

## SOBRE LA PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Granada- Echeverri P, Zapata-Valencia C, Giraldo Trujillo J.

*Impacto de un Modelo de Movilización Social sobre la Promoción de la Actividad Física en Afiliados al Sistema General de Seguridad Social en Salud. Rev. Salud Pública. 10 (3): 361 – 373, 2008.*

Esta sección presenta los principales resultados generados en el marco del proyecto “Promoción de la Actividad Física para la prevención de Enfermedades crónicas no transmisibles”, financiado por Colciencias y el Ministerio de la Protección Social en el departamento de Risaralda. Su contenido es de gran interés en el escenario de las políticas públicas y acciones relacionadas con la promoción de la salud y estilos de vida saludables, teniendo en cuenta la alta prevalencia de enfermedades crónicas y el sedentarismo que existe en el país.

Tomando como referencia las recomendaciones hechas por la Organización Mundial de la Salud, La Organización Panamericana de la Salud y el Centro para el Control de Enfermedades, se desarrolló un modelo de movilización social para posicionar la Actividad Física como una estrategia fundamental tanto en la promoción de la salud como en la prevención de la enfermedad. Se trabajó con el segmento población entre 25 y 50 años pertenecientes al régimen contributivo. Además, se generaron tres fases que fueron: a. Línea de base, b. Diseño e Implementación del Modelo de Movilización Social y, c. Evaluación del Impacto. Sin embargo, dentro de todo este proceso se involucró también a los profesionales de la salud y a los funcionarios públicos.

Con este estudio se concluye que el modelo logró avanzar de una forma importante en los conocimientos que tienen las personas acerca de la importancia de la actividad física y el ejercicio diario adecuado entre otras prácticas saludables. No obstante, se encontró que la principal barrera es la actitud para asumir el cambio hacia un comportamiento saludable. Se sugiere como explicación el hecho de que el medio social determina una actitud y un comportamiento activo en las personas. Por consiguiente, el modelo es destacado en su capacidad para sensibilizar y para informar pero es débil en el cambio de actitud. Así, se plantea como necesario la articulación entre las actividades mediáticas en radio y televisión y el trabajo en redes sociales comunitarias. Por otra parte, los resultados del proyecto mostraron la importancia de un mayor compromiso por parte de las instituciones del SGSSS como las EPS y las ARS quienes aun manifiestan un escaso interés en las acciones de promoción de la actividad física.

Estos resultados pueden constituirse en otro insumo de gran importancia<sup>1</sup> no solo en cuanto a la comprensión de los fenómenos sociales relacionados con la actividad física sino también en términos de las acciones más adecuadas para contribuir de forma efectiva a reducir el sedentarismo y otros factores de riesgo sobre las enfermedades crónicas.

---

<sup>1</sup> Ver. Prieto A, Agudelo C. Enfoque Multinivel para el Diagnóstico de la Actividad Física en tres regiones de Colombia. Rev. Salud Pública 8 (Sup. 2): 57 – 68, 2006.