BEST PRACTICES FOR PHYSICAL ACTIVITY PLICES FOR PHYSICAL ACTIVITY

AROUND THE WORLD

CENTRAL AMERICA



PROMOCIÓN RECREATIVA EN LOS MUNICIPIOS DE COSTA RICA

Nombre de la Institución Responsable:

Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación

Nombre del Programa de Promoción de Actividad Física:

Promoción Recreativa en los Municipios del País

Fecha de Implementación:

2.003



Principales acciones de promoción de actividad física:

- Contratación de un promotor recreativo para cada uno de los Municipios del país.
- Elaboración y ejecución de un plan recreativo municipal coordinado con la Municipalidad y las instituciones locales.
- Conformación de una Red Municipal de Actividad Física con participación de clínicas y hospitales, escuelas y colegios, asociaciones y organizaciones locales, empresas privadas y líderes comunales.

Acciones puntuales:

- Día Mundial de la Actividad Física
- Día del Desafío
- Día Mundial del Corazón
- Día del Deporte

Acciones permanentes:

- Clubes recreativos y deportivos
- Calles recreativas
- Escuelas recreativas vacacionales



Mejor experiencia de promoción de la actividad física:

El objetivo del programa es promover la actividad física para la salud y la recreación en las municipalidades y comunidades del país, mediante la labor de un Promotor Recreativo profesional en educación física y capacitado en actividad física y recreación, quien elabora un Plan recreativo Municipal y lo somete a la aprobación de la Municipalidad respectiva, la cual aprueba y apoya su ejecución con el presupuesto municipal dedicado al deporte.

Paralelamente, se organiza la Red Cantonal de Actividad Física, que es un mecanismo local de coordinación de esfuerzos, recursos y voluntades para promover la actividad física y la recreación en el territorio del Municipio.

Los resultados desde el 2003 hasta la fehca han evidenciado un constante crecimiento de las actividades realizadas en los municipios, que en el 2004 alcanzaron la cifra de 8500

actividades, así como de los participantes en ellas, que en el 2004 se elevaron a 950,000 personas.

Instrumento(s), medida(s) o alianza utilizada para la medida del impacto:

Guía de Evaluación de Proyectos de Actividad Física y Salud, del CDC – Atlanta.





Informaciones de Contacto con el Programa:

Responsable/coordinador: DR. Roberto Roque Pujol Program contact Information: MSc. Allan Mosquera

Institución: ICODER
Teléfono / fax Institución: (506) 2848717

Correo Electrónico de la Institución: rroque@icoder.go.cr
Correo Electrónico del Programa: amosquera@icoder.go.cr

Sitio en Internet del programa o la Instituición: www.icoder.go.cr

RED COSTARRICENSE DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD

Nombre de la Institución Responsable:

Ministerio de Salud

Nombre del Programa de Promoción de Actividad Física:

Red Costarricense de Actividad Física para la Salud

Fecha de Implementación:

Mes: Febrero Año: 2.005

Principales acciones de promoción de actividad física:

- Abogacía a jerarcas de diferentes sectores del país para sensibilizar sobre la importancia de la actividad física para la salud y la implementación de acciones en sus funcionarios y la población beneficiaria, así como la necesidad del trabajo conjunto y integración de la institución que dirige a la Red Costarricense de actividad física para la salud.
- Formulación de un decreto ejecutivo para la constitución oficial de la Red, firmado por los ministros de diferentes sectores y el presidente de la República, y el seguimiento hasta su aprobación.
- Convenios entre el Instituto de Deporte y Recreación y las municipalidades para la asignación de presupuesto y contratación de promotores recreativos que apoyen la constitución y acciones de las redes cantonales.
- Formulación de un plan nacional de la Red, para el desarrollo de acciones conjuntas entre las instituciones de los diferentes sectores.

Acciones puntuales:

- Día Mundial de la actividad física (6 de abril): concentración de población en parques recreativos nacionales, para participar en diferentes actividades recreativas y deportivas, juegos tradicionales, ferias de la salud.
- Día de la comunidad activa (último viernes de agosto): actividades recreativas con los escolares, maestros y personal escolar; incorporación del tema de actividad física en los contenidos didácticos escolares.





• Día Mundial del corazón (último domingo de septiembre): actividades deportivas y recreativas en parques recreativos y lugares públicos: caminatas, juegos recreativos y tradicionales, dinámicas y juegos con personas con discapacidad, grupos de porrismo, bailes populares, entre otros.

Acciones permanentes:

- Inserción de componente de actividad física como tema transversal en la Enseñanza General Básica (dirigido a población escolar).
- Incorporación de acciones de promoción de actividad física en los programas de salud ocupacional de los centros de trabajo (dirigido a población trabajadora).
- Incorporación del tema de actividad física en los centros de educación y nutrición infantil del Programa Nacional de Nutrición y Atención Integral (600 centros), dirigido a niños preescolares en condición de pobreza.
- Integración de acciones de promoción de actividad física en los compromisos de gestión, de los servicios de salud del primer nivel de atención.

Mejor experiencia de promoción de la actividad física:

III Curso Internacional de actividad física y salud pública

Objetivo:

Proveer las bases para el desarrollo de programas de promoción de actividad Física con propósitos de salud pública a nivel nacional y local.

Público Objetivo:

Profesionales de diferentes sectores e instituciones que trabajan en el campo de la actividad física, salu, educación y participación comunitaria de la Región de Centroamérica.

Establecimiento de Alianzas:

- Anivel internacional: con la CDC, CELAFISCS Y RAFA para el apoyo en el desarrollo del curso.
- A nivel de la región de mesoamerica (Centroamérica y México): motivación para iniciar procesos de sensibilización en el desarrollo de acciones de promoción de actividad física en diferentes profesionales y sectores de los países participantes , a fin de establecer a futuro redes nacionales que se integren a la Red de actividad física de las américas.
- A nivel nacional: consolidación de la Red nacional de actividad física para el desarrollo de acciones conjuntas entre instituciones de diferentes sectores del país.

Actividades Realizadas:

Planificación, ejecución y seguimiento del III Curso internacional de actividad física y salud pública; por una semana con el apoyo de 10 expositores internacionales de la CDC de Atlanta, de CELAFISCS y de RAFA y la participación de 75 profesionales de la región de Centroamerica y México.

Instrumento(s), medida(s) o alianza utilizada para la medida del impacto:

Se está en proceso de revisión de indicadores de evaluación.





Informaciones de Contacto con el Programa:

Responsable/coordinador: MSc. Margarita Claramunt Garro

Institución: Ministerio de Salud

Teléfono Institución: (506) 255 22 92 fax: (506) 233 28 54 Correo Electrónico de la Institución: maclaramunt@hotmail.com

margaritaclaramunt@yahoo.com

Sitio en Internet del programa o la Instituición: ministeriodesalud.go.cr



AGITA UDELAS

Nombre de la Institución Responsable:

Universidad Especializada de las Américas

Nombre del Programa de Promoción de Actividad Física:

AGITAUDELAS

Fecha de Implementación:

Mes: Abril Año: 2.003



Principales acciones de promoción de actividad física:

Se realizan acciones con la comunidad que está en el entorno de la Universidad y también con los funcionarios y familia de los funcionarios de UDELAS, se realizan tomas de presión, consejos nutricionales, conferencias y charlas, actividades físicas (caminatas, sesiones de aeróbicos, actividades recreativas y deportivas).

Acciones puntuales:

Se conmemoran las siguientes fechas:

Día Mundial de la Actividad Física

Día Mundial de la Salud

Día del Estudiante Activo y Saludable

Día del Fisioterapeuta

Día del Terapista Ocupacional

Día del Terapista Respiratorio

Día del Biomedico

Aniversario de UDELAS



Acciones permanentes:

- Conferencias sobre actividad Física y nutrición: escolares, profesionales de la salud, adultos mayores, profesionales de Educación Física.
- Conferencias sobre actividad Física y ENTs. : Publico- profesionales de la salud, escolares, adultos mayores, trabajadores.
- Orientación sobre buenas practicas de la Actividad Física: Publico profesionales de la salud, escolares, adultos mayores, trabajadores, Universitarios.

Mejor experiencia de promoción de la actividad física:

$Objetivos\, del\, Programa:$

Incrementar el nivel de actividad física de la comunidad Universitaria, hacer que la comunidad Universitaria sea más activa mejorando su calidad y expectativa de vida y disminuir los riesgos de problemas de salud, mediante el conocimiento de los efectos

beneficos de la actividad fisica.

Público Objetivo:

Estudiantes Universitarios, Administrativos y trabajadores de la Universidad y sus familiares, Comunidad entorno de la Universidad.

Establecimientos de Alianzas:

Se han realizado convenios con el Ministerio de Salud, Instituto Nacional de Deportes, Ministerio de Desarrollo Social.

Actividades realizadas:

Se realizan conferencias, charlas, talleres, caminatas, ferias de salud, juegos recreativos y deportivos.



Caminatas



Charlas Actividad Fisica

Informaciones de Contacto con el Programa:

Responsable/coordinador: Guillermo Enrique Goff

Institución: Universidad Especializada de las Americas

Teléfono / fax Institución: 00507-315-1102

Correo Electrónico de la Institución: <u>udelasestamento@yahoo.com</u>
Correo Electrónico del Programa: <u>udelasestamento@yahoo.com</u>
<u>udelasestamento@yahoo.com</u>

Sitio en Internet del programa o la Instituición:

www.geocities.com/udelasestamento/udelasestamento.html

- MINISTERIO DE SALUD PROGRAMA DE ACTIVIDAD FISICA PARA FUNCIONARIOS

Nombre de la Institución Responsable:

Ministerio de Salud

Nombre del Programa de Promoción de Actividad Física:

Programa de Actividad Física para Funcionarios del Ministerio de Salud

Fecha de Implementación:

Mes: Octubre Año: 2.005

Principales acciones de promoción de actividad física:

- 1. Caminata Osteosporosis
- 2. Caminata Triatlón
- 3. Caminata para la Prevención de la Diabetes, 13 Nov 2005
- 4. Caminata de Prevención del Tabaquismo
- 5. Caminata de Prevención del VIH/Sida

Acciones puntuales:

- 1. Día Nacional de Prevención de la Osteosporosis
- 2. Día Cuerpo Sano con Huesos (20-10-2005)
- 3. Muévete Panamá (7-04-2005)
- 4. Maratón Internacional Centroamericano (Agosto-2005)

Acciones permanentes:

- 1. Adulto
- 2. Trabajador

Mejor experiencia de promoción de la actividad física:

La actividad que consideramos que es la mejor para la promoción de la Salud es la de divulgación de adquirir hábitos de vida saludables los cuales envuelven actividades fisicas, alimentación balanceada, dirigidos a públicos de todas las edades.

Informaciones de Contacto con el Programa:

Institución: Ministerio de Salud

Teléfono / fax Institución: (507) 262-3194

MUEVETE PANAMA



Nombre de la Institución Responsable:

Asociación de Profesionales de Educación Física de Panamá

Nombre del Programa de Promoción de Actividad Física:

MUÉVETE PANAMÁ

Fecha de Implementación:

Mes: Abril Año: 2.002

Principales acciones de promoción de actividad física:

Se realizan acciones con la comunidad del País, se realizan tomas de presión, consejos nutricionales, conferencias y charlas, actividades físicas (caminatas, sesiones de aeróbicos, actividades recreativas y deportivas).



Acciones puntuales:

Se conmemoran las siguientes fechas:

Día Mundial de la Actividad Física

Día Mundial de la Salud

Día del Estudiante Activo y Saludable

Día del Corazón

Día de Lucha contra la Osteosporosis

Día de Lucha contra la Diabetes

Día de la Salud Mental

Acciones permanentes:

- Conferencias sobre actividad Física y nutrición: escolares, profesionales de la salud, adultos mayores, profesionales de Educación Física.
- Conferencias sobre actividad Física y ENTs. : Publico profesionales de la salud, escolares, adultos mayores, trabajadores.
- Orientación sobre buenas practicas de la Actividad Física: Publico profesionales de la salud, escolares, adultos mayores, trabajadores.

Mejor experiencia de promoción de la actividad física:

Objetivos del Programa:

Incrementar el nivel de actividad física de la comunidad, hacer que la comunidad sea más activa mejorando su calidad y expectativa de vida y disminuir los riesgos de problemas de salud, mediante el conocimiento de los efectos beneficos de la actividad física.

Público Objetivo:

Comunidad en General.

Establecimientos de Alianzas:

Se han realizado convenios con el Ministerio de Salud, Instituto Nacional de Deportes, Ministerio de Desarrollo Social.

Actividades realizadas:

Se realizan conferencias, charlas, talleres, caminatas, ferias de salud, juegos recreativos y deportivos.



Informaciones de Contacto con el Programa:

Responsable/coordinador: Guillermo Enrique Goff

Institución: APREF

Teléfono / fax Institución: 00507-315-1102

Correo Electrónico de la Institución: sportsgoff@netscape.net

Correo Electrónico del Programa: <u>udelasestamento@yahoo.com</u>

Sitio en Internet de la Institución: www.geocities.com/sportsgoff/.html