El Govern impulsa el disseny d'estratègies per promoure la prescripció d'exercici físic com a eina preventiva i terapèutica

+ Notícies | 14/05/2024 | 17:29



Les dades de sedentarisme, sobrepès i obesitat estan relacionades amb les malalties cròniques més prevalents

L'Executiu ha aprovat avui el disseny i la planificació de diverses estratègies per millorar la salut i la qualitat de vida de les persones en totes les etapes vitals a través de la promoció d'un estil de vida actiu. L'objectiu és aconseguir que la prescripció d'exercici físic i el consell d'activitat física i esport esdevinguin una eina preventiva i terapèutica d'ús habitual, no només en l'atenció primària de salut.

En aquest sentit, és fonamental la formació i capacitació dels professionals, tant de la salut com de l'activitat física i l'esport. També és clau identificar i potenciar els recursos comunitaris per incrementar la pràctica d'activitat física a tota la ciutadania.

L'Executiu assumeix, així, la responsabilitat institucional de complir aquest objectiu de manera compartida, consensuada amb la metodologia i experiència prèvia, seguint les línies estratègiques comunes que l'Organització Mundial de la Salut marca al Pla d'Acció Mundial sobre Activitat Física.

En aquest marc, un dels instruments que el Govern ha aprovat crear és el Programa temporal per a la implementació de la recepta mèdica esportiva, amb una durada màxima de tres anys. Adscrit al Consell Català de l'Esport (CCE) del Departament de Presidència, aquest programa busca la implementació de la recepta mèdica esportiva mitjançant la prescripció d'exercici físic i esport pels professionals de l'atenció primària de salut i d'altres nivells assistencials. L'objectiu és revertir la situació actual de sedentarisme i millorar la salut de la població en totes les etapes de la vida.

Per implementar aquest programa, el Govern incorporarà un màxim de deu efectius amb diversos perfils professionals i s'articularan els mecanismes de cooperació i de coordinació necessaris entre el CCE i el Departament de Salut, així com amb la resta de departaments i entitats del sector públic amb interessos en aquest àmbit.

Redisseny del PAFES

La segona gran estratègia per inculcar un estil de vida actiu entre la ciutadania és el redisseny del Pla d'Activitat Física, Esport i Salut (PAFES) per a la promoció de l'activitat física i la prescripció d'exercici físic a totes les etapes de la vida. Aquest pla s'adaptarà a la realitat actual, incorporant la perspectiva de gènere i prioritzant els col·lectius amb més vulnerabilitats.

Implementat a partir d'un programa pilot el 2006 per part de la Secretaria General de l'Esport del Departament de Presidència i la Direcció General de Salut Pública del Departament de Salut, el PAFES va mostrar resultats de franca millora dels nivells d'activitat física en adults. Per aquest motiu, es vol potenciar el consell de promoció d'activitat física en la pràctica habitual dels professionals de l'atenció primària de salut i d'altres nivells assistencials (hospitalari, salut mental, pediatria, entre d'altres).

Formació continuada en matèria d'activitat física i salut

El Govern ha aprovat el disseny i la planificació d'una formació continuada en matèria d'activitat física i salut, adreçada a professionals de l'activitat física i l'esport, amb l'assessorament de l'Escola Catalana de l'Esport, i també als professionals de la salut, amb l'assessorament del Departament de Salut.

Altres eines per reforçar la millora de la salut i la qualitat de vida de les persones en totes les etapes vitals són actualitzar, publicar i difondre digitalment la segona edició de la Guia de Prescripció d'Exercici Físic per a la Salut (GUIA PEFS, Generalitat de Catalunya, 2022) de manera conjunta entre la Secretaria de Salut Pública i la Secretaria General de l'Esport i l'Activitat Física (SGEAF). També es continuarà liderant la celebració i divulgació del Dia Mundial de l'Activitat Física (DMAF) conjuntament entre la SGEAF i la Secretaria de Salut Pública, potenciant la imatge i els missatges comuns per a la promoció dels estils de vida actius i la lluita contra el sedentarisme.

Les evidències científiques demostren la relació entre activitat física i salut, tant per a la prevenció de malalties no transmissibles com per ser part del tractament de malalties ja diagnosticades, i és clau en la millora de la salut i el benestar físic i mental.

Les dades de sedentarisme, sobrepès i obesitat estan relacionades amb les malalties cròniques més prevalents i han pres més rellevància durant la pandèmia per la COVID-19. Les estratègies per combatre l'impacte d'aquesta malaltia, el confinament i el distanciament físic, han impactat en l'estil de vida actiu i la pràctica esportiva.

Més enllà de l'àmbit sanitari i de prevenció de malalties, la promoció de l'activitat física i de l'esport són claus per anar alineats amb els Objectius de Desenvolupament Sostenible (Agenda

2030 aprovada per l'Assemblea General de Nacions Unides) i, segons la Declaració de Bangkok (2016), podrien ajudar a assolir diversos d'aquests ODS.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/noticia/238044-el-govern-impulsa-el-disseny-destrategies-per-promoure-la-prescripcio-dexercici-fisic-com-a-eina-preventiva-i-terapeutica.htm