

DIA MUNDIAL DE LA ACTIVIDAD FISICA

Tras el gran éxito del Día Mundial de la Salud del año 2002, que consiguió movilizar 148 países con un total de 1987 eventos, con el slogan "Agita Mundo - Move for Health", traducido en 63 idiomas diferentes, la Asamblea Mundial de la Salud de la OMS, pidió a los Estados Miembros que celebrarán todos los años un día con el fin de promover la actividad física como elemento esencial de salud y bienestar.

Fue así que oficialmente fue lanzado en forma internacional una iniciativa anual con el lema "Agita Mundo - Move for Health" que cuenta con una amplia red de enlaces en comunidades de todo el mundo. La celebración de la jornada forma parte de una iniciativa más amplia de la OMS, destinada a combatir la creciente carga de enfermedades crónicas a través de la Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud, que también recibió su mandato en el marco de la Asamblea Mundial de la Salud.

La OMS, en su Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario y Actividad Física, propone un modelo destinado a utilizarse en los países y que busca explicar cómo influyen las políticas, los programas, y su aplicación en los cambios de comportamiento de una población. En este modelo el cambio de comportamiento de la población traería beneficios sociales, sanitarios y económicos (OMS, 2009). El objetivo, este año, es movilizar de forma global a la población en eventos de actividad física para sensibilizar la adopción de un estilo de vida activo como forma de mantener la salud.

Objetivos

- Reducir el Índice de inactividad física y sedentarismo en la población general.
- Promover la adopción de estilos de vida activos en toda la población, mediante la construcción de una conciencia activa y saludable. habilidades personales.
- Sensibilizar a la población y a las organizaciones sociales sobre la epidemia de sedentarismo y la importancia de una vida activa para mejorar la salud y prevenir las enfermedades crónicas no transmisibles.
- Crear ambientes favorecedores que contribuyan a fortalecer las capacidades de las comunidades para la realización de actividad física.