

**LINEA 1: PROMOCION DE HABITOS DE VIDA SALUDABLES**

<b>LINEA DE ACCION 1</b>	<b>HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA PREVENIR EL SOBREPESO/OBESIDAD EN LA POBLACIÓN GENERAL Y CON ESPECIAL ÉNFASIS EN LA POBLACIÓN INFANTIL.</b>
<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<p align="center"><b>1.A. PROMOVER LA PRÁCTICA DEPORTIVA</b></p> <p><i>Se entiende por «deporte» cualquier forma de actividad física que, a través de participación organizada o no, tiene por objeto la expresión o mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición a todos los niveles. (Carta Europea del Deporte para Todos 1975. Firmada por todos los ministros miembros.)</i></p>
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilizar e informar sobre los beneficios de la actividad física.</li> <li>• Fomentar y desarrollar el tejido asociativo deportivo como pilar que consolida y fomenta la práctica deportiva.</li> <li>• Desarrollar programas activos con todos los agentes sociales involucrados para fomentar la práctica deportiva</li> <li>• Crear un grupo de trabajo intersectorial que represente a los sectores vinculados con la promoción de la actividad física y la alimentación saludable que incluya agentes clave de la comunidad para la propuesta , fomento, dinamización y evaluación de las iniciativas y estrategias acordadas</li> <li>• Poner en marcha una red de voluntariado social que facilite la práctica de actividad física en los barrios y núcleos de Benalmádena.</li> <li>• Potenciar las iniciativas ya existentes en el municipio en la práctica de la actividad física, como el "Paseo para la salud", "Por un millón de pasos" y las "Rutas urbanas saludables".</li> <li>• Promover que los Planes de ordenación urbana apliquen criterios que faciliten a los ciudadanos una vida activa.</li> <li>• Involucrar a las instituciones locales, ONGs, Asociaciones de Vecinos, ... para que se adhieran a iniciativas que fomenta la actividad física en el entorno inmediato como es el Programa "Escaleras es Salud" y se transformen en agentes de salud aportando visibilidad y refuerzo local.</li> </ul>
<b>INDICADORES DE EVALUACION</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nº de campañas o jornadas de sensibilización</li> <li>2. Nº de asociaciones deportivas, socios y actividades que realizan.</li> <li>3. Nº de actividades anuales de fomento de la actividad física</li> <li>4. Nº de personas que realizan actividad física en el municipio (encuesta)</li> <li>5. Nº de acuerdos de colaboración entre áreas de salud-deporte-educación</li> </ol>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catálogo de Oferta de actividades deportivas</li> <li>• Inventario de Instalaciones deportivas</li> <li>• Pistas deportivas de acceso libre</li> <li>• Zonas verdes y espacios peatonales</li> <li>• Playas</li> <li>• Parques biosaludables</li> <li>• Programa paseo para la salud (Ayuntamiento de Benalmádena)</li> <li>• Programa "Por un Millón de Pasos" (Consejería de Igualdad, Salud y PPSS).</li> <li>• Iniciativa "Escaleras es Salud" (Consejería de Igualdad, Salud y PPSS).</li> <li>• Programa de alimentación saludable en la escuela (Junta de Andalucía)</li> </ul>



## SEGUNDO PLAN MUNICIPAL DE SALUD BENALMADENA 2015-2019



### LINEA 1: PROMOCION DE HABITOS DE VIDA SALUDABLES

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Programa de prescripción de actividad física (SAS-Junta de Andalucía)</li> <li>• Rutas urbanas saludables</li> <li>• Escuela de padres</li> <li>• AMPAS</li> <li>• Asociación de Comerciantes de Benalmádena (ACEB)</li> <li>• Programa de actividades en la Naturaleza (Rutas de Senderismo)</li> <li>• Proyecto "PREDIMED"</li> <li>• Universidad de Málaga</li> <li>• Hospital CHARE. Consejería de Igualdad, Salud y PPSS</li> <li>• Hospital Xanit Internacional</li> </ul>
<b>SINERGIAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ESTRATEGIA NAOS</li> <li>• IV Plan Andaluz de salud</li> <li>• Plan de movilidad sostenible</li> <li>• Plan para la promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada de Andalucía (PAFAE). Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales.</li> <li>• Iniciativa "Imagen y Salud" Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales.</li> </ul>

<b>LINEA DE ACCION 1</b>	<b>HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA PREVENIR EL SOBREPESO/OBESIDAD EN LA POBLACIÓN GENERAL</b>
<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<b>1.B. DISMINUIR EL SEDENTARISMO.</b>
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Detectar los grupos y colectivos inactivos y sedentarios.</li> <li>• Fomentar la práctica deportiva en dichos colectivos buscar programas donde podamos integrarlos y puedan generar hábitos de vida activa</li> </ul>
<b>INDICADORES DE EVALUACION</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nº de casos al año incluidos en esta línea derivadas a actividades deportivas</li> <li>2. Evaluaciones funcionales y de sobrepeso que se realizan en los centros escolares del municipio</li> </ol>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catálogo de Oferta de actividades deportivas</li> <li>• Inventario de Instalaciones deportivas</li> <li>• Pistas deportivas de acceso libre</li> <li>• Zonas verdes y espacios peatonales</li> <li>• Playas</li> <li>• Parques biosaludables</li> <li>• Rutas urbanas saludables</li> <li>• Escuela de padres</li> <li>• Tejido asociativo de Benalmádena (registro municipal de asociaciones).</li> </ul>



## SEGUNDO PLAN MUNICIPAL DE SALUD BENALMADENA 2015-2019



### LINEA 1: PROMOCION DE HABITOS DE VIDA SALUDABLES

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Universidad de Málaga</li> <li>• Hospital CHARE</li> <li>• Hospital Xanit Internacional Escuela de padres</li> <li>• Aula de intervención socioeducativa</li> </ul>
<b>SINERGIAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ESTRATEGIA NAOS</li> <li>• III Plan Andaluz de salud</li> <li>• Plan de movilidad urbana sostenible</li> </ul>

<b>LINEA DE ACCION 1</b>	<b>HABITOS DE VIDA SALUDABLES PARA PREVENIR EL SOBREPESO/OBESIDAD EN LA POBLACIÓN GENERAL</b>
<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<b>1.C. PROMOCION DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE, ESPECIALMENTE BASADA EN LA "DIETA MEDITERRÁNEA"</b>
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilizar sobre las ventajas de una alimentación saludable en la población general.</li> <li>• Coordinar con los agentes sociales y empresariales actuaciones que faciliten una alimentación equilibrada.</li> <li>• Poner en marcha actuaciones prácticas con las personas con sobrepeso.</li> </ul>
<b>INDICADORES DE EVALUACION</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nº de campañas o jornadas de sensibilización</li> <li>2. Nº de actividades de fomento de la alimentación saludable</li> </ol>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Programa de Consejo dietético (SAS-Junta de Andalucía)</li> <li>• Plan Integral contra la Obesidad Infantil de Andalucía PIOBIN</li> <li>• Tejido asociativo de Benalmádena (registro municipal de asociaciones).</li> <li>• Asociación de comerciantes</li> <li>• Escuela de Hostelería</li> <li>• Escuela de padres</li> </ul>
<b>SINERGIAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ESTRATEGIA NAOS</li> <li>• III Plan Andaluz de salud</li> <li>• Plan para la promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada de Andalucía (PAFAE). Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales.</li> </ul>

**LÍNEA 1: PROMOCION DE HABITOS DE VIDA SALUDABLES**

<b>LÍNEA DE ACCION 1</b>	<b>PREVENCION DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD INFANTIL</b>
<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<b>1.D. PROMOVER HABITOS DE VIDA SALUDABLES EN LA POBLACIÓN INFANTIL DESDE EL NACIMIENTO</b>
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover la lactancia materna tanto como opción más saludable como por el efecto en la prevención de la obesidad infantil.</li> <li>• Sensibilizar a las familias, los alumnos y los profesores sobre las ventajas de una alimentación saludable.</li> <li>• Impulsar el objetivo del plan de movilidad urbana sostenible en la creación de caminos escolares seguros.</li> <li>• Establecer protocolos de coordinación para los casos de detección de sobrepeso y obesidad en el programa municipal de salud escolar con: pediatras, profesores, trabajadores sociales y el patronato deportivo municipal.</li> <li>• Proponer a la comunidad educativa el desarrollo de iniciativas que aumenten el tiempo semanal dedicado a la actividad física y la vida activa.</li> <li>• Potenciar las actividades relacionadas con esta línea en la Escuela municipal de padres.</li> <li>• Promover la adscripción de los Centros escolares a los programas de promoción de hábitos saludables.</li> </ul>
<b>INDICADORES DE EVALUACION</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nº de campañas o jornadas de sensibilización</li> <li>2. Nº de actividades de fomento de la actividad física en menores</li> <li>3. Nº de menores inscritos en actividades deportivas</li> <li>4. Nº de asociaciones deportivas y clubs deportivos que desarrollan actividades con menores</li> <li>5. Nº de centros inscritos en los programas de hábitos saludables de la consejería de salud y educación.</li> <li>6. Seguimiento de la Tendencia de los indicadores del programa de detección de sobrepeso y obesidad infantil en escolares de 4º y 6º de primaria.</li> </ol>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catálogo de Oferta de actividades deportivas</li> <li>• Inventario de Instalaciones deportivas</li> <li>• Pistas deportivas de acceso libre</li> <li>• Zonas verdes y espacios peatonales</li> <li>• Playas</li> <li>• Programa de alimentación saludable en la escuela (Junta de Andalucía)</li> <li>• Rutas urbanas saludables</li> <li>• Programa de salud escolar. Programa Perseo (Ayuntamiento de Benalmádena)</li> <li>• Aula de intervención socioeducativa</li> <li>• Escuela de padres</li> <li>• Equipo municipal de intervención con familias en riesgo de exclusión social</li> <li>• Tejido asociativo de Benalmádena (registro municipal de asociaciones).</li> <li>• AMPAS (COMBA)</li> </ul>



**SEGUNDO PLAN MUNICIPAL DE SALUD  
BENALMADENA 2015-2019**



**LINEA 1: PROMOCION DE HABITOS DE VIDA SALUDABLES**

**SINERGIAS**

- ESTRATEGIA NAOS
- III Plan Andaluz de salud
- Plan de movilidad sostenible