

Promoción de actividad física en Molina de Segura

Red adscrita red PACAP  type unknown

Temas

Actividad física, Salud comunitaria.

Descripción

Desde 2010 existe un grupo estable formado por profesionales sanitarios de los centros de salud del municipio, especialistas en medicina deportiva, licenciados en ciencias del deporte, con participación de funcionarios cualificados de la Concejalía de Deporte y Salud (fusión reciente de las concejalías de Salud Pública y de Deportes con el objeto de que la promoción de actividad física se oriente como estrategia de promoción de salud). En algunas acciones han participado también representantes de clubes deportivos. Mediante reuniones mensuales (hasta Mayo de 2018 se han celebrado 69) el grupo ha diseñado diversos programas de promoción de la actividad física para grupos específicos y en población general como estrategia de promoción de salud en los que ya han participado más de 3.000 personas.

Gracias al grupo, Molina de Segura es pionera en el desarrollo del Programa Activa de la Consejería de Salud dirigido a varios grupos específicos entre 35 y 65 años (con 2 o más factores de riesgo cardiovascular, diabéticos, con prediabetes, con enfermedad mental grave y con depresión leve) en el que han participado más de 2.000 pacientes de Molina de Segura derivados desde las consultas de medicina y enfermería realizando un programa de 3 sesiones semanales de 1 h. durante 6 meses dirigidas por licenciados en ciencias del deporte. El Programa Activa Familias se dirige a niños/as sedentarios que son derivados desde las consultas y dura todo el curso escolar. El Programa Activa obtuvo en 2015 el Premio de la Estrategia NAOS al mejor proyecto en el ámbito sanitario.

El Programa Escuela Deporte Salud diseñado por el grupo se dirige a niños de 5 a 12 años (en grupos diferenciados de 5 a 9 y de 10 a 12) y se presentó en Pleno Municipal en el año 2012 acordándose que fuera un programa municipal que se desarrolla durante todo el curso escolar como actividad extraescolar y en el que han participado casi 1.000 niños/as en sus 4 primeras ediciones.

El Programa ActivaTe Joven se dirige a adolescentes de 12 a 16 años consistente en actividades deportivas lúdicas. La suma de estos programas dirigidos a población de 4 a 18 años mediante una estrategia coordinada de la Concejalía de Deporte y Salud ha recibido el Premio de la Estrategia NAOS 2017 al mejor proyecto de promoción de actividad física en el ámbito familiar y comunitario.

Los 8 años de trabajo continuado están consiguiendo que los profesionales de los centros de salud estén incorporando a su práctica profesional la prescripción de actividad física en grupos específicos y su promoción en población general a través de programas específicos que se desarrollan en el municipio. El proyecto consigue un trabajo cooperativo multiprofesional e intersectorial con activa implicación del Ayuntamiento y con participación ciudadana.

En 2019 el Ayuntamiento diseñó el Programa Molina Salud como continuación del Activa de 6 meses, con una matrícula muy reducida y con carácter indefinido. En 2020 se iniciará un nuevo programa "Escuelas Activas" en colaboración con profesores de educación física. En los años 2020 y 2021 y debido a la pandemia la mayoría de los programas han sufrido largas interrupciones y la actividad física disminuyó de forma preocupante. En 2022 se ha reiniciado el Programa Activa con nuevas derivaciones, constatándose en las consultas de enfermería y médicas una pérdida importante en la condición física de muchas personas de edad media y mayores por lo que la recuperación de los programas son una prioridad.

Población

Población General - Cualquiera (Grupos específicos para cada uno de los programas y población general para programas poblacionales)

Persona de contacto

Mario Soler Torroja (661691920) (msolertorroja@gmail.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centros de Salud Profesor Jesús Marín y Centro de Salud Antonio García, de Molina de Segura, Ayuntamiento de Molina de Segura. Consejería de Sanidad de la Región de Murcia. Clubes deportivos de Molina de Segura: Club Ciclista Molinense, Club Atletismo M

Fecha de última actualización de la actividad

14/06/2023

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Calle Enrique Bernal Capel 4 30500 Molina de Segura Molina de Segura Murcia Murcia España

