

Programa Nacional de Actividad Física para la Salud



**6° Congreso Argentino de
Nefrología Pediátrica**

**4° Jornadas de Enfermería y
Técnicos en Nefrología
Pediátrica
2015**



Msc. Gustavo H. Moreno

Magister en Diseño y Gestión de Programas de Actividad Física para la Salud.

□ Coordinador del Programa Nacional de Deporte y Salud. SDN

□ Miembro de la Comisión Nacional para Prevención y Control de las ECNT.

□ Docente del Curso Prescripción de la A.F. para ECNT de la Organización Panamericana de la Salud y Ministerio de Salud de la Nación

□ Director del Curso de Especialización en Actividades Físicas Adaptadas a la Salud, en la UBA, UNNE, UNT.

□ Doctornado en Ciencias de la Salud. Facultad de Medicina. Universidad Barceló.

□ Autor del libro " , Actividades Físicas Adaptadas para la Salud". Prescripción de la AF para ECNT, Asma, Diabetes, Hipertensión, Cardiacos, Obesidad y Trasplantados

□ Autor del libro " , Diseño, Construcción y Gestión de Redes y programas de Actividad Física para la Salud".

□ Autor de los libros " Asma, Actividad Física y Deportes I y II".

gmoreno@deportes.gov.ar

profgmoreno@hotmail.com

Preguntas Claves en Actividad Física para la Salud Pública

- 1. Por qué la inactividad física es un tema crítico en salud pública?**
- 2. Qué estrategias se están desarrollando a nivel regional y mundial?**
- 3. Cuáles intervenciones son las más efectivas?**

Costos Económicos de la Inactividad Física

Banco Mundial -CDC

¿Porqué vale la pena invertir en Actividad Física?



¿Cuánto cuesta un paciente Sedentario?

El paciente Sedentario cuesta US\$1.500 más al año que el paciente activo.

- 38% más días internados en hospitales;
- 5,5% más de visitas del médico y de la familia,
- 13% más de servicios de especialistas
- 12% más de visitas de los enfermeros



Impacto económico de los programas de intervención en Actividad Física

Los Pacientes físicamente activos.

- 25% menos de medicamentos.
- 28% disminuyen las consultas al médico.
- 45% menos en exámenes de alta y mediana complejidad.
- Incremento 1Met = 8 al 17% mortalidad



¿Cuánto cuesta un paciente Sedentario?

Estado de Salud de los Adultos = Gastos de Salud

Los gastos de Salud acumulados desde los 65 años + 25 años hasta que muere:

Activos US\$ 235.000

Sedentarios US\$ 400.000








Impacto económico de los programas de intervención en Actividad Física

La prescripción médica de actividad física como parte del tratamiento de las ECNT proporciona una rentabilidad de **US\$ 3 por cada Kcal gastada.**

Análisis económicos aportan que por cada **US\$ 1 que se invierte en actividad física** (tiempo y equipo) proporciona una economía de **US\$ 3,2.**



Preguntas Claves en Actividad Física

- 1. Por qué la inactividad física es un tema crítico en salud pública?**
 - 2. Cuáles son los componentes de una política de actividad física a nivel regional?**
 - 3. Qué estrategias e intervenciones son efectivas?**
- 

A large, glowing red wireframe globe is the central focus, set against a background of a grand, arched hall. The globe is illuminated with a bright red light, and yellow lightning bolts are visible on its surface. The hall features high ceilings with ornate architectural details and large arches. Several people are visible in the background, some standing and some walking, adding a sense of activity and scale to the scene. The overall atmosphere is one of global connectivity and historical significance.

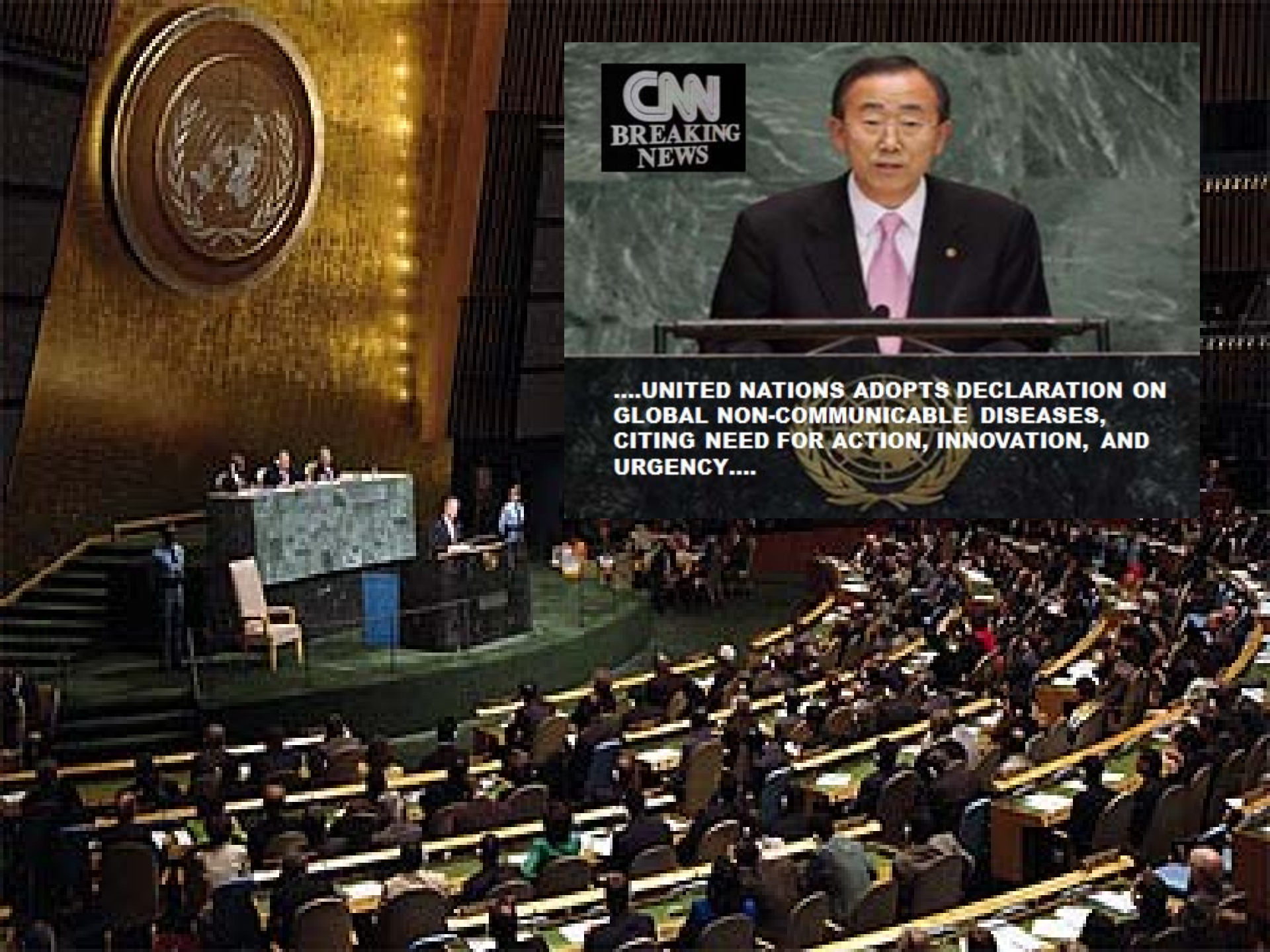
Reunión
Cumbre de
la ONU
como
Catalizador
Histórico



Cuando el Mundo se Mueve hacia la Actividad Física y el Deporte

*Cumbre de las Naciones Unidas 2011 sobre ENT
y lo que significan para todos*





CN
BREAKING
NEWS



**....UNITED NATIONS ADOPTS DECLARATION ON
GLOBAL NON-COMMUNICABLE DISEASES,
CITING NEED FOR ACTION, INNOVATION, AND
URGENCY....**





CNN Breaking News....UNITED NATIONS ADOPTS DECLARATION
ON GLOBAL DISEASES BASED ON LIFESTYLE AND HEALTH
HABITS





Las 7 Inversiones que Funcionan para Promover la Actividad Física

(Carta de Toronto 2010, Un llamado Global a la Acción, OMS, GAPA, Global Advocacy for Physical Activity).

- **Programas Escolares** Integrales
- **Políticas y Sistemas de Transporte** que den prioridad a los desplazamientos a pie, en bicicleta y en transporte público.
- **Normativa e infraestructura de diseño urbano** que permitan un acceso equitativo y seguro para la actividad física recreativa y fomenten los hábitos de caminar e ir en bicicleta por motivos recreativos o de transporte.

- **Educar a la población**, utilizando también los medios de comunicación para concientizarla y modificar normas sociales en materia de actividad física
- **Programas dirigidos a la comunidad** en que participen diversos entornos y sectores y que movilicen e integren a la comunidad y a sus recursos.
- Sistemas y programas deportivos que promueven el **Deporte Social** y fomentan su práctica en todas las etapas de la vida.
- Actividad física y **Prevención de las ECNT integrados a los sistemas de atención primaria de la salud.**

Programa Deporte y Salud

- **Actividad Física y Obesidad**
- **Actividad Física y Diabetes**
- **Actividad Física para Cardíacos**
- **Actividad Física y Asma**
- **Actividad Física y Adultos Mayores**
- **Actividad Física y Trasplantados**
- **Proyecto Htal. Garrahan, AF en Dialisis**



Estrategias de Abordaje

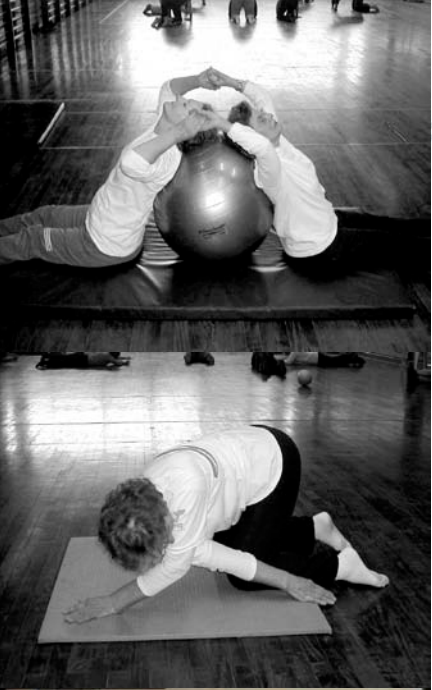
Programas de Prevención Primaria

Programas de Prevención Secundaria

Actividades Físicas Adaptadas 1973, IFAPA

”Movimientos, actividades físicas y deportes en que se pone especial énfasis en los intereses y potencialidades de las personas con capacidades limitadas, como las personas con discapacitadas, con deficiencias de salud y a los mayores de edad.””

Doll Tepper, Berlín 1989,



Actividades Físicas Adaptadas





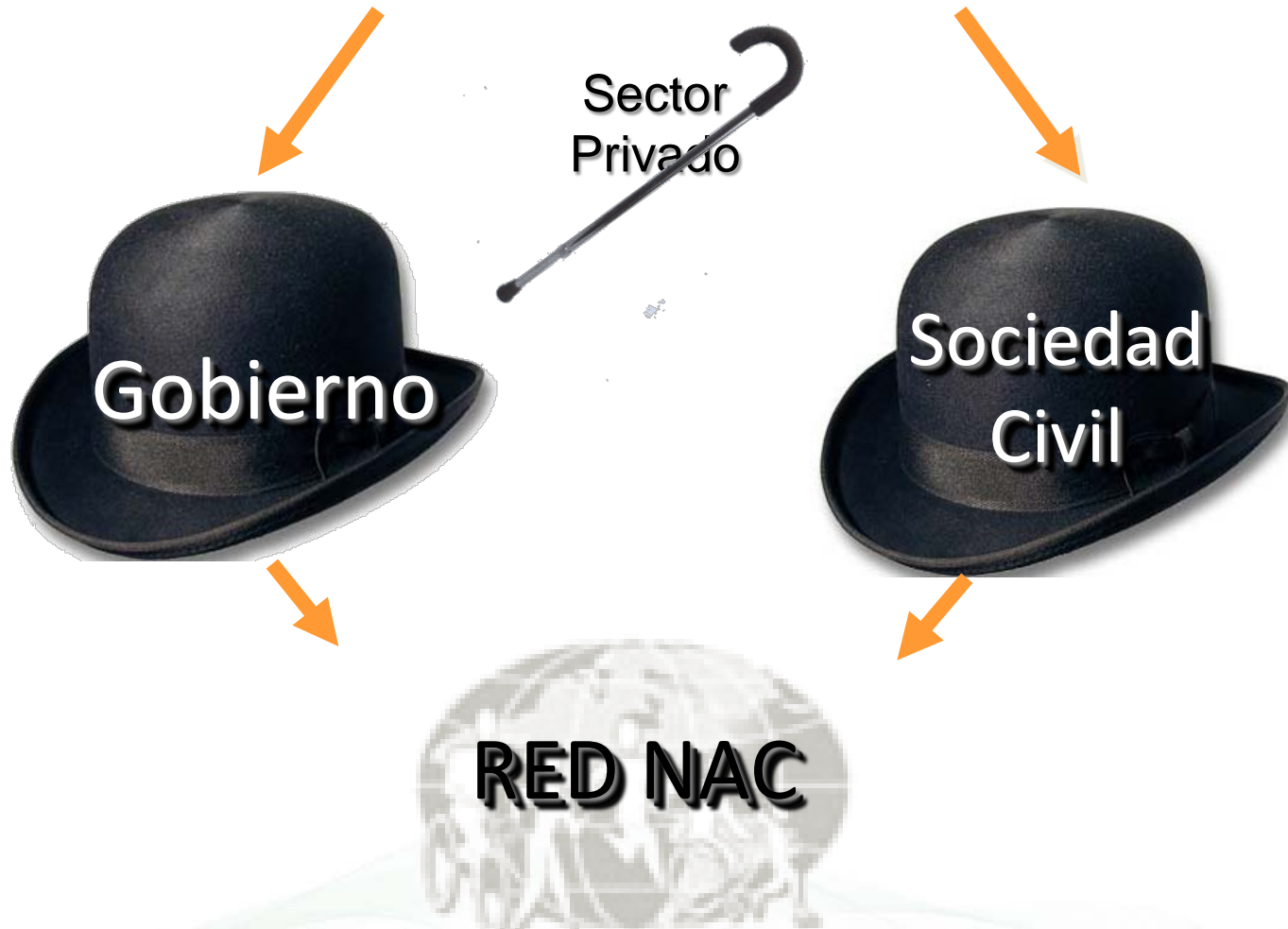
**Conformación del equipo
de trabajo interdisciplinario**
**In programa de Actividades Físicas Adaptadas debe
comenzar a edades tempranas y mantenerse en el
tiempo prolongado, su planificación, aplicación
(estudio y tratamiento) y por último evaluación,
debe ser llevada a cabo por un equipo
interdisciplinario, conducido por profesionales de
movimiento como:**



Equipo Primario:
El Médico Especialista
El Profesor de Educación Física especializado en
AFA.
El Fisioterapeuta.
El Psicoterapeuta



“Los dos Sombreros”



Alianzas Estratégicas



HOSPITAL DE PEDIATRÍA
S.A.M.I.C.
"PROF. DR. JUAN P. GARRAHAN"



Obra Social de la Unión
del Personal Civil de la Nación



RAFA - PANA
RED DE ACTIVIDAD FÍSICA DE LAS AMÉRICAS
PHYSICAL ACTIVITY NETWORK OF THE AMERICAS



A.D.E.T.R.A.
DONAR ORGANOS
ES DAR VIDA
Asociación Argentina
de Deportistas Trasplantados



Dr. ENRIQUE ROMERO BREST



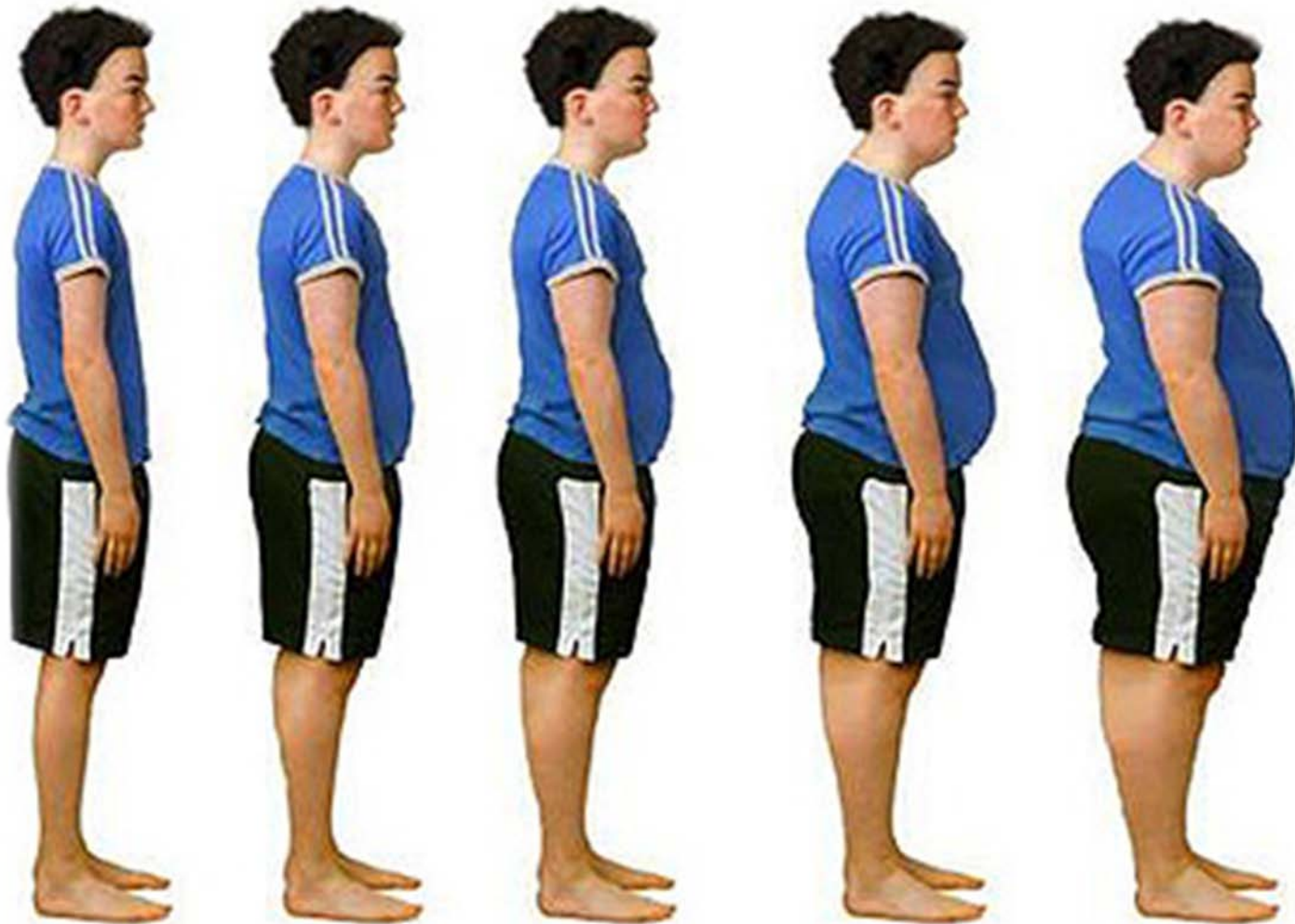
UNIÓN DEL PERSONAL CIVIL DE LA NACIÓN



Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud



Etapas Evolutivas



Etapas Evolutivas



LAS CUATRO ETAPAS DE LA VIDA.



A modo de conclusión

2 ideas claves

- 1. OMS, The Health and Economic Impact of an Aging Society.**
- 2. CDC, Opportunities to Improve the Health and Quality of Life of Older Americans**

TOTAL VIDEO CONVERTER
[HTTP://EFFECTMATRIX.COM](http://effectmatrix.com)

Muchas Gracias por su atención !!

profegustavomoreno@gmail.com

