#### DESCRIPCIÓN

La medida desarrolla el impulso a 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. El resultado de estos estudios supondría una aportación de gran interés en la creación de la futura ley de ordenación profesional del ámbito deportivo, así como para la adecuación de los diferentes planes de estudio que abarcan conocimientos en la materia.

#### OBJETIVOS

- Conocer:
- Características sociodemográficas de los profesionales del sector.
  - Adecuación del currículum académico.
  - Características del trabajo que desarrollan.
  - Distribución de la dedicación profesional.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad

# 075

## MEDIDA Propuesta de inclusión de una asignatura sobre actividad física y salud en los nuevos grados de maestro de Educación Primaria

### PROGRAMA Formación

#### DESCRIPCIÓN

La presente medida propone la inclusión, en los nuevos planes de grado de una asignatura de Promoción de la actividad física para la salud desde la escuela.

Cada día es más clara la necesidad de generar un hábito de actividad física en la infancia, con el fin de mejorar la salud y mantenerla a lo largo de toda la vida.

Esta asignatura pretende ser una herramienta de formación que aportará además de conocimientos científicos, recursos, estrategias y programas de intervención en el entorno escolar.

Se hará una propuesta inicial como asignatura optativa para llegar a convertirse en obligatoria más adelante. La desaparición de la especialidad de Educación Física en la formación del Grado de Educación Primaria, hace más importante aun esta medida.

#### OBJETIVOS

- Dar a conocer a los profesionales de la educación, los beneficios del ejercicio físico en la salud física, mental y social de las personas.
- Dar a conocer las estrategias para promover la práctica físico-deportiva desde la escuela, con un fin de mantenimiento y mejora de la salud.
- Colaborar a desarrollar el hábito de actividad física regular desde la infancia.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Ministerio de Educación
- Universidades con Facultades de Educación

#### OTROS PROMOTORES

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Departamentos de Salud de las CC AA

# 076

## MEDIDA

### Formación: Actividad física y salud para profesionales sanitarios

#### PROGRAMA

##### Formación

#### DESCRIPCIÓN

La presente medida impulsa acciones formativas específicas del ámbito de la actividad física y el deporte, dirigidas a médicos/as de Atención Primaria y a DUEs.

Estas acciones formativas integrarán contenidos científicos actualizados que hagan referencia a los efectos beneficiosos del ejercicio y sus mecanismos. Así mismo, se contemplarán contenidos básicos sobre la actividad física, que permitan prescribir el ejercicio como un elemento favorecedor de la salud, e incluso como parte del tratamiento de algunas patologías.

Desde esta medida se pretende también apoyar y promover la especialidad de Medicina de la Educación Física y el Deporte, y la Participación en las Redes de información.

#### OBJETIVOS

- Hacer que todos los/as profesionales sanitarios tengan el grado de conocimiento necesario sobre Actividad física y salud, en función del puesto que ocupen.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- Consejerías de Salud de las CC AA

#### OTROS PROMOTORES

- Consejo Superior de Deportes, a través de la Plataforma sobre Deporte y Salud
- Centros de Medicina del Deporte de las CC AA
- Sociedades científicas
- Organizaciones profesionales

# 077

## MEDIDA

### Formación: Actividad física y salud para profesionales de la educación

#### PROGRAMA

##### Formación

#### DESCRIPCIÓN

La medida propone ofrecer actividades formativas prácticas y teóricas de deporte y salud para docentes (especialmente profesores/as de Educación Física), y entrenadores deportivos (incluidos los asociados a la práctica del *fitness*).

Estas acciones de formación continua se desarrollarán a través de convenios con los Departamentos de Educación de las CC AA, los Departamentos de Deportes de las Universidades, otras administraciones deportivas con cursos propios, así como a través de la Plataforma sobre Deporte y salud.

#### OBJETIVOS

- Aumentar y mejorar los conocimientos sobre salud de los docentes para mejorar la actividad física en el medio escolar.
- Mejorar la formación en deporte y salud de los técnicos y entrenadores deportivos, tanto los orientados al deporte de competición y rendimiento, como los especializados en condición física.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Departamentos Educación de las CC AA
- Departamentos de Deportes de las CC AA –Escuelas del Deporte–
- CSD a través de la Plataforma Deporte y Salud

#### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Educación
- Entidades Públicas encargadas de la Formación Deportiva
- Colegios profesionales, Sociedades Científicas y Asociaciones profesionales
- Empresas

# 078

## MEDIDA Plan de formación de especialistas en Actividad Físico- Deportiva Adaptada

### PROGRAMA Formación

#### DESCRIPCIÓN

A través de esta medida se pretende asegurar los conocimientos sobre Actividad Física Adaptada a los futuros docentes en Educación Física y técnicos deportivos.

Estos perfiles profesionales dispondrán de un itinerario curricular de créditos de carácter obligatorio, con el fin de certificar la presencia de los contenidos tanto en las cualificaciones profesionales relacionadas con el ámbito, como en los cursos de Posgrado, Masters y Doctorados.

En cuanto a la formación continua, se pretende impulsar también planes de formación centrados en estos contenidos.

#### OBJETIVOS

- Conseguir que todos los docentes en educación física, profesionales de la actividad físico deportiva y técnicos deportivos, dispongan de la formación necesaria para dar respuesta adecuada a las necesidades educativas especiales que puedan presentar las personas con discapacidad.

- Eliminar el voluntariado sin formación específica que colabora en la ejecución de estos programas, y potenciar 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.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Ministerio de Educación
- Universidades
- Departamentos de Educación de las CC AA

#### OTROS PROMOTORES

- Federaciones Deportivas y de Deporte Adaptado a las personas con discapacidad
- Instituto Nacional de las Cualificaciones (INCUAL)
- Colegios profesionales, Sociedades Científicas y Asociaciones profesionales

# 079

## MEDIDA Formación de agentes promotores y formadores del deporte en el ámbito laboral

### PROGRAMA Formación

#### DESCRIPCIÓN

Una mayor concienciación y sensibilización en el ámbito de la actividad física y el deporte en el ámbito laboral requiere también de una mayor formación con contenidos específicos para aquellos agentes promotores y formadores de este ámbito.

En esta línea se propone realizar una reflexión sobre dicha formación, con el fin de precisarla en función del tipo de organismo al que esté vinculado el agente promotor.

Se pueden definir por tanto cuatro posibles agentes: los generadores y transmisores directos de conocimiento, los agentes de intervención directa, los prescriptores y los representantes de destinatarios finales.

#### OBJETIVOS

- 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.
- Solucionar, a través de una formación adecuada, 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.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Trabajo e Inmigración
- Sindicatos
- Ministerio de Sanidad, Política social e Igualdad
- Área de medicina del Consejo Superior de Deportes



# 080

## MEDIDA Formación: Expertos en actividad física y deporte en personas mayores

### PROGRAMA Formación

#### DESCRIPCIÓN

La medida pretende la generación de un programa específico de formación en Actividad Física Gerontológica, como catalizador de teoría y práctica. Teniendo en cuenta la variabilidad profesional y formativa de las personas que dirigen o pueden dirigir programas de ejercicio físico para mayores, se propone como necesaria la formación en tres niveles:

- **Curso de especialización.** A través de cursos de Experto en Actividad Física Gerontológica para Grados y Ciclos formativos de Actividad Física.
- **Curso de actualización.** Para todos aquellos titulados, que aún contando con una formación inicial específica y/o trabajando en la actualidad con mayores, deseen renovar sus conocimientos propios de la materia.
- **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.

Dentro de cualquiera de estos tres niveles podría situarse el "Programa específico de estimulación psicomotriz", orientado a personas mayores frágiles y/o con un primer o segundo grado de dependencia.

#### OBJETIVOS

- 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.
- Extender la práctica de ejercicio físico a todo el colectivo de personas mayores que no está en situación de gran dependencia, evitando el abandono de la práctica de ejercicio físico cuando el proceso de envejecimiento no avanza con normalidad.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- CC AA

#### OTROS PROMOTORES

- Universidades

# 081

## MEDIDA Programas de formación continua en el ámbito profesional universitario

### PROGRAMA Formación

#### DESCRIPCIÓN

La mejora de los servicios de deportes de las Universidades pasa por disponer de personal cualificado. Para ello es imprescindible crear planes de formación continua que mejore las capacidades del personal de estos servicios.

Aspectos relacionados con el mantenimiento, los nuevos equipamientos, la gestión de calidad, el diseño de objetivos y metas, las características de nuevos materiales, los idiomas, etc, son elementos que deben ser incorporados en los programas de formación permanente del personal.

Con esta medida se logra que los intereses y objetivos de las universidades crezcan transfiriéndose a todos los miembros de su comunidad, con el fin de dar respuesta a las demandas sociales que nuestro entorno plantea.

#### OBJETIVOS

- Formar y reciclar a las personas de los Servicios de deporte de las Universidades en las competencias que requieren sus puestos de trabajo.
- Desarrollar e implementar una cultura de calidad a través de la formación continua.
- Adaptarse a la implantación de las nuevas tecnologías y de las nuevas formas de gestión.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Universidades a través de sus servicios deportivos y departamentos de recursos humanos
- Consejo Superior de Deportes
- CEDU

#### OTROS PROMOTORES

- Centros y Facultades de las distintas Universidades
- Federaciones Deportivas y Asociaciones Deportivas
- Asociaciones de gestores deportivos

# 082

## MEDIDA Cursos de formación permanente sobre coeducación y Educación Física

### PROGRAMA Formación

#### DESCRIPCIÓN

Impulsar la realización de programas formativos mediante el desarrollo de cursos de formación permanente sobre Coeducación y Educación Física, basados en la educación integral de hombres y mujeres en una misma institución.

La realización de estos planes implica la participación de agentes e instituciones relacionadas con el fomento y divulgación de la formación.

#### OBJETIVOS

- Fomentar la formación y difusión de conocimientos en materia de coeducación y Educación Física, mediante la preparación de cursos de formación permanente, así como a través de la elaboración y difusión de materiales didácticos específicos.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Secretaría de Estado de Igualdad

#### OTROS PROMOTORES

- Áreas de deporte, educación e igualdad de las CC AA
- Áreas de deporte, educación e igualdad de los entes locales

# 083

## MEDIDA Actividad Física y Salud en las Facultades de Medicina y Ciencias de la Salud

### PROGRAMA Formación

#### DESCRIPCIÓN

Se propone incluir en las Facultades de Medicina y Ciencias de la Salud, una asignatura de Prescripción de actividad física para la prevención y tratamiento de patologías.

Esta asignatura pretende ser una herramienta de formación que impulse el uso de la actividad física para la prevención de enfermedades en personas sanas, así como la utilidad de dicha actividad como coadyuvante en el tratamiento de ciertas patologías.

La asignatura aportará también conocimientos científicos actuales que demuestran los efectos beneficiosos del ejercicio, así como los mecanismos por los cuales potencia la salud.

Se planteará inicialmente como asignatura optativa para llegar más adelante a ser obligatoria.

#### OBJETIVOS

- Dar conocimiento a los estudiantes y futuros profesionales sanitarios de los beneficios del ejercicio físico en la salud física, mental y social.
- Conocer las indicaciones del ejercicio físico, como actividad que fomenta la salud y previene la enfermedad, en los distintos grupos de población.
- Integrar el ejercicio físico en las recomendaciones, como estrategia para el tratamiento de determinadas patologías.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Facultades de Medicina y Enfermería, Universidades
- Ministerio de Educación
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad

#### OTROS PROMOTORES

- CC AA

# 084

## MEDIDA Normativas para instalaciones deportivas en centros docentes

### PROGRAMA

#### Organización, legislación y normativa

### DESCRIPCIÓN

La presente medida tiene dos partes diferenciadas:

Por un lado, crear un documento donde se recojan las mínimas condiciones técnicas, de diseño y constructivas que han de tener los espacios deportivos de los Centros Educativos.

Y por otro lado, se quiere proponer al Ministerio de Educación y a las CC AA, la modificación de la normativa que regula las instalaciones deportivas de los centros escolares, proponiendo espacios de práctica deportiva más adecuados y novedosos.

Ambas partes están orientadas a compatibilizar el uso de dichas instalaciones entre el centro educativo y la comunidad.

### OBJETIVOS

- Mejorar las condiciones de práctica de la Educación Física escolar.
- Mejorar la calidad de los espacios públicos educativos a través de unas instalaciones deportivas de calidad y que se adapten a las nuevas demandas.
- Optimizar el uso de los espacios deportivos de los centros docentes para las actividades deportivas fuera del horario lectivo.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Educación
- Consejerías de Educación

### OTROS PROMOTORES

- Corporaciones Locales

# 085

## MEDIDA Certificación de calidad de los centros PAFD

### PROGRAMA

#### Organización, legislación y normativa

### DESCRIPCIÓN

De la misma manera que ha ocurrido en otros sectores, se propone la creación de una certificación de calidad específica para los servicios ofrecidos por los centros escolares para promocionar la actividad física en edad escolar.

El acceso a la citada certificación específica conllevará un esfuerzo de mejora y un salto cualitativo en la gestión de los centros promotores de la actividad física y el deporte y, en consecuencia, en la calidad de los servicios ofrecidos a la población escolar.

La certificación de calidad deberá incluir criterios relativos a la calidad de los procesos, procedimientos, satisfacción de los usuarios, cualificación y competencia del personal, etc. así como de sostenibilidad medioambiental.

### OBJETIVOS

- Mejorar las condiciones de práctica de la Educación Física escolar.
- Mejorar los espacios públicos educativos a través de unas instalaciones deportivas de calidad.
- Asegurar el uso de los espacios deportivos de los centros docentes para las actividades deportivas fuera del horario lectivo.
- Generar centros de excelencia deportiva en instalaciones, gestión y calidad de práctica.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Educación
- CC AA

### OTROS PROMOTORES

- Ayuntamientos
- Entidades deportivas
- Empresas de servicios deportivos
- AENOR

# 086

## MEDIDA Propuesta de inclusión de la actividad física y deportiva de las personas con gran discapacidad en la Ley de Dependencia

### PROGRAMA Organización, legislación y normativa

#### DESCRIPCIÓN

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 Cap. II de Prestaciones y Catálogo de servicios dice que «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».

Por ese motivo la presente medida propone que las personas con gran discapacidad que sean dependientes, acogéndose a esta Ley, puedan participar en la oferta de actividades físico-deportivas con la colaboración de un asistente personal, en el ámbito concreto de determinados servicios deportivos, tanto en traslados como apoyo en vestuarios.

#### OBJETIVOS

- 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 Física y Deporte entre las personas con gran discapacidad.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- CC AA

# 087

## MEDIDA Unidad administrativa de Actividad Física y Deporte Adaptado en el ámbito estatal y autonómico

### PROGRAMA Organización, legislación y normativa

#### DESCRIPCIÓN

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 CC AA, así como en servicios deportivos municipales significativos.

Esta 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).

#### OBJETIVOS

- Fomentar e impulsar políticas de actividades físicas y deportes adaptados dirigidas a personas con discapacidad.
- Promocionar empleo para este sector de la población, 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 0
- 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 adaptado.
- Visualizar el deporte adaptado.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Cada una de las administraciones públicas con competencias deportivas

#### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad

# 088

## MEDIDA Propuesta de incentivos fiscales para las empresas que fomenten la práctica deportiva

### PROGRAMA Organización, legislación y normativa

#### DESCRIPCIÓN

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 físico-deportiva.

Los efectos que esta práctica tiene a largo plazo en aspectos como el incremento de la productividad o la reducción del absentismo laboral, son motivos suficientes a tener en cuenta no sólo por las empresas, sino por todo el sistema social.

Por ello, la presente medida pretende potenciar las desgravaciones fiscales que podrían ir orientadas a programas específicos, o bien a la construcción de instalaciones deportivas para el uso de los propios trabajadores/as y, de manera complementaria, del resto de la comunidad.

#### OBJETIVOS

- Ofrecer facilidades en forma de ayudas directas para la promoción de la práctica deportiva en el ámbito laboral, que pudieran tener efectos inmediatos en las empresas.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Ministerio de Economía y Hacienda

# 089

## MEDIDA Apoyo para el reconocimiento jurídico eventual de la Asociación de Deporte Laboral para la promoción deportiva

### PROGRAMA Organización, legislación y normativa

#### DESCRIPCIÓN

Actualmente la Asociación de Deporte Laboral es la responsable de la organización de las diferentes competiciones deportivas que existen en este ámbito a nivel del territorio español.

Esta Asociación nacional también está presente en la gran mayoría de las CC AA, siendo una de las pocas entidades oficiales que promocionan la actividad física y el deporte dentro del mundo laboral.

Desde la presente medida se pretende apoyar el reconocimiento de esta asociación como Ente de Promoción Deportiva, tal y como establece la actual Ley del Deporte, con el fin de que pueda tener mayores recursos para la promoción de la práctica físico-deportiva entre los/las trabajadores/as, además de equiparar su estatus con el de organizaciones de otros países europeos.

#### OBJETIVOS

- Dotar al deporte laboral de un reconocimiento público que permitiese un impulso al desarrollo de la promoción del deporte en el ámbito laboral o empresarial.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Las propias asociaciones deportivas de Deporte Laboral

#### OTROS PROMOTORES

- Consejo Superior de Deportes

# 090

## MEDIDA Plan de Acción con la Secretaría General de Universidades del Ministerio de Educación

### PROGRAMA Organización, legislación y normativa

#### DESCRIPCIÓN

La propuesta de esta medida es el llevar a cabo acciones conjuntas con la Secretaría General de Universidades del Ministerio de Educación, buscando una mayor adecuación al nuevo Espacio Europeo de Educación Superior.

El escenario de este Espacio Europeo incluye dentro de las nuevas titulaciones de grado, la posibilidad de reconocer créditos por participar activamente en actividades impulsadas desde diversos departamentos de la Universidad, así como la realización de programas de voluntariado entre el alumnado universitario.

#### OBJETIVOS

- Potenciar e incrementar la tasa de participación de los y las 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 alumnado

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Educación

#### OTROS PROMOTORES

- 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

# 091

## MEDIDA Órgano Ejecutivo y de Coordinación del Deporte Universitario (CEDU)

### PROGRAMA Organización, legislación y normativa

#### DESCRIPCIÓN

La actual regulación del Comité Español de Deporte Universitario determina éste es un órgano colegiado de asistencia y asesoramiento, adscrito a la Presidencia del Consejo Superior de Deportes.

En el marco actual, se hace necesario que este Comité sea un órgano más ejecutivo y de coordinación del deporte universitario, en el cuál se aglutine a todos los agentes con responsabilidades (Universidad, Gobierno, CC AA, etc), y eleve sus resoluciones y propuestas al CSD y al Consejo de Universidades.

La presente medida propone la modificación de este órgano ya existente con esta orientación.

#### OBJETIVOS

- Concretar en la nueva Orden Ministerial de regulación del Comité Español de Deporte Universitario el carácter ejecutivo y de coordinación del mismo.
- Incrementar la eficiencia del órgano colegiado en relación a la razón de su existencia.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Consejo de Universidades
- Conferencia General de Política Universitaria
- Comité Español de Deporte Universitario
- Direcciones de Deportes de las respectivas CC AA
- Órganos de Gobierno de las Universidades

# 092

## MEDIDA Parámetros de igualdad en estatutos, reglamentos y subvenciones de entidades deportivas

### PROGRAMA

#### Organización, legislación y normativa

### DESCRIPCIÓN

Desarrollo de una propuesta de parámetros de igualdad que condicionen la aprobación y constitución de los estatutos y reglamentos de las Federaciones Deportivas, así como de las subvenciones. Éstos parámetros hacen referencia entre otros aspectos al número de mujeres en cargos directivos, uso de un lenguaje no sexista; igualdad de premios; igualdad en las condiciones de entrenamiento y competición, etc.

### OBJETIVOS

- Garantizar en todas las Federaciones Deportivas el desarrollo de una normativa, reglamentos y estatutos, así como la publicación de subvenciones fundamentadas en el desarrollo de criterios basados en la igualdad.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes
- CC AA

### OTROS PROMOTORES

- Comité Olímpico Español
- Federaciones nacionales
- Federaciones autonómicas
- Clubes y asociaciones

# 093

## MEDIDA Guía de buenas prácticas en gestión deportiva

### PROGRAMA

#### Intervención urbana

### DESCRIPCIÓN

La presente medida conlleva la elaboración y edición de un Manual de Recomendaciones sobre pautas de actuación en cuanto a:

- Accesibilidad para instalaciones deportivas
- Gestión de Recursos Materiales
- Gestión de RR.HH
- Atención al Cliente

Dicho manual pretende complementar y ampliar la normativa de accesibilidad y gestión existente en cada una de las CC AA, fijando y asegurando unos requerimientos mínimos de calidad de gestión, cuyo cumplimiento permita la consecución de una certificación oficial de calidad.

### OBJETIVOS

- Mejorar la calidad de gestión de las instalaciones deportivas.
- 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.
- Velar por el cumplimiento de las normativas en todas las instalaciones deportivas de titularidad pública y privada.

### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

### OTROS PROMOTORES

- Ministerio de Fomento
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad
- CC AA
- Corporaciones locales
- Colegios de Arquitectos y Consultorías de Accesibilidad
- FEMP, CEAPAT, CERMI y Comité Paralímpico español

# 094

## MEDIDA Proyectos de deporte en el espacio público

### PROGRAMA Intervención urbana

#### DESCRIPCIÓN

En algunos de los nuevos espacios públicos construidos para la rehabilitación física y social de barrios con problemas de marginación social, los elementos urbanísticos no han sido suficientes para la regeneración social del lugar, creando zonas no controladas apropiadas por grupos específicos.

Estos espacios se pueden revitalizar a través del deporte, reiniciando y fortaleciendo los procesos de cohesión e identidad comunitaria, tanto de autóctonos como de inmigrantes. El espacio deportivo y las prácticas deportivas pueden contribuir a dar significación a las zonas en transformación, a los espacios límite, a los lugares recién urbanizados.

Con la promoción de espacios de deporte informal que conlleva la presente medida, se pretende poner los medios necesarios para cambiar las dinámicas más negativas.

#### OBJETIVOS

- Dar significado y coherencia al conjunto del espacio y su entorno en colaboración con el diseño, la arquitectura, la escultura o el arte. Esta significación territorial a través del deporte puede resultar de gran importancia tanto para las personas autóctonas como inmigrantes.
- Colonizar positivamente el espacio a través del deporte.
- Colaborar con las iniciativas de deporte informal que se dan en estos espacios.
- Poner en relación continente y contenido a través de procesos de urbanización mediante el deporte en el que las personas y sus actividades son los elementos urbanizadores.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- CC AA
- Ayuntamientos

#### OTROS PROMOTORES

- Entidades y asociaciones locales

# 095

## MEDIDA Adaptación de circuitos aeróbicos para mayores

### PROGRAMA Intervención urbana

#### DESCRIPCIÓN

Crear o adaptar los circuitos ya existentes en los municipios, para realizar programas que fomenten entre las personas mayores el hábito de marcha saludable.

Estos programas se desarrollarán en diferentes espacios con garantía de efectividad y seguridad, aprovechando las características del entorno cercano como circuitos urbanos en parques y parajes circundantes, circuitos de playa y litoral, circuitos rurales y de montaña, circuitos turísticos, etc.

Los circuitos deberían cumplir los siguientes requisitos:

- Introducir recorridos de diferentes niveles (básico, medio y alto) para que se puedan integrar el mayor número de personas en función de sus capacidades.
- Disponer de una buena señalización que facilite una práctica segura.

#### OBJETIVOS

- Proporcionar información técnica y espacios específicos, para facilitar la práctica de ejercicio aeróbico seguro y saludable a personas mayores de diferentes niveles de condición física, que deseen realizar ejercicio, o bien como una práctica autónoma, o bien 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.
- Fomentar la práctica de actividad física entre las personas mayores para la mejora de su salud.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Ayuntamientos
- CC AA

#### OTROS PROMOTORES

- Empresas patrocinadoras



# 096

## MEDIDA Inclusión de la perspectiva de género en el diseño y uso de espacios deportivos

### PROGRAMA Intervención urbana

#### DESCRIPCIÓN

Establecer a través de normativas o recomendaciones los criterios para el diseño de espacios e instalaciones deportivas de acuerdo a las necesidades de las personas usuarias mujeres y hombres.

Aplicación de estos ítems al censo de instalaciones deportivas para su valoración.

#### OBJETIVOS

- Crear unos criterios de referencia para adaptar los espacios deportivos a las necesidades y características de las personas usuarias en materia de género.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- Consejo Superior de Deportes
- Instituto de la Mujer
- CC AA

# 097

## MEDIDA Inclusión de las personas con discapacidad en la oferta deportiva municipal, comarcal y provincial

### PROGRAMA Intervención urbana

#### DESCRIPCIÓN

Esta medida pretende 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 dicha práctica (actividades, competiciones, eventos, etc.) elaborando un protocolo de orientaciones que facilite dicha inclusión y que tenga especial incidencia en la edad escolar y juvenil.

En definitiva, incorporar, mediante programas específicos, el deporte adaptado con un carácter inclusivo en la oferta deportiva pública.

#### OBJETIVOS

- Incrementar el número de practicantes de actividad física y deportiva entre 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 con discapacidad en la oferta deportiva relacionada con la promoción de la AF y D.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Corporaciones locales
- FEMP

#### OTROS PROMOTORES

- Clubes, asociaciones y federaciones de deporte adaptado
- Consejo Superior de Deportes

# 098

## MEDIDA Convocatoria de proyectos de deporte, creatividad e inclusión social

### PROGRAMA Intervención urbana

#### DESCRIPCIÓN

Convocatoria anual destinada a las CC AA 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 siempre a los objetivos generales establecidos en el presente Plan A+D.

Mediante esta convocatoria se trata de comprometer a las CC AA, para que formen y consoliden una plataforma de trabajo funcional, que parta del conocimiento de la situación de las estructuras sociales más desfavorecidas. Esta plataforma permitirá realizar una investigación a nivel estatal, que proporcionará un diagnóstico real de la situación existente, a partir del cual, se podrán proponer actuaciones facilitadoras de socialización utilizando la actividad física y el deporte.

#### OBJETIVOS

- 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, y que sean 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.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Consejo Superior de Deportes

#### OTROS PROMOTORES

- CC AA

# 099

## MEDIDA Plan nacional para el transporte a pie y en bicicleta

### PROGRAMA Intervención urbana

#### DESCRIPCIÓN

A través de esta medida se pretende impulsar y apoyar acciones destinadas a la construcción y uso de infraestructuras tanto para el transporte a pie y en bicicleta, como para el uso de las escaleras.

Para llevar a cabo estas acciones se requiere previamente la creación de una Comisión liderada por el CSD, en la que haya una fuerte implicación de otros departamentos ministeriales, de las autoridades autonómicas y locales, así como de las asociaciones ya existentes (Redes), competentes para identificar los nichos problemáticos y con capacidad de intervención.

#### OBJETIVOS

- Estimular y aumentar la práctica de actividad física regular por los/as españoles/as en general, asociada a las actividades diarias de desplazamiento.
- Mejorar la salud por incremento de ejercicio físico, descenso de accidentes, disminución del ruido y la contaminación.

#### PROMOTOR PRINCIPAL

- Corporaciones Locales (con el apoyo y/o coordinación de la FEMP)
- CC AA

#### OTROS PROMOTORES

- CSD a través de la Plataforma Deporte y Salud
- Red de Ciudades Saludables
- Red de Ciudades por la Bici
- Empresas privadas interesadas, especialmente de sectores industriales deportivo y de alimentación
- Empresas públicas de transporte

# 100

## MEDIDA

### **Apoyo a la construcción de instalaciones deportivas en centros escolares**

#### **PROGRAMA**

##### **Intervención urbana**

#### **DESCRIPCIÓN**

Apoyo, con carácter selectivo, a la construcción de instalaciones deportivas en centros escolares no universitarios, en colaboración con CC AA y Ayuntamientos, con el fin de promocionar la actividad física y el deporte en dichos centros, a través de convenios de cooperación.

#### **OBJETIVOS**

- Fomentar la actividad física y del deporte en centros escolares.
- Ayudar a las CC AA y Corporaciones Locales con menos recursos.
- Asegurar una mínima dotación deportiva para atender las demandas de práctica deportiva escolar.

#### **PROMOTOR PRINCIPAL**

- Consejo Superior de Deportes

#### **OTROS PROMOTORES**

- CC AA
- Corporaciones Locales

**EDITA**

Consejo Superior de Deportes

**DISEÑO EDITORIAL**

underbau (Juanjo Justicia+Joaquín Labayen)

**IMPRESIÓN**

C.P. Gráficos

**IMÁGENES**

Consejo Superior de Deportes

P. 46-47, 164-165

Unicef

P. 8-9, 140-141

sxc.hu

P. 2-3, 12-13, 20-21, 28-29, 34-35, 40-41, 56-57,

130-131, 136-137, 146-147

**DEPÓSITO LEGAL**

**NIPO** 008-10-001-5

**ISBN** 978-84-693-7947-9

Consejo Superior de Deportes

[www.csd.gob.es](http://www.csd.gob.es)

Noviembre 2010



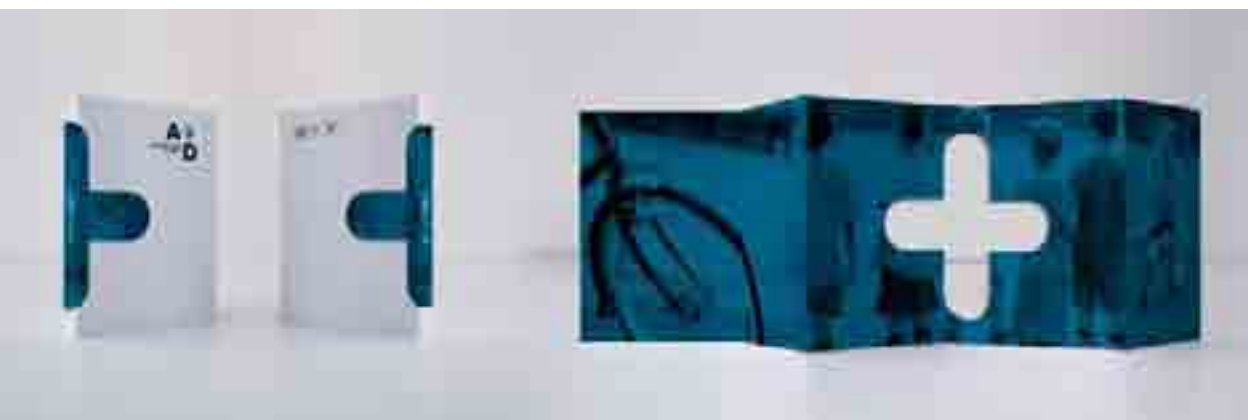
# PLAN INTEGRAL PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE



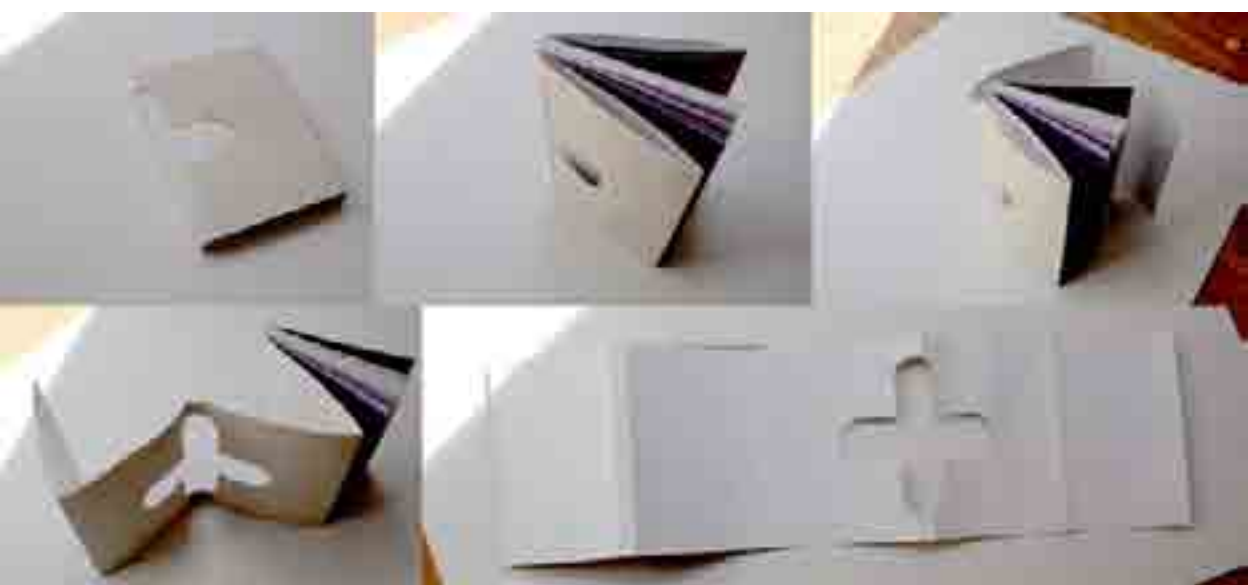
PRESIDENCIA  
DEL GOBIERNO



**SIMULACIÓN CUBIERTAS (CERRADAS Y ABIERTAS)**



**PLEGADO DE LAS CUBIERTAS (MAQUETA SIMULADA)**



**IMÁGENES DEFINITIVAS DEL INTERIOR DE LAS CUBIERTAS**

