

## I

(Resoluciones, recomendaciones y dictámenes)

## RECOMENDACIONES

## CONSEJO

## RECOMENDACIÓN DEL CONSEJO

de 26 de noviembre de 2013

sobre la promoción de la actividad física beneficiosa para la salud en distintos sectores

(2013/C 354/01)

EL CONSEJO DE LA UNIÓN EUROPEA,

Visto el Tratado de Funcionamiento de la Unión Europea y, en particular, su artículo 292, en relación con sus artículos 165 y 168,

Vista la propuesta de la Comisión Europea,

Considerando lo siguiente:

- (1) Los beneficios de la actividad física y el ejercicio a lo largo de la vida son sumamente importantes; entre ellos se encuentran un menor riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, determinados tipos de cáncer y diabetes, mejoras en la salud musculoesquelética y control del peso corporal, así como efectos positivos en el desarrollo de la salud mental y los procesos cognitivos. La actividad física, tal como la recomienda la Organización Mundial de la Salud (OMS), es importante para todos los grupos de edad, en particular para los niños, la población activa y las personas de edad avanzada.
- (2) La actividad física es imprescindible para un estilo de vida saludable y una población activa sana, y contribuye a la consecución de los objetivos clave definidos en la Estrategia Europa 2020, en particular en lo que respecta al crecimiento, la productividad y la salud.
- (3) Si bien en los últimos años las autoridades públicas de algunos Estados miembros han redoblado sus esfuerzos por promover la actividad física beneficiosa para la salud (en lo sucesivo «AFBS»), los índices de inactividad física en la Unión siguen siendo inaceptablemente elevados. La mayoría de los ciudadanos europeos no realizan una actividad física suficiente y un 60 % raramente o nunca practica deporte ni hace ejercicio. La falta de actividad física durante el tiempo de ocio suele ser más común en los grupos de bajo nivel socioeconómico. Actualmente no existen indicios de que se estén invirtiendo las tendencias negativas para la Unión en su conjunto.
- (4) La inactividad física ha sido señalada como uno de los principales factores de riesgo de mortalidad prematura y de enfermedades en los países de renta alta de todo el mundo, y se le atribuyen alrededor de un millón de muertes al año únicamente en la región europea de la OMS. Los efectos perjudiciales de la falta de actividad física en la Unión están bien documentados, así como los importantes costes económicos directos e indirectos asociados a la falta de actividad física y los problemas de salud relacionados, especialmente teniendo en cuenta que la mayoría de las sociedades europeas están envejeciendo rápidamente.
- (5) Investigaciones recientes indican que los hábitos sedentarios podrían constituir un factor de riesgo para los resultados sanitarios, con independencia de la influencia de la actividad física. En la Unión, estos datos deben tenerse en cuenta cuando se decida actuar en este ámbito.
- (6) En relación con los niveles de actividad física, existen grandes divergencias entre los Estados miembros. Mientras que algunos han aumentado considerablemente la proporción de ciudadanos que alcanzan el nivel mínimo recomendado de actividad física, muchos otros no han avanzado nada o incluso han retrocedido. Las medidas adoptadas hasta el momento no han tenido un impacto decisivo en la reducción de los niveles de inactividad física en la Unión considerada en su conjunto. Aún queda mucho que aprender de los planteamientos que han tenido éxito en la elaboración y la aplicación de políticas en materia de AFBS.
- (7) La educación física en la escuela tiene el potencial para convertirse en un instrumento eficaz para aumentar el grado de concienciación sobre la importancia de la AFBS y las escuelas pueden asociarse de forma sencilla y eficaz a la aplicación de este tipo de actividades.

- (8) Varios ámbitos políticos, en particular el deporte y la salud, pueden contribuir a la promoción de la actividad física y dar a los ciudadanos de la Unión nuevas oportunidades de ser activos físicamente. Para explotar plenamente este potencial, aumentando así los niveles de actividad física, es indispensable un planteamiento intersectorial estratégico en el ámbito de la promoción de la AFBS, por ejemplo mediante la participación en todos los niveles de los Ministros, órganos y organizaciones pertinentes, en particular el movimiento deportivo, y teniendo en cuenta el trabajo existente o en curso. La disponibilidad de más y mejores datos sobre los niveles de actividad física y las políticas de promoción de la AFBS es un elemento esencial para afianzar este proceso y un requisito para la evaluación de las políticas destinadas a lograr una elaboración y una aplicación de políticas más eficaces en el futuro.
- (9) Las Directrices de actividad física de la UE <sup>(1)</sup> a las que aludía el Consejo y los Representantes de los Gobiernos de los Estados miembros, reunidos en el seno del Consejo, en sus conclusiones del 27 de noviembre de 2012 <sup>(2)</sup> sobre la promoción de la AFBS y el Consejo en sus conclusiones tituladas «Envejecimiento sano a lo largo del ciclo vital» <sup>(3)</sup>, abogaban por un planteamiento intersectorial que abarque todos los ámbitos temáticos responsables de la promoción de la AFBS.
- (10) En la Comunicación de 2011 de la Comisión al Parlamento Europeo, al Consejo, al Comité Económico y Social Europeo y al Comité de las Regiones sobre el desarrollo de la dimensión europea en el deporte, se invitó a la Comisión y a los Estados miembros a que, basándose en las Directrices de actividad física de la UE, sigan avanzando en el establecimiento de directrices nacionales, lo que incluye un proceso de revisión y coordinación, y que estudien la posibilidad de una Recomendación del Consejo en este ámbito.
- (11) En la Resolución del Consejo y de los Representantes de los Gobiernos de los Estados miembros, reunidos en el seno del Consejo, relativa a un Plan de Trabajo Europeo para el Deporte para 2011-2014 <sup>(4)</sup> se reconoció la necesidad de fortalecer la cooperación en materia de deporte entre la Comisión y los Estados miembros en unos pocos ámbitos prioritarios, entre ellos la promoción de la AFBS. En julio de 2012, el Grupo de expertos sobre deporte, salud y participación, establecido a mediados de 2011 en el contexto de dicho Plan de Trabajo expresó su apoyo a una nueva iniciativa de la Unión para promover la AFBS.
- (12) En las Conclusiones del Consejo, de 27 de noviembre de 2012, sobre la promoción de la AFBS, se reconoció la necesidad de nuevas acciones a escala de la Unión y se pidió a la Comisión que presentara una propuesta de

Recomendación del Consejo que incluyera un marco de seguimiento ligero basado en un conjunto de indicadores que abaricara los ámbitos temáticos de las Directrices de actividad física de la UE.

RECOMIENDA a los Estados miembros:

- 1) Trabajar en políticas eficaces en materia de AFBS, impulsando un planteamiento intersectorial que englobe ámbitos políticos como el deporte, la salud, la educación, el medio ambiente y el transporte, tal como se describe en las Directrices de actividad física de la UE y con arreglo a las especificidades nacionales; lo cual debe incluir:
  - a) la elaboración y aplicación graduales de estrategias nacionales y medidas intersectoriales encaminadas a la promoción de la AFBS en consonancia con la legislación y la práctica nacionales;
  - b) la determinación de acciones concretas para la elaboración de estrategias o políticas, cuando proceda en forma de plan de acción.
- 2) Supervisar los niveles de actividad física y de las políticas de AFBS, utilizando el marco de seguimiento ligero <sup>(5)</sup> y los indicadores que figuran en el anexo, con arreglo a las circunstancias nacionales.
- 3) Designar, en un plazo de seis meses a partir de la adopción de la presente Recomendación, centros de referencia nacionales en materia de AFBS <sup>(6)</sup> de conformidad con la legislación y la práctica nacionales, que apoyen el citado marco de seguimiento, y que informen a la Comisión de tal designación.

Los centros de referencia nacionales en materia de AFBS se encargarán, en particular, de coordinar el proceso para poner los datos sobre actividad física a disposición del marco de seguimiento; estos datos deben introducirse en la base de datos europea de la OMS existente sobre nutrición, obesidad y actividad física (NOPA); asimismo, deben facilitar la cooperación entre servicios en relación con las políticas de AFBS.

- 4) Cooperar estrechamente entre sí y con la Comisión, comprometiéndose en un proceso de intercambio periódico de información y de las mejores prácticas sobre promoción de la AFBS en las estructuras pertinentes a escala de la Unión en los ámbitos del deporte y la salud, como base para una coordinación política reforzada.

<sup>(1)</sup> Directrices de actividad física de la UE, de las que se congratulaba la Presidencia en sus Conclusiones tras la reunión informal de Ministros de la UE responsables del deporte en noviembre de 2008.

<sup>(2)</sup> DO C 393 de 19.12.2012, p. 22.

<sup>(3)</sup> DO C 396 de 21.12.2012, p. 8.

<sup>(4)</sup> DO C 162 de 1.6.2011, p. 1.

<sup>(5)</sup> El marco de seguimiento establece un conjunto mínimo de requisitos de información sobre aspectos generales de la promoción de la AFBS que pueden abordar todos los Estados miembros. Se aplicará en estrecha sinergia y cooperación con la OMS, evitándose así la duplicación en la recogida de datos.

<sup>(6)</sup> El punto de referencia será la principal persona de contacto en el Estado miembro encargada de proporcionar la información y los datos correspondientes al cuadro de indicadores que figura en anexo, que formará parte del cuestionario que se transmitirá la OMS a los puntos de referencia.

INVITA a la Comisión a:

- 1) Ayudar a los Estados miembros a adoptar estrategias nacionales, impulsar planteamientos políticos intersectoriales en materia de AFBS y aplicar los planes de acción correspondientes facilitando el intercambio de información y de buenas prácticas, un aprendizaje entre iguales efectivo, el establecimiento de redes y la determinación de los planteamientos más adecuados en la promoción de la AFBS.
- 2) Promover la creación y el funcionamiento del marco de seguimiento de la AFBS, en consonancia con los indicadores enumerados en el anexo, basándose en las formas existentes de seguimiento y recogida de datos en este ámbito y utilizando en la mayor medida posible la información y los datos existentes:
  - a) proporcionando, con ayuda de expertos científicos, apoyo específico para el desarrollo de capacidades y la formación a los centros de referencia nacionales en materia de AFBS, inclusive con vistas al proceso de recogida de datos y, en su caso, a otros representantes de las autoridades públicas pertinentes;
  - b) estudiando la posibilidad de utilizar los datos recabados en el contexto del citado marco de seguimiento para elaborar estadísticas europeas en materia de niveles de actividad física cada tres años;
  - c) apoyando a la OMS para que siga impulsando los aspectos relacionados con la actividad física de la base de datos NOPA, adaptándola al marco de seguimiento que se expone en el anexo;
  - d) apoyando y cooperando estrechamente con la OMS en la elaboración y la publicación del panorama de cada país en materia de AFBS y del análisis de las tendencias en este ámbito.
- 3) Informar cada tres años sobre los avances logrados en la aplicación de la presente Recomendación, sobre la base de la información facilitada con arreglo a las disposiciones en materia de presentación de informes que figuran en el marco de seguimiento y de otras informaciones pertinentes sobre la elaboración y la aplicación de las políticas en materia de AFBS que faciliten los Estados miembros y evaluar el valor añadido de la presente Recomendación.

Hecho en Bruselas, el 26 de noviembre de 2013.

*Por el Consejo*  
*El Presidente*  
D. A. BARAKAUSKAS

## ANEXO

Indicadores propuestos para evaluar los niveles de AFBS y políticas para propiciar la AFBS, teniendo en cuenta las Directrices de actividad física de la UE <sup>(1)</sup>

Ámbitos temáticos de las Directrices	Indicadores propuestos y variables/unidades	Disponibilidad de los datos
Recomendaciones y directrices internacionales respecto a la actividad física (Directrices 1-2)	1. Recomendación nacional sobre actividad física en beneficio de la salud Sí/no	(****)
	2. Adultos que cumplen la recomendación mínima de la OMS sobre actividad física en beneficio de la salud o recomendaciones nacionales equivalentes Porcentaje de adultos que alcanzan un mínimo de 150 minutos de actividad física de intensidad moderada por semana o 75 minutos de actividad de intensidad elevada, o una combinación equivalente	(****)
	3. Niños y adolescentes que cumplen la recomendación mínima de la OMS sobre actividad física en beneficio de la salud o recomendaciones nacionales equivalentes Porcentaje de niños y adolescentes que alcanzan al menos 60 minutos diarios de actividad física de intensidad moderada a elevada o al menos 5 días por semana	(****)
Enfoque intersectorial (Directrices 3-5)	4. Mecanismo nacional de coordinación para la promoción de la AFBS Sí/no; en caso afirmativo, detalles adicionales	(****)
	5. Financiación asignada específicamente para la promoción de la AFBS Por sector (salud, deporte, transporte, etc.) — financiación total, — per cápita, — en función del Producto Interior Bruto en paridad del poder adquisitivo (PPA), en euros	(*)
Deporte (Directrices 6-13)	6. Política y plan de acción nacionales en materia de «deporte para todos» Sí/no; en caso afirmativo, detalles adicionales	(****)
	7. Clubes deportivos orientados a la mejora de la salud (Club deportivo que dispensa programas de salud) Aplicación de las directrices elaboradas por el proyecto denominado Europa/TAFISA (Asociación Internacional Deporte para Todos) en el marco de la AFBS: sí/no; en caso afirmativo, descripción	(**)
	8. Marco que favorezca un mayor acceso a instalaciones de ocio o de ejercicio para grupos de bajo nivel socioeconómico Existencia de un marco: sí/previsto en el plazo de los dos próximos años/no; en caso afirmativo, descripción	(***)
	9. Grupos específicos a los que se dirige la política nacional en materia de AFBS Por grupo específico [grupos con una necesidad especial de actividad física (por ejemplo, los grupos de bajo nivel socioeconómico, las personas con bajos niveles de actividad física, los mayores, las minorías étnicas, etc.)]	(****)
Salud (Directrices 14-20)	10. Supervisión y vigilancia de la actividad física y hábitos sedentarios Actividad física y hábitos sedentarios incluidos en el sistema nacional de vigilancia de la salud: sí/no; en caso afirmativo, detalles adicionales	(***)
	11. Asesoramiento en materia de actividad física a cargo de profesionales de la salud Asesoramiento sobre actividad física sí/no; en caso afirmativo: reembolsado como parte de los servicios de asistencia sanitaria primaria: sí/no	(***)

<sup>(1)</sup> Se espera que, con el tiempo, mejoren la información y los datos que se recomienda a los Estados miembros que proporcionen en el contexto del marco de seguimiento ligero. Se propone que el apoyo a este proceso proceda de la cooperación y las actividades de capacitación previstas en la presente Recomendación.

Ámbitos temáticos de las Directrices	Indicadores propuestos y variables/unidades	Disponibilidad de los datos
	12. Formación sobre actividad física en los planes de estudios para profesionales de la salud — número de horas para enfermeras y doctores — obligatorio/facultativo — estructuras claras de evaluación y acreditación que reflejen los resultados del aprendizaje al respecto	(**)
Educación (Directrices 21-24)	13. Educación física en centros de enseñanza primaria y secundaria — número de horas por nivel escolar — obligatorio/facultativo — normativa nacional o subnacional	(***)
	14. Programas de promoción escolar de la actividad física Existencia de un plan nacional o subnacional: sí/no; en caso afirmativo, detalles adicionales	(**)
	15. La AFBS en la formación de los profesores de educación física La AFBS como módulo de la formación de profesores educación física a nivel de licenciatura o máster: sí/no; obligatorio/facultativo	(**)
	16. Programas que promuevan un desplazamiento activo a la escuela Planes nacionales o subnacionales (cuando proceda) para fomentar un medio de transporte activo a la escuela (por ejemplo, mediante pedibuses o en bicicleta): sí/no; en caso afirmativo, descripción	(***)
Medio ambiente, planificación urbana y seguridad pública (Directrices 25-32)	17. Nivel de utilización de la bicicleta/de desplazamiento a pie Medio principal de transporte utilizado en sus actividades diarias (vehículo particular, moto, transporte público, a pie, en bicicleta, otros)	(****)
	18. Directrices europeas para mejorar las infraestructuras de actividad física durante el tiempo de ocio Aplicación sistemática de las Directrices europeas en materia de infraestructuras que favorecen la actividad física durante el tiempo libre con el fin de planificar, construir y gestionar las infraestructuras correspondientes: Sí/previsto en el plazo de los dos próximos años/no	(**)/(***)
Entorno de trabajo (Directrices 33-34)	19. Programas para promover un desplazamiento activo al lugar de trabajo Existencia de sistemas nacionales o subnacionales (cuando proceda) de incentivos a empresas o a empleados para promover un medio de transporte activo al lugar de trabajo (por ejemplo, mediante pedibuses o en bicicleta): sí/no; en caso afirmativo, descripción	(***)
	20. Programas para promover la actividad física en el lugar de trabajo Existencia de sistemas nacionales o subnacionales (cuando proceda) de incentivos a empresas para que promuevan la actividad física en el lugar de trabajo (por ejemplo, gimnasios, duchas, fomento del uso de las escaleras, etc.): sí/no	(***)
Ciudadanos mayores (Directrices 35-37)	21. Programas de intervención comunitaria para promover la actividad física entre las personas de edad avanzada Programas de intervención comunitaria para promover la actividad física entre las personas de edad avanzada: sí/no; en caso afirmativo, descripción	(***)
Indicadores y evaluación (Directriz 38)	22. Políticas nacionales en materia de AFBS que incluyan un plan de evaluación x de y políticas nacionales en materia de AFBS (deporte, salud, transporte, medio ambiente, por sectores) incluyen una clara intención o un plan de evaluación	(****)
Concienciación pública (Directriz 39)	23. Existencia de una campaña nacional de concienciación sobre la actividad física sí/no; en caso afirmativo, descripción	(***)

Disponibilidad de los datos:

(\*) datos aún no recabados.

(\*\*) datos aún no recabados pero previstos en la base de datos NOPA.

(\*\*\*) datos disponibles (por ejemplo, incluidos en formularios de países u obtenidos mediante otra fuente disponible) pero aún no validados o necesitados de actualización.

(\*\*\*\*) datos disponibles y validados en la base de datos NOPA.