El vicejefe de Gobierno porteño, Diego Santilli, presentó el Plan BA Ciudad Activa, que tiene como objetivo combatir el sedentarismo, fomentar la actividad física y lograr una alimentación más saludable como método preventivo para evitar el avance de las enfermedades crónicas no transmisibles.

"El objetivo que trazamos es tener una ciudad activa y con salud para todos", expresó Santilli, quien estuvo acompañado por el jefe de Gabinete de Ministros porteño, Felipe Miguel; la ministra de Educación e Innovación, Soledad Acuña; el secretario de Desarrollo Ciudadano, Matías López; la líder del proyecto de BA Ciudad Activa, Eleonora Bauer; el subsecretario de Deportes, Luis Lobo; y los deportistas Walter Pérez y Vanina Oneto.

A nivel mundial, el 68% de las muertes en zonas urbanas son causadas por enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas, en gran medida, con el estilo de vida sedentario. La tendencia marca que la población urbana, que hoy alcanza el 54% de la población mundial según la Organización de las Naciones Unidas, seguirá creciendo. Por ende, si no se aborda esta problemática crecerán también las afecciones que conlleva el sedentarismo.

Además, el vicejefe de Gobierno porteño indicó que la idea es seguir promoviendo que "la gente se mueva, eliminar el sedentarismo y mejorar la alimentación", y agregó: "Todo eso lo hacemos desde los parques y las plazas, donde la gente puede ir a caminar y a correr".

A su vez, destacó en este punto a "las Estaciones Saludables y los 12 polideportivos que tiene la Ciudad, junto con los dos grandes parques".

Del mismo modo, el vicejefe de Gobierno porteño remarcó "los gimnasios a cielo abierto en los parques y la red integral de clubes de barrio".

"Es un trabajo fuerte que venimos haciendo en toda la Ciudad, con las Ferias de alimentación y las Ferias Itinerantes de Abastecimiento Barrial. Hay un montón de lugares donde la Ciudad te pone a disposición nutricionistas y equipos que te ayudan a elegir mejor la comida ", sostuvo.

Además, hizo hincapié en el hecho de transformar a Buenos Aires en una Ciudad Activa: "El Comité Olímpico Internacional va a certificar a tres ciudades importantes: Buenos Aires, Vancouver y Liverpool".

Este nuevo Plan forma parte de la iniciativa Global Active Cities, que tiene por objetivo certificar y reconocer a las ciudades que logran reducir el nivel de sedentarismo, demostrando compromiso con el bienestar de sus vecinos y con el estilo de vida saludable.

Una Ciudad Activa debe poseer un sistema de gestión integrado que reduzca el sedentarismo, incremente la actividad física y promueva una mejor calidad de vida para todos los vecinos. Esta serie de requisitos, regulada por normas ISO e impulsada por el Comité Olímpico Internacional, son las requeridas para que Buenos Aires se una al grupo de las Global Active Cities.

La Ciudad accedió a esta iniciativa hace más de dos años al ser elegida como sede de los Juegos Olímpicos de la Juventud 2018, que se desarrollarán del 6 al 18 de octubre.

Dentro de este proceso se estuvo recibiendo periódicas auditorías internacionales para evaluar y mejorar el sistema de gestión en actividad física, deporte y promoción de la alimentación saludable, a fin de certificar a Buenos Aires como la primera Ciudad Activa de Latinoamérica.

Por último, Santilli remarcó que "en el Marco de los Juegos Olímpicos de la Juventud también habrá un congreso sobre alimentación para evitar el sedentarismo", y explicó: "Pensemos que seis de cada diez chicos tiene problemas de obesidad o problemas de mala alimentación y el objetivo es que, más allá de los Juegos, la Ciudad siga articulando con todos los actores de la sociedad, ya sea deportistas, médicos, clubes y parques, para que todos construyamos ese cambio".

El congreso BA Ciudad Activa se realizará el 9 y 10 de octubre en la Usina del Arte y tendrá como eje los desafíos para mejorar la calidad de vida de los vecinos a través de la actividad física, el deporte y la alimentación saludable.

Las dos jornadas serán gratuitas para todo interesado en la vida sana y el cuidado de la salud, que deberá inscribirse por medio de la web: http://www.buenosaires.gob.ar/vicejefatura/baciudadactiva

La Ciudad no está ajena a esta problemática mundial y sufre el sedentarismo propio de las grandes urbes, así lo confirma una encuesta de la Vicejefatura de Gobierno porteño que fue realizada en 2017 por la Dirección General de Desarrollo Familiar junto a la Universidad Católica Argentina, con una muestra de 2.400 familias.

El estudio revela que más de la mitad de los niños y niñas de entre 5 y 17 años son insuficientemente activos, como así también el 52,5% de los adultos (de 18 años o más). A su vez, el 37% de la población no realiza actividad física moderada y mayor es el porcentaje al indagar sobre la realización de una actividad física intensa o vigorosa, donde el 60% de la población no realiza nunca actividades con este nivel de intensidad.

La encuesta también indagó sobre quiénes motivan a los niños a realizar actividad física y refleja que el rol de la familia es muy importante. En más del 50% de los casos, la motivación para realizar deportes proviene de los padres y si se compara la figura de ambos cónyugues, el rol de la madre se impone por sobre el del padre (30% y 21%).

Con esta iniciativa, uno de los objetivos principales es estimular los hábitos de una vida sana en los más chicos, que requieren al menos de 60 minutos de actividad física diaria y una

alimentación saludable, según informes de la Organización Mundial de la Salud.

Para fomentar esta propuesta, una de las tantas medidas que tomó el Gobierno porteño, se incoporporaron servicios deportivos en Estaciones Saludables ubicadas en 40 lugares estratégicos de la Ciudad, enfermeros y nutricionistas realizan controles de peso, talla, glucemia y presión arterial. Además, en el marco del Plan Global Active Cities, se incluyó un nuevo servicio gratuito para estimular la actividad física que consiste en que la Ciudad presta a sus vecinos elementos deportivos para hacer ejercicio en los espacios públicos.

Del mismo modo, se sumaron las jornadas de Ciencias del Deporte para la capacitación y formación de un público especializado en las disciplinas de actividad física. Allí se abordan distintos aspectos de la medicina aplicada a las prácticas deportivas, con el objetivo de incorporar herramientas relacionadas a la salud.

Mi Escuela Saludable fue otro de los puntos que se destacan, ya que a través de esta propuesta se brindan talleres y capacitaciones en escuelas estatales sobre la alimentación saludable y la actividad física, a la vez que se modificó el menú para brindar una dieta más sana, minimizando las harinas y las golosinas e incrementando las frutas, verduras y legumbres. Esto va de la mano con la iniciativa del Gobierno porteño de implementar una serie de acciones que promueven buenos hábitos de alimentación, ofreciéndose charlas y talleres en las Estaciones Saludables y en los mercados gastronómicos barriales, sumado al lanzamiento de un plan de renovación de verdulerías y la realización del primer foro de alimentación saludable.

Por último, se destaca la iniciativa del Desarrollo deportivo de los barrios: a través de la Subsecretaría de Deportes se busca asegurarles a los vecinos condiciones de infraestructura óptimas para hacer deporte. Mediante este plan se realizó la puesta en valor de la pista de atletismo del Parque Chacabuco y se mejoraron los polideportivos públicos porteños, además de acompañar a los clubes de barrio que desempeñan un rol fundamental en la sociedad.

En esta línea, el año pasado se completó un plan de recambio de luminarias a través de subsidios para pasar al sistema LED en más de 100 clubes de barrio, logrando reducir el consumo en más de un 40%.

Durante el lanzamiento de hoy, el presidente de River, Rodolfo D´Onofrio, firmó la adhesión del club a BA Ciudad Activa, como también lo hicieron la fundación Boca Social y más de 60 clubes de barrio.

El auditorio del Planetario también contó con la presencia de deportistas, asociaciones civiles y médicas, y profesionales de la actividad deportiva.