



# TRICONGRESO

Del 19 al 22 de Octubre

*"Ciencia, experiencia y avance  
tecnológico para el desarrollo de la  
Cultura Física"*



**"Factores que influyen en la reducción de la actividad física y la Educación Física como estrategia de intervención saludable".**

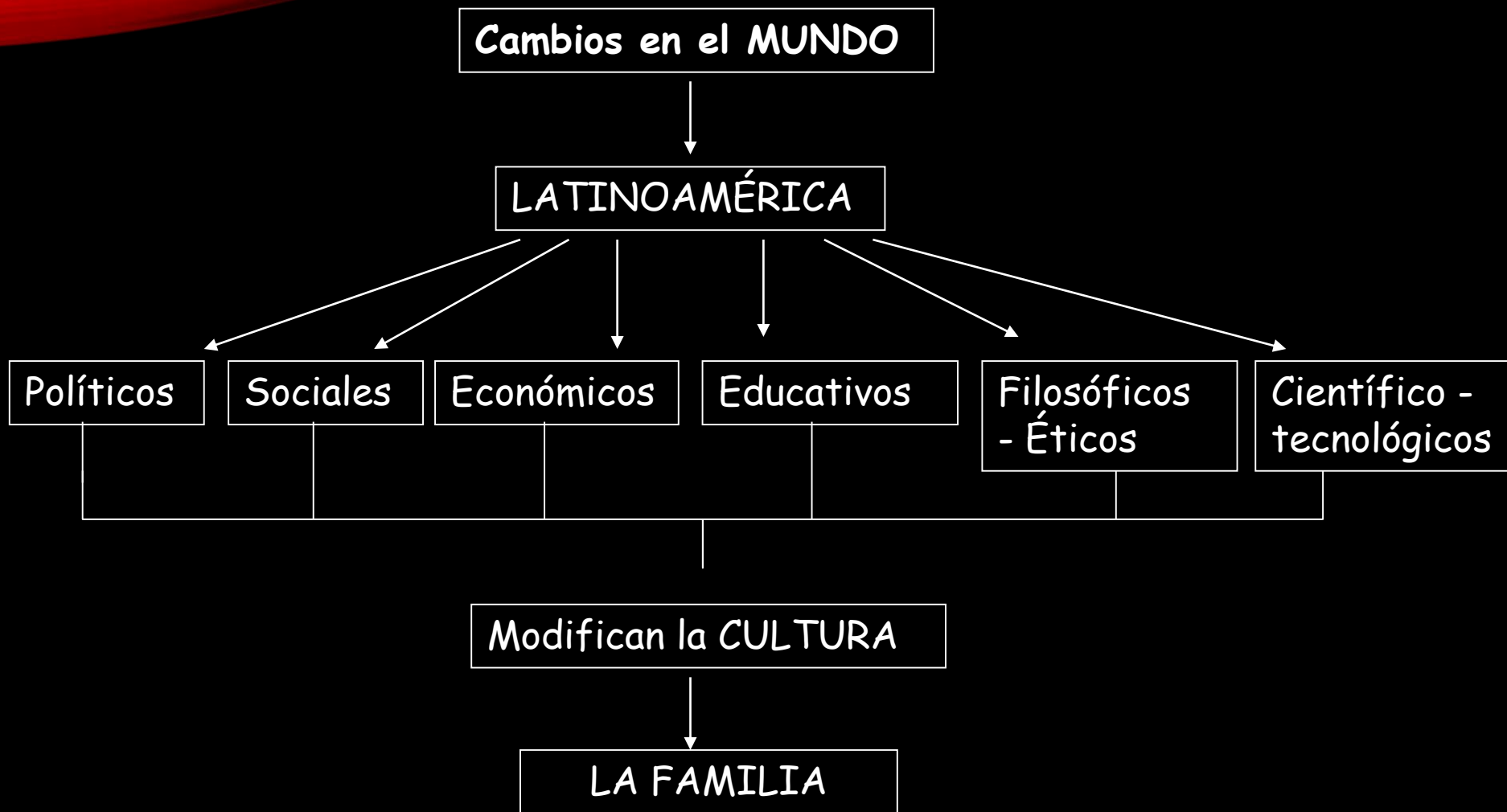
Prof. MSc. Rodolfo Buenaventura  
fiepsecretariamundial@Gmail.com

"TEMPORA MUTANTUR ET NOS  
IN ILLIS MUTAMUS"



EL MUNDO...

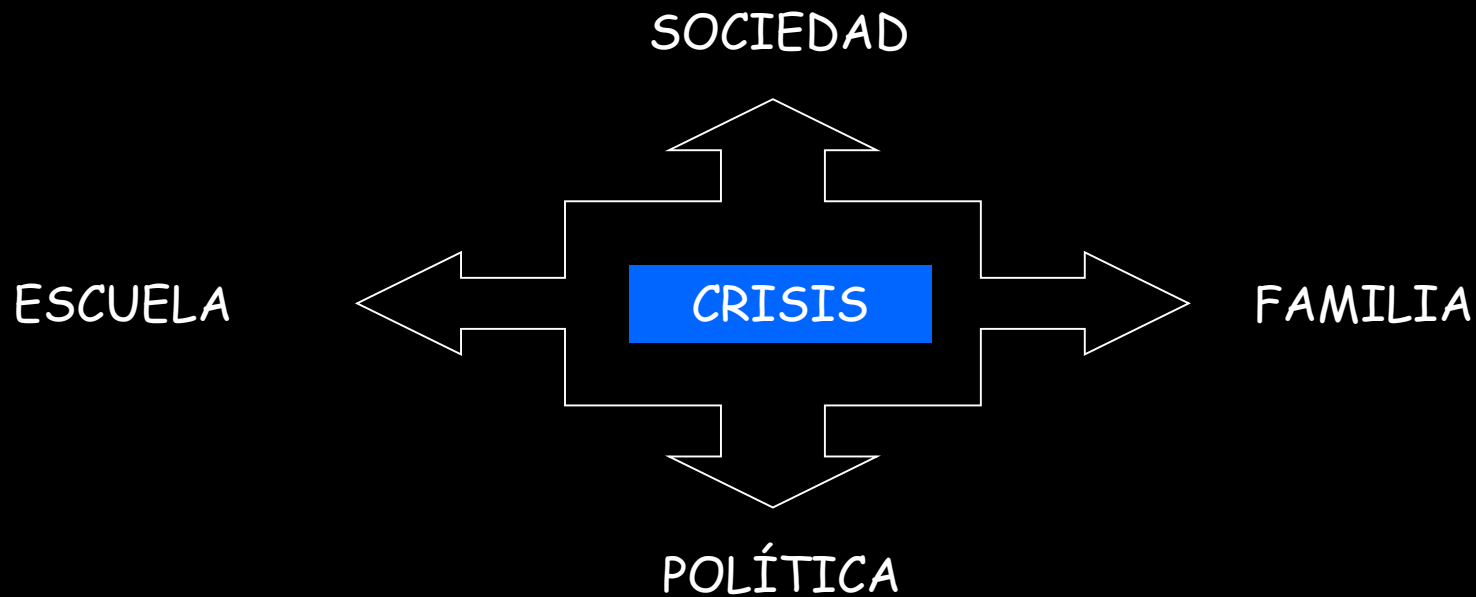
- ... SE HA REDUCIDO,
- SE HA DENSIFICADO,
- SE HA ENSUCIADO,
- SE HA AGILIZADO,
- SE HA INTERNACIONALIZADO,
- SE HA PLURALIZADO.



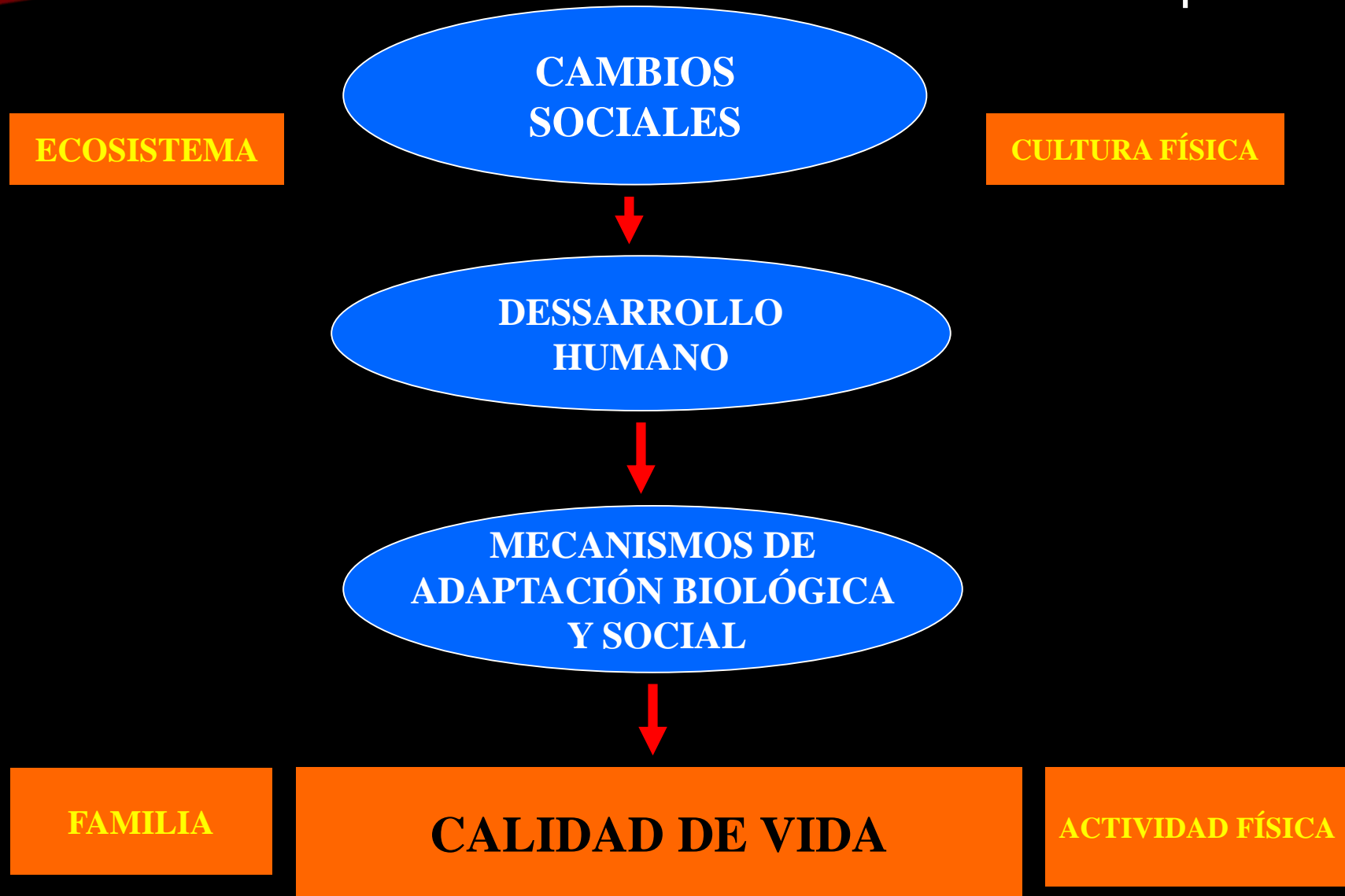


(Modificado de Trigo Aza Eugenia)

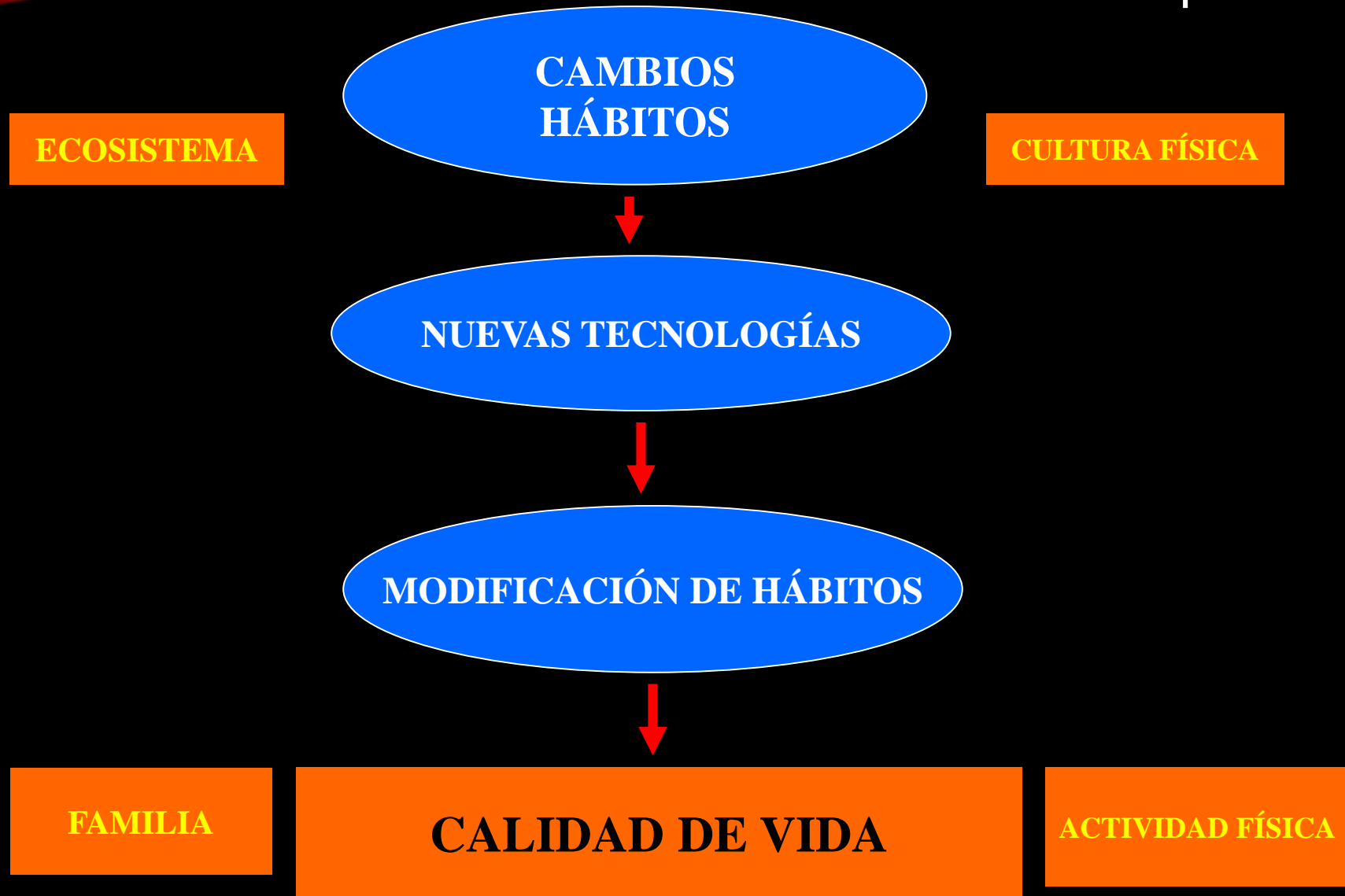
# LATINOAMERICANO ES AJENA A ESTA PROBLEMÁTICA:



# PERSPECTIVAS CRUZADAS



# PERSPECTIVAS CRUZADAS



## LA SOCIEDAD:

- CAMBIOS EN LA ESTRUCTURA DE SUS TIEMPOS.
- CAMBIOS EN SUS HÁBITOS ALIMENTARIOS.
- FALTA DE DIÁLOGO POR HORARIOS ENCONTRADOS.
- INCIDENCIA DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS.
- FALTA DE RECURSOS.
- FALTA DE EXPERIENCIAS O CONOCIMIENTO.



• Para el 77 % de los latinoamericanos que viven en ciudad el principal entretenimiento durante su tiempo libre es mirar televisión. (CEOP, sobre 16000 casos en América Latina)





Ocho de cada diez ciudadanos no realizan  
EJERCICIO FÍSICO alguno en su tiempo de ocio.

Uno de cada diez ciudadanos realiza un bajo nivel de  
EJERCICIO FÍSICO que no incide en los beneficios  
para la salud

Uno de cada diez realiza EJERCICIO FÍSICO de  
manera adecuada para favorecer su estado de salud  
y CALIDAD DE VIDA

## INACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

Existe relación directa entre la actividad física y la salud

Inactividad



Enfermedades Metabólicas

Obesidad

Hipertensión

Hipercolesterolemia

Diabetes

Osteoporosis

BOUCHARD, SHEPHARD, STEPHENS (1994)




UN ESTILO DE VIDA INACTIVO EJERCE UN ELEVADO EFECTO NEGATIVO SOBRE LA SALUD INDIVIDUAL O SOBRE UNA POBLACIÓN EN CONCRETO.

EXISTE UNA PROBABILIDAD CASI DEL DOBLE DE PADECER UNA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR SEVERA.



CADA AÑO DOS MILLONES DE MUERTES SE  
ATRIBUYEN A LA INACTIVIDAD FÍSICA.  
(Organización Mundial de la Salud, 2002)

Se estima que el 17% del total de las muertes  
podrían evitarse con ejercicio físico.(World Health  
Organization 2003)



La OMS considera que en el año 2020, las enfermedades no contagiosas causarán la muerte de más del 70 % de la carga global de enfermedades.

Las enfermedades no contagiosas son las que las personas contraen después de un plazo de tiempo por la forma de alimentarse y de vivir.  
(WHO 2004)

## Determinantes de la Inactividad:

- Factores sociales y Culturales.
- Factores demográficos y Biológicos.
- Factores psicológicos, cognitivos y emocionales.
- Factores de Ambiente Físico
- Falta de conocimiento y de oportunidades



Las acciones de los padres en relación con el ejercicio físico ejercen una influencia variable sobre el nivel de actividad de la familia.





# FACTORES QUE INFLUYEN EN LA REDUCCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO

LA PARTICULARIDAD DE LOS DISEÑOS CURRICULARES EN LOS INSTITUTOS DE FORMACIÓN DOCENTE



- Los problemas de género:

**La importancia del género en la atracción hacia la actividad física se reconoce como factor significativo.**



M. PIERÒN (2005)

- Otro factor que contribuye a la reducción del ejercicio físico son los factores sociales.

**Violencia, las agresiones, el abuso de drogas y alcohol, la inseguridad en las calles.**





- **Los costos crecientes para llevar adelante Ejercicio Físico.**



• **Los Avances Tecnológicos, en detrimento del Ejercicio Físico.**



**CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESCUELA SIN SENTIDO**  
**LA FALTA DE CONTENIDOS EN CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**EN CONSECUENCIA CLASES SIN SIGNIFIADO**

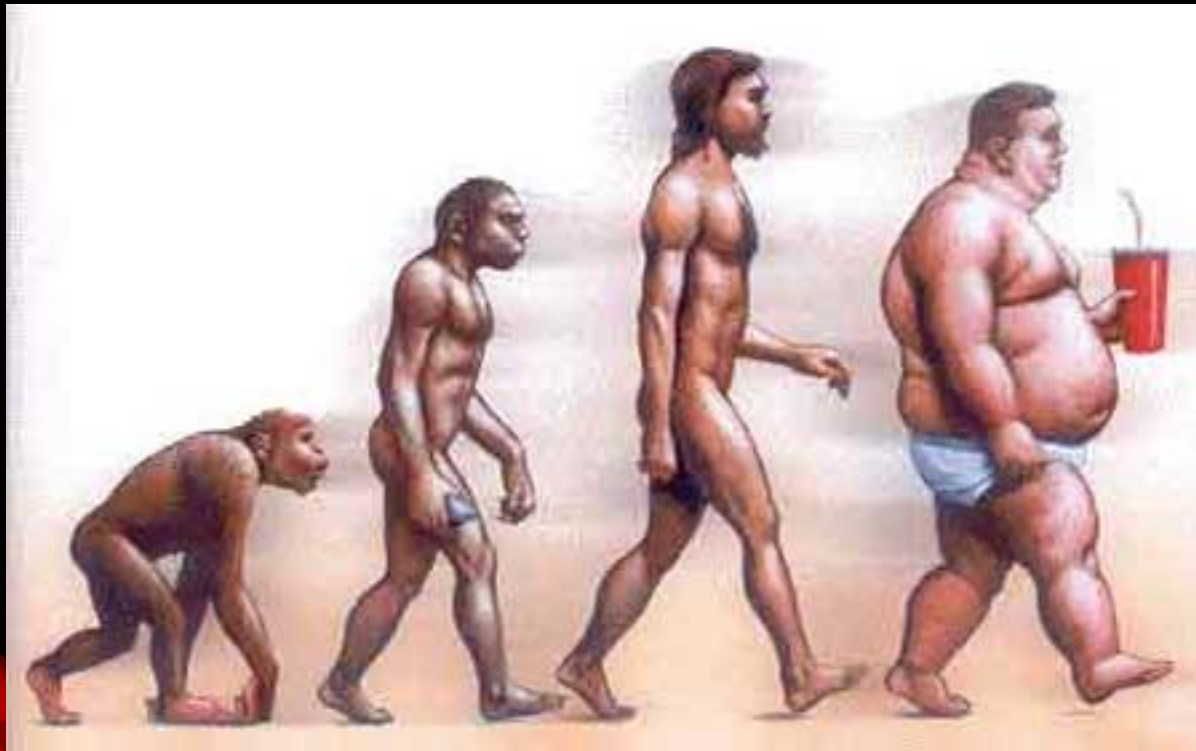




# La falta de motivación y compromiso para realizar Educación Física (Telama, Biddle, 1998)



- Una nueva cultura que promueve hábitos y cambios en la alimentación que atentan contra la salud de las familias.





# LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO EDUCACIÓN PARA LA SALUD

## Considerando:

- Que la Declaración de Olimpia sobre Nutrición y Aptitud Física, desarrollada en la III Conferencia Internacional sobre Nutrición y Aptitud Física(1996) Confirmó en su Art. 2º que “Todos los niños y adultos necesitan de alimentos y actividades físicas para expresar sus potenciales genéticos de crecimiento, desarrollo y salud”

Manifiesto FIEP 2000

# LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Considerando: Que el Programa Vida Activa, promovido por la Organización Mundial de la Salud (WHO/1998), reconociendo la importancia de la actividad física para la salud de las personas, establece como prioridad que el mismo alcance principalmente a niños y jóvenes.

Manifiesto FIEP 2000



# LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Considerando: Que estudios científicos muestran que una actividad física regular es esencial para un mejor cuidado en la maduración de niños y adolescentes.

Manifiesto FIEP 2000

# LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Considerando: Que la Declaración sobre la Significación del Deporte para la sociedad, salud, socialización, economía, producida en la 8ª conferencia de Ministros Europeos responsables del Deporte, reconoció a la salud como uno de los principios citados como prioritarios para las actividades físicas.

Manifiesto FIEP 2000

# LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Considerando: Que un estilo de vida sedentario podrá traer como consecuencia una variedad de disturbios vasculares y metabólicos, síndrome X y otros males. En cuanto que una actividad física regular traerá para las personas un menor riesgo de estos disturbios.

Manifiesto FIEP 2000



# LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Considerando: Que un estilo de vida activo, basado en una práctica constante de ejercicios físicos, de niños, adolescentes, jóvenes adultos y ancianos, es reconocido como uno de los mejores medios de promoción de la salud y calidad de vida, inclusive combatiendo los niveles de Stress de la vida diaria.

Manifiesto FIEP 2000



Concluimos:

“LA EDUCACIÓN FÍSICA, PARA QUE EJERZA SU FUNCIÓN DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y PUEDA ACTUAR PREVENTIVAMENTE DEBE DESARROLLAR HÁBITOS EN LAS PERSONAS DE PRACTICAR REGULARMENTE EJERCICIO FÍSICO”.

**La Realidad contradice a nuestras conclusiones**



**¿POR QUÉ LOS ALUMNOS  
SE ABURREN EN CLASE?**



¿Cómo cambiar el diagnóstico?:

- La Escuela, la Familia y el Profesional de Educación Física deberán aliarse para la adquisición de un estilo de vida activo y saludable.
- Los gobiernos promoviendo acciones y acondicionando espacios adecuados para las prácticas físico deportivas

## Estrategias de Acción:

- **Intervenciones a nivel formativo: señales para fomentar mayores niveles de EJERCICIO FÍSICO.**



- **Intervención a nivel comportamental y/o social:**  
**Educación Física en la escuela, apoyo social al nivel comunitario y cambios de comportamiento de salud sobre la base individual.**





• **Intervenciones a nivel medioambiental: creación o mejora del acceso a los equipamientos y a las actividades físicas encuadradas convenientes en el lugar de vida, de trabajo y en el medio escolar, en combinación con una información conveniente**



## RECOMENDACIONES:

- . Mejorar los contenidos de la clase de Educación Física
- Revalorizar la función educativa de la FAMILIA
- Mejorar la relación Escuela Comunidad brindando asesoramiento sobre la práctica de ejercicio físico
- Llevar adelante programas destinados a informar sobre los BENEFICIOS DEL EJERCICIO FÍSICO
- Generar acciones que permitan la participación masiva de las familias en cada comunidad.



MUCHAS GRACIAS

Rodolfo Buenaventura

[fiensecretariamundial@gmail.com](mailto:fiensecretariamundial@gmail.com)

Facebook : RODOLFO BUENAVENTURA