



EL FOMENTO DE LA ACTIVIDAD FISICA EN Y MEDIANTE LAS ESCUELAS

Estatutos políticos y orientaciones para acción

*Informe de una reunión de la OMS
Esbjerg, Dinamarca
25 a 27 mayo 1998*

WHO/NMH/HPS/00.4

Original: Inglés

Distribución: General

© Organización Mundial de la Salud, 2000

El presente documento no es una publicación oficial de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Aunque la Organización se reserva todos los derechos, el documento se puede reseñar, resumir, reproducir o traducir libremente, en parte o en su totalidad, pero no para la venta u otro uso relacionado con fines comerciales. La Organización Mundial de la Salud, El Grupo Orgánico de Enfermedades No Transmisibles y Salud Mental y el Departamento de Enfermedades No Transmisibles y Promoción de la Salud agradecerían recibir un ejemplar de la traducción. Las opiniones expresadas en los documentos por autores cuyo nombre se menciona son de la responsabilidad exclusiva de éstos.

***EL FOMENTO DE LA ACTIVIDAD
FISICA EN Y MEDIANTE LAS
ESCUELAS***

Estatutos políticos y orientaciones para acción

*Informe de una reunión de la OMS
Esbjerg, Dinamarca
25 a 27 mayo 1998*



Resumen analítico y seguimiento	5
Introducción	7
Parte I	
Declaración de política general de la OMS sobre el fomento de la actividad física	9
Marco.....	9
Principios Rectores.....	9
Se puede afrontar el problema: algunas posibles medidas prioritias.....	12
Labor de la OMS.....	13
Parte II	
Marco para planificar el fomento de la actividad física	15
Introducción.....	15
La cuestión.....	15
La actividad física, la vida activa y las escuelas promotoras de la salud.....	16
Principios rectores.....	16
La práctica de la actividad física en y mediante las escules.....	17
Apéndice.....	20
Anexo 1: Programa de trabajo	23
Anexo 2: Lista de participantes	25
Referencias	31



Resumen analítico y seguimiento

1. Pese a los grandes beneficios para la salud y el bienestar que brindan las actividades de educación física estructurada y no estructurada relacionadas con las escuelas, los niños y los jóvenes no pueden aprovechar plenamente esas oportunidades. En las escuelas de todo el mundo, en los países en desarrollo y en los desarrollados, se han ido reduciendo la actividad física y los programas de educación física estructurada. Esa evolución es particularmente alarmante en las zonas pobres, en particular en los barrios urbanos pobres y densamente poblados de ciudades grandes y en rápido crecimiento. Resulta evidente y urgente la necesidad de brindar a los niños y a los jóvenes de los dos sexos programas de actividad física apropiada, dentro y fuera de la escuela.
2. Para afrontar ese problema en aumento, la OMS organizó una reunión sobre “El fomento de la vida activa en y mediante las escuelas”. Su objetivo principal fue el de examinar medios para fortalecer en y mediante las escuelas los programas de actividad física destinados a los niños y a los jóvenes en edad escolar.
3. El anfitrión de la reunión, celebrada en Esbjerg, fue el Ministerio de Cultura de Dinamarca, que contó con el apoyo de los Ministerios de Salud y Educación y la cooperación de la Universidad de Odense y del condado de Ribe.
4. Participaron en la reunión 25 expertos en materia de formulación, planificación y aplicación de políticas relativas a la salud y la actividad física en las escuelas e investigaciones conexas. Representaban i) a varios países, desarrollados y en desarrollo, que están fomentando la vida activa en y mediante las escuelas: Alemania, el Brasil, Dinamarca, Finlandia, México, los Países Bajos, el Reino Unido, Tailandia, Zimbabwe; ii) a colaboradores de la OMS interesados (instituciones internacionales y ONG), en particular la UNESCO, el Comité Olímpico Internacional, el Consejo Internacional para la Ciencia del Deporte y la Educación Física, la Federación Internacional de Educación Física y Deportes y la Asociación Internacional de Educación Física y Deportes para la Joven y la Mujer; iii) tres centros colaboradores de la OMS (Finlandia, el Japón, Hong-Kong/China); iv) tres instituciones académicas de educación física: las Universidades de Bristol y Manchester (Reino Unido) y Odense (Dinamarca). También estuvieron representadas la Sede de la OMS y la Oficina Regional de la OMS para Europa.
5. Se examinaron experiencias del Brasil, Dinamarca, el Japón, México, los Países Bajos y Zimbabwe y, a lo largo de todos los debates, se subrayó constantemente la urgente necesidad de abordar la alarmante disminución de la actividad física entre los jóvenes en la escuela y fuera de ella. También se hizo hincapié en que la actividad física constituye un elemento esencial de una escuela promotora de la salud, que en general se esfuerza constantemente por fortalecer su capacidad de facilitar un marco saludable para la vida, el aprendizaje y el trabajo.
6. El **resultado** principal de la reunión comprende los siguientes elementos:
 - i. una **Declaración de Política General de la OMS** en la que se subraya la urgente necesidad de actividad física/educación física apropiadas para los niños y los jóvenes en la escuela y fuera de ella. En la declaración se insiste en que las escuelas ofrecen un marco excepcional para brindar actividad física a los jóvenes y en que con la participación de todos los sectores e instancias interesados se puede afrontar ese imperativo. Se destacan los sectores

principales de intervención, en particular, los de sensibilización, formulación de políticas y programas y fomento de la cooperación para la creación de una escuela que propicie la vida activa, haciendo hincapié en el decisivo papel del sistema escolar y en la importancia de la formación del personal y la investigación con vistas a la adopción de medidas. En la declaración se indican también algunas posibles medidas que la OMS puede adoptar en el marco de su función de coordinación de la Iniciativa mundial sobre la vida activa, en particular en materia de sensibilización, fomento de la cooperación y apoyo a los países.

ii. **un marco para la planificación y la ejecución de programas de vida activa en y mediante las escuelas**, que hace hincapié en las decisivas fases de planificación, obtención del compromiso y del apoyo de las comunidades y las políticas, integración de la actividad física en los diversos componentes de la escuela promotora de la salud, formación y perfeccionamiento del personal y supervisión y evaluación. Dicho marco facilitará la utilización del proyecto de documento “*El fomento de la vida activa en las escuelas como elemento esencial de una escuela promotora de la salud*”, que se publicará como parte de una colección informativa de la OMS sobre la salud en la escuela.

7. **Vinculaciones con actos internacionales conexos (a partir de 1998) - selección de ejemplos**

En el Séptimo Congreso sobre “Deporte para todos e imperativos educativos mundiales” (Barcelona, España, 19 a 22 de noviembre de 1998), organizado por el Comité Olímpico Internacional (COI) con el copatrocinio de la OMS, la UNESCO y la Asociación de Federaciones Internacionales de Deportes (GAISF), hubo, entre las exposiciones y sesiones paralelas relativas a la vida activa y la salud, una sesión específica sobre “Aprendizaje de deportes para todos a lo largo de toda la vida mediante las escuelas y otros sistemas educativos” como parte del tema principal “Ayudar a todas las personas a aprender deporte: volver activos a los inactivos”.

Se pondrán los resultados de la reunión, junto con otros documentos pertinentes sobre esa materia, a disposición de las redes mundiales de escuelas promotoras de la salud y ciudades/comunidades sanas, de todos los colaboradores efectivos y potenciales de la OMS en materia de vida activa, de las oficinas de la OMS, regionales y en los países, de los Estados miembros y de los centros colaboradores de la OMS interesados.

También se utilizarán los resultados en otros foros al respecto, en particular reuniones de formulación de políticas, tales como posibles reuniones futuras sobre la actividad física/educación física que organicen la UNESCO, el COI, el Consejo Internacional para la Ciencia del Deporte y la Educación Física (ICSSPE) y otros colaboradores de la OMS interesados.

8. **Seguimiento**

- difusión a escala mundial de los resultados de la reunión (véase el párrafo 6 *supra*). Selección y difusión a escala mundial de ejemplos logrados de programas de vida activa en y mediante las escuelas;

- fortalecimiento y/o formulación de políticas y programas pertinentes sobre la vida activa en y mediante las escuelas en países en desarrollo interesados (dos o más), en cooperación con colaboradores de la OMS;

- apoyo a la organización de talleres intersectoriales nacionales y/o regionales (dos o tres) para fomentar la actividad física en y mediante las escuelas.

Introducción

1. La necesidad de fortalecer la actividad física* en y mediante las escuelas

Existen testimonios convincentes de los beneficios a corto y a largo plazo de la actividad física en la salud física, social y mental y en el bienestar general de las personas de todas las edades, hombres y mujeres, durante toda su vida.

La actividad física constante es una ayuda esencial para el crecimiento y la maduración óptimos de los jóvenes y para lograr una forma física y un vigor mental suficientes y desarrollar una base de resistencia a la aparición de enfermedades crónicas. La participación en diversos deportes y actividades físicas a edad temprana es importante también para fomentar la adopción de un estilo de vida activa y mantenerlo en la vida posterior.

Pese a esos beneficios evidentes, el estilo de vida sedentario está aumentando no sólo entre los adultos, sino también entre los niños y los jóvenes. Se ven tendencias alarmantes a escala mundial de disminución de la actividad física entre los jóvenes. También es muy grave la disminución de la educación física y otras actividades físicas escolares. En la mayoría de los países del mundo, desarrollados y en desarrollo, se ve esa evolución, que donde más alarmante resulta es en las zonas pobres, en particular en las ciudades densamente pobladas y en rápido crecimiento.

Varias organizaciones importantes -incluidas la OMS, la UNESCO, el COI y el ICSSPE, además de otras instituciones interesadas y muchas reuniones y conferencias internacionales sobre el fomento de la salud, tales como la Cuarta Conferencia Internacional (Yakarta, julio de 1997) y las reuniones sobre la vida activa celebradas en

la Sede de la OMS (febrero y diciembre de 1997) y en Finlandia (agosto de 1997)- han expresado su preocupación por la insuficiencia de la actividad física practicada por los jóvenes.

2. Objetivos

- Examinar y analizar el estado y las tendencias de la educación y la actividad físicas entre los niños y los jóvenes en edad escolar y los factores que en ellas influyen a escala mundial.
- Proponer medidas y medios de acción eficaces que faciliten el desarrollo de la actividad física en y mediante las escuelas, incluidos los programas de educación física estructurada y las actividades físicas fuera de la escuela.

3. Programa de trabajo

(Véase el anexo 1)

4. Participantes

El anfitrión de la reunión, celebrada en Esbjerg, fue el Ministerio de Cultura de Dinamarca, que contó con el apoyo de los Ministerios de Salud y Educación y la cooperación de la Universidad de Odense y del condado de Ribe. Participaron en la reunión 25 expertos en materia de formulación, planificación y aplicación de políticas relativas a la salud y la actividad física en las escuelas e investigaciones conexas. Representaban i) a varios países, desarrollados y en desarrollo, que están fomentando la vida activa en y mediante las escuelas: Alemania, el Brasil, Dinamarca, Finlandia, México, los Países Bajos, el Reino Unido, Tailandia, Zimbabue; ii) a colaboradores de la OMS interesados (instituciones internacionales y ONG), en particular la UNESCO, el Comité Olímpico

* La expresión "vida activa/actividad física" debe entenderse en su sentido más amplio englobando todos los "movimientos corporales" que ocasionan un gasto de energía que todas las personas tienen en la vida diaria. Actividades físicas de la vida corriente, en particular los deportes recreativos y de ocio, pasando por las actividades físicas "intencionales" moderadas, los ejercicios físicos, la buena forma física y las sesiones de entrenamiento.

Internacional, el Consejo Internacional para la Ciencia del Deporte y la Educación Física, la Federación Internacional de Educación Física y Deportes y la Asociación Internacional de Educación Física y Deportes para la Joven y la Mujer; iii) tres centros colaboradores de la OMS (Finlandia, el Japón, Hong-Kong/China); iv) tres instituciones académicas de educación física: las Universidades de Bristol y Manchester (Reino Unido) y Odense (Dinamarca).

En el anexo 2 figura la lista de los participantes.

5. Inauguración

El programa inaugural se inició la noche del domingo en Ribe. Dieron la bienvenida a los participantes el anfitrión, Sr. Laurits Tornaes, alcalde del condado de Ribe, y señora; el Sr. Mogens Horder, decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Dinamarca Meridional - Universidad de Ostende, y señora; el Sr. Stein Nygaard, Director de Fomento de la Salud y Prevención del condado de Ribe, y señora; y el Sr. Soren Riiskaer, del Ministerio de Cultura.

Asistieron también a la sesión inaugural (lunes por la mañana) representantes del sector de la actividad física y del fomento de la salud de Dinamarca. El Sr. Soren Riiskaer, representante del Ministerio de Cultura, dio la bienvenida a los participantes y al auditorio y subrayó los valores de la actividad física y del deporte y su desarrollo en Dinamarca como parte integrante de la cultura, la educación y la salud de sus ciudadanos. Los representantes de EURO/OMS (Dr. Cees Goos) y SEDE/OMS (Sr. Hamadi Benaziza y Profesor Ilkka Vuori) subrayaron la necesidad de una actuación concertada y en cooperación para desarrollar la actividad física en las escuelas como parte del fomento de la salud mundial y de las escuelas promotoras de la salud.

6. Sobre el informe

Además del resumen analítico y la introducción, este informe se compone de dos partes principales:

Parte I: Declaración de política general de la OMS sobre el fomento de la actividad física en y mediante las escuelas

Parte II: Marco para planificar el fomento de la actividad física en y mediante las escuelas

Cada una de las partes está formulada de modo que se pueda utilizar independientemente de las otras partes y secciones del informe.

Parte I Declaración de política general de la OMS sobre el fomento de la actividad física

MARCO

La Iniciativa mundial de la OMS sobre la vida activa* pide, entre sus medidas prioritarias, una utilización idónea del marco escolar para aumentar la actividad física entre los niños y los jóvenes en edad escolar -muchachas y muchachos- de todo el mundo. Las escuelas brindan un marco particularmente favorable para el fomento de la vida activa, porque la gran mayoría de todas las generaciones jóvenes asiste a las escuelas, que tienen el mandato, el cometido y los recursos para ofrecer la actividad física como parte del programa escolar.

La del fomento de la actividad física en y mediante las escuelas es una meta realista que todos los países y comunidades pueden alcanzar. Constituye una inversión acertada en educación, salud y deporte. Se debe proseguir como elemento esencial de la iniciativa de la OMS “Escuelas promotoras de la salud” en el marco de las políticas, los programas y las intervenciones de fomento integrado de la salud destacadas en la Carta de Ottawa para el Fomento de la Salud (1986) y la Declaración de Yakarta sobre el Fomento de la Salud (1997).

En la propuesta de declaración se tienen en cuenta la política de la OMS de fomento de la salud y los fines de la Iniciativa de la OMS “Escuelas promotoras de la salud”, además de propuestas, recomendaciones y observaciones formuladas por los participantes durante la Reunión sobre el Fomento de la Actividad Física en y mediante las Escuelas.

PRINCIPIOS RECTORES

Los inestimables beneficios de la actividad física para la salud de los jóvenes a lo largo de toda su vida

La actividad física es un estímulo esencial durante toda la vida para que todas las personas realicen plenamente sus posibilidades de crecimiento y desarrollo y mantengan una salud y una capacidad funcional óptimas. Además, contrarresta las discapacidades y las enfermedades propias del envejecimiento. La práctica periódica de la actividad física ayuda a los niños y a los jóvenes a desarrollar unos músculos y huesos fuertes, un peso corporal normal y un funcionamiento eficiente del corazón y los pulmones y a aprender a la perfección las aptitudes para el movimiento.

La práctica del juego y de los deportes brinda oportunidades a los jóvenes para la autoexpresión natural, el alivio de la tensión, el éxito y la interacción y la integración sociales y para aprender el espíritu y las reglas del juego limpio en las relaciones humanas. Esos efectos positivos son importantes para contrarrestar los riesgos y los perjuicios causados por la agotadora forma de vida competitiva, tensa y sedentaria, que tan común es en la sociedad actual.

La participación en diversas actividades físicas en los primeros años de la vida es esencial para adquirir la buena disposición, las aptitudes necesarias y las experiencias favorables con vistas a mantener el hábito del ejercicio periódico a lo largo de toda la vida o adoptarlo en una fase posterior de la vida. Además, esa participación contribuye a mantener el capital de salud adquirido a lo largo de la vida adulta y a propiciar un envejecimiento saludable.

* La expresión “vida activa/actividad física” debe entenderse en su sentido más amplio englobando todos los “movimientos corporales” que ocasionan un gasto de energía que todas las personas tienen en la vida diaria. Actividades físicas de la vida corriente, en particular los deportes recreativos y de ocio, pasando por las actividades físicas “intencionales” moderadas, los ejercicios físicos, la buena forma física y las sesiones de entrenamiento.

La práctica de una actividad física adecuadamente orientada y de deportes puede fomentar también la adopción de otras actitudes de conducta propiciadoras de la salud, incluidos el rechazo o la reducción de los hábitos de fumar, beber alcohol y tomar drogas. También puede fomentar la adopción de prácticas más seguras, la comprensión de la necesidad de descanso y la elección de una dieta saludable.

Dados los importantes y en parte exclusivos beneficios para la salud que se derivan de la actividad física,

la OMS afirma rotundamente que las oportunidades para la actividad física deben ser un derecho esencial de todos los niños y los jóvenes; a los padres, la comunidad local, el sistema educativo y la sociedad en conjunto corresponde brindárselos.

Reducción alarmante de la actividad física entre los niños y los jóvenes en edad escolar

En la mayoría de los países del mundo, desarrollados y en desarrollo, el estilo de vida sedentario se ha intensificado rápidamente tanto entre los adultos como entre los jóvenes. La vida diaria requiere menos actividad física: por ejemplo, en las tareas domésticas y en los traslados de casa a la escuela y viceversa. Hay una reducción del transporte físicamente activo: por ejemplo, son menos los niños que van a la escuela caminando o en bicicleta. Pasatiempos sedentarios interesantes, tales como las actividades informáticas, van ocupando una proporción cada vez mayor del tiempo de ocio de los jóvenes. Se calcula que en un gran número de países, industrializados y en desarrollo, menos de una tercera parte de los jóvenes ejercen una actividad suficiente para que beneficie a su salud y bienestar actuales y futuros.

El bajo nivel de actividad física se da más en

particular en las adolescentes y donde más gravedad reviste ese problema es en las zonas pobres, en particular en los barrios urbanos pobres y densamente poblados de ciudades grandes y en rápido crecimiento, y -lo que es muy importante- se están reduciendo la educación física y otras actividades físicas escolares. Tan sólo unos pocos países ofrecen al menos dos horas a la semana de educación física en las escuelas primarias y secundarias. Es probable que esas tendencias negativas persistan y se extiendan a un número cada vez mayor de países.

El escaso prestigio de la educación física en las escuelas

Los objetivos de la educación física en las escuelas son: 1) poner las bases para una vida activa en toda su duración; 2) desarrollar y aumentar la salud y el bienestar de los estudiantes; 3) brindar goce, diversión e interacción social; y 4) contribuir a la prevención/reducción de problemas de salud en el futuro. Actualmente, la mayoría de las escuelas en la mayoría de los países del mundo no pueden realizar esos objetivos, porque el tiempo asignado en el plan de estudios y los recursos para impartir una educación física idónea son insuficientes.

La infrautilización, que va en aumento, de las oportunidades ofrecidas por las escuelas para impartir una educación física y una actividad física idóneas se debe a varios factores. La razón fundamental es el desconocimiento de la importancia de la actividad física para los jóvenes, que, a su vez, se debe en gran medida a que los encargados de la formulación de políticas y de adopción de decisiones, los profesores, los demás profesionales, los padres y otros diversos grupos y organizaciones interesados no están adecuadamente informados sobre la necesidad de la actividad física y sus beneficios para la salud y el bienestar presentes y futuros de los jóvenes.

La expresión de una preocupación internacional

Importantes organizaciones internacionales, encargados de alto nivel de la formulación de

políticas y adopción de decisiones e investigadores y profesionales de diversas esferas educativas -entre ellos, la UNESCO, el Comité Olímpico Internacional y el Consejo Internacional para la Educación Física y el Deporte, además de varias organizaciones deportivas regionales- han expresado repetidas veces la necesidad de que se conceda el rango y los recursos adecuados a la educación física en la escuela. En la Carta Internacional de la Educación Física y del Deporte aprobada por la UNESCO se declara que “la práctica de la educación física y del deporte es un derecho fundamental para todos”. Pese a esas declaraciones, el prestigio de la educación física y otras actividades físicas y los recursos a ellas asignados en y mediante las escuelas no han dejado de disminuir en la mayoría de los países del mundo.

El imprescindible papel de las escuelas en el fomento de la actividad física entre los niños y los jóvenes en edad escolar

Las escuelas pueden y deben i) permitir a todos los niños y jóvenes participar en un programa de educación física estructurada y en sesiones de actividad física de moderada a intensa varias veces a la semana y ii) ofrecer una diversidad de actividades físicas fuera del sistema escolar, a saber, en la comunidad con el apoyo de los padres, los homólogos, los dirigentes comunitarios y las organizaciones deportivas y sociales locales.

El desempeño por parte de las escuelas de un papel activo en el fomento de la actividad física puede aumentar en gran medida las posibilidades de que ésta influya favorablemente en el marco social de la escuela y, por tanto, en el espíritu y el comportamiento necesarios para el bienestar de los estudiantes y los profesores y para que lleven a cabo su labor con éxito.

¡Una “escuela activa” es una escuela más saludable y con mejores rendimientos y constituye un lugar mejor para trabajar!

Las escuelas disponen de oportunidades excepcionales para impartir una actividad física adecuada a los jóvenes, porque

- tienen el mandato y el cometido de realizar todos los aspectos del desarrollo y la maduración de los niños y los jóvenes;
- brindan una actividad física para todos y en condiciones de igualdad;
- ofrecen, en la mayoría de los países, a los jóvenes, mediante programas de educación física, la única oportunidad obligatoria de practicar la actividad física y recibir un aprendizaje al respecto. La educación física es también la única materia del plan de estudios que versa principalmente sobre la actividad física;
- en ellas practican la actividad física incluso los jóvenes inactivos;
- la edad escolar es el momento óptimo de la vida para beneficiarse de la actividad física constante y adoptarla como hábito;
- pueden brindar sesiones periódicas de educación y actividad físicas adecuadamente estructuradas y supervisadas;
- los profesores que imparten y supervisan la educación física conocen a los estudiantes y son responsables de su desarrollo y bienestar completos;
- la actividad física es una materia popular en la escuela, en particular entre los estudiantes más jóvenes;
- son valiosos puntos de acceso para el fomento de la actividad física en toda la comunidad;
- pueden utilizar la educación física para fomentar la cooperación entre las familias, las comunidades y los clubes deportivos y obtener recursos y oportunidades suplementarios para la actividad física.

SE PUEDE AFRONTAR EL PROBLEMA: ALGUNAS POSIBLES MEDIDAS PRIORITARIAS

Las siguientes medidas seleccionadas son necesarias en los niveles internacional, nacional y local para garantizar una formulación y una aplicación óptimas de la vida activa en y mediante las escuelas.

Sensibilización

Una información concisa, coherente, accesible y documentada en la que se aduzcan los argumentos sociales, económicos, deportivos y de salud esenciales en pro de la actividad física en las escuelas reviste importancia decisiva para una sensibilización y una formulación de políticas con éxito.

Se debe preparar urgentemente una documentación, basada en los resultados de investigaciones y en datos científicos, sobre el significado, el alcance, los principios, los valores y los beneficios de la actividad física en y mediante las escuelas y se debe difundirla mediante diversos conductos pertinentes, redes y actos fundamentales, en particular entre

- los principales encargados de la formulación de políticas y la adopción de decisiones de los gobiernos nacionales y las administraciones locales, principalmente de los sectores de la salud, de la educación y del deporte;
- los organismos profesionales y las organizaciones no gubernamentales deportivas y de otra índole;
- los padres y los grupos de la comunidad;
- los medios de comunicación;
- los agentes principales del sector privado: por ejemplo, dirigentes empresariales, organizaciones de servicios.

Formulación de políticas

Los gobiernos deben formular políticas y estrategias intersectoriales y basadas en la cooperación para el fomento de la actividad física en y mediante las escuelas.

Para lograr una estrategia coordinada, dichas políticas deben fomentar un planteamiento amplio de la actividad física y del deporte para los niños y los jóvenes. La formulación de dichas políticas requiere una dirección nacional y una institución principal en la que el sector de la salud, en particular, debe desempeñar un papel fundamental, apoyado por una alianza multisectorial. Para ese fin, reviste importancia decisiva que los gobiernos nacionales, las autoridades locales y los colaboradores interesados determinen y faciliten los recursos apropiados -humanos, financieros y/o materiales- para apoyar las políticas y los programas en materia de actividad física en y mediante las escuelas.

Fomento de la cooperación en pro de una escuela para la vida activa

Es esencial seleccionar a los colaboradores interesados en la formulación y la aplicación de políticas y programas de fomento de la actividad física en todos los niveles, en particular los destinados a los niños y los jóvenes en edad escolar, y recabar su participación en ellas.

Los colaboradores principales serían, concretamente, los siguientes: el sistema educativo, las organizaciones profesionales, los padres y sus asociaciones, la comunidad local con su dirección y posible apoyo y los clubes y organizaciones deportivos, además de los servicios sociales, culturales, medioambientales, recreativos, de salud y de transportes, los medios de comunicación

locales y la comunidad empresarial. Se deben determinar claramente el papel y los cometidos de cada uno de los colaboradores.

Formulación de políticas

Cometidos del sector educativo, del sistema escolar y de los prestadores locales de servicios

El sector o el departamento ministerial de la educación desempeña un papel importante en la formulación y la aplicación de las políticas y los programas en materia de actividad física en y mediante las escuelas. Debe encargarse constantemente de formular programas de educación física con insistencia particular en el estímulo de la participación de los jóvenes en la actividad física promotora de la salud.

Las escuelas deben trabajar junto con diversos colaboradores locales para aumentar las oportunidades de participación en la actividad física dentro y fuera de las escuelas. En ese proceso se espera de las escuelas que permitan un acceso mayor a sus instalaciones a todos los jóvenes de su comunidad local. Los prestadores locales de servicios (por ejemplo, la administración y los dirigentes locales y los organismos y las organizaciones educativos, socioculturales y de salud, deportes y juventud competentes) son los más idóneos para facilitar ambientes estimulantes e instalaciones adecuadas y para formular programas que brinden oportunidades con vistas a una gran diversidad de actividades físicas que contribuyan al fomento de la salud de los niños y los jóvenes.

Formación

Se deben brindar oportunidades apropiadas en materia de formación y perfeccionamiento profesionales a todos los participantes en la organización de actividades físicas en y mediante las escuelas, incluidos profesores, dirigentes locales, entrenadores y personal de los sectores recreativo y de atención de salud. El objetivo es el de aumentar su capacidad para planificar programas y educar, motivar, orientar e inspirar confianza a los jóvenes.

Investigación

Es urgente recopilar conocimientos documentados relativos a la participación de los jóvenes en la actividad física en todos los países. Los datos deben revelar en particular

- los niveles de actividad física necesarios para el desarrollo y el mantenimiento de la buena salud en las diferentes fases del desarrollo;
- los factores determinantes y los niveles de práctica y participación en la actividad física de los niños cuya vida se desenvuelva en diferentes condiciones socioeconómicas;
- niveles básicos fiables y exactos de actividad e inactividad físicas entre los jóvenes;
- ejemplos metodológicos idóneos;
- eficacia de los programas escolares y de otra índole para el fomento de la actividad física entre los jóvenes.

La realización adecuada de esas tareas requiere también la formulación y evaluación de nuevas metodologías de investigación y evaluación que tengan en cuenta las diferencias culturales, los objetivos de los programas y las necesidades de los encargados de la adopción de decisiones.

LABOR DE LA OMS

En el marco de la aplicación de la Iniciativa mundial sobre la vida activa y en cooperación con los socios y los centros colaboradores interesados, la labor de la OMS consistirá en particular en

- abogar por la vida activa de los niños y los jóvenes en edad escolar ante sus Estados miembros por mediación de sus oficinas - regionales y en los países- y mediante reuniones, actos y publicaciones pertinentes;

-
- velar por que la vida activa pase a ser parte integrante de la escuela promotora de la salud en el marco del desarrollo de redes de escuelas sanas y de otros marcos vitales (por ejemplo, comunidades sanas, ciudades sanas);
 - recopilar y difundir los conocimientos actuales relativos a la vida activa en y mediante las escuelas y fomentar el intercambio de experiencias entre los países miembros;
 - apoyar la formulación de políticas y programas intersectoriales nacionales sobre la vida activa en y mediante las escuelas y contribuir a la movilización de los recursos necesarios para su lanzamiento y sostenibilidad;
 - propiciar el apoyo y la cooperación internacionales y hacer de centro de coordinación internacional en materia de vida activa para los niños y los jóvenes en edad escolar como parte de su papel coordinador de la Iniciativa mundial sobre la vida activa.

Parte II Marco para planificar el fomento de la actividad física

INTRODUCCIÓN

Como documento de trabajo para la reunión celebrada en Esbjerg (Dinamarca) del 25 al 27 de mayo de 1998, se preparó un marco para planificar la actividad física en y mediante las escuelas, basado en el borrador del documento de la OMS titulado "El fomento de la vida activa en las escuelas como elemento esencial de una escuela promotora de la salud". El objetivo de dicho documento es el de facilitar el debate y brindar una base para la elaboración de una declaración de política general de la OMS al respecto. En el marco resumido presentado en la Parte II figuran las observaciones y recomendaciones formuladas por los participantes en la reunión de Esbjerg. La Parte II está, como la I, destinada a ser leída y utilizada independientemente de otras partes del informe. Ésa es la razón por la que pueden figurar reproducidos en ella algunos párrafos de la Parte I.

LA CUESTIÓN

La convincente documentación de que se dispone revela los numerosos beneficios a corto y a largo plazo de la actividad física en la salud física, social y mental y en el bienestar general de las personas -hombres y mujeres- de todas las edades.

En el caso de los jóvenes, la actividad física periódica es esencial para un crecimiento y una maduración óptimos. También es esencial para disfrutar de una forma física y un vigor mental adecuados y para incrementar la resistencia al desarrollo de enfermedades crónicas. La participación en diversos deportes y ejercicios a edad temprana es importante también para adquirir las aptitudes necesarias y las experiencias favorables con vistas a mantener el hábito del ejercicio periódico o adoptarlo en una fase posterior de la vida. Los

beneficios psicológicos y sociales que brinda la actividad física periódica son particularmente oportunos y valiosos para los jóvenes: por ejemplo, alivio de la tensión y la ansiedad, contrapeso de las repercusiones y los efectos de la permanencia en posición sentada e inmóvil y de la concentración mental e influencias favorables en el amor propio y en las relaciones sociales.

En vista del cariz que revisten las tendencias mundiales, resulta importante centrar en serio la atención en la necesidad de que los jóvenes practiquen una actividad física constante y suficiente. Los estilos de vida sedentarios están aumentando no sólo entre los adultos, sino también entre los jóvenes. En la vida diaria se necesita menos actividad física; hay una disminución del transporte activo: por ejemplo, son menos los niños que van a la escuela caminando o en bicicleta y pasatiempos sedentarios interesantes, tales como las actividades informáticas, van ocupando una proporción cada vez mayor del tiempo de ocio de los jóvenes.

Un dato muy importante es el de que están disminuyendo la educación física y otras actividades físicas escolares, a consecuencia de lo cual ha disminuido la cantidad total de actividad física entre gran número de jóvenes. En la mayoría de los países del mundo, desarrollados y en desarrollo, se ve esa evolución, que resulta particularmente alarmante en las zonas pobres, en particular en los barrios urbanos pobres y densamente poblados de ciudades grandes y en rápido crecimiento.

La situación actual y las tendencias predominantes en materia de actividad física de los jóvenes y de educación física en las escuelas imponen un difícil empeño a todos los interesados en la salud y el bienestar de los jóvenes y responsables de ellos. La OMS reconoce ese problema alarmante y su reacción ha consistido en el fomento de la actividad física en y mediante las escuelas como parte de su Iniciativa mundial sobre la vida activa y su Iniciativa Mundial de Salud Escolar.

LA ACTIVIDAD FÍSICA, LA VIDA ACTIVA Y LAS ESCUELAS PROMOTORAS DE LA SALUD

Aquí se entiende la actividad física en su sentido más amplio y se refiere a toda la gama de “movimientos corporales” que cada persona puede hacer en la vida diaria y que van desde las condiciones de vida activa normal hasta las actividades de deporte para todos, en particular los deportes recreativos y de ocio, pasando por las actividades físicas moderadas e “intencionales”, los ejercicios físicos, la buena forma física y las sesiones de entrenamiento.

La vida activa se refiere en particular a una forma de vida en la que las personas hacen que actividades físicas útiles, placenteras y satisfactorias sean parte integrante de su vida cotidiana. Según sea su plasmación concreta, la vida activa puede contribuir a la consecución de los beneficios fisiológicos, emocionales, mentales, espirituales, estéticos, morales y sociales de la actividad física, reflejados en una salud mejor, una mayor energía vital y unas mejores condiciones físicas y sociales de la comunidad.

Se puede caracterizar una escuela promotora de la salud como aquella que fortalece constantemente su capacidad como marco saludable para la vida, el aprendizaje y el trabajo de los estudiantes y de su personal. Entre los componentes funcionales de las escuelas promotoras de la salud figuran la creación y aplicación de políticas y prácticas propicias para la salud, la inclusión de la educación en materia de salud en el plan de estudios, la creación de un marco escolar saludable, la organización de servicios de salud para los estudiantes y el personal, la dispensación de comida sana, la cooperación entre las escuelas y las comunidades, la participación de todo el personal de la escuela en actividades promotoras de la salud y la organización de actividades extraescolares que promuevan la salud y el bienestar físicos, mentales y sociales.

PRINCIPIOS RECTORES

El fomento de la actividad física en y mediante las escuelas está justificado y es viable, porque los estudiantes, así como las escuelas y las instituciones, se benefician de la actividad física y porque las escuelas brindan un marco favorable para el fomento de la actividad física.

Entre los beneficios potenciales de la actividad física para los estudiantes y las escuelas figuran los siguientes:

- mejora de la forma física y la salud;
- reducción de los riesgos para la salud en el futuro;
- intensificación del amor propio y del bienestar psicosocial;
- reducción de los riesgos y los daños que entraña la dedicación de gran cantidad de tiempo a un trabajo sedentario;
- posibilidades de comunicación e interacción abiertas y naturales entre los estudiantes y entre éstos y el personal de las escuelas;
- posibilidades de mejorar la enseñanza y el aprendizaje de otras materias escolares.

Las escuelas brindan un marco favorable para el fomento de la actividad física por las siguientes razones:

- tienen el mandato y el cometido de mejorar todos los aspectos del desarrollo y la maduración de los niños y los jóvenes;
- brindan una actividad física para todos y en condiciones de igualdad;
- ofrecen, en la mayoría de los países, a los jóvenes, mediante programas de educación física, la única oportunidad obligatoria de practicar la actividad física y recibir un aprendizaje al respecto. La educación física es también la única materia del plan de estudios que versa principalmente sobre la actividad física;

- en ellas practican la actividad física incluso los jóvenes inactivos;
- la edad escolar es el momento óptimo de la vida para beneficiarse de la actividad física constante y adoptarla como hábito;
- pueden brindar sesiones periódicas de educación y actividad físicas adecuadamente estructuradas y supervisadas;
- los profesores que imparten y supervisan la educación física conocen a los estudiantes y son responsables de su desarrollo y bienestar completos;
- la actividad física es una materia popular en la escuela, en particular entre los estudiantes más jóvenes;
- las escuelas son valiosos puntos de acceso para el fomento de la actividad física en toda la comunidad;
- las escuelas pueden utilizar la educación física para fomentar la cooperación entre las familias, las comunidades y los clubes deportivos y obtener recursos y oportunidades suplementarios para la actividad física.

LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN Y MEDIANTE LAS ESCUELAS

El fomento de la actividad física en y mediante las escuelas comprende, entre otras cosas, la planificación, la obtención del compromiso y del apoyo de las comunidades, la integración de la actividad física en los diversos componentes de una escuela promotora de la salud y la supervisión y la evaluación.

Planificación

La planificación comprende esencialmente la realización de un análisis de la situación y la fijación de metas y objetivos.

Se hace **un análisis de la situación** a fin de

revelar los datos pertinentes y las condiciones previas para el fomento de la educación física y sobre salud y de las actividades fuera de la escuela. Esa información es esencial para la planificación, el seguimiento y la evaluación ulteriores y para lograr el apoyo y el compromiso de los encargados de la formulación de políticas y de la adopción de decisiones.

Las metas principales de la actividad física en y mediante las escuelas son las siguientes:

- poner las bases para una vida activa en toda su duración;
- desarrollar y aumentar la salud y el bienestar de los estudiantes;
- brindar goce, diversión e interacción social;
- contribuir a la prevención/reducción de problemas de salud en el futuro.

Sólo la actividad física que satisfaga varios criterios relativos a los modos, la frecuencia, la intensidad, el espíritu, el respeto de las normas y la conducta moral, etc., permitirá alcanzar esas metas. La forma mejor de infundir las cualidades necesarias es la de que quienes se encarguen de impartir y supervisar las actividades sean profesores capacitados.

Las recomendaciones basadas en la mejor documentación disponible para obtener la forma física y los beneficios para la salud que brinda la actividad física son las siguientes (Biddle S., Sallis J., Cavill N., *Young and Active?*, Dirección de Educación sobre Salud, Londres 1998):

Recomendaciones primordiales

- todos los jóvenes deben practicar una actividad física de una intensidad al menos moderada durante *una hora al día*;
- los jóvenes que actualmente ejercen poca actividad deben practicar una actividad física de intensidad al menos moderada durante *al menos media hora al día*.

Recomendación secundaria

- *al menos dos veces a la semana*, algunas de esas actividades deben contribuir a intensificar y mantener la fuerza y la flexibilidad musculares y la salud de los huesos.

El objetivo debe ser el de que una parte substancial de la actividad física recomendada esté relacionada con las escuelas y en particular como parte del programa de educación física. A ese respecto, se pueden establecer objetivos cuantitativos correspondientes a las posibilidades nacionales y locales.

La obtención de compromiso y apoyo

La práctica de una actividad física adecuada en y mediante las escuelas requiere el compromiso, el apoyo y la participación de muchas instancias en los niveles nacional, regional y local.

En el nivel normativo, se requieren compromiso y apoyo mediante, por ejemplo,

- el reconocimiento público, en el nivel político mas alto, del valor y la necesidad de la actividad física periódica;
- medidas legislativas y otras medidas reglamentarias en pro del prestigio y la financiación de la actividad física en las escuelas;
- asignación del tiempo adecuado i) para la educación física en el plan de estudios y como parte de las actividades deportivas y de ocio en la escuela y ii) para actividades físicas no estructuradas;
- designación de un administrador en el nivel estatal encargado de supervisar la planificación y la aplicación de la educación física en las escuelas;
- un sistema para formar a profesores competentes de educación física;
- formación de los profesores y otros miembros del personal de las escuelas para que fomenten la vida activa;
- facilitación de oportunidades para que el profesorado y el personal de las escuelas practiquen la actividad física;
- participación continua y coordinada de sectores (salud, deporte, educación, cultura, transporte y medio ambiente) y agentes (los diversos colaboradores, públicos y privados) decisivos.

En el nivel comunitario, se requiere el compromiso mediante, por ejemplo,

- el empleo de profesores y animadores con las aptitudes idóneas;
- la facilitación de las instalaciones y del equipo necesarios;
- el apoyo activo por parte de la administración y los organismos locales a las medidas destinadas a aumentar las oportunidades en materia de actividad física;
- la participación y el apoyo de los padres/ las familias, los miembros de la comunidad y las organizaciones deportivas locales;
- la utilización de medios de comunicación y comunicaciones eficaces.

La integración de la actividad física en los diversos componentes de la escuela promotora de la salud

El éxito de las medidas para fomentar la actividad física en y mediante las escuelas depende en gran medida de la mayor o menor eficacia con que se utilicen los diversos componentes funcionales de las escuelas promotoras de la salud para apoyar la adopción y el mantenimiento de la actividad física. Entre los componentes funcionales figuran los siguientes: creación y aplicación de políticas y prácticas de apoyo, inclusión en el plan de estudios de la educación sobre salud, creación de un entorno escolar saludable, dispensación de una nutrición saludable y prestación de servicios de salud adecuados, participación de las familias, en particular en las actividades físicas extraescolares,

cooperación entre las escuelas y las comunidades, fomento de la salud entre el personal escolar y organización de actividades extraescolares (socioculturales, físicas y de ocio).

Para la elaboración de políticas, prácticas y medidas de apoyo a la actividad física en y mediante las escuelas, hay que basarse en las condiciones, tradiciones, necesidades y posibilidades locales y nacionales. Sin embargo, muchas cuestiones son comunes a muchos países. En el anexo se presenta como ejemplo un conjunto de políticas y prácticas para fomentar la actividad física en las escuelas y las comunidades.

Formación y perfeccionamiento del personal

Todo el personal participante en la educación física y otras actividades físicas en y mediante las escuelas debe adquirir los conocimientos y el entendimiento idóneos del valor, los beneficios y las funciones de la actividad física, además de sus riesgos, y aprender a evaluar los requisitos para la participación placentera y segura en las diversas actividades. Se debe prestar atención especial a la formación idónea de los profesores y los planificadores de los cursos de educación física. Además de los conocimientos y las aptitudes técnicas, todos los participantes en la enseñanza y la instrucción deben entender el proceso de desarrollo y maduración de los niños y los aspectos psicológicos y sociales de la actividad física para brindar experiencias positivas a los estudiantes.

Supervisión y evaluación

El fomento de la actividad física en y mediante las escuelas es una tarea importante y que entraña una gran responsabilidad. Es esencial saber el grado de consecución de las metas, de satisfacción de la escuela, los estudiantes, los profesores y los padres con los resultados, de idoneidad de los recursos y de eficacia de su utilización. Es importante recopilar sistemática y reiteradamente información sobre los procesos de aplicación (evaluación de los procesos) y los resultados (evaluación

de los resultados). Una evaluación cabal es una tarea metodológicamente agotadora y que requiere gran cantidad de recursos. Sin embargo, también se puede obtener información útil por métodos sencillos y baratos. Los resultados de la evaluación son útiles para encargados de la formulación de políticas, planificadores, administradores y profesores, así como para los padres y los diversos miembros y grupos de la comunidad participantes en la planificación y la aplicación de programas y servicios de actividad física. Se puede utilizar la información recopilada para hacer los ajustes y las mejoras necesarios. Para ello, hay que comunicar los resultados de la evaluación sin demora y de forma interesante y concreta.

Parte II Apéndice

EE.UU. Recomendaciones con vistas a la formulación de programas escolares y comunitarios para el fomento de la actividad física entre los jóvenes (Adaptadas de las Directrices de los EE.UU. con vistas a la formulación de programas escolares y comunitarios para fomentar entre los jóvenes la actividad física a lo largo de toda la vida, Departamento de Servicios Humanos y de Salud de los EE.UU., MMWR 1997).

Política general

- Formular políticas que fomenten entre los jóvenes una actividad física agradable a lo largo de toda la vida.
- Recabar una educación física completa y diaria para los alumnos de las enseñanzas primaria y secundaria.
- Recabar una educación completa en materia de salud para los alumnos de las enseñanzas primaria y secundaria.
- Recabar que se comprometan recursos adecuados, incluidos presupuesto e instalaciones, para los programas y la instrucción en materia de actividad física.
- Recabar la contratación de especialistas para que impartan educación física en las enseñanzas primaria y secundaria, maestros de escuelas elementales formados para que impartan educación sobre salud, especialistas para que impartan educación sobre salud en la enseñanza secundaria de primero y segundo ciclos y personas capacitadas para dirigir los programas escolares y comunitarios de actividad física y preparar a los jóvenes con programas deportivos y recreativos.
- Recabar que la instrucción y los programas en materia de actividad física satisfagan las necesidades y los intereses de todos los estudiantes.

Medio ambiente

- Brindar marcos físicos y sociales que estimulen y permitan una actividad física segura y placentera.
- Brindar acceso a espacios e instalaciones seguros para la actividad física en la escuela y la comunidad.
- Establecer y aplicar medidas para prevenir las lesiones y las enfermedades relacionadas con la actividad física.
- Ceder tiempo de la jornada escolar para la actividad física no estructurada.
- Desaconsejar la utilización o la denegación de la actividad física como castigo.
- Formular programas de fomento de la salud destinados al profesorado y al personal de las escuelas.

Educación física

- Aplicar programas e instrucción en materia de educación física que hagan hincapié en una práctica placentera de la actividad física y que ayude a los estudiantes a desarrollar los conocimientos, las actitudes, las aptitudes motoras y de conducta y la confianza necesarios para adoptar y mantener estilos de vida físicamente activos.
- Brindar programas de educación física planificada y progresiva en las enseñanzas primaria y secundaria que fomenten una actividad física placentera a lo largo de toda la vida.
- Utilizar programas de educación física coherentes con las normativa nacional al respecto.
- Utilizar estrategias de aprendizaje activo y hacer hincapié en una participación placentera en las clases de educación física.
- Desarrollar los conocimientos y las actitudes positivas de los estudiantes en materia de educación física.

- Desarrollar el dominio por parte de los estudiantes de las aptitudes motoras y de conducta y su confianza en ellas para la práctica de la actividad física.
- Facilitar la dedicación de un porcentaje substancial del tiempo semanal de actividad física recomendada de cada estudiante a clases de educación física.
- Fomentar la participación en una actividad física placentera en la escuela, la comunidad y el hogar.

Educación sobre salud

- Aplicar programas educativos e instrucción en materia de salud que ayuden a los estudiantes a desarrollar los conocimientos, las actitudes, las aptitudes de conducta y la confianza necesarios para adoptar y mantener estilos de vida físicamente activos.
- Brindar programas de educación física planificada y progresiva en las enseñanzas primaria y secundaria que fomenten una actividad física placentera a lo largo de toda la vida.
- Utilizar programas de educación física coherentes con la normativa nacional al respecto.
- Fomentar la colaboración entre los profesores de educación física y de educación sobre salud, los de materias enseñadas en las aulas y los de asignaturas conexas que planifiquen e impartan instrucción en materia de actividad física.
- Utilizar estrategias de aprendizaje activo para hacer hincapié en una participación placentera en la actividad física en la escuela, la comunidad y el hogar.
- Desarrollar los conocimientos y las actitudes positivas de los estudiantes con vistas a lograr una conducta saludable, en particular la actividad física.
- Desarrollar el dominio por parte de los estudiantes de las aptitudes de conducta y

su confianza en ellas para adoptar y mantener un estilo de vida saludable que comprenda la actividad física constante.

Actividades extraescolares

- Brindar programas de actividad física extraescolar que satisfagan las necesidades y los intereses de todos los estudiantes.
- Brindar a todos los estudiantes una diversidad de programas de actividad física, competitiva y no competitiva, idónea para el desarrollo.
- Vincular a los estudiantes con los programas comunitarios de educación física y utilizar los recursos comunitarios para apoyar los programas de actividad física extraescolar.

Participación de los padres

- Incluir a los padres y a los tutores en la instrucción en materia de educación física y en los programas comunitarios y extraescolares de actividad física y alentarlos para que apoyen la participación de sus hijos en actividades físicas placenteras.
- Alentar a los padres para que aboguen por instrucción y programas de calidad en materia de actividad física para sus hijos.
- Alentar a los padres para que apoyen la participación de sus hijos en actividades físicas idóneas y placenteras.
- Alentar a los padres para que sean modelos en cuanto a la práctica de la actividad física y planifiquen actividades familiares que comprendan la actividad física y participen en ellas.

Formación de personal

- Impartir al personal de la escuela y la comunidad encargado de la educación, el entrenamiento, la recreación, la atención de salud y tareas de otra índole una formación que transmita los

conocimientos y las aptitudes necesarios para fomentar eficazmente entre los jóvenes una actividad física placentera y a lo largo de toda la vida.

- Formar a profesores para que impartan una educación física que represente un porcentaje substancial de las horas lectivas semanales de educación física recomendadas para cada estudiante.
- Formar a profesores para que utilicen las estrategias de aprendizaje activo necesarias para desarrollar los conocimientos y las aptitudes de los estudiantes en materia de educación física e infundirles confianza a la hora de practicar la actividad física.
- Formar al personal de la escuela y la comunidad para que cree marcos psicosociales que permitan a los jóvenes disfrutar con los programas y la instrucción en materia de actividad física.
- Formar al personal de la escuela y la comunidad para que sepa hacer participar a los padres y la comunidad en la instrucción y los programas en materia de actividad física.
- Formar a voluntarios que se encarguen de impartir programas deportivos y recreativos para jóvenes.

Servicios de salud

- Evaluar las modalidades de actividad física que se dan entre los jóvenes, prestarles asesoramiento en materia de actividad física, adscribirlos a los programas idóneos y abogar por que se impartan instrucción y programas de actividad física a los jóvenes.
- Evaluar periódicamente las modalidades de actividad física de los jóvenes, reforzar la actividad física practicada por los jóvenes activos, asesorar a los jóvenes inactivos en materia de actividad física y asignar a los jóvenes la actividad física idónea.

- Abogar por una instrucción y unos programas de actividad física que satisfagan las necesidades de los jóvenes.

Programas comunitarios

- Brindar a todos los jóvenes una gama de programas deportivos y recreativos comunitarios atractivos e idóneos para su desarrollo.
- Brindar a todos los jóvenes una diversidad de programas deportivos y recreativos comunitarios idóneos para su desarrollo.
- Brindar a los jóvenes acceso a los programas deportivos y recreativos comunitarios.

Evaluación

- Evaluar periódicamente la instrucción, los programas y las instalaciones comunitarios en materia de actividad física.
- Evaluar la aplicación y la calidad de las políticas, los planes de estudios, la instrucción, los programas de actividad física y la formación del personal a ellos adscrito.
- Evaluar el grado de obtención de los conocimientos sobre actividad física y las aptitudes motoras y de conducta y el de adopción de una conducta saludable por parte de los estudiantes.

Anexo I Programa de trabajo

El anfitrión Comité de Organización danés ha preparado un grato acto social para los participantes el domingo 24 de mayo de 1998 a partir de las 17.00 horas.

Lunes, 25 de mayo de 1998

- 09.30 - 11.00 horas Punto 1: Inauguración oficial de la reunión
- 11.00 - 11.30 horas Pausa
- 11.30 - 11.45 horas Punto 2: Presentación de los participantes y aprobación del programa provisional de trabajo
- 11.45 - 12.00 horas Punto 3: Objetivo y método de trabajo
- 12.00 - 13.00 horas Punto 4: Presentación del papel de la vida activa en el marco de una escuela sana y de la necesidad de integrar la actividad física entre los componentes de una escuela promotora de la salud
- 13.00 - 14.00 horas Almuerzo
- 14.00 - 15.45 horas Punto 5: Debate sobre el estado y las tendencias a escala mundial de la actividad física y la educación física destinadas a los niños y a los jóvenes en edad escolar, incluidos los factores que les influyen en diferentes marcos. El debate se basará en un esquema ilustrado con uno o dos ejemplos de uno o dos países (Dinamarca, país anfitrión, y un país en desarrollo)
- 15.45 - 16.00 horas Pausa
- 16.00 - 18.00 horas Punto 5: Continuación
- 18.00 - 19.00 horas Sesión recreativa/de actividad física
- 19.30 horas Cena

Martes, 26 de mayo de 1998

- 08.30 - 10.30 horas Visita y observación *in situ* de programas/acciones de educación/actividad física en dos escuelas de la comunidad
- 10.30 - 10.45 horas Pausa
- 10.45 - 12.30 horas Punto 6i: Examen de las directrices para la formulación y/o el fortalecimiento de las políticas y las estrategias operacionales pertinentes con vistas a mejorar el fomento de la vida activa en y mediante las escuelas en los países en desarrollo y en los desarrollados

12.30 - 14.00 horas	Almuerzo
14.00 - 15.45 horas	Punto 6ii: Examen de las directrices para la formulación de programas de actividad física en las escuelas adaptados a las condiciones y culturas locales
15.45 - 16.00 horas	Pausa
16.00 - 16.45 horas	Punto 6: Continuación
16.45 - 18.00 horas	Punto 7: Determinación de los sectores prioritarios en los niveles nacional e internacional que faciliten el fomento, la formulación y la ejecución de políticas y programas de vida activa en y mediante las escuelas
19.00 horas	Paseo hasta el gimnasio escolar: exhibición de un equipo de gimnastas
20.00 horas	Cena

Miércoles, 27 de mayo de 1998

09.00 - 09.45 horas	Punto 7: Continuación
09.45 - 10.30 horas	Punto 8: Propuesta de algunas medidas complementarias, en particular en el nivel de los países
10.30 - 11.00 horas	Pausa
11.00 - 11.30 horas	Punto 8: Continuación
11.30 - 12.00 horas	Clausura de la reunión
12.00 horas	Almuerzo

Anexo II

Lista de participantes

Andrews, Sr. John C.

Presidente de la Federación Internacional de Educación Física y Deportes

4, Clevecroft Avenue, Bishops Cleeve, Cheltenham, GL52 4JZ

Reino Unido

Tel./Fax: +44 1242 67 36 74 y en Francia (Poitiers) Tel./Fax: +33 5 49 43 93 59

Correo electrónico: jcafiepics@aol.com

Barabas, Dr. Aniko*

Universidad de Educación Física de Hungría

Alkotas u.44

H-1123 Budapest

Hungría

Fax: +36 1 156 6337

Bracco, Dr. Mario

Centro de Investigaciones sobre la Forma Física de São Caetano do Sul - São Paulo - Brasil

1400-São Caetano do Sul

São Paulo 09521-300 AV.Goiás, 1400

Brasil

Tel./Fax: +55 11 453-8980 o 453-9643

Correo electrónico: lafiscs@mandic.com.br

Costongs, Sra. Caroline

Coordinadora del proyecto Juventud en Movimiento

Comité Olímpico de los Países Bajos * Confederación de Deportes de los Países Bajos,

Departamento de Deporte y Salud

P.O.Box 302

6800 AH 6800 Arnhem

Países Bajos

Tel.: +31 26 4834708, Fax: +31 26 4834732

Correo electrónico: sport.gezondheid@noc-nsf.nl

Dally, Sr. Marcellin*

Especialista encargado de Deporte de la División de Juventud y Actividades Deportivas

UNESCO

1 rue Miollis, 75732 Paris Cedex 1, Francia

Tel.: +33 1 45 68 38 92, Fax: +33 1 45 68 57 25

Correo electrónico: m.dally@unesco.org

* No pudo asistir

Fischer, Dr. Peter

Akad. Oberrat, Sportzentrum der Universitaet Augsburg
Alemania
Tel.: +49 821 598 2810, Fax: +49 821 598 2828
Correo electrónico: Peter.Fischer@Sport.uni.augsburg.de

Fouillouz, Sra. Monique*

Education International
155, Boulevard Emile Jacqmain (8)
1210 Bruselas (Bélgica)
Tel.: +32 2 224 0611, Fax: +32 2 224 0606

Froberg, Dr. Karsten

Profesor adjunto del Instituto de Ciencia del Deporte y la Educación Física
Universidad de Odense (Dinamarca), representante del Estudio Cardiológico de la Juventud
Europea
Instituto de Ciencia del Deporte y la Educación Física de la Universidad de Odense
5230 Odense (Dinamarca)
Tel.: +45 65 57 34 57, Fax: +45 66 15 86 12
Correo electrónico: froberg@sportmed.ou.dk

Hardman, Profesor Kenneth

En representación del Consejo Internacional para la Ciencia del Deporte y la Educación Física
(ICSSPE/CIEPSS)
Universidad Libre de Berlín, Instituto de Ciencia del Deporte
Schwendenstrasse 8,
14195, Berlín (Alemania)
Tel.: +49 30 80 5003-61, Fax: +49 30 824 1136
Correo electrónico: icsspe@zedat.fu-berlin.de
Dirección de contacto: Centro de Estudios de la Educación Física y del Ocio
Universidad de Manchester, Oxford Road, M13 9PL, Manchester (Reino Unido)
Tel.: +44-161-275-4964, Fax: +44 1612 754962,
Correo electrónico: Ken.hardman@btinternet.com

Haugbølle, Sra. Conni

Asesora sobre educación física, fomento de la salud y deporte
Comité Olímpico Nacional y Confederación de Deportes de Dinamarca
Idraettens Hus
Brøndby Stadion 20
2605 Brøndby (Dinamarca)
Tel.: +45 43 26 20 51, Fax: +45 43 26 26 29
Correo electrónico: conni.haugbolle@dif.dk

Katsumura, Dr. Toshihito

Director del Centro colaborador de la OMS para el fomento de la salud mediante la investigación y la formación en materia de medicina deportiva.

Profesor del Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública, Facultad de Medicina de Tokio, 6-1-1

Shinjuku, Shinjuku-ku, Tokio 160-8402

Japón

Tel.: +81 3 5379 4339

Fax: +81 3 3226 5277

Correo electrónico: kats@tokyo-med.ac.jp

Kawa, Sra. Locadia

Miembro del Comité Deporte para Todos, presidenta de Mujeres en el Deporte en Marandera, Deporte para Todos

DGI Zimbabwe

11 Grace Road, Winston Park, Marondera

Zimbabwe

Tel.: +2637924309 Fax: +263 79 21 492

Correo electrónico: simbadgi@harare.iafrica.com

Khummongkol, Dr. Chairoj

Director del Centro de Fomento de la Salud de la Región 8,

Nakhonsawan

Provincia de Nakhonsawan

Tailandia 61000

Tel.: +66 056 255451, Fax: +66 056 255403

Krogh, Sr. Edtvar

Director del Departamento de Fomento de la Salud y Prevención

Condado de Ribe, Amtsgården, Ribe Amt, Sorsigvej 35

6760 Ribe

Dinamarca

Tel.: +45 75 42 42 00, ext. 4308, Fax: +45 75 42 59 38

Correo electrónico: edtvar@krogh.net

Laventure, Sr. Bob

Proyecto sobre Actividad Física, Dirección de Educación Sanitaria

Trevelyan House 30

Great Peter Street, Londres SW1P 2HW

Reino Unido

Tel.: +44 171 413 1823 Fax: +44 171 413 8931

Correo electrónico: bob.laventure@hea.org.uk

Representante también del Comité de Jefes de Gobierno del Commonwealth sobre Cooperación mediante el Deporte (Ottawa, Canadá)

Mascagni Stivachtis, Sra. Katia

Jefa de la Sección de Organizaciones Intergubernamentales y No Gubernamentales
Departamento de Cooperación y Comunicación Internacionales
Comité Olímpico Internacional (COI)
Chateau de Vidy, C.P. 366, Lausanne 1007
Suiza
Tel.: +4121 621 6111 o 6419 Fax: +4121 621 6354
Correo electrónico: katia.mascagni@olympic.org

Mizuno, Dr. Masao

Centro colaborador de la OMS para el fomento de la salud mediante la investigación y la formación en materia de medicina deportiva
Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública
Profesor adjunto de la Facultad de Medicina de Tokio
c/o Panum NMR-Center, Universidad de Copenhague
Blegdamsvej 3
2200 Copenhague N, Dinamarca
Tel.: +45 3532 7753, Fax: +45 3135 6310
Correo electrónico: masao@nmr.ku.dk

Nielsen, Sra. Nina E.

Asesora sobre educación física del Ministerio de Educación de Dinamarca
Hasselhaven 17
2600 Glostrup, Dinamarca
Tel.: +45 43 62 69 90

Page, Dr. Angie

Dependencia de Investigación del Ejercicio y la Salud
Universidad de Bristol
Woodland House
34 West Park
Bristol BS8 2LU
Reino Unido
Tel.: +44 117 928 8813 Fax: +44 117 946 7748
Correo electrónico: A.S.Page@bristol.ac.uk

Subirats, Lic. Elena

Departamento de Promoción de la Salud
Ministerio de la Salud
Dirección de Ejercicios para el Cuidado de la Salud
Secretaría de Salud
Florencia n° 7, 1er. piso
06600 México D.F.
México
Tel.: +1 525 511 70 01, +1 533 06 50 AL 58 ext. 126, 511 51 62, Fax + 1 525 511 51 62
Correo electrónico: subirats@data.net.mx

*

Syar, Dr. Adbel Rahman*

Consejo Superior de Juventud y Deportes
P.O.Box 5747
Manama, Bahrein
Fax: +973 687 163

Talbot, Profesora Margaret

Presidenta de la Asociación Internacional de Educación Física y Deportes para la Joven y la Mujer (IAPESGW)
c/o Universidad Metropolitana de Leeds
Beckett Park
Leeds LS6 3QS
Reino Unido
Tel.: +44 113 283 7431, Fax: +44 113 283 7430
Correo electrónico: M.Talbot@lmu.ac.uk

Wong, Sra. Patricia

Centro de Medicina Deportiva y Ciencia del Deporte de Hong Kong

Centro colaborador de la OMS sobre medicina deportiva y fomento de la salud
Primer piso, Union Hospital, 18 Du Kin Street, TaiWai, Shatin
Nuevos Territorios
Hong Kong
Tel.: +8752 2608 3311 Fax: +852 2605 3334
Correo electrónico: patriciawong@cuhk.edu.hk

Secretaría:

País anfitrión: Dinamarca

Berggren, Finn, Profesora Adjunta

Presidenta del Comité Local de Organización y Coordinadora Nacional de la Reunión

Instituto de Ciencia del Deporte y Educación Física, Universidad Meridional de Dinamarca

Departamento de Educación Física
Universidad de Odense
5230 Odense (Dinamarca)
Tel.: +45 65 57 34 37 Fax: +45 66 19 19 43
Correo electrónico: berggren@sportmed.ou.dk

Oficina Regional de la OMS par Europa

Goos, Dr. Cees

Director en funciones de la División de Fomento de la Salud y Prevención de las Enfermedades,
EURO/OMS
Sherfigsvej 8
2100 Copenhagen Ø
Correo electrónico: cgo@who.dk
Tel.: +45 39 17 17 17, Fax: +45 39 17 18 18

*

OMS/SEDE:

Benaziza, Sr. Hamadi

Especialista en Educación sobre la Salud

Departamento de Promoción de la Salud/Prevención y Vigilancia

Organización Mundial de la Salud

CH-1211 Ginebra 27 - Suiza

Tel.: +41 22 791 25 83/3434, +41 22 791 21 11,

Fax: +41 22 791 4186

Correo electrónico: benazizah@who.int

Vuori, Profesor Ilkka

Profesor/Director

Instituto UKK de Investigaciones sobre el Fomento de la Salud

P.O. Box 30

FIN-33501 Tampere

Finlandia

Tel.: +358-3 282 9201, Fax: +358-3 282 9559

Correo electrónico: ukilvu@uta.fi

Referencias

1. Australian Sports Commission (1996): Developing Young People Through Sport
2. Canada's Physical Activity Guide to Healthy Active Living, Health Canada, Ottawa, 1999
3. Declaration of the 7th World Congress on Sport for All on "Sport for All and the Global Educational Challenges", organized by the International Olympic Committee in cooperation with WHO, UNESCO and the General Association of International Federation of Sports (GAIFS), Barcelona, Spain, 19-22 November 1998
4. Health Education Authority, UK (1996): Getting Active - Feeling Fit: A Simple Guide to Active Living for All Ages. Hamilton House: London
5. Health Education Authority, UK (1998) Young and Active? Policy framework for young people and health-enhancing activity
6. Morbidity and Mortality Weekly Report, 7 March 1997/Vol 46/No. RR-6 "Guidelines for School and Community Programs to Promote Lifelong Physical Activity Among Young People"
7. New South Wales Health (NSW) Department, Public Health Division (April 1998): NSW Physical Activity Task Force "Simply Active Every Day: A Plan to promote physical activity in NSW 1998-2002"
8. US Surgeon General (1966): Physical Activity and Health: A Report of the Surgeon General. Atlanta, GA: US Department of Health and Human Services, Center for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 1996
9. The European Journal of Physical Education, 1997, 2, 157-159

Documentos de la OMS :

10. Fact Sheet on The WHO Global Initiative on Active Living, WHO/Geneva, Rev 2, Sept. 1999
11. Information Series on School Health - Active Living: An Essential Element of A Health-Promoting School (in preparation), 1999, WHO/Geneva, HPR/HEP
12. Report of the WHO Meeting on The Active Living National Policy Network Ottawa, Canada, 14-16 September 1998, WHO/HSC/HPR/AL/98.12
13. Report of the Informal Meeting "Active Living: Physical Activity for Health", WHO/HQ, 27-28 February 1997, WHO HPR/97.8
14. WHO Bulletin, 1995, 73 Update/Le Point - Exercise for Health, WHO/FIMS Committee on Physical Activity for Health

-
15. WHO/International Society and Federation of Cardiology, "Physical Inactivity: A Risk Factor for Coronary Heart Disease". A Position Statement, February 1993
 16. WHO Technical Report Series 870 - Promoting Health through Schools
 17. WHO Advisory Kit on World No-Tobacco Day 1996: "Sports and Arts without Tobacco: Play it Tobacco Free"
 18. World Health Report, WHO, 1999
 19. FIMS/WHO Consensus Statement on "Organized Sports for Children" WHO Bulletin 76 (1998), 445-447
 20. The WHO Initiative on Health Promoting Schools, WHO 1998



ORGANIZACION MUNDIAL DE LA SALUD
El Grupo Orgánico de Enfermedades No Transmisibles y Salud Mental

Avenue Appia 20, 1211 Ginebra 27, Suiza
Tel +41 22 791 2111 Fax +41 22 791 3111
www.who.int