

Propósito

-

Reducir la prevalencia de inactividad física en la población general, promoviendo la adopción de estilos de vida activos.

□

Objetivos específicos

Construir habilidades personales:

-

Mejorar el conocimiento, actitudes, percepciones y valoración de los beneficios de la actividad física en la población.

-

Aumentar el conocimiento y la relevancia de los beneficios de la actividad física tanto para la salud como para la mejoría de la calidad de vida en general.

-

Promover el desarrollo de habilidades para incorporar la vida activa a las actividades cotidianas y apoyar a las personas a superar las barreras.

Crear ambientes favorables:

-

Incrementar el número y calidad de lugares aptos para realizar actividad física en comunidades y municipios.

-

Promover, desarrollar y apoyar iniciativas que aumenten y hagan accesibles en forma equitativa los entornos físicos y sociales que favorezcan la actividad física, incluyendo redes sociales, conocimiento de la opinión pública, modelos a seguir, que haga más fácil llevar una vida activa.

Fortalecer las capacidades de las comunidades para la actividad física:

-

Promover y apoyar a individuos, comunidades y organizaciones que influyen en las normas sociales y culturales para que apoyen la actividad física.

-

Desarrollar y mejorar iniciativas y programas de base municipal y local de promoción de la actividad física, que además asistan a las comunidades a superar las barreras.

-

Incrementar el número de provincias y municipios con preparación y redes de soporte social de la actividad física.

-

Incrementar el número de provincias y municipios con políticas de urbanización y transporte que promuevan la actividad física.

-

Incrementar el número de lugares de trabajo y estudio con iniciativas de promoción de la actividad física.

Construir políticas públicas para actividad física:

-

La promoción y desarrollo de políticas públicas que faciliten e impulsen la actividad física, incluyendo compromisos institucionales, legislación, regulaciones y desarrollo de guías, planes estratégicos, abogacía y asignación de recursos.

Incrementar la capacidad del sector sanitario:

-

Mejorar la capacidad del sector sanitario para una acción sostenida y coordinada, a través del fortalecimiento de habilidades, competencias, liderazgo y apoyo organizacional.

□

- [**RESOLUCIÓN SEDENTARISMO**](#)



Manual Director de Actividad Física
y Salud de la República Argentina

Este Manual tiene pretende orientar el trabajo de los equipos de atención primaria y de promoción de la

Formato: PDF / Tamaño: 5.613 mb

[Descargar](#)

<http://youtu.be/Xwiac4znbQ>

