



Promoción de Actividad Física en el ámbito comunitario De donde venimos y hacia donde vamos?

Andrea Torres, PhD, MPH

September 7, 2016



Primera
Cumbre de Programas Gubernamentales
de Actividad Física de las Américas
6 al 8 de Septiembre de 2016
Bogotá - Colombia



Perspectiva Integral de las Intervenciones Comunitarias



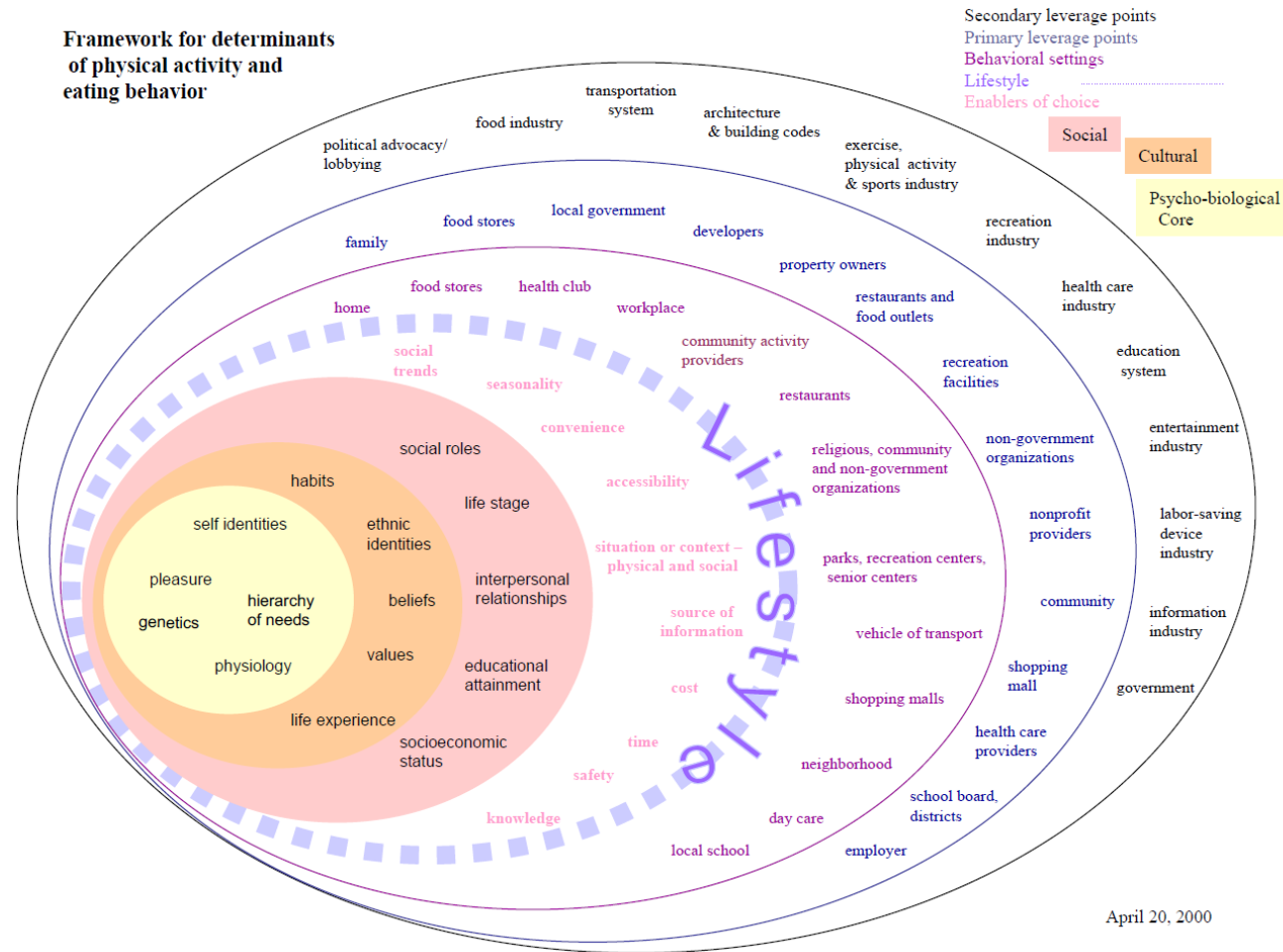
AF Comunitaria, Equipo HEVS, Bolívar

2001-2002 Modelo Ecológico Aplicado a la Actividad Física

Sallis, J.F., & Owen, N. (2002). Ecological models of health behavior. pp. 462-484. In K.Glanz, B.K.Rimer, & F.M. Lewis (Eds.), **Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice, 3rd edition.** San Francisco: Jossey-Bass.

- ▶ Múltiples niveles de influencia en el comportamiento.
 - Factores intrapersonales
 - Factores socio-culturales
 - Políticas
 - Ambientes físicos

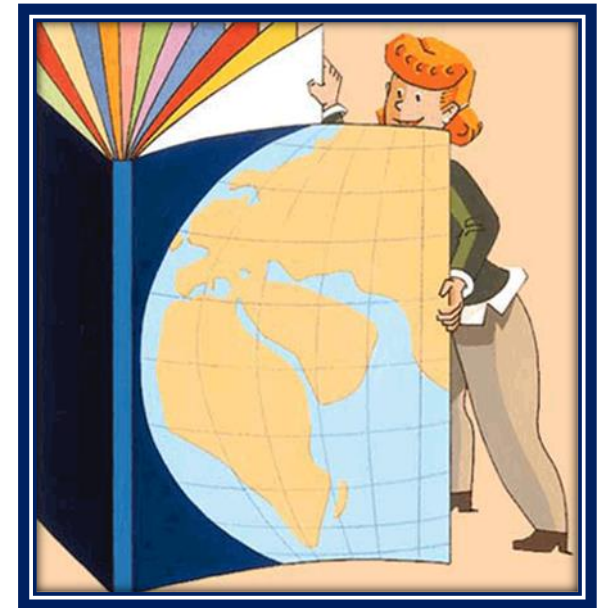
El “Estilo de Vida” representa la intersección entre el individuo y el ambiente.



Booth, S.L., Sallis, J.F., et al. (2001). Environmental and societal factors affect food choice and physical activity: Rationale, influences, and leverage points. *Nutrition Reviews*, 59, S21-S39.

Intervenciones Basadas en la Evidencia

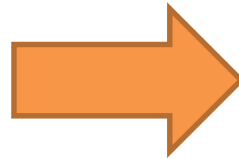
- ▶ Mediados de los 80's área clínica
- ▶ 1996 “Fuerza Especial en Servicios Preventivos para la Comunidad” “*Task Force on Community Preventive Services, (Task Force)*”
 - Síntesis de información científica sobre la efectividad de intervenciones de promoción de salud y prevención de enfermedad.
- ▶ 2000 en adelante: “Intervenciones Basadas en la Evidencia” of “Intervenciones Efectivas” actores principales de las agendas de investigación y practica a nivel Global.



Pero que son las Intervenciones Basadas en la Evidencia?

- ▶ Intervenciones que han sido identificadas en Revisiones Sistemáticas de Literatura existente.

- Calidad de implementación.
- Calidad de evaluación y medición.
- Efectivas para cambiar comportamiento: aumentar la practica de la actividad física.



- Son muy importantes, pero no son la ultima palabra
- Frustrantes?
- Son un eslabón de una cadena mucho mas compleja

- ▶ **Limitantes:**

- Países de alto ingreso
- Contextos diferentes
- Y lo que no se ha evaluado y documentado suficiente? No es efectivo?

Practica de Promoción de Actividad Física Basada en la Evidencia

- ▶ Involucrar a la comunidad en toma de decisiones;
- ▶ Usando sistemáticamente evidencia, datos y sistemas de información;
- ▶ **Tomando decisiones basadas en la mejor evidencia científica posible (cuantitativa y cualitativa);**
- ▶ Aplicando marcos de planeación de programas (casi siempre basados en teorías de cambios comportamentales);
- ▶ Evaluando; y
- ▶ Diseminando.



Involucrando a la comunidad en toma de decisiones

- ▶ Evaluación de las necesidades de la comunidad
 - Recursos existentes y faltantes
 - Preocupaciones/necesidades/prioridades
 - Valores, cultura
- ▶ Mayor probabilidad de éxito y beneficio a la comunidad.



Practica de Promoción de Actividad Física Basada en la Evidencia

- ▶ Involucrando a la comunidad en toma de decisiones;
- ▶ **Usando sistemáticamente evidencia, datos y sistemas de información;**
- ▶ Tomando decisiones basadas en la mejor evidencia científica posible (cuantitativa y cualitativa);
- ▶ Aplicando marcos de planeación de programas (casi siempre basados en teorías de cambios comportamentales);
- ▶ Evaluando; y
- ▶ Diseminando.



Usando sistemáticamente evidencia, datos y sistemas de información

► Sistemas de vigilancia

- Entendimiento de los problemas reales de salud
- Sistema de recolección, análisis e interpretación de información permanente.



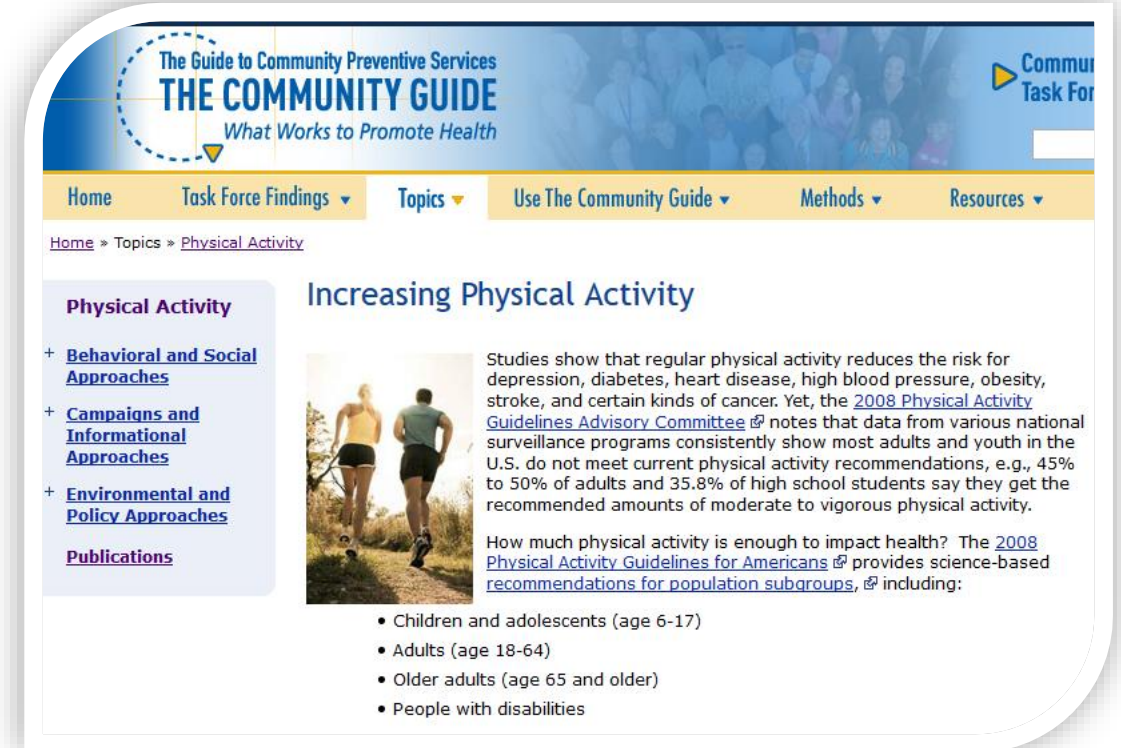
Practica de Promoción de Actividad Física Basada en la Evidencia

- ▶ Involucrando a la comunidad en toma de decisiones;
- ▶ Usando sistemáticamente evidencia, datos y sistemas de información;
- ▶ **Tomando decisiones basadas en la mejor evidencia científica posible (cuantitativa y cualitativa);**
- ▶ Aplicando marcos de planeación de programas (casi siempre basados en teorías de cambios comportamentales);
- ▶ Evaluando; y
- ▶ Diseminando y adaptando intervenciones a poblaciones y contextos específicos.



Tomando decisiones basadas en la mejor evidencia científica posible (cuantitativa y cualitativa);

- ▶ Evidencia científica
- ▶ Identificación de programas y políticas efectivas
- ▶ Herramientas de síntesis e interpretación de la evidencia existente para implementadores y tomadores de decisión
 - Guía comunitaria de servicios preventivos



<http://www.thecommunityguide.org/pa/index.html>

Intervenciones basadas en la evidencia

► Enfoques Comportamentales y Sociales

- Enseñanza/Entrenamiento de Habilidades para cambiar comportamiento
- Soporte social en comunidades

► Campañas y enfoques informativos

- Incrementar conocimiento sobre los beneficios de la practica de actividad física
- Fomentar reconocimiento de los recursos de la comunidad para ser mas activa
- Proveer herramientas y explicaciones de como superar las barreras y creencias negativas
- Fomentar participación en actividades comunitarias

► Enfoques Ambientales y de Política

- Cambios en el ambiente construido
- Normas, leyes y políticas
- Trabajo intersectorial

Resumen de Recomendaciones de Actividad Física: Enfoques Comportamentales y Sociales

► Fuertemente recomendado

- Programas de cambio comportamental individualmente adaptado
- **Intervenciones de soporte social en el ambiente comunitario**
- Programas mejorados de Educación Física en la Escuela.

► Evidencia Insuficiente

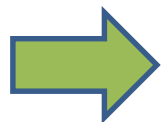
- Apoyo familiar
- Educación Física y de Salud en la Universidad



Resumen de las Recomendaciones para Actividad Física: Campañas y enfoques informativos

Fuertemente Recomendado

- Campañas extendidas a la comunidad



- Varios sectores comunitarios
- Estrategias muy visibles, masivas y de multiples components (e.g., soporte social , educacion, informacion, tamizaje de factores de riesgo, actividades comunitarias).
- Pueden abordar otros factores de riesgo como alimentacion inadecuada y tabaquismo

Evidencia Insuficiente

- *Campañas masivas de prensa*
- *Educación en salud en los salones de clase*

Resumen de Recomendaciones de Actividad Física: Enfoques Ambientales y de Políticas

Recomendado

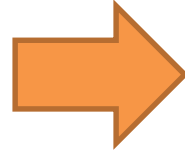
- Fomento o aumento del acceso a lugares para la practica de la actividad fisica combinado con estrategias de informacion
- Diseño urbano a escala comunitaria y politicas para uso de suelos a nivel comunidad y de calles especificas
- Puntos de decision rapida para el uso de escaleras

Evidencia Insuficiente

- Políticas y prácticas de Transporte

Priorizar Estrategias

- ▶ Potencial de mayor alcance o impacto a mayor proporción de la población.
- ▶ Efectividad documentada
- ▶ Sostenibilidad



- **Campañas extendidas a la comunidad.**
- **Fomento o aumento del acceso a lugares para la practica de la actividad física combinado con estrategias de información.**
- **Programas mejorados de Educación Física en la Escuela**

Guía de Intervenciones Útiles en Actividad: GUIA

► Identificación de 3 nuevos tipos de intervenciones comunitarias en América Latina:

- La política y la planificación a escala comunitaria
- La difusión de mensajes breves relacionados con actividad física
- Clases de actividad física en entornos comunitarios.



HEVS Arauca, Colombia

Practica de Promoción de Actividad Física Basada en la Evidencia

- ▶ Involucrando a la comunidad en toma de decisiones;
- ▶ Usando sistemáticamente evidencia, datos y sistemas de información;
- ▶ Tomando decisiones basadas en la mejor evidencia científica posible (cuantitativa y cualitativa);
- ▶ **Aplicando marcos de planeación de programas (casi siempre basados en teorías de cambios comportamentales);**
- ▶ **Evaluando; y**
- ▶ Diseminando y adaptando intervenciones a poblaciones y contextos específicos



Planeación y Evaluación

- ▶ Movilizando para la Acción a través de la Planeación y Alianzas (Partnerships) (MAPP)

<http://archived.naccho.org/topics/infrastructure/mapp/framework/>

- ▶ Mapa de Intervenciones

<http://interventionmapping.com/>

- ▶ Modelo lógico



Practica de Promoción de Actividad Física Basada en la Evidencia

- ▶ Involucrando a la comunidad en toma de decisiones;
- ▶ Usando sistemáticamente evidencia, datos y sistemas de información;
- ▶ Tomando decisiones basadas en la mejor evidencia científica posible (cuantitativa y cualitativa);
- ▶ Aplicando marcos de planeación de programas (casi siempre basados en teorías de cambios comportamentales);
- ▶ Evaluando; y
- ▶ **Diseminando y adaptando intervenciones a poblaciones y contextos específicos**



Diseminando y adaptando intervenciones a poblaciones y contextos específicos

PHASE 5

Translate research into practice

Awareness: the actions taken to make target audiences aware of the innovative programs across sites and settings^{17,18}

Adoption: a “decision to make full use of innovation as the best course of action available” and it examines factors that influence the decision to undertake an innovation by an individual or an organization¹⁹

Implementation: the extent to which an innovation is carried out with completeness and fidelity (involves various players including the organization, the deliverers, and the receivers of the innovation)¹⁷

Maintenance: the extent to which the innovation becomes integrated into the routines and standards of the organization¹⁶

“Si queremos fortalecer el concepto intervenciones basadas en evidencia, necesitamos mas EVIDENCIA BASADA EN LA PRACTICA”

- En el mundo real
- El relevante concepto de CONTEXTO
- La comunidad
- La realidad sociocultural, política y económica

Aplicabilidad y Relevancia



HEVS, Cauca

Lecciones aprendidas de la toma de decisiones basada en la evidencia

► **Asuntos urgentes, demanda de acción inmediata**



► **Falta de evidencia científica contundente**

Balance de información disponible

- Magnitud del problema
- Determinantes`
- Opinión de expertos y aliados
- Practicas existentes

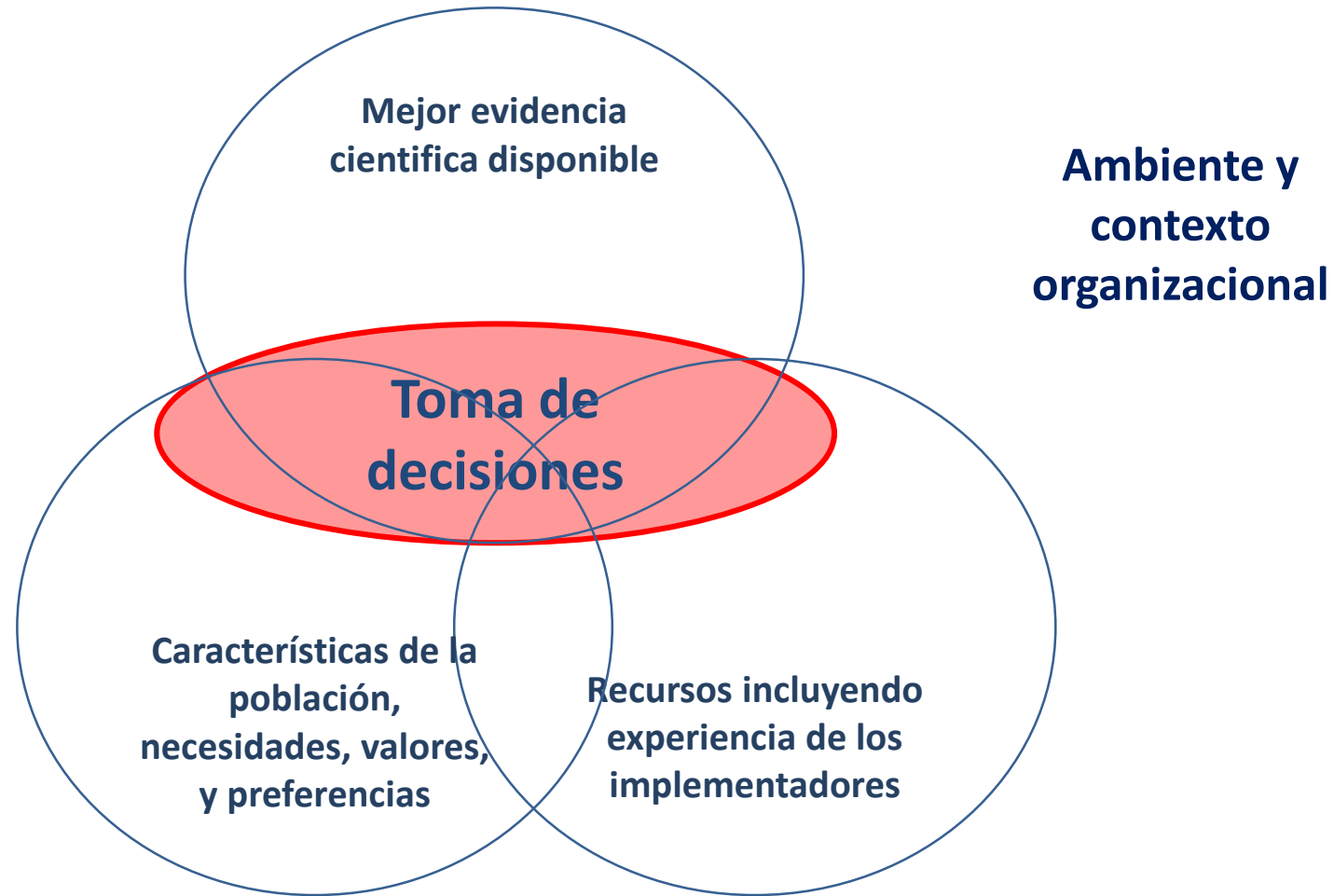
- Intervenciones prometedoras
- Opciones programáticas basadas en presupuesto disponible
- Consideraciones legales
- Voluntad política

- ✓ **La evidencia cambia constantemente**
- ✓ **Si todas las decisiones de salud publica requirieran evidencia contundente, no existirían nuevos enfoques ni innovación.**
- ✓ **Toda innovación debe ser evaluada cuidadosamente para fortalecer y construir evidencia.**

Principios de la “Evidencia basada en la practica”

- ▶ **Uso de enfoques de investigación participativa (involucrando a la comunidad)**
- ▶ **Evaluación de programas y políticas existentes (experimentos naturales)**
- ▶ **Énfasis en aspectos de validez externa (aplicabilidad y relevancia en el mundo real.**
 - Alcance/penetración de la intervención en la comunidad
 - Representatividad
 - Adopción
 - Implementación
 - Mantenimiento
- ▶ **Uso de redes no tradicionales para la investigación (redes de implementadores)**

Dominios que influyen la toma de decisiones basada en la evidencia



Es Necesario Enfocar Esfuerzos en Adaptación e Implementación

- ▶ Como la adaptación de intervenciones influencia la efectividad
- ▶ Crecimiento en conocimiento de intervenciones efectivas
- ▶ Conocimiento limitado sobre como adaptar, implementar y evaluar intervenciones en muchas poblaciones y escenarios
- ▶ El reto: mantener la fidelidad de la implementación y adaptación (al nuevo contexto).
- ▶ Adaptación:
 - Los determinantes del programa son comparables?. Determina si el enfoque es apropiado o no.
 - Como el contexto (eg, política, ambiente, seguridad) puede afectar la intervención.

Atlanta Streets Alive: un movimiento para construir una cultura de salud.

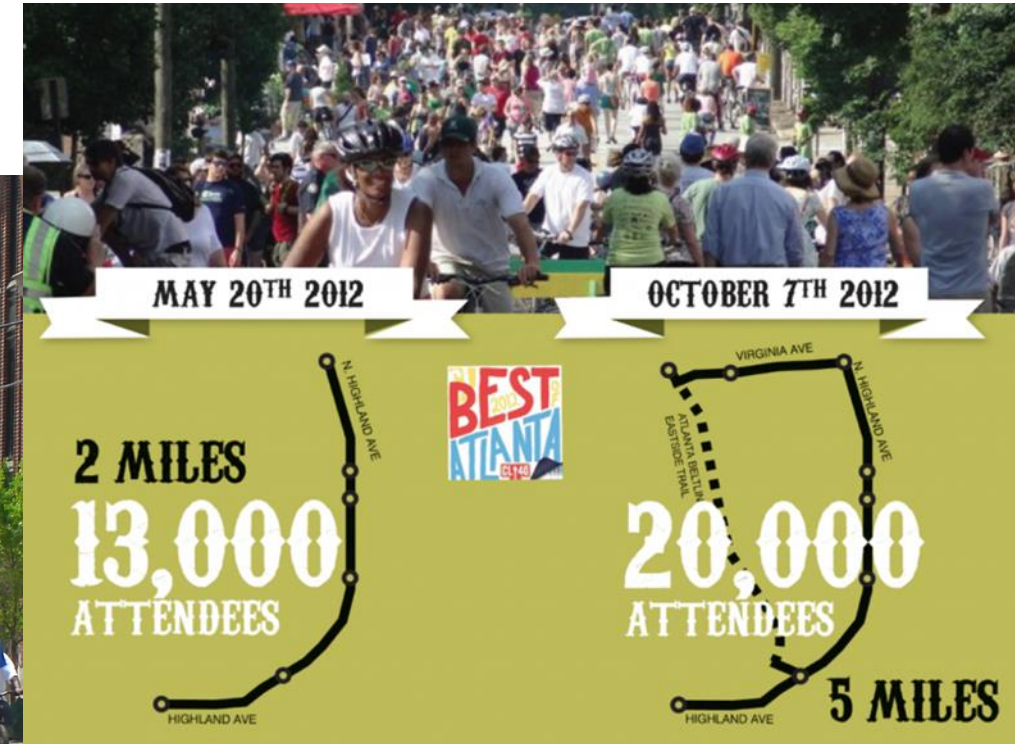
► Piloto: Mayo 2010 – 2 Km



Atlanta Streets Alive: un movimiento para construir una cultura de salud.

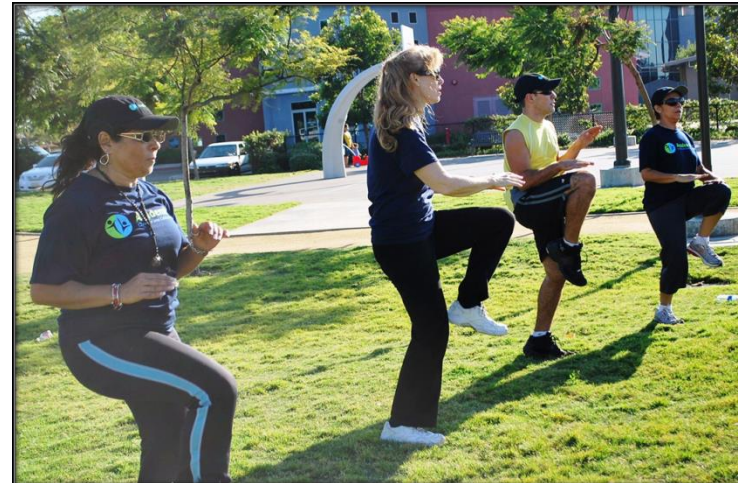
Crecimiento:

- 15 Hasta 2016
- 4 rutas diferentes
- Calles principales
- Mas millas & mas participación



ACADEMIA FIT: Clases de Actividad Física en Comunidades Latinas en USA.

- ▶ Adaptado del Programa Academia da Cidade de Brasil.
- ▶ Comunidades Latinas en el borde de USA- Méjico
- ▶ Comunidades vulnerables socioeconómicamente
- ▶ Gran riesgo de salud
- ▶ Gran proporción de inmigrantes ilegales



Academia Fit instructors-in-training taking part in a bootcamp class with a Master trainer

Academia Fit (AF) Intervention

Implementación de clases de AF gratuitas en espacios públicos

- Lunes a Viernes

Adaptación e Integración:

1. **Identificación y reclutamiento de espacios públicos.**
2. **Academia de Instructores de Fitness:**
 - Promotores: miembros de la comunidad
 - Certificación nacional por American Council on Exercise (ACE).
 - Voluntarios

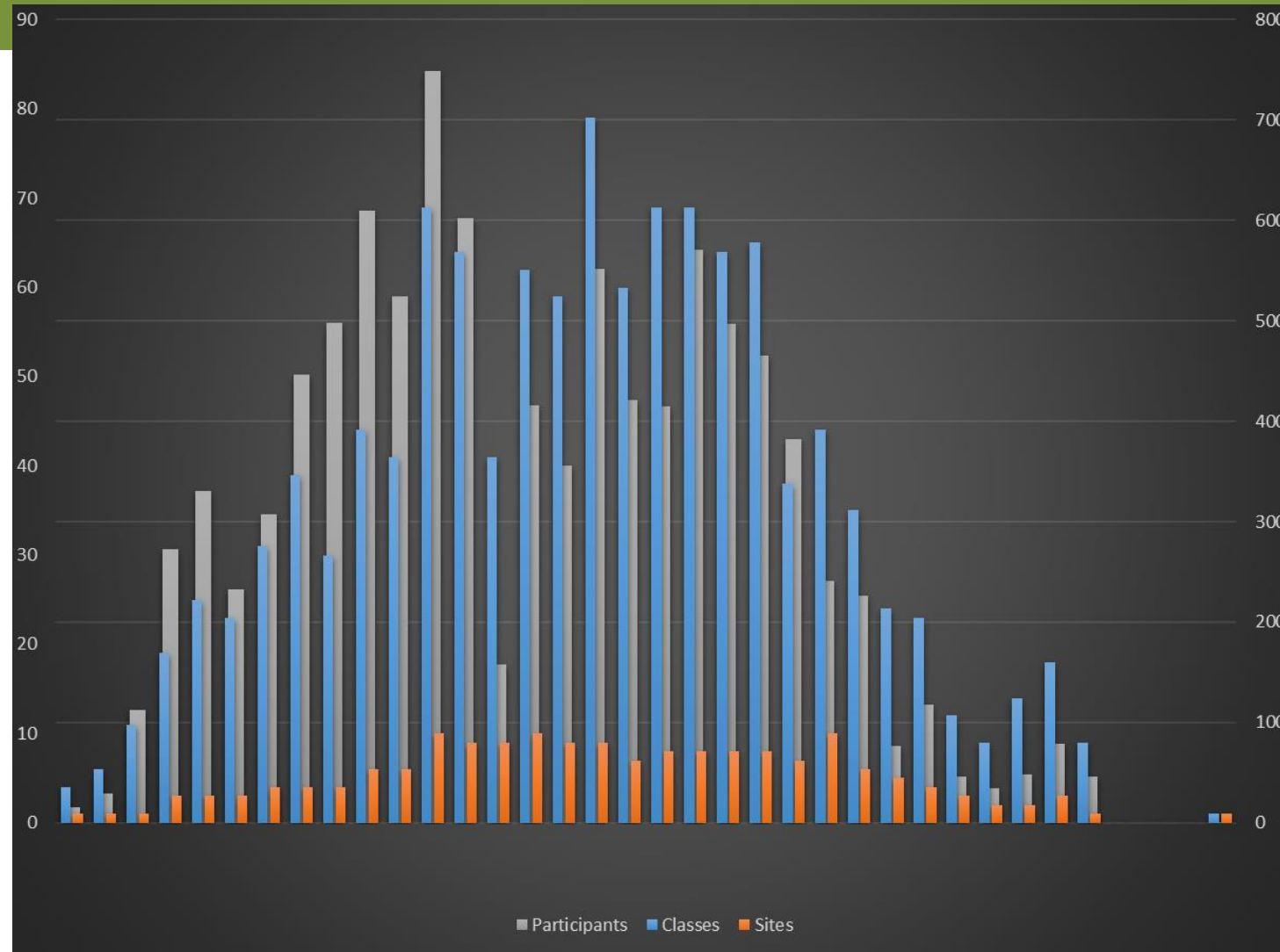


Resultados

Después de 6 meses:

Efectividad?	%	Minutos de AF
MVPA (Self-reported)		-30
Sedentary Time (Self-reported)		-22
MVPA (accelerometer)		-56
Bouted MVPA (accelerometer)		0
Meeting LTPA Guidelines at baseline	111 (61%)	
Meeting LTPA Guidelines at T2	50 (43%)	

AF Implementation



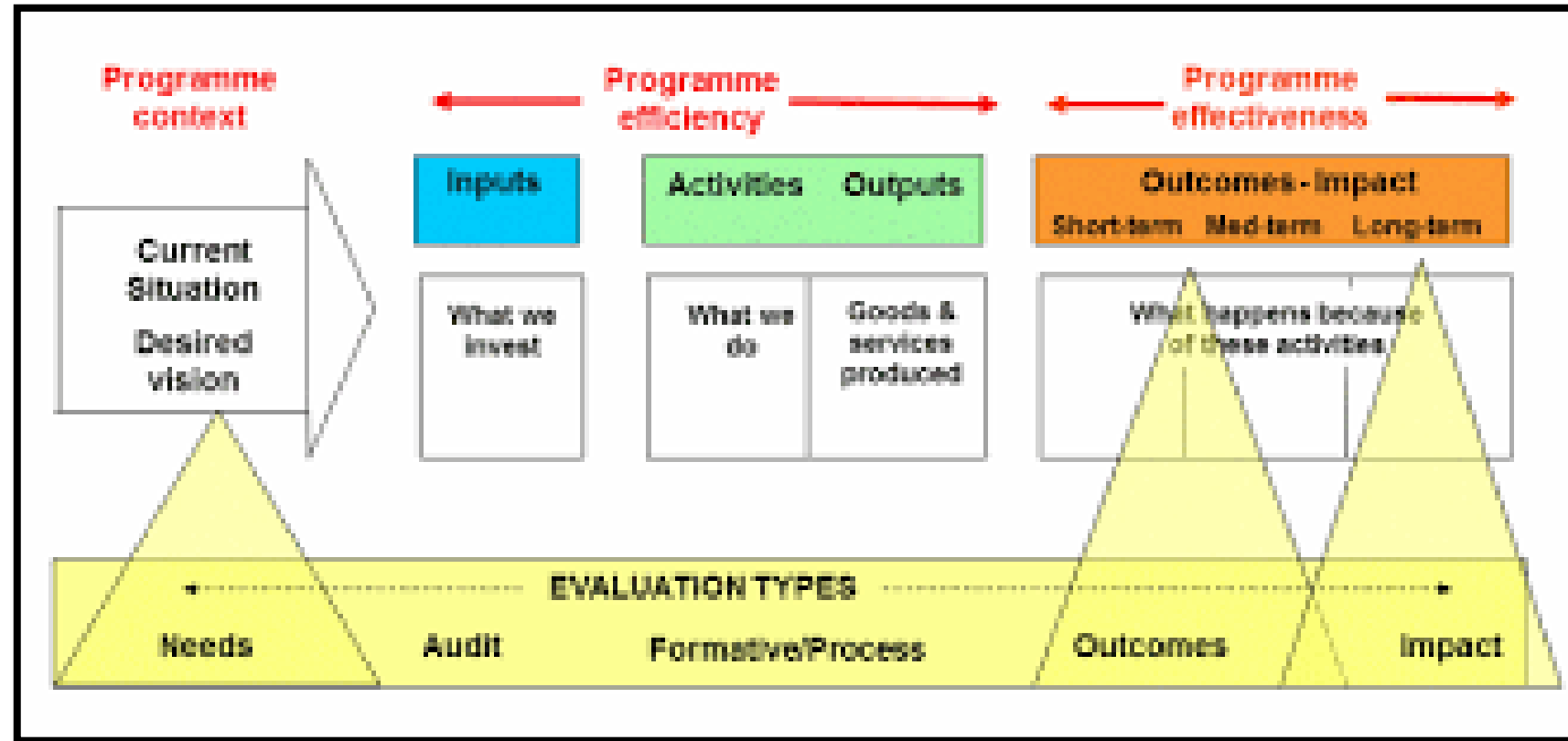
Resultados

Adoption		
Setting-level		
No. venues selected/ all audited	23/65 (35%)	
No. venues adopting the AF classes/selected venues	14/23 (60%)	
Staff-level		
No. GFI's adopting the AF classes/ No. trained GFI's	20/20 (100%)	
Implementation		
Overall		
Total No. classes delivered/total dose intended	1248/2064 (60%)	
No. classes completed in year 1/No. intended	406/1032 (39%)	
No. classes per month	1-79 (range)	37 (22)
Total time of classes' implementation	32 months	
No. of class participants per month year 1	15-749 (range)	364 (231)
Dose: No. classes per class attendee ^a		9 (17)
Dose: No. classes per sub-sample participant		22 (23)
Setting-level		
No. venues implementing the AF classes for one year/No. adopter venues	7/14 (50%)	
No. classes per sites	9-234 (range)	83 (70)
No. venues implementing the classes/month	1-10 [†]	5 (3)
Staff-level		
No. of GFI's implementing the AF classes for one year/No. adopter GFI's	8/20 (40%)	
No. classes per GFI	1-359 (range)	125 (88)
No. of GFI's teaching the intended dose of classes/No. adopter GFI's		6/20 (30%)

Conclusiones

- ▶ Adaptación a nuevos conceptos no solo hacerla sino documentarla
- ▶ El éxito no se mide comparando sino en el propio context donde las intervenciones son implementadas
- ▶ La implementación es tan importante como la evidencia
- ▶ Muchas intervenciones son “penalizadas” como inefectivas cuando en realidad fallaron en la implementación
- ▶ Afuera, países de alto ingreso están aprendiendo de lo que se hace en América Latina.
 - Hay que documentar practicas prometedoras
- ▶ Persistir en el trabajo por practicas de promoción de actividad física efectivas que incorporen un balance entre los 6 pasos del modelo de evidencia.
- ▶ Y por ultimo...

Evaluación formativa, durante la implementación y de impacto.



GRACIAS

