



EL MAÑANA SERÁ DE LOS QUE HOY SE MUEVEN

LAS PRIMERAS GLOBAL ACTIVE CITIES DEBERÍAN COMENZAR A RECIBIR SUS CERTIFICACIONES MUY PRONTO. ESTE RECONOCIMIENTO ES EL RESULTADO DE SU SÓLIDO COMPROMISO POR AYUDAR A SUS HABITANTES A SER MÁS ACTIVOS Y A MEJORAR SU SALUD Y ESPERANZA DE VIDA. EXPERTOS Y ACADÉMICOS HAN SIDO INVITADOS A UN CONGRESO (EN PARALELO A LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE LA JUVENTUD) EN EL QUE DESCUBRIRÁN EL LEGADO DEL PROGRAMA BA CIUDAD ACTIVA Y EL ENFOQUE GLOBAL ACTIVE CITY

TEXTO DE **RACHEL BEACHER**

ILUSTRACIONES DE **CELINA LUCEY**

«Los gobernadores y alcaldes de ciudades y Gobiernos locales, los líderes de comunidades locales, la sociedad civil y las organizaciones populares deben unirse para plantear medidas en materia de promoción de actividad física, salud y bienestar que lleguen a toda la ciudad y sus comunidades, así como para intercambiar experiencias y crear redes nacionales o regionales»

Organización Mundial de la Salud

¿Por qué hay personas que no practican deporte o actividad física? Sus beneficios para la salud son claros y cada vez más estudios científicos lo confirman. Recientemente, se ha demostrado que el deporte ayuda a prevenir 12 tipos de cáncer y enfermedades como la diabetes, las cardiopatías, el colesterol y la depresión. Aun así, en el mundo, uno de cada cuatro adultos y cuatro de cada cinco adolescentes no llegan a alcanzar los niveles mínimos de actividad física recomendados: 150 minutos de actividad moderada por semana en el caso de los adultos y 60 minutos al día en el de los adolescentes.

Las ciudades que se unen a la red de la Active Well-being Initiative (AWI) saben que los motivos del sedentarismo son tan variados como complejos. Las personas que viven en contextos urbanos suelen carecer de oportunidades para practicar deporte debido a problemas personales (discapacidad, enfermedad o cargas familiares), a problemas sociales (pobreza, inseguridad ciudadana) o incluso a la ausencia de espacios accesibles para la práctica deportiva o de infraestructuras que fomenten los desplazamientos urbanos activos. Las ciudades de la red AWI obran para mejorar sus entornos urbanos, crean alianzas robustas entre organizaciones y comunidades para profundizar en problemas locales e indagan sobre las barreras que impiden el acceso al deporte para intentar derribarlas.

Buenos Aires, que ha estado implicada en AWI desde su fundación, es uno de los mejores ejemplos del éxito del proyecto. Durante los Juegos Olímpicos de la Juventud (JOJ), que se celebrarán del 6 al 18 de octubre, la ciudad acogerá un encuentro de dos días en torno al programa Global Active City. ➤

23%

de los adultos y 81% de los jóvenes de entre 11 y 17 años de todo el mundo no llegan al mínimo de actividad física recomendado por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

54 000 mill.

Gasto anual estimado causado por el sedentarismo en todo el mundo (en dólares).

57%

de esos gastos los soporta el sector público. La pérdida de productividad supone 14 000 millones de dólares.

15%

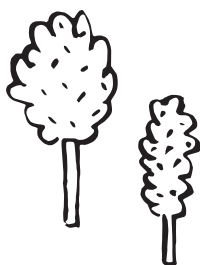
La OMS espera reducir el sedentarismo de adolescentes y adultos en un 15% entre 2018 y 2030*.



EL CONGRESO DE CIUDAD ACTIVA

Durante los JOJ, Buenos Aires presentará sus planes de legado olímpico en el Congreso de Ciudad Activa los días 9 y 10 de octubre en la Usina del Arte. Este encuentro incluye varias actividades y sesiones de formato diverso: ponencias, talleres, actividades en movimiento, buenas prácticas y estudios de caso. Está dirigido a profesionales del deporte y la salud, organizaciones internacionales, federaciones deportivas, ONG, empresas con conciencia social, urbanistas, funcionarios, investigadores, estudiantes y residentes de Buenos Aires.

Más de 50 expertos de renombre nacional e internacional compartirán sus conocimientos durante las sesiones del congreso, que se articulará en torno a nueve temas. Entrada gratuita previa inscripción en buenosaires.gob.ar/baciudadactiva o baciudadactiva@buenosaires.gob.ar.



El enfoque de Global Active City no solo ha cambiado la gestión de Buenos Aires; también ha cambiado la vida de sus habitantes. BA Ciudad Activa es el más importante de los legados de los Juegos Olímpicos de la Juventud: instalaciones deportivas y actividades accesibles a todos y, en muchos casos, especialmente dirigidas a los grupos más desfavorecidos, que no siempre gozan de oportunidades para practicar deporte. La *Revista Olímpica* entrevistó a Diego Santilli, vicejefe de Gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, para descubrir por qué y cómo la capital del país se convirtió en una ciudad activa.

¿Cómo decidió Buenos Aires empezar con la iniciativa BA Ciudad Activa?

Buenos Aires se sumó a la iniciativa Global Active City hace tres años, cuando fuimos elegidos sede de los JOJ de 2018. Vimos este evento como una oportunidad para construir un legado perdurable, que nos beneficiase a todos, que difundiese el espíritu y los valores olímpicos y que generase un entorno activo y saludable para los vecinos. Por otro lado, para la ciudad era muy importante revertir el impacto del sedentarismo sobre la salud pública. Enfermedades no transmisibles (ENT), como las enfermedades cardiovasculares, las enfermedades respiratorias crónicas, la diabetes y el cáncer, representan la principal causa de muerte en las grandes ciudades del mundo, y nosotros, en nuestra ciudad, no somos ajenos a esto. Hoy es una prioridad prevenir el sobrepeso y la obesidad, tanto en los adultos como en los niños, así como promover la actividad física.

¿Cuáles son los desafíos más grandes a los que se enfrenta Buenos Aires y qué esperan superar con la ayuda de BA Ciudad Activa?

Además de luchar contra las ENT, es importante trabajar con un enfoque integral, en equipo, con todos los vecinos y con las organizaciones de la sociedad civil que desempeñan un rol clave en la comunidad. Esta temática abarca tanto el ámbito de la salud y el deporte como el de la alimentación, la educación, el planeamiento urbano y la movilidad, entre otros. Se trata de crear un cambio cultural a largo plazo que potencie la vida de cada uno de nosotros. Los nuevos desafíos requieren de cuerpos

PROYECTOS BA CIUDAD ACTIVA



Estaciones Saludables

Unas 40 estaciones saludables ofrecen controles de salud e información en lugares muy frecuentados por los habitantes de la ciudad. Además, algunas de ellas están instaladas en parques y otros lugares donde los ciudadanos suelen practicar actividad física, y cuentan con taquillas para guardar sus pertenencias. Enfermeras ofrecen análisis de sangre y controles de peso, glucosa en sangre y tensión arterial y nutricionistas brindan consejos. Desde 2013, 1150000 personas han utilizado sus servicios, con una media de 3,8 visitas por persona. «Es otra manera de tomarme la presión, pesarme y tener una charla con alguna nutricionista de las que están aquí —afirma Elena Dupuis, una usuaria recurrente—. A mí me parecen fantásticas».



La Liga del Potrero Femenina

Esta es una nueva liga de fútbol para chicas de 13 a 18 años que cuenta con 300 jugadoras. Se creó en abril de 2018 en colaboración con la ONG Fundación Boca Social, perteneciente al Club Atlético Boca Juniors, para fomentar la práctica de deporte entre las mujeres que viven en asentamientos y barrios informales. Con el fútbol como catalizador, el proyecto ayuda a las jugadoras con sus necesidades educativas, sociales, personales y familiares. Dalila Abril Jairo, de 13 años, afirmó: «Nos enseñan el respeto a los profes y me gusta cómo me tratan. Es buenísimo participar en la Liga del Potrero». Lionel Messi, también embajador de la ONU, aplaudió esta iniciativa, que contribuye a la consecución de los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ONU.





saludables y mentes activas. El rumbo del siglo XXI nos demanda una sociedad más dinámica y despierta, para pensar cómo resolver las problemáticas del futuro. Cuando las ciudades cuentan con personas sanas y enérgicas, estas se enfocan en el desarrollo sustentable de sus comunidades y crean nuevas posibilidades para tener una mejor vida.

¿Cuáles son los objetivos de Buenos Aires en el marco de Global Active City?

Nuestra visión como ciudad activa es generar un entorno favorable para que cada vecino pueda disfrutar de un estilo de vida activo y saludable en cada rincón de Buenos Aires. Nuestros objetivos apuntan a la lucha contra la obesidad y las enfermedades crónicas; a asegurar la participación en la actividad física y deportiva de los vecinos, independientemente de su edad, condición física y situación socioeconómica; a mejorar sus hábitos alimenticios y a hacer del espacio público un entorno saludable.

¿Cuáles han sido los beneficios de este programa?

Hace tiempo que, desde el Gobierno de la ciudad, venimos trabajando desde distintos frentes en la promoción de la salud de los vecinos. Por ejemplo, hace 5 años implementamos las Estaciones Saludables y ya se realizaron más de 4 millones de consultas, reforzamos el primer nivel de atención de salud con 45 centros de atención primaria, ampliamos la oferta de actividad física, mejoramos la infraestructura deportiva y mejoramos los menús escolares para que los chicos se alimenten cada vez más sano. Con BA Ciudad Activa logramos coordinar todos estos proyectos en una iniciativa global y uni-

«CUANDO LAS CIUDADES CUENTAN CON PERSONAS SANAS Y ENÉRGICAS, ESTAS SE ENFOCAN EN EL DESARROLLO SUSTENTABLE DE SUS COMUNIDADES Y CREAN NUEVAS POSIBILIDADES PARA TENER UNA MEJOR VIDA»
DIEGO SANTILLI

mos esfuerzos hacia un mismo objetivo: mejorarle la vida a todos los vecinos de la ciudad, siguiendo estándares internacionales. Y, de cara al futuro, representa un desafío enorme, porque vamos a tener que sostener la calidad de esos procesos y políticas públicas que estamos certificando, ya que la ciudad estará expuesta a periódicas auditorías de control para mantener su certificación. Además, este enfoque facilitó la formalización de alianzas con otras organizaciones que son clave en esta temática y destacó la importancia de la prevención de la salud y el bienestar de los vecinos.

¿Cómo contribuyó BA Ciudad Activa al prelegado y legado de los Juegos Olímpicos de la Juventud de Buenos Aires 2018?

Aprovechamos la oportunidad de ser sede de los Juegos para acelerar y reforzar programas ya existentes y potenciar la implementación de proyectos nuevos. Además, el poder de Buenos Aires 2018 es una oportunidad para acercarnos a los más jóvenes y a la comunidad en general. Ejemplo de esto son los miles de chicos a los que llegamos con actividades educativas y colonias de verano, el recorrido de la bandera olímpica por escuelas y clubes

Arriba

El Maratón de Buenos Aires es una de las muchas actividades físicas que pueden practicar los porteños.

Pág. anterior

La ciudad y sus habitantes recogen los frutos del programa Global Active City.

de barrio, las actividades de iniciación deportiva y las charlas que promueven los valores olímpicos, que son la amistad, el respeto y la excelencia.

¿Cómo ayudó la Active Well-being Initiative (AWI) a la implementación del proyecto?

Sumarnos a AWI nos ayudó a trabajar con una perspectiva transversal, formando alianzas con actores clave y en un marco que facilita la acción coordinada, evitando la segmentación por áreas que suele ser un problema recurrente en la administración pública.

¿Por qué desean que Buenos Aires sea una Global Active City?

Si bien es un orgullo ser una de las primeras ciudades del mundo en ser certificada en un estándar avalado internacionalmente, el punto más importante es promover y empoderar a nuestros jóvenes, familias y comunidades para que tomen decisiones beneficiosas en términos de estilos de vida y hábitos saludables. Mantenernos sanos es fundamental, porque nos permite estudiar y trabajar en mejores condiciones y aliviana los costos económicos y sociales que generan las ENT. Además, programas como Global Active City son una manera ideal de potenciar grandes eventos deportivos, llegando a toda la sociedad.

¿Qué mensaje daría a otras ciudades que están considerando unirse a la red AWI?

Ser parte de una red de ciudades está muy bueno, porque promueve el intercambio de buenas prácticas, nos motiva a abrirnos, a compartir experiencias. Nos permite aprender unas de otras y, mediante sus periódicas auditorías, ayudará a mantener estas políticas públicas en estándares de nivel internacional. Además, ayuda a fortalecer las capacidades de los ciudadanos, creando así ciudades más desarrolladas, sustentables y sostenibles. ■

La Active Well-being Initiative es un proyecto de Evalco, una organización dedicada a la promoción de la salud a largo plazo, y de TAFISA (The Association For International Sport for All), que cuenta con el respaldo del COI. Visite activewellbeing.org o @AWBInitiative.

