

Valgo - Blog

<https://www.valgo.es/>

El Ministerio de educación, formación profesional y deportes ha lanzado la "Estrategia Nacional de Fomento del Deporte contra el Sedentarismo y la Inactividad Física 2025-2030".



Esta estrategia constituye una hoja de ruta que busca transformar el panorama de la actividad física en España. Con un enfoque integral y multisectorial, la estrategia

responde a la necesidad de promover estilos de vida activos en una sociedad cada vez más sedentaria.

El Contexto: Una Alarma Global y Nacional

La pandemia de COVID-19 no solo afectó a la salud física y mental, sino que subrayó las consecuencias de estilos de vida inactivos. Según la Organización Mundial de la Salud, la inactividad física es responsable de millones de muertes al año, además de altos costos para los sistemas de salud pública. En España, una de cada cuatro personas adultas y cuatro de cada cinco adolescentes no cumplen con las recomendaciones mínimas de actividad física.

La estrategia nacional se enmarca en este contexto, atendiendo a la urgencia de mitigar los riesgos del sedentarismo, que incluye enfermedades como diabetes, hipertensión, ciertos tipos de cáncer y problemas de salud mental. La visión es clara: hacer que la actividad física sea una práctica habitual y accesible para toda la población.

Visión, Misión y Valores

La estrategia busca que ser físicamente activo se convierta en una norma social. Para ello, se propone:

- **Visión:** Facilitar a toda la población española el acceso a prácticas deportivas seguras y de calidad, mejorando la salud, el bienestar y fomentando una sociedad activa y saludable.
- **Misión:** Reducir el sedentarismo mediante la promoción de la actividad física en todos los ámbitos, desde el escolar hasta el laboral, pasando por iniciativas de inclusión social.
- **Valores:** Igualdad de acceso, perspectiva de género, sostenibilidad medioambiental y colaboración entre los sectores público y privado.

Ejes Estratégicos

La estrategia establece varias líneas de acción clave, que incluyen:

1. **Entornos escolares:** Fomentar la actividad física desde la infancia y la adolescencia, con programas que promuevan hábitos saludables y el deporte como parte integral de la educación.
2. **Ámbito de la salud:** Incorporar la actividad física como herramienta preventiva en el sistema sanitario, mejorando la coordinación entre servicios de salud y deporte.
3. **Entornos laborales:** Implementar programas que promuevan el bienestar físico de los empleados mediante actividades y espacios deportivos en el trabajo.
4. **Sostenibilidad y medio ambiente:** Promover el uso de espacios verdes y urbanos para actividades al aire libre, reduciendo la dependencia de instalaciones cerradas.
5. **Igualdad e inclusión:** Diseñar políticas específicas para colectivos desfavorecidos, personas con discapacidad, mayores y poblaciones en riesgo de exclusión social.

Beneficios Esperados

Esta estrategia no solo tiene implicaciones para la salud pública, sino también para el desarrollo económico, social y ambiental del país. Entre los principales beneficios destacan:

- **Salud y bienestar:** Reducción de enfermedades no transmisibles, mejora de la calidad de vida y disminución de la carga sobre el sistema sanitario.
- **Impacto ambiental:** Reducción del uso de combustibles fósiles, fomento de la movilidad activa y creación de espacios más verdes.
- **Equidad social:** Eliminación de las barreras de acceso al deporte, garantizando oportunidades para todos, sin importar el género, la edad o el nivel socioeconómico.

Un Modelo de Gobernanza Participativa

La implementación de esta estrategia se basará en una colaboración entre administraciones públicas, sector privado, organizaciones deportivas y la sociedad civil. El Consejo Superior de Deportes liderará la coordinación de las iniciativas, garantizando un enfoque transversal y participativo.

Además, se establecerá un sistema de evaluación continua para medir el impacto de las acciones y realizar los ajustes necesarios. Este enfoque dinámico permitirá adaptar las políticas a las necesidades emergentes y a los cambios en la sociedad.

Conclusión

La Estrategia Nacional de Fomento del Deporte contra el Sedentarismo y la Inactividad Física 2025-2030 marca un hito en la política deportiva de España. Con una visión inclusiva y sostenible, busca transformar no solo los hábitos de la población, sino también los entornos en los que viven y trabajan. Es una apuesta decidida por un futuro en el que el deporte y la actividad física no sean un lujo, sino un derecho accesible para todos.

Tal y como expresó Pilar Alegría Contente, Ministra de Educación, Formación Profesional y Deportes, durante la presentación del plan: “Estamos comprometidos con una España más activa, equitativa y saludable. Este es el momento de transformar la realidad y apostar por el bienestar colectivo”.

Con este paso, España no solo busca mejorar la calidad de vida de sus ciudadanos, sino también convertirse en un modelo a seguir en Europa y el mundo en la lucha contra el sedentarismo.

Fuente: CSD

Link to Original article: <https://www.valgo.es//w/valgo/34180/blog?elem=343035>