



## Documento de Trabajo, São Paulo 12 de Octubre de 2002.

### CONSIDERACIONES:

- a- La alta prevalencia (mas de 50%) de inactividad física en países desarrollados y en vías de desarrollo.
- b- La contribución de la inactividad física a la mortalidad total y especialmente a la mortalidad dada por enfermedades cardiovasculares y cáncer.
- c- La inactividad física combinada con tabaquismo y pobre dieta causa el 75 % de enfermedades no transmisibles (ENT).
- d- El 79% de muertes atribuibles a ENT ocurren en países desarrollados.
- e- Las ENT producen aproximadamente el 60% de todas las muertes y 43% del costo total de enfermedades y se espera que aumenta a 73% de todas las muertes y el 60% de los costos totales de enfermedades para el año 2020.
- f- Que aproximadamente 2 millones de muertes en el mundo cada año son atribuibles a la inactividad física
- g- La mayor consecuencia de la inactividad física es la morbilidad de obesidad, hipertensión, diabetes y depresión.
- h- Los beneficios de la actividad física sobre la salud, controlando el peso corporal, mejorando la tolerancia a la glucosa, la densidad ósea, los niveles de colesterol y disminuyendo la presión arterial.
- i- Los beneficios psicológicos de actividad física, incrementando la autoimagen, la autoestima, el bienestar general, la agilidad mental, disminuyendo la soledad, el estrés, la ansiedad y la depresión.
- j- Los beneficios indirectos potenciales de la actividad física en disminuir la tasa de violencia entre los jóvenes, promocionando el estilo de vida libre de tabaco y disminuyendo otros riesgos del comportamiento como relaciones sexuales inseguras o uso de drogas ilícitas.
- k- Los altos costos médicos directos de la inactividad física: \$76 billones por año en los Estados Unidos, \$34.7 millones en Sao Paulo en 2002 y 2 a 3 % de los costos médicos totales en varios de los países desarrollados.
- l- El impacto de la Celebración del Día Mundial de la Salud, donde se realizaron 1987 eventos en 148 países de los cinco continentes, en 63 idiomas, involucrando a la población general, promotores de políticas y redes de promoción de salud.
- m- La decisión unánime de la Asamblea Mundial de Salud (AMS) de 2002 en aprobar la Resolución 55.23, donde solicitaron a todos los miembros de estado celebrar el día "Por Tu Salud Muévete" cada año, para promover la actividad física como esencial para la salud y el bienestar.
- n- La resolución 55.23 de la AMS también fue llamada para desarrollar una Estrategia Global en Dieta, Actividad física y salud para la prevención y control de enfermedades no transmisibles.



## Documento de Trabajo, São Paulo 12 de Octubre de 2002.

o- El impacto de iniciativas locales, regionales, nacionales y continentales como: Agita Sao Paulo, Agita Brasil, Australia Activa, Muévete Bogota, Risaralda Activa, Muévete Pues, A Moverse Argentina, Uruguay en Movimiento, Venezuela en Movimiento, Muévete Panamá, Vida Chile, así como otros.

p- Las instituciones científicas internacionales como OMS, OPS, ACSM, FIMS, COPAMEDE, entre otras, que han desarrollado declaraciones para promover la actividad física regular, como una herramienta importante para la salud.

### PROPUESTA

Un grupo de instituciones internacionales reunidas en el XXV Simposio Internacional de Ciencias del Deporte en Sao Paulo y aceptando que una organización independiente era necesaria para coordinar el Día Moverse Para la Salud y estimular la promoción de actividad física a nivel mundial. Las instituciones reunidas recomiendan formar una organización no gubernamental (ONG) teniendo como objetivo la promoción de la actividad física para llevar a cabo estas metas.

El propósito de la ONG Agita Mundo/Por la Salud Muévete es promover la actividad física como un comportamiento saludable para las personas de todas las edades, países y características. La ONG Agita Mundo/Por la Salud Muévete estimulara investigaciones, fomentara la diseminación de la información de los beneficios de la actividad física y estrategias efectivas para incrementar la actividad física, avocar por la actividad física y salud y soportar el desarrollo de programas a nivel local, nacional y las redes para la promoción de actividad física.

Los objetivos específicos de la ONG incluyen:

1. Avocara para la actividad física y la salud anualmente a través del Día Por Tu Salud Muévete, otros eventos basados en la comunidad y amplios eventos comunitarios e informara la importancia de las políticas publicas de actividad física.
2. Diseminara ampliamente de una manera clara, simple y consistente desarrollando mensajes de los beneficios en salud y sociales de 30 minutos de actividad física moderada todos los días.
3. Estimulara la creación de redes regionales e internacionales para la promoción de actividad física y proveer uniones entre las redes.
4. Fomentara y diseminara la información acerca de aproximaciones innovadoras para desarrollar alianzas alrededor del mundo para promover la actividad física y buena salud.
5. Compartirá buenas practicas, estrategias efectivas y programas a través de paginas web, reuniones, talleres y publicaciones



## Documento de Trabajo, São Paulo 12 de Octubre de 2002.

### AGENDA FUTURA

Dentro de los primeros pasos para obtener estos objetivos, una agenda provisional para 2002/2003 fue propuesta:

a- Celebrar el día Por Tu Salud Muevete/Agita Mundo en Abril de 2003. El 6 de Abril será el día de celebración.

b- Anunciar la formación y misión de la ONG Por Tu Salud Muevete/Agita Mundo el 6 de Abril del 2003 en unión con la celebración del Día de la Salud en 2003.

c- Establecer la pagina web para la ONG unirla y coordinarla con las paginas de actividad física ya existentes.

d- Iniciar un estado consultor y un proceso planeado para identificar claves globales, lideres y aliados para la promoción de actividad física, el marco y la estructura de la ONG necesitará comprometer y colaborar con estos aliados y llevar a cabo su misión.

Para llevar a cabo estas tareas iniciales:

1. La ONG debe ser legalmente establecida en Sao Paulo, Brasil
2. Se colocara el personal mínimo, fondos y soporte logístico requerido para la ONG en el lugar.
3. Una estructura flexible y sensible de acuerdo con las regulaciones brasileñas para las organizaciones sin animo de lucro. Un grupo asesor internacional proporcionará la guía y vigilancia de la ONG. La ONG solicitará el apoyo de organizaciones aliadas

internacionales y nacionales, pero no será una organización con miembros de numero.

Permaneciendo independiente de gobiernos y de organizaciones internacionales ella podrá trabajar con todos los grupos, actuar rápidamente y ser un abogado poderoso para la promoción de actividad física mundial.

São Paulo, 12 de Octubre de 2002.

### INSTITUTICIONES DE APOYO

Active Aging Partnership, All China Sports Federation, Cavill Associates, Center Epidemiological Studies in Health and Nutrition (USP), CONADE - México, Department of Social Medicine – Faculty of Medicine, Deutsche Sporthochschule Koln, División de Promoción y Protección de la Salud, Editor Chief Journal Sports Sciences, Faculdade de Educação Física e Esportes da Univ. de São Paulo, Faculty of Physical Education and Health at the University of Toronto – Canadá, Federal Office of Sports FOSPO, Health Promotion – Institute of Sport Sciences, ICSSPE – Asia, Institute for Sports Science – University of Vienna, Interamerican Heart Foundation, Katholieke Universiteit Leuven, Ministry of health - Oman RI Obesity Control Program, Univ. Blaise Pascal, University of Alberta, Venezuela en Movimiento, Vrije Universiteit Brussel, WFWGFA, World Health Organization, World Heart Federation.