

## DOCUMENTO DE CONSENSO. EL PLAN INTEGRAL PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE. FUNCIÓN DE LOS CENTROS DE MEDICINA DEPORTIVA EN LA PROMOCIÓN Y PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO

### INTRODUCCIÓN

Con la celebración en Avilés los días 8 y 9 de junio de las Segundas Jornadas de Trabajo sobre Deporte y Salud a las que asistieron expertos nacionales e internacionales, entre los que se encontraban la mayoría de los centros nacionales y regionales de Medicina Deportiva y los directores médicos de los Centros de Alto Rendimiento, tuvo lugar un punto de encuentro y debate único a nivel nacional sobre la función de los centros de Medicina Deportiva en la promoción y prescripción de ejercicio y su integración en Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte.

Estas Jornadas sirvieron también para impulsar la creación del Grupo de Trabajo Avilés, dependiente de la Subdirección General de Deporte y Salud del Consejo Superior de Deportes (Presidencia del Gobierno).

Las principales conclusiones de estas Jornadas se han plasmado en un documento de consenso que se expone a continuación:

- Es muy claro el beneficio de la actividad física en la salud de las personas de cualquier edad. Además, los estudios realizados hasta el momento muestran que la relación coste-eficacia es muy buena, constatándose hechos como menos visitas al médico, menor gasto en medicamentos, etc.
- Consideramos que el Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte es una herramienta efectiva para el fomento de la práctica de la actividad física y el deporte en España, que tendrá un efecto positivo sobre el sedentarismo y la prevalencia de las patologías a él asociadas, contribuyendo así a la mejora de la salud y la capacidad funcional de los españoles.
- Parece evidente que se deben introducir estudios de coste-eficacia sobre las medidas, acciones y proyectos que van a constituir este Plan, así como de otras iniciativas de fomento de la actividad física para la salud.
- Los Centros de Medicina Deportiva deben jugar un papel fundamental en el Área de Salud del Plan Integral, especialmente en la formación de profesionales y en la prescripción de actividad física para la salud.
- Igualmente parece imprescindible el aumento del número de especialistas en Medicina de la Educación Física y el Deporte. Además, es necesario que el Ministerio de Sanidad reconozca, mediante acciones concretas en atención primaria y/o especializada, la función de la Medicina de la Educación Física y del Deporte en la prescripción y el control del desarrollo de programas de actividad física y deportiva como herramienta efectiva para la mejora de parámetros de salud pública, ya que la prescripción de programas de ejercicio físico a la población son los que vienen demostrando la mejor relación coste-eficacia de todas aquellas actuaciones médicas ante factores de riesgo o enfermedades que tanto preventiva como terapéuticamente son susceptibles de intervención a través del ejercicio físico.
- Es necesario encontrar nuevos parámetros y acordar y unificar entre las diferentes

**Grupo de Trabajo sobre Deporte y Salud "Avilés"**

Sociedades Científicas y Asociaciones Profesionales los indicadores de la incidencia y evolución del sedentarismo y sus patologías relacionadas. Ello permitiría tener una referencia nacional y poder comparar resultados entre las Comunidades Autónomas para tener un conocimiento real de su incidencia y evolución ante las medidas de intervención a través del ejercicio físico. A tal efecto son necesarias estructuras que coordinen tales observaciones, siendo la Medicina del Deporte una especialidad que ha de tener un papel relevante en esa coordinación.

- Igualmente se constata la necesidad de aumentar los programas de formación sobre actividad física y salud dirigidos al personal sanitario, especialmente a los equipos de atención primaria.

- Por todo ello, los Centros de Medicina del Deporte expresan su apoyo al Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte y su compromiso de colaboración en la implementación de dicho Plan.

## **CONCLUSIÓN FINAL**

Los reunidos constatan la necesidad de mantener periódicamente el contacto entre los responsables de los Centros de Medicina del Deporte de las Comunidades Autónomas, de los CTD, CETD y CAR. Por ello apoyan la creación de un grupo oficial de trabajo en el seno del CSD que permita mantener el intercambio de información y las reuniones necesarias. Igualmente apoyan la creación de un foro propio a través de una página web impulsada y mantenida por el CSD.