

CIUDAD SALUDABLE

IX Seminario



# Estilos de Vida Saludable



De las enfermedades no transmisibles a los hábitos saludables



Medellín  
todos por la vida



# CIUDAD SALUDABLE

Niños y Niñas



Población en Situación de Discapacidad



Jóvenes y Adultos



Adulto Mayor

Población en situación de vulnerabilidad



De las enfermedades no transmisibles a los hábitos saludables



Medellin todos por la vida



## Actividad física para el mejoramiento de la salud pública

A  
c  
t  
i  
v  
i  
d  
a  
d  
  
F  
í  
s  
i  
c  
a

Atención a población con discapacidad en Medellín – DSL –

Deporte sin límites (puntos de atención)

Juegos deportivos y recreativos para personas con discapacidad

Ciclovías recreativas institucionales y barriales

Fortalecimiento de la actividad física saludable

Canas al aire

Aeróbicos barriales

Nocturnos y madrugadores saludables

Caminadas por Medellín

Chicos y chicas saludables



## Fortalecimiento de la Actividad Física Saludable

**64.810 Personas atendidas**

Corte: septiembre 30 de 2015

De las enfermedades no transmisibles a los hábitos saludables



Medellín  
todos por la vida



## *Chicos y Chicas Saludables*

*Una estrategia para la promoción de los estilos de vida saludable en los niños y niñas de Medellín*





**La actividad física contribuye al desarrollo social**

# Chicos y Chicas Saludables



***Nuestros niños son el futuro... y queremos adultos saludables.***

# Chicos y Chicas Saludables



Oferta de actividad física **gratuita**, que incluye un componente **pedagógico en salud**.

De las enfermedades no transmisibles a los hábitos saludables



La intervención que se basa en un **plan metodológico** y **componente motriz** con campañas de salud.



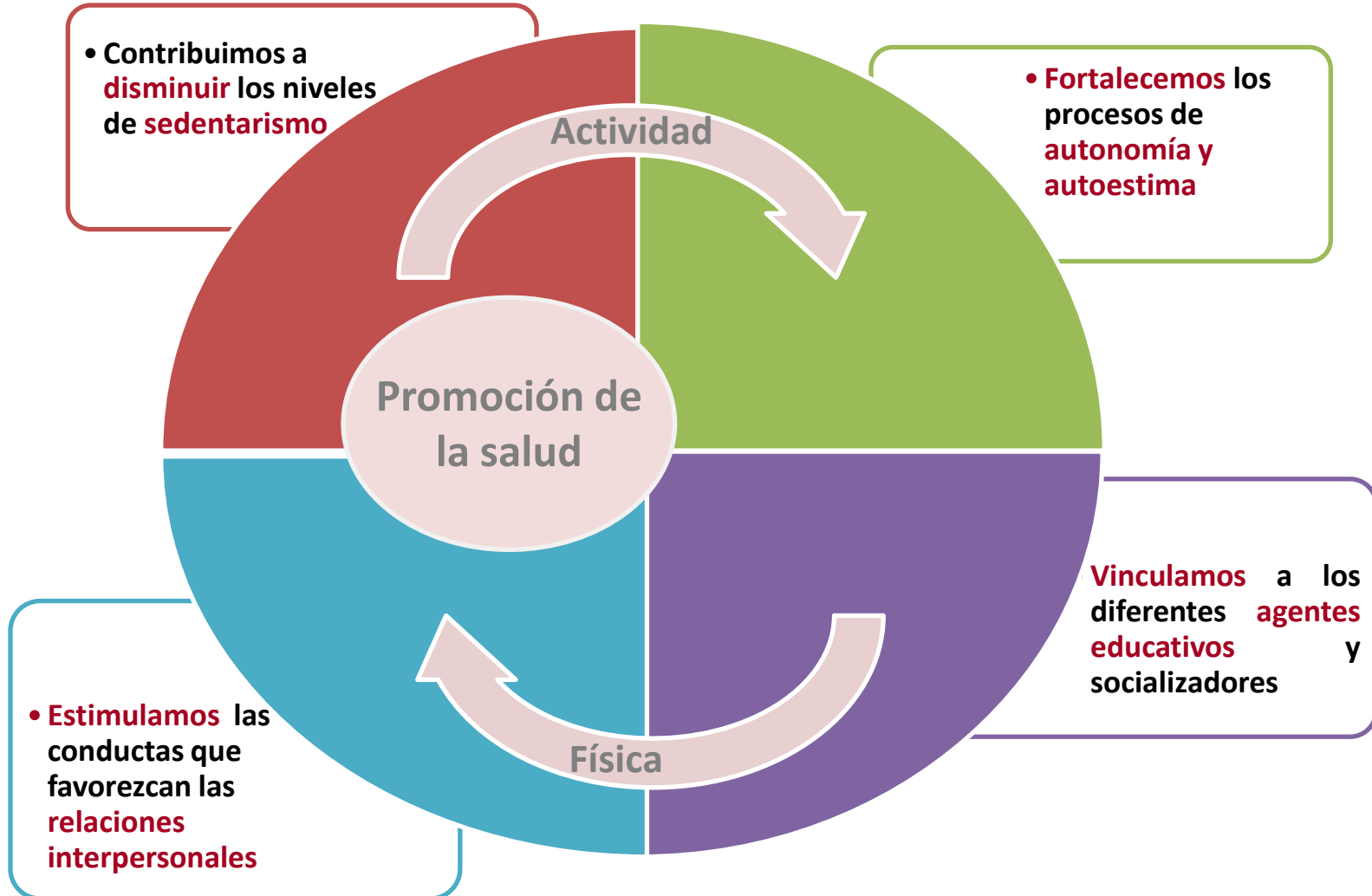
Atendemos actualmente **108 grupos**, de los cuales 76 son en instituciones educativas.

# ¿Qué motivo la iniciativa ?

**Fenómeno mundial** de la inactividad física y sus consecuencias para la salud  
**Carencia de programas** con enfoque en actividad física, para impactar en los hábitos de vida



# Objetivos generales y específicos



# ¿Qué se ha hecho?

## Diversificación de la oferta



Caminadas



Actividades Acuáticas

Actividades recreativas



Juegos Pre-deportivos



Rumba Aeróbica



Yoga



# ¿Qué se ha hecho?



Ciclo paseos



Actividad física adaptada a la población infantil y juvenil



Visita a Escenarios Deportivos



# TAE BO®

# ¿Qué se ha hecho?



Técnicas de relajación



Vacaciones saludables



Nuevas tendencias



Campamentos

Actores  
pedagógicos



***Jornadas psicofísicas con más de 2500 maestros beneficiados en 5 núcleos educativos***

***Festivales saludables en Instituciones Educativas***

***Concurso de I.E. Saludables***

***Ferias escolares saludables***

***Conmemoración de fechas especiales***

## ¿Qué se ha logrado?

Niños más conscientes de la responsabilidad sobre su propia salud



*“Les pedí que me dijeran como es que logramos mantenernos sanos y fuertes y ellos contestaron: Alimentándose bien, tomando agua y practicando actividad física”.*

**Claudia Vargas,**  
**formadora de**  
**Chic@s saludables”**

04/20/2010 16:48



# ¿Qué se ha logrado?

Fortalecer el trabajo en resistencia cardiovascular, el componente social y la práctica de las habilidades para la vida



## ¿Qué se ha logrado?

Lograr la participación de los niños y niñas en espacios extracurriculares, superando barreras como inseguridad, la dificultad en los desplazamientos, el temor de los padres....



# ¿Qué se ha logrado?



Mayor  
impacto de  
la estrategia  
al trascender  
al entorno  
familiar

# ¿Qué se ha logrado?


Agentes  
educativos  
Involucrados y  
participativos



Reconocemos que los **padres, maestros y directivos**, son nuestros aliados y corresponsables en el proceso.

# ¿Qué se ha logrado?

## Articulación intersectorial

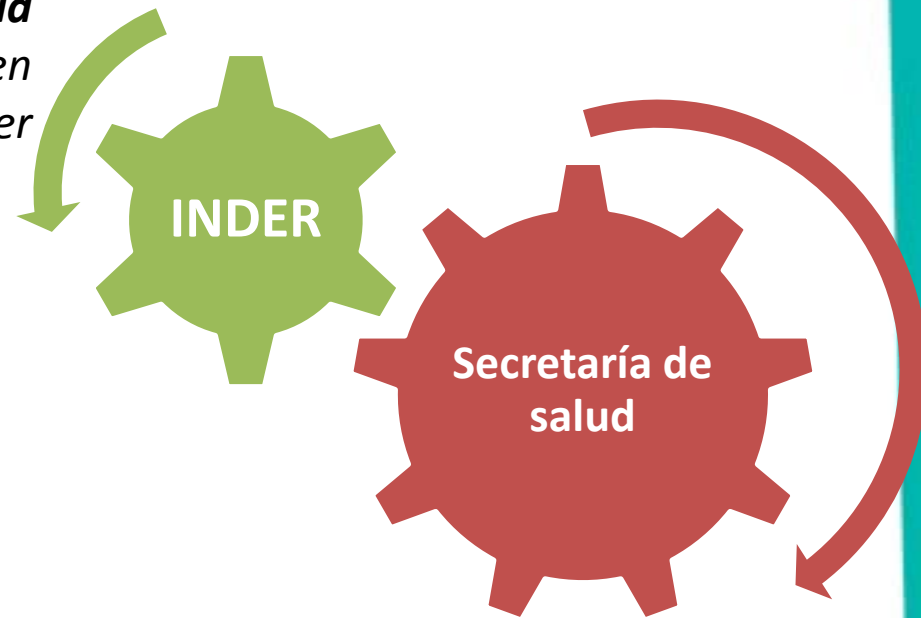
 Alianza estratégica con la **Secretaría de Salud de Medellín**, quien hace la asesoría técnica en temas de salud y conjuntamente con el **inder** financia la Acción.

 **Ministerio de Salud y Protección Social**

 **Fundación Colombiana del Corazón**

 **Secretaría de Educación de Medellín**

 **Coldeportes**



## Nuestra fortaleza: el recurso humano



**10 profesores del área de la actividad física, un grupo biopsicosocial, un equipo de coordinadores territoriales, un coordinador de la Acción y asesoría de profesionales de la Secretaría de Salud.**

# Inversión



AÑO	PRESUPUESTO ASIGNADO SECRETARIA DE SALUD E INDER
2009	\$ 225.398.953
2010	\$ 225.398.953
2011	\$ 225.398.953
2012	\$ 446.945.169
2013	\$ 418.210.054
2014	\$335.431.420
2015	\$437.514.614

**3.401** niños y niñas atendidos

Corte: septiembre 30 de 2015

De las enfermedades no transmisibles a los hábitos saludables



Medellín todos por la vida



¡Gracias!



“Con la Actividad Física, el Deporte y la recreación transformamos y construimos una ciudad más saludable”



## Para Mayor Información:

David Mora Gómez – Director General

[david.mora@inder.gov.co](mailto:david.mora@inder.gov.co)

Coordinador de la acción Chicos y Chicas:

[macario.foronda@inder.gov.co](mailto:macario.foronda@inder.gov.co)

Tel: +57 (4) 3699000 EXT. 110/119