

CONSTRUCCIÓN DE CAPACIDAD para la promoción de ACTIVIDAD FÍSICA

logros, aprendizajes y desafíos

Ante la preocupación global por el incremento de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) y la pandemia de la inactividad física, desde el año 2004 los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC), la Unión Internacional para la Promoción de la Salud y la Educación (IUHPE) y el Centro de Estudios del Laboratorio de Aptitud Física de San Caetano del Sur (CELAFISCS) han establecido alianzas con organizaciones alrededor del mundo con el fin de contribuir en la construcción de capacidad para la promoción de actividad física (AF) a través de la realización de cursos internacionales.

¿Por qué es importante construir capacidad en AF?

“La **inactividad física (IF)** es una **pandemia**, una de las **principales causas de muerte** en el mundo y claramente **1 de los 4 pilares de una estrategia para prevención de enfermedades crónicas no transmisibles**. Sin embargo, **el rol de la AF sigue siendo subvalorado** a pesar de la evidencia sobre sus efectos protectores y sobre el costo de los niveles de IF actuales en el mundo. **Existe una necesidad urgente de construir capacidad global**” (Kohl y cols. 2012)*.

¿Con qué objetivos?

- **Proporcionar información** reciente e histórica sobre las **estrategias** emprendidas para **promover la AF**.
- Proveer **entrenamiento avanzado** y **estimular las redes nacionales y regionales** para desarrollar **políticas públicas** que promuevan la **investigación** y los **programas** en AF.
- Apoyar la implementación de la **Estrategia mundial de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre régimen alimentario, actividad física y salud** y los planes de acción de la OMS para **prevenir las enfermedades crónicas** no transmisibles.

¿En qué temas?



Figura 1. Temas incluidos en los cursos



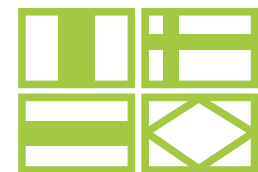
44 cursos en 20 países de las Américas, África, Asia, Medio Oriente y el Pacífico.



Más de **3000 profesionales** entrenados procedentes de 49 países y con perfiles diversos.



Alrededor de **1000 horas de entrenamiento** en promoción, estrategias, beneficios e investigación de la AF.



Un promedio de **4 expositores internacionales** y **3 expositores nacionales** por curso.

* Kohl HW, Craig CL, Lambert EV, Inoue S, Alkandari JR, Leetongin G, Kahlmeier S. (2012). The pandemic of physical inactivity: global action for public health. Lancet Jul 21; 380(9838): 294-305.

Información

Para obtener mayor información sobre los cursos contactar a:
 Magdalena Soares fh8@cdc.gov
 Olga L. Sarmiento osarmien@uniandes.edu.co

Para mayor información y revisar las fuentes consulte:
<http://epiandes.uniandes.edu.co/>

¿Quiénes han liderado los procesos?



Los logros

Consolidación de una red global

3 organizaciones líderes dieron inicio al proceso en 2004

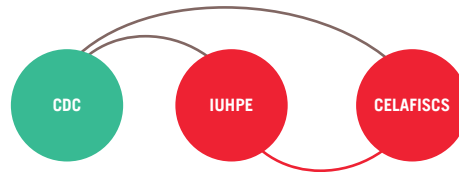


Figura 2. Red de las organizaciones que dieron inicio al proceso de capacitación en 2004

64 organizaciones conforman una red de colaboración 9 años después

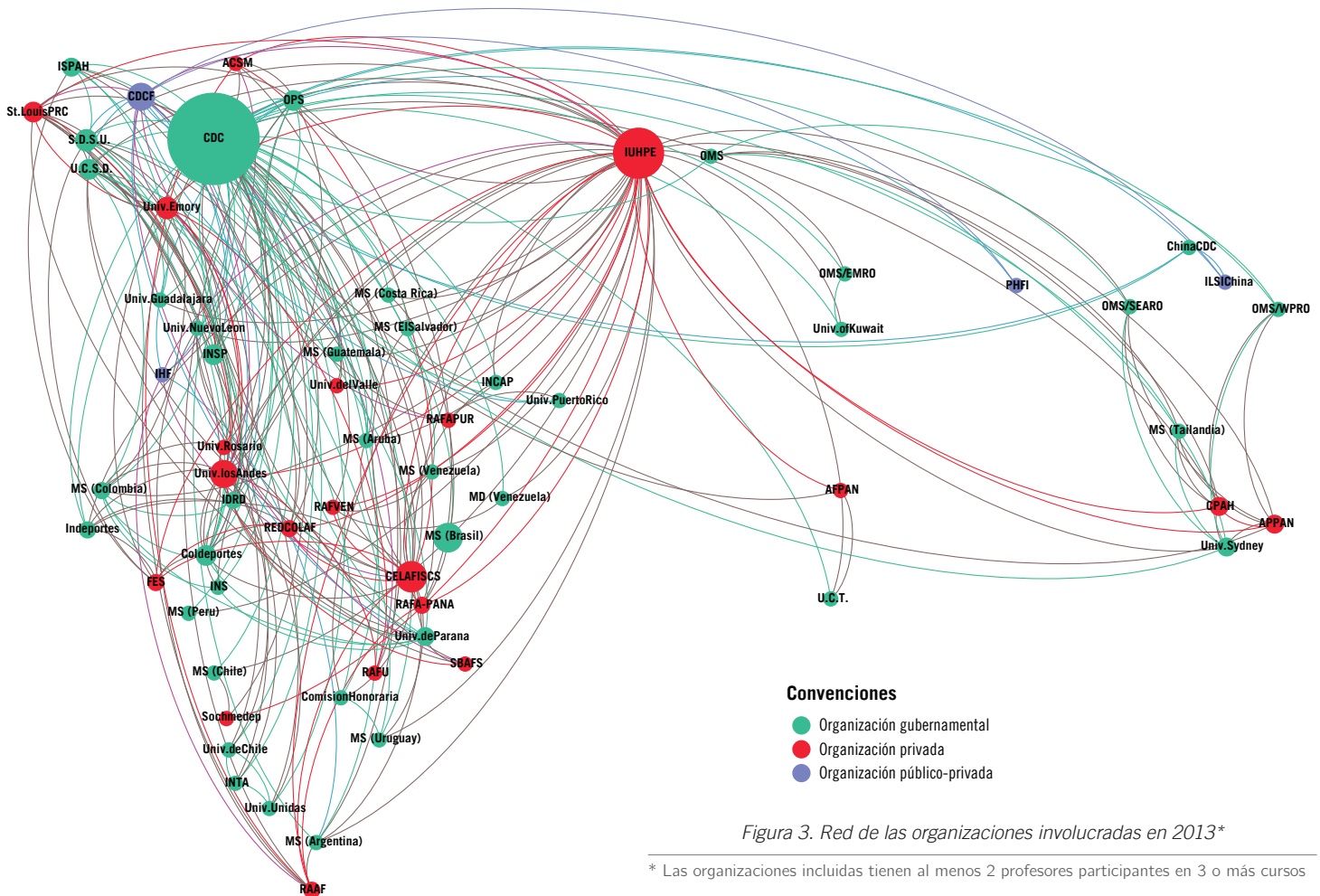


Figura 3. Red de las organizaciones involucradas en 2013*

* Las organizaciones incluidas tienen al menos 2 profesores participantes en 3 o más cursos

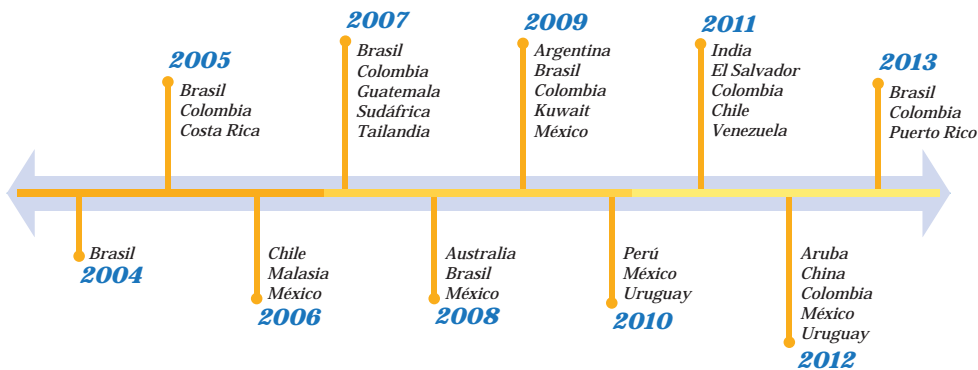


Figura 4. Países sedes

Aprendizajes

Los cursos son oportunidades únicas para:

- Despertar interés por la evaluación de programas de AF.
- Ampliar el conocimiento en políticas, programas e investigación actualizada en AF.
- Crear conexiones y bases para redes de colaboración.

Los asistentes valoran especialmente:

- Las sesiones que tratan sobre: la evidencia de los beneficios de la AF en diferentes niveles, la evaluación de programas (incluyendo la medición y monitoreo de niveles de AF y el uso de instrumentos específicos) y la descripción de estrategias efectivas para promover la AF.
- Los talleres prácticos y trabajos en grupo.
- Las oportunidades de consulta y discusiones con expertos.
- Los espacios para crear conexiones e intercambiar ideas con otros participantes y expositores.
- La inclusión de sesiones de AF dentro del programa y la oferta de alimentación saludable.
- El cumplimiento de la agenda.

Para un mayor aprovechamiento de las sesiones se sugiere:

- Proporcionar material de apoyo con anticipación.
- Estimular la reflexión y discusión explícitas sobre cómo traducir los aprendizajes del curso al trabajo cotidiano.
- Promover el “aprender haciendo”.
- Presentar ejemplos puntuales de casos locales.

¿En qué enfocarse en el futuro?

- **Desarrollo de competencias y habilidades.**
- **Experiencias exitosas y estrategias específicas de incidencia política** y gestión en **construcción de coaliciones y redes.**
- **Métodos de evaluación específicos:** uso de instrumentos y herramientas, recolección de información y análisis e interpretación de datos mediante **talleres prácticos.**
- **Prioridades en investigación en AF.**
- **Expansión global con apoyo de la Sociedad Internacional de Actividad Física y Salud (ISPAH - www.ispah.org).**



Las voces de los participantes

“El curso refuerza mi vigor y pasión por la actividad física al inspirarme a través de expositores entusiastas y al proveer evidencia de que las soluciones y prevención son posibles”. (Participante - Curso en Australia)



Curso México 2006

“El curso me sirvió para darme cuenta de que estamos haciendo cosas pero no sabíamos para dónde íbamos, qué horizonte teníamos”. (Coordinador de un programa de Ciclovía - Curso en Colombia)



Curso Sudáfrica 2007

“El curso me permitió conocer experiencias exitosas y no exitosas en la región para aprender y reproducir en mi país”. (Médica deportóloga - Curso en Uruguay)



Curso Colombia 2011

“El curso es exitoso en crear habilidades y confianza y en movilizar personas comprometidas y profesionales”. (Participante - Curso en Australia)

"El objetivo de estos cursos es formar una nueva generación de profesionales en salud pública que pueda llevar a cabo investigación de vanguardia en el contexto de sus países. Los cursos han tenido éxito en lograr este objetivo más allá de nuestros sueños más ambiciosos" (Michael Pratt)

Las voces de los participantes

"Actualmente no hay estudios relacionados con actividad física en Nepal pero el entrenamiento ha aumentado mucho el entusiasmo, estamos listos para unir esfuerzos en el Sur Este Asiático y a nivel internacional para participar en proyectos de investigación en actividad física".

(Participante - Curso en India)



Curso Australia y el Pacífico 2008

"Algo de suma importancia es el hecho de que al momento [de cierre del curso], 20 participantes hayan tenido la determinación de iniciar un acercamiento con la posibilidad de estructurar una red de trabajo en el futuro inmediato".

(Organizador - Curso en México)



Curso China 2012

"Estos cursos promueven la creación de comunidad académica, el fortalecimiento de las relaciones internacionales y la posibilidad de seguir apoyando la capacitación en torno a la promoción de la actividad física en los estudiantes de Colombia". (Estudiante de doctorado en Psicología - Curso en Colombia)

Desafíos ¿Qué pasos siguen?

- Ofrecer **talleres prácticos** con enfoques diferentes (e.g. investigación y práctica) y que los asistentes elijan previamente a cuál inscribirse.
- Aprovechar las **nuevas tecnologías de comunicación** para favorecer:
 - La comunicación entre participantes y expositores
 - La continuidad en las conexiones iniciadas en los cursos
 - Mecanismos de acompañamiento y seguimiento
- Diseñar **cursos en línea** para profundizar en temas específicos y con el contenido de los ya realizados.
- Promover la asistencia y participación de **decisores políticos** como actores multiplicadores.
- Incluir profesionales **expertos de la práctica** como expositores.
- Incluir expositores de **diferentes disciplinas y sectores**.
- **Disminuir la brecha en el acceso a la información entre investigación y práctica:** desarrollar documentos de difusión con datos claves de la evidencia científica y recomendaciones de política en el idioma local.

Recomendaciones

De política

Incluir resultados de la evidencia y modelos teóricos en el diseño de programas (e.g. modelo de cambio comportamental).

Utilizar modelos lógicos en el seguimiento de programas y estrategias.

Potenciar el trabajo y políticas de sectores diferentes al de salud (e.g. planeación urbana, transporte, recreación y deporte, educación).

Favorecer alianzas entre investigación y práctica para construir evidencia útil para la toma de decisiones y el fortalecimiento de programas.

Considerar estrategias que impacten los entornos y los niveles poblacional y estructural.

Para investigaciones futuras

Estudiar determinantes y correlaciones de AF en países de medianos y bajos ingresos: en diferentes dominios y niveles.

Incluir metodologías de investigación-acción-participación.

Llevar a cabo investigación formativa en los programas de promoción de AF.

Incorporar diferentes disciplinas que aporten nuevas perspectivas y preguntas pero también nuevas respuestas a antiguas preguntas.

Construir la evidencia que se necesita y de donde se necesita: evaluar programas locales con grupos de investigación locales.

Hoja informativa preparada por:

Adriana Díaz del Castillo¹, Andrea Ramírez¹, Lucero Ramírez², Roberto Jiménez^{4,7}, Diana Fernández³, Michael Pratt^{1,3,6,7}, Olga Lucía Sarmiento^{1,7}

1. Facultad de Medicina. Universidad de los Andes.
2. Facultad de Ciencias Sociales. Departamento de Psicología. Universidad de los Andes
3. Escuela de Gobierno. Universidad de los Andes
4. Facultad de Ingeniería, Departamento de Ingeniería Industrial. Universidad de los Andes
5. Facultad de Ingeniería, Departamento de Ingeniería de Sistemas y Computación, Universidad de los Andes.
6. Centro Nacional para la Prevención de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud. Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC).
7. ceiBA - Centro de Estudios Interdisciplinarios Básicos y Aplicados en Complejidad.

La producción de este documento ha recibido el apoyo económico de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos (CDC), una Agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos, en virtud del Acuerdo de Cooperación Número CDC RFA DP07-708 en materia de Capacitación de los países en desarrollo para la prevención de las enfermedades no transmisibles con la Unión Internacional de Promoción de la Salud y Educación para la Salud (UIPES/IUHPE). La responsabilidad por el contenido del presente documento es exclusivamente la responsabilidad de sus autores y no necesariamente representa la opinión oficial de los CDC.

Diagramación: Diana Fernández

