

La actividad física, el deporte y el juego

Un camino para la paz en Colombia
Silvia Alejandra González, ND, MSP
EpiAndes



Primera Cumbre de
Programas Gubernamentales
de Actividad Física de las Américas



 **coldeportes**

AGENDA

- Qué es el Reporte de Calificaciones en Actividad Física?
- Actividad física, juego y deporte: Un camino para la paz en Colombia
- Metodología del Segundo Reporte de Calificaciones en Actividad Física para Colombia
- Resultados
- Conclusiones y recomendaciones





¿Qué es el Reporte de calificaciones en actividad física?

- Síntesis de la mejor y más reciente evidencia disponible –publicada y no publicada- relacionada con la actividad física de niños y adolescentes en un país.
- Herramienta comunicativa y de incidencia política basada en la evidencia.

¿De dónde surge esta iniciativa?

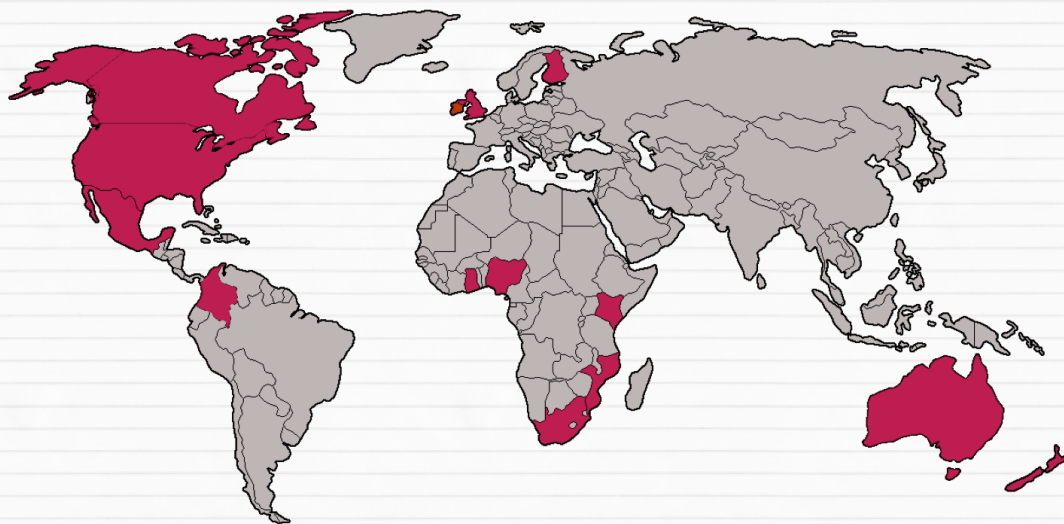
Promover la actividad física en niños y jóvenes mediante la producción y comunicación del conocimiento.



Comunicación de aspectos clave de la evidencia científica a:
gobierno, ONGs, tomadores de decisión y comunidad general



Primera Matriz Global De Actividad Física En Niños Y Adolescentes



Actividad física, juego y deporte: Un camino para la paz



Actividad física, juego y deporte: Un camino para la paz



**RIGHT
TOPLAY**



**FUNDACIÓN
TIEMPO
DE JUEGO**

La participación en actividad física y deportes desde edades tempranas puede contribuir en la prevención del consumo de drogas y la delincuencia, fortaleciendo la construcción de ciudadanía y promoviendo el empoderamiento de los jóvenes y la cohesión social, desarrollando habilidades como la disciplina y el liderazgo

Actividad física, juego y deporte: Un camino para la paz

En el contexto de la transición política y social resultante de un proceso de paz, las políticas y programas nacionales requieren ser re-orientados. En este sentido, es crucial reconocer el potencial de la actividad física, los deportes y el juego activo para contribuir al cambio social en Colombia.



Metodología:



- 1.Revisión de la literatura
2. Síntesis de la evidencia
3. Asignación de calificaciones por parte del grupo de expertos



Resultados

Recomendaciones de actividad física

EN PREESCOLARES⁵

180

MINUTOS
DIARIOS DE
ACTIVIDAD
FÍSICA

De cualquier intensidad



EN ESCOLARES Y ADOLESCENTES⁶

60

MINUTOS
DIARIOS DE
ACTIVIDAD
FÍSICA

Moderada o vigorosa

≥ 3

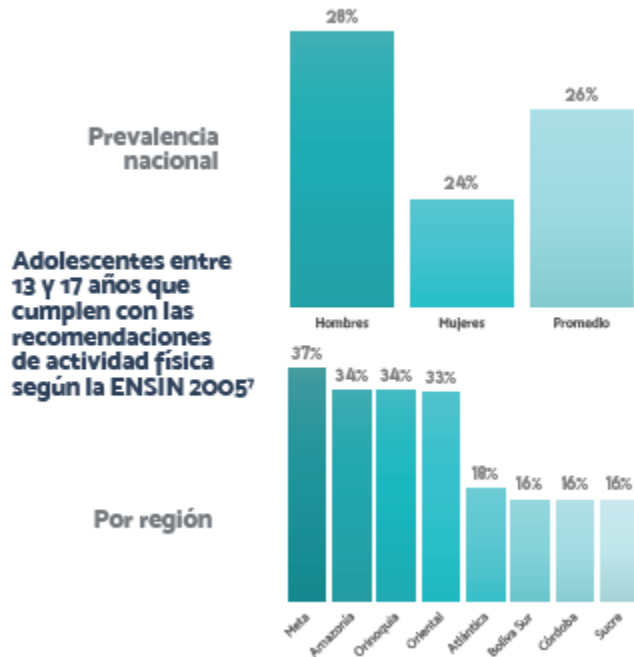
DÍAS
A LA
SEMANA

Actividades que fortalezcan
músculos y huesos



Actividad física

2



Resultados similares de Bogotá (FUPRECOL e ISCOLE) y Montería

Se requiere evidencia nacional actualizada sobre los niveles de AF de preescolares y escolares, y promover un aumento en el nivel de AF de los adolescentes.

El Programa Nacional Supérate con el Deporte aumentó su cobertura de **1'800.000** niños entre 16 y 17 años en **2013** a **2'286.033** niños entre 7 y 17 años en **2015**, provenientes de todos los departamentos de Colombia



Supérate con el Deporte se consolida como un programa líder en inclusión social, generando oportunidades y acceso al deporte, la recreación y la actividad física

Se recomienda evaluar los programas existentes

En Bucaramanga **58.8%** de los niños entre 3 y 12 años reportan jugar dentro de la casa y **78.6%** de los niños en este mismo rango de edad reportan jugar fuera de la casa



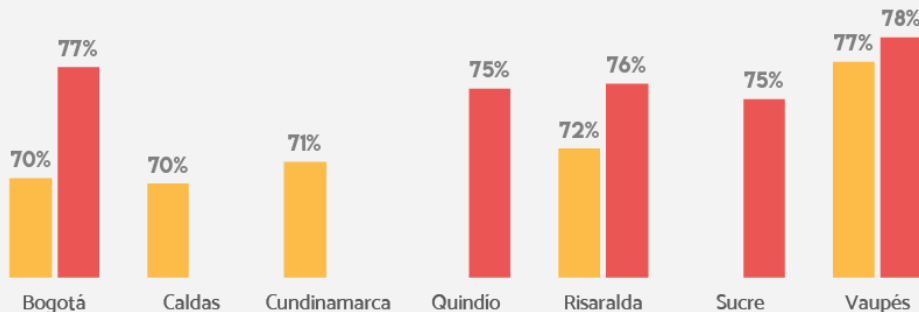
NO HAY DATOS
SUFICIENTES PARA
INTERPRETAR LA
SITUACIÓN A NIVEL
NACIONAL

Se requieren
datos nacionales
para evaluar la
situación del
juego activo en el
país

Conductas sedentarias

2

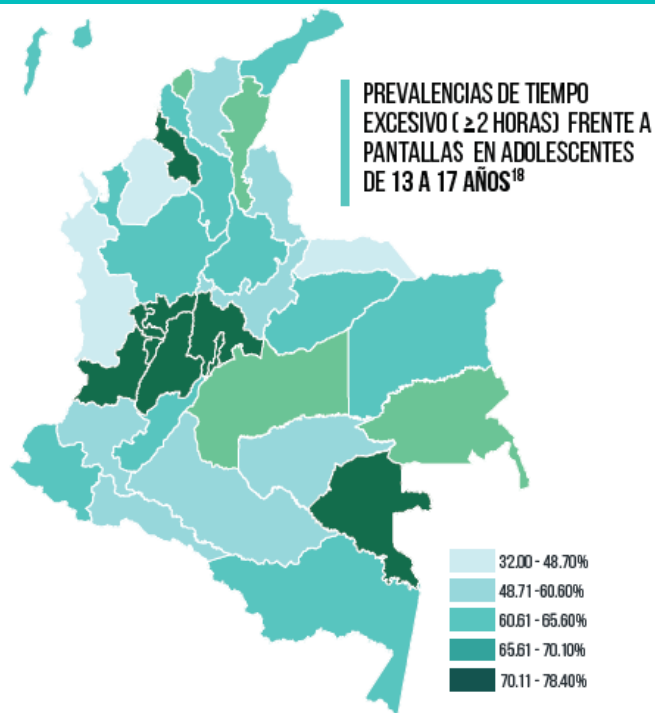
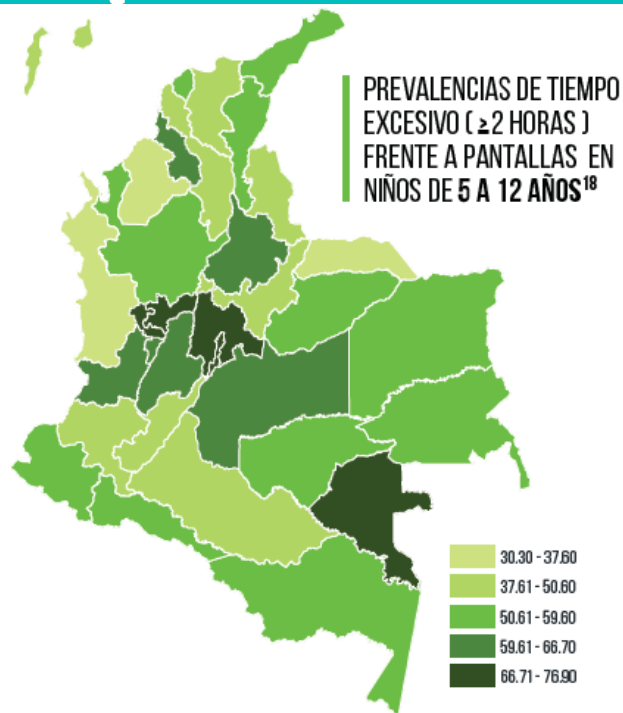
A nivel nacional
57.9% de los
NIÑOS y **67%** de
los
ADOLESCENTES
dedican 2 horas o
más a ver
televisión o jugar
videojuegos



Mayores Prevalencias de Tiempo Excesivo en Conductas Sedentarias en niños, niñas y adolescentes por región

Se requieren estrategias a nivel nacional para reducir el tiempo en pantallas en niños y adolescentes

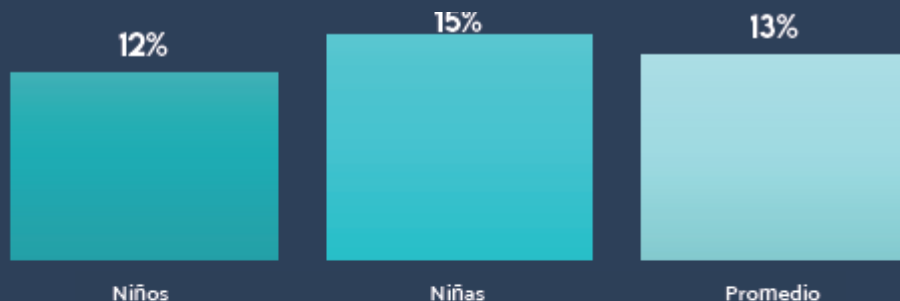
Conductas sedentarias en los departamentos



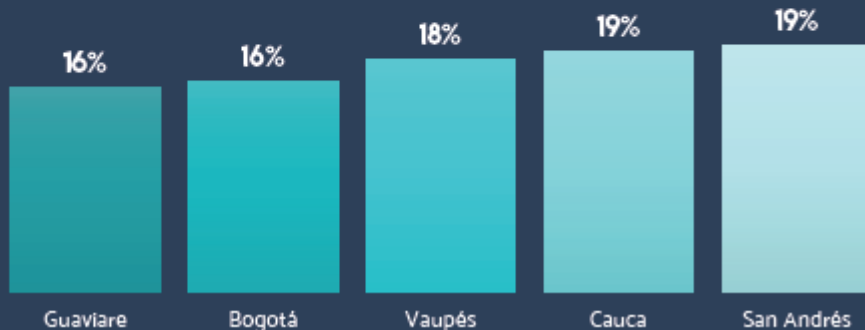
Sobrepeso

3

Prevalencia nacional de sobrepeso en niños y adolescentes de 5 a 17 años según la ENSIN 2010.¹⁸



Departamentos con mayores prevalencias de sobrepeso según la ENSIN 2010.¹⁸



Las estrategias implementadas específicamente para prevenir el sobrepeso en niños son limitadas

Obesidad

3

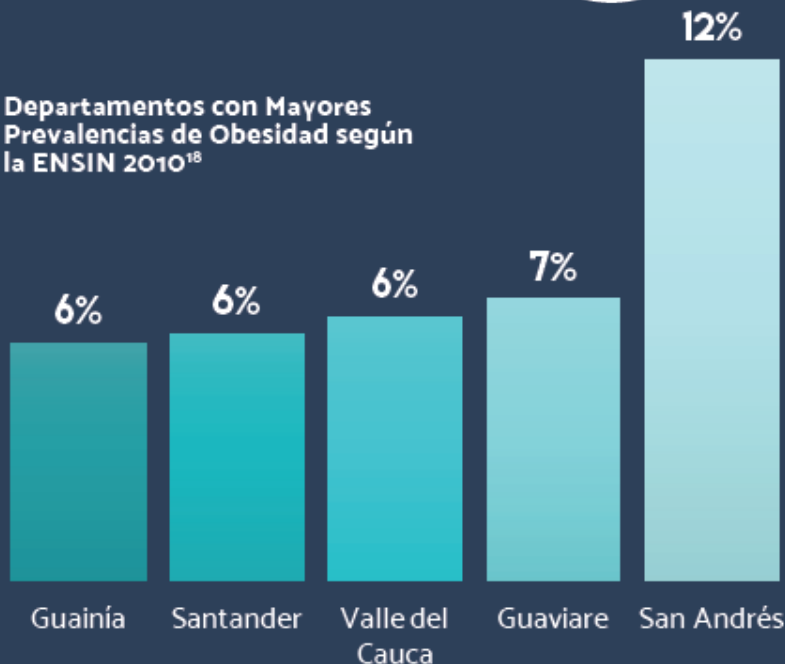
5.2%

de los niños colombianos
de 5 a 9 años presentan
obesidad¹⁸

3.4%

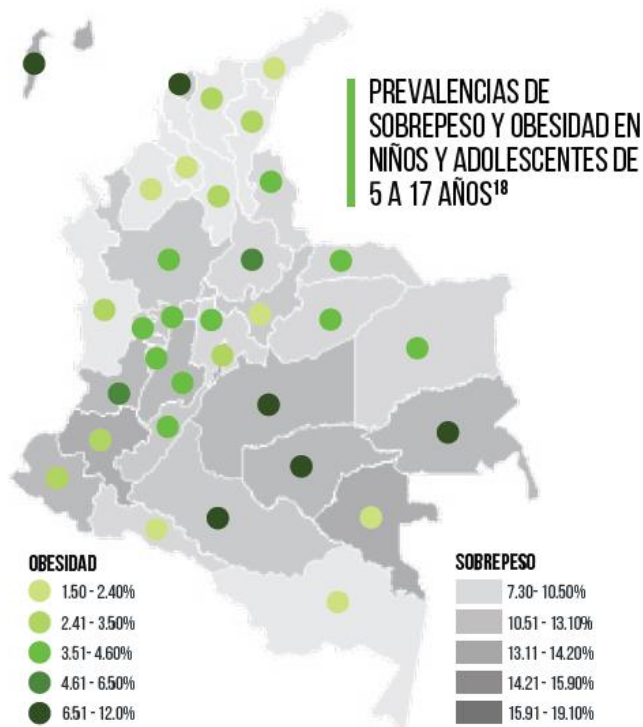
de los adolescentes
presentan obesidad¹⁸

Departamentos con Mayores
Prevalencias de Obesidad según
la ENSIN 2010¹⁸



Se requieren intervenciones oportunas para prevenir un
incremento en la obesidad infantil en Colombia

Sobrepeso y Obesidad en los departamentos de Colombia



Influencia de la comunidad y del medio ambiente

3

Colombia cuenta con **143** programas de Ciclovías Recreativas, los cuales promueven la actividad física, la recreación y el sano aprovechamiento del tiempo libre en el espacio público.



Durante el año 2015, el Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable se implementó en 23 de los 32 departamentos de Colombia **(72%)**, ofreciendo sesiones regulares de actividad física dirigida en espacios públicos, para todos los grupos de edad.

Influencia de políticas públicas

Nacional

4

- ★ La actividad física, el deporte y la recreación son reconocidas como un derecho en la Constitución Nacional de Colombia.³³
- ★ El Plan Nacional de Desarrollo 2014-2018 incluye diversas líneas que contemplan estrategias que promueven la actividad física en el país.³⁴
- ★ Dentro del eje de formación de ciudadanos integrales para la convivencia pacífica el gobierno nacional se compromete a ofrecer el mayor acceso posible a programas de actividad física que permitan contribuir a la construcción del tejido social del posconflicto.³⁴
- ★ Los programas con cobertura nacional que benefician a niños, niñas y adolescentes son:
 - ★ Programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable
 - ★ Vías Activas y Saludables (Ciclovías)
 - ★ Supérate con el Deporte
- ★ A pesar del espacio ganado en la agenda pública, el presupuesto nacional para AF y deporte se redujo en un 50% del 2014 al 2016.³⁵

Influencia de políticas públicas

Departamental y municipal

4

- ★ 31 departamentos han lanzado su Plan de Desarrollo Departamental 2016-2019, y 30 de estos incluyen estrategias y metas específicas para la promoción de actividad física principalmente en los dominios de tiempo libre y transporte.

Colombia cuenta con un amplio marco de políticas públicas desarrolladas desde múltiples sectores del Estado, con enfoques de salud pública y cohesión social. Sin embargo, es necesario materializar las nuevas políticas propuestas en acciones concretas

CONCLUSIONES

- El reporte de calificaciones ofrece un resumen de los indicadores relacionados con AF y salud en niños colombianos.
- Este reporte presenta los indicadores en los que Colombia se destaca en promoción de AF, e identifica aquellos en los que se requiere mayor evidencia.
- Los niveles de AF de los adolescentes colombianos son bajos, lo cual contrasta con las altas prevalencias de comportamientos sedentarios.



CONCLUSIONES

- En los últimos 2 años se ha posicionado la AF en la agenda política, con un enfoque multi-sectorial.
- En el contexto político actual de Colombia, el deporte, el juego y la AF tienen un rol importante en la construcción de paz en el contexto urbano y rural, por lo tanto, la promoción de políticas y programas debe continuar y fortalecerse.



2^o Reporte de calificaciones en actividad física en niños y adolescentes 2016



Descarga el 2° Report Card para Colombia en
epiandes.uniandes.edu.co