

Lineamientos:

Objetivos estratégicos para fomentar la actividad física en Colombia



Los presentes lineamientos tienen como propósito superior fomentar la práctica regular de actividad física y disminuir los comportamientos sedentarios como parte de los hábitos y los estilos de vida de las personas, para contribuir al bienestar, la convivencia, la salud y la calidad de vida de la población en Colombia.

Metodología para la formulación de objetivos y estrategias

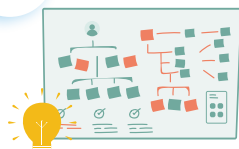
Proceso para la formulación de objetivos y estrategias

1.



Se hizo una síntesis de la evidencia sobre la situación nacional e internacional de la actividad física que llevó a establecer tres categorías ordenadoras: **problemas, debilidades y fortalezas**. También, se realizaron **9 talleres y 120 encuestas** con expertos nacionales y regionales en actividad física, y actores regionales que se ocupan de temas de salud, educación, trabajo, movilidad, medio ambiente, gimnasios y centros de movimiento.

2.



Se agruparon los hallazgos frente a los cuales se consideró relevante proponer algún tipo de estrategia con sus correspondientes actividades y sectores con oportunidad de acción. En la formulación de los objetivos se tuvo como referencia una estructura socioecológica, y para cada uno de los objetivos formulados se estableció su alcance.

3.



Se realizaron varias rondas de consulta, revisión y ajuste de objetivos, estrategias, actividades y sectores con oportunidad de acción.

Los lineamientos se fundamentan en:

El modelo socioecológico¹



Política pública



Comunidad



Organizacional



Interpersonal



Individual

1.

Se reconoce que la actividad física y los comportamientos sedentarios son influenciados por factores que van desde lo político hasta lo individual, incluyendo los niveles interpersonal, organizacional y comunitario.

2.

Se plantea la importancia de la interacción entre factores y condiciones ubicados en diferentes niveles.

3.

Se espera consolidar una comprensión e intervención que posibilite el incremento de la actividad física y la reducción de los comportamientos a través de una perspectiva poblacional e intersectorial.

Los derechos humanos



El enfoque inclusivo



El desarrollo humano



La gobernanza de la actividad física: un enfoque policéntrico

Se entiende la gobernanza desde la perspectiva de la coordinación y articulación entre actores, sectores y niveles de gobierno.

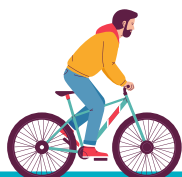


Para cumplir con el propósito superior de estos lineamientos orientadores, se plantean cuatro objetivos estratégicos:

1.

Posicionar la práctica de la actividad física como un comportamiento saludable y necesario para el desarrollo humano, social y económico del país.

- Difundir a través de campañas de comunicación la importancia de la actividad física.
- Diseñar e implementar una estrategia de mercadeo social.
- Fomentar la incidencia política para garantizar recursos y oportunidades.



2.

Crear condiciones en los sectores público y privado para el desarrollo de la actividad física y la reducción de los comportamientos sedentarios.

- Fortalecer la capacidad organizacional territorial para el fomento de la actividad física.
- Propiciar interacciones de actores para el diseño de planes y programas.
- Diseñar e implementar políticas públicas para la promoción de la actividad física en cada nivel territorial.
- Garantizar gestión y uso eficiente de recursos para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios.
- Crear, mantener y promocionar espacios públicos y privados para la práctica de actividad física inclusiva en los distintos dominios y ámbitos.
- Incentivar y consolidar la investigación e innovación alrededor de la actividad física.



Estrategias sostenibles



Las estrategias y actividades relacionadas con estos objetivos se pueden desarrollar de manera simultánea.

al momento de su aplicación

3.

Garantizar el acceso equitativo de la población a la práctica de la actividad física durante el curso de vida y en la cotidianidad.

- Fortalecer los programas e iniciativas existentes de promoción de actividad física, teniendo en cuenta la oferta y la demanda.
- Diseñar nuevas intervenciones orientadas a disminuir las barreras e inequidad en el acceso a la práctica de la actividad física.
- Implementar intervenciones basadas en la evidencia y fortalecer las redes, espacios de encuentro e intercambios de experiencias.



4.

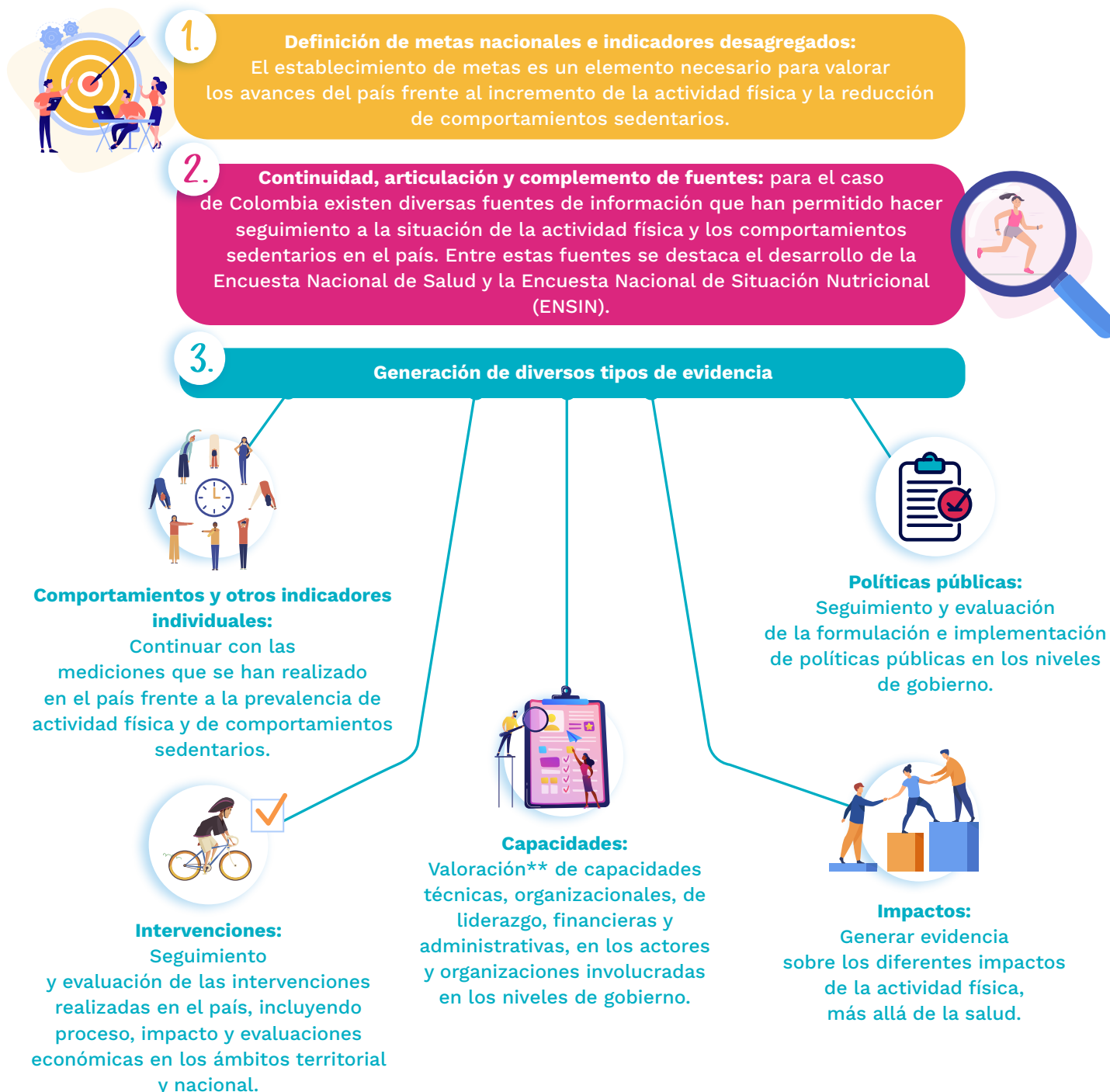
Desarrollar habilidades y motivaciones para la práctica regular de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios.

- Fortalecer y consolidar las competencias de aquellos involucrados en la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios.
- Fortalecer las competencias y habilidades cognitivas, sociales, sicomotrices y emocionales en las personas y comunidades.



Orientaciones estratégicas para el **seguimiento y la evaluación**

El seguimiento y la evaluación son fundamentales para los lineamientos orientados a incrementar la actividad física a nivel poblacional y a reducir los comportamientos sedentarios.



Ministerio del Deporte: www.mindeporte.gov.co     @MinDeporteCol



Escanea y comparte.

Clic aquí para descargar

Referencias

1. McLeroy KR, Bibeau D, Steckler A, Glanz K. An ecological perspective on health promotion programs. Health Education Quarterly. 1988;15(4):351-77.

* Se refieren a acuerdos formales e informales.

** Se refiere a identificar datos que permitan caracterizar las capacidades tanto de actores como de procesos.

Ilustraciones de uso libre. Diseñadas en Freepik.