

 <div>El deporte es de todos</div> <div>Mindeporte</div>	PROCESO: GESTION FINANCIERA Y TESORERIA	Versión: 5
	FORMATO: LISTA DE CHEQUEO RADICACIÓN DE CUENTAS	CÓDIGO: GF - FR - 020
	Pagina 1 de 1	

Fecha de Radicación en la Central de Cuentas: Día: 25 Mes: Octubre Año: 2021
 Nombre Del Contratista: IPSOS NAPOLEON FRANCO & CIA SAS
 No. y Fecha del Contrato: CCS-1115-2020
 Certificado de Disponibilidad No. 68920
 Registro Presupuestal No. 857620

DOCUMENTOS PRESENTADOS - LISTA DE CHEQUEO

(Marque con una X los documentos a radicar en el G.I.T Financiera y Presupuestal, que sean de su competencia)

DOCUMENTOS
ANEXOS

1. CONTRATOS DE PRESTACION DE SERVICIOS

- Certificación expedida por el supervisor del contrato, autorizando el pago y cumplimiento de las obligaciones del objeto del contrato.
- Pagos aportes de salud, pensión y riesgos profesionales (Planilla en estado Pagada)
- Factura de Venta, debidamente firmada **(SI APLICA)**
- Declaracion Juramentada Personal (Ley 1819/2016)
- Informe de Actividades Formato BS-FR-057 - Informe de Actividades.
- Formato de deducciones para disminuir base de retencion en la fuente **(SI APLICA)**

2. CONTRATOS DE ADQUISICION DE BIENES

- Certificación expedida por el supervisor del contrato, autorizando el pago y cumplimiento de las obligaciones del objeto del contrato.
- Entrada al Almacén
- Factura de venta original - debidamente firmada
- Certificación de aportes de pagos parafiscales y aportes de seguridad social en salud, pensión y riesgos profesionales expedida por el Representante Legal y/o Revisor Fiscal (Art.50 ley 789/2002 y Art.23 de la ley 150/2007).
- Copia del encargo del Representante Legal si no es el Titular. (Anexar copia del documento legal en la cual se encarguen o deleguen las funciones) **SI APLICA.**

3. CONTRATOS INTERADMINISTRATIVOS

- Certificación expedida por el supervisor del contrato, autorizando el pago y cumplimiento de las obligaciones del objeto del contrato, (en la cual se certifica que el contratista ha dado cumplimiento con las obligaciones y entrega de los documentos requeridos para cada uno de los desembolsos, segun en articulo de forma de pago. Relacionar cada documento que indica su cumplimiento el espacio de las observaciones)
- Certificación de aportes de pagos parafiscales y aportes de seguridad social en salud, pensión y riesgos profesionales expedida por el Revisor Fiscal y/o Representante Legal (Art.50 ley 789/2002 y Art.23 de la ley 1150/2007).
- Copia del encargo del Representante Legal si no es el Titular. (Anexar copia del documento legal en la cual se encarguen o deleguen las funciones) **SI APLICA.**
- Factura de Venta **(SI APLICA)**

4. CONTRATOS DE ADQUISICION DE SERVICIOS (Vigilancia, Aseo y Cafetería, Combustible, Mantenimientos en general, etc.)

- Certificación expedida por el supervisor del contrato, autorizando el pago y cumplimiento de las obligaciones del objeto del contrato.
- Factura de Venta original
- Certificación de aportes de pagos parafiscales y aportes de seguridad social en salud, pensión y riesgos profesionales expedida por el Representante Legal y/o Revisor Fiscal (Art.50 ley 789/2002 y Art.23 de la ley 1150/2007).
- Copia del encargo del Representante Legal si no es el Titular. (Anexar copia del documento legal en la cual se encarguen o deleguen las funciones) **SI APLICA**

X
X
X



El deporte es de todos

Mindeporte

PROCESO:

GESTIÓN FINANCIERA Y TESORERÍA

FORMATO:

CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN PARA PAGO

Versión: 4

Código: GF - FR – 021

Página 1 de 1

CONTRATO DE CONSULTORIA

1115

DE

2020

El cual fue suscrito el día

23-nov-2020

y dio inicio a su ejecución con acta del día

24-nov-2020

; cuya fecha de terminación de ejecución según contrato es el

02-nov-2021

El contrato

NO

tiene suspensiones.

El Supervisor de este Contrato suscrito por el Ministerio del Deporte – MINDEPORTE

CERTIFICA

Que

IPSOS NAPOLEON FRANCO & CIA SAS

Identificado con

NIT

N°

890.319.494-5

de

BOGOTA

Con correo Electrónico de contacto:

jeisson.blanco@ipsos.com

y dirección de domicilio

Calle 74 # 11-81 Bogotá Colombia

Cumplió con los requisitos de perfeccionamiento y ejecución del Contrato y/o Convenio cuyo Objeto es:

Construir lineamientos orientadores a nivel técnico y de gestión para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia, por medio de documentos de orientación y referencia.

Y según la Cláusula de Valor y Forma de Pago:

El valor del presente Contrato, corresponde a la suma de DOSCIENTOS CUARENTA Y UN MILLONES NOVECIENTOS DIECIOCHO MIL PESOS MONEDA CORRIENTE (\$241.918.000 M/CTE). Incluido IVA, valor que incluye todos los costos directos e indirectos derivados de la ejecución del contrato

El valor del CONTRATO aportado por parte del MINISTERIO DEL DEPORTE será desembolsado de la siguiente manera:

1. UN PRIMER PAGO equivalente al cuarenta por ciento (40%) del valor del contrato una vez el GIT de Actividad Física apruebe la entrega del producto 1, esto previa radicación de la factura (detallando los costos de los servicios prestados) o cuenta de cobro con sus respectivos soportes acompañada del informe de ejecución y la certificación que expida el funcionario designado por la entidad para ejercer la supervisión del contrato.
2. UN SEGUNDO PAGO equivalente al treinta por ciento (30%) del valor total del contrato, una vez el GIT de Actividad Física apruebe la entrega de los productos 2 y 3, esto previa radicación de la factura (detallando los costos de los servicios prestados) o cuenta de cobro con sus respectivos soportes acompañada del informe de ejecución y la certificación que expida el funcionario designado por la entidad para ejercer la supervisión del contrato.
3. UN TERCER PAGO equivalente al treinta (30%) del valor total del contrato, una vez el GIT de Actividad Física apruebe la entrega de los productos 4, 5 y 6, esto previa radicación de la factura (detallando los costos de los servicios prestados) o cuenta de cobro con sus respectivos soportes acompañada del informe de ejecución y la certificación que expida el funcionario designado por la entidad para ejercer la supervisión del contrato.
- PARÁGRAFO 1: En todo caso, los pagos estarán sujetos a la entrega por parte del consultor de los soportes y la certificación donde se verifique el cumplimiento por parte de éste de las obligaciones con el Sistema General de Seguridad Social (sistema de salud, riesgos laborales, pensiones) aportes parafiscales (Cajas de Compensación Familiar, ICBF, SENA), cuando de conformidad con la Ley 1607 de 2012.
- PARÁGRAFO 2: En todo caso, los pagos estarán sujetos a los desembolsos de la Dirección del Tesoro Nacional y a la correspondiente programación del PAC.

Se autoriza el

SEGUNDO

pago, con el cual se presenta un avance de ejecución del

70,00%

%

de los recursos aportados por MINDEPORTE; Por valor de:

SETENTA Y DOS MILLONES QUINIENTOS SETENTA Y CINCO MIL CUATROCIENTOS PESOS MONEDA CORRIENTE

\$

72.575.400

, previo cumplimiento de sus actividades, correspondientes a la ejecución del periodo comprendido entre el

19-dic-2020

al

25-oct-2021

asi mismo el desembolso debe ser girado a Beneficiario Final a

IPSOS NAPOLEON FRANCO & CIA SAS

o Endosado a

N/A

a la Cuenta Bancaria

AHORROS

No

20220136374

del Banco

BANCOLOMBIA

y que se encuentra activa en el SIIF Nación II.

Para este desembolso se dispone de los siguientes Registros Presupuestales y con la siguiente ejecución financiera con corte al último periodo certificado para pago:
(Favor diligenciar cada pago cobrado y/o facturado de acuerdo al periodo, a fin de observar la ejecución acumulada del contrato a la fecha del expedición de la presente certificación)

N° de Pago cobrado	N° RP	RUBRO PRESUPUESTAL	USO PRESUPUESTAL	RECURSO	VALOR EJECUCIÓN	N° FACTURA DEL CONTRATISTA	VALOR ADQUISICIÓN BIENES (1)	VALOR ADQUISICIÓN SERVICIOS (2)	VALOR DE BIENES Y/O SERVICIOS EXCLUIDOS (3)	VALOR DE IVA (4)	VALOR TOTAL SUMA(1+2+3+4)
PRIMER	857620	C-4301-1604-9-0-4301037-02	A-02-02-02-008-003-01-1	11	96.767.200,00	BC 14342	0,00	81.316.975,00	0,00	15.450.225,00	96.767.200,00
SEGUNDO	857620	C-4301-1604-9-0-4301037-02	A-02-02-02-008-003-01-1	11	72.575.400,00	BC 14919	0,00	60.987.731,09	0,00	11.587.668,91	72.575.400,00
TERCERO											
CUARTO											
QUINTO											
SEXTO											
SEPTIMO											
OCTAVO											
NOVENO											
DECIMO											
UNDECIMO											
DUODECIMO											
TOTALES					169.342.600,00		0,00	142.304.706,09	0,00	27.037.893,91	169.342.600,00

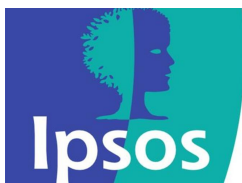
Los demás documentos que soportan el debido cumplimiento del mismo (Informes Administrativos, Técnicos y Financieros, Informes de Gestión, productos etc. cuando estos apliquen), reposa dentro de la carpeta contractual del Archivo del G.I.T. de Contratación de MINDEPORTE.

La presente certificación se expide en Bogotá a los 25 día (s) del mes de Octubre del año 2021


Nombre Supervisor: NUBIA YANETH RUIZ GOMEZ
G.I.T. o área: GIT - ACTIVIDAD FISICA
Periodo designación: 24/11/2020 hasta 2/11/2021

OBSERVACIONES:

(Aquí se puede Escribir las Explicaciones y/o Aclaraciones que considere necesario):



Impuesto sobre las ventas - IVA
AUTORRETENEDORES DE RENTA - Resolución DIAN No.2101 de 07-03-2001
Modificada Resolución No. 3105 del 08-04-2010
Tarifa ICA 6.9*1000 Actividad Económica 7320



Verifique documento : <http://www.dian.gov.co/>

FACTURA ELECTRONICA DE VENTA

BC 14919

IPSOS NAPOLEON FRANCO & CÍA. S.A.S.

N.I.T. 890.319.494-5

Estudios de mercado y realización de encuestas de opinión pública.

CL 74 No 11-81 P 5 PBX : 3769400

facturacioncolombia@ipsos.co www.ipsos.com

CLIENTE :

SEÑOR(ES): MINISTERIO DEL DEPORTE

NIT : 899999306-8

DIRECCION : AV 68 55 65

TELEFONO : 4377030

CIUDAD : BOGOTA

PAÍS : COLOMBIA

CONTACTO: NUBIA YANETH RUIZ

FECHA DE EMISION

VENCIMIENTO

25 / OCTUBRE / 2021

09:13:29

24 / NOVIEMBRE / 2021

CONDICIONES DE PAGO

TIPO DE MONEDA

30 DIAS

COP

ORDEN DE COMPRA

No. ACEPTACION

NUMERO DE TRABAJO	TECNICO RESPONSABLE	DESCRIPCION	CANT.	TOTAL SIN IVA
2004272201	PAOLA GUTIERREZ	Actividades profesionales científicas y técnicas 30% SEGUNDO PAGO De acuerdo al contrato CCS-1115-2020 NUMERO PROCESO SECOP II: CMA-16-2020 Entrega producto 2 y 3	1,000	60.987.731,09

Son: SETENTA Y DOS MILLONES QUINIENTOS SETENTA Y CINCO MIL CUATROCIENTOS PESOS

SUB-TOTAL

60.987.731,09

OBSERVACIONES : #S43-01-01; CCS 1115 de 2020; nruiz@mindeporte.gov.co#\$

La presente factura de venta es un título valor de acuerdo a la ley 1231 de 2008. El no pago oportuno causará intereses moratorios a la tasa máxima legal autorizada.

BASE GRAVABLE

60.987.731,09

+ IVA 19 %

11.587.668,91

TOTAL FACTURA \$

72.575.400,00

PARA PAGOS EN COLOMBIA

NUMERO DE CUENTA : 202-201363-74 - CUENTA DE AHORROS
NOMBRE DEL BANCO : BANCOLOMBIA
DIRECCION DEL BANCO : Av 13 No. 163a-74



Timbre Electronico DIAN

PARA PAGOS DESDE EL EXTERIOR

COD SWIFT : COLOCOBMXXX
NUMERO DE CUENTA : 168-000801-11- CUENTA CORRIENTE
NOMBRE DEL BANCO : BANCOLOMBIA
DIRECCION DEL BANCO : Av 13 No. 163a-74

TIPO DE MONEDA

COP

FECHA DE VALIDACION

25/10/2021 09:13:37

Resolución 18764011266192 de fecha 05/03/2021 hasta 05/03/2022 FOLIOS DESDE BC 14501 AL 16500
CUFE : 74aad7efb2bb1571482df5cdcdca7defde86a0ac1e0b5ba5c6dcca1f06e03db5c16c04933cac51b18281f8c462aedc8

ELABORADO Y EMITIDO POR : IPSOS NAPOLEÓN FRANCO & CÍA. S.A.S. - NIT 890.319.494-5

Software Propio
VISUAL_HA123

Bogotá D.C, 07 de octubre de 2021

**Servicios de Auditoría y
Consultoría de Negocios
S.A.S.**

NIT 800.174.750-4
Calle 102A No. 47A – 09
Bogotá D.C. Colombia
T +57 1 705 9000
F +57 1 622 6614
E info@co.gt.com

**La Suscrita Revisora Fiscal de
IPSOS NAPOLEON FRANCO & CIA S.A.S
NIT: 890.319.494 -5**

Certifica que:

Que la sociedad ha dado cumplimiento integral y oportuno a todas las obligaciones generadas por el sistema de Seguridad Social y pagado los aportes parafiscales a las Cajas de Compensación Familiar, Instituto de Bienestar Familiar y Servicio de Aprendizaje - SENA de los últimos seis (6) meses, a partir de la citada fecha, en cumplimiento con el Artículo 50 de la Ley 189 de 2002, modificada por la Ley 828 de año 2013, 1438 de 2011, y la Ley 1607 de 2012, y su decreto reglamentario 0862 del 2013.

La presente certificación se expide por solicitud de la Administración a los siete (07) días del mes de octubre de 2021.



ANGELA ROCIO ROJAS PEDRAZA
Revisora Fiscal
Tarjeta Profesional No. 106.161-T
Designado por Servicios de auditoría y consultoría de negocios S.A.S

2021 - 4853

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
NIT 890319494	5	IPSON NAPOLEON FRANCO & CIA SAS	A - 200 O MAS COTIZANTES	ADMINISTRATIVA	CL 74 11-81 PISO 5	BOGOTA-BOGOTA D.E.	3769400	Si

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2021-09	2021-10	1156529638	9425607065	E	2021/10/25	2021/10/06	BANCOLOMBIA	0	\$252,650,400

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 5)				195	\$137,765,400	\$0	\$0	\$137,765,400
COLFONDOS	231001	800,227,940	6	24	\$11,783,200	\$0	\$0	\$11,783,200
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	34	\$25,205,100	\$0	\$0	\$25,205,100
PORVENIR	230301	800,224,808	8	77	\$49,002,300	\$0	\$0	\$49,002,300
PROTECCION	230201	800,229,739	0	42	\$34,625,000	\$0	\$0	\$34,625,000
SKANDIA	230901	800,253,055	2	18	\$17,149,800	\$0	\$0	\$17,149,800
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				207	\$4,251,200	\$0	\$0	\$4,251,200
ARL SURA	14-11	890,903,790	5	207	\$4,251,200	\$0	\$0	\$4,251,200
CCF (ADMINISTRADORAS: 4)				198	\$34,502,000	\$0	\$0	\$34,502,000
COLSUBSIDIO	CCF22	860,007,336	1	184	\$31,419,600	\$0	\$0	\$31,419,600
COMBARRANQUILLA	CCF06	890,102,002	2	1	\$68,000	\$0	\$0	\$68,000
COMFAMA	CCF04	890,900,841	9	11	\$2,902,400	\$0	\$0	\$2,902,400
COMFENALCO VALLE	CCF56	890,303,093	5	2	\$112,000	\$0	\$0	\$112,000
EPS (ADMINISTRADORAS: 10)				209	\$60,413,600	\$0	\$0	\$60,413,600
ALIANSA EPS (ANTES COLMEDICA)	EPS001	830,113,831	0	9	\$3,712,500	\$0	\$0	\$3,712,500
CAPITAL SALUD	EPSC34	900,298,372	9	4	\$265,600	\$0	\$0	\$265,600
COMPENSAR	EPS008	860,066,942	7	43	\$6,954,500	\$0	\$0	\$6,954,500
COOMEVA	EPS016	805,000,427	1	2	\$1,214,300	\$0	\$0	\$1,214,300
EPS SURA (ANTES SUSALUD)	EPS010	800,088,702	2	23	\$11,997,900	\$0	\$0	\$11,997,900
FAMISANAR	EPS017	830,003,564	7	34	\$4,009,700	\$0	\$0	\$4,009,700
MEDIMAS EPS	EPS044	901,097,473	5	1	\$89,900	\$0	\$0	\$89,900
NUEVA E.P.S.	EPS037	900,156,264	2	5	\$3,753,700	\$0	\$0	\$3,753,700
SALUD TOTAL	EPS002	800,130,907	4	19	\$1,843,900	\$0	\$0	\$1,843,900
SANITAS	EPS005	800,251,440	6	69	\$26,571,600	\$0	\$0	\$26,571,600
ICBF (ADMINISTRADORAS: 1)				25	\$9,430,700	\$0	\$0	\$9,430,700
INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR	PAICBF	899,999,239	2	25	\$9,430,700	\$0	\$0	\$9,430,700
SENA (ADMINISTRADORAS: 1)				25	\$6,287,500	\$0	\$0	\$6,287,500
SENA	PASENA	899,999,034	1	25	\$6,287,500	\$0	\$0	\$6,287,500
TOTAL				209	\$252,650,400	\$0	\$0	\$252,650,400

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Dirección	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
NIT 890319494	5	IPSOS NAPOLEON FRANCO & CIA SAS	A - 200 O MAS COTIZANTES	OPERACIONES	Cll 74 N 11 81 P5	BOGOTA-BOGOTA D.E.	3769400	Si

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2021-09	2021-10	1156538409	9425607256	E	2021/10/25	2021/10/06	BANCOLOMBIA	0	\$6,331,000

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 4)				28	\$4,137,500	\$0	\$0	\$4,137,500
COLFONDOS	231001	800,227,940	6	5	\$744,600	\$0	\$0	\$744,600
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	3	\$443,600	\$0	\$0	\$443,600
PORVENIR	230301	800,224,808	8	13	\$1,970,900	\$0	\$0	\$1,970,900
PROTECCION	230201	800,229,739	0	7	\$978,400	\$0	\$0	\$978,400
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				28	\$130,100	\$0	\$0	\$130,100
ARL SURA	14-11	890,903,790	5	28	\$130,100	\$0	\$0	\$130,100
CCF (ADMINISTRADORAS: 2)				28	\$1,027,400	\$0	\$0	\$1,027,400
COLSUBSIDIO	CCF22	860,007,336	1	27	\$990,900	\$0	\$0	\$990,900
COMBARRANQUILLA	CCF06	890,102,002	2	1	\$36,500	\$0	\$0	\$36,500
EPS (ADMINISTRADORAS: 6)				28	\$1,036,000	\$0	\$0	\$1,036,000
COMPENSAR	EPS008	860,066,942	7	8	\$305,100	\$0	\$0	\$305,100
EPS SURA (ANTES SUSALUD)	EPS010	800,088,702	2	3	\$115,100	\$0	\$0	\$115,100
FAMISANAR	EPS017	830,003,564	7	7	\$247,800	\$0	\$0	\$247,800
FOSYGA	MIN001	901,037,916	1	1	\$36,500	\$0	\$0	\$36,500
SALUD TOTAL	EPS002	800,130,907	4	4	\$145,700	\$0	\$0	\$145,700
SANITAS	EPS005	800,251,440	6	5	\$185,800	\$0	\$0	\$185,800
TOTAL				28	\$6,331,000	\$0	\$0	\$6,331,000

	PROCESO	Gestión Financiera y Tesorería	Versión: 1
	FORMATO	Liberación Recursos No Ejecutados y/o Constitución de Reservas Presupuestales	Código: GF-FR-041
			Fecha: 2 de diciembre de 2020

Fecha de Solicitud: martes, 15 de diciembre de 2020

Objeto de la Solicitud:

☐ Liberar Recursos no Ejecutados

☒ Constituir Reserva Presupuestal

INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO O CONVENIO

No. Contrato o convenio y año: CCS-1115-2020.

Nombre del contratista o proveedor: IPSOS NAPOLEON FRANCO & CIA SAS

C.C o Nit: NIT 890.319.494-5

Fecha de inicio : 24/11/2020

Fecha de terminación: 31/12/2020 - plazo ampliado a 31 de marzo de 2021 según modificación en trámite

Número del compromiso presupuestal (RP) SIIF Nación: 857620

Balance Financiero del Contrato o Convenio:

Valor Actual del contrato incluidas adiciones o liberaciones:	\$	241.918.000,00
Menos: Pagos efectuados en la vigencia a 31 diciembre	\$	96.767.200,00
Menos: Cuenta por pagar a constituir al cierre de la presente vigencia		
Menos: Reserva presupuestal a constituir al cierre de la presente vigencia	\$	145.150.800,00
Saldo por Ejecutar del contrato una vez registrados los anteriores valores:	\$	-

SOLICITUD LIBERACIÓN RECURSOS NO EJECUTADOS

En mi calidad de supervisor del contrato, solicito autorización para realizar la liberación de los recursos no ejecutados de acuerdo con el detalle del anterior Balance Financiero por la suma de:

\$ -

Lo anterior se justifica en razón a que:

Nota: Quienes firman, tienen conocimiento que una vez tramitada la presente solicitud en GIT Financiera, **NO** es posible revertir la operación y que para poder realizar el pago de los bienes o servicios recibidos, procede pago de una Vigencia Expirada sin perjuicio de la responsabilidad fiscal y disciplinaria a que haya lugar.

SOLICITUD CONSTITUCIÓN DE RESERVA PRESUPUESTAL

En mi calidad de supervisor del contrato, solicito autorización para realizar constitución de reserva presupuestal de acuerdo con el detalle del anterior Balance Financiero por la suma de:

\$ **145.150.800,00**

Lo anterior en cumplimiento en los artículos 2.8.1.7.3.1 y 2.8.1.7.3.2, del Decreto 1068 de 2015, el Artículo 89 del Decreto 111 de 1996, Art 64 de código civil y Circular Externa del MHCP No.31 del 20 de octubre de 2011, de acuerdo con lo siguiente: Teniendo en cuenta que la construcción lineamientos orientadores a nivel técnico y de gestión para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia requiere de un proceso de recolección y análisis de información que demanda un tiempo mayor a la vigencia 2020, lo cual se justifica en que procedimientos de construcción de los documentos y procesamiento de datos requeridos, conllevan la creación de propuestas, validación y revisión de cada uno de los 6 productos de la consultoría, lo cual amerita la prórroga a marzo 31 de 2021 con el fin de desarrollar la entrega de los diferentes productos que requiere el proceso de consultoría con la calidad esperada por parte del Ministerio del Deporte. Dicha prórroga se encuentra en trámite.

El supervisor manifiesta su conformidad con el contenido mediante la firma, el Director y/o Jefe del área como ejecutor de los recursos aprueba esta solicitud y el Ordenador del Gasto autoriza la solicitud

Para constancia se firma en Bogotá D.C.

Supervisor del contrato	Director o Jefe del área	Ordenador del gasto
		
Firma	Firma	Firma
Nombre	Nombre	Nombre
Cargo	Cargo	Cargo
Nubia Yareth Ruiz Gomez	Diana Carolina Breton Franco	Jaime Arturo Guerra Rodriguez
Supervisora convenio No. 1115	Directora de Fomento y Desarrollo	Secretario General



Certificado Bancario

Miércoles, 08 de septiembre de 2021

Señor(a)
A QUIEN PUEDA INTERESAR

BANCOLOMBIA S.A. se permite informar que IPSOS NAPOLEON FRANCO Y CIA SAS identificado(a) con NIT 890319494, a la fecha de expedición de esta certificación, tiene con el banco los siguientes productos:

Producto	No. Producto	Fecha Apertura	Estado
CUENTA DE AHORROS	20220136374	1985/07/12	ACTIVA

***Importante:** Esta constancia solo hace referencia a los productos mencionados anteriormente.

*Si desea verificar la veracidad de esta información, puede comunicarse con la Sucursal Telefónica Bancolombia los siguientes números: Medellín - Local: (57-4) 510 90 00 - Bogotá - Local: (57-1) 343 00 00 - Barranquilla - Local: (57-5) 361 88 88 - Cali - Local: (57-2) 554 05 05 - Resto del país: 01800 09 12345. Sucursales Telefónicas en el exterior: España (34) 900 995 717 - Estados Unidos (1) 1 866 379 97 14.


Juan Camilo Moreno Gómez
Gerente Estrategia Canal Telefónico

	Informe técnico Ejecutivo	12	10	2021
	CCS-1115-2020			



Construcción de lineamientos orientadores en los ámbitos técnico y de gestión
para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos
sedentarios en Colombia

CCS-1115-2020

Primer Informe Técnico Ejecutivo

Ministerio del Deporte

Bogotá, D.C.

12 de octubre de 2021

	Informe técnico Ejecutivo	12	10	2021
	CCS-1115-2020			

Contenido

Introducción	2
Producto 1	3
Producto 2	4
Producto 3	6
Producto 4	6
Producto 5	6
Producto 6	7

Introducción

El Ministerio del Deporte contrató a Ipsos bajo el contrato CCS-1115-2020 para construir lineamientos orientadores a nivel técnico y de gestión para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia, por medio de documentos de orientación y referencia.

La ejecución del contrato se estructuró en tres fases: 1) levantamiento de información 2) Análisis y cruce de información para la elaboración y entrega de la primera versión del lineamiento 3) Revisión del documento preliminar, incorporación de ajustes y entrega final.

El presente documento corresponde al informe técnico ejecutivo y respalda el pago de la segunda factura equivalente al treinta por ciento (30%) del valor total del contrato, una vez aprobados la entrega de los productos 2 y 3 por el GIT de Actividad Física previa radicación de la factura correspondiente.

A continuación, se detallan los avances y actividades realizadas por la firma consultora para cumplir con el objeto del contrato en los términos y condiciones establecidos de conformidad con lo estipulado en las especificaciones técnicas, así como con la oferta presentada por la firma.

Como parte del proceso de consultoría la firma ha sostenido 20 reuniones de seguimiento del contrato en la cuales se han abordado temas de índole técnico y administrativo. A continuación, se detallan las fechas de estas reuniones:

Reuniones de Seguimiento GIT/ Ipsos
2/12/2020
9/12/2020
12/12/2020
15/12/2020
23/12/2020
30/12/2020
6/01/2021
20/01/2021

	Informe técnico Ejecutivo	12	10	2021
	CCS-1115-2020			

10/02/2021
18/02/2021
24/03/2021
12/04/2021
23/04/2021
19/05/2021
17/06/2021
6/07/2021
12/07/2021
26/07/2021
17/08/2021
16/09/2021
27/09/2021

Producto 1

Producto 1: Documento con el resultado del análisis que contraste los componentes de las orientaciones a nivel internacional (como políticas, estrategias, planes nacionales, plan mundial, recomendaciones mundiales) en comparación con las orientaciones nacionales que se han adoptado para solucionar la problemática, estableciendo los ejes principales de intervención y sus diferencias estratégicas con el fin de promover la actividad física y reducir los comportamientos sedentarios.

1. revisión y análisis de lineamientos internacionales y orientaciones nacionales para la promoción de la actividad física y la disminución de los comportamientos sedentarios tomando como referencia la adaptación del marco de análisis de políticas públicas propuesto por Klepac et al.
2. El proceso de análisis se desarrolló a partir de dos fases. En la primera fase, se hace referencia a la búsqueda de documentos en motores de búsqueda especializados. Se estableció la selección de los documentos, de acuerdo con un primer criterio de análisis que fue la tasa de prevalencia de inactividad física por región y país, reportada por The Lancet en el 2018.
3. A partir de la experiencia y de las necesidades identificadas por parte del GIT de actividad física para la construcción de los lineamientos, se seleccionaron 8 países que se tomaron como referencia en el proceso de extracción de información. Los países seleccionados para el análisis de lineamientos internacionales fueron: Finlandia, Noruega, Irlanda, Kenia, Estados Unidos, Canadá, Costa Rica y Chile, los cuales fueron caracterizados teniendo en cuenta los siguientes elementos: región, país, denominación del plan y/o programa de actividad física, vigencia, entidad responsable de la elaboración, propósito del plan y/o programa, población objeto y contenidos.
4. La firma consultora presentó nueve versiones de ajuste de este producto en las fechas indicadas a continuación

Producto 01	Fecha de entrega Ipsos
Informe técnico	15/12/2020

	Informe técnico Ejecutivo	12	10	2021
	CCS-1115-2020			

Versión 1	29/01/2021
Versión ajuste 2	04/02/2021
Versión ajuste3	27/02/2021
Versión ajuste 4	9/04/2021
Versión ajuste 5	7/05/2021
Versión ajuste 6	21/05/2021
Versión ajuste 7	8/06/2021
Versión ajuste 8	19/08/2021
Versión ajuste 9	2/09/2021

Producto 2

Producto 2: Documento que presente los hallazgos más importantes de cada uno de los ejes de discusión de las mesas de trabajo y de las encuestas, con sus correspondientes matrices de sistematización, análisis y conclusiones

La elaboración del producto 2 de la consultoría, empleó una metodología mixta que combina enfoques cualitativos y cuantitativos. Ambas metodologías giraron alrededor de los siguientes ejes temáticos: propuestas para la promoción de la actividad física, propuestas para la disminución de los comportamientos sedentarios, barreras que dificultan la práctica de la actividad física, elementos que favorecen los comportamientos sedentarios, identificación de la importancia de las competencias socioemocionales, actores involucrados en las soluciones a las problemáticas de la actividad física y sedentarismo, actores y agentes por involucrar para las soluciones a las problemáticas de actividad física y sedentarismo. Como consecuencia de la coyuntura derivada del COVID19, todos los instrumentos de recolección de información primaria se aplicaron de manera no presencial.

Tabla 1. Fuentes primarias de información

Enfoque	Instrumentos	Fuentes de información	No.
Cualitativo	Actores institucionales y territoriales		
	Talleres participativos	Mesas regionales de Trabajo (gestores, monitores, líderes, actores regionales)	6
		Sectores nacionales (salud, educación, trabajo, movilidad, medio ambiente, gimnasios y centros de movimiento)	2
		Expertos Nacionales (expertos actividad física)	1

	Informe técnico Ejecutivo	12	10	2021
	CCS-1115-2020			

Enfoque	Instrumentos	Fuentes de información	No.
Cuantitativo	Encuesta Online	gestores, monitores, instructores, líderes comunitarios, actores intersectoriales (salud, educación, trabajo, movilidad, medio ambiente, gimnasios y centros de movimiento), expertos sectoriales (exp actividad física).	120

Fuente: Elaboración propia Ipsos (2021)

Para la elaboración del segundo producto IPSOS realizó las siguientes actividades:

1. diseño de los instrumentos de recolección de información cualitativa y cuantitativa
2. programación de la encuesta en el software dimensions para su aplicación online
3. logística para el levantamiento de recolección de información que incluyó el agendamiento de los participantes a las sesiones preparación del material
4. capacitación a los moderadores de las sesiones
5. Implementación de 9 mesas de trabajo virtuales
6. aplicación de 120 encuestas efectivas online
7. Transcripción de los audios de las mesas de trabajo
8. Elaboración de la codificación y Unidad Hermenéutica del proyecto
9. procesamiento de las tablas de salida de la encuesta
10. procesamiento de las gráficas de las preguntas de la encuesta
11. discusión interna con el equipo técnico para el análisis de resultados
12. elaboración de 8 versiones de ajuste del producto 2

Producto 02	Fecha de entrega
Versión 1	24/03/2021
Versión 2	12/04/2021
Versión 3	30/04/2021
Versión 4	31/05/2021
Versión 5	7/07/2021
Versión 6	21/07/2021
Versión 7	3/08/2021
Versión 8	19/08/2021
Versión 9	27/08/2021

	Informe técnico Ejecutivo	12	10	2021
	CCS-1115-2020			

Producto 3

Producto 3: Documento preliminar con los lineamientos para la promoción de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios en Colombia.

La fase 2 de la consultoría consistió en el análisis y cruce de información para la elaboración del documento de lineamientos. Teniendo en cuenta la importancia de llevar a cabo un proceso de triangulación de información de los productos 1 y 2 para la elaboración del producto 3, la firma consultora diseñó una matriz de consistencia que permitió identificar los elementos estratégicos de ambos productos a ser abordados en los lineamientos.

Una vez finalizada la fase de levantamiento de información primaria y secundaria, el equipo principal de la consultoría se reunió con el objetivo de socializar percepciones preliminares frente a los resultados principales de los productos 1 y 2, identificar convergencias entre los diferentes métodos de investigación y definir las categorías de análisis de la matriz de consistencia.

La firma consultora presentó cinco versiones de ajuste del producto 3 previo a la revisión del documento por parte de expertos nacionales e internacionales.

Producto 03	Fecha de entrega
Versión 1	10/05/2021
Versión 2	21/05/2021
Versión 3	22/06/2021
Versión 4	13/08/2021
Versión 5	24/08/2021

Producto 4

Productos 4: Entrega de la versión final del documento con los lineamientos para la promoción de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios en Colombia. El documento se debe entregar diagramado y editado para publicación virtual. El documento debe incluir las bases y archivos digitales para una futura versión de impresión física del documento.

La firma consultora ha presentado 8 opciones gráficas de plantilla para la diagramación del documento, 6 opciones de portada.

Producto 5

Producto 5: Entrega en versión para publicación digital, junto los archivos editables para una futura impresión física, de cuatro infografías resumen del documento con los lineamientos para la promoción de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios en Colombia. Estas infografías deben ser sobre los siguientes componentes:

1. Contexto para la promoción de la actividad física en Colombia
2. Lineamientos para la promoción de la actividad física y la disminución de los comportamientos sedentarios

	Informe técnico Ejecutivo	12	10	2021
	CCS-1115-2020			

2.1 Anexo - Estrategias de intervención

3.2 Anexo - Competencias socioemocionales

La firma consultora ha presentado dos versiones de los documentos de síntesis para la elaboración de las infografías demostrando avances en este producto.

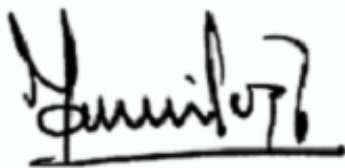
Producto 6

Producto 6. Documento con la memoria general del proceso de consultoría que incluya recomendaciones para el posicionamiento de los lineamientos con diferentes actores. Fecha de entrega: 11 de octubre de 2021.

la firma consultora ha presentados dos versiones preliminares con el inventario de anexos a entregar y que se han venido consolidando a lo largo de esta consultoría: instrumento cualitativo, instrumento cuantitativo, ficha técnica de la encuesta, transcripciones de las mesas de trabajo, audios de las mesas de trabajo, base de datos cuantitativa en Excel y en SPSS, tablas de salida cuantitativa, libro de códigos encuestas, anexo consideraciones metodológicas, matriz de consistencia.

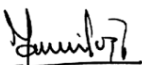
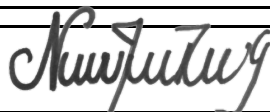
El inventario incluye los siguientes documentos:

Producto 06	Fecha de entrega
Transcripciones mesas de trabajo	15/03/2021
Base de datos cualitativa y árbol de códigos	15/03/2021
Base de datos cuantitativa en SPSS	15/03/2021
Tablas de salida cuantitativas	15/03/2021
Anexos producto 1	9/04/2021
Libro de códigos encuestas	12/04/2021
Anexo consideraciones metodológicas	12/04/2021
Matriz de consistencia v1	7/05/2021
Ficha técnica encuesta	31/05/2021



Daniel Mauricio Cruz Valenzuela
Representante Legal
Ipsos Napoleón Franco

	PROCESO				Versión: 1	
	FOMENTO AL DESARROLLO HUMANO Y SOCIAL				CÓDIGO:	
	FORMATO				FD-FR-111	
				INFORME FINANCIERO PARCIAL ACTIVIDAD FÍSICA		23/07/2021
I. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO						
CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR	IPSOS NAPOLEON FRANCO & CIA SAS					
NOMBRE DEL PROGRAMA	PROGRAMA NACIONAL DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE HEVS-CONSTRUIR LINEAMIENTOS ORIENTADORES TÉCNICOS Y A NIVEL DE GESTIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA DISMINUCIÓN DE LOS COMPORTAMIENTOS SEDENTARIOS EN COLOMBIA, POR MEDIO DE DOCUMENTOS DE ORIENTACIÓN Y REFERENCIA					
DEPARTAMENTO O MUNICIPIO	No aplica			No. CONSECUTIVO INFORME	1	
CONTRATO N.º	CCS-1115-2020	FECHA DE SUSCRIPCIÓN DEL CONTRATO	lunes, 23 de noviembre de 2020	FECHA DE INICIO DEL CONTRATO	martes, 24 de noviembre de 2020	
PLAZO DE EJECUCIÓN	martes, 2 de noviembre de 2021	PERIODO DEL INFORME HASTA	Septiembre	FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME	martes, 12 de octubre de 2021	
OBJETO DEL CONTRATO	Construir lineamientos orientadores a nivel técnico y de gestión para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia, por medio de documentos de orientación y referencia.					
APORTES DEL CONTRATO	APORTE INICIAL	TIPO DE MODIFICACIÓN	FECHA DE LA MODIFICACIÓN	VALOR MODIFICACIÓN	VALOR FINAL DEL APORTE	
MINISTERIO DEL DEPORTE	\$ 241.918.000	Prórroga 05	27/09/2021	\$ -	\$ 241.918.000	
CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR	\$ -			\$ -	\$ -	
VALOR TOTAL DEL CONTRATO	\$ 241.918.000			\$ -	\$ 241.918.000	
II. RECURSOS DEL MINISTERIO DEL DEPORTE						
TOTAL RECURSOS POR COMPROMETER DEL MINISTERIO DEL DEPORTE			\$ -	TOTAL RECURSOS QUE NO SERÁN EJECUTADOS DEL MINISTERIO DEL DEPORTE		\$ -

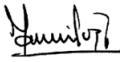
 <div>El deporte es de todos</div> <div>Mindeporte</div>	PROCESO		FOMENTO AL DESARROLLO HUMANO Y SOCIAL		Versión: 1	
	FORMATO		INFORME FINANCIERO PARCIAL ACTIVIDAD FÍSICA		CÓDIGO:	
					FD-FR-111	
						23/07/2021
III. RECURSOS DEL CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR					\$	-
TOTAL RECURSOS POR COMPROMETER DEL CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR		\$	-	TOTAL RECURSOS QUE NO SERÁN EJECUTADOS DEL CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR		\$ -
IV. BALANCE FINANCIERO DEL CONTRATO						
	VALOR FINAL DEL APORTE	VALOR COMPROMETIDO	VALOR PAGADO	VALOR POR COMPROMETER	VALOR PENDIENTE POR PAGAR	VALOR QUE NO SERÁN EJECUTADOS
MINISTERIO DEL DEPORTE	\$ 241.918.000	\$ 241.918.000	\$ 96.767.200	\$ -	\$ 145.150.800	\$ -
CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR	\$ -	\$ -	\$ -	\$ -	\$ -	\$ -
VALOR TOTAL DEL CONTRATO	\$ 241.918.000	\$ 241.918.000	\$ 96.767.200	\$ -	\$ 145.150.800	\$ -
OBSERVACIONES		Se han realizado las siguientes prórrogas al contrato: Prórroga 1 - 29/12/2020, Prórroga 2 - 27/04/2021, Prórroga 3 - 10/06/2021, Prórroga 4 fecha 12/08/2021, Prórroga 5 fecha 27/09/2021				
						
FIRMA RESPONSABLE ÁREA ADMINISTRATIVA Y/O FINANCIERA CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR			FIRMA SUPERVISOR(A) DESIGNADO CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR			
NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS		Daniel Mauricio Cruz Valenzuela		NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS		Nubia Yaneth Ruiz Gómez
No. DOCUMENTO DE IDENTIDAD		80185594		No. DOCUMENTO DE IDENTIDAD		52.849.605

 <div>El deporte es de todos</div> <div>Mindeporte</div>	PROCESO						Versión: 1										
	FOMENTO AL DESARROLLO HUMANO Y SOCIAL						CÓDIGO:										
	FORMATO						FD-FR-112										
	INFORME ADMINISTRATIVO PARCIAL ACTIVIDAD FÍSICA						23/07/2021										
I. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO																	
CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR		IPSOS NAPOLEON FRANCO & CIA SAS															
NOMBRE DEL PROGRAMA		Hábitos y Estilos de vida saludable HEVS-Construir lineamientos orientadores a nivel técnico y de gestión para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia, por medio de documentos de orientación y referencia															
DEPARTAMENTO O MUNICIPIO		No aplica				No. CONSECUTIVO INFORME		2									
CONTRATO N.º		CCS-1115-2020	FECHA DE SUSCRIPCIÓN DEL CONTRATO		lunes, 23 de noviembre de 2020		FECHA DE INICIO DEL CONTRATO		martes, 24 de noviembre de 2020								
PLAZO DE EJECUCIÓN		martes, 2 de noviembre de 2021	PERIODO DEL INFORME HASTA		Septiembre		FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME		martes, 12 de octubre de 2021								
OBJETO DEL CONTRATO		Construir lineamientos orientadores a nivel técnico y de gestión para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia, por medio de documentos de orientación y referencia.															
APORTES DEL CONTRATO		APORTE INICIAL		TIPO DE MODIFICACIÓN		FECHA DE LA MODIFICACIÓN		VALOR MODIFICACIÓN		VALOR FINAL DEL APORTE							
MINISTERIO DEL DEPORTE		\$ 241.918.000		Prórroga 5		27/09/2021		\$ -		\$ 241.918.000							
CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR		\$ -						\$ -		\$ -							
VALOR TOTAL DEL CONTRATO		\$ 241.918.000						\$ -		\$ 241.918.000							
FORMA DE DESEMBOLSO DE LOS APORTES DEL MINISTERIO DEL DEPORTE		El valor del CONTRATO aportado por parte del MINISTERIO DEL DEPORTE será desembolsado de la siguiente manera: 1. UN PRIMER PAGO equivalente al cuarenta por ciento (40%) del valor del contrato una vez el GIT de Actividad Física apruebe la entrega del producto 1, esto previa radicación de la factura (detallando los costos de los servicios prestados) o cuenta de cobro con sus respectivos soportes acompañada del informe de ejecución y la certificación que expida el funcionario designado por la entidad para ejercer la supervisión del contrato. 2. UN SEGUNDO PAGO equivalente al treinta por ciento (30%) del valor total del contrato, una vez el GIT de Actividad Física apruebe la entrega de los productos 2 y 3, esto previa radicación de la factura (detallando los costos de los servicios prestados) o cuenta de cobro con sus respectivos soportes acompañada del informe de ejecución y la certificación que expida el funcionario designado por la entidad para ejercer la supervisión del contrato. 3. UN TERCER PAGO equivalente al treinta (30%) del valor total del contrato, una vez el GIT de Actividad Física apruebe la entrega de los productos 4, 5 y 6, esto previa radicación de la factura (detallando los costos de los servicios prestados) o cuenta de cobro con sus respectivos soportes acompañada del informe de ejecución y la certificación que expida el funcionario designado por la entidad para ejercer la supervisión del contrato. PARÁGRAFO 1: En todo caso, los pagos estarán sujetos a la entrega por parte del consultor de los soportes y la certificación donde se verifique el cumplimiento por parte de éste de las obligaciones con el Sistema General de Seguridad Social (sistema de salud, riesgos laborales, pensiones) aportes parafiscales (Cajas de Compensación Familiar, ICBF, SENA), cuando de conformidad con la Ley 1607 de 2012. PARÁGRAFO 2: En todo caso, los pagos estarán sujetos a los desembolsos de la Dirección del Tesoro Nacional y a la correspondiente programación del PAC.															
EJECUCIÓN DEL CONTRATO		APORTES		VALOR DESEMBOLSADO		VALOR PENDIENTE POR DESEMBOLSAR		VALOR COMPROMETIDO		VALOR PAGADO		VALOR POR COMPROMETER		VALOR PENDIENTE POR PAGAR		RECURSOS QUE NO SERÁN EJECUTADOS	
MINISTERIO DEL DEPORTE		\$ 241.918.000		\$ 96.767.200		\$ 145.150.800		\$ 241.918.000		\$ 145.150.800		\$ -		\$ 145.150.800		\$ -	
CONTRATISTA		\$ -		N/A		N/A		\$ -		\$ -		\$ -		\$ -		\$ -	
VALOR TOTAL DEL CONTRATO		\$ 241.918.000		\$ 96.767.200		\$ 145.150.800		\$ 241.918.000		\$ 145.150.800		\$ -		\$ 145.150.800		\$ -	
PORCENTAJE DE EJECUCIÓN DEL VALOR DESEMBOLSADO POR MIN DEPORTE						150%		PORCENTAJE DE RECURSOS COMPROMETIDOS POR EL CONTRATISTA								N/A	
OBLIGACIONES GENERALES Y ESPECÍFICAS DEL CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR																	
OBLIGACIONES GENERALES DEL CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR				DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD DESARROLLADA								PORCENTAJE DE CUMPLIMIENTO					
1. Cumplir con el objeto del contrato en los términos y condiciones establecidos de conformidad con lo estipulado en las especificaciones técnicas, así como con la oferta presentada.				Se ha dado cumplimiento a las actividades previstas para las 3 fases del contrato de acuerdo con las especificaciones técnicas. La firma ha entregado a la fecha: 9 versiones actualizadas del Producto 1 ; 8 versiones de ajuste del Producto 2 ; 5 versiones de ajustes del Producto 3 ; 8 entregas preliminares de opciones gráficas (6 opciones de portada y 2 documentos con la síntesis de la información para el diseño de las 4 infografías) - correspondientes a los Productos 4 y 5 ; y, 2 versiones preliminares del Producto 6 .								70%					
2. Garantizar la solución de los imprevistos que puedan presentarse durante la prestación del servicio.				Los mayores imprevistos se han presentado en el cronograma del proyecto. Por esto, Ipsos ha solicitado 5 prórrogas al contrato que han sido aceptadas por el Ministerio del Deporte. Por ello la firma consultora, en coordinación con el GIT, han fijado nuevas fechas para la entrega de los productos, ampliando los plazos de ejecución hasta el 2 de noviembre de 2021 . Las fases del contrato requieren de una ejecución progresiva, es decir que para que se avance en una es necesario que se agote la inmediatamente anterior, por lo que no es posible la entrega de productos de manera simultánea. Por lo anterior, las fechas de finalización del contrato se han ampliando con el objetivo de dar respuesta a los comentarios solicitados por el GIT en cada uno de los productos de la consultoría, de acuerdo con la rigurosidad técnica requerida por el Ministerio. El análisis de información adicional, en los Productos 1 y 2, implicó ampliar las categorías de análisis y hacer los ajustes correspondientes en ambos productos. Por esto, teniendo en cuenta la progresividad en la ejecución de las fases del proyecto, se requirió de tiempo adicional para la planeación del Producto 3. Asimismo, fue necesario dar tiempo suficiente a los expertos nacionales e internacionales para la revisión del documento preliminar de los lineamientos. Finalmente, en cuanto a los Productos 4 y 5 de la consultoría, la diagramación sin página maestra requiere de un mes para su desarrollo en coherencia con las solicitudes de diseño exigidas por el Ministerio del Deporte.								70%					
3. Comprometerse sin costo adicional a verificar y realizar todos los cambios y ajustes a los servicios solicitados y acordes que se requieran a cada una de las actividades a desarrollar.				El equipo técnico ha realizado todos los cambios y ajustes solicitados a los productos sin costo adicional. Como se expresó en el numeral 1 la firma ha entregado a la fecha los nuevos ajustes del Producto 1; ocho ajustes del producto 2; 5 ajustes del producto 3; 8 opciones gráficas (6 opciones de portada y 2 documentos con la síntesis de la información para el diseño de las 4 infografías) y 2 versiones del Producto 6.								70%					
4. Garantizar la constitución de una póliza que ampare el Cumplimiento del contrato y la Responsabilidad Civil frente a terceros para la actividad y demás que se soliciten dentro del mismo.				Se garantiza la constitución de una póliza del contrato con la <i>Aseguradora Solidaria de Colombia</i> con número 500 47 994000020551. Las prórrogas al contrato han estado soportadas por la póliza correspondiente, con su respectivo soporte en el SECOP.								70%					
5. Entregar y prestar el servicio tanto en calidad, cantidad, como en tiempo				La firma consultora ha dado respuesta a todas las observaciones del GIT para dar cumplimiento a los estándares de calidad requeridos por el Ministerio, adicionalmente en coordinación con el GIT han fijado nuevas fechas para la entrega de los productos (1,2,3,4,5 y 6) ampliando los plazos de ejecución del contrato hasta el 2 de noviembre de 2021. El diseño del cronograma obedece a propuesta del contratista.								70%					
6. Elaborar y presentar conjuntamente con el supervisor, acta de inicio, actas parciales, final y liquidación.				A la fecha solo se ha presentado y requerido acta de inicio, presentada conjuntamente con el supervisor.								33%					
7. Presentar al supervisor el informe de cada actividad de conformidad con lo solicitado en las especificaciones técnicas y los que el Ministerio del Deporte Solicite.				La ejecución del contrato se requiere adelantar en tres fases: 1) Levantamiento de información, 2) Análisis y cruce de información para la elaboración y entrega de la primera versión del documento de lineamientos y 3) Revisión del documento preliminar, incorporación de ajustes y entrega final. La firma ha cumplido con el levantamiento de información primaria y secundaria y como resultado ha entregado al Ministerio nueve versiones del producto 1, ocho versiones del producto 2. Asimismo, la firma ha cumplido con el análisis y cruce de la información de ambos productos y como resultado entregó 5 versiones del producto 3. Actualmente, la firma está ejecutando la fase 3 del contrato para lo cual ha entregado 8 opciones gráficas, 6 opciones de portada, 2 documentos con la síntesis de la información para el diseño de las 4 infografías, 2 versiones del producto 6.								70%					

	PROCESO		Version: 1
	FOMENTO AL DESARROLLO HUMANO Y SOCIAL		CÓDIGO:
	FORMATO		FD-FR-112
	INFORME ADMINISTRATIVO PARCIAL ACTIVIDAD FÍSICA		23/07/2021
8.Responder por toda clase de de demandas, reclamos o procesos que instaure el personal o los subcontratistas.	No se han presentado demandas, reclamos o procesos que instaure el personal o los subcontratistas en la ejecución del contrato.		
9.Cumplir todas las leyes laborales vigentes a la fecha de liquidación del contrato y al pago por su cuenta, de todos los salarios y prestaciones sociales de Ley.	Se ha dado cumplimiento a todas las leyes laborales vigentes a la fecha de liquidación del contrato y al pago por su cuenta, de todos los salarios y prestaciones sociales de Ley	70%	
10.Responder civil y penalmente por el cumplimiento de las obligaciones derivadas del contrato como, por los hechos u omisiones que le fueren imputables y que causen daño o perjuicio a la entidad de acuerdo con la Ley 80 de 1993	Se han cumplido todas las obligaciones derivadas del contrato como, por los hechos u omisiones que le fueren imputables y que causen daño o perjuicio a la entidad de acuerdo con la Ley 80 de 1993	70%	
11. Informar inmediatamente al supervisor del contrato de las novedades que puedan ocasionar la parálisis del contrato y a su vez ofrecer su propia solución bajo su completa responsabilidad.	Las principales novedades se han dado en el cronograma del contrato siendo necesario ampliar los plazos de ejecución y entrega de los productos, esto puede corroborarse en las solicitudes de prórroga que ha presentado Ipsos al Ministerio del Deporte. Como se indica en apartados anteriores estas situaciones han ocurrido por la necesidad de ajustar los productos de acuerdo a los requerimientos técnicos del Ministerio. Asimismo, teniendo en cuenta la secuencialidad en las fases de ejecución del contrato cada producto depende de la versión definitiva del anterior, por lo cual, la presentación de ajustes a los producto 1, 2 tuvieron un impacto en los tiempos de elaboración del producto 3 y por ende en los subsiguientes productos.	70%	
12.Asumir los costos para el desarrollo del objeto contractual tales como, insumos, materia prima, transporte, impuestos, etc	Se han asumido todos los costos incurridos en desarrollo del objeto contractual tales como, insumos, materia prima, transporte, impuestos, etc.	70%	

 <div>El deporte es de todos</div> Mindeporte	PROCESO		FOMENTO AL DESARROLLO HUMANO Y SOCIAL		Versión: 1
	FORMATO		INFORME ADMINISTRATIVO PARCIAL ACTIVIDAD FÍSICA		CÓDIGO:
					FD-FR-112
					23/07/2021
13. Acogerse a los parámetros establecidos por el Ministerio del Deporte, para garantizar el cumplimiento de las especificaciones técnicas de los productos.	Ipsos se ha acogido a todos los parámetros establecidos por el Ministerio del Deporte como se evidencia en las versiones de cada uno de los productos entregados		70%		
14. Mantener de forma confidencial la información del Ministerio del Deporte, en relación con las actividades a realizar durante la ejecución de las acciones a realizar.	Se ha mantenido la confidencialidad de toda la información del Ministerio del Deporte, en relación con las actividades a realizar durante la ejecución de las acciones a realizar.		70%		
15.Adelantar todas las gestiones administrativas, contractuales y financieras inherentes al desarrollo del objeto a contratar.	Se han adelantado todas las gestiones administrativas, contractuales y financieras inherentes al desarrollo del objeto a contratar		70%		
16. Llevar a cabo las actividades en las fechas establecidas por parte del Ministerio del Deporte dentro del plazo de ejecución del contrato.	Se han informado las novedades oportunamente al Ministerio y en coordinación con el equipo del GIT se han establecido nuevas fechas para la entrega de los productos como puede evidenciarse en las solicitudes de prórroga aceptadas por el Ministerio. Las actividades que se han realizado para dar cumplimiento a las fases del contrato son: 1. Diseño de los instrumentos de recolección de información cualitativa y cuantitativa; 2. Programación de la encuesta en el software Dimensions para su aplicación online; 3. Logística para el levantamiento de recolección de información que incluyó el agendamiento de los participantes a las sesiones de preparación del material; 4. Capacitación a los moderadores de las sesiones; 5. Implementación de 9 mesas de trabajo virtuales; 6. aplicación de 120 encuestas efectivas online; 7. Transcripción de los audios de las mesas de trabajo; 8. Elaboración de la codificación y Unidad Hermeneutica del proyecto; 9. procesamiento de las tablas de salida de la encuesta; 10. Grificación de las preguntas de la encuesta; 11. Discusión interna con el equipo técnico para el análisis de resultados; 12. Elaboración de 8 versiones actualizadas del producto 2. Para la elaboración del tercer producto de la consultoría IPSOS realizó las siguientes actividades: 1. Triangulación de información de los productos 1 y 2 de la consultoría; 2. elaboración de una matriz de consistencia que evidencia los insumos tomados de los productos 1 y 2 para la elaboración de los lineamientos; 3. Reuniones de trabajo internas con todo el equipo técnico de la consultoría para definir las estrategias, actividades y actores; 4. Presentación de un índice para la elaboración del documento; 5. presentación de 5 versiones actualizadas del producto previo a la revisión por parte de los expertos Ipsos ha presentado 8 opciones gráficas 6 opciones de portada y 2 documentos de síntesis con el contenido sugerido para la elaboración de las infografías		70%		
17.Garantizar los créditos y la promoción de la imagen del Ministerio del Deporte.	Se ha garantizado los créditos y promoción de la imagen del Ministerio del Deporte		70%		
18.Garantizar en todas sus actuaciones los intereses del Ministerio del Deporte y obrar con lealtad y buena fe en todas las etapas contractuales.	Se ha garantizado en todas las actuaciones los intereses del Ministerio del Deporte y se ha obrado con lealtad y buena fe en todas las etapas contractuales		70%		
19. Presentar al supervisor del contrato los comprobantes de pago de las obligaciones parafiscales, de conformidad con el artículo 50 de la Ley 789 de 2002 y en concordancia 9 de la Ley 828 de 2003, y el artículo 23 de la Ley 1150 de 2007.	Se presenta certificado pago de las obligaciones parafiscales con fecha 7 de septiembre 2021, de conformidad con el artículo 50 de la Ley 789 de 2002 y en concordancia 9 de la Ley 828 de 2003, y el artículo 23 de la Ley 1150 de 2007.		70%		
20.Presentar las facturas de acuerdo con los requisitos mínimos de las normas fiscales vigentes establecidas en el Estatuto Tributario.	Se presenta segunda factura correspondiente al 30% del contrato a través de facturación electrónica, de acuerdo con los requisitos mínimos de las normas fiscales vigentes establecidas en el Estatuto Tributario		70%		
21.Todas las demás inherentes o necesarias para la correcta ejecución del objeto contractual y debida ejecución de los recursos.	Se ha dado cumplimiento a todas las solicitudes del Ministerio del Deporte en lo que refiere al cumplimiento del objeto contractual y debida ejecución de los recursos.		70%		
Obligaciones o Compromisos Especiales o Específicos: 1. Mantener el valor ofertado durante todo el plazo de ejecución, el cual no tendrá reajuste alguno ni siquiera por cambio de vigencia, en caso que esto último se llegará a dar.	Se mantiene el valor de la oferta durante todo el plazo de ejecución		70%		
2.Contratar y mantener durante todo el plazo de ejecución del contrato, el equipo de trabajo requerido por el Ministerio del Deporte el cual deberá cumplir con la idoneidad (el perfil académico y la experiencia) solicitada en las especificaciones técnicas.	Se cuenta con un equipo técnico de acuerdo con lo establecido en el contrato. Estos profesionales son: Experto en Políticas Públicas- Cristina Querubín; Profesional en investigación en promoción de actividad física y salud pública- Cindy Lorena Benavides; Experto en Actividad Física- José Alexander García; Investigadora Cualitativa- Viviana Arias; y Profesional en Diseño gráfico- Maria Clara Sarmiento. Adicional al equipo mínimo exigido en el contrato, la firma cuenta con tres perfiles adicionales: un experto en políticas públicas y salud pública- Dr. Diego Lucumi; un experto en política pública y antropología- Francisco Quiroz; y un gerente del proyecto con más de tres años de experiencia en evaluación de proyectos cuantitativos y cualitativos -Maria Fernanda Gómez.		70%		
3.Asumir los costos para el desarrollo del objeto contractual tales como, insumos, salarios, honorarios, seguridad social, viáticos, materia prima, transporte, impuestos, etc.	Se han asumido todos los costos para el desarrollo del objeto contractual tales como insumos, salarios, honorarios, seguridad social, viáticos, materia prima, transporte, impuestos, etc		70%		
4. Realizar el levantamiento de la información mediante fuentes primarias y secundarias como base para la identificación de factores y variables que aporten en la construcción de los lineamientos y orientaciones nacionales para la promoción de la actividad física y la disminución de los comportamientos sedentarios.	Para la elaboración del primer producto IPSOS realizó las siguientes actividades: 1.Búsqueda y selección de países que conforman el análisis de los lineamientos y orientaciones a nivel internacional. 2. Búsqueda y selección de lineamientos y orientaciones nacionales y/o distritales para la promoción de actividad física y disminución de comportamientos sedentarios. 3.Construcción de matriz a partir de las categorías de análisis propuesta para los diferentes documentos. 4. Análisis de contenido en relación a las orientaciones y lineamientos a nivel internacional y nacional 5. Elaboración de documento que evidencie los contrastes de los componentes de las orientaciones a nivel internacional en comparación con las orientaciones nacionales. 6. Diseño de la metodología de las mesas de trabajo orientadas a la recolección de información necesaria para la construcción de los lineamientos (ejes de discusión) 7. Validación de los ejes de discusión para la realización de las mesas de trabajo. 8. Coordinación logística 3 mesas de trabajo. 9. Participación del equipo consultor en el curso de Políticas y Programas para la Promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable. 10. Participación en reuniones semanales con el comité de seguimiento		100%		
5. Realizar un análisis y cruce de información y elaborar un documento con el resultado del estudio que contraste los componentes de las orientaciones a nivel internacional (como políticas, estrategias, planes nacionales, plan mundial, recomendaciones mundiales) en comparación con las orientaciones nacionales que se han adoptado para solucionar la problemática, estableciendo los ejes principales de intervención y sus diferencias estratégicas con el fin de promover la actividad física y reducir los comportamientos sedentarios.	1. El análisis se realizó tomando como marco teórico el análisis de políticas públicas propuesto por Keplac. 2. El cruce de información se realizó en dos etapas: primero, se realizó un proceso de búsqueda a través de motores especializados y se analizó la información con base en los indicadores de prevalencia de inactividad física, segundo, con base en lo anterior se obtuvieron 19 Planes Nacionales de Actividad Física y con base en la experiencia del GIT se seleccionaron 8/19 Planes Nacionales de Actividad Física para su análisis; 3. La segunda parte de este proceso consistió en el análisis de contenido con base en las categorías del marco analítico		100%		

	PROCESO		Versión: 1
	FOMENTO AL DESARROLLO HUMANO Y SOCIAL		CÓDIGO:
	FORMATO		FD-FR-112
	INFORME ADMINISTRATIVO PARCIAL ACTIVIDAD FÍSICA		23/07/2021
6. Elaborar un documento que presente los hallazgos más importantes de cada uno de los ejes de discusión de las mesas de trabajo y de las encuestas, con sus correspondientes matrices de sistematización, análisis y conclusiones.	Para la elaboración del segundo producto IPSOS realizó las siguientes actividades: 1. diseño de los instrumentos de recolección de información cualitativa y cuantitativa; 2. Programación de la encuesta en el software Dimensions para su aplicación online; 3. Lógica para el levantamiento de recolección de información que incluyó el agendamiento de los participantes a las sesiones preparación del material; 4. Capacitación a los moderadores de las sesiones; 5. Implementación de 9 mesas de trabajo virtuales; 6. Aplicación de 120 encuestas efectivas online; 7. Transcripción de los audios de las mesas de trabajo; 8. Elaboración de la codificación y Unidad Hermenéutica del proyecto; 9. Procesamiento de las tablas de salida de la encuesta; 10. gráficas de las preguntas de la encuesta; 11. Discusión interna con el equipo técnico para el análisis de resultados; 12. elaboración de 8 versiones preliminares del producto 2	100%	
7. Elaborar el documento preliminar con los lineamientos para la promoción de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios en Colombia.	Para la elaboración del tercer producto de la consultoría IPSOS realizó las siguientes actividades: 1. Triangulación de información de los productos 1 y 2 de la consultoría; 2. elaboración de una matriz de consistencia que evidencia los insumos tomados de los productos 1 y 2 para la elaboración de los lineamientos; 3. Reuniones de trabajo internas con todo el equipo técnico de la consultoría para definir las estrategias, actividades y actores; 4. Presentación de un índice para la elaboración del documento; 5. presentación de 5 versiones del producto previo a la revisión por parte de los expertos	100%	
8. Elaborar un documento versión final de los lineamientos para la promoción de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios en Colombia, previa aprobación por parte del Ministerio del Deporte y de expertos nacionales e internacionales en el tema, el cual deberá cumplir con las especificaciones técnicas requeridas por la entidad.	Para la elaboración de este producto la firma consultora acogió los comentarios y observaciones de los expertos internacionales y del equipo técnico del GIT; ajustó el documento de lineamientos y presentó los cambios en una matriz que permite evidenciar la trazabilidad de los cambios, la cual cumple con las especificaciones técnicas requeridas por la entidad.	50%	
9. Diseñar y entregar en versión para publicación digital, junto los archivos editables para una futura impresión física, cuatro infografías resumen del documento con los lineamientos para la promoción de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios en Colombia, las cuales deberán cumplir con las especificaciones técnicas requeridas por la entidad.	Ipsos ha presentado 8 opciones gráficas, 6 opciones de portada y 2 documentos de síntesis con el contenido sugerido para la elaboración de las infografías	20%	
10. Elaborar un documento con la memoria general del proceso de consultoría que incluya recomendaciones para el posicionamiento de los lineamientos con diferentes actores.	Ipsos ha presentado dos versiones preliminares de este producto junto con los anexos que lo acompañan : Producto 06 Fecha de entrega: Transcripciones mesas de trabajo15/03/2021 Base de datos cualitativa y árbol de códigos15/03/2021 Base de datos cuantitativa en SPSS15/03/2021 Tablas de salida cuantitativas15/03/2021 Anexos producto 19/04/2021 Libro de códigos encuestas12/04/2021 Anexo consideraciones metodológicas12/04/2021 Matriz de consistencia v17/05/2021 Ficha técnica encuesta31/05/2021	50%	
11. Las demás que se requieran para el cabal desarrollo del objeto contractual.	Se han realizado todas las actividades requeridas por el Ministerio del Deporte, para el cabal desarrollo del objeto contractual.	70%	
OBLIGACIONES ESPECIALES DEL CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD DESARROLLADA	PORCENTAJE DE CUMPLIMIENTO	

	PROCESO		FOMENTO AL DESARROLLO HUMANO Y SOCIAL		Versión: 1	
	FORMATO		INFORME ADMINISTRATIVO PARCIAL ACTIVIDAD FÍSICA		CÓDIGO:	
					FD-FR-112	
						23/07/2021
PORCENTAJE DE AVANCE TOTAL					70%	
OBSERVACIONES		se han realizado las siguientes prórrogas al contrato: Prórroga 1 - 29/12/2020, Prórroga 2 - 27/04/2021, Prórroga 3 - 10/06/2021, Prórroga 4 fecha 12/08/ 2021, Prórroga 5 fecha 27/09/2021				
						
FIRMA RESPONSABLE ÁREA ADMINISTRATIVA Y/O FINANCIERA CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR			FIRMA SUPERVISOR(A) DESIGNADO CONTRATISTA / ENTE EJECUTOR			
NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS		Daniel Mauricio Cruz Valenzuela		NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS		Nubia Yaneth Ruiz Gómez
No. DOCUMENTO DE IDENTIDAD		80185594		No. DOCUMENTO DE IDENTIDAD		52.849.605

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			



Construcción de Lineamientos orientadores a nivel técnico y de gestión para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia.

Producto 2 del contrato CCS-1115-2020 en el marco del proceso de consultoría de Ipsos para MinDeporte

Producto 2: Documento que presente los hallazgos más importantes de cada uno de los ejes de discusión de las mesas de trabajo y de las encuestas, con sus correspondientes matrices de sistematización, análisis y conclusiones.

Ministerio del Deporte

Bogotá, D.C.

27 de agosto de 2021

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Tabla de contenido

Tabla de contenido

<i>Presentación</i>	<i>4</i>
<i>Marco de análisis</i>	<i>4</i>
El enfoque interpretativo de las políticas públicas	4
La actividad física como referencial	5
<i>Metodología</i>	<i>6</i>
<i>Parte I. Los referenciales de la actividad física y los comportamientos sedentarios</i>	<i>8</i>
Los conceptos de actividad física y comportamientos sedentarios desde el punto de vista de las personas.....	8
Las narrativas de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios	12
El malestar de la sociedad contemporánea.....	12
El movimiento como virtud	13
El pesimismo político y las intervenciones en actividad física	18
Las propuestas de los participantes.....	28
<i>Parte II. Los actores involucrados con la promoción de la actividad física y sus relaciones</i>	<i>29</i>
El Sistema Nacional del Deporte	29
Percepciones sobre el sector de la actividad física y los principales actores involucrados	30
Las relaciones entre los actores	37
La red colapsada de entidades clave y las relaciones de intermediación.....	38
Relaciones de cooperación, liderazgo y dependencia por niveles y sectores	44
El punto de vista sobre la demanda	51
Entre el individuo, el beneficiario y el ciudadano.....	51
Visión diferencial	51
<i>Parte III. Implicaciones de política: a modo de conclusión.....</i>	<i>55</i>
Un referente que se está asentando	55
Oportunidades de participación y articulación	56
Reputación y oferta institucional	57
<i>Referencias</i>	<i>58</i>
<i>Anexos</i>	<i>60</i>
<i>Anexo 1. Instrumento Cuantitativo</i>	<i>60</i>

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

SECCIÓN A INFORMACIÓN PRELIMINAR.....	60
<i>(Primero una información para conocer sobre usted)</i>	<i>60</i>
SECCIÓN B COMPORTAMIENTOS SEDENTARIOS	61
<i>(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos de los comportamientos sedentarios)</i>	<i>61</i>
SECCIÓN C ACTIVIDAD FÍSICA.....	62
<i>(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos de la promoción de la actividad física)</i>	<i>62</i>
SECCIÓN D COMPETENCIAS SOCIEMOCIONALES Y SALUD MENTAL	63
<i>(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos asociados con las competencias socioemocionales y la salud mental)</i>	<i>63</i>
SECCIÓN E OTROS PROGRAMAS O ACCIONES DIFERENTES A HEVS.....	64
<i>(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos de la promoción de la actividad física diferentes a los Programas de Hábitos y Estilos de Vida Saludable HEVS, que se coordinan desde el Ministerio del Deporte y se implementan con los entes deportivos departamentales y municipales).....</i>	<i>64</i>
SECCIÓN F ESCENARIOS PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA	66
<i>(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos relacionados con los escenarios o sitios para la práctica de actividad física)</i>	<i>66</i>
SECCIÓN G PROGRAMA HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE HEVS.....	67
<i>(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos de la promoción de la actividad física a través del Programa Hábitos y Estilos de Vida Saludable HEVS que se coordina desde el Ministerio del Deporte y se implementa con los entes deportivos departamentales y municipales)</i>	<i>67</i>
SECCIÓN H RELACIONES CON ACTORES DEPARTAMENTALES O MUNICIPALES (Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos y dinámicas de los actores departamentales o municipales que intervienen en la promoción de actividad física)...	67
SECCIÓN I PROPUESTAS	71
SECCIÓN J DATOS FINALES	71
<i>(Ahora queremos conocer algunos datos finales sobre usted).....</i>	<i>71</i>
Anexo 2. Ficha técnica de la encuesta.....	72
Anexo 3. Guía de Discusión Cualitativa	73

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Presentación

El presente documento contiene los hallazgos de la encuesta de percepción y de los talleres participativos que se aplicaron entre diciembre del año 2020 y febrero del 2021. Aparte de los resultados como tal, este texto ofrece, en consonancia con el enfoque adoptado, una interpretación de dichos resultados en términos de su significado en el marco del análisis cultural o interpretativo de las políticas públicas.

Para presentar las interpretaciones y los resultados se dividió el texto de la siguiente manera. Los primeros capítulos abordan el marco conceptual y la estrategia metodológica. Una vez planteado el enfoque de política con el que se va a leer el material y las principales consideraciones metodológicas, se abren tres partes que contienen los siguientes elementos: en una primera parte se analiza la idea de actividad física como referencial y se desagrega en las imágenes con las que se asocia, y las narrativas sociales, morales y de política que circulan entre las personas para dar cuenta del fenómeno. En la segunda sección se analiza el problema de la política pública como campo social, y las percepciones que existen alrededor de las diferentes posiciones, niveles de gobierno y tipos de relación que se establecen desde la perspectiva de los actores. Finalmente, a manera de conclusión, se intenta sacar las implicaciones de estas interpretaciones y de estos resultados, en términos de la construcción de lineamientos de actividad física.

Marco de análisis

El enfoque interpretativo de las políticas públicas

El marco conceptual que va a guiar el análisis está basado en el enfoque interpretativo de las políticas públicas. Dicho enfoque parte del supuesto de que las ideas y la construcción social y cultural de significados son dimensiones fundamentales de la experiencia humana. A través de los símbolos, las clasificaciones, los lugares comunes y los relatos, las personas ordenan y le dan sentido al mundo que los rodea. Esta labor cultural no solamente tiene dimensiones ideacionales, sino que tiene consecuencias sociales tangibles: los símbolos y relatos expresan órdenes sociales, cursos de acción posibles y legitiman prácticas sociales y jerarquías políticas.

En términos del análisis de las políticas públicas, el anterior supuesto ha sido traducido de varias maneras. En primer lugar, la literatura (i.e. Roth, 2014; Shore, 2010; Shore & Wright, 2005, entre otros) ha señalado el carácter construido y contextual de las políticas públicas. Las políticas públicas no son solamente las respuestas técnicas que los Estados contemporáneos implementan para hacerle frente a los problemas de la realidad social, sino que en sí mismas, como lo argumenta Pierre Muller (2010), son construcciones sociales que, a su vez, producen realidades. En otras palabras, las políticas públicas son un producto de su tiempo y su lugar: obedecen a problemas históricos y geográficamente determinados, y se sitúan en sociedades y espacios políticos concretos. No

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

obstante, en tanto intervienen en la sociedad crean imágenes del mundo y de los problemas sociales contribuyendo, a su vez, al proceso de construcción social de la realidad.

En segundo lugar, se ha hecho especial énfasis en el papel que las ideas, los símbolos, las narrativas y los relatos tienen en la formación de las políticas públicas y en las realidades que éstas construyen. A través de estos dispositivos se puede leer la manera en la que las políticas públicas convierten a los individuos en sujetos, los categorizan y les asignan un estatus. De la misma manera, las políticas públicas codifican normas y valores, y articulan principios de organización social (Shore, 2010; Shore & Wright, 2005). Todos estos elementos culturales de las políticas han sido analizados en relación con su capacidad de crear mundos de sentido común y proveer los elementos para legitimar intervenciones, generar adhesiones y enmarcar cognitivamente el proceso de toma de decisiones.

Aunque son varias las lecturas analíticas en las que se ha traducido el enfoque interpretativo, habría que mencionar, en tercer lugar, el énfasis en las políticas públicas como campos sociales (Bourdieu, 2010), redes o configuración de actores (Muller, 2010). Desde este punto de vista, el análisis ha privilegiado el hecho de que la creación de sentido y de narrativas legitimadoras no ocurren en un vacío social sino al interior de campos o redes en los que los agentes ocupan determinadas posiciones, se apropian de los recursos que están en juego (de las distintas especies de capital, en la jerga de Pierre Bourdieu) e intentan negociar en los términos más favorables posibles su visión sobre el campo y la manera legítima de plantear los problemas y de hacer las cosas. Dicho de otra manera, la cultura y los significados no son neutros: son, al igual que otros recursos, objetos de luchas, apropiaciones y negociaciones entre los agentes.

La actividad física como referencial

Para poder implementar el enfoque interpretativo en el caso concreto de las encuestas y los talleres que fueron aplicados a varios actores relacionados con la política pública de actividad física, se propone utilizar, con algunas variaciones, el concepto de referencial de Muller (2010) y dialogar, también con algunas modificaciones, con el concepto de campo de Pierre Bourdieu (1994, 2010). Según Muller, los referenciales son esa imagen de la realidad que crean y sostienen las políticas públicas. Estos referenciales funcionan en la medida que logran articular varios niveles de percepción, tales como los valores, normas y formas de hacer las cosas o de llevar a la realidad dichas ideas.

En el caso de este informe, lo que se va a tratar de argumentar es que la actividad física es un referencial que está buscando camino en el contexto de las políticas públicas nacionales. Para dar cuenta de este proceso de asentamiento, se va a intentar rastrear en las encuestas y los talleres las ideas y las imágenes con las cuales las personas piensan la actividad física y el campo de la política pública. Para ello, se va a hablar de tres tipos de narrativas que, cada una a su modo, tienen codificadas las ideas, valores, los modelos implícitos de sociedad y una imagen de la institucionalidad y de la política pública usada por los diferentes actores para darle sentido al acontecer. Estas narrativas son: el malestar de la sociedad contemporánea, el movimiento como virtud y el pesimismo institucional.

Como contexto social de los significados, valores y relatos de la actividad física, se relaciona el referencial de la actividad física con el campo de las posiciones. Este tratamiento se hará teniendo

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

en cuenta las percepciones que se generan al interior del campo sobre las posiciones y los niveles de gobierno (nacional, departamental y municipal) a los que pertenecen los actores, los roles, las responsabilidades identificadas y los tipos de relación. Antes que hacer un mapa de actores detallado, interesa el concepto de campo en la medida que permite organizar las percepciones de los actores encuestados y de aquellos que participaron en los talleres sobre el campo en su conjunto, los diferentes niveles, las relaciones y sus dificultades.

Metodología

Este trabajo de investigación empleó una metodología mixta que combina enfoques cualitativos y cuantitativos. Como consecuencia de la coyuntura derivada del COVID19, todos los instrumentos de recolección de información primaria se aplicaron de manera no presencial. Aunque el informe usa ambos, no aplica los enfoques de forma indistinta: en últimas, la estrategia metodológica trata de dar cuenta del significado cultural de las respuestas, las percepciones y las opiniones de las personas, en el contexto del anterior marco analítico. Por ello privilegia como lente el análisis de las narrativas, símbolos y significados.

En cuanto a los instrumentos, mediante un proceso de construcción colectiva a través de mesas de trabajo virtuales se abordó cada uno de los objetivos de la consultoría y de este producto en particular. Para el desarrollo de las mesas de trabajo se utilizó la técnica de talleres participativos. Esta es una técnica cualitativa en la que un grupo de personas construye conocimiento en torno a un tema de manera colectiva. De acuerdo con los objetivos del taller, se diseñan preguntas, herramientas y actividades que involucran a los participantes y los invitan a compartir e intercambiar experiencias y significados con los demás, promoviendo la generación de nuevos sentidos y comprensiones sobre el tema en cuestión (García, González Quiroz &, Velásquez, 2002).

Cada mesa de trabajo se dirigió a un actor o fuente específicas teniendo en cuenta las siguientes unidades de análisis: gestores, monitores, instructores, líderes comunitarios, actores intersectoriales (salud, educación, trabajo, movilidad, medio ambiente, gimnasios y centros de movimiento), expertos en actividad física.

La selección de la muestra cualitativa para las mesas regionales tuvo en cuenta un criterio de dispersión territorial, con cobertura en las 7 regiones según la división administrativa acorde con el Departamento Nacional de Planeación (DNP). Para ello, se buscó la participación de actores de las diferentes regiones del país facilitando un nivel adecuado de profundidad y saturación de categorías. La siguiente tabla resume las 9 mesas de trabajo realizadas.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Tabla 1. Unidades de análisis mesas de trabajo Cualitativas

Mesa	Fecha	# Participantes
1° Gestores regionales	16-dic	25
2° Monitores regionales	19-dic	25
3° Líderes regionales	21-dic	28
4° Actores Regionales	5-feb	52
5° Actores Regionales	4-feb	20
6° Actores Regionales	11-feb	23
7° Expertos territoriales	17-feb	25
8° Sectores nacionales	24-feb	27
9° Expertos nacionales (expertos en actividad física)	25-feb	23
TOTAL PARTICIPANTES		248

Fuente: elaboración propia Ipsos 2021

El componente cuantitativo de esta evaluación, por su parte, contó con información de una encuesta online con el fin de aportar evidencias sobre las categorías de análisis: relación y articulación sectorial, relación y articulación intersectorial, propuestas para la promoción de la actividad física, propuestas para la disminución de los comportamientos sedentarios, barreras de la actividad física y comportamientos sedentarios, competencias socioemocionales. La encuesta fue distribuida entre los participantes de las mesas de trabajo y entre aquellos con el mismo perfil pero que no pudieron asistir a las sesiones cualitativas. En total se recolectaron 120 encuestas efectivas

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

que fueron aplicadas a gestores, monitores, instructores, líderes comunitarios, actores intersectoriales (salud, educación, trabajo, movilidad, medio ambiente, gimnasios y centros de movimiento), expertos en actividad física.

Los actores que participaron en el diligenciamiento de la encuesta fueron en su mayoría hombres (58%) y el restante mujeres (43%). En general, los encuestados no pertenecen a ningún grupo étnico (90%), sin embargo, sí hubo participación de afrocolombianos (8%) e indígenas (2%) en el instrumento cuantitativo.

La mayoría de los encuestados tiene un nivel educativo alto pues 30% tiene maestría, 29.2% especializaciones y 7% doctorados. Además, 25% tienen un título de pregrado, 7% educación técnica o tecnológica y 2.5% secundaria. A esto se suma que el 33% trabaja actualmente en la academia y en el sector pues 12% trabajan en el Ministerio del Deporte, 18% en entes deportivos a nivel departamental y 11% en entes deportivos a nivel municipal. Los demás encuestados trabajan en otras entidades del sector público (20%) y el sector privado (5%).

Además, en su mayoría las personas que dieron respuesta a la encuesta trabajan en el nivel departamental (37%), seguido del nivel municipal (31%) y en menor medida en el nivel nacional (15%) y distrital (15%).¹

El análisis de la información, por otra parte, combina las estadísticas descriptivas acerca de las preguntas de la encuesta y la saturación de categorías propias de la codificación cualitativa del material exegético. Para ello se realizó una codificación taxonómica con ayuda del programa Atlas-ti, que integró las principales categorías iniciales de la investigación y las emergentes. Una vez tabulados los datos de la encuesta y codificados los talleres, se triangularon los principales resultados de acuerdo con las categorías de análisis del marco analítico.

Parte I. Los referenciales de la actividad física y los comportamientos sedentarios

Los conceptos de actividad física y comportamientos sedentarios desde el punto de vista de las personas

El objetivo de este acápite es plantear, con ayuda de los datos de la encuesta y de los talleres, el problema de la actividad física como referencial que se va a ir desmenuzando en los distintos apartados. Dicho problema está conformado por los siguientes elementos: i) una convergencia, con algunos matices, alrededor de las ideas que definen la actividad física y los comportamientos sedentarios; ii) una sociología implícita acerca de las causas de los comportamientos sedentarios que gira, sobre todo, alrededor de las tensiones que genera en el individuo los patrones de trabajo y actividad de la sociedad contemporánea; iii) unos valores relacionados con la actividad física que están tratando de encontrar camino en el imaginario de las personas como fundamento último de

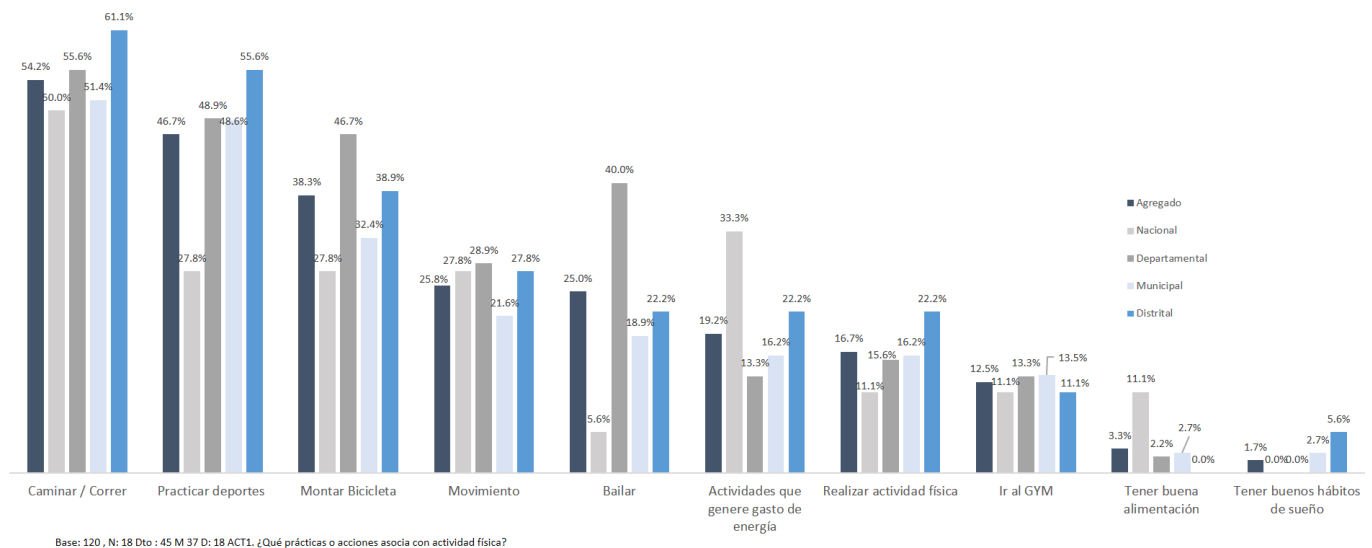
¹ Para una descripción detallada de la encuesta remitirse al anexo 2: Ficha técnica de la encuesta

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

las intervenciones; y iv) una visión en cierto sentido pesimista sobre la institucionalidad y los determinantes políticos de la promoción de la actividad física.

Para comenzar por el primer elemento de este diagnóstico espontáneo que surge al conversar con las personas, llama la atención como decíamos no tanto las brechas en la forma de entender la actividad física y los comportamientos sedentarios, sino más bien la convergencia entre los distintos actores y niveles sobre estos dos conceptos. En efecto, a partir de la encuesta y de los ejercicios de asociación hechos en los talleres puede afirmarse que las personas asocian la actividad física más que todo con el movimiento del cuerpo. Este movimiento tiene varios sentidos: desde actividades cotidianas que lo generan como el caminar y correr (la práctica que recibió un mayor porcentaje de menciones -54,2%- en todos los niveles, como se muestra en la siguiente Gráfica 1)², pasando por prácticas cuya realización encierra su propio sentido como los deportes (46,7%), montar en bicicleta (38,3%), bailar (25%), ir al gimnasio, hasta llegar a concepciones más complejas -mencionadas no obstante en menor porcentaje- como el gasto de energía, los hábitos saludables (e.g. de alimentación y sueño), y con sentimientos como la felicidad.

Gráfica 1. Acciones asociadas a la actividad física



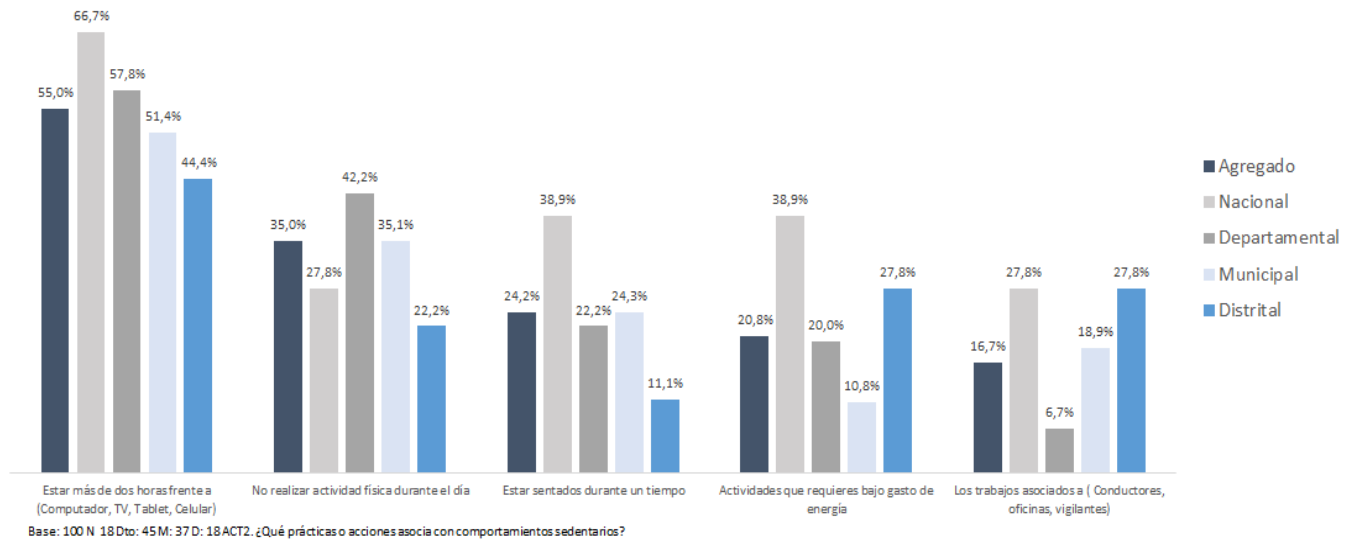
Algo similar ocurre con los comportamientos sedentarios: la mayoría tiende a asociarlos con prácticas y actividades como estar más de dos horas frente a un computador, televisor y similares

² A lo largo del documento se presentarán las gráficas con la respectiva desagregación por niveles territoriales: Nacional, Departamental, Municipal y Distrital. Se aclara que esta desagregación se hace con base en la pregunta C5_2. ¿En qué nivel trabaja regularmente? Del instrumento cuantitativo. Se aclara que 13,3% de los encuestados manifestaron trabajar en el nivel distrital, de estos el 81% son de Bogotá, 6% de Barranquilla, 6% de Cartagena y 6% de Santa Marta.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

(55%), la no realización de actividad física (35%), estar sentados durante un tiempo (24%), las actividades que requieren un bajo gasto de energía (20,8%), junto con otras actividades relacionados, por ejemplo, con el ámbito laboral, en la medida que los encuestados mencionan la ausencia de pausas activas durante la jornada de trabajo y algunos trabajos particulares donde estos comportamientos son más recurrentes (conductores, oficinas, vigilantes).

Gráfica 2. Acciones asociadas a comportamientos sedentarios



Aunque en términos generales podemos decir que existe entonces cierta convergencia en las actividades y prácticas que las personas asocian con la actividad física y los comportamientos sedentarios, también es cierto que pueden hacerse algunos matices entre los niveles a los que pertenecen los encuestados: en particular es notable que, mientras para los encuestados de los niveles departamental, municipal y distrital la segunda práctica más importante (después de caminar y correr) con la que asocian la actividad física son los deportes (mencionados por el 48,9%, el 58,6% y el 55,6%, respectivamente), para los encuestados del nivel nacional el segundo lugar lo ocupan las actividades que generen un gasto de energía (33,3%). Probablemente esto tiene que ver, como se transparenta también en los talleres, con una mayor difusión en ese nivel -y entre los expertos- del discurso experto sobre la actividad física, que resalta su multidimensionalidad pero que inicia sus definiciones acudiendo a la noción de gasto de energía.

Como fuere, estas concepciones de la actividad física están también relacionadas con algunas imágenes que fueron evidentes en los talleres y que condensan y ayudan a clasificar algunas ideas importantes que vale la pena comentar. En primer lugar, circula con recurrencia cierta concepción “naturalista” a la hora de interpretar qué es la actividad física: para algunos de los participantes la actividad física, el movimiento, son elementos innatos al cuerpo humano, una cuestión con la que se nace; como lo expresó uno de los participantes, “el cuerpo humano está diseñado para moverse”.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

En segundo lugar, se encuentran aquellas imágenes que “socializan” ese hecho natural. La imagen más recurrente en este sentido es tal vez la del hábito. Aunque esta imagen tiene asociados valores que vamos a tratar más adelante, supone una noción de lo que se adquiere -y se pierde- gracias a la socialización y repetición en ámbitos como el trabajo, la educación (las aulas), el transporte, y el tiempo libre.

En tercer lugar, vale la pena mencionar que esta convergencia tiene implícitas fronteras que distinguen entre las concepciones que tienen los involucrados con el tema de la actividad física y que coincide -con pequeños matices- con lo que se ha señalado, y las nociones que circulan en la “sociedad mayor”. En otras palabras: las personas que participaron en las encuestas y los talleres, al ser parte (desde distintos sectores) del tema y las intervenciones de actividad física comparten los supuestos, las imágenes y los valores de este referencial, pero creen que existe, hacia afuera, un sector de la sociedad y del Estado que no comparte esta visión. En particular, algunos de los participantes de las mesas apuntaron a que existe una visión de actividad física limitada, relacionada con el deporte profesional y la competencia deportiva. Así mismo, se señala este tipo de sesgo en muchos de los profesionales de la salud y del deporte y en clubes y escuelas de formación.

Esta concepción deja de lado aspectos como el bienestar, el disfrute, el desarrollo físico y psicológico y la actividad física como parte de la vida cotidiana de las personas. A su vez, influye en la manera en que, desde los diferentes espacios, se difunde, promociona e incentiva la práctica de la actividad física, en cuanto al lenguaje utilizado, los recursos destinados y el público objetivo de los mensajes.

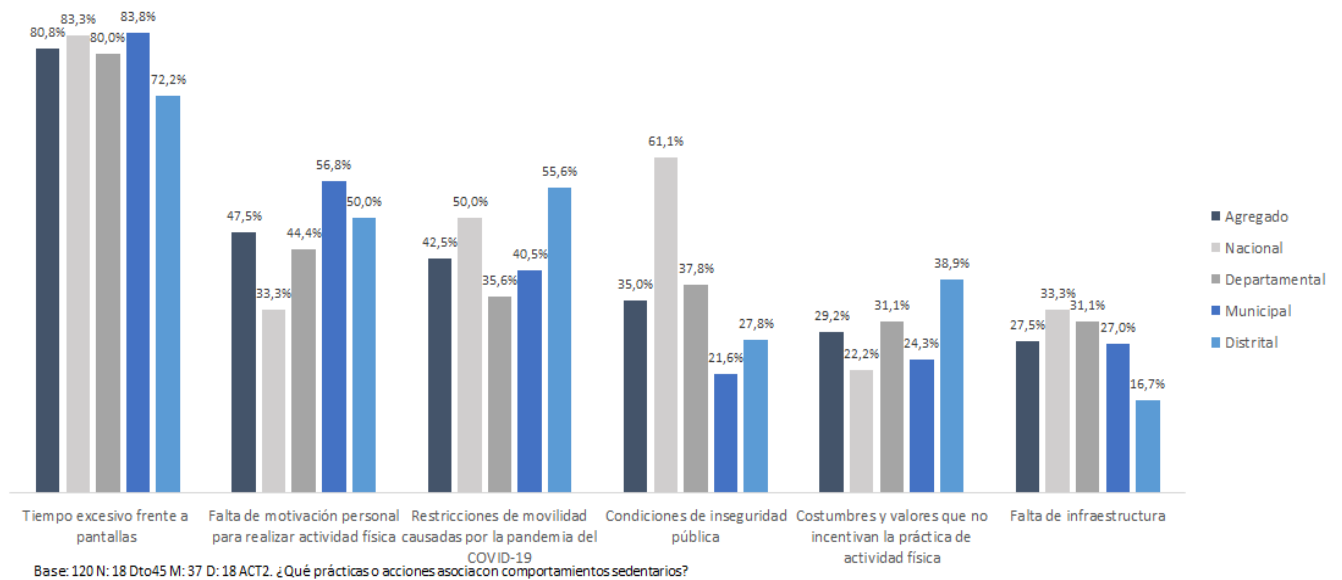
En este sentido, el resultado es que -según esta imagen de la manera en la que se concibe desde afuera la actividad física- para la población en general, la actividad física sea percibida como un término lejano y técnico, cuya práctica requiere del cumplimiento de estándares (en cantidad de pasos, pulsaciones o tiempo destinado) que sólo son alcanzados por algunos tipos de personas o en situaciones específicas: profesionales del deporte, personas altamente interesadas por lograr un aspecto físico determinado o personas cuya condición médica lo exige.

Entonces creo que falta hacerlo más accesible al común de los colombianos... creo que el problema más grande es que el lenguaje está muy técnico...es que el concepto de actividad física fundamentalmente es un concepto académico. Y habría que bajarlo más, en [el] sentido [de] que la gente se [lo] apropie y que identifique [que], por el hecho de ser humanos, nos estamos moviendo (Participante mesa regional).

Algo que también se puede intuir a través de las encuestas y los talleres, en cuarto lugar, es que el estado de cosas actual acerca de la actividad física y los comportamientos sedentarios es un fenómeno multicausal, que involucra, como veremos más adelante, factores de diverso orden. Por ahora, baste señalar que las situaciones que incrementan los comportamientos sedentarios tienden a converger en los siguientes puntos: el tiempo excesivo que las personas pasan frente a las pantallas (80,8% de menciones), con la falta de motivación personal para realizar actividad física (47,5%), las restricciones de la pandemia (42,5%), las condiciones de inseguridad pública (35%), las costumbres y los valores (29,2%) y la falta de infraestructura (27,5%), principalmente.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Gráfica 3. Situaciones que incrementan los comportamientos sedentarios



Para poder dar cuenta de estos factores multicausales identificados por las personas, los acápite que se presentan a continuación se vuelcan al análisis de las narrativas que condensan dichas preocupaciones: el malestar de la sociedad contemporánea, el movimiento como virtud y el pesimismo político.

Las narrativas de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios

El malestar de la sociedad contemporánea

Como se dijo en un inicio, las políticas públicas no son solamente la solución técnico-estatal a los problemas colectivos. Aunque sin desconocer dicha dimensión, desde un punto de vista cultural es interesante resaltar que toda política pública actúa sobre modelos y concepciones implícitas de la vida en sociedad que están en la cabeza de las personas. Estas concepciones, como hemos insistido, contienen elementos del orden social y los compromisos con ciertos valores colectivos e individuales que sirven, a su vez, para darle sentido a la construcción de los problemas y, en últimas, a las intervenciones que intentan hacerle frente.

En el caso de la actividad física, la narrativa que contiene los primeros elementos puede denominarse como “el malestar de la sociedad contemporánea”. El término malestar no debe llevar a equívocos: hay que interpretarlo teniendo en cuenta la ambigüedad y las tensiones que genera la vida en la sociedad contemporánea, tal y como son reconocidas por las personas. De esta forma, aunque la riqueza, la economía de servicios, el trabajo en oficina y la tecnología son características positivas de la senda del desarrollo y funcionan como atributos para que las personas distingan el avance del atraso, el centro de la periferia, la vida urbana de la vida rural, generan también -como

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

una suerte de consecuencia no intencionada de los grandes cambios sociales- los factores que promueven los comportamientos sedentarios.

En este sentido, no es casualidad las cifras que se citaron en el acápite anterior y la preponderancia con la que las personas mencionaron el tiempo frente a las pantallas como una de las situaciones que incrementan los comportamientos sedentarios. La pantalla como símbolo expresa con fuerza dichas tensiones y ambigüedades que surgen del orden social y ubica el problema de la actividad física como un asunto relacionado con las tendencias, las estructuras sociales y económicas de la vida social contemporánea. La siguiente cita ilustra lo anterior:

Nosotros trabajamos mucho en vereda, eh, en la vereda pues no se evidencia tantos comportamientos sedentarios como de pronto en las grandes ciudades. En las grandes ciudades pues aumenta el transporte, el bus, el carro, el trabajo pues en la oficina, el tiempo frente a las pantallas. (Participante Mesa gestores regionales)

Desde este punto de vista, las personas hacen una suerte de análisis “rousseauiano” en el cual el hombre -deformando la famosa frase del filósofo ginebrino- nace activo y la sociedad lo vuelve sedentario. Esto no solo tiene que ver con los cambios en los hábitos laborales generados por la tecnología y las transformaciones económicas del capitalismo, sino también por el sistema educativo y los referentes culturales en el que socializan las personas. En cuanto a lo primero, es claro -sobre todo para las personas que pertenecen al campo de la educación física, como instructores, licenciados y profesores- que la actividad física ha sido una actividad que ha venido relegándose en el sistema educativo, bien sea en los currículos de los colegios, las instituciones educativas y las universidades, bien sea porque los recursos y la atención que les prestan las directivas al tema les confirma esta misma sensación.

Aparte de este aspecto de la socialización formal, las personas también mencionan la socialización “informal”: aquella que se transmite en las familias, barrios y comunidades y que se ha visto afectada igualmente por las diatribas de la sociedad contemporánea. Aquí abundan entonces los hábitos y las preferencias de las familias por los hábitos sedentarios, y prácticas compartidas como ver televisión, los videojuegos, regalarles a los niños celulares y tabletas, en contraposición con las actividades al aire libre como el caminar, jugar en el parque, practicar deportes, etc.

El movimiento como virtud

Este último aspecto da pie para plantear el siguiente tema que se va a desarrollar y es el de los valores morales que movilizan las personas y que ayudan a pensar y a construir narrativas sobre la actividad física y los comportamientos sedentarios. Como planteamos en el marco analítico, uno de los supuestos del que parten los enfoques interpretativos de las políticas públicas establece que uno de los elementos clave en la formación de las políticas públicas es la articulación de valores sociales; como lo plantea la antropóloga Mary Douglas (1996), los seres humanos vivimos en un universo moralizado y politizado. Para que las instituciones y -añadimos nosotros- las políticas públicas puedan funcionar, deben en primer lugar asentarse en la cabeza de las personas. Una de las maneras de hacerlo es apelar a las clasificaciones y valores compartidos que crean el mundo de sentido común.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

El caso de la actividad física no es diferente. Previamente se habían mencionado los hábitos como una de las dimensiones con las que las personas asocian la actividad física y los comportamientos sedentarios. La clave para entrar a la narrativa moral puede ser planteada citando una de las intervenciones en uno de los talleres regionales. Decía uno de los participantes “que esa palabra es la clave, la palabra hábito (...) en lo que estamos hablando: los buenos y los malos”. Y ciertamente lo es: aparte de que el hábito, como ya se anotó, es concebido *grosso modo* como un comportamiento que se adquiere por medio de la repetición, el hecho de que haya hábitos que puedan ser catalogados como buenos y malos nos obliga a dialogar con la virtud.

Por supuesto, esto está también mezclado con nociones que tienen que ver con la salud y la enfermedad: con los llamados hábitos saludables (la actividad física sería uno de ellos, junto con la alimentación, el autocuidado, entre otros) y con los hábitos que contribuyen de manera negativa a la salud (entre ellos los comportamientos sedentarios). Sin embargo, aquí también debe hacerse el mismo énfasis: la salud y la enfermedad son nociones igualmente moralizadas en la medida que están emparentadas, en último análisis, con el vicio y la virtud en el imaginario colectivo. La salud y la enfermedad están relacionadas con la moral porque suponen la voluntad, el dominio de sí y la consecución de los comportamientos virtuosos por medio de la práctica y la reflexión morales. Considérense en este sentido los siguientes testimonios de los participantes sobre la actividad física:

(...) la actividad física es muy importante en nosotros los seres humanos ya que si no realizamos actividad física no tendremos salud y si no hay salud pues no hay vida. (Participante mesa regional)

(...) cuando uno es físicamente activo eso influye positivamente en nuestras emociones: nos sentimos más enérgicos, más contentos, tenemos auto confianza; eso no es carreta, eso está completamente comprobado. [También] viene una cuestión que yo pienso que es la resiliencia, si lo podríamos llamar, o la capacidad de fuerza o de voluntad de uno como ser humano y eso es muy particular, eso caracteriza a cada quien, será diferente en ese modo de ser decir ‘bueno, no me sacudo, me muevo’ y cuando me muevo entonces me voy a sentir mejor. (...) Porque depende mucho como de esa... no sé cómo llamarlo, esa energía, esa cosa interna de si yo puedo traspasar lo que emocionalmente me está afectando para moverme y luego beneficiarme de lo que me va traer el movimiento. Realmente es maravilloso, sí, y en la medida en que me muevo entonces voy creando como una especie de umbral es una especie de umbrales en que cada vez para mí es más difícil o es más fácil salir de esos estados emocionales negativos porque el ejercicio, la actividad física a uno le cambia la vida. (Participante mesa sectores nacionales)

En relación con los comportamientos sedentarios y los valores con los que están asociados, hay que recordar que los encuestados reconocieron en proporciones importantes la falta de motivación personal (mencionada por el 48%), las costumbres y los valores (mencionado por el 30%, ver gráfica 3) como situaciones que incrementan los comportamientos sedentarios. Algunas intervenciones en los talleres apuntaron a este terreno del vicio y la virtud: habría que mencionar, por ejemplo, las frecuentes alusiones a la pereza, al ocio y a la debilidad del carácter, o la importancia que le dieron a cultivar, desde una edad temprana, prácticas que promuevan la actividad física. Considérese el tono moral de las siguientes citas extraídas de los talleres:

En nuestra sala hablamos de los comportamientos sedentarios (...), se habló de que uno de los principales era ver televisión, la tecnología de hoy en día que las personas no la han sabido emplear para beneficios sino [que] se ha tomado como un mal hábito; [también] la pereza, los malos hábitos inculcados desde la familia. (Participante mesa líderes regionales)

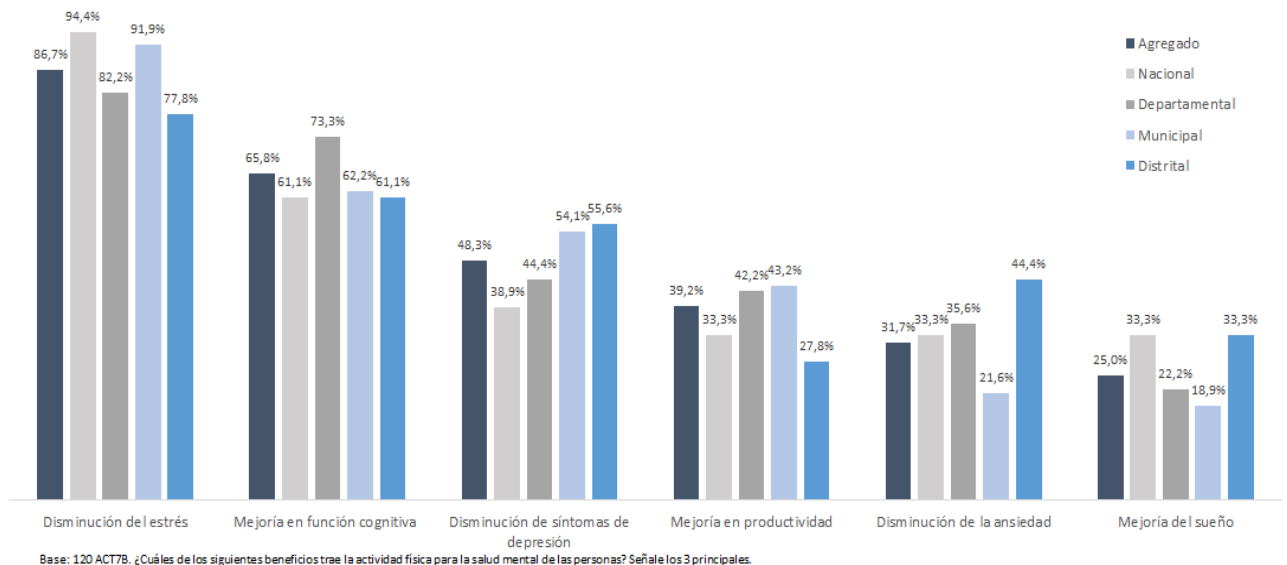
	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

¡Qué pereza! [risas]. No verdad, es como el mal uso del tiempo libre que es como lo que produce esa pereza, ¿no? De que tenemos mucho tiempo a veces y no lo sabemos utilizar entonces nos da pereza de no hacer nada. Digámoslo así la pereza es ese ocio, como ese mal hábito que tenemos a veces. (Participante mesa regional)

Lo mismo puede decirse de las asociaciones que hicieron las personas sobre el concepto de competencias socioemocionales: más allá de tratarse de un concepto técnico que fue entendido de manera intuitiva, es indicativo que la empatía y el control de las emociones (nuevamente aparece la voluntad) hayan recibido porcentajes de menciones significativos en la encuesta: 25% y 24% de las veces, respectivamente. Todos estos temas surgieron una y otra vez en dichos encuentros.

Lo anterior puede interpretarse de varias maneras: una de ellas es mirar esta serie de asociaciones de manera consecuencialista y utilitaria en términos morales, como de hecho lo hacen muchos de los participantes en las encuestas y talleres: éstos estarían expresando la información que han recibido relacionada con el hecho de que la actividad física está asociada objetivamente con mayores niveles de salud y bienestar física y mental y, a la inversa, con una menor prevalencia de enfermedades crónicas. En efecto, los actores de los diferentes niveles territoriales coinciden en los beneficios individuales de la actividad física para la salud mental. El primer beneficio corresponde a la disminución del estrés (86,7%), seguido de la mejoría en la función cognitiva (65,8%) y la disminución de los síntomas de depresión (48,3%).

Gráfica 4. Beneficios de la actividad física para la salud mental



Asimismo, hay una visión compartida entre los actores del nivel nacional, departamental, municipal y distrital sobre los beneficios de la actividad física para la convivencia. Aunque en distinto orden de priorización, la mayoría de entrevistados coincide en que la actividad física contribuye a una mejor

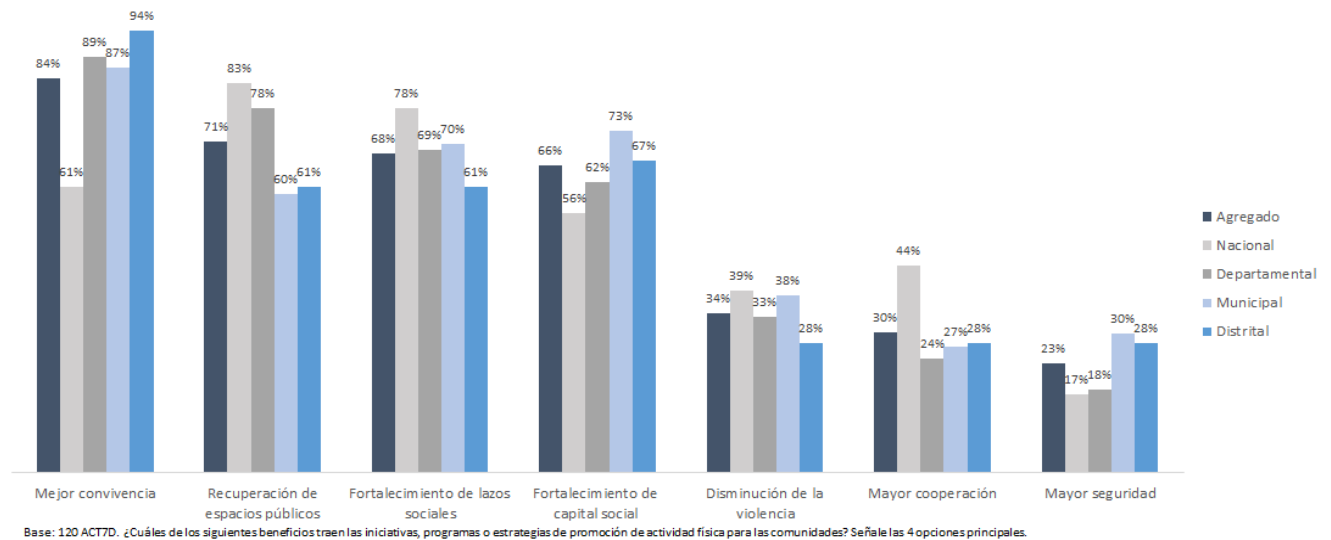
	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

convivencia (84%) y al fortalecimiento de lazos sociales (68%). El siguiente testimonio ilustra esta afirmación:

Tenemos es que abrir un poco más como esa visión [de] cómo queremos que sea y ver en la bicicleta y ver en la caminata una estrategia de sociabilidad, de convivencia. Por ejemplo, hacer jornadas de día sin carro (...) hace que mucha gente se ponga en la postura del otro (...). (Participante mesa expertos territoriales)

Además, a nivel nacional y departamental se identifica la recuperación de los espacios públicos como uno de los mayores beneficios (83% y 78% respectivamente), mientras a nivel municipal y distrital se destaca el fortalecimiento del capital social (ver gráfica 5). Este aspecto social de los valores se ve reforzado también por la dimensión colectiva de las competencias socioemocionales: las habilidades sociales, de comunicación y la solución de conflictos fueron términos que las personas asociaron con este concepto y que refuerza estas ideas que se están argumentando.

Gráfica 5. Beneficios de la actividad física para las comunidades



Bajo estas premisas, podría interpretarse que, desde un punto de vista utilitarista, la actividad física, tanto por sus beneficios para la salud como por sus impactos positivos en términos comunitarios, beneficia a la sociedad en general y es éticamente superior a los comportamientos sedentarios precisamente porque estos beneficios superan los costos³.

³ El utilitarismo es una corriente filosófica consecuencialista que analiza la ética de las acciones de acuerdo a los beneficios y los costos que éstas producen en la sociedad. Si una acción beneficia a la mayoría (la llamada felicidad del mayor número) y estos beneficios superan los costos, dicha acción resulta útil y es por lo tanto éticamente superior a otra acción cuyos beneficios no superen sus costos o no le procure utilidad a la mayoría de las personas; ver Mill (2014).

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Existe igualmente otra posibilidad de interpretación subyacente al material que hemos presentado, y es considerar que la actividad física y el movimiento, por una serie de asociaciones y valores que están codificados en los imaginarios y en las clasificaciones mentales de las personas, terminan siendo un sinónimo o una metáfora de la virtud y del comportamiento moralmente encomiable. En efecto, puede plantearse, bajo esta perspectiva, que la actividad física está asociada, como se deja ver en los testimonios extraídos anteriormente y en las nubes de palabras que se muestran a continuación (ver ilustraciones 1 y 2), con la vida, la salud, el trabajo, la voluntad y, en último término, con el orden y la virtud; mientras que los comportamientos sedentarios -la quietud- están asociados con la muerte, la enfermedad, el ocio (o la pereza), la falta de voluntad, el desorden y el vicio en un sentido moral.

Ilustración 1. Nubes de palabras asociaciones actividad física



Fuente: taller gestores regionales, elaboración propia Ipsos

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Ilustración 2. Nubes de palabras asociaciones comportamientos sedentarios



Fuente: taller monitores regionales, elaboración propia Ipsos

Por medio de estas construcciones éticas y morales, las personas tratan el problema de la actividad física como un asunto que está atravesado por valores, bien sea porque generan beneficios a una mayoría en términos de salud y bienestar, o bien sea porque el movimiento (el hacer) es tratado como un asunto virtuoso relacionado con valores, hábitos como el orden, el trabajo, y la fortaleza moral de las personas (la voluntad).

El pesimismo político y las intervenciones en actividad física

Una vez descritas y analizadas las narrativas de la actividad física relacionadas con el malestar social y los valores morales, resta por hacer lo propio con la manera en la que las personas imaginan y valoran el mundo de la política y las intervenciones que se hacen en materia de actividad física. Antes de describir estas cuestiones, conviene hacer referencia al marco general que le sirve a las personas para pensar la actividad política, incluidas las políticas públicas. Este marco es el del pesimismo político, es decir, la concepción extendida de que la actividad política es un mundo de intereses personales signado por el clientelismo y la corrupción. Aquí cabe entonces mencionar las alusiones a la “corrupción enquistada”, “la politiquería y los cambios de gobierno”, los nombramientos, recomendaciones, etc.

En conjunto, este imaginario esencialmente negativo de la política contamina (en el sentido de Mary Douglas, 1973) las ideas e intenciones del sentido técnico y factual de la actividad física. Aparte de considerar la corrupción y el clientelismo como una barrera que impide la formulación y puesta en marcha de políticas en todos los niveles sobre actividad física, la corrupción funciona entonces como una narrativa que explica y le da sentido al estado de cosas actual; es una manera, para decirlo con

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Gupta (1995) de imaginar el Estado, las posiciones y luchas que lo determinan: por un lado, un sector técnico que está tratando de abrirse camino; unos políticos que valoran las políticas públicas en la medida que proveen réditos electorales; y unos corruptos que están buscando la ganancia personal a partir de los bienes públicos. Por ello, la política y el ciclo electoral contaminan: vuelve profanas las ideas, las degrada al terreno de los intereses particulares, la negociación y la corrupción. Como lo expresó uno de los participantes,

El tema del problema de la corrupción es un tema que lo tenemos enquistado y creo que no lo hemos puesto allí y el tema de la corrupción es un tema bien fuerte: cuando yo escuchaba hablar de los parques y demás, los proyectos nacieron de unas muy buenas ideas; pero de crearse, de pensarse, al hacer hubo un desvío muy grande posiblemente por temas de amiguismos, de corrupción, que los dineros se los dieron a otros. (Participante mesa regional)

Ahora bien, este pesimismo se extiende no sólo al ejercicio de la política sino a la implementación y la institucionalidad encargada de las políticas públicas: como veremos, esto se manifiesta en esas narrativas que hacen énfasis en el pobre desempeño de las entidades, en la falta de voluntad o en sus problemas de comunicación y articulación. Esta narrativa pesimista debe poner de presente su naturaleza cultural, no en el sentido de que en el país tenemos una cultura de la corrupción y la mediocridad, sino más bien en el sentido de que es dispositivo que usan las personas para imaginar el estado y las políticas públicas.

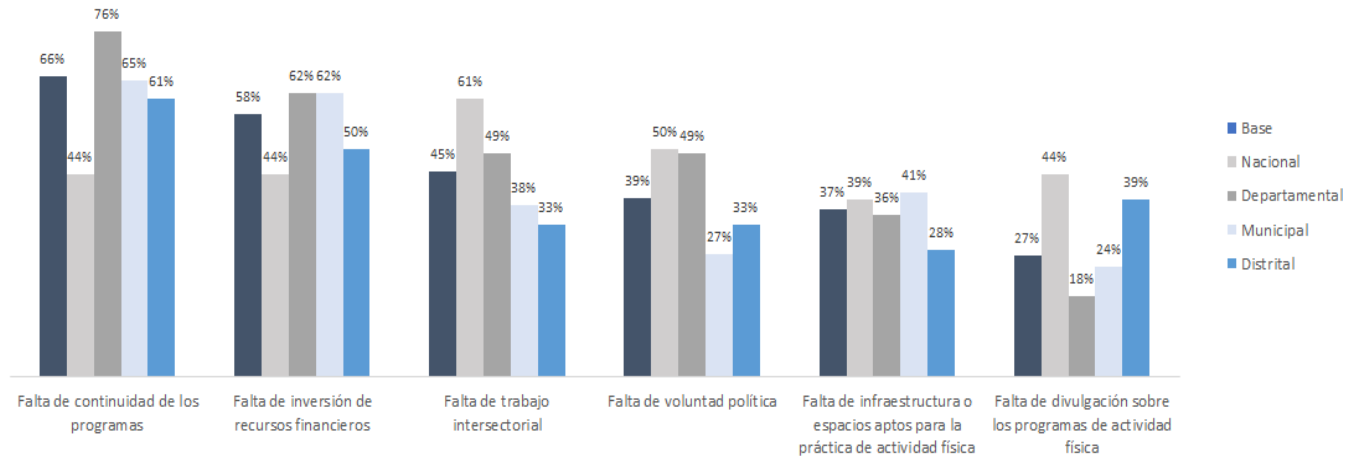
En todo caso, conviene igualmente no quedarse solamente en el nivel pesimista y de la denuncia, en el lugar común del “aquí nada funciona”. Por el contrario, después de despejar esas razones, hay que tratar de destacar otras dificultades señaladas por las personas y los aspectos que son reconocidos por las personas de manera positiva (avances y logros). Por ello, en este capítulo la narración se centra en las dificultades que las personas identifican, los lugares comunes con los que están entretejidas y el reconocimiento de logros y avances.

Las barreras y las dificultades

Existe convergencia en el diagnóstico que hacen los encuestados sobre las principales barreras que afectan la práctica de la actividad física. Quienes trabajan en el nivel departamental, municipal y distrital coinciden en la definición del problema: la falta de continuidad de los programas y la escasez de recursos financieros son los principales factores que dificultan la promoción de la actividad física a nivel territorial. Por otro lado, a nivel nacional, los encuestados identifican la falta de articulación intersectorial y falta de voluntad política como los componentes más sobresalientes y concuerdan en la discontinuidad de los programas y limitados recursos monetarios como factores que obstaculizan la implementación de programas que promuevan la actividad física (ver gráfica 6).

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			
	PRODUCTO No. 2			
	27	08	2021	

Gráfica 6. Barreras que dificultan la implementación de programas para la promoción de la actividad física

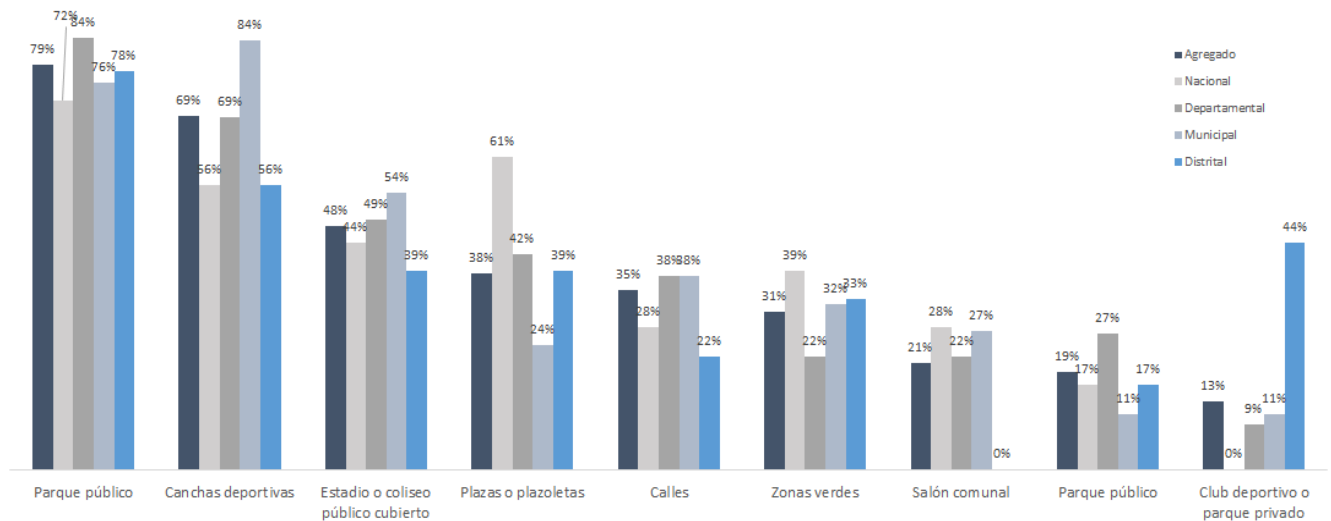


Base: 120, N:18, Dto:45 M:37 D:18 ACT9. En general ¿Cuáles son las barreras que dificultan la implementación de programas (públicos, privados o comunitarios) que promueven actividad física en su municipio o departamento?

Al interior de estas barreras, todo lo relativo a los recursos y la infraestructura ocupa un lugar destacado en las narrativas institucionales de las personas. Comenzando por esta última, se observa que independientemente del nivel territorial, la actividad física se practica en espacios públicos, predominando los parques (79,2%), las canchas deportivas (69,2%) y los estadios o coliseos (47,5%). Sin embargo, los actores coinciden en que la falta de mantenimiento de estas áreas (71,7%) y la percepción de inseguridad (66,7%) imponen barreras para su práctica y disfrute (ver gráfica 8). Esta situación se exacerba en el nivel municipal, donde los actores identifican la falta de infraestructura y espacios aptos, como la tercera causa de la inactividad física (ver gráfica 8).

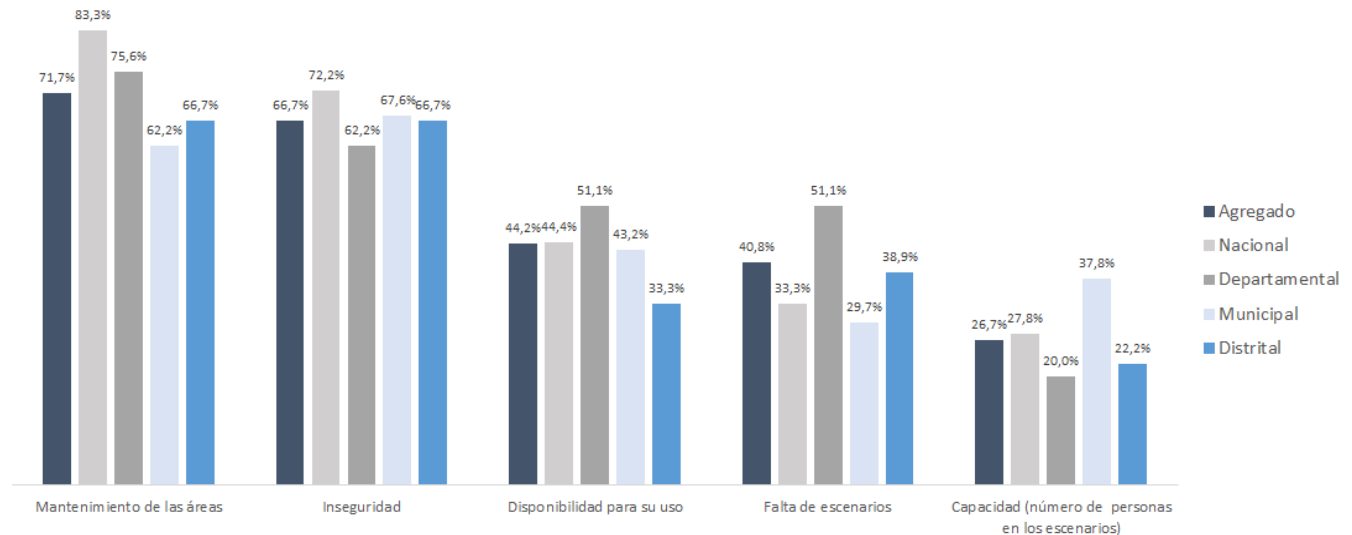
	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			
	PRODUCTO No. 2			
	27	08	2021	

Gráfica 7. Escenarios para la práctica de la actividad física



Base: 120 N:18 Dto: 45 M:37 D: 18 ACT 4. ¿Cuáles son los principales escenarios para la práctica de actividad física que existen en su municipio o departamento?

Gráfica. 8 Problemáticas en los espacios de actividad física



Base:120 N:18 Dto:45 Municipal:37 D:18 ACT 4. 1 ¿Cuáles son las principales problemáticas que se presentan en los escenarios o espacios empleados para la práctica de actividad física en su municipio o departamento?

Estos problemas están también relacionados con una visión de los problemas de las intervenciones en actividad física que señala los recursos financieros y humanos como factores importantes. Tal y como se trató en los talleres, los participantes comentaron que las entidades no invierten los recursos suficientes para programas y políticas locales de actividad física. De la misma manera, expresaron que el recurso humano profesional en el país es escaso, bien sea porque faltan

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

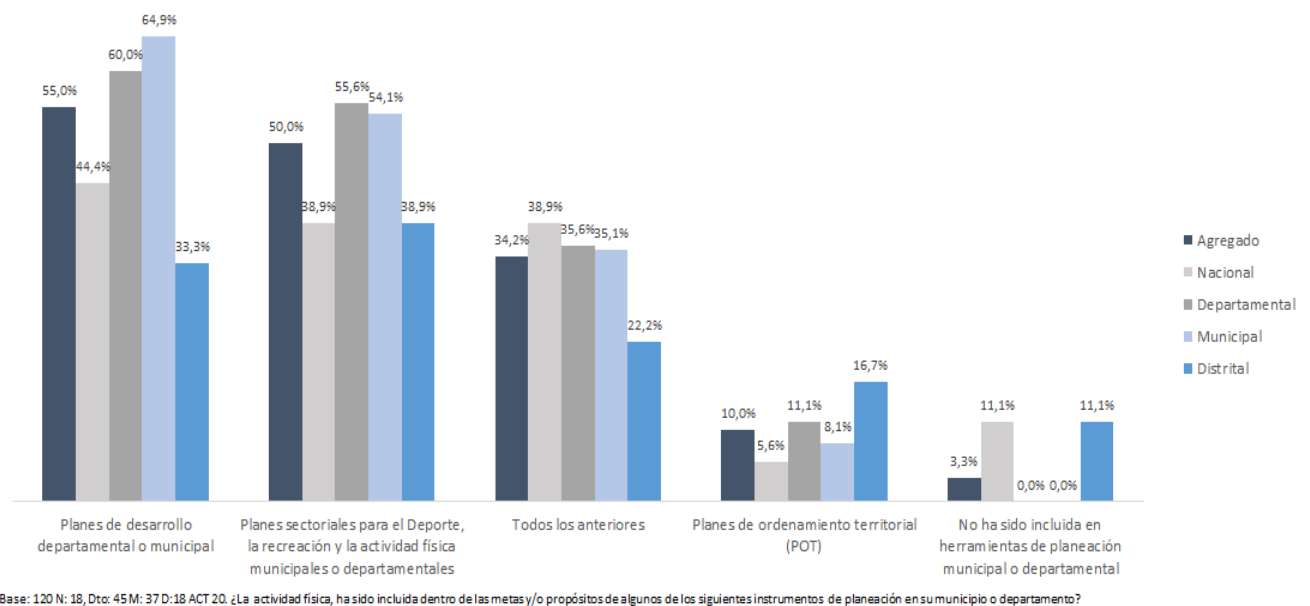
profesionales y personal técnico en la formulación e implementación de políticas de actividad física, o bien sea porque no se invierte en su formación, capacitación y actualización.

Por supuesto, el tema de los recursos financieros es uno de los temas que captura la narrativa de la corrupción y la ineficiencia burocrática: así haya recursos, estos se desvían, se los roban o no se ejecutan. Igualmente ocurre con el caso de los recursos humanos: la selección del personal queda muchas veces a merced de criterios políticos (el “amiguismo” del que hablaba la cita) y nombramientos clientelistas por encima de las consideraciones técnicas y profesionales.

Reconocimiento de aportes, fuentes de financiación y programas

Como decíamos, si se quiere penetrar de una forma más profunda la realidad, hay que tratar de correr el velo de la corrupción y la ineficiencia y buscar en los patrones de reconocimiento. De esta forma, a pesar de la omnipresencia de la narrativa pesimista acerca de los recursos, nótese que, por ejemplo, el 55% de los encuestados manifiesta que la actividad física ha sido incluida dentro de los planes de desarrollo departamentales o municipales y 50% en los planes sectoriales para el Deporte, la recreación y la actividad física (ver gráfica 9). Lo anterior implica que existe un soporte institucional, a nivel local para darle continuidad a las estrategias encaminadas a la promoción de la actividad física.

Gráfica 9. Instrumentos de planeación territorial

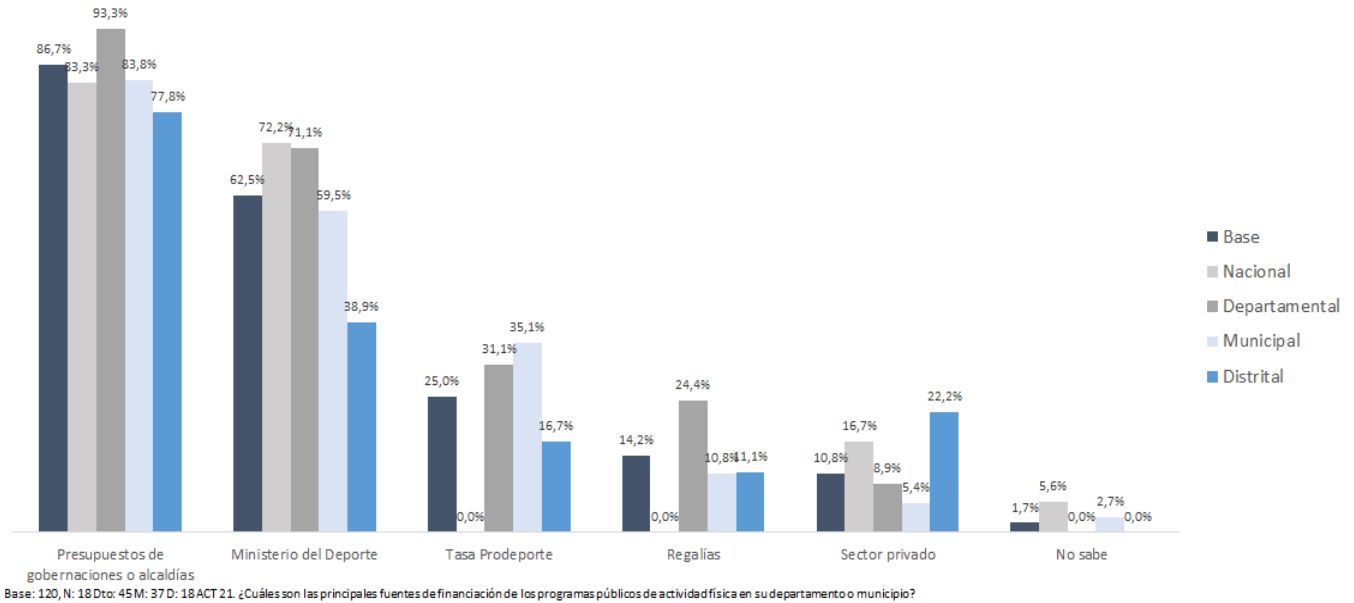


Sin embargo, aun cuando la principal fuente de recursos proviene de los presupuestos de gobernaciones y alcaldías, existe una alta dependencia de recursos del Ministerio del Deporte (ver gráfica 10). Asimismo, como puede observarse en la Gráfica 11, 79,7% de los encuestados considera que el aporte principal del Ministerio del Deporte a la promoción de la actividad física es el financiamiento. Por lo tanto, la problemática de la actividad física podría sintetizarse en la alta

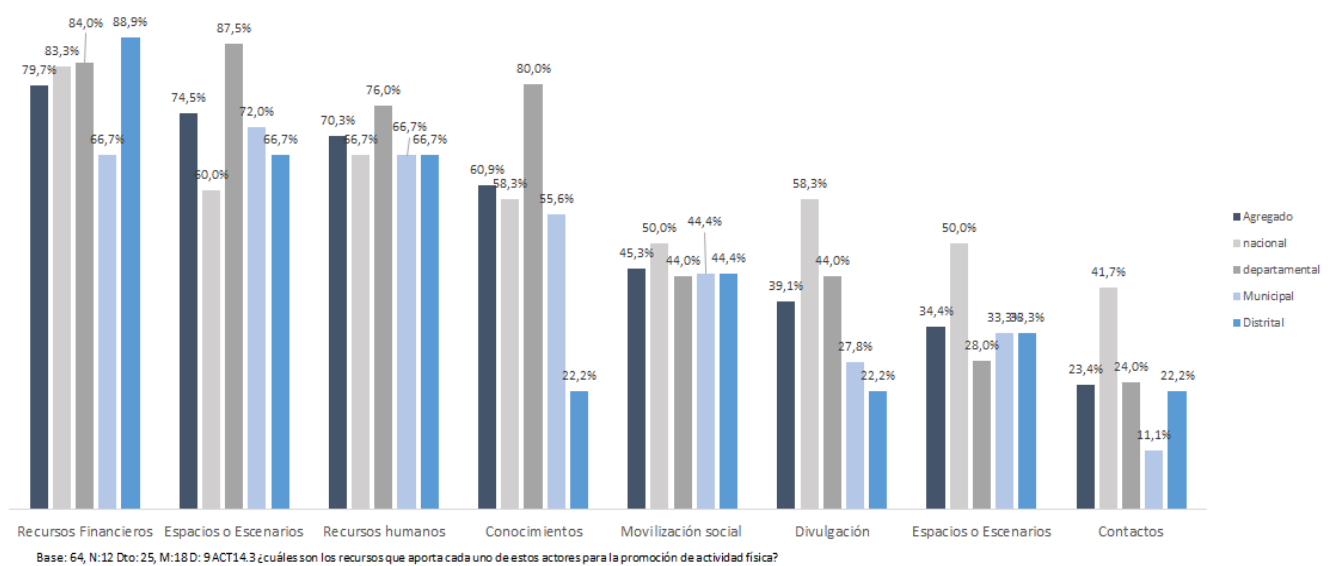
	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			
	PRODUCTO No. 2			
	27	08	2021	

dependencia de los territorios en el nivel central y la falta de coordinación sectorial entre los distintos niveles de gobierno.

Gráfica 10. Fuentes de financiación para los programas públicos de actividad física



Gráfica 11. Aportes del Ministerio del Deporte a la actividad física



	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

No obstante, la actividad física no es exclusiva del sector de deporte y recreación. Por ejemplo, más de la mitad de los encuestados (59%)⁴ conoce al menos una acción de promoción de actividad física o reducción de comportamientos sedentarios, diferente a los programas del Ministerio del Deporte: Hábitos y Estilos de Vida Saludables (HEVS) y Vías Activas y Saludables (VAS). En su mayoría estas acciones corresponden a iniciativas propias de los individuos (actividades puntuales: patinaje, ciclismo, softball, aeróbicos, salir a la ciclovía, gimnasios al aire libre) u estrategias de actores intersectoriales involucrados en la promoción de la actividad física. Por ejemplo, se identifican acciones desde la academia como el programa “*Amor a la Salud*” del departamento de Fisioterapia de la Universidad del Cauca, actividad física para empleados universitarios y simposios de intervenciones en actividad física. También se menciona la gestión de las cajas de compensación familiar, con iniciativas como el programa de adulto mayor y clases comunitarias al aire libre para población general liderado por la Caja de Compensación Familiar de Caldas. Desde el sector salud, se rescataron acciones como las implementadas por el Instituto de Medicina y Rehabilitación “*Vida Activa*” de la Fundación Santa Fe en Bogotá (ver anexo 1). En estos casos, los recursos provienen del sector privado (9,9%), de donaciones (4,2%), de los usuarios que pagan por acceder a los servicios (12,7%) y de las universidades (4,4%).

Por otro lado, en cuanto a la oferta del sector, los encuestados mencionan la labor realizada por las escuelas de formación y ligas deportivas, sin embargo, solo 6% reconocen programas de iniciativa propia de las entidades municipales y departamentales. Se destaca, por ejemplo, la gestión del Instituto del Deporte, la Educación Física y La Recreación del Valle del Cauca (InderValle) con programas como “*Rutas por la Paz*”, “*RecreaPaz*”, “*Canas y Ganas*” y “*En Forma sin Salir de Casa*”. A su vez, se resaltan iniciativas como “*Vacaciones Recreativas*” de IDER Cartagena, “*Todos al Parque*” -una iniciativa intersectorial a nivel distrital en Barranquilla-, y el programa “*Laboyano Activo y Saludable*” en Pitalito, Huila. Los recursos para la implementación de estos programas provienen en principio de recursos propios departamentales y municipales (73%) y del sistema general de regalías (7%).

De otra parte, 8% resaltó programas como “*Por su salud muévase pues*”, “*Zarandeate Pasto*”, “*Muévete Bogotá*”, “*Muévete Samario*” que, aunque son implementados por los IDER a nivel local, son estrategias que se desprenden del programa HEVS del Ministerio del Deporte. Asimismo, 3% de los encuestados mencionó los programas de “*Campamentos Juveniles*”, “*Mándala Vida*” y “*Nuevo Comienzo*” que hacen parte de las estrategias del Ministerio del Deporte para promover acciones de recreación en el territorio. Por lo anterior, se refuerza el argumento señalando previamente: la oferta institucional del sector depende en gran medida de los lineamientos del Ministerio del Deporte.

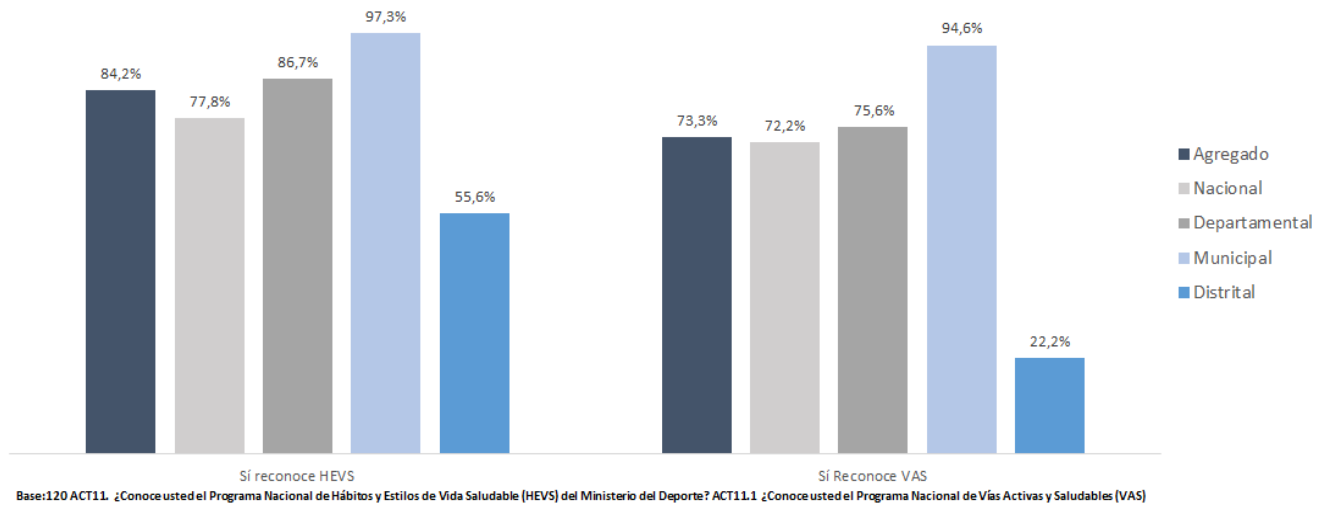
Ahora bien, se observa que los programas HEVS y VAS del Ministerio del Deporte, son altamente reconocidos entre los actores de los diferentes niveles territoriales, pero, sobre todo, entre quienes

⁴ Según pregunta ACT.13 del instrumento cuantitativo

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

trabajan en el nivel municipal (97,3% y 94,6% según se muestra en la gráfica 12). Además, a nivel municipal, las estrategias del Ministerio del Deporte son valoradas como muy efectivas a excepción de la estrategia rutas en movimiento que es considerada como efectiva (ver Gráfica 13)⁵. Esto evidencia una gran apropiación de las estrategias del Ministerio del Deporte en territorio, pues en concordancia con lo expuesto previamente, son justamente los programas derivados de HEVS los más implementados en los municipios. Llama la atención el menor grado de apropiación de estas iniciativas en el nivel distrital. Sin embargo, esto podría explicarse por su mayor capacidad institucional para generar estrategias propias.

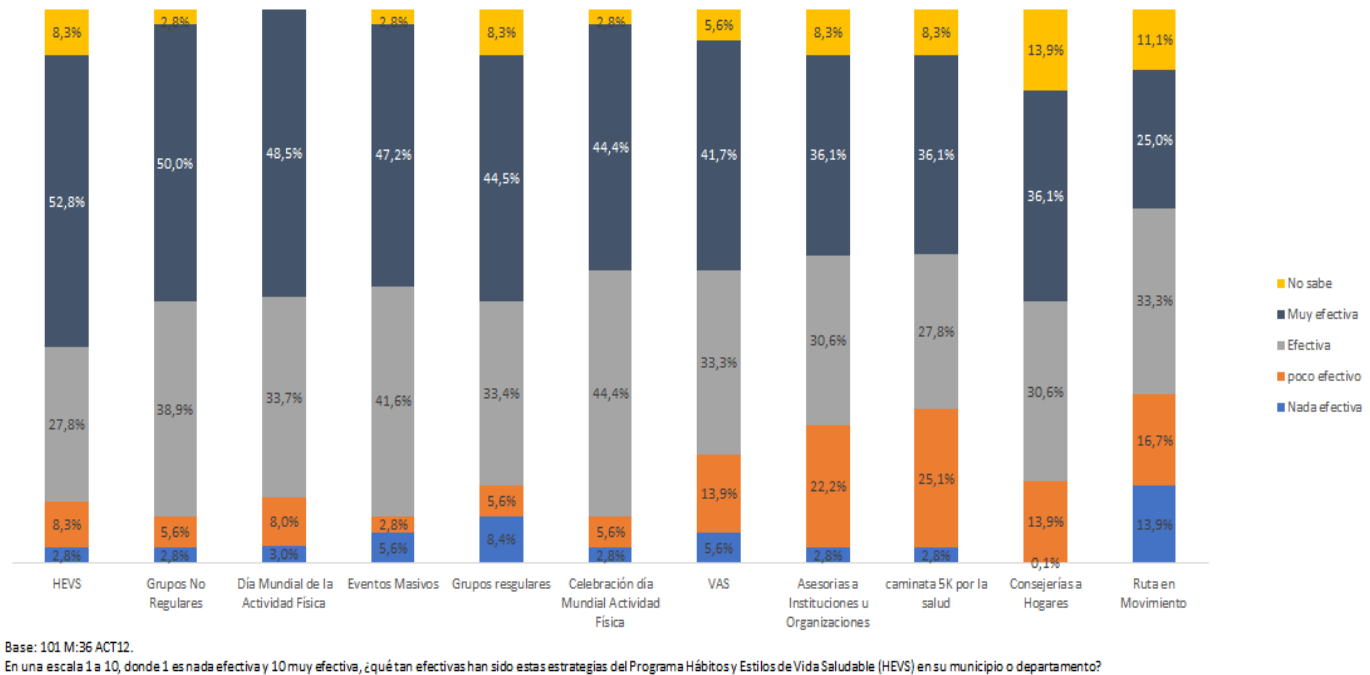
Gráfica 12. Reconocimiento de los programas HEVS y VAS del Ministerio del Deporte



⁵ Para las preguntas del instrumento cuantitativo ACT22, ACT12, ACT14, ACT10 que corresponden a preguntas con opciones de respuesta en escalas de 1 a 10 se recodifican las opciones de respuesta de la siguiente manera: se agrupan las opciones de respuesta 1+2, las opciones de respuesta 3+4+5, las opciones de respuesta 6+7+8 y finalmente las opciones 9+10. Así por ejemplo, en la pregunta AT12, las opciones de respuesta 1+2 corresponden a la categoría nada efectiva, 3+4+5 poco efectiva, 6+7+8 efectiva, 9+10 efectiva. Esta recodificación es conocida como Top two box y bottom two box y facilita la lectura de las gráficas y el análisis de la información.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			27	08	2021
	PRODUCTO No. 2					

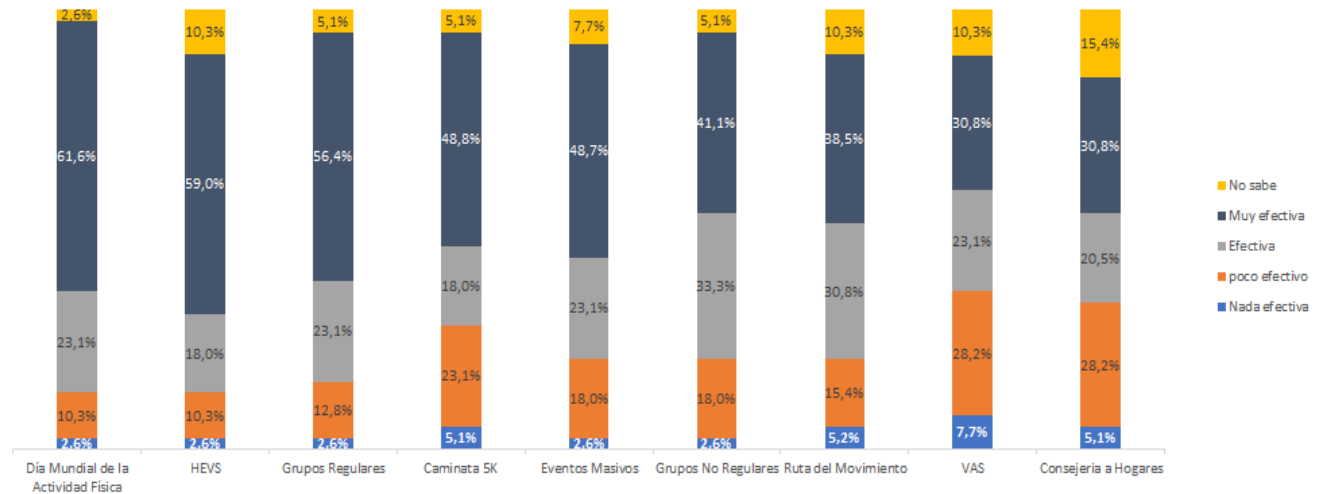
Gráfica 13. Valoración de las estrategias de MinDeporte según la visión de los actores municipales



En términos generales, los actores de los diferentes niveles territoriales valoran de manera positiva las estrategias para la promoción de la actividad física y disminución de comportamientos sedentarios implementados por el Ministerio del Deporte. Sin embargo, la percepción sobre qué estrategia es más efectiva varía según el nivel territorial. Mientras quienes trabajan a nivel Nacional valoran como muy efectivos los grupos no regulares (42,9%) y grupos regulares (42,9%) a nivel departamental y municipal se tiene una percepción más positiva sobre la efectividad de la estrategia acciones para promover hábitos y estilos de vida saludable (HEVS). A nivel departamental 59% de los encuestados valora esta estrategia como muy efectiva y 52,8% lo hace a nivel municipal.

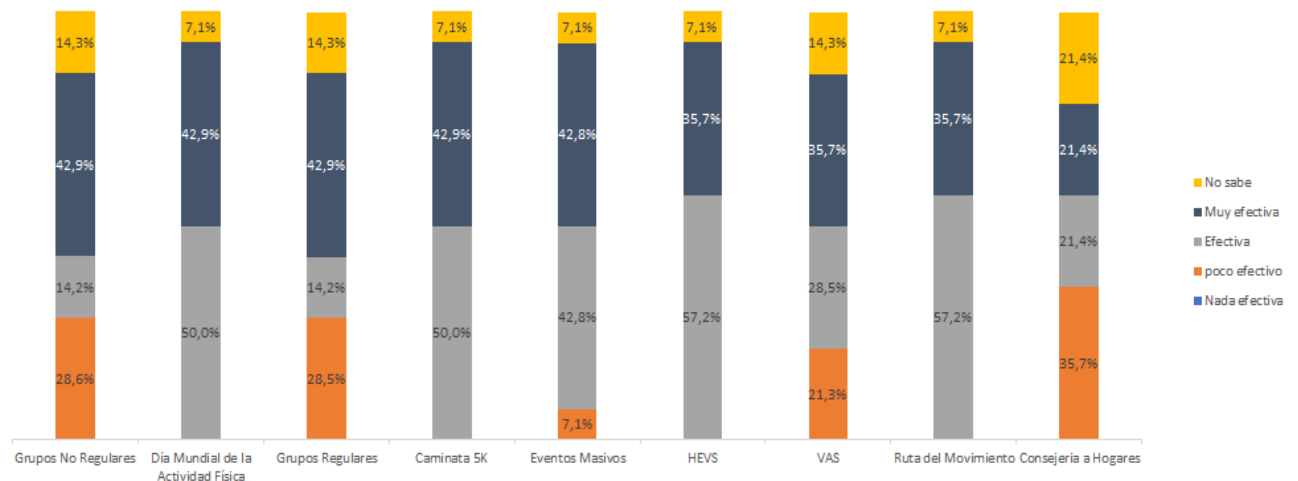
	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			27	08	2021
	PRODUCTO No. 2					

Gráfica 14A. Valoración de las estrategias de MinDeporte según la visión de los actores departamentales



Base: 101 En una escala 1 a 10, donde 1 es nada efectiva y 10 muy efectiva, ¿qué tan efectivas han sido estas estrategias del Programa Hábitos y Estilos de Vida Saludable (HEVS) en su municipio o departamento?

Gráfica 14 B. Valoración de las estrategias de MinDeporte según la visión de los actores nacionales



Base: 101 En una escala 1 a 10, donde 1 es nada efectiva y 10 muy efectiva, ¿qué tan efectivas han sido estas estrategias del Programa Hábitos y Estilos de Vida Saludable (HEVS) en su municipio o departamento?

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Las propuestas de los participantes

Las propuestas más destacadas para superar las barreras y las dificultades están dirigidas hacia la promoción de la actividad física mediante la difusión de mensajes que hagan énfasis en los beneficios, y facilidad de su práctica en la vida cotidiana; el uso de un lenguaje sencillo y cercano a las personas; y la alianza con medios de comunicación locales y nacionales.

Se resalta la importancia del núcleo familiar como motor fundamental de la promoción de actividad física. Los participantes de las mesas de trabajo coinciden en el desarrollo de competencias socioemocionales como el manejo de emociones y la motivación como aspectos clave para la actividad física; sin embargo, consideran que existe desconocimiento por parte de la sociedad sobre sus beneficios. Por lo tanto, recomiendan concientizar a los hogares sobre las bondades de la actividad física en relación con la salud física y mental y el bienestar en general.

Bajo esta línea de intervención, los consultados proponen la implementación de campañas para aumentar la actividad física durante las actividades laborales, y académicas, así como el aumento y rediseño de las pausas activas. Así mismo, se plantea el uso de redes sociales para alfabetizar e incentivar la práctica de actividad física entre la población y la invitación a personajes reconocidos por los diferentes grupos sociales (deportistas, actores, artistas e influenciadores, por ejemplo) para enviar mensajes motivadores en promover cambios comportamentales.

Es preciso fortalecer la oferta de programas con un enfoque diferencial y de género. En cuanto a lo étnico y a las diversas comunidades, es necesario que los programas comprendan el contexto local y sean adaptados a cada población teniendo en cuenta las características particulares del territorio, la población objetivo (ciclo vital, creencias y costumbres), y el contexto (clima, acceso a espacios, etc). En la definición de los proyectos es preciso involucrar a las comunidades y sus líderes para que estos sean diseñados acorde a las necesidades de cada población.

Igualmente, existen diferencias de género frente a la práctica de actividad física, los estereotipos de roles de género afectan a las prácticas tanto de hombres como mujeres. Las mujeres realizan menor cantidad de actividad física debido a diversas barreras, como una alta percepción de inseguridad, el bajo patrocinio y promoción de la práctica deportiva femenina y comportamientos machistas, que se presentan en general en todas las regiones, pero en mayor medida en las zonas rurales.

Por lo tanto, es pertinente aumentar la oferta de programas de actividad física para niños, niñas y jóvenes, construir y mantener espacios públicos adecuados para el deporte, con buena iluminación y garantías de seguridad y por su parte los colegios deben fortalecer sus espacios de educación física, contratar docentes capacitados y contar con la corresponsabilidad de padres de familia.

Finalmente, los participantes recomiendan que es necesario incorporar una mirada multisectorial y multinivel en la implementación de la política pública en actividad física y reducción de comportamientos sedentarios. Esta recomendación de los participantes está relacionada con dos miradas relacionadas entre sí. La primera, está referida al hecho de que la actividad física no solo tiene que ver con la salud y con el deporte sino con una mirada más amplia que toca necesariamente temas de otros sectores públicos y sociales. El siguiente testimonio ilustra dicha idea:

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Tampoco el gobierno colombiano y las instancias que están a cargo del asunto han tenido un buen manejo y coordinación multisectorial. (...) Porque debe ser un asunto, así como se maneja en lo académico desde un punto de vista interdisciplinario (...): no solamente es un asunto añadido al tema del deporte. (...) La actividad física es un problema que tiene mucho más impacto digamos a nivel social. (Participante mesa expertos territoriales)

La segunda, con el hecho de que debe existir una armonía y unas alianzas entre los distintos niveles territoriales para poder potenciar las acciones y beneficiar a un mayor número de personas.

Esto pues no solamente se ve reflejado a nivel [local], sino eso es a nivel nacional y en todos los municipios y departamentos se han generado ese tipo de alianzas que garantice pues que lleguemos a cada hogar, a cada rincón de Colombia. (Participante mesa monitores regionales)

Sin embargo, como lo evidencian los resultados que se van a presentar más adelante en este documento, las relaciones intersectoriales en especial con el sector salud y educación siguen siendo limitadas. Es pertinente entonces, reconocer e incentivar el vínculo permanente del Ministerio de Salud y el Ministerio de Educación, así como de las secretarías departamentales y municipales. Asimismo, se deben generar incentivos para que el sector privado se vincule activamente a este proceso generando sinergias estratégicas que faciliten la promoción de la actividad física. Por último, se debe fortalecer la gestión del conocimiento y el vínculo con la academia para capitalizar aprendizajes.

Parte II. Los actores involucrados con la promoción de la actividad física y sus relaciones

En la presente sección se analizan las percepciones sobre los actores (entidades) clave y las relaciones que se establecen para la promoción de la actividad física en el país. En primer lugar, se analiza el marco institucional y las entidades clave en la promoción de la actividad física que fueron identificadas en las encuestas y los talleres participativos. En segundo lugar, se analizan los tipos de relaciones que se establecen entre dichas entidades, atendiendo tanto a las relaciones que se establecen entre los niveles territoriales como a aquellas que se dan entre los sectores de intervención. Finalmente, se exploran las visiones que existen sobre los individuos y los diferentes grupos poblacionales (enfoque diferencial) en tanto sujetos de intervención.

El Sistema Nacional del Deporte

El marco institucional que define a los principales grupos de actores relacionados con la promoción de la actividad física es el Sistema Nacional del Deporte (SND), creado por la Ley 181 de 1995 (Ley del Deporte). Dicha ley estableció, como mecanismo de coordinación y participación, un Sistema dividido en tres niveles jerárquicos (nacional, departamental y municipal) cuya coordinación está a cargo del Ministerio del Deporte. En el nivel nacional la ley incluyó al Ministerio de Educación, el Comité Olímpico Colombiano, las Federaciones Deportivas Nacionales y, hoy en día, después de la expedición de la Ley 1967 de 2019, al Ministerio del Deporte. En el nivel departamental, por su parte, se encuentran los Entes Deportivos Departamentales, las ligas y los clubes deportivos. Finalmente, el nivel municipal está conformado por los Entes Deportivos Municipales o distritales y

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

por los clubes y comités deportivos de dicho nivel⁶. De la misma forma, en cada uno de estos niveles se incluyen, de acuerdo a su “jurisdicción territorial y ámbito de actividades”, las “demás entidades de carácter público, privado o mixto que hacen parte del Sistema Nacional del Deporte” (Ley 181 de 1995, Art. 51).

Como puede advertirse y ha sido señalado en algunos documentos de política (i.e. Coldeportes, *Plan Decenal del Deporte, la Recreación, la Educación Física y la Actividad Física 2009-2019*), el SND es un mecanismo por desarrollar. Entre otras cosas, esto se debe a una definición de actores por parte de la Ley amplia y genérica, que no establece en detalle las funciones y las responsabilidades de los involucrados. También ha sido señalado el carácter jerárquico del Sistema, en el que la cabeza del sector en el nivel central (el Ministerio del Deporte) coordina el Sistema y establece las políticas, planes y programas relacionados con el deporte, la recreación y la actividad física, y las entidades análogas (los Entes deportivos departamentales y municipales) los adoptan en sus respectivos niveles (Ley 181 de 1995, Arts. 66 y 69). Esta función se ve reforzada por las responsabilidades que tienen cada una de estas cabezas (Ministerio del Deporte, Entes departamentales y municipales) en términos de la coordinación, vigilancia y control, junto con la planificación de las inversiones del sector en sus ámbitos de actuación.

Es importante tener presente que esta estructura no necesariamente se replica en cada una de las entidades territoriales. Como señala la normatividad, no todas las entidades territoriales (departamentos, municipios y distritos) están en la obligación de crear dependencias (unidades administrativas, entidades, entes, oficinas, institutos, etc.) para el cumplimiento de las funciones relacionadas con la promoción del deporte⁷, puesto que su creación depende de que dichas entidades cuenten con los recursos suficientes para “financiar su funcionamiento” (Ley 617 de 2000, Art. 75). Esto quiere decir que las entidades territoriales que no cuentan con un ente deportivo, las competencias en materia de coordinación, promoción y regulación del deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre, las debe asumir una “dependencia afín” (Ley 617 de 2000, Art. 75), dependiendo de las necesidades, la estructura y la división del trabajo sectorial de la entidad territorial de que se trate.

Aunque no es el propósito de este documento evaluar la pertinencia de dicha estructura en términos de la gobernanza de la actividad física, es necesaria tenerla en cuenta en la medida que algunas de sus características funcionan como referentes en las percepciones que tienen los distintos actores acerca del sector, así como de las relaciones que se tejen entre éstos.

Percepciones sobre el sector de la actividad física y los principales actores involucrados

Es posible explorar estas percepciones y opiniones de los actores sobre el sector, sus principales actores y sus relaciones mutuas a partir de las respuestas de la encuesta y de los talleres

⁶ Téngase en cuenta que la ley estipula que no puede existir más de un ente deportivo en cada entidad territorial (departamento, municipio o distrito) (Ley 181 de 1995, Arts. 65 y 68).

⁷ Esto aplica igualmente para funciones como el desarrollo de políticas de vivienda de interés social, normas en materia ambiental, juventud, mujer y género, entre otras (ver Ley 617 de 2000 Art. 75).

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

participativos realizados. Acerca del sector en su conjunto, lo primero que se advierte es la percepción sobre la escasa relevancia que éste tiene dentro de la estructura de organización del Estado colombiano. Para los consultados, esto se evidencia en el hecho de que sólo hasta hace poco tiempo se cuenta con un Ministerio del Deporte, el cual tiene el presupuesto más bajo de todos los ministerios. A su vez, algunos de los actores también señalaron que, dentro del sector, la actividad física está relegada a un plano secundario, después del deporte y la práctica deportiva.

Para algunos, esta situación es indicativa del interés insuficiente que se le ha dado al fomento de la actividad física y sus beneficios para la salud y el bienestar de las personas, desde las políticas públicas y, por ende, en el grueso de la sociedad. Se resalta la iniciativa que existe en pos de revertir este desinterés desde varios frentes, muestra de lo cual ha sido la conformación del Ministerio del Deporte y ejercicios participativos, como la presente evaluación, que involucra a diversos actores. Pese a lo anterior, las perspectivas no son del todo optimistas y, en su lugar, se manifiestan expectativas moderadas sobre lo que este cambio de estatus puede significar para el sector.

El Ministerio del Deporte no puede quedarse, eh, con el mismo papel que traía Coldeportes cuando era Coldeportes. Porque ya tenemos es un Ministerio del Deporte y resulta que el Ministerio se creó, pero todavía no se ha implementado y no está cumpliendo su función como Ministerio... hoy el ministerio sigue ejecutando. Cuando era Coldeportes la ley lo permitía, pero hoy que es Ministerio, debe implementar esa reforma real... Entonces, yo creo que ahora, con la reforma que se va a implementar a la Ley del Deporte, ojalá ya se dé verdaderamente un giro y se cumplan las funciones de un verdadero Ministerio. (Participante, Mesa Regional)

En cuanto a las percepciones acerca de los principales actores involucrados en la promoción de la actividad física, se pueden destacar varios resultados. Como se dijo, en términos generales puede decirse que las personas tienen como referente la institucionalidad creada por la Ley, con sus funciones y relaciones jerárquicas entre los niveles (nacional, departamental y municipal) como al interior de cada nivel. En efecto, los talleres mostraron que, para los participantes, el eje estructurante de la red de actores es la institucionalidad, alrededor de la cual los demás sectores de la sociedad estarían involucrados y articulados como colaboradores. En la cabeza de este eje estructurante, todos los participantes situaron al Ministerio del Deporte, que debería ser el ente encargado de emitir lineamientos y de generar sinergias desde el nivel central. Alrededor del Ministerio del Deporte, deberían articularse los demás Ministerios, principalmente los de Salud y Educación, pero también fueron mencionados otros Ministerios como el de Infraestructura y el de Trabajo. En algunos casos, los participantes de los talleres resaltaron el protagonismo de los instrumentos de planificación propios del sector (como actores dentro de la red) los cuales deberían tener una clara articulación con los instrumentos de planificación de otros sectores relevantes y de los instrumentos de planificación locales.

En términos de la percepción acerca del deber ser de los actores involucrados, en los talleres se hizo énfasis en que en los diferentes niveles territoriales (departamental y municipal), el Ministerio debe estar representado por las Secretarías departamentales y municipales. Estas, en estrecha relación con los entes deportivos, deben encargarse de la puesta en marcha de los programas y estrategias del sector en los territorios. A su vez, las secretarías de los sectores relacionados (salud y educación, principalmente), deberían trabajar articulados con la Secretaría encargada de la promoción de la actividad física. En este sentido, fueron recurrentes los llamados a que las Instituciones de Salud y

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

de Educación cuenten con personas capacitadas en el tema de la promoción de la actividad física, con el fin de sensibilizar a los demás profesionales, así como de atender a la población en estos escenarios.

Alrededor de estos ejes estructurantes y estratégicos para los participantes, se sitúan otros actores relevantes como el sector privado, del que se requeriría mayor participación y apoyo para la puesta en marcha de las estrategias del sector, y la sociedad organizada que, junto con los enlaces del ministerio en el territorio y los profesionales de las Instituciones de Salud y Educación, establecen el contacto directo con la población. Estos actores, de acuerdo con la mayoría de los participantes, deberían ser insertados en la red, mediante una gestión efectiva que incluya sensibilización, capacitación e incentivos. Además, se señaló la importancia de las Universidades como centros de investigación y de difusión del conocimiento, como las encargadas de formar a los profesionales del sector, así como potenciales articuladores de actores y procesos en los territorios.

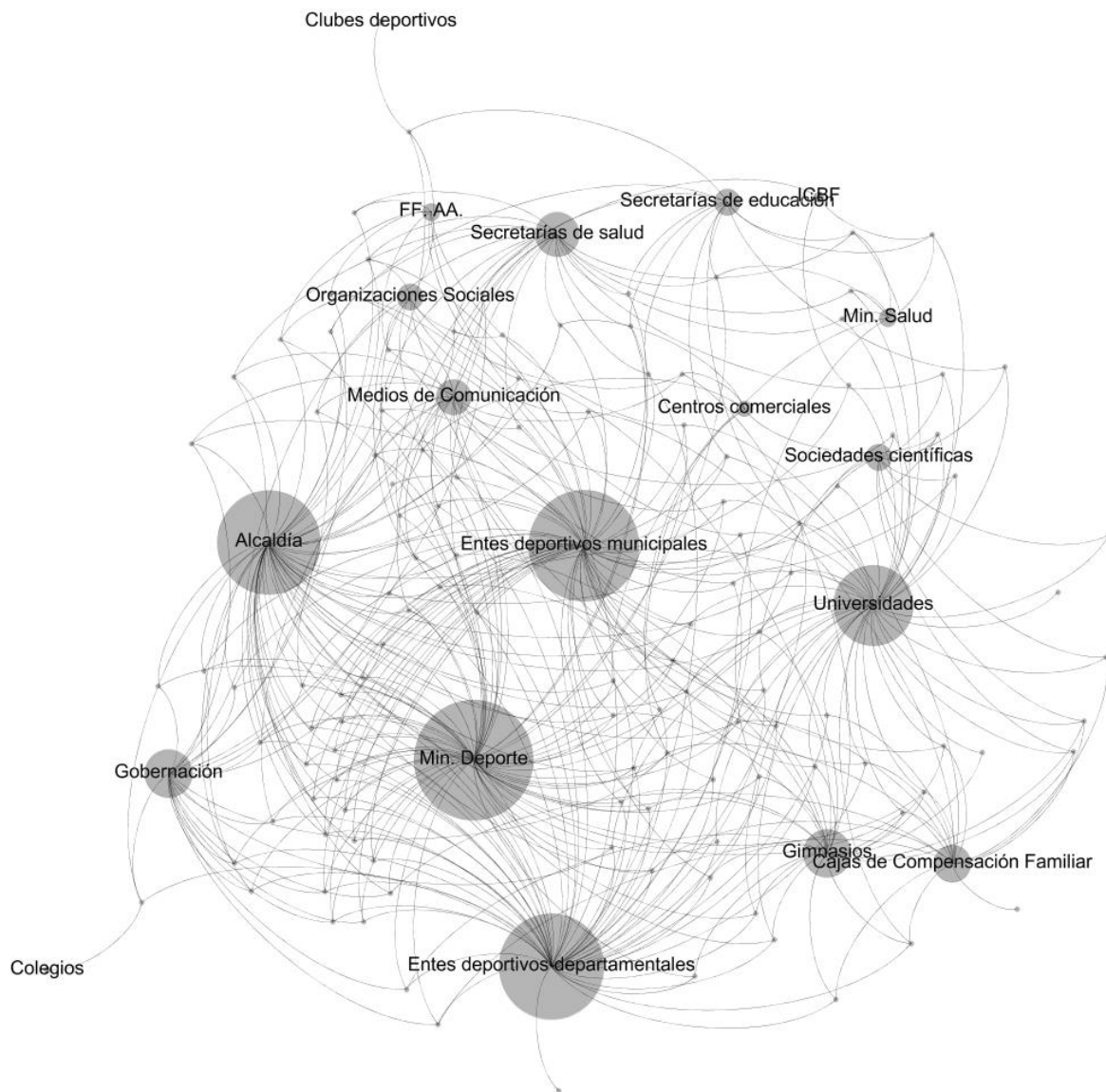
Estos resultados de los talleres participativos se ven igualmente confirmados por la encuesta. Esta permite tener un primer acercamiento a la red que forman las principales entidades involucradas en los diferentes niveles del SND. Al graficar las redes egocéntricas de las entidades con las que los encuestados dijeron relacionarse para la promoción de la actividad física en su respectivo nivel⁸, emerge la imagen de una red densa, compuesta por pocos actores y en la cual el Ministerio del Deporte, los Entes deportivos departamentales y municipales, las alcaldías y universidades hacen las veces de estrellas: concentran la mayoría de los lazos que emiten cada uno de los nodos (en este caso cada uno de los encuestados). Esto se ve claramente en el Sociograma 1, el cual fue graficado de acuerdo con el grado de entrada (valores *indegree*, que corresponden al número de lazos que recibe cada nodo o entidad; ver Tabla 2) y utilizando como algoritmo de diseño del grafo el *Force Atlas*. Como puede apreciarse, el algoritmo ubica a las “estrellas” mencionadas en el centro y los nodos menos populares en los extremos del grafo (gimnasios, secretarías de salud, cajas de compensación familiar, medios de comunicación, sociedades científicas, organizaciones sociales, secretarías de educación, etc.), orbitando alrededor de dichas estrellas o nodos centroides.

Esta suerte de estructura orbital se repite al interior de los niveles nacional, departamental, municipal y distrital. Como puede advertirse con una simple inspección visual de las redes por niveles (ver los sociogramas 2 al 5), cada una de estas está compuesta por unos centros receptores de nodos claramente identificables que vuelven a funcionar como estrellas (Ministerio del Deporte, Entes deportivos y las respectivas entidades territoriales) y unos satélites que giran alrededor, compuestos de entidades públicas y privadas que funcionan como satélites: Cajas de Compensación, gimnasios, secretarías de salud, etc. Nótese que en las redes territoriales juegan un papel fundamental el Ministerio del Deporte (aparece en todas ellas al lado de la respectiva cabeza de sector) y las universidades. En cierto sentido, cada nivel estaría repitiendo la estructura jerárquica creada por el SND, junto con los actores clave o estratégicos.

⁸ Pregunta ACT14.2 de la encuesta: “Seleccione las 4 entidades clave con las que usted se relaciona para la promoción de actividad física en su municipio o departamento”.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			27	08	2021
	PRODUCTO No. 2					

Sociograma 1. Redes egocéntricas de las personas encuestadas⁹



Fuente: encuesta de percepción Lineamientos de actividad física, elaboración propia Ipsos 2021

⁹ Las redes egocéntricas están formadas por los lazos o vínculos de cada uno de los encuestados. El tamaño de cada nodo lo calcula el programa (en este caso se graficó con Gephi) de acuerdo con los valores *indegree* (el número de lazos que recibe cada nodo). Los nodos más grandes son aquellos que reciben un mayor número de lazos.

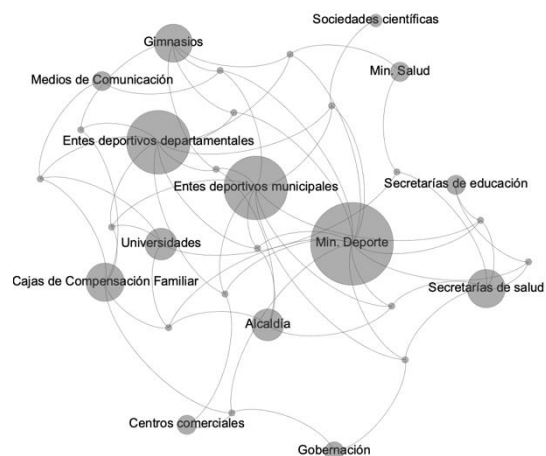
	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Tabla 2. Valores *Indegree* y porcentaje de selección de las entidades

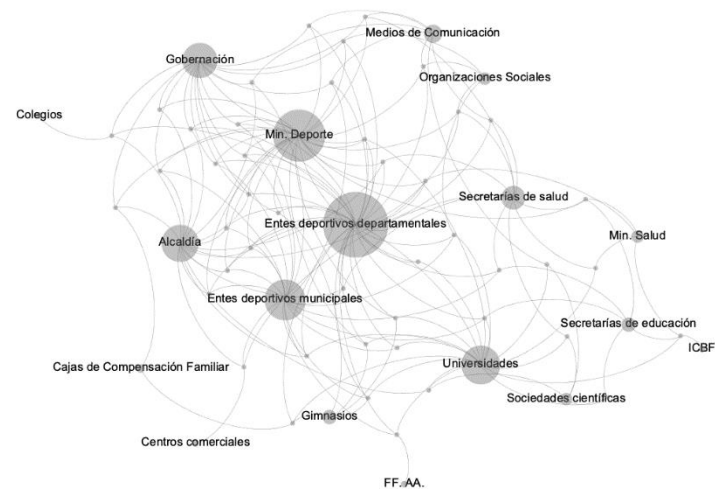
Entidad	Valores <i>Indegree</i>	%
Min. Deporte	64	53
Entes deportivos municipales	59	49
Entes deportivos departamentales	56	47
Alcaldía	55	46
Universidades	42	35
Gobernación	24	20
Gimnasios	24	20
Secretarías de salud	22	18
Cajas de Compensación Familiar	18	15
Medios de Comunicación	17	14
Sociedades científicas	12	10
Organizaciones Sociales	12	10
Secretarías de educación	12	10
FF. AA.	7	6
Min. Salud	7	6
Centros comerciales	6	5
ICBF	3	3
Clubes deportivos	1	1
Colegios	1	1

Fuente: encuesta de percepción Lineamientos de actividad física, elaboración propia Ipsos

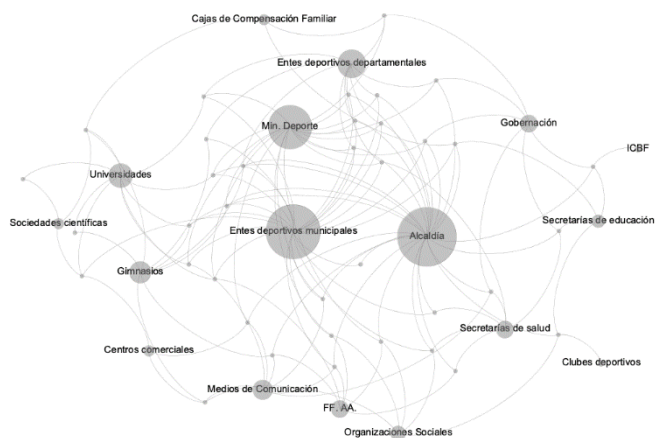
Sociograma 2. Redes egocéntricas nivel nacional



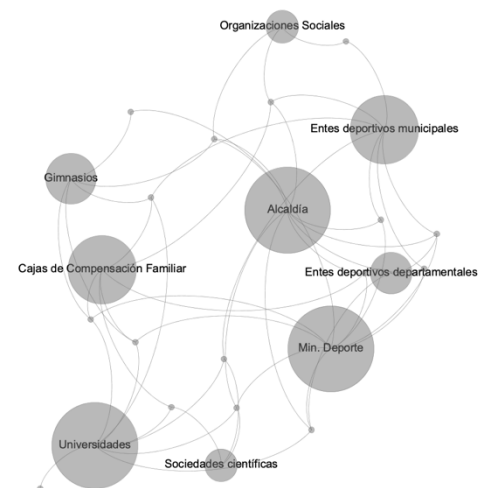
Sociograma 3. Redes egocéntricas nivel departamental



Sociograma 4. Redes egocéntricas nivel municipal



Sociograma 5. Redes egocéntricas nivel distrital

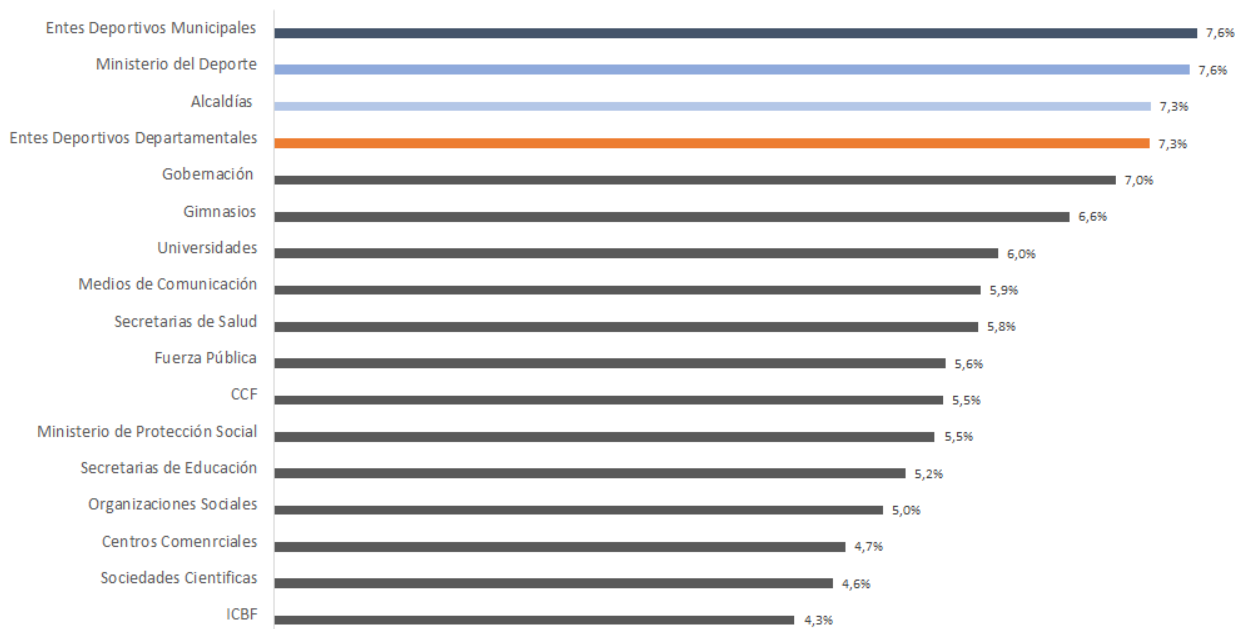


Fuente: encuesta de percepción Lineamientos de actividad física, elaboración propia Ipsos

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Esta estructura y jerarquía que se da entre las entidades es solidaria con la percepción de los encuestados con respecto a los niveles de involucramiento de las entidades en la promoción de la actividad física en su respectivo nivel territorial. Para los encuestados, mientras que las entidades que han sido identificados como centrales en las redes (Ministerio del Deporte, entes deportivos departamentales y municipales, alcaldías y gobernaciones) tienen un alto grado de involucramiento en la promoción de la actividad física (la media en una escala de 1 a 10, siendo uno nada involucrado y 10 muy involucrado, está por encima de 7 en el caso de las entidades anteriores), aquellas que se ubican en la periferia de los grafos observan grados de involucramiento ostensiblemente menores como queda de manifiesto la siguiente gráfica.

Gráfica 15. Media del nivel de involucramiento por entidades en la promoción de la actividad física



Base: 120ACT14 ¿Qué tan involucrados están los siguientes actores en la promoción de la actividad física?

De la misma manera, sobresale la posición que en todas las redes ocupa la comunidad organizada. Si bien se resaltó la importancia de las organizaciones para presionar y dinamizar procesos, así como su relación directa con la población general, este es el actor más desarticulado dentro de la red. Según los participantes de los talleres, sus acciones son autónomas, independientes y correspondientes a dinámicas particulares de cada territorio. Este actor fue mencionado en todas las mesas de discusión como parte de la red, sin embargo, en la mayoría de los casos, no hubo menciones a relaciones concretas con los demás actores. También se señaló la importancia de la academia como centro de investigación, difusión y articulación, por lo cual, según algunos de los

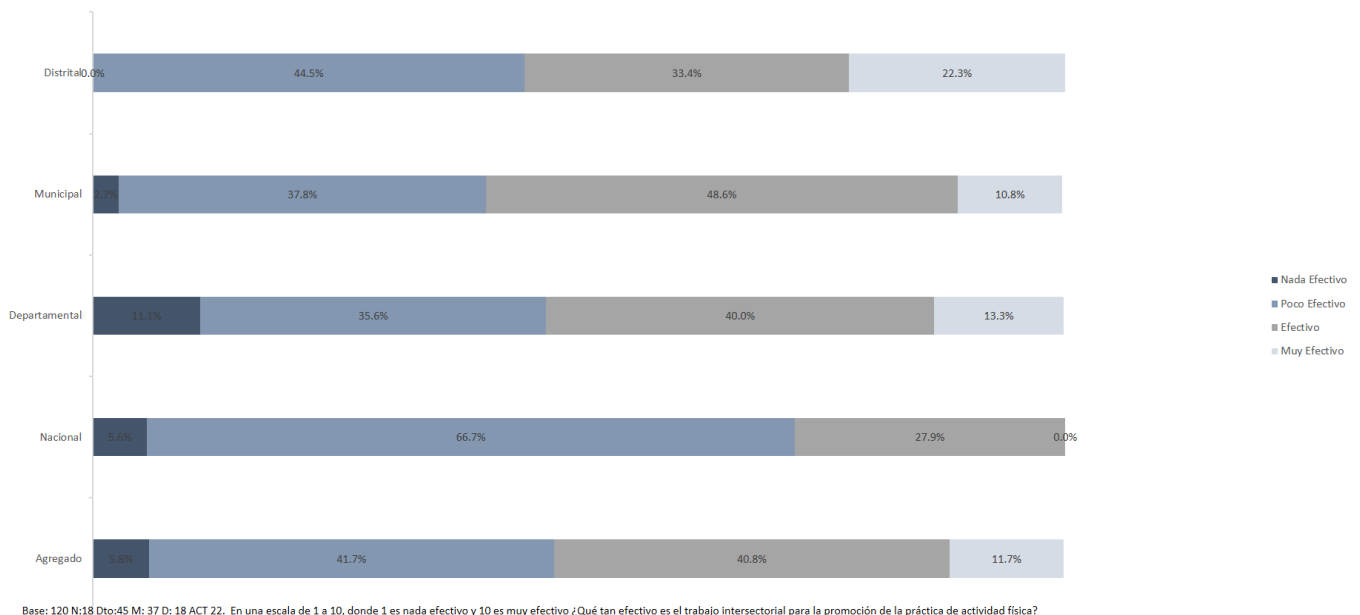
	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

participantes en las mesas de discusión, esta podría tener un papel más protagónico en el entramado de actores.

Las relaciones entre los actores

Una vez identificadas las percepciones acerca del sector de la actividad física en su conjunto y de las entidades clave, puede continuarse el análisis explorando las relaciones que se tejan entre éstos. Para comenzar fue notable el llamado constante que hicieron los participantes de los talleres sobre la articulación, tanto horizontal (entre sectores) como vertical (entre niveles administrativos). En todos los ejercicios realizados, la desarticulación entre los actores fue uno de los problemas más mencionados. Las cifras de la encuesta de percepción son elocuentes en este sentido: cerca de la mitad de los encuestados tuvieron una opinión negativa acerca de la efectividad del trabajo intersectorial: 5,8% consideraron que este trabajo era nada efectivo y 41,7% que era poco efectivo, siendo esta percepción mucho más acentuada en los niveles nacional y distrital (ver gráfica 16).

Gráfica 16. Percepción sobre el trabajo intersectorial



Este es un primer aspecto que hay que tener en cuenta acerca de las relaciones entre los involucrados en la promoción de la actividad física: la percepción de que los actores y las entidades están desarticulados. Es posible que esta percepción pesimista juegue un papel importante en la narrativa con la que las personas piensan las posiciones de los distintos actores y sus relaciones mutuas, y que, en este sentido, cumpla una función cultural importante. Sin embargo, las relaciones

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

que se tejen entre los actores tienen otros matices que es importante tener en cuenta y que pueden ser explorados usando el material empírico de la encuesta y los talleres. Para hacer dicho análisis se va a proceder de la siguiente manera. En un primer momento se explora el papel de intermediación que cumplen los actores clave en el conjunto de la red de relaciones. Luego, este análisis se complementa con una aproximación cualitativa a los tipos de relación que se establecen entre los niveles territoriales y los sectores de intervención.

La red colapsada de entidades clave y las relaciones de intermediación

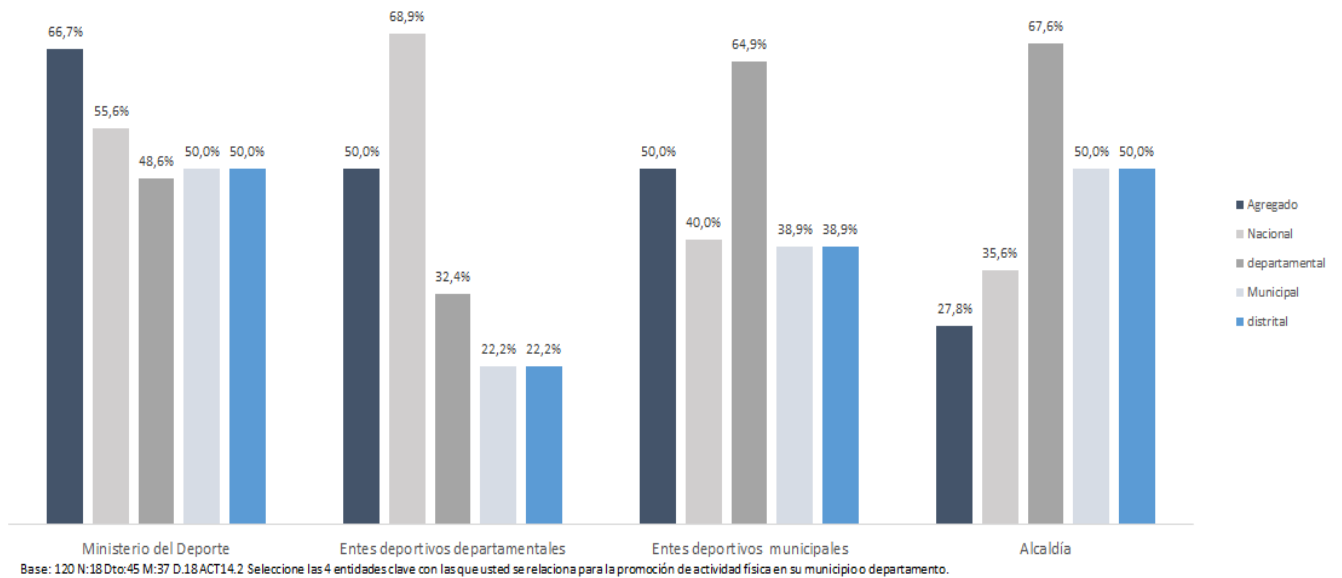
Una primera aproximación a las relaciones que se tejen entre los actores es la red genérica colapsada de entidades clave. Esta red está conformada por las entidades a las que pertenecen los encuestados (pregunta CS5 de la encuesta). De esta manera, todos los encuestados que contestaron pertenecer a alguna entidad se colapsaron, junto con sus elecciones de relacionamiento con otras entidades, en alcaldías, gobernaciones, entes deportivos, etc. Estas entidades genéricas (no son entidades concretas sino abstractas: fruto de la estadística) pasan a convertirse en nodos. Esto permite graficar las relaciones que se dan entre ellas y aprovechar algunas de las métricas que brinda el análisis de redes.

Las relaciones que se establecen entre las entidades a los cuales pertenecen los encuestados conforman, como ya se había señalado, una red densa (puesta de manifiesto por los distintos sociogramas), centralizada (la mayoría de las relaciones se ubican en una misma zona geográfica de la red), y con cierta tendencia hacia la endogamia. En efecto, como también puede observarse al comparar las gráficas 17A y 17B predominan las relaciones entre las entidades del sector, mientras que las relaciones intersectoriales, por ejemplo, con el sector salud y educación son mucho más limitadas. Es indicativo, en este sentido, que el 40% de los encuestados haya manifestado no relacionarse con las secretarías de salud a nivel departamental o municipal y 40,8% haya indicado que no lo hace con secretarías de educación. De la misma manera, se observan relaciones muy débiles con el Ministerio de Salud y Protección Social, pues 62,5% de los encuestados dijo no relacionarse con dicho Ministerio. En palabras de uno de los participantes en las mesas regionales,

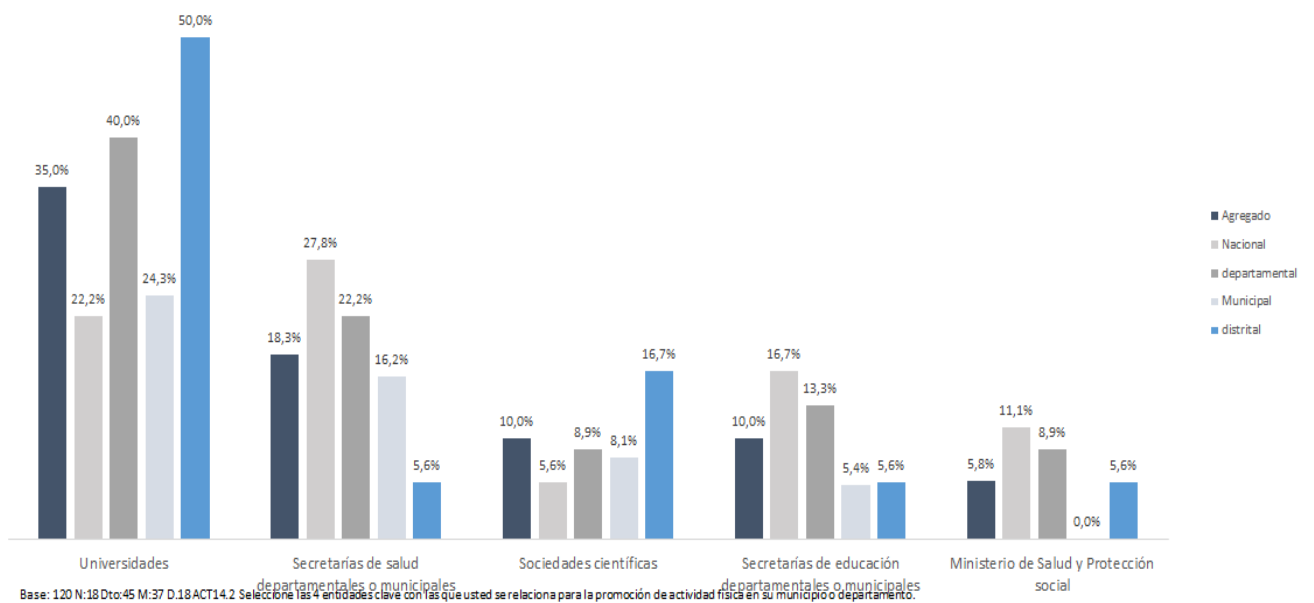
Se debe comenzar a hacer un trabajo como muy, muy articulado con la Secretaría de Educación. O sea, desde el Ministerio de Educación, para que llegue a las Secretarías de Educación departamentales y algunas que también ya son municipales ¿Por qué? Porque usted va a algunas instituciones... educativas y muchos rectores y profesores... no les gusta cuando uno va a hablar del tema de actividad física. Y muchos creen que eso es una pérdida de tiempo, entonces yo creo que debe haber un trabajo más articulado. (Participante, Mesa regional)

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Gráfica 17A. Entidades sectoriales clave en la promoción de la actividad física



Gráfica 17B Entidades intersectoriales clave en la promoción de la actividad física



	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

En este orden, los participantes de las mesas de todos los niveles señalaron deficiencias en las políticas públicas de salud y educación, en lo que tiene que ver con la actividad física, así como la escasez de personal calificado para incentivarla. Falencias en cuanto a la obligatoriedad de prácticas que fomenten la actividad física en los colegios, así como un enfoque basado en la curación más que en la prevención en el sistema de salud, fueron recurrentes.

Ya está demostrado científicamente: por cada dólar que se invierte en prevención estamos ahorrando 3 dólares en programas de tratamiento de enfermedades. Aumento de presupuesto, más que todo al tema de prevención. No es algo tan imposible. (Participante, Mesa Monitores Regionales)

Como lo atestiguan las citas, existe coincidencia entre los participantes de las mesas sobre la relevancia que deben tener estos sectores de Salud, Protección social y Educación en la promoción de la actividad física. El primero, debido al impacto que tiene la actividad física y la reducción del sedentarismo en la salud pública, y, el segundo, a causa del rol fundamental que tienen la educación inicial en los cambios comportamentales y del aporte en investigación que pueden hacer las instituciones de educación superior en cuanto a investigación y capacitación. Otros sectores (como transporte, trabajo o infraestructura) también fueron mencionados durante las mesas de discusión, sin que se presentara consenso en cuanto a su relevancia o necesidad de participación.

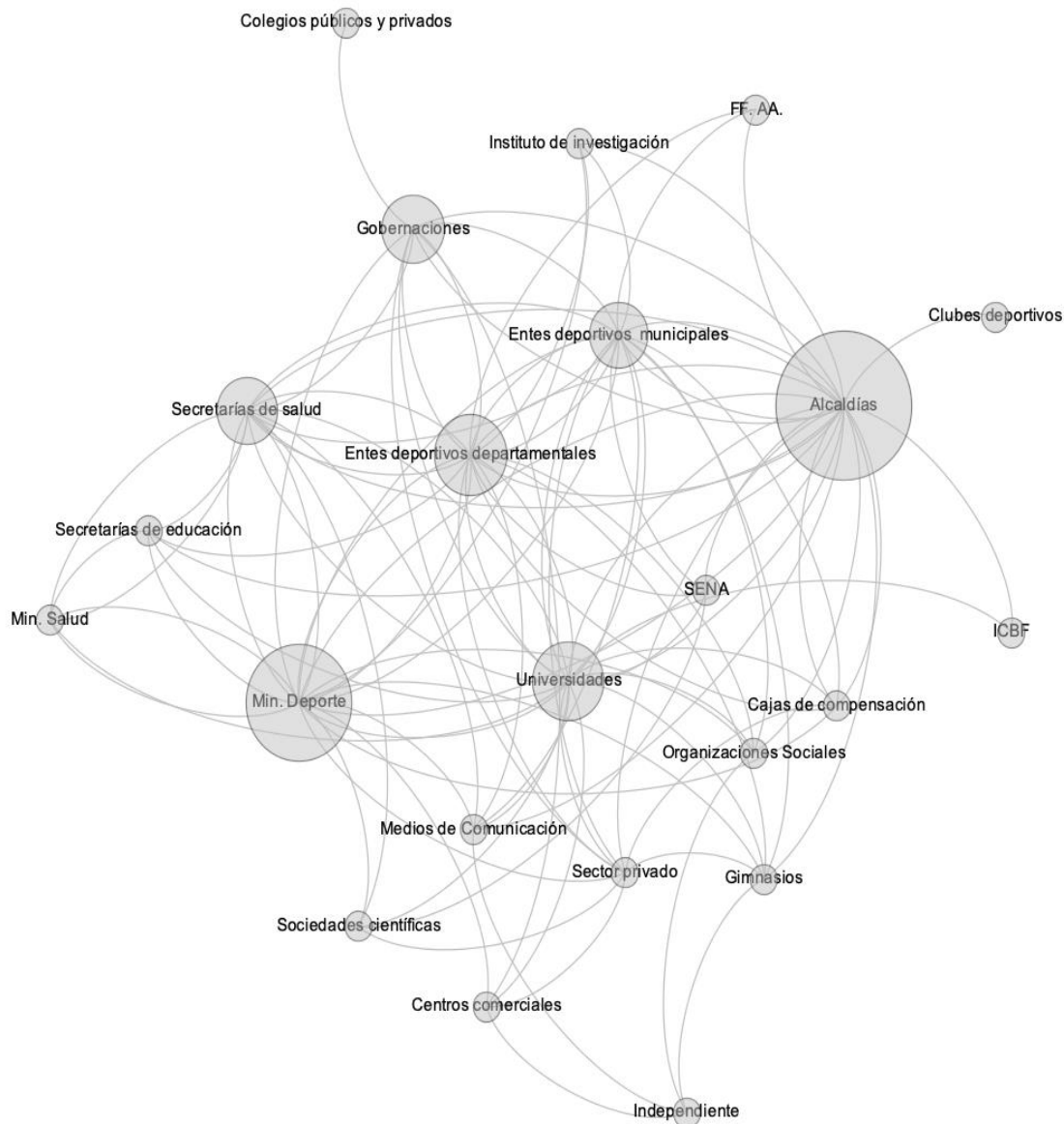
Adicional a estas características generales acerca de las relaciones endogámicas y sus respectivos problemas, el análisis de redes y de percepciones revela igualmente la existencia de relaciones importantes de intermediación que cumplen algunas de las entidades, así como de cooperación, liderazgo y dependencia. Con respecto a las primeras, se puede acudir a los guarismos que arroja el indicador de intermediación (*betweenness centrality*). Este indicador mide el número de veces en las que un nodo media las relaciones en el camino más corto entre dos nodos de la red. En otras palabras, es una medida que ayuda a detectar aquellos nodos que sirven de puente en las relaciones entre otros nodos. Junto con las medidas de popularidad (que fueron analizadas en las redes egocéntricas por medio del indicador *indegree*), la intermediación es un indicador que sirve como un proxy del poder: como ha sido señalado por varios analistas (i.e. Burt, 2000; Hanneman & Riddle, 2005) los nodos que funcionan como puentes o *brokers* en las redes sociales tienen poder porque pueden influir sobre el comportamiento de otros (lo que capta de algún modo la popularidad) y controlar el flujo de información (lazos) entre dos nodos o entre sectores de la red, en la medida que éstos dependen de un tercero para relacionarse o intercambiar mensajes.

Como se muestra en el Sociograma No. 2, en el cual se graficaron los tamaños de los nodos de acuerdo con los resultados del indicador de intermediación, las entidades que obtienen mayores puntajes son, en su orden, las alcaldías, el Ministerio del Deporte, los entes deportivos departamentales, las universidades, las gobernaciones, los entes deportivos municipales y las secretarías de salud (ver tabla 3). Llama la atención, por ejemplo, el papel de las alcaldías que, desde el punto de vista de la intermediación, cumplen un papel fundamental en la conexión de nodos como lo son las FF.AA., el ICBF, los clubes deportivos, los gimnasios, las organizaciones sociales y los institutos de investigación, entre otros. No en vano, las alcaldías intermedian 36 veces las relaciones entre otros nodos. Por supuesto, esto confirma igualmente la idea que se había planteado con anterioridad acerca de la jerarquía que creó el SND y el papel estratégico que juegan entidades

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			27	08	2021
	PRODUCTO No. 2					

como el Ministerio del Deporte, las universidades y los entes deportivos: su poder -desde el punto de vista del análisis de redes-, no solo está afincado en su popularidad (recordemos que hacen las veces de estrellas) sino en el papel que cumplen en los distintos niveles como *brokers* (ver los sociogramas 7 al 10).

Sociograma 6. Relaciones de intermediación en la red genérica colapsada



Fuente: encuesta de percepción Lineamientos de actividad física, elaboración propia Ipsos 2021

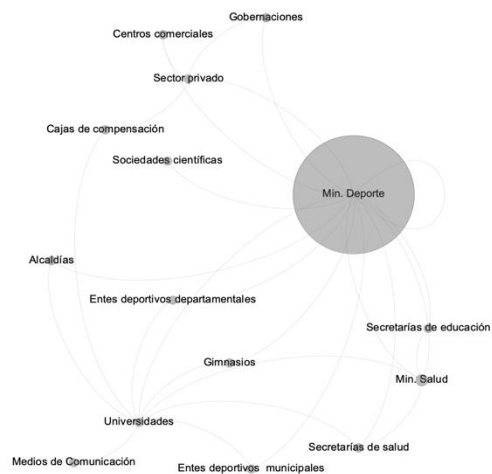
	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Tabla 3. Ranking de influencia

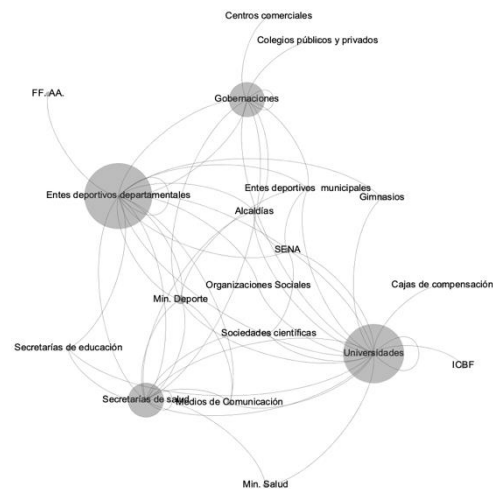
Entidad	<i>Betweenness Centrality</i>
Alcaldías	36
Min. Deporte	26
Entes deportivos departamentales	15
Universidades	15
Gobernaciones	12
Entes deportivos municipales	11
Secretarías de salud	11
Medios de comunicación	0
Gimnasios	0
SENA	0
Sociedades científicas	0
Centros comerciales	0
Sector privado	0
FF. AA.	0
Organizaciones Sociales	0
Min. Salud	0
Cajas de compensación	0
Secretarías de educación	0
Clubes deportivos	0
Instituto de investigación	0
Colegios públicos y privados	0
ICBF	0
Independiente	0

Fuente: encuesta de percepción Lineamientos de actividad física, elaboración propia Ipsos 2021

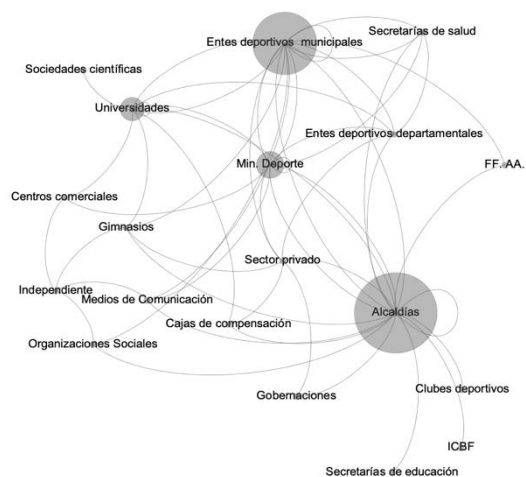
Sociograma 7. Red colapsada nivel nacional



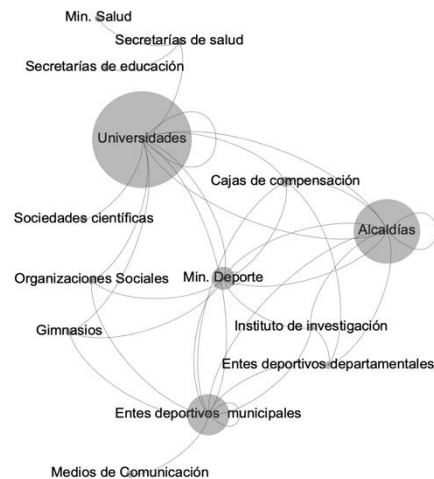
Sociograma 8. Red colapsada nivel departamental



Sociograma 9. Red colapsada nivel municipal



Sociograma 10. Red colapsada nivel distrital



Fuente: encuesta de percepción Lineamientos de actividad física, elaboración propia Ipsos 2021

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Relaciones de cooperación, liderazgo y dependencia por niveles y sectores

Aparte de las relaciones que se establecen entre los nodos por la posición y la función que cumplen en la estructura de la red (popularidad e intermediación, tal y como se ha analizado), las encuestas y los talleres arrojan otros resultados igualmente importantes acerca del tipo de relaciones que se dan entre las entidades para la promoción de la actividad física. Estas relaciones son variadas y complejas. Sin embargo, se pueden agrupar en relaciones de cooperación, de liderazgo y de dependencia. A continuación, se exploran las percepciones que generan dichas relaciones tanto en entre los niveles de gobierno (relaciones verticales) como entre los sectores (relaciones horizontales).

Relaciones entre niveles territoriales

Las relaciones de liderazgo y de dependencia emergieron, sobre todo, al analizar las interacciones que se dan entre los niveles administrativos (nacional, departamental, municipal y distrital). En cuanto a las relaciones de liderazgo, los participantes de todas las mesas de discusión consideran que, desde el nivel central, se deben brindar las directrices y los primeros acercamientos para un adecuado funcionamiento del sector; esto se menciona, tanto para las dinámicas de articulación, como para las demás estrategias relacionadas con la promoción de la actividad física, entre otras, la consecución y asignación de recursos y el relacionamiento con el sector privado.

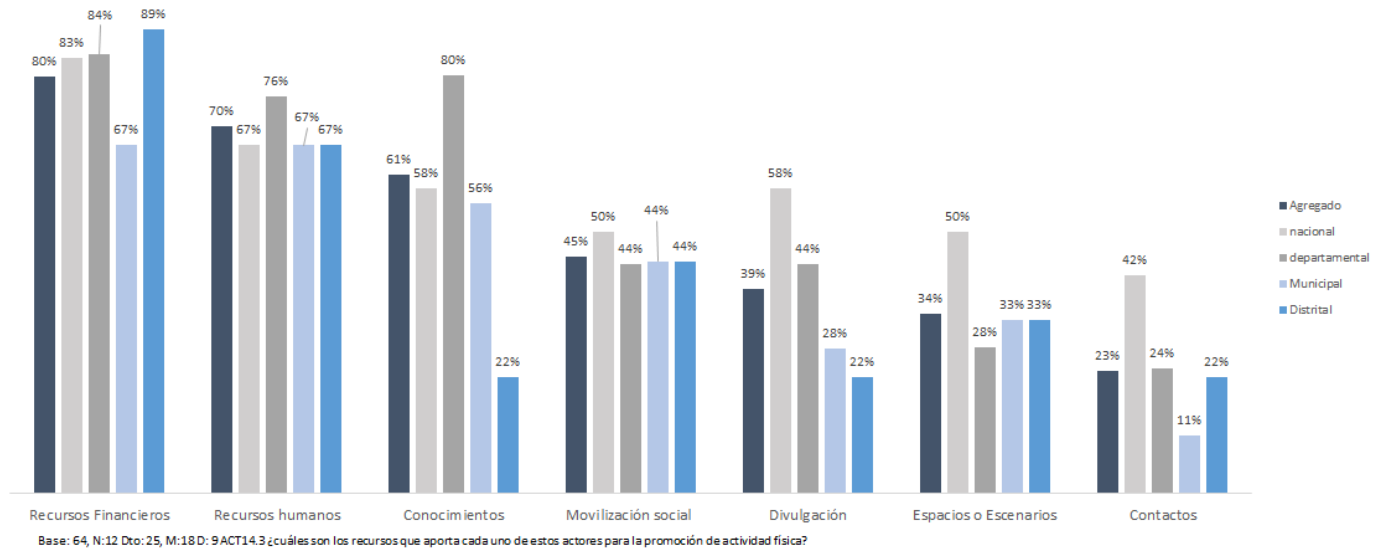
Sin embargo, si bien el liderazgo fue mencionado con frecuencia entre las mesas de discusión de los participantes de los niveles territoriales (departamental, municipal y distrital), siempre se mencionó aludiendo a la necesidad de que el nivel central encabece un diálogo en dos direcciones: por una parte, escuchando las necesidades, particularidades y propuestas por los territorios y, por otra parte, emitiendo lineamientos claros y contundentes para viabilizar los procesos. Así mismo, los participantes del nivel territorial señalaron como una falencia la escasa llegada de recursos desde el nivel central que, sumada a las limitantes para adquirir recursos propios y gestionarlos de manera autónoma, constituyen una barrera para el logro de objetivos.

Ahora bien, desde el nivel central, los participantes de las mesas de discusión pusieron sobre la mesa el tema del poco conocimiento que se tiene en dicho nivel sobre las iniciativas, dinámicas y avances realizados en el nivel territorial. También realizaron varias intervenciones dirigidas a señalar la contradicción que existe en una organización estatal descentralizada, pero que mantiene una fuerte dependencia de los territorios con el nivel central. Estas falencias en la organización del Estado se evidencian de manera más clara en un sector que, como se dijo, se encuentra en proceso de consolidación.

Estas percepciones (que no están libres de ambigüedad) que se dan frente a la dependencia de los niveles territoriales con respecto al nivel central, se manifiestan también en las respuestas que las personas encuestadas dieron acerca de los recursos que, en su opinión, aportan las entidades clave con los que más se relacionaban para promover la actividad física. Las respuestas acerca del Ministerio del Deporte son elocuentes (ver gráfica 18): los tres recursos que recibieron los mayores porcentajes de menciones fueron, en su orden, los recursos financieros (mencionado por el 80% de personas que dijeron relacionarse con esta entidad), los recursos humanos (mencionado por el 70%) y los conocimientos (60%).

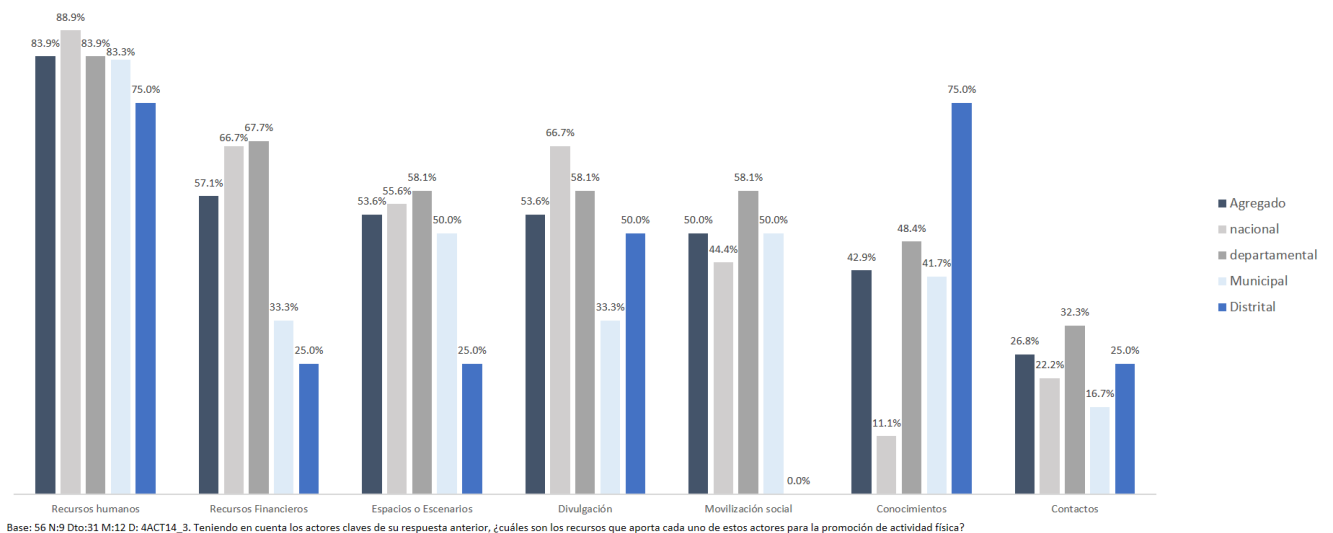
	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			
	PRODUCTO No. 2			
	27	08	2021	

Gráfica 18A. Recursos que aporta el Ministerio del Deporte a la promoción de la actividad física



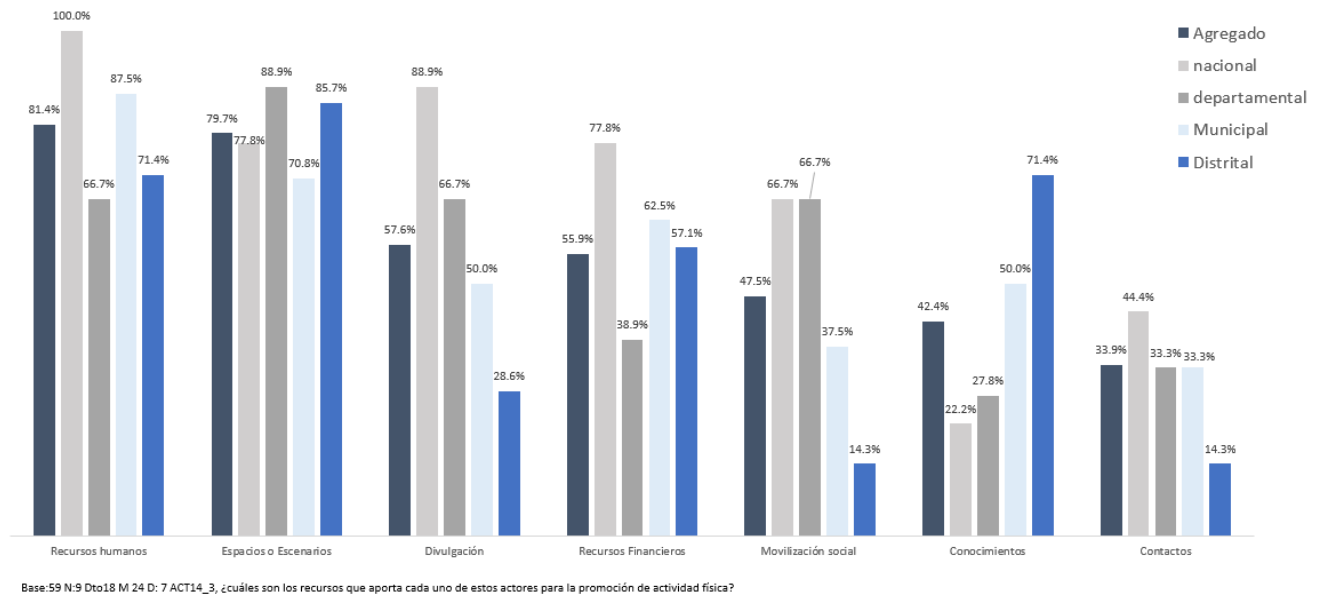
Algo similar ocurre con la percepción que tienen los encuestados acerca de los recursos que aportan Entes deportivos, gobernaciones y alcaldías: en todas ellas predominan los recursos humanos y financieros, con la diferencia que, desde el nivel territorial, los espacios y los escenarios, así como los conocimientos, la divulgación y la movilización son reconocidos como aportes igualmente importantes tanto de estos actores (ver gráficas 18B a 18E) como de aquellos ubicados en la periferia de las redes: cajas de compensación, gimnasios y organizaciones sociales, entre otros (ver gráficas 18F a 18H).

Gráfica 18B. Recursos que aportan los entes deportivos departamentales a la promoción de la actividad física

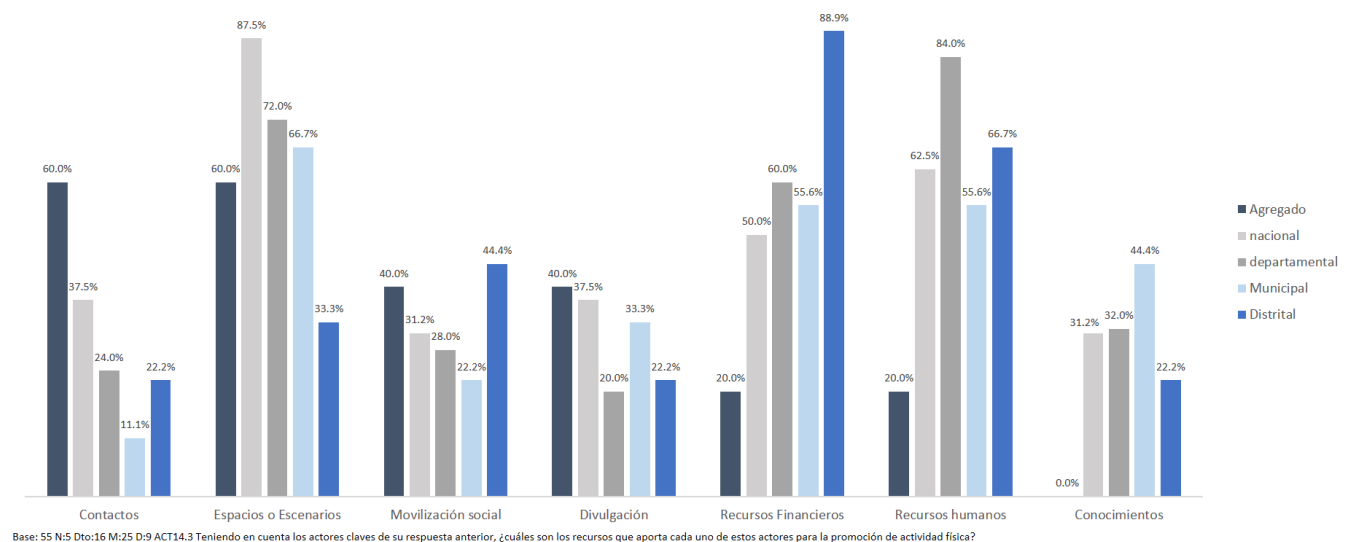


	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			
	PRODUCTO No. 2			
	27	08	2021	

Gráfica 18c. Recursos que aportan los entes deportivos municipales a la promoción de la actividad física

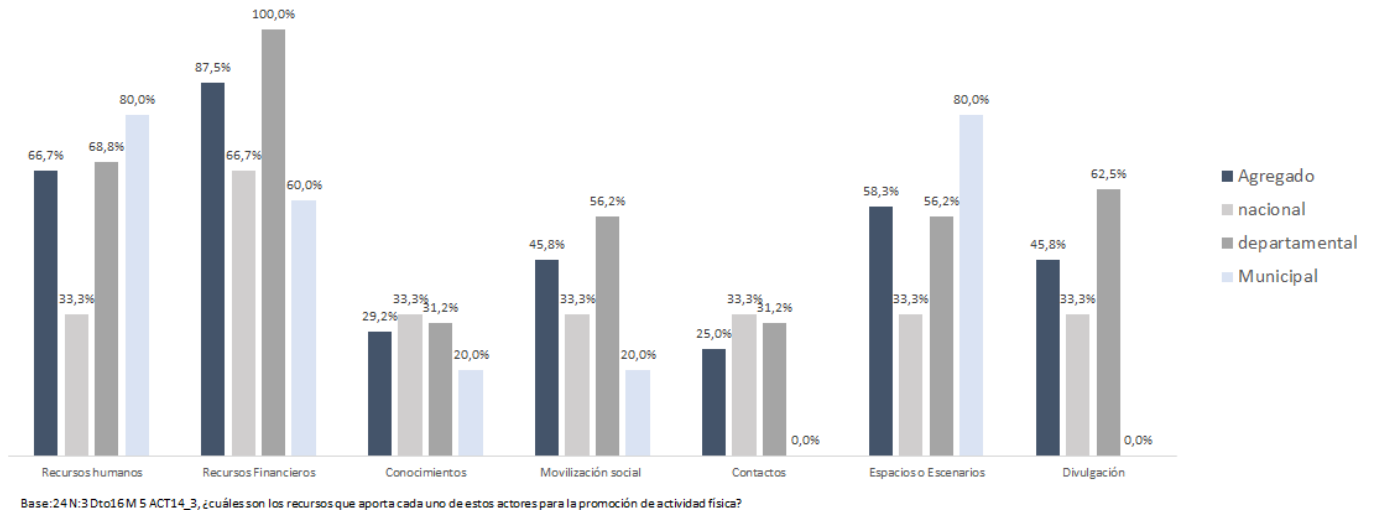


Gráfica 18D. Recursos que aportan las alcaldías a la promoción de la actividad física

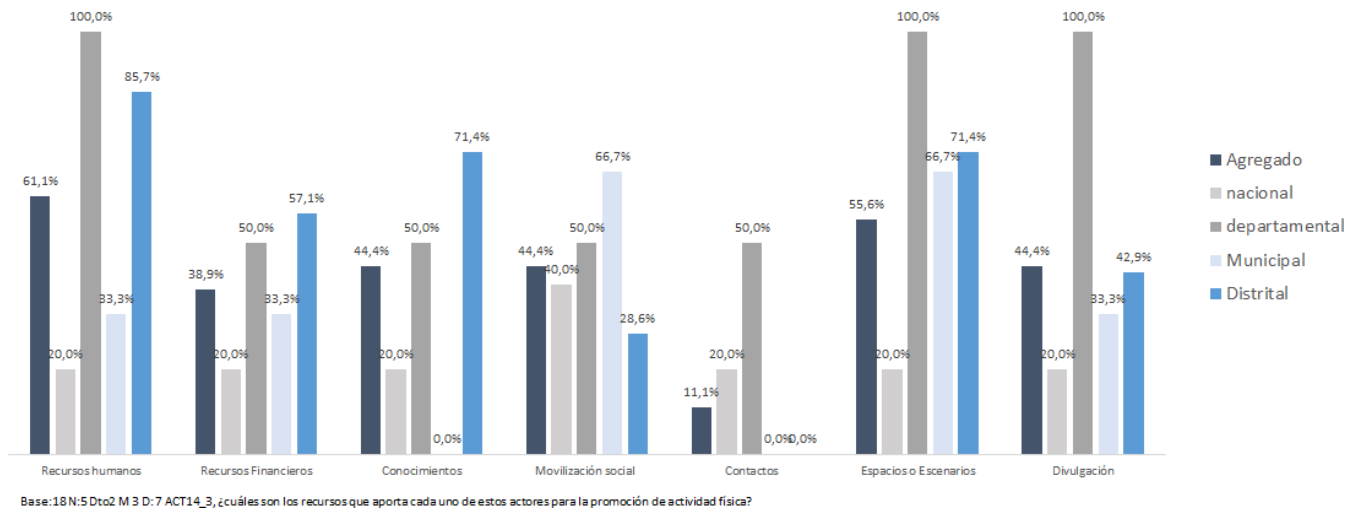


	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			27	08	2021
	PRODUCTO No. 2					

Gráfica 18E. Recursos que aportan las gobernaciones a la promoción de la actividad física

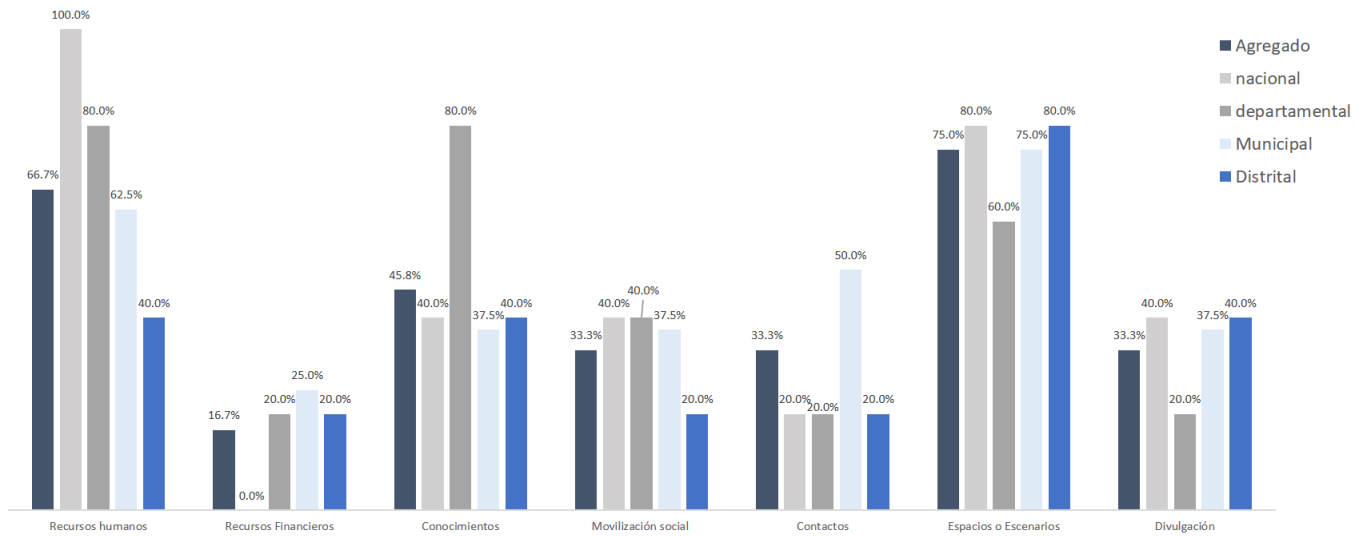


Gráfica 18F. Recursos que aportan las cajas de compensación familiar a la promoción de la actividad física



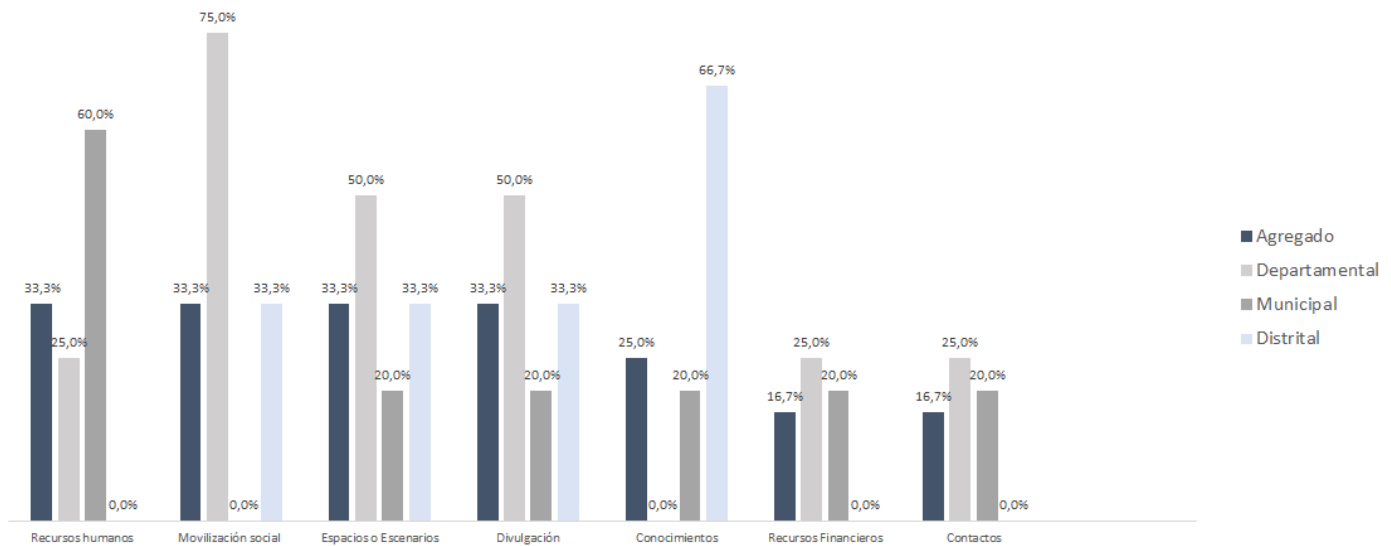
	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			27	08	2021
	PRODUCTO No. 2					

Gráfica 18G. Recursos que aportan los gimnasios a la promoción de la actividad física



Base: 24N:5 Dto 5 M 8 D: 5 ACT14_3, ¿cuáles son los recursos que aporta cada uno de estos actores para la promoción de actividad física?

Gráfica 18H. Recursos que aportan las organizaciones sociales a la promoción de la actividad física



Base: 12 Dto: 4M 5 D: 3 ACT14_3, ¿cuáles son los recursos que aporta cada uno de estos actores para la promoción de actividad física?

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Relaciones entre sectores

Las relaciones de cooperación fueron señaladas por los actores de los niveles territoriales entre representantes de diversos sectores. Se destacaron experiencias en las que la buena voluntad y disposición de los diferentes actores llevaron a logros que, en general, han sido puntuales y aislados, mas no procesos o estrategias en curso. Así mismo, tanto en el nivel nacional como en el territorial, fueron mencionados esfuerzos de articulación y colaboración mediante la conformación de Mesas Intersectoriales, las cuales no han arrojado resultados y, en general, se han diluido en el tiempo. Sobresale la tendencia de los actores locales a señalar la ausencia de liderazgo y de directrices claras de articulación entre sectores, desde el nivel central. Otro tema recurrente en todas las mesas de discusión fue la necesidad de optimizar las relaciones de cooperación y articulación entre sectores. Si bien, la percepción general es que hay una falencia en cuanto a este tema, la aproximación al mismo depende del tipo de actor.

Los actores del nivel territorial rescatan las acciones puntuales por parte de los encargados de la promoción de la actividad física en los municipios, dirigidas a establecer alianzas y convenios. Así, por ejemplo, fue recurrente la mención a las relaciones de cooperación que se establecen con la policía, la defensa civil o los bomberos para garantizar espacios y seguridad en la puesta en marcha de eventos masivos. También se mencionaron acciones concretas de articulación con centros comerciales, IPS/EPS y Cajas de Compensación para acceder a escenarios y capacitaciones. Sin embargo, las menciones a estos temas, lejos de ser estrategias consolidadas, son presentadas por los participantes de las mesas como logros individuales y aislados que no generan cambios relevantes en las dinámicas de relación entre actores, pero que son importantes por cuanto consiguen suplir las ausencias en cuanto a lineamientos y estrategias desde lo nacional.

Creo que es importante fortalecer las mesas intersectoriales, departamentales, municipales: el trabajo con las Secretarías de Educación, las Secretarías de Salud... hemos venido trabajando de la mano, pero aún nos falta más fuerza, unir más recursos. No es posible que tengamos unos objetivos tan parecidos y pues realmente trabajando todos por separado. (Participante, Mesa Expertos Territoriales)

Así mismo, los participantes del nivel territorial enfatizaron en la importancia de consolidar y fortalecer las Mesas Regionales y los Comités Departamentales y Municipales para el fomento de la actividad física y el deporte. Entre los aspectos que fueron considerados centrales para la consolidación de estas mesas fue la posibilidad de crear un puente entre la institucionalidad y la ciudadanía y la optimización de recursos. Se mencionaron varias experiencias locales que resultaron en reuniones aisladas que no lograron constituirse como estrategia. En ese sentido, es evidente la percepción de los actores del nivel territorial sobre la falta de liderazgo del nivel central.

En cuanto a los actores del nivel nacional, también se enfatizó en la importancia de la articulación y en las falencias en este sentido. El énfasis que hacen estos actores está relacionado con las implicaciones positivas que tiene una adecuada articulación entre sectores para la optimización de recursos. A su vez, se mencionaron intentos por conformar mesas intersectoriales del nivel nacional, que no han tenido continuidad en el tiempo y, por consiguiente, no han obtenido resultados palpables.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Relaciones entre el sector público y el privado

De acuerdo con los consultados, las entidades públicas, en sus diferentes sectores y niveles administrativos, son las encargadas de dictar las estrategias y de dirigir los discursos hacia la población general y hacia el sector privado. Por su parte, según la opinión de los participantes de todas las mesas de discusión, el sector privado tiene el potencial de cumplir un rol muy importante para desincentivar los comportamientos sedentarios y promocionar la actividad física: las cajas de compensación, al ser las encargadas de operar políticas sociales que buscan mejorar la calidad de vida de las familias vulnerables, de los trabajadores y de sus familias, son aliados naturales; los medios de comunicación tienen la posibilidad de convertirse en medios para difundir y consolidar mensajes alusivos a los objetivos del sector; y, en general, las empresas privadas no relacionadas con el tema, pueden normatizar la actividad física entre sus empleados o apoyar campañas educativas.

Sin embargo, las relaciones entre el sector público y el privado parecen ser muy residuales. Como se mencionó en la sección anterior, los actores del nivel territorial refieren tener relaciones de cooperación esporádicas con actores como Cajas de Compensación, ARL, IPS/EPS o centros comerciales, entre otros. Pero más allá de alianzas puntuales, la relación entre el sector público y privado en cuanto a la promoción de la actividad física es casi inexistente.

En cuanto a los resultados del análisis cuantitativo sobre este tema, vale la pena resaltar la visión de los encuestados sobre las cajas de compensación familiar. En primer lugar, hay divergencia sobre el grado de involucramiento de estas entidades en la promoción de la actividad física. Mientras a nivel nacional, departamental y distrital se considera que están nada o poco involucradas a nivel municipal se considera que sí están involucradas. Además, la articulación con estas entidades ha sido hasta el momento muy débil. Independientemente del nivel territorial, la mayoría de los actores no se relacionan con las cajas de compensación familiar. Sin embargo, los encuestados consideran importante articularse en mayor medida con estas entidades teniendo en cuenta su cobertura, su capacidad de generación de recursos financieros y sus programas.

Finalmente, durante la recolección de información para el presente estudio, se evidenció la ambigüedad con la que es visto el sector privado para la promoción de la actividad física. Si, por una parte, se resalta el potencial que tienen las diferentes empresas y entidades como aliadas, también se alzaron voces de denuncia sobre el papel que juega actualmente: la labor fragmentada de las cajas de compensación, que no prestan sus servicios al grueso de la población a pesar de la gran cantidad de recursos que reciben, la difusión no regulada en los medios de comunicación de productos y hábitos no saludables o las empresas de fitness y gimnasios que, en muchos casos, llevan a cabo prácticas inadecuadas, son algunos ejemplos de esto.

Yo creo que también el sector privado juega un papel muy importante como actor clave, ya que muchas instituciones de índole privado proporcionan los espacios para la práctica de actividad física en diferentes ámbitos, por ejemplo, las cajas de compensación familiar acá en Norte de Santander, brindan espacios en diferentes instituciones tanto educativas como laborales a través de programas de actividad física que buscan digamos disminuir esa carga de enfermedades crónicas no transmisibles, entonces las cajas de compensación

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

creo que serían un ejemplo muy claro de como instituciones privadas pueden promover o proporcionar esos espacios para la práctica de actividad física. (Participante, Mesa Gestores Regionales)

El punto de vista sobre la demanda

Entre el individuo, el beneficiario y el ciudadano

En términos generales, los ciudadanos son vistos como agentes pasivos de las acciones y estrategias de la política. Todos los discursos de los consultados para el presente estudio estuvieron dirigidos a intervenir al individuo, las familias y la sociedad en general, con el fin de “alfabetizar”, “educar” y de generar cambios comportamentales para aumentar la actividad física.

Sobresale el escaso conocimiento que existe sobre los conceptos, expectativas y creencias que tiene la población sobre el tema; la percepción general es que las comunidades no conocen los beneficios de la actividad física ni los perjuicios de los comportamientos sedentarios, salvo en casos excepcionales como determinadas enfermedades. Esta percepción sobre falta de interiorización y apropiación de las nociones que se analizan se extiende al personal médico y educativo que, en teoría, debería estar encargado de fomentar hábitos de estilo de vida saludable.

En contraste con lo anterior, la participación comunitaria y ciudadana en las estrategias fue un punto señalado como clave para los participantes de las mesas de discusión. En primer lugar, se destacó la importancia de conocer las necesidades, dinámicas y expectativas que tienen los diversos sectores de la sociedad y su inclusión en las políticas públicas, con el fin de que estas tengan una mejor receptividad y apropiación por parte de las comunidades; en este sentido, la percepción generalizada tiene que ver con que existen falencias en la inclusión de la ciudadanía en el diseño de las políticas públicas para la promoción de la actividad física, así como diagnósticos insuficientes e inadecuados. Según los consultados, este es un actor que ha sido relegado a su condición de agente pasivo que recibe las acciones de la política y sus estrategias y, en general, se han realizado muy pocos diagnósticos que den luces sobre las necesidades y particularidades de la población.

Por otra parte, los consultados de todos los niveles coinciden en la importancia que tienen las comunidades y sus líderes para subsanar gran parte de las dificultades señaladas en el funcionamiento de los programas y estrategias; no solo porque son quienes conocen sus necesidades, sino también porque, a pesar de la invisibilidad señalada en la toma de decisiones, parece ser el actor con mayor capacidad de presión para impulsar las acciones, tanto hacia la institucionalidad como hacia el resto de la sociedad.

Pues los líderes son las personas de las comunidades que digamos van y pelean por la actividad física en sus barrios, para brindar servicio a su comunidad, entonces de alguna forma ellos ejercen presión en los entes deportivos y en las entidades públicas, en cuanto a los programas para que les den continuidad, entonces cuando ellos se... toman esa abogacía, hemos observado que los gerentes pues les ponen mucho cuidado, al ver que la gente está allá como comprometida, como que va y mira, como que gestiona... (Participante, Mesa Gestores Regionales)

Visión diferencial

Como se mencionó en el primer capítulo, en general, los individuos se encuentran con barreras para la práctica de la actividad física. Sin embargo, de acuerdo a sus particularidades, existen

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

circunstancias específicas que atañen sólo a algunos sectores sociales. A continuación, se hará referencia a las características y situaciones de los diferentes grupos poblacionales identificados como relevantes para un análisis de política pública.

a) Niños niñas adolescentes y Jóvenes

En la totalidad de las mesas de discusión llevadas a cabo dentro del presente estudio, los participantes señalaron falencias en el sistema educativo para incentivar la actividad física en niños, niñas, adolescentes y Jóvenes (NNAJ). Por una parte, se ha reducido la intensidad horaria de la asignatura de educación física y, para el caso de los primeros años de educación, esta asignatura no es obligatoria. Además, existe un déficit de docentes y personal calificado en el tema y, en muchos de los casos, la totalidad de los docentes con los que cuentan las Instituciones no están sensibilizados frente a la importancia de la actividad física en los primeros años del ciclo vital, con el fin de prevenir patologías y de generar hábitos saludables.

Quando estudiábamos nosotros eran 2 horas a la semana actividad física. Ahora es una hora y en la primaria no hay... O sea que, si no hace más actividad en casa o extraescolar hace solo una hora de actividad física a la semana, cuando lo recomendado son mínimo 150 minutos. (Participante, Mesa Regional)

Por otra parte, el creciente uso de medios electrónicos ha transformado las rutinas diarias de gran parte de la población, entre ellos, los niños, niñas y jóvenes. Antes de la coyuntura generada por la aparición de la Covid-19, ya se habían encendido algunas alarmas respecto a la relación del uso de pantallas con los comportamientos sedentarios. Sin embargo, ante la decisión del Gobierno Nacional de instaurar la educación virtual, los expertos convocados a las mesas de discusión apuntan a que ha habido un aumento significativo en el uso de dispositivos electrónicos entre la población en edad escolar. Paradójicamente, en algunos sectores sociales, los comportamientos sedentarios también se han visto aumentados por cuenta de la dificultad de conexión comunicación entre docentes y estudiantes a causa de las falencias en la conexión a internet y la escasa disponibilidad de dispositivos por parte de los estudiantes.

b) Adultos

Otro aspecto coincidente entre los participantes en las mesas, tiene que ver con las barreras con que se encuentran los adultos para realizar actividad física y evitar los comportamientos sedentarios: las extensas jornadas laborales, los prolongados desplazamientos en las ciudades más congestionadas y, actualmente, el teletrabajo excesivo.

En primer lugar, los horarios laborales y los tiempos de desplazamiento diarios han limitado la posibilidad de realizar actividad física. Adicionalmente, las pausas activas en las oficinas no siempre se realizan o los trabajadores evitan realizarlas, por falta de consciencia sobre su importancia, pero también por ausencia de personal capacitado que sensibilice a los trabajadores y proponga actividades que resulten atractivas. Ahora bien, según los expertos consultados, son pocas las

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

empresas que han avanzado en el reconocimiento de la importancia de la actividad física en los espacios laborales. En muchas compañías no se cuenta con infraestructura adecuada para el ejercicio y no existen lineamientos de promoción de la actividad física, lo que desincentiva su práctica por parte de los empleados.

Hay que generar otra serie de espacios, comenzar hacer conciencia de las famosas pausas activas que si bien están plasmadas en una cuestión legal la mayoría de personas y empresas simplemente las hace o las cumple por la normatividad, pero no teniendo en cuenta la parte consciente de esa serie de situaciones, creo que el tema de actividad física y de educación física debe ser un eje paralelo a la vida. (Participante, Mesa Sectores Nacionales)

Adicionalmente, los desplazamientos al interior de las ciudades son extensos y peligrosos, no sólo por la posibilidad de robos sino también por una inadecuada infraestructura existente, por lo cual, muchas personas han optado por medios de transporte motorizados que les permita trasladarse de manera más rápida y segura dentro de la ciudad.

Finalmente, el teletrabajo instaurado a partir de la coyuntura generada por la Covid-19 ha resultado en la disminución en la necesidad de desplazamiento y, por consiguiente, un aumento de las prácticas sedentarias.

...una persona que trabaja en oficina tiene que cumplir cierta cantidad de horas laborales y ahorita en pandemia nos obliga a estar siempre conectados a un computador atendiendo o cumpliendo metas objetivos. (Participante, Mesa Gestores Regionales)

c) Personas mayores

En el caso de las personas mayores, se presentan condiciones de salud que pueden restringir su movilidad, lo que dificulta, tanto la actividad física en su vida diaria como el acceso a la oferta local de programas destinadas para ellos. Esta situación se agudiza en las mujeres mayores, a causa de factores culturales que las ha circunscrito durante su vida a espacios privados que, con el aumento de la edad y el traspaso generacional de las labores del hogar a mujeres más jóvenes dentro de la familia, resultan en rutinas de vida más sedentarias que las de otros grupos poblacionales.

Adicionalmente, el diseño de la infraestructura de las ciudades y la inseguridad en los espacios públicos, condicionan el libre desplazamiento de las personas mayores, quienes se encuentran con peligros para su seguridad física y, en muchos casos, requieren del acompañamiento constante de otras personas, el cual no siempre está disponible.

... y lo que era difícil no era que no tuvieran el celular, sino que tienen el celular, pero no le hemos enseñado a manejarlo o que la familia no se lo prestaba o no tenía como ese acceso. Entonces, la educación y el acceso a la tecnología de la persona mayor, creo que es una de las cosas fundamentales. (Participante, Mesa Regional)

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Finalmente, las medidas de confinamiento tomadas en respuesta a la crisis generada por la Covid-19, ha contribuido a limitar las posibilidades de realizar actividad física por parte de esta población. En primer lugar, porque, al ser la población que se encuentra en mayor riesgo de presentar complicaciones a causa de la enfermedad, tienen mayores restricciones de movilidad y contacto social. Y, por otra parte, porque las opciones virtuales que se ofrecen desde ámbitos institucionales, privados y comunitarios tienen menos acogida en este tipo de población debido a la renuencia y dificultad (en una gran parte de esta población) para el uso de dispositivos electrónicos.

d) Personas con discapacidad

Las personas con discapacidad son quienes presentan mayores barreras para realizar actividad física.

La principal barrera que se identifica para esta población es la invisibilidad en la que se encuentran dentro de la sociedad. Esto implica una ausencia de diagnósticos y caracterización sobre las condiciones físicas y sociales en las que se encuentran y la escasa oferta especializada, en cuanto a programas y a personal calificado, para cada situación. A pesar de que se reconoce la existencia de programas e iniciativas para atender a este tipo de población, también se evidencia que el alcance y especialización de estas sigue siendo muy limitado.

A nivel departamental tengo conocimiento que existe un programa que se llama Inclusión Social y ese programa Inclusión Social pues trata de abarcar ese tipo de población con discapacidad o en alto grado de vulnerabilidad ¿sí? Básicamente, ¿qué hacen con ellos? Trabajan disciplinas deportivas, pero yendo hacia la parte de actividad física que es algo no tan estructurado. Creería que le falta un poco más darle fuerza por el lado de la actividad física. (Participante, Mesa Monitores Regionales)

Por otra parte, la infraestructura y diseño de los barrios y ciudades no tiene en cuenta un enfoque incluyente, lo que restringe las posibilidades de movilidad y desplazamiento de este tipo de población, contribuyendo a su mayor invisibilidad y a aumentar las barreras de acceso a programas y actividades. Sumado a esto, las obligaciones de todos los miembros de los hogares y el escaso personal humano con el que se cuenta desde la institucionalidad restringen las posibilidades de que las personas con discapacidad cuenten con el acompañamiento que necesitan para la realización de actividad física.

e) Regional-territorial

Las barreras de oferta y acceso se agudizan en algunos sectores, según sean sus características geográficas, climáticas, sociales y/o culturales, entre otras.

Así, por ejemplo, las poblaciones que residen en zonas rurales tienen menor acceso a la oferta institucional para el ejercicio de actividades físicas, debido a las dificultades que tiene la institucionalidad para llegar a estos sectores, ya sea con programas o con infraestructura deportiva. Estas dificultades se presentan por barreras administrativas, escasez de recursos (financieros y

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

humanos) o por la imposibilidad de acceso a causa de las características geográficas o por problemas de orden público. Si bien, esta es una situación recurrente en las zonas rurales y más alejadas de los núcleos urbanos, los participantes de las mesas también señalaron la ocurrencia de esta situación en los sectores menos privilegiados de las grandes ciudades.

Otro factor que influye en las diferencias territoriales son los factores climáticos. Las soluciones que han funcionado en algunas regiones, como el aumento de la actividad física mediante el desplazamiento desde y hacia los lugares de estudio y trabajo, no son aptos para regiones en las que las altas temperaturas o las frecuentes lluvias dificultan la movilidad de las personas.

Finalmente, los factores sociales y culturales también juegan un papel central en la receptividad de los programas institucionales. Mientras que, en algunas regiones, las actividades al aire libre, musicalizadas y que evoquen fiesta y celebración son bien recibidas y motivan a la población a participar; en otras regiones, las personas prefieren actividades más discretas y privadas.

Parte III. Implicaciones de política: a modo de conclusión

Un referente que se está asentando

A modo de conclusión se va a intentar en los siguientes tres acápite poner en diálogo los hallazgos y las interpretaciones principales con la tarea que se quiere adelantar de construir unos lineamientos de política sobre el tema de la actividad física. Lo primero que se puede rescatar se relaciona con el tratamiento que se le dio a la actividad física como referencial. En este sentido, se argumentó que la idea de actividad física presenta una cierta convergencia entre los interesados: aunque existen brechas hacia afuera (véase el acápite siguiente), la investigación mostró que las personas que están relacionadas con el tema comparten unas imágenes y unos significados clave acerca de la actividad física y los comportamientos sedentarios.

Estos giran alrededor de las nociones de movimiento, y de ciertas prácticas cotidianas y sociales como el caminar, correr, hacer deporte, bailar, jugar, transportarse, entre otras. Estas imágenes compartidas se apuntalan en los imaginarios gracias a algunos supuestos sobre la sociedad contemporánea (el malestar relacionado con las nuevas formas de trabajo y las tecnologías de la comunicación) y a una suerte de código moral implícito en la idea de actividad física que la juzga como una causa justa gracias a sus consecuencias positivas a nivel individual y colectivo, o a que se corresponde con ideas y comportamientos virtuosos relacionados con los hábitos, el orden, el hacer, el control de las emociones, la fortaleza de carácter (la voluntad), etc. En conjunto, estos hallazgos estarían indicando que la actividad física es un referencial que está en proceso de asentamiento: en tanto que tal está tratando, en otras palabras, de volverse una cuestión de sentido común cuya justificación debe ser casi que evidente en sí misma.

Este proceso de asentamiento debe señalar también que en alguna medida las personas (por lo menos el grupo de personas involucradas con los temas de actividad física) esperarían de unos lineamientos ver reflejados de manera general los grandes temas y asociaciones, más allá de los tecnicismos que se quieran utilizar para definirla. Por supuesto, este hallazgo de la convergencia hacia adentro tiene de positivo el hecho de que la socialización de los lineamientos no va a caer en

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

un vacío sino en un terreno abonado en el que las personas manejan, con distintos grados de abstracción, los conceptos clave.

Ahora bien, este aspecto positivo no debe hacer olvidar que todo proceso de asentamiento cultural de una política pública nunca va a estar libre de tensiones, ambigüedades y silencios: en cuanto a las primeras, nótese que mientras el modelo del malestar de la sociedad contemporánea produce una imagen algo “sobresocializada” de los individuos (la persona como fruto de las estructuras); la narrativa del movimiento como virtud pone sobre un primer plano las decisiones y la voluntad individual (la agencia, diríamos en la jerga contemporánea) en materia de actividad física. Esta tensión entre individuo y sociedad es algo que sobrepasa igualmente estas consideraciones, pero que no obstante debe ser abordada -así sea de manera implícita- por unos lineamientos que intenten articular ideas con instituciones y estrategias.

Lo mismo ocurre con el caso de las ausencias: todo referente va a privilegiar ciertas imágenes e ideas y a relegar otras. Para el caso, puede intuirse que están muy presentes las ideas de la actividad física provenientes de campos y disciplinas como la salud pública, la educación física, la medicina y algo de la psicología del bienestar. En menor medida se encuentran los saberes relacionados con las humanidades, el desarrollo humano, los derechos o la espiritualidad. Como resulta obvio, la realidad obliga a priorizar. Pero la implicación en términos de lineamientos es escoger conscientemente aquellas perspectivas que tienen un mayor sentido dados los objetivos y negociar poner en circulación nuevas imágenes, miradas y conceptos.

Oportunidades de participación y articulación

Una de las oportunidades más importantes que fueron identificadas para el diseño y puesta en marcha de una política pública para la promoción de la actividad física tiene que ver con la articulación y participación de los diferentes actores.

En cuanto a lo primero, la evidencia recogida sugiere la necesidad tanto de apropiarse como de desarrollar lo estipulado en la normatividad acerca de la articulación y coordinación de las entidades y los actores de cara a la promoción de la actividad física. Como fue descrito anteriormente, el SND estableció una estructura institucional para la promoción del deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre, con sus respectivos niveles territoriales, actores y funciones. Las opiniones y las narrativas que se recogieron por medio de las encuestas y los talleres contienen percepciones que señalan la falta de articulación y coordinación entre los niveles y actores principales relacionados con la actividad física, así como el carácter jerárquico (vertical) del SND o la ausencia de una definición rigurosa acerca de las funciones que cumplen los actores clave.

Estos elementos del diagnóstico sugieren la necesidad de abordar la relación entre los actores, su articulación y coordinación mutuas desde un enfoque de gobernanza que parta de la estructura institucional vigente (el SND) y, al mismo tiempo, tenga en cuenta esa necesidad sentida de espacios de diálogo multinivel y multisectoriales. Dichos espacios podrían servir de base, por una parte, para recoger la experiencia y las propuestas de los actores relevantes en cuanto a la promoción de la actividad física, teniendo en cuenta las particularidades de los territorios y las administraciones. Por otra parte, la necesidad de dicha aproximación multinivel y multisectorial, y el desarrollo de espacios

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

correspondientes, puede servir de mecanismo para la adopción y el desarrollo de políticas de promoción de actividad física que tengan en cuenta los lineamientos nacionales, y las particularidades y experiencias locales.

En este sentido, un segundo aspecto relacionado con implicaciones de política se refiere a la participación y experiencia de los diferentes actores. Como se ha dicho, la alineación existente sobre las nociones clave para el sector es notoria en lo que se refiere a sus integrantes. Sin embargo, los consultados refirieron que aún existen brechas en cuanto a la interiorización de los conceptos y prácticas relevantes, no sólo entre la población objetivo de la política sino también entre los profesionales de la salud y la educación que tienen contacto directo con los individuos y las familias.

En este sentido, fue manifiesta la necesidad de promover y fortalecer la participación. Se mencionaron experiencias interesantes que pueden ser el punto de partida para consolidar un diálogo que logre alinear las visiones de todos los interesados: mesas intersectoriales, nacionales, departamentales y municipales. Construir sobre lo construido debe ser la premisa. Así, rescatar las experiencias exitosas, a pesar de no haberse constituido como estrategias sino como acciones concretas, es una oportunidad de mejora con gran potencial. Para esto, es necesario, en primer lugar, convocar a los actores que ya han participado en este tipo de espacios, así como a quienes en el pasado se han mostrado dispuestos a ser parte de alianzas o acciones compartidas, con el fin de recoger experiencias y planificar sobre lo que ya existe.

La inclusión de la población civil en el diagnóstico, diseño y puesta en marcha de las estrategias también fue un aspecto considerado como estratégico en la mejora de la política. Conocer las necesidades y expectativas de la población, mediante la elaboración de diagnósticos y la sistematización de las experiencias, contribuirá a dirigir los esfuerzos de manera más eficiente. Adicionalmente, el conocimiento que tienen los líderes de las comunidades y las condiciones en las que viven es un insumo importante a la hora de ajustar los lineamientos dictados por la institucionalidad. Finalmente, la capacidad que tienen la movilización comunitaria para presionar la toma de decisiones y para catalizar los procesos en territorio (mediante la difusión de mensajes y la motivación a los sectores menos involucrados) ha sido identificada como fundamental.

Si bien es claro que son los integrantes del sector quienes cuentan con conocimientos y herramientas fundamentales para consolidar el tema, también lo es la importancia de dar protagonismo a otros tipos de conocimientos y experiencias con el potencial de enriquecer las estrategias. En suma, es fundamental establecer diálogos multisectoriales y multiniveles, en los que todos los actores tengan la oportunidad real de opinar, construir y decidir, en lugar de apuntar a que la política se construya sobre los principios propios del sector, mientras los demás actores se alinean con estos.

Reputación y oferta institucional

Como se mencionó en la sección de normas, instituciones e intervenciones, los programas institucionales HEVS y VAS del Ministerio del Deporte son reconocidos y bien valorados por los actores que se desempeñan en el campo de la actividad física lo que evidencia apropiación de estos programas en territorio. Esto representa una oportunidad para el posicionamiento del sector en la

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

medida que la oferta institucional puede apalancarse en estrategias ya existentes para continuar la gestión de la promoción de la actividad física y disminución de comportamientos sedentarios. A esto se suma, la progresiva inclusión de la actividad física dentro de los instrumentos de planeación territorial lo que podría garantizar hasta cierto punto la continuidad de los programas institucionales.

Pese a lo anterior, se identifican retos para la gestión de la actividad física en los territorios. Como se comentó previamente se destaca la falta de continuidad de los programas y la escasez de recursos como barreras que impiden la consolidación de las estrategias en los municipios. Por lo tanto, es necesario fortalecer las relaciones intersectoriales con el fin de trabajar articuladamente y optimizar los recursos. Asimismo, es preciso que el diseño de los programas comprendan el contexto local y sean adaptados a cada población teniendo en cuenta las características particulares del territorio, la población objetivo (ciclo vital, creencias y costumbres), y el contexto (clima, acceso a espacios, etc). En la definición de los proyectos es preciso involucrar a las comunidades y sus líderes para que estos sean diseñados acorde a las necesidades de cada población.

Finalmente, teniendo en cuenta el ciclo de la política pública, debe haber un seguimiento y evaluación tanto de los programas del Ministerio del Deporte como de iniciativas propias territoriales. En este proceso es fundamental contar con el apoyo de la academia con el fin de fortalecer la gestión del conocimiento, capitalizar aprendizajes y optimizar recursos. Lo anterior, permitirá realizar ajustes a la oferta institucional mejorando el alcance y efectividad de las estrategias encaminadas a promover la actividad física y disminuir los comportamientos sedentarios.

Referencias

- Bourdieu, P. (1994). Rethinking the State: Genesis and Structure of the Bureaucratic Field. *Sociological Theory*, 12(1), 1–18.
- Bourdieu, P. (2010). Las estructuras sociales de la economía. Buenos Aires: Manantial.
- Burt, R. (1992). Structural Holes. Cambridge: Harvard University Press.
- Douglas, M. (1973). Pureza y peligro. México D.F.: Siglo XXI Editores.
- Douglas, M. (1996). Cómo piensan las instituciones (Alianza Ed). Madrid.
- García B, González S, Quiroz A, Velásquez A. Técnicas interactivas para la investigación social cualitativa. Medellín: FUNLAM; 2002
- Gupta, A. (1995). Blurred Boundaries: The Discourse of Corruption, the Culture of Politics, and the Imagined State. *American Ethnologist*, 22(2), 375–402.
- Hanneman, R., & Riddle, M. (2005). Introduction to social network methods. Riverside: University of California.
- Mill, J.S. (2014). El utilitarismo. Madrid: Alianza Editorial.
- Muller, P. (2010). Las políticas públicas. Bogotá: Universidad Externado de Colombia.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Roth, A.-N. (2014). Políticas públicas. Bogotá: Ediciones Aurora.

Shore, C. (2010). La antropología y el estudio de la política pública: reflexiones sobre la “formulación” de las políticas. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología*, 10, 21–49.

Shore, C., & Wright, S. (2005). Policy. A new field of anthropology. En C. Shore & S. Wrigth (Eds.), *Anthropology of Policy. Critical perspectives on governance and power* (pp. 3–30). London: Routledge.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Anexos

Anexo 1. Instrumento Cuantitativo

Estimada (o) participante, reciba un cordial saludo:

La presente encuesta ha sido realizada por IPSOS COLOMBIA con la colaboración del Ministerio del Deporte. Tiene como fin conocer su opinión sobre temas importantes en torno a la actividad física en su municipio o departamento y su experiencia en la implementación de acciones orientadas a la promoción de la actividad física y reducción de comportamientos sedentarios.

Si acepta participar, los datos suministrados serán utilizados como insumo en la formulación de lineamientos orientadores para el país. Garantizamos confidencialidad de su identidad, de acuerdo con el código de ética de ESOMAR y de la ley de Protección de Datos por los cuales nos regimos (<http://www.esomar.org>). Sus datos personales serán tratados conforme a nuestra Política de Tratamiento de datos personales. Usted podría ser contactado posteriormente con fines de control de calidad.

Si desea confirmar la veracidad de este estudio, puede comunicarse con el Gerente del Proyecto María Fernanda Gómez, email: mariafernanda.gomez@ipsos.com.

SECCIÓN A INFORMACIÓN PRELIMINAR

(Primero una información para conocer sobre usted)

CS1. Sexo RU

1. Hombre
2. Mujer

CS2.1 ¿Cuál es su fecha de nacimiento? (PROG: formato día/mes/año, si el año es igual o mayor a 2002 finalizar encuesta)

CS3. 1 ¿A cuál grupo étnico pertenece? RU

1. Indígena
2. Rrom
3. Gitanos
4. Negros
5. Mulato
6. Afrocolombiano
7. Raizal del archipiélago
8. Palenquero(a) de San Basilio
90. Ninguna de las anteriores (PROG: EXCLUYENTE)

89. Otro ¿Cuál?

CS4 ¿Cuál es el nivel educativo más alto alcanzado por usted (graduado)? RU

1. Básica primaria (1° a 5°)
2. Secundaria
3. Técnica
4. Tecnológica
5. Pregrado
6. Especialización
7. Maestría
8. Doctorado

CS4.1 ¿Cuál es su profesión u ocupación? (PROG: ABIERTA MÁX 50 caracteres) _____

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

CS5. ¿A cuál de las siguientes organizaciones estuvo vinculado laboralmente en el 2020? Si estuvo vinculado a más a de una, por favor marque la entidad en la que tuvo una mayor dedicación laboral RU

- 1.Ministerio del Deporte
- 2.Alcaldía
- 3.Ente deportivo departamental
- 4 Ente deportivo municipal
- 5.Gobernación
- 6.ICBF
- 7.Cajas de Compensación Familiar
- 8.Organizaciones Sociales
- 9.Sector Privado
- 10.Universidades
11. Sociedades científicas
12. Ministerio de Salud y Protección social
13. Secretaría de Salud municipal o departamental
- 89.Otro ¿Cuál? _____

C5.2 ¿En qué nivel trabaja regularmente? RU

1. Nacional
2. Departamental
3. Municipal
4. Distrital
89. Otro ¿Cuál? _____

C5.1¿Cuál es su rol en el sector de la actividad física? Señale todos los que apliquen RM

1. Entrenador/instructor / profesor
2. Educador físico en una institución educativa
3. Gestor Programa HEVS
4. Articulador HEVS-VAS
5. Usuario/cliente
6. Administrador/gerente/coordinador de entidades del sector privado
7. Supervisor, funcionario o contratista de ente deportivo
8. Director, secretario o gerente de ente deportivo
9. Líder comunitario
10. Investigador/académico
11. Docente Universitario
89. Otro ¿cuál? _____

SECCIÓN B COMPORTAMIENTOS SEDENTARIOS

(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos de los comportamientos sedentarios)

ACT2. En máximo 200 caracteres, ¿Qué prácticas o acciones asocia con comportamientos sedentarios?: (PROG: ABIERTA MÁX 200 caracteres) _____

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

ACT10. ¿Cuáles son las situaciones que incrementan los comportamientos sedentarios en su municipio o departamento? (si trabaja en el nivel departamental, registre la información que predomine en el departamento) Señale máximo 4 opciones. RM (PROG: MÁX 4 OPCIONES)

1. Restricciones de movilidad causadas por la pandemia del COVID-19
2. Falta de motivación personal para realizar actividad física
3. Tiempo excesivo frente a pantallas (celulares, televisión, tabletas, computadores, video juegos)
4. Falta de tiempo disponible para la actividad física
5. Falta de apoyo por parte de familiares y/o amigos para practicar actividad física
6. Falta de espacios físicos disponibles para realizar actividad física
7. Condiciones de inseguridad pública
8. Condiciones climáticas
9. Uso de medios de transporte motorizado como carro o moto.
10. Falta de infraestructura: (andenes, ciclo rutas, senderos, parques, plazoletas o canchas deportivas)
11. Falta de programas, iniciativas o servicios para la práctica de actividad física
12. Falta de información sobre programas, iniciativas o servicios para la práctica de actividad física
13. Costumbres y valores que no incentivan la práctica de actividad física
14. Falta de información sobre los beneficios de la actividad física
89. Otro ¿Cuál?

90. (PROG: EXCLUYENTE) Ninguno

92. (PROG: EXCLUYENTE) No sabe

SECCIÓN C ACTIVIDAD FÍSICA

(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos de la promoción de la actividad física)

ACT1. En máximo 200 caracteres, ¿Qué prácticas o acciones asocia con actividad física?

(PROG: ABIERTA MÁX 200 caracteres) _____

ACT9. En general ¿Cuáles son las barreras que dificultan la implementación de programas (públicos, privados o comunitarios) que promueven actividad física en su municipio o departamento? (si trabaja en el nivel departamental, registre la información que predomine en el departamento) Señale las 4 principales. (PROGRAMADOR: MÁX 4 RESPUESTAS) RM

1. Falta de personal capacitado
2. Falta de trabajo intersectorial
3. Falta de apropiación de los programas en el territorio
4. Poca demanda por parte de los habitantes del municipio o departamento
5. Falta de infraestructura o espacios aptos para la práctica de actividad física
6. Falta de divulgación sobre los programas de actividad física
7. Falta de inversión de recursos financieros
8. Falta de continuidad de los programas
9. Falta de voluntad política
10. Falta de liderazgo de la comunidad
89. Otra barrera ¿Cuál? _____

90. (PROG: EXCLUYENTE) No hay barreras

ACT 20. ¿La actividad física, ha sido incluida dentro de las metas y/o propósitos de algunos de los siguientes instrumentos de planeación en su municipio o departamento? Señale todas las que apliquen. RM

1. Planes de desarrollo departamental o municipal
2. Planes sectoriales para el Deporte, la recreación y la actividad física municipales o departamentales
3. Planes de ordenamiento territorial (POT)
4. Todos los anteriores
89. Otras ¿Cuáles? _____
90. No ha sido incluida en herramientas de planeación municipal o departamental

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

ACT 21. ¿Cuáles son las principales fuentes de financiación de los programas públicos de actividad física en su departamento o municipio? (si trabaja en el nivel departamental, registre la información que predomine en el departamento) Señale todas las que apliquen. RM

1. Presupuestos de gobernaciones o alcaldías
2. Ministerio del Deporte
3. Regalías
4. Tasa Prodeporte
5. Sector privado
89. Otras ¿Cuáles? _____

ACT 22. En una escala de 1 a 10, donde 1 es nada efectivo y 10 es muy efectivo ¿Qué tan efectivo es el trabajo intersectorial para la promoción de la práctica de actividad física en su municipio o departamento? (si trabaja en el nivel departamental, registre la información que predomine en el departamento) RU

Nada efectivo									Muy efectivo
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

SECCIÓN D COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES Y SALUD MENTAL

(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos asociados con las competencias socioemocionales y la salud mental)

ACT7C.1 En máximo 200 caracteres, ¿Qué palabras o conceptos asocia con competencias socioemocionales?: (PROG: ABIERTA MÁX 200 caracteres) _____

ACT7C. ¿Cuáles de los siguientes conceptos asocia usted con competencias socioemocionales? Señale los 4 principales. (PROGRAMADOR: MÁX 4 RESPUESTAS) RM

1. Capacidad de autoreflexión
2. Habilidades sociales
3. Autonomía personal
4. Inteligencia interpersonal
5. Solución de conflictos
6. Convivencia
7. Autocontrol
8. Adaptabilidad al cambio
9. Confianza
10. Autoestima
11. Empatía
12. Trabajo en equipo
13. Resiliencia
14. Compromiso
15. Control de las emociones
16. Asertividad
17. Optimismo
90. Ninguna
92. No sabe
89. Otro ¿cuál? _____

ACT7B. ¿Cuáles de los siguientes beneficios trae la actividad física para la salud mental de las personas? Señale los 3 principales. (PROGRAMADOR: MÁX 3 RESPUESTAS) RM

1. Disminución del estrés
2. Disminución de la ansiedad
3. Disminución de síntomas de depresión
4. Mejoría en función cognitiva (ej: atención, concentración, aprendizaje)

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

- 5. Mejoría del sueño
- 6. Mejoría en productividad
- 90. Ninguno
- 92. No sabe

89. Otro ¿cuál? _____

ACT7D. ¿Cuáles de los siguientes beneficios traen las iniciativas, programas o estrategias de promoción de actividad física para las comunidades? Señale las 4 opciones principales. (PROGRAMADOR: MÁX 4 RESPUESTAS, HABILITE OPCION OTRO CUÁL EN TODOS LOS CASOS) RM

- 1. Mejor convivencia
- 2. Mayor seguridad
- 3. Mayor cooperación
- 4. Fortalecimiento de lazos sociales
- 5. Fortalecimiento de capital social (características de la organización social, tales como redes, normas, y confianza social, que facilitan la coordinación y cooperación para el beneficio mutuo. Putnam RD et al. 2008)
- 6. Disminución de la violencia
- 7. Recuperación de espacios públicos
- 90. Ninguno
- 92. No sabe
- 89. Otro ¿cuál? _____

SECCIÓN E OTROS PROGRAMAS O ACCIONES DIFERENTES A HEVS

(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos de la promoción de la actividad física diferentes a los Programas de Hábitos y Estilos de Vida Saludable HEVS, que se coordinan desde el Ministerio del Deporte y se implementan con los entes deportivos departamentales y municipales)

ACT3. 13 ¿Conoce usted acciones, estrategias, iniciativas o intervenciones de promoción de actividad física y reducción de comportamientos sedentarios DIFERENTES al Programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable (HEVS) o Vías Activas y Saludables (Ciclovías recreativas) en su departamento o municipio? RU

- 1. Sí ¿Cuáles? ____ (PROG: ABIERTA MÁX 200 caracteres)
- 2. No (PROG: PASAR A ACT4)

ACT3. (PROGRAMADOR solo si ACT3.13 cod 1) Por favor elija una de las acciones, estrategias, iniciativas o intervenciones que haya mencionado en la respuesta anterior. Por favor responda las siguientes preguntas pensando en esa acción, estrategia, iniciativa o intervención.

No	Pregunta
1.	¿Cuál es el nombre de la acción, estrategia, iniciativa o intervención? (PROG: ABIERTA MÁX 50 CARACTERES)
2.	Por favor describa en máximo 300 caracteres en qué consiste y en cuáles municipios y departamentos se implementa (PROG: Incluir respuesta de ACT3.1) (PROG: ABIERTA MÁX 300 CARACTERES)
3.	<p>¿Qué entidades están a cargo de la implementación de (PROG: Incluir respuesta de ACT3.1)? Señale todas las que apliquen. RM</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Ministerio del Deporte 2. Alcaldía Municipal o Distrital 3. Entes deportivos departamentales 4. Entes deportivos municipales 5. Gobernación 6. ICBF

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

	7. Cajas de Compensación Familiar 8. Organizaciones Sociales o Redes 9. Gimnasios y centros de movimiento 10. Medios de Comunicación 11. Centros Comerciales 12. Universidades 13. Sociedades científicas 14. Ministerio de Salud y Protección social 15. Ministerio de Educación 16. Secretaría de Salud municipal o departamental 17. Secretaría de Educación municipal o departamental 18. Fuerza pública (Policía Nacional, Ejército, Fuerza Aérea, Armada Nacional) 89. Otra ¿Cuál? _____ 92. No sabe
4.	¿Cuál es la población priorizada por (PROG: Incluir respuesta de ACT3.1)? Señale todos los que apliquen. RM 1. Primera infancia (hasta los 5 años 11 meses) 2. Niños y adolescentes (de 6 a 17 años y 11 meses) 3. Adultos (de 18 a 59 años 11 meses) 4. Personas mayores (a partir de 60 años) 5. Mujeres gestantes y en periodo post parto 6. Personas con discapacidad 92. No sabe
5.	¿En qué dominios de la actividad física se enfoca (PROG: Incluir respuesta de ACT3.1)? Señale todos los que apliquen. RM 1. Hogar (tareas del hogar) 2. Trabajo / Ocupacional 3. Tiempo Libre 4. Transporte 92. No sabe
6.	¿ En qué ámbito de la actividad física se ejecuta (PROG: Incluir respuesta de ACT3.1) Señale todos los que apliquen. RM 1. Comunitario 2. Salud 3. Educativo 4. Laboral 92. No sabe
7.	¿Cuántos días a la semana se realiza (PROG: Incluir respuesta de ACT3.1)? (PROG: NUMERICO 1 A 7) 92. No sabe
9.	De los participantes en las diferentes actividades desarrolladas por (PROG: Incluir respuesta de ACT3.1), considera que existe mayor afluencia de: RU 1. Hombres 2. Mujeres 3. Por igual 92. No sabe
10.	¿Desde qué año se ha implementado (PROG: Incluir respuesta de ACT3.1) en su municipio o departamento? (PROG: NUMERICO 1950- 2020) 92. No sabe
11.	¿De dónde provienen los recursos para la implementación de (PROG: Incluir respuesta de ACT3.1)? Señale todos los que apliquen. RM 1. Sector privado 2. Donaciones 3. Recursos propios departamentales o municipales 4. Sistema General de Regalías 5. El usuario o participante paga por acceder 89. Otro ¿cuál? _____ 92. No sabe
12.	¿La acción, intervención, o estrategia (PROG: Incluir respuesta de ACT3.1) contempla actividades virtuales? RU 1. Sí 2. No

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

	92. No sabe
14.	<p>En qué tipo de escenario se desarrolla (PROG: Incluir respuesta de ACT3.1) RM</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Parque público 2. Club deportivo o parque privado 3. Sala común dentro de establecimiento público 4. Sala común dentro de establecimiento privado 5. Calles 6. Salón comunal 7. Plazas o plazoletas 8. Zonas verdes 9. Canchas deportivas 10. Plataforma virtual 89. Otro lugar. ¿Cuál? 90. (PROG: EXCLUYENTE) No hay espacios

SECCIÓN F ESCENARIOS PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos relacionados con los escenarios o sitios para la práctica de actividad física)

ACT 4. ¿Cuáles son los principales escenarios para la práctica de actividad física que existen en su municipio o departamento? (si trabaja en el nivel departamental, registre la información que predomine en el departamento) Señale los 4 principales (PROGRAMADOR: MÁX 4 RESPUESTAS) RM

1. Estadio o coliseo público cubierto
2. Parque público
3. Club deportivo o parque privado
4. Sala común dentro de establecimiento público
5. Sala común dentro de establecimiento privado
6. Calles
7. Salón comunal
8. Plazas o plazoletas
9. Zonas verdes
10. Canchas deportivas
11. Plataformas virtuales
89. Otros ¿Cuáles?

ACT 4. 1 ¿Cuáles son las principales problemáticas que se presentan en los escenarios o espacios empleados para la práctica de actividad física en su municipio o departamento? (si trabaja en el nivel departamental, registre la información que predomine en el departamento) Señale las 3 principales (PROGRAMADOR: MÁX 3 RESPUESTAS) RM.

1. Mantenimiento de las áreas
2. Inseguridad
3. Disponibilidad para su uso
4. Capacidad (número de personas en los escenarios)
5. Falta de escenarios
89. Otras Cuáles _____
90. Ninguna (PROG:EXCLUYENTE)

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

SECCIÓN G PROGRAMA HáBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE HEVS

(Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos de la promoción de la actividad física a través del Programa Hábitos y Estilos de Vida Saludable HEVS que se coordina desde el Ministerio del Deporte y se implementa con los entes deportivos departamentales y municipales)

ACT11. ¿Conoce usted el Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable (HEVS) del Ministerio del Deporte? RU

1. Sí
2. No

ACT11.1 ¿Conoce usted el Programa Nacional de Vías Activas y Saludables (VAS)? RU

1. Sí
2. No

ACT12. (PROGRAMADOR: SOLO SI COD 1 EN ACT11) En una escala 1 a 10, donde 1 es nada efectiva y 10 muy efectiva, ¿qué tan efectivas han sido estas estrategias del Programa Hábitos y Estilos de Vida Saludable (HEVS) en su municipio o departamento? (si responde por un programa departamental, registre la información que predomine en el departamento) RU POR FILA

	Nada efectiva										Muy efectiva	No sabe
1. Grupos regulares	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	92
2. Grupos no regulares	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	
3. Eventos masivos	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	92
4. Vías activas y saludables VAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	92
5. Consejerías a hogares	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	92
6. Asesoría a Instituciones u Organizaciones (IUO)	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	92
7. Acciones para promover hábitos y estilos de vida saludables (HEVS)	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	92
8. Caminata 5k por la Salud	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	92
9. Celebración día Mundial de la actividad física	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	92
10. Ruta del Movimiento	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	92

SECCIÓN H RELACIONES CON ACTORES DEPARTAMENTALES O MUNICIPALES (Ahora queremos conocer su opinión frente a algunos aspectos y dinámicas de los actores departamentales o municipales que intervienen en la promoción de actividad física)

ACT14. En una escala de 1 a 10, donde 1 nada involucrado y 10 muy involucrado, ¿qué tan involucrados están los siguientes actores en la promoción de la actividad física en su municipio o departamento? (si trabaja en el nivel departamental, registre la información que predomine en el departamento) RU POR FILA

	Nada involucrado										Muy involucrado	No sabe
1. Ministerio del Deporte	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	92
2. Alcaldía	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	92

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia									27	08	2021
	PRODUCTO No. 2											

3. Entes deportivos departamentales	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
4. Entes deportivos municipales											
5. Gobernación	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
6. ICBF	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
7. Cajas de Compensación Familiar	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
8. Organizaciones Sociales	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
9. Gimnasios y/o centros de movimiento	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
10. Medios de Comunicación	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
11. Centros Comerciales	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
12. Universidades	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
13. Sociedades científicas											
14. Ministerio de Salud y Protección Social	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
15. Secretarías de salud departamentales o municipales	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
16. Secretarías de Educación departamentales o municipales	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92
17. Fuerza pública (Policía Nacional, Ejército, Fuerza Aérea, Armada Nacional)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	92

ACT14.4 En el marco de la ejecución o apoyo a la promoción de la actividad física, ¿con qué frecuencia se relaciona con los siguientes actores? RU POR FILA

Actores	No me relaciono	Diariamente	Semanalmente	Una vez al mes	Cada dos meses	Una vez al semestre	Una vez al año
1. Ministerio del Deporte	0	1	2	3	4	5	6
2. Alcaldía	0	1	2	3	4	5	6
3. Entes deportivos departamentales	0	1	2	3	4	5	6
4. Entes deportivos municipales	0	1	2	3	4	5	6

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia						27	08	2021
	PRODUCTO No. 2								

5. Gobernación	0	1	2	3	4	5	6
6. ICBF	0	1	2	3	4	5	6
7. Cajas de Compensación Familiar	0	1	2	3	4	5	6
8. Organizaciones Sociales	0	1	2	3	4	5	6
9. Gimnasios y /o centros de movimiento		1	2	3	4	5	6
10. Medios de Comunicación		1	2	3	4	5	6
11. Centros Comerciales	0	1	2	3	4	5	6
12. Universidades		1	2	3	4	5	6
13. Sociedades científicas	0	1	2	3	4	5	6
14. Ministerio de Salud y protección Social	0	1	2	3	4	5	6
15. Secretarías de salud departamentales o municipales	0	1	2	3	4	5	6
16. Secretarías de educación departamentales o municipales	0	1	2	3	4	5	6
17. Fuerza pública (Policía Nacional, Ejército, Fuerza Aérea, Armada Nacional)	0	1	2	3	4	5	6

ACT14.2 Seleccione las 4 entidades clave con las que usted se relaciona para la promoción de actividad física en su municipio o departamento. RM (Programador aceptar máximo 4 respuestas)

1. Ministerio del Deporte
2. Alcaldía
3. Entes deportivos departamentales
4. Entes deportivos municipales
5. Gobernación
6. ICBF
7. Cajas de Compensación Familiar
8. Organizaciones Sociales
9. Gimnasios y/o centros de movimiento
10. Medios de Comunicación
11. Centros comerciales
12. Universidades
13. Sociedades científicas
14. Ministerio de Salud y Protección social
15. Secretarías de salud departamentales o municipales
16. Secretarías de educación departamentales o municipales

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

17. Fuerza pública (Policía Nacional, Ejercito, Fuerza Aérea, Armada Nacional)

89. Otro ¿Cuál? _____

92. No sabe

ACT14.3 (PROG: TRAER LAS OPCIONES DE RESPUESTA DE ACT14.2) Teniendo en cuenta los actores claves de su respuesta anterior, ¿cuáles son los recursos que aporta cada uno de estos actores para la promoción de actividad física? RM POR FILA

	Recursos humanos	Recursos Financieros	Conocimientos	Movilización social (aumento de la conciencia y participación de las personas, comunidades y actores en la solución de las problemáticas asociadas a la inactividad física)	Contactos	Espacios o Escenarios	Divulgación	Otro ¿Cuál? (PROG ABIERTA MÃX 50 CARACTERES)____ —
1. Ministerio del Deporte	1	2	3	4	6	7	8	89
2. Alcaldía	1	2	3	4	6	7	8	89
3. Entes deportivos departamentales	1	2	3	4	6	7	8	89
4. Entes deportivos municipales	1	2	3	4	6	7	8	89
5. Gobernación	1	2	3	4	6	7	8	89
6. ICBF	1	2	3	4	6	7	8	89
7. Cajas de Compensación Familiar	1	2	3	4	6	7	8	89
8. Organizaciones Sociales	1	2	3	4	6	7	8	89
9. Gimnasios y/o centros de movimiento	1	2	3	4	6	7	8	89
10. Medios de Comunicación	1	2	3	4	6	7	8	89
11. Centros Comerciales	1	2	3	4	6	7	8	89
12. Universidades	1	2	3	4	6	7	8	89

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia						27	08	2021
	PRODUCTO No. 2								

13. Sociedades científicas	1	2	3	4	6	7	8	89
14. Ministerio de Salud y protección Social	1	2	3	4	6	7	8	89
15. Secretarías de salud departamentales o municipales	1	2	3	4	6	7	8	89
16. Secretarías de educación departamentales o municipales	1	2	3	4	6	7	8	89
17. Fuerza pública (Policía Nacional, Ejército, Fuerza Aérea, Armada Nacional)	1	2	3	4	5	6	8	89
89. otro	1	2	3	4	6	7	8	89

ACT14. 1 ¿De los actores que aún NO están involucrados en la promoción de la actividad física y la reducción de los comportamientos sedentarios, a qué actores consideraría importante involucrar y para qué? Máximo 200 caracteres. (PROG: ABIERTA MÁX 200 CARACTERES)_____

SECCIÓN I PROPUESTAS

ACT16. En máximo 200 caracteres, desde su experiencia, ¿cuál sería su propuesta para promover la práctica de actividad física en su municipio o departamento? Por favor considere una propuesta diferente a las estrategias ya existentes (PROG: ABIERTA MÁX 200 caracteres)

90.(PROG: Excuyente) Ninguna

ACT16.1 En máximo 200 caracteres, desde su experiencia, ¿cuál sería su propuesta para disminuir los comportamientos sedentarios en su municipio o departamento? Por favor considere una propuesta diferente a las estrategias ya existentes (PROG: ABIERTA MÁX 200 caracteres)

90.(PROG: Excuyente) Ninguna

SECCIÓN J DATOS FINALES

(Ahora queremos conocer algunos datos finales sobre usted).

CON1. Para terminar, por favor escriba a continuación su nombre y teléfono de contacto. Esta información será utilizada solo para control de calidad de la encuesta y no se divulgará a ningún tercero.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

1. Nombre: (PROG: ABIERTA) _____
2. Teléfono: (PROG: NUMÉRICA. 10 CARACTERES) _____
3. Cédula: (PROG: NUMÉRICA. MÁXIMO 12 CARACTERES) _____
4. Ciudad de residencia: (PROG: ABIERTA) _____

Su participación es muy importante para contribuir a una Colombia más activa y saludable. ¡Muchas gracias!

Anexo 2. Ficha técnica de la encuesta



Anexo 2-Ficha técnica de la encuesta

Persona natural o jurídica que la realizó: Ipsos Napoleón Franco

Encomendada y financiado por: Ministerio del Deporte

Tema o temas a los que se refiere: barreras para la promoción de la actividad física y comportamientos sedentarios, beneficios de la actividad física para la comunidad y salud mental, articulación institucional, oferta territorial en actividad física.

Universo poblacional: Base de datos Ministerio del Deporte

Grupo objetivo: gestores, monitores, instructores, líderes comunitarios, actores intersectoriales (salud, educación, trabajo, movilidad, medio ambiente, gimnasios y centros de movimiento), expertos sectoriales (académicos).

Sistema de muestreo: La encuesta fue distribuida entre los participantes de las mesas de trabajo y entre aquellos con el mismo perfil pero que no pudieron asistir a las sesiones cualitativas. En total se recolectaron 120 encuestas efectivas.

Área / Cubrimiento: Nacional.

Marco muestral: Base de datos Ministerio del Deporte.

Tamaño de la muestra obtenida: 120 encuestas.

Tamaño de la muestra prevista (al final del estudio): 120 encuestas.

Margen de error: el estudio no es representativo al no tener un universo definido.



Anexo 2-Ficha técnica de la encuesta

Ponderación/expansión: no aplica

Técnica de recolección de datos: Encuesta online.

Fecha de realización del trabajo de campo y equipo involucrado: diciembre 2020- febrero 2021.

Incentivos: No aplica.

Preguntas que se realizaron: Ver cuestionario anexo.

Tasa de respuesta efectiva: 19% (total de encuestas efectivas sobre total encuestas enviadas).

Nivel de desagregación de los resultados: El tamaño y distribución de la muestra permiten ver resultados a nivel total.

Procedimiento de estimación e imputación: Se calcularon porcentajes (frecuencias relativas con un decimal). No se realizó imputación de datos ni ponderación de resultados.



	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Anexo 3. Guía de Discusión Cualitativa

Mesas Regionales Virtuales

JB Proyecto:	20-042722
Nombre del estudio:	Construcción de lineamientos para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios.
Grupo Objetivo:	Gestores, monitores, instructores, líderes comunitarios, tomadores de decisión local, universidades.
No. participantes	20 aprox. (en 4 grupos de 5)
Tiempo estimado:	2:30h
Objetivo:	Recolectar información para la construcción de los lineamientos para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios
Herramientas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Microsoft Teams ✓ Miro ✓ Menti ✓ Grabadora de audio externa ✓ Listado de asistentes (nombre, cargo / perfil, institución / organización y departamento / región)
Equipo	1 moderador principal y 3 moderadores de apoyo.

INTRODUCCIÓN Y PRESENTACIÓN (5 Min)

Moderadores de apoyo: inicien grabación en Microsoft Teams y grabadora de audio externa.

Buenos días/tardes, mi nombre es _____ y trabajo en Ipsos Napoleón Franco, una empresa privada con sede en Bogotá que se dedica a realizar estudios y consultorías en temas de mercados, opinión y políticas públicas. Actualmente estamos llevando a cabo un estudio para el Ministerio del Deporte que tiene como objetivo construir los lineamientos para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en el país. Por lo tanto, queremos conversar con ustedes y que nos cuenten sus opiniones, propuestas y expectativas sobre el tema. Durante el taller o mesa de trabajo vamos a participar en varias actividades, en conjunto y por grupos, a través de algunas herramientas digitales que más adelante les explicaré cómo utilizar. La duración aproximada de todo el ejercicio es de 2:30h.

Antes de comenzar deben saber que, de acuerdo con el código de ética ESOMAR y la norma ISO 20252:2019, su participación en este taller es voluntaria, sus datos y sus respuestas serán tratados de manera confidencial y anónima, y solo serán utilizadas en el contexto del estudio.

Si entendieron y están de acuerdo con esta información, les pido el favor de confirmar en voz alta su participación y autorizar la grabación en audio y video de la sesión.

Moderador principal: aclare que, por el número de participantes y el tiempo disponible, no es viable que se presenten individualmente. Con base en el listado elaborado previamente, realice una presentación general mencionando ejemplos de los perfiles o cargos, instituciones y regiones de los participantes.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

MOMENTO 1: LLUVIA DE IDEAS (20 Min)

Objetivo: identificar los conocimientos e ideas sobre los principales conceptos del taller.

1. Para nuestro primer ejercicio voy a compartirles mi pantalla y a pedirles que utilicen sus celulares o computadores para entrar a menti.com. Mientras usan sus celulares, por favor resistan la tentación de responder a sus mensajes de correo o WhatsApp.

Cuando ingresen a Menti con el código que les voy a dar, van a aparecer unas palabras o términos. La idea es que escriban lo primero que se le venga a la mente al leer cada palabra. No tienen que pensarlo mucho o darle vueltas. Puede escribir ejemplos, recuerdos, situaciones o cualquier otra idea que se les ocurra espontáneamente.

Cuando empiecen el ejercicio se darán cuenta que pueden escribir más de una respuesta por término o palabra y que lo que verán en sus celulares será lo mismo que yo estaré compartiendo en mi pantalla. No obstante, les recuerdo que sus respuestas son anónimas.

Ahora sí, por favor, introduzcan el siguiente código: **XX XX XX**

Moderador principal: permita que los participantes vean los resultados en tiempo real y vaya leyendo los resultados hasta cubrir los 3 términos o conceptos, no abra espacio a la discusión.

- Actividad Física
- Inactividad Física
- Comportamientos Sedentarios

2. Ya discutimos brevemente qué pensábamos espontáneamente sobre esos tres conceptos o términos. Ahora les voy a compartir unas definiciones breves de los mismos términos para que las tengamos presentes durante el resto de nuestra conversación.

- **Actividad Física:** cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que produzca un gasto energético mayor al existente en reposo. (OMS; <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>)
- **Comportamiento sedentario:** Se considera comportamiento sedentario a cualquier actividad realizada por el individuo en posición sentada o inclinada con un gasto energético ≤ 1.5 METs, mientras se está despierto.). (Pggin, J. (2020) What is Physical Activity? A holistic definition for teachers, Researchers, and Policy Makers, Frontiers in Sports and Active living)
- **Inactividad Física:** Nivel insuficiente de actividad física para cumplir con las recomendaciones de actividad física actuales. (Tremblay, M. S., Aubert, S., Barnes, J. D., Saunders, T. J., Carson, V., Latimer-Cheung, A. E., ... & Chinapaw, M. J. (2017). Sedentary behavior research network (SBRN)—terminology consensus project process and outcome. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 14(1), 75.)

3. Vamos a pasar a nuestra segunda actividad. Para eso nos vamos a dividir en 4 grupos de acuerdo con nuestro departamento o región de origen.

En este momento mis compañeros les van a enviar los vínculos para que ingresen a las llamadas correspondientes a cada grupo. Yo les indicaré quien debe ingresar a cada vínculo. No es necesario que cierren la sesión en la que estamos pues al momento de hacer clic en el vínculo e ingresar a la otra llamada, esta llamada se pone automáticamente en espera. Para regresar a esta llamada, bien sea por que tienen dudas o preguntas o porque finalizaron el ejercicio, simplemente deben hacer clic en "reanudar". Igualmente, en cada grupo habrá un moderador que les dará las instrucciones y les prestará apoyo durante el ejercicio.

Moderador principal: con base en el listado elaborado previamente, el número de asistentes y el criterio de distribución regional, indique cuáles participantes deben ingresar a cada vínculo o grupo.

MOMENTO 2: MAPA DE ACTIVIDADES / COMPORTAMIENTOS (50 Min)

Objetivo: identificar las barreras que dificultan la práctica de actividad física y elementos que favorecen los comportamientos sedentarios.

Moderadores de apoyo: reciban a los participantes en sus grupos respectivos, inicien la grabación y compartan su pantalla con la plantilla del "Mapa de Actividades / Comportamientos" en Miro.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

Recuerden que, para cada pregunta e instrucción, se debe tener en cuenta si el grupo se enfocará en Actividad Física o en Comportamientos Sedentarios.

4. Partiendo de lo que discutimos al iniciar el taller, en esta actividad vamos a construir un mapa de actividad física / comportamientos sedentarios. Para eso vamos a utilizar una herramienta llamada “Miro”, en la que todos podremos ir construyendo el mapa simultáneamente. En este momento les voy a enviar el vínculo para que ingresen a Miro.

Moderadores de apoyo: por medio del chat, envíen el vínculo para que los participantes ingresen a Miro.

Como pueden ver, en este tablero hay una persona en el centro, lo primero que vamos a hacer, haciendo clic en las notas de color amarillo que ven en la pantalla, es escribir ejemplos de actividad física / comportamientos sedentarios que sean frecuentes en nuestra vida cotidiana. Pueden ir ubicando cada nota o papel alrededor de la imagen. (Moderador indague por las siguientes características del modelo ecológico:

- a. Ahora, al lado de cada nota amarilla, quiero que escriban, en las notas rojas:

Todas las barreras y dificultades que pueden encontrar las personas para realizar esa actividad física o las barreras y dificultades para ejecutar acciones en promoción de actividad física

Todos los elementos que favorezcan que las personas adopten esos comportamientos sedentarios. y las barreras y dificultades para la reducción de comportamientos sedentarios.

Piensen en barreras relacionadas con los recursos que tienen disponibles en sus comunidades (espacios públicos, infraestructura, conocimientos, dinero, implementos, recursos, etc.), las actividades que realizan diariamente, la forma como distribuyen su tiempo o características individuales de las personas, entre otras.

(Moderador indague por las siguientes características del modelo ecológico: ver otras personas activas, seguridad, tráfico y civismo, transporte público, equipamientos deportivos, infraestructura, vegetación clima)

- b. Ustedes mencionaron están algunos factores asociados a las características de las personas, me gustaría que discutiéramos un poco más sobre aquellos ligados a las competencias socioemocionales.
¿Qué se entiende por competencias socioemocionales?
¿Qué ejemplos tienen?
¿Cómo inciden en la actividad física/comportamientos sedentarios?

- c. Ahora, partiendo de lo que ya escribimos en el tablero, vamos a hacer el ejercicio contrario. Van a seleccionar las notas de color verde y van a escribir las soluciones o propuestas que creen que podrían contribuir a:

Superar las barreras para la práctica regular de actividad física.

Contrarrestar los elementos que favorecen los comportamientos sedentarios.

Piensen en propuestas relacionadas con los recursos que tienen disponibles en sus comunidades (espacios, conocimientos, dinero, etc.), las actividades que realizan diariamente, la forma como distribuyen su tiempo o características individuales de las personas, entre otras.

- d. Al igual que lo hicimos anteriormente, quisiera que tocáramos el tema de las competencias socioemocionales. ¿cómo se pueden relacionar las competencias socio emocionales con la promoción de actividad física / disminución de los comportamientos sedentarios?

MOMENTO 4: MAPA DE ACTORES (45 minutos)

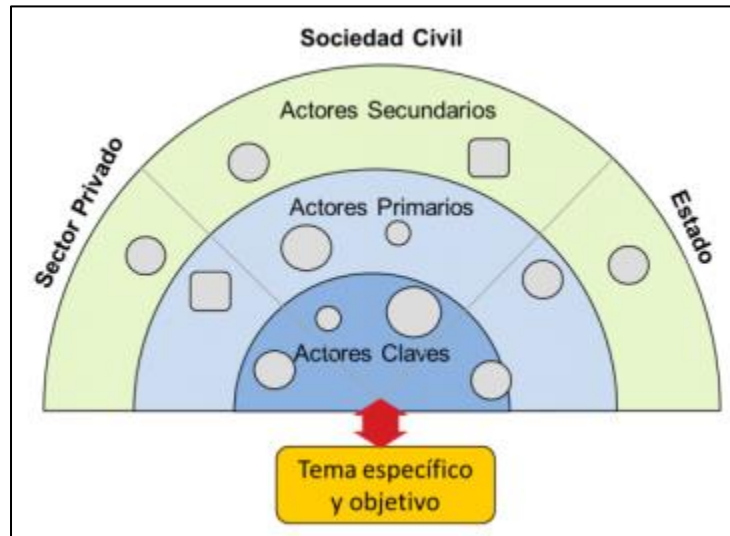
Objetivo: definir los actores involucrados ACTUALMENTE y por involucrar en las soluciones a las problemáticas relacionadas con la inactividad física y comportamientos sedentarios

Moderadores de apoyo: abran el tablero de Miro previamente elaborado con el mapa de actores y aclaren que para esta actividad los participantes no intervendrán directamente en el tablero.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			27	08	2021
	PRODUCTO No. 2					

5. En esta actividad vamos a construir el mapa de actores involucrados en las soluciones o propuestas que planteamos en el mapa anterior.

Como pueden ver, en el centro está el objeto del mapa: las soluciones y propuestas planteadas. A su alrededor están los distintos niveles de relevancia, influencia o participación de los actores que se involucran en ellas actualmente.



Elaborado por: C40 Cities Finance Facility (CFF) (2017)

- Los **actores clave** son los encargados de tomar decisiones, controlar e influir directamente en las soluciones y propuestas.
- Los **actores primarios** son aquellos que participan o pueden aportar en las propuestas y soluciones, con una menor capacidad de control e influencia.
- Los **actores secundarios** son quienes participan en las propuestas o soluciones, pero sólo temporalmente o de manera indirecta.

Además, como pueden observar, en el esquema se distinguen tres sectores: el sector público, el sector privado y la sociedad civil.

- a. El primer paso de esta actividad consiste en que discutamos brevemente cuáles son los actores involucrados ACTUALMENTE en las soluciones y propuestas planteadas. Yo voy a ir escribiendo los actores que ustedes mencionen y los iré ubicando en el mapa según sus instrucciones, considerando su nivel (clave, primario y secundario) y su ámbito o sector (público, privado y comunitario o de la sociedad civil).

En el sector público se abrirá a: deporte, salud, educación y otros.

Recuerden que las soluciones y propuestas planteadas pueden involucrar a actores que no se limitan a trabajar en temas de actividad física o disminución del sedentarismo, sino que pueden encontrarse en sectores relacionados (ej. salud, educación, trabajo, movilidad, medio ambiente, gimnasios y centros de movimiento, entre otros).

- b. Ahora que identificaron y ubicaron los actores, la idea es que caractericen el tipo de relaciones que mantienen estos actores entre sí.
- ¿Para qué se da esa relación? ¿cuál es el objetivo? (Por ejemplo: para obtener información, recursos, capacidad de movilizar otros actores.)
- c. Antes de regresar a nuestra llamada o sala principal, quiero hacerles algunas preguntas a partir del mapa de actores.
- ¿Cómo creen que se pueden potenciar estas relaciones?

Moderadores de apoyo: en conjunto con los participantes, nombren un relator y den las instrucciones para regresar a la llamada principal.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	27	08	2021
	PRODUCTO No. 2			

<p align="center">MOMENTO 5: SOCIALIZACIÓN (20 Min) Objetivo: Compartir principales propuestas y soluciones.</p>

Moderador principal: reciba a los participantes y, tras cada presentación, modere la discusión a partir de las siguientes preguntas.

6. Para terminar, cada relator o relatora nos va a contar cuáles fueron las principales conclusiones que se plantearon en su grupo.
 - a. ¿qué temas son los más recurrentes?
 - b. ¿qué temas son los más relevantes?
 - c. ¿cuáles son los retos?

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------



Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia

CCS-1115-2020.

Producto 3: Documento preliminar con los lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia

Ministerio del Deporte

Bogotá, D.C.

7 de octubre de 2021

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

Tabla de contenido

Introducción	3
I. La actividad física en perspectiva	4
Una agenda global para la promoción de la actividad física.....	4
El mandato del Estado colombiano y el Sistema Nacional del Deporte	6
Estructura institucional y antecedentes de política pública en Colombia	7
Hacia una definición de actividad física	11
La situación actual de la actividad física en el país	13
Los beneficios de la actividad física	16
Referencias	18
II. Lineamientos de actividad física para Colombia	22
Visión	22
Meta.....	22
Principios rectores	22
Marco estratégico	23
La gobernanza de la actividad física: en enfoque policéntrico	28
Orientaciones estratégicas para el seguimiento y evaluación	33
Referencias	36
III. Anexos	39
Anexo 1: Metodología para la formulación de objetivos y estrategias	39
Anexo 2: Estrategias.....	42
Anexo 3: Propuestas para la intervención para promover la actividad física y reducir los comportamientos sedentarios	47
Anexo 4: Competencias socioemocionales.....	55 6

Introducción

La actividad física es un tema y un objetivo de intervención que está posicionándose cada vez con más fuerza en las agendas global y nacional. Y no es para menos: las cifras disponibles sobre los niveles de actividad física entre la población y los cambios sociales, económicos y culturales que trae aparejados el mundo contemporáneo evidencian la necesidad de tomar acciones orientadas a promover la actividad física y disminuir los comportamientos sedentarios. Además de que la promoción de la actividad física es un fin necesario en sí mismo, es también un medio efectivo para conseguir otros objetivos políticos y sociales que las sociedades actuales valoran positivamente como la salud, la educación, la calidad de vida y el bienestar de las personas y comunidades.

Promover la actividad física y disminuir los comportamientos sedentarios representa al mismo tiempo grandes retos para el diseño e implementación de políticas públicas que van desde posicionar el tema en la agenda y las prioridades públicas; adquirir información y construir un conocimiento adecuado sobre los fenómenos relacionados; diseñar estrategias efectivas para garantizar el acceso de todas las personas a los derechos y la oferta institucional relacionados con este tema; y coordinar y articular diversos sectores estatales, sociales y económicos, incluidos los diferentes niveles de gobierno (nacional, departamental y municipal) alrededor de propósitos y objetivos que ayuden a construir consensos acerca de la importancia que tiene promover la actividad física.

Teniendo en cuenta estos retos -que son solo algunos, pues el tema es complejo-, los presentes lineamientos tienen como propósito plantear unos objetivos de largo plazo con respecto a la actividad física y proponer unas estrategias para alcanzarlos con el fin de que los principales involucrados se apropien de estos objetivos, se genere una conversación pública sobre los mismos y adquieran un desarrollo posterior más detallado a medida que se diseñe la oferta institucional y esta se encargue de tocar las puertas de la vida cotidiana de todas las personas.

En esencia, se espera que estos lineamientos contribuyan al proceso de toma de decisiones en diferentes niveles de gobierno, al igual que sirva como referente para diversas organizaciones privadas y sociales vinculadas al desarrollo de iniciativas para la adopción y mantenimiento de la actividad física, al igual que para la reducción de los comportamientos sedentarios en la población colombiana.

Para construir estos lineamientos el Ministerio del Deporte desarrolló varios productos que fueron utilizados como insumos: en primer lugar, se hizo una sistematización de experiencias internacionales en la elaboración de planes y orientaciones tendientes a promover la actividad física. Estas experiencias fueron comparadas con la trayectoria

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

nacional. En segundo lugar, se llevaron a cabo una serie de consultas (encuestas y talleres participativos) con personas involucradas en la promoción de la actividad física en el país (expertos, académicos y funcionarios pertenecientes a varios niveles de gobierno y regiones del país) para conocer sus opiniones, experiencias y expectativas frente al tema de la actividad física, los comportamientos sedentarios, las intervenciones del Estado y la construcción de lineamientos en estas materias. De esta manera, el presente documento se basa en los elementos que aportaron dichos diagnósticos y trata por consiguiente de responder con estrategias concretas a las principales problemáticas identificadas en los diagnósticos.

Este documento está organizado de la siguiente manera. En la primera sección se describe la manera en la que la actividad física se ha insertado en la agenda global y nacional, los antecedentes recientes en el país en términos de política pública y la estructura institucional que le es solidaria. En los capítulos subsiguientes de la sección se propone una definición de actividad física y se ilustran sus beneficios para las personas y las sociedades. El propósito de esta sección es familiarizar al lector con la manera en la que se ha entendido y tratado el tema de la actividad física para que tenga un contexto mínimo en el cuál ubicar las estrategias concretas que se van a proponer.

Estas estrategias se despliegan en la segunda sección del documento, la cual va precedida de los principios generales a los cuales se adhieren los presentes lineamientos y de un enfoque para la gobernanza de la actividad física. Éstas estrategias están organizadas alrededor de 4 objetivos: i) posicionar la actividad física como un comportamiento saludable y necesario para el desarrollo humano, social y económico del país; ii) crear condiciones en el sector público y privado para el desarrollo de la actividad física y la reducción de los comportamientos sedentarios; iii) garantizar el acceso equitativo de la población a la práctica de la actividad física durante el curso de la vida y en la cotidianidad y iv) desarrollar habilidades y motivaciones para la práctica regular de actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios. Cada uno de estos objetivos tiene delimitado su alcance, y asociados unos propósitos, estrategias y actividades que los desarrollan.

I. La actividad física en perspectiva

Una agenda global para la promoción de la actividad física

La actividad física es un tema relevante en la actual agenda global. Organismos del Sistema de Naciones Unidas como la OMS (Organización Mundial para la Salud (1,2,3), la UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (4, 5) y foros internacionales de la sociedad civil como ISPAH (Sociedad Internacional de

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

Actividad Física y Salud) (6) y el Observatorio Global de Actividad Física (GoPA¹, por sus siglas en inglés), se han pronunciado acerca de la importancia de la actividad física², de los múltiples beneficios que ésta trae para las personas y las sociedades en su conjunto, y han confeccionado marcos de acción, normas y directrices que invitan a diversos estamentos y sectores de la sociedad (gobiernos, sociedad civil, expertos, sector privado, entre otros) a diseñar e implementar intervenciones orientadas a promover la actividad física de manera universal y a disminuir los comportamientos sedentarios.

Esta agenda global tiene varias características que vale la pena mencionar. La primera está relacionada con los beneficios de la actividad física para las personas y las sociedades. En efecto, estos documentos parten de la base de que la actividad física trae beneficios para la salud física, mental y emocional de las personas: es, por ejemplo, un factor clave en la prevención de Enfermedades no Transmisibles (ENT) como la diabetes, el cáncer y las enfermedades cardiovasculares (4,5). De la misma manera, la actividad física ayuda a prevenir la depresión, la ansiedad, a aumentar los niveles de autoestima y, en general, el bienestar emocional de las personas. Aparte de estos beneficios individuales, las orientaciones y los documentos internacionales dejan en claro que la actividad física puede contribuir igualmente al desarrollo sostenible, la convivencia y la paz sociales (4-9).

Una segunda característica de la agenda global tiene que ver con los vínculos existentes entre la promoción de la actividad física y la consecución de objetivos y metas pertenecientes a otros sectores de importancia estratégica para el bienestar social como la salud, la educación y el desarrollo sostenible. Esto puede verse en las relaciones explícitas que iniciativas como el Plan de Acción Mundial 2018-2030 de la OMS (4), la Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte (7)³, y las declaraciones de Kazan (9) y Bangkok (10) han establecido entre la promoción de la actividad física y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) pactados en la “Agenda 2030”, en particular la garantía de una vida sana y la promoción del bienestar (ODS 3), la educación inclusiva y de calidad (ODS 4), las ciudades y los asentamientos humanos sostenibles (ODS 11), la adopción de medidas para combatir el cambio climático (ODS 13) y la promoción de sociedades pacíficas e inclusivas (ODS 16), entre los principales⁴.

¹ Este observatorio es una herramienta muy importante para hacerle seguimiento a las tendencias globales y nacionales de actividad física.

² Otras entidades internacionales que se han pronunciado sobre el tema de la actividad física han sido el Colegio Americano de Medicina del Deporte y los Centros Para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) del mismo país. De estas dos entidades han sido referentes la Guía de actividad física para los americanos (1), la Guía de estrategias para incrementar la actividad física en la comunidad (2) y el Manual de evaluación de actividad física (3).

³ A este importante documento habría que añadirle otros desarrollos en materia de educación física y actividad física como el Manifiesto Mundial de la Educación Física, el cual reafirma la importancia de la actividad física para una educación física de calidad (8).

⁴ Las relaciones entre la actividad física, la salud y el desarrollo son, por supuesto, mucho más extensas y variadas si se tiene en cuenta los aportes que la AF pretende hacer a otras agendas globales como la lucha

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

En tercer lugar -pero no por ello menos importante- estos supuestos sobre los beneficios y estas interconexiones entre actividad física, salud, educación y desarrollo sostenible, han estado acompañados de un intento por cambiar de paradigma en términos conceptuales y de la participación de los sectores y estamentos políticos y sociales involucrados en su promoción (4). Quizá lo más importante de esta demanda por un nuevo paradigma sea, por una parte, el hecho de que comienza a verse la actividad física como un fenómeno integral que va más allá de lo biológico (involucra, como veremos, aspectos sociales, políticos y culturales). Por otra parte, se insiste en la ampliación de la participación y las responsabilidades en cuanto a la promoción de la actividad física. Para que las intervenciones en actividad física puedan tener efectos tangibles se requiere de un enfoque multisectorial, de alianzas y compromisos que garanticen la participación no solo de los estados y sus múltiples niveles (nacional, regional y local), sino de la sociedad civil y del sector privado (4).

Hay que anotar que los elementos reseñados de la agenda global han venido también incorporándose a las políticas públicas y planes nacionales de diversos países orientados a promover la actividad física y disminuir los comportamientos sedentarios, como puede constatarse en los casos de Finlandia, Noruega, Irlanda, Kenia, Estados Unidos, Canadá, Costa Rica y Chile, para mencionar algunos ejemplos⁵. Aunque no todos estos casos incorporan la actividad física siguiendo el mismo enfoque (en algunos sigue predominando un enfoque predominantemente salubrista de la actividad física), constituyen valiosas experiencias de planeación y construcción de lineamientos de actividad física.

El mandato del Estado colombiano y el Sistema Nacional del Deporte

El Estado colombiano no ha sido ajeno a los llamados de la agenda internacional: ha participado en las discusiones globales que se reseñaron anteriormente (de las cuales ha sido signatario⁶) y ha desarrollado intervenciones orientadas a promover la actividad física desde un mandato y una estructura institucional que le es propia.

En cuanto al mandato específico del Estado colombiano frente al tema de la actividad física es necesario comenzar por la Constitución Política de 1991 y lo que ésta estipula en materia de deporte, recreación y aprovechamiento del tiempo libre. En su Artículo 52 la Constitución colombiana, creando en un hito importante para la actividad física, considera

contra la obesidad infantil (11), el Plan de Acción Mundial sobre la Demencia (12); y la salud urbana, el transporte sostenible o las políticas de nutrición, entre otras (4).

⁵ El Producto 1 de la consultoría a cargo de IPSOS (2021) analiza dichos planes en detalle (13).

⁶ El Estado colombiano no solo ha sido signatario de las principales declaraciones y planes que han sido diseñados en escenarios como la asamblea general de la ONU, la OMS y la Unesco, sino que ha participado y suscrito documentos no vinculantes como la Declaración de Bogotá de 2016, en la cual diversos representantes de gobiernos y programas de la Latinoamérica reconocieron el impacto de la actividad física en todas las dimensiones del desarrollo humano, y manifestaron su voluntad de aunar esfuerzos, posicionar y promover la actividad física en diferentes frentes de política pública.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

que el “deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tiene como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano”. En este mismo artículo, la Constitución establece dos aspectos relacionados con el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre de gran relevancia: en primer lugar, los considera como parte de la educación y constitutivos de “gasto público social”; en segundo lugar, reconoce dichas actividades como un derecho del que gozan “todas las personas”. Estas funciones del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre con respecto a la educación, la salud, el bienestar de las personas, y su estatus constitucional como derechos sociales y objetos, por lo tanto, de protección estatal, forman la base de los desarrollos normativos, instituciones y de política posteriores.

El Estado colombiano ha establecido en sus desarrollos normativos -incluida la jurisprudencia- que la actividad física, la recreación, el deporte, la educación física, etc., son derechos y áreas de intervención que se complementan con otros derechos y objetivos sociales como la educación y la salud; la educación física y el deporte, por ejemplo, hacen parte integral de los objetivos de la educación, según la Ley General de Educación (Ley 115 de 1994). De la misma manera, normas orientadas a establecer prioridades de salud pública como la obesidad y las ENT (Ley 1355 de 2009) han considerado a la actividad física, el transporte activo y la promoción de hábitos saludables, como iniciativas que pueden ayudar a alcanzar dichas prioridades. Más recientemente, la leyes 1811 de 2016 de promoción de uso de la bicicleta y Ley 2120 de 2021 para fomentar entornos alimentarios saludables deben ser consideradas en el contexto de la actividad física y la alimentación saludable en la población colombiana.

Finalmente, se ha desarrollado una estructura institucional que ha servido y que puede utilizarse hoy en día como un marco para coordinar las acciones del Estado, sus diferentes sectores, la participación de la sociedad civil y el sector privado. Al mismo tiempo, este marco ha sido un soporte para el diseño e implementación de las políticas públicas encargadas de garantizar el acceso de todas las personas al deporte, la recreación, la educación y la actividad física. Esta estructura institucional, cómo se verá a continuación, tiene como hitos principales la creación del Sistema Nacional del Deporte (SND) por parte de Ley 181 de 1995 y, de manera reciente, la creación del Ministerio del Deporte (Ley 1967 de 2019).

Estructura institucional y antecedentes de política pública en Colombia

Como estructura institucional el SND es importante porque define los principales actores relacionados con la promoción de la actividad física, el deporte, la recreación, la educación física, y el aprovechamiento del tiempo libre y crea, como mecanismo de articulación y coordinación, un sistema jerárquico dividido en tres niveles: nacional, departamental y municipal. A la cabeza de este sistema se encuentra actualmente el Ministerio del Deporte. El Ministerio tiene una importancia fundamental pues, aparte de ser la cabeza del sector,

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

tiene asignadas funciones de formulación, coordinación, inspección, vigilancia, control y ejecución de la política pública de actividad física, deporte, recreación y aprovechamiento del tiempo libre. Con relación al SND, el Ministerio es la máxima instancia de dirección y coordinación.

En el nivel nacional, por su parte, la ley incluye al Ministerio de Educación, el Comité Olímpico Colombiano y las Federaciones Deportivas Nacionales. En el nivel departamental se encuentran los Entes Deportivos Departamentales, las ligas y los clubes deportivos. Finalmente, el nivel municipal está conformado por los Entes Deportivos Municipales, distritales, y por los clubes y comités deportivos pertenecientes a dicho nivel⁷. En cada uno de estos niveles se consideran, así mismo, las “demás entidades de carácter público, privado o mixto que hacen parte del Sistema Nacional del Deporte”, de acuerdo con su “jurisdicción territorial y ámbito de actividades”, (Ley 181 de 1995, Art. 51).

-----Insertar gráfico estructura institucional SND, actores y niveles-----

Es importante tener presente que esta estructura no necesariamente se replica en cada una de las entidades territoriales. Como señala la normatividad, no todas las entidades territoriales (departamentos, municipios y distritos) están en la obligación de crear dependencias (unidades administrativas, entidades, entes, oficinas, institutos, etc.) para el cumplimiento de las funciones relacionadas con la promoción del deporte⁸: su creación depende de que dichas entidades cuenten con los recursos suficientes para “financiar su funcionamiento” (Ley 617 de 2000, Art. 75). Esto quiere decir que las entidades territoriales que no cuentan con un ente deportivo, las competencias en materia de coordinación, promoción y regulación del deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre, las debe asumir una “dependencia afin” (Ley 617 de 2000, Art. 75), de acuerdo con las necesidades, la estructura y la división del trabajo sectorial de la entidad territorial de que se trate.

Este sistema es pues la columna vertebral encargada, a través de su ente rector (Ministerio del Deporte) y sus organismos (la articulación sectorial, el sector privado y los entes territoriales en diferentes niveles), tanto de la coordinación intersectorial como sectorial, y de la formulación, planeación, ejecución, vigilancia y control del deporte; en pocas palabras, el SND es el encargado de darle un sustento institucional y de producir acciones estatales acordes con el mandato constitucional de definir al deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre como gasto público social y como derechos sociales que el Estado está en la obligación de garantizar y promover.

⁷ Téngase en cuenta que la ley estipula que no puede existir más de un ente deportivo en cada entidad territorial (departamento, municipio o distrito) (Ley 181 de 1995, Arts. 65 y 68).

⁸ Esto aplica igualmente para funciones como el desarrollo de políticas de vivienda de interés social, normas en materia ambiental, juventud, mujer y género, entre otras (ver Ley 617 de 2000 Art. 75).

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

De la misma forma, han existido otros desarrollos institucionales orientados específicamente a tratar el tema de la actividad física como un asunto intersectorial, tal y como se puede ejemplificar con la creación de la Comisión Intersectorial para la coordinación y orientación superior del fomento, desarrollo y medición de impacto de la actividad física en los ámbitos nacional y territorial. Esta comisión, creada por el Gobierno Nacional, es una instancia de coordinación y articulación intersectorial de alto nivel encargada de orientar, diseñar, apoyar a los entes territoriales y evaluar las acciones e intervenciones en AF. Dicha Comisión integra 4 sectores representados por los ministerios de Salud y Protección Social, Educación, Cultura y Deporte.

Teniendo en cuenta estos fundamentos constitucionales y la estructura institucional correspondiente, en el país se han desarrollado antecedentes importantes en materia de política pública relacionada con la actividad física. han ido desarrollando antecedentes importantes en términos del desarrollo de una política pública relacionada con la promoción de la actividad física. Estos desarrollos se han ido incorporando paulatinamente a las normas, los lineamientos y la política pública que ha estado encargada de promover el deporte, la recreación, la educación física y el aprovechamiento del tiempo libre. La “Ley del Deporte” (Ley 181 de 1995), otro de los hitos normativos del sector, por ejemplo, establece explícitamente como uno de los objetivos rectores que debe tener en cuenta el Estado para garantizar el acceso al deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de “espacios que faciliten la actividad física, el deporte, la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados” (Ley 181 de 1995, Art. 3). Más adelante, la ley considera como una función igualmente explícita de los entes deportivos departamentales, en cooperación con los municipios, y las entidades deportivas y recreativas, la difusión y promoción de la actividad física -junto con el deporte y la recreación-, así como el financiamiento de estas actividades.

Aunque en la presente reseña acerca de los antecedentes de política se enfatizan los desarrollos nacionales, debe tenerse en cuenta que en el país, entre los años 1997 y 1998, se formularon y comenzaron a implementarse programas como “Por su Salud, Muévase Pues” en el departamento de Antioquia, “Muévete Bogotá” y posteriormente “Risaralda Activa” (17). Bajo esta perspectiva de construcción gradual cabe también comprender los esfuerzos realizados en las últimas dos décadas por incluir al deporte, la actividad física, la recreación y la educación física en ejercicios de planeación de largo plazo. Como hitos en este sentido hay que mencionar los documentos “Visión Colombia II Centenario” del año 2007 (14) y el “Plan Decenal del Deporte de 2009” (15). En el primero, el deporte, la actividad física y la recreación se conciben como manifestaciones culturales capaces de aportar a la convivencia, que es una de las estrategias con la cual este documento pretende lograr una sociedad más igualitaria y solidaria. Lo importante de este documento es que considera a la

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

actividad física de manera estratégica, aginándole metas y un papel operativo de manera explícita: una de las 6 metas que se contemplan para desarrollar la estrategia de convivencia es, en efecto, el mantenimiento de programas de actividad física por parte de todos los departamentos⁹. Este documento contempla igualmente un plan de inversiones basado en la cofinanciación de los programas por parte de la nación, las entidades territoriales y el sector privado.

El segundo documento, por su parte, tiene por objetivo “contribuir al desarrollo humano, la convivencia y la paz en Colombia garantizando el derecho al deporte, la recreación, la educación física, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre, como derechos fundamentales, con criterios de equidad e inclusión en el marco de las políticas sociales del país” (15, p.13). Para alcanzar este objetivo -que como se ve afirma la actividad física como un derecho que debe garantizarse por medio del desarrollo de políticas sociales- el Plan propone para ello una serie de metas y objetivos estratégicos enmarcados en tres lineamientos de carácter general: la organización y el fortalecimiento institucional; la promoción y el fomento de la recreación, la educación física, la actividad física y el deporte escolar y social comunitario; y el posicionamiento y liderazgo deportivo. Otra característica que merece la pena destacarse del Plan Decenal es la conexión que establece entre la actividad física y los hábitos de vida saludable en la población.

Estos esfuerzos de planeación a largo plazo han continuado en documentos recientes de política pública, y en lineamientos y orientaciones de carácter técnico que han contribuido a especificar el dominio de la actividad física como fenómeno y área de intervención. Este es el caso de la “Política pública nacional para el desarrollo del deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre, hacia un territorio de paz 2018-2028” (16). Este documento, que se encuentra actualmente en revisión por el cambio de departamento administrativo a ministerio, continúa los esfuerzos anteriores de plantear objetivos y estrategias para el largo plazo, asignándole a la actividad física una línea de acción y de implementación específicas, relacionadas con la mejora de la calidad de vida, el bienestar y la salud de la población. Como mecanismos de intervención, la política propone continuar con la implementación de programas de actividad física que habían sido creados anteriormente: el Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludables (HEVS), el Programa Nacional de Vías Activas y Saludables (VAS), el Programa Nacional de Monitoreo, y el Programa Nacional de Capacitación.

9 Las otras 5 metas que figuran para desarrollar la estrategia son, en su orden: i) mejorar la calidad de vida de los colombianos a través del fortalecimiento de las vivencias en programas deportivos; ii) posicionar a Colombia como potencia deportiva a nivel continental; iii) lograr comportamientos éticos en el deporte colombiano; iv) mejorar los índices de convivencia ciudadana a través de programas recreativos desarrollados en las regiones; y v) incrementar la cobertura en atención profesional en el área de educación física para estudiantes de preescolar y educación básica.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

Aparte de estos desarrollos relacionados con documentos de política pública en los cuales se pueden encontrar las relaciones lógicas entre un problema público, unos objetivos y unos medios para alcanzarlos, también deben tenerse en cuenta los documentos de carácter técnico, basados en el conocimiento científico, y cuyo propósito es servir de respaldo científico, de herramienta y fuente de consulta para la formulación de programas en los distintos niveles (nacional, departamental y municipal). Este es el caso de documentos como los “Lineamientos y oportunidades de mejora en el desarrollo de la acción de gestores, monitores y líderes” (17), “Las buenas prácticas en promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable en Colombia” (18), y los Tomos I y II que acompañaron al Programa HEVS (19). En estos documentos se realiza una vasta compilación de lineamientos para la gestión territorial, ejemplos de experiencias internacionales, definiciones y evidencia científicas, formas de medición y recomendaciones acerca de la actividad física, la nutrición, el control al consumo de tabaco y de investigación sobre estos temas.

Recapitulando lo dicho hasta ahora se ha afirmado que la actividad física es un tema importante de la agenda global actual en la cual diversos organismos internacionales y la sociedad civil global (por medio de la abogacía) han llamado la atención sobre la importancia de la actividad física para la salud, la educación, el desarrollo y, en general, el bienestar de las personas y las sociedades, y han intentado posicionar este tema como un asunto que requiere el involucramiento de la sociedad en su conjunto, de alianzas y de una mirada multisectorial.

El país no ha sido indiferente a estas tendencias y puede leerse en sus desarrollos normativos, institucionales y de política pública un esfuerzo innovador por reconocer a la actividad física como un derecho social, por establecer conexiones con otros objetivos de política como la salud, la educación, la convivencia y el desarrollo; por ubicarla institucionalmente en el sector deporte al lado de la recreación, la educación física y el aprovechamiento del tiempo; por volverla simultáneamente un asunto que compete al Estado en su conjunto, incluyendo sus diversos sectores y niveles; y, finalmente, por desarrollar acciones de política pública, instrumentos de planeación y lineamientos técnicos cuyo objetivo ha sido promover la actividad física y garantizar el acceso de la población a la oferta institucional.

Hacia una definición de actividad física

El anterior contexto debe poner de presente que la actividad física, al tener conexiones directas e indirectas con varias dimensiones de la vida humana y social como la salud, la educación y el desarrollo, es un fenómeno complejo, rico en matices y significados. Por ello, antes de continuar se hace necesario plantear una definición de actividad física que le haga justicia a esta complejidad, al carácter holístico de los fenómenos humanos y que, al mismo tiempo, sirva de referente para futuros desarrollos técnicos y de política pública.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

Para propósito de los presentes lineamientos se va a definir la actividad física como *un comportamiento humano y social complejo que involucra cualquier movimiento corporal voluntario que genere un gasto energético mayor al reposo; ocurre en los contextos físicos, sociales, culturales y políticos en donde las personas viven, se transportan, trabajan, estudian y ocupan su tiempo libre. La actividad física está influenciada por intereses, ideas, valores, creencias, emociones y relaciones, y puede generar beneficios sociales y para la salud, a través de sus efectos en la calidad de vida, la aptitud física, la salud mental, el desarrollo social y el bienestar de las poblaciones*¹⁰.

Nótese que la anterior definición enfatiza precisamente el hecho de que la actividad física tiene que ver con el movimiento del cuerpo (un hecho biológico) pero que este ocurre en diversos dominios sociales por los que transitan las personas en sus vidas cotidianas (el hogar, el tiempo libre, el trabajo, el transporte, entre otros) (19). En segundo lugar, la definición llama la atención sobre la complejidad de la actividad física como fenómeno (20): la actividad física es movimiento, pero debe entenderse en un contexto social, político, económico y moral más amplio que la determina. Y, en tercer lugar, es consustancial a la definición considerar las conexiones causales que se han mencionado con otras dimensiones humanas y sociales en términos de los beneficios que esta puede reportar para la salud (física y mental), el desarrollo y, en términos generales, el bienestar de las personas, las comunidades y las poblaciones.

Ahora bien, la anterior definición de actividad física debe relacionarse con dos fenómenos correlacionados que es posible distinguir analíticamente entre sí: los comportamientos sedentarios y la inactividad física. Los comportamientos sedentarios se pueden definir por contraste con la actividad física: son todos aquellos comportamientos que generan un gasto energético bajo (19). Al igual que la actividad física, el comportamiento sedentario también ocurre en varios dominios: mientras se está en el hogar, en el trabajo, en la escuela o el transporte se puede incurrir en comportamientos sedentarios. Típicamente, estos se dan cuando estamos sentados, acostados o reclinados en actividades como ver televisión o estar frente a un computador. Por supuesto, todos tenemos comportamientos sedentarios en la medida que todos los cuerpos necesitan el reposo. Sin embargo, cuando estos se vuelven recurrentes en la vida cotidiana de las personas (sedentarismo) se convierten en factores de riesgo para la salud y, en últimas, en problemas de bienestar y salud pública.

La inactividad física, por su parte, ocurre cuando las personas no cumplen con el mínimo recomendado de actividad física (4)¹¹. Como puede advertirse, aunque los comportamientos sedentarios pueden producir, en el agregado, inactividad física, no siempre es el caso: una

¹⁰ Esta definición, basada en el trabajo de Piggitt (13), es una propuesta del Grupo Interno de Trabajo en actividad física del Ministerio del Deporte, propuesta que ha sido socializada y hace parte de otros documentos como el Proyecto de Ley 400 de 2021.

¹¹ Para las recomendaciones sus mínimos y estándares ver el Anexo 3.3.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

persona, por poner un ejemplo, puede hacer ejercicio tres veces a la semana y cumplir con el mínimo de actividad física recomendado; sin embargo puede, al mismo tiempo, tener comportamientos sedentarios (e.g. tiempo excesivo en pantallas, transporte pasivo, entre otros) que pueden, en últimas, poner en riesgo su salud. Por ello, los objetivos últimos de las intervenciones en el terreno de la actividad física es que las personas sean activas y, al mismo tiempo, reduzcan sus comportamientos sedentarios.

La situación actual de la actividad física en el país

Aparte de plantear una definición de actividad física y tener unas nociones mínimas de qué son los comportamientos sedentarios y la inactividad física, es indispensable tener presente cuáles son las principales tendencias del fenómeno, cómo están los niveles de actividad física en Colombia. Antes de continuar hay que advertir que lo ocurre con la actividad física no es exclusivo del país y debe enmarcarse en unas tendencias globales que vale la pena reseñar brevemente. En el mundo, voces autorizadas como la OMS (4) y Guthold et al. (21) sugieren que los niveles de actividad física son insuficientes para los estándares y recomendaciones que se han propuesto en los lineamientos internacionales (7). En efecto, Guthold et al. (21) calculan que 1 de cada 4 adultos (27.5%) en el mundo no cumple con los niveles recomendados de actividad física. Igualmente, no hay que perder de vista las diferencias entre regiones y niveles de desarrollo, en las cuales se destacan los bajos niveles de actividad física de Latinoamérica y el Caribe, los países occidentales y del Asia Pacífico de ingresos altos (21).

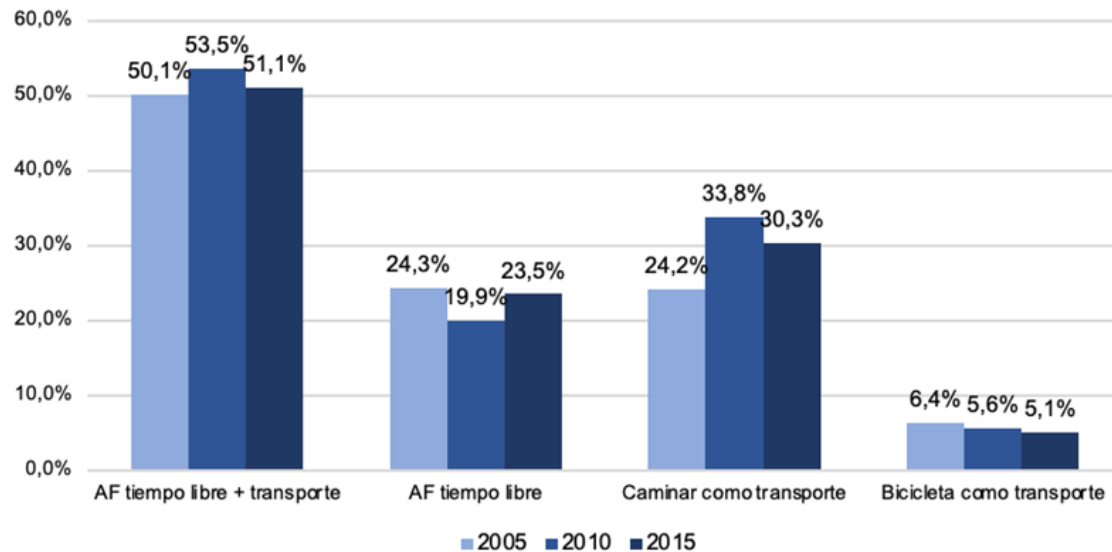
Estos niveles de actividad física tienen sin duda consecuencias preocupantes: los indicadores globales sugieren que entre un 6 y un 10% de las muertes a nivel mundial por ENT tienen causas relacionadas con la inactividad física (22) y, ésta, en el agregado, causa más muertes que el cigarrillo, contribuyendo con 5 millones de muertes prematuras al año (23).

El país, como se dijo, no es la excepción a las tendencias anteriores. En efecto, la Encuesta Nacional de Situación Nutricional (ENSIN), que es el instrumento que permite aproximarse a los niveles de actividad física y los comportamientos sedentarios en Colombia, ha mostrado, en sus tres ediciones (2005, 2010 y 2015) (24, 25) y con ligeras variaciones, que el porcentaje de personas adultas que cumplen con las recomendaciones de actividad física es un poco más de la mitad de la población del país: 50,1% para el 2005, 53,5% para el 2010 y 51,1% para el 2015. Cifras sin duda preocupantes.

Otros componentes de estas cifras dan pistas para entender la prevalencia de la actividad física en algunos dominios: como lo muestra la gráfica, está es más común cuando las personas caminan como medio de transporte, seguida de la actividad física que se realiza en el tiempo libre de las personas.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

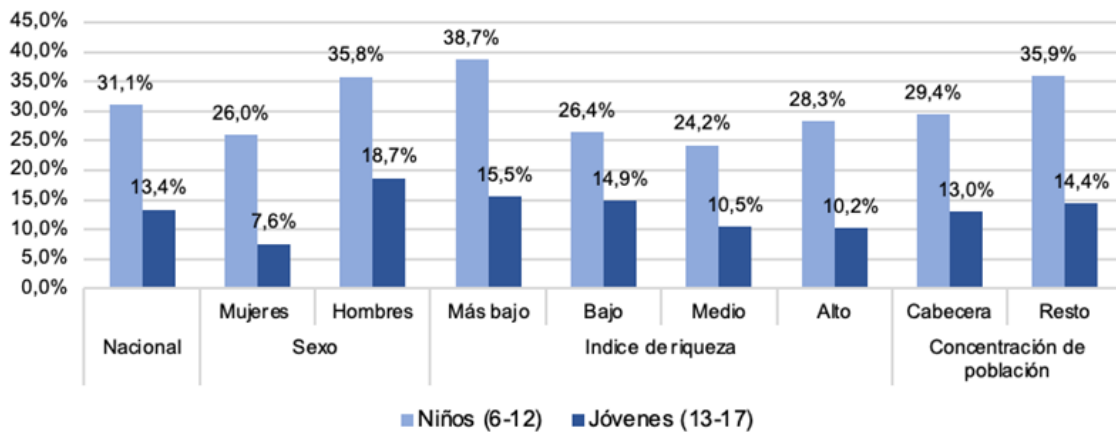
Gráfico 1. Cumplimiento de las recomendaciones de actividad física (≥ 150 minutos por semana) de la población de adultos entre 18 a 64 años habitantes del área cabecera 2005-2015



Fuente: Elaboración de Ipsos con base en los datos de la ENSIN 2005,2010,2015

Ahora bien, lo que es igualmente relevante para el país son las diferencias que existen en los niveles de actividad física entre hombres y mujeres, grupos de edad, estratos socioeconómicos y distribución de la población. Según la Encuesta de 2015 (24), mientras que el 61% de los hombres adultos cumplen con las recomendaciones de actividad física, este porcentaje desciende a 42.7% para el caso de las mujeres; en otras palabras: las mujeres adultas están aproximadamente 18 puntos porcentuales por debajo de los hombres en el cumplimiento de las recomendaciones de actividad física. Esta diferencia es muy similar a la que mostró la Encuesta de 2010 (25).

Gráfico 2. Prevalencia de AF en niños y jóvenes por diferencias por sexo, índice de riqueza y concentración de población



Fuente: Elaboración de Ipsos con base en los datos de la ENSIN 2015

En cuanto a los niños, las niñas y los adolescentes, la prevalencia de los niveles recomendados de actividad física sugiere las siguientes tendencias, según los datos de la última encuesta realizada (24). Los niños y las niñas en edad preescolar (3 y 5 años) registran porcentajes de juego activo de 25.6%. Los niños y las niñas escolares (6-12 años), por su parte, observan un porcentaje de cumplimiento de las recomendaciones de actividad física del 31.1%, mientras que solamente el 13.4% de los adolescentes (13 a 17 años) cumplen con las recomendaciones.

Las desigualdades por estrato socioeconómico también son importantes. Partiendo de los datos de la ENSIN 2010, González et al. (26) muestran que, en el dominio de tiempo libre, aquellas personas que pertenecen a los niveles de Sisben del 1 al 3 presentan menor prevalencia del cumplimiento de las recomendaciones de actividad física respecto a quienes están en los niveles del 4 al 6. Por otra parte, Herrán (27) encuentra una relación inversa entre pobreza monetaria y tiempo de permanencia de los niños frente a pantallas.

Como fuere, este último tema es importante y parece reflejar las disyuntivas y las presiones que los cambios económicos, sociales y tecnológicos de largo plazo ejercen sobre el comportamiento de los individuos, tal y como lo reflejan los datos de la Encuesta que se ha venido citando frente al tiempo excesivo que las personas pasan frente a las pantallas (un proxy de los comportamientos sedentarios). Los resultados sugieren que el 61.9% de la población en edad preescolar (3 a 5 años), el 67.6% de escolares (6 a 12 años), el 76.6% de adolescentes (13 a 17 años) y el 56.9% de adultos (18 a 64 años) pasan tiempo excesivo frente a pantallas (24). En este aspecto se encuentran diferencias importantes entre la población ubicada en las cabeceras municipales y el resto: en todos los casos los individuos

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

en la cabecera pasan más tiempo frente a las pantallas que aquellos ubicados en el resto de la población de los municipios.

En suma, la ENSIN como instrumento apoya la idea de que, dado los altos porcentajes de personas que no cumplen con las recomendaciones de actividad física, las diferencias entre grupos poblacionales y lo que sugieren las cifras de tiempo en pantalla frente a los comportamientos sedentarios, se justifican todos los esfuerzos públicos para posicionar la actividad física y la disminución de los comportamientos sedentarios como prioridades en la agenda pública nacional e internacional.

Los beneficios de la actividad física

Justificar la importancia de promover la actividad física y disminuir los comportamientos sedentarios se debe enlazar con las bajas prevalencias de la primera, la recurrencia de los segundos en las sociedades contemporáneas como problemas públicos y, como se ha comentado en varios apartados, con los beneficios que la actividad física trae en términos de salud y bienestar para las personas y las poblaciones. La siguiente es una reseña breve que trae a colación estudios que muestran evidencia empírica acerca de estos beneficios.

Beneficios para la salud

Como muestran de manera recurrente los estudios y la evidencia empírica, la actividad física trae beneficios para la salud física y mental de las personas. Como se ha dicho, la actividad física ayuda a reducir la prevalencia y es clave en el tratamiento de ENT como las enfermedades cardiovasculares, la diabetes tipo 2 y diversos tipos de cáncer. Varios estudios y revisiones sistemáticas así lo confirman. Sattelmair et al. (28), por ejemplo, encuentran que las personas que hacen aproximadamente 150 minutos de actividad física a la semana en su tiempo libre tienen un 14% menos riesgo de sufrir una enfermedad coronaria que las personas que no hacen actividad física en su tiempo libre. Otro ejemplo relevante lo constituye el análisis de McTiernan et. al. (29), en el que sugieren que existe evidencia sólida acerca de la relación positiva entre la actividad física y la reducción del riesgo de sufrir diversos tipos de cáncer (de vejiga, seno, colon, renal, entre otros). Este riesgo se reduce entre un 10 y un 20% gracias a la actividad física.

Una cifra que muestra el potencial de promover la actividad física, para seguir con los ejemplos, la provee el estudio de Lee et al. (22): si la inactividad física se reduce entre un 10% y un 25% podrían evitarse entre 533.000 y más de 1.3 millones de muertes en el mundo cada año, respectivamente. Existe igualmente evidencia convincente de que la actividad física beneficia el sistema inmunológico y las capacidades y habilidades socioemocionales de las personas (ver anexo 4 sobre competencias socioemocionales).

En cuanto a la salud mental, también existe evidencia que avala a la actividad física como un factor que ayuda a prevenir y tratar este tipo de enfermedades. Schuch et al. (30) llegan

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

a la conclusión que hacer ejercicio es tan efectivo como la farmacoterapia y sicoterapia en el tratamiento de las personas con depresión. Así mismo, otros estudios han encontrado que la inactividad física es uno de los factores de riesgo modificables en la aparición de la demencia, así como en el diagnóstico de enfermedades como el Alzheimer entre la población adulta (31). Además, la evidencia sugiere que la actividad física trae beneficios como mejoras en el estado de ánimo, la disminución de la ansiedad y la autopercepción de las personas (32).

Beneficios económicos

Ahora bien, la actividad física no solo trae salud y bienestar para los individuos sino para las sociedades. Una manera de mirar estos efectos es considerar los costos económicos en términos de la presión que la inactividad física le trae a las sociedades y sus sistemas de salud: Ding et al. (33) calculan, para el año 2013, que el costo de la inactividad física para los sistemas de salud a nivel mundial ascendía a una cifra cercana a los \$53,8 billones de dólares. Según Pratt et al. (34), los costos de la inactividad para los sistemas de salud pueden llegar a equivaler un porcentaje que oscila entre el 1 y el 2.6% del costo total de la salud. De una magnitud igual de alarmante es el costo que causan las muertes relacionadas con la inactividad física en términos de pérdida de productividad: \$13,7 billones de dólares para el mismo año (33).

En el país, de acuerdo con Gallardo-Solarte et al. (35), los tratamientos asociados a enfermedades cardiovasculares como el infarto agudo de miocardio, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), la hipertensión y diferentes tipos de cáncer, tienen un costo especialmente alto debido tanto a la cronicidad de la enfermedad, como a los costos directos e indirectos para su atención. Solo para el caso de las enfermedades cardiovasculares, los autores estiman que el costo de todos los pacientes que sufren de estas enfermedades es de aproximadamente 13 billones de pesos al año.

Ahora bien, un dato que puede ayudar a dimensionar los beneficios de invertir en programas de actividad física comparados con los costos puede tomarse de la ciclo vía en Bogotá. Según Montes et al. (36) por cada dólar invertido en la ciclo vía se produce un ahorro que esta entre los 3,23 y los 4,26 dólares de gastos médicos directos. Este estudio encuentra evidencia igualmente sugestiva de la relación costo-beneficio de la ciclo vía en otras ciudades como Medellín, Guadalajara (México) y San Francisco (EE.UU.).

Para resumir el argumento, es posible afirmar que la actividad física no solo trae bienestar a las personas sino a la sociedad en su conjunto. Aunque estos estudios y estas cifras se refieren a la salud y los costos que algunas enfermedades relacionadas con la inactividad física y el sedentarismo le generan a los sistemas de salud, no hay que olvidar que la salud va más allá de la ausencia de enfermedad y, desde una perspectiva holística, se relaciona

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

con el buen vivir y con el desarrollo en sentido amplio de las personas y las comunidades¹²; una mejor salud es una condición necesaria del bienestar pues, tal y como lo ha señalado Sen en su enfoque sobre el desarrollo humano, la salud se relaciona con las oportunidades y capacidades que tienen las personas para alcanzar sus metas y objetivos, de acuerdo con el “tipo de vida que tienen razones para valorar” (37, p.15).

Otros beneficios

Al igual que en el caso de la salud, la economía y el bienestar, la actividad física juega un papel importante en la promoción de los ODS y otros beneficios sociales y comunitarios: se relaciona directamente con el objetivo de garantizar una vida sana y promover el bienestar (ODS 3, particularmente la meta 3.4. orientada a reducir en un tercio la mortalidad prematura por ENT); con las medidas para combatir el cambio climático (ODS 13); la promoción de sociedades pacíficas e inclusivas (ODS 16); de ciudades seguras, resilientes y sostenibles (ODS 11); y con la educación inclusiva y de calidad (ODS 4) (38).

Finalmente, se cuenta con evidencia acerca de los beneficios que trae la práctica de la actividad física para la interacción social. Por ejemplo, se ha sugerido que las personas que practican regularmente actividad física exhiben mayores niveles de confianza y de comportamientos prosociales: solidaridad, empatía y reciprocidad contribuyendo a generar, en últimas, capital social (39).

Referencias

1. U.S. Department of Health and Human Services. Physical Activity Guidelines for Americans, 2nd edition. Washington: Department of Health and Human Services; 2018.
2. Centers for Disease Control and Prevention. Strategies to Prevent Obesity and Other Chronic Diseases: The CDC Guide to Strategies to Increase Physical Activity in the Community. Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services; 2011.
3. US Department of Health and Human Services. Physical Activity Evaluation Handbook. Atlanta: US Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention; 2002.
4. World Health Organization (WHO). Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. Geneva: World Health Organization; 2018.
5. WHO. Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020. Geneva: World Health Organization; 2013.
6. WHO. Global recommendations on physical activity for health. Geneva: World Health Organization; 2010.

¹² Este concepto ampliado de salud se puede relacionar también con conceptos también ampliados en otros campos como la educación, en los que la actividad física y el movimiento se entienden bajo el marco de la educación corporal y sus efectos en la educación integral de los niños y las niñas.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

7. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte. París: UNESCO; 2015.
8. Federación Internacional de Educación Física. Manifiesto Mundial de la Educación Física - FIEP 2000. Disponible en:
https://www.bizkaia.eus/Kultura/kirolak/pdf/ca_manifiestoFIEP.pdf?hash=76bf1f5ec2c5537b5a564c168300f09c&idioma=CA.
9. UNESCO. Plan de Acción de Kazán. París: UNESCO; 2017.
10. Sociedad Internacional de Actividad Física y Salud. Declaración de Bangkok Sobre la actividad física para la salud mundial y el desarrollo sostenible. Bangkok: ISPAH; 2017.
11. WHO. Report of the commission on ending childhood obesity. Geneva: World Health Organization; 2016.
12. WHO. Global action plan on the public health response to dementia 2017–2025. Geneva: World Health Organization; 2017.
13. IPSOS. Producto 1: Documento con el resultado del análisis que contraste los componentes de las orientaciones a nivel internacional (como políticas, estrategias, planes nacionales, plan mundial, recomendaciones mundiales) en comparación con las orientaciones nacionales que se han adoptado para solucionar la problemática, estableciendo los ejes principales de intervención y sus diferencias estratégicas con el fin de promover la actividad física y reducir los comportamientos sedentarios. Bogotá: IPSOS; 2021.
14. Departamento Nacional de Planeación. Visión Colombia II Centenario: 2019 Forjar una cultura para la convivencia. Bogotá: DNP; 2007.
15. Instituto Colombiano del Deporte (Coldeportes). Plan Decenal del Deporte, la Recreación, la Educación Física y la Actividad Física, para el Desarrollo Humano. Bogotá: Coldeportes; 2009.
16. Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre (Coldeportes). Política pública Nacional para el desarrollo del deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre hacia un territorio de paz 2018-2028. Bogotá: Coldeportes; 2018.
17. Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre (Coldeportes). Lineamientos y oportunidades de mejora en el desarrollo de la acción de gestores, monitores y líderes del Programa Hábitos y Estilos de Vida Saludables. Bogotá: Coldeportes; 2014.
18. Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre (Coldeportes). Las buenas prácticas en promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable en Colombia. Bogotá: Coldeportes; 2014.
19. Ministerio de la Protección Social, Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre (Coldeportes). Hábitos y Estilos de Vida Saludable. 2 Tomos. Bogotá: Imprenta Nacional; 2011.
20. Piggin J. What Is Physical Activity? A Holistic Definition for Teachers, Researchers and Policy Makers, Front. Sports Act. Living. 2020; 2 (72): 1-7.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

21. Guthold R, Stevens GA, Riley LM, Bull FC. Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: a pooled analysis of 358 population-based surveys with 1·9 million participants. *The Lancet Global Health*; 2018.
22. Lee I-M, Shiroma EJ, Lobelo F, Puska P, Blair SN, Katzmarzyk PT. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *Lancet*; 2012
23. UNESCO. Cómo influir en el desarrollo de políticas de educación física de calidad. París: UNESCO; 2021.
24. Ministerio de Salud y Protección Social, Departamento Administrativo para la Prosperidad Social, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Instituto Nacional de Salud, Universidad Nacional de Colombia. Encuesta Nacional de la Situación Nutricional – ENSIN 2015. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia, Instituto Nacional de Salud, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar; 2020.
25. Ministerio de la Protección Social, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Instituto Nacional de Salud. Encuesta Nacional de la Situación Nutricional – ENSIN 2010. Resumen Ejecutivo. Bogotá: Instituto Nacional de Salud, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Ministerio de la Protección Social; s.f.
26. González S, Sarmiento OL, Lozano Ó, Ramírez A, Grijalba C. Niveles de actividad física de la población colombiana: desigualdades por sexo y condición socioeconómica. *Biomédica*. 2014;34(3):447-59.
27. Herrán OF, Patiño GA, DelCastillo SE. Desigualdad y nutrición: Encuesta de la situación nutricional en Colombia, 2010. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*. 2015 Dec;15(4):401-12.
28. Sattelmair J, Pertman J, Ding E L, Kohl H W, Haskell W., et al. 2011. Dose Response between Physical Activity and Risk of Coronary Heart Disease: A Meta-Analysis. *Circulation* 124 (7): 789–95.
29. McTiernan A, Friedenreich CM, Katzmarzyk PT, Powell, KE, Macko R, Buchner D, et al. Physical activity in cancer prevention and survival: a systematic review. *Med Sci Sports Exerc*. 2019;51(6):1252–61.
30. Schuch FB, Vancampfort D, Richards J, Rosenbaum, S, Ward PB, Stubbs B. Exercise as a treatment for depression: A meta-analysis adjusting for publication bias. *J Psychiatr Res*. 2016; 77:42–51.
31. Livingston G, Sommerlad A, Orgeta V, Costafreda, SG, Huntley J, Ames D, et al. Dementia prevention, intervention, and care. *Lancet*. 2017;390(10113):2673–734.
32. Paluska SA, Schwenk TL. Physical activity and mental health. *Sports medicine*. 2000 Mar;29(3):167-80.
33. D. Ding, K. Lawson, T. Kolbe-Alexander, E. Finkelstein, P. Katzmarzyk, W. Mechelen, M. Pratt. The economic burden of physical inactivity: a global analysis of major non-communicable diseases. *The Lancet*, July 27; 2016.
34. Pratt M, Norris J, Lobelo F, Roux L, Wang G. 2014. “The Cost of Physical Inactivity: Moving into the 21st Century.” *British Journal of Sports Medicine* 48 (3): 171–73
35. Gallardo Solarte, K., Benavides Acosta, F. P., & Rosales Jiménez, R. (2016). Costos de la enfermedad crónica no transmisible: la realidad colombiana. *Revista ciencias de la Salud*, 14(1), 103-114.
36. Montes F, Sarmiento OL, Zarama R, Pratt M, Wang G, Jacoby E, Schmid TL, Ramos M, Ruiz O et al. Do Health Benefits Outweigh the Costs of Mass

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

Recreational Programs? An Economic Analysis of Four Ciclovía Programs. Journal of Urban Health: Bulletin of the New York Academy of Medicine, Vol. 89, No. 1: 153-70; 2011.

37. Sen A. Desarrollo y libertad. Bogotá: Planeta; 1999.
38. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. PNUD. Objetivos de Desarrollo Sostenible, Colombia Herramientas de aproximación al contexto local. Bogotá: PNUD; 2016.
39. Di Bartolomeo G y Papa S. The Effects of Physical Activity on Social Interactions: The Case of Trust and Trustworthiness. Journal of Sports Economics. 2019;20(1):50-71.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

II. Lineamientos de actividad física para Colombia

Visión

Los presentes lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de los comportamientos sedentarios en Colombia proponen como visión *la adopción de la práctica regular de la actividad física en la vida cotidiana de toda la población colombiana*.

Meta

Aumentar en un 10% el cumplimiento de las recomendaciones de actividad física en toda la población del país, tomando como línea de base los resultados de la ENSIN de 2015.

Principios rectores

Estos lineamientos orientadores de actividad física están sustentados en 3 principios rectores: los derechos humanos, el enfoque inclusivo y el desarrollo humano. Estos principios se relacionan con los lineamientos y sus respectivas estrategias de dos maneras: en primer lugar, como límites e ideas éticas para los objetivos y las acciones. Así, al decir que los derechos humanos, el desarrollo humano y el enfoque inclusivo sirven de marco, se está planteando que estos enfoques contienen valores importantes que estos lineamientos suscriben: la idea de universalidad de los derechos, de dignidad humana, de entender el desarrollo como proceso centrado en las personas, entre otros.

Aparte de este nivel declarativo, los enfoques de política propuestos se relacionan con los lineamientos a manera de retos, objetivos y estrategias concretas. Cómo garantizar el acceso universal, cómo promocionar la actividad física como una parte importante de las estrategias de desarrollo territoriales y cómo todo ello se puede pensar en el contexto de un país y unos territorios diversos, fueron cuestionamientos que se trataron de resolver vinculándolos con objetivos, estrategias y acciones puntuales.

Los derechos humanos

Tomando como punto de partida la carta de derechos sociales de nuestro ordenamiento constitucional y los beneficios que genera la actividad física sobre la salud y el bienestar de las personas y las comunidades, estos lineamientos proponen concebir la actividad física al interior de ese conjunto de derechos que el Estado debe garantizar, proteger y promover, como ha sido señalado igualmente en documentos internacionales y nacionales anteriores (1-4). De la misma manera, al plantear que las intervenciones orientadas a promover la actividad física y disminuir los comportamientos sedentarios tienen como principios los derechos humanos, se está estableciendo que estos derechos son el límite último de cualquier política pública, al estar centrados en las personas como sujetos de derechos y deberes de especial protección, y en valores con pretensiones universales como la dignidad y la autonomía humanas.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

El enfoque inclusivo

El enfoque inclusivo, como lo entiende los presentes lineamientos, comparte con los derechos humanos la pretensión universal e integradora, sin desconocer las diferencias y necesidades y realidades particulares de los grupos humanos. Por pretensión universal e integradora se quiere dar a entender que las intervenciones para promover la actividad física y disminuir los comportamientos sedentarios deben propender por garantizar el acceso equitativo de todos los grupos humanos, incluidos aquellos que históricamente han estado en desventaja (mujeres, minorías étnicas y raciales, entre otros), a la actividad física como derecho y a la oferta institucional que se diseñe en concordancia. Esto implica, como contraparte, tener en cuenta y tratar de eliminar los contextos, las situaciones y las particularidades que actúan como barrera al acceso universal a los beneficios de la actividad física.

El desarrollo humano

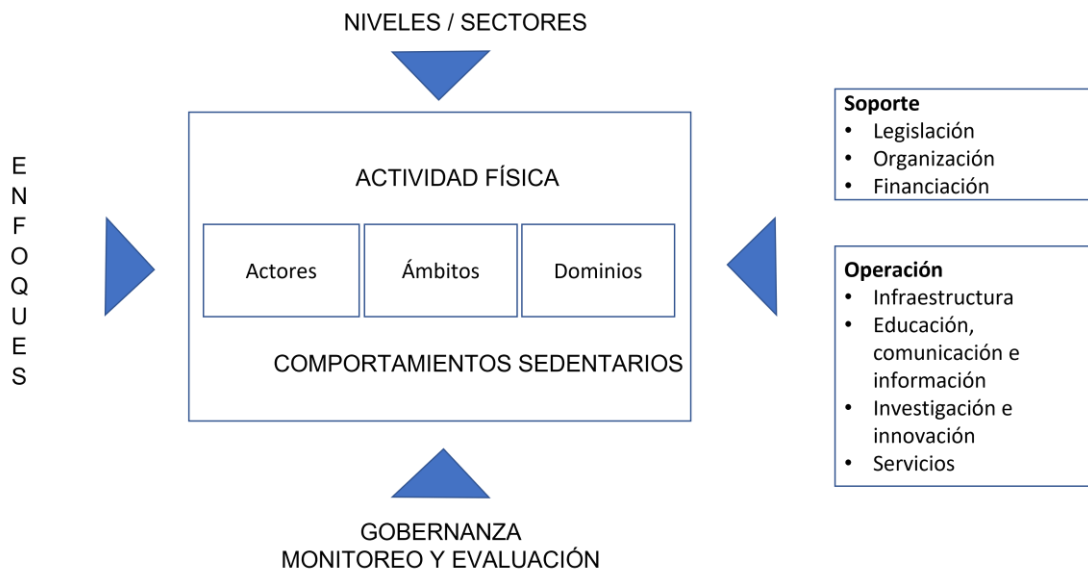
El desarrollo humano es el tercer principio de política que rige estos lineamientos. Al igual que los derechos humanos, el desarrollo humano es un enfoque que está centrado en las personas (5). Como se ha dicho en repetidas ocasiones, la actividad física genera beneficios económicos, de salud y bienestar para las personas y las sociedades en su conjunto. Desde esta perspectiva, la promoción de la actividad física, al impactar positivamente estas y otras áreas de la vida humana, es congruente con una concepción del desarrollo humano como un proceso que busca aumentar las oportunidades (5) y capacidades (6) de las personas que son, según Sen (6), el fin al que le debe apuntar el desarrollo. La actividad física se convierte, por lo tanto, en un fin que vale la pena promover en sí mismo (está ligado a valores importantes como sugiere la definición propuesta de actividad física en el primer capítulo de estos lineamientos) y un medio que contribuye a expandir las capacidades y oportunidades de las personas, y por lo tanto, a generar desarrollo humano.

Marco estratégico

Para cumplir con la visión de estos lineamientos orientadores y alcanzar la meta propuesta se plantean 4 objetivos generales de política: 1. Posicionar la práctica de la actividad física como un comportamiento saludable; 2. Crear condiciones para el desarrollo de intervenciones orientadas promover la actividad física y a disminuir los comportamientos sedentarios; 3. Garantizar el acceso equitativo de la población a la práctica de la actividad física; y 4. Adoptar un estilo de vida activo por parte de todas las personas.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

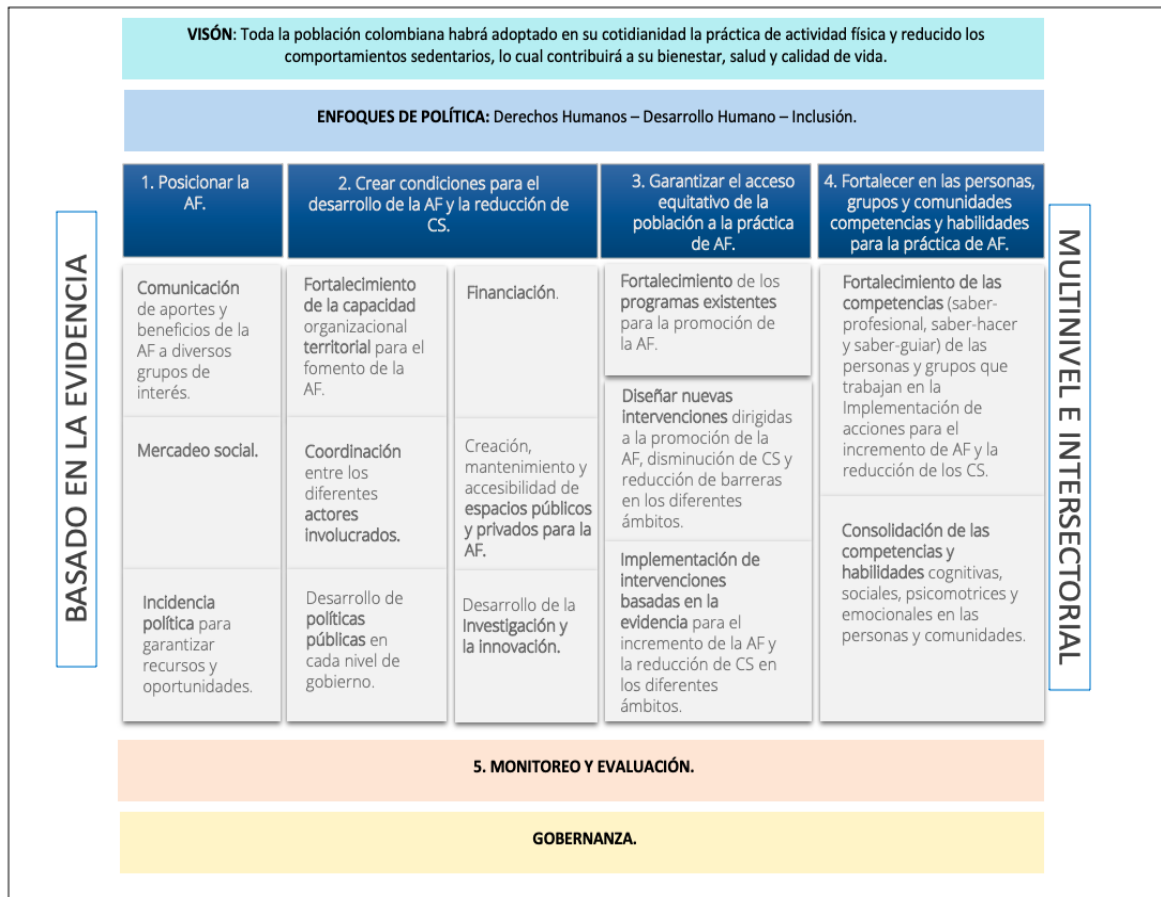
Ilustración 1. Marco de trabajo para la orientación de los Lineamientos para la Promoción de la Actividad Física y la Disminución de Comportamientos Sedentarios en Colombia



Estos 4 objetivos de política se desarrollan, a su vez, en 15 estrategias orientadas a la acción. En conjunto, tanto los objetivos como las estrategias y las acciones están guiados por los valores de los 3 principios rectores identificados, por un enfoque socio-ecológico (1-3) y por una propuesta de gobernanza (ver más adelante) dirigida a la coordinación, articulación y diálogo de los actores involucrados. En particular, este enfoque socio-ecológico parte de la definición de actividad propuesta, la cual implica que tanto los objetivos como las estrategias y las acciones deben responder el hecho de que estamos ante un fenómeno multidimensional (condicionado por factores sociales, culturales, políticos y económicos) que exige, a su vez, de las intervenciones, acciones coordinadas y alianzas de actores públicos, privados y sociales ubicados en diferentes niveles (nacional, regional y local).

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

Ilustración 2. Mapa estratégico de los Lineamientos para la Promoción de la Actividad Física y la Disminución de Comportamientos Sedentarios en Colombia



1. Posicionar la actividad física como comportamiento saludable en la vida cotidiana

Promover y aumentar el conocimiento de la actividad física y de los beneficios que ésta genera tanto para la salud y el bienestar de las personas, como para el desarrollo humano, económico y social del país con el fin de sensibilizar a las personas, las instituciones y las comunidades acerca de su importancia como práctica cotidiana.

Estrategia No. 1. Difundir a través de campañas de comunicación masiva dirigidas a informar y sensibilizar acerca de la importancia de la actividad física para la salud y los beneficios sociales, económicos y de bienestar para las personas y comunidades.

Estrategia No. 2. Diseñar e implementar una estrategia de mercadeo social orientada a mejorar la percepción de la actividad física, visibilizar las oportunidades que tienen las personas de practicarla e incorporarla en la vida cotidiana de las personas, las normas sociales y los imaginarios colectivos.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

Estrategia No. 3. Fomentar la incidencia política de la sociedad civil, el sector privado y los entes territoriales con el fin de garantizar las inversiones necesarias y las oportunidades para el acceso a la actividad física de toda la población, a través de la creación de espacios de encuentro, diálogo y difusión de los instrumentos de política disponibles para participar, formular planes y gestionar recursos.

2. Crear condiciones en el sector público y privado para el desarrollo de la actividad física y la reducción de los comportamientos sedentarios

Aumentar las capacidades de planeación, articulación y gestión de recursos de los distintos actores involucrados en la promoción de la actividad física para el desarrollo efectivo de políticas públicas e intervenciones orientadas a promover desde lo público, la sociedad civil y el sector privado la actividad física y disminuir los comportamientos sedentarios.

Estrategia No. 1. Fortalecer las capacidades organizacionales existentes en los territorios para formular y ejecutar acciones de promoción de la actividad física visibilizando las fortalezas y las oportunidades que tienen las organizaciones públicas, privadas y sociales involucradas en el fomento de la actividad física, e incentivando el liderazgo frente al tema y la conformación de equipos interdisciplinarios e intersectoriales encargados de territorializar e implementar estos lineamientos.

Estrategia No. 2. Propiciar el diálogo, la participación y la articulación de los diferentes actores involucrados en la promoción de la actividad física a través de la creación y promoción de espacios de encuentro, la identificación de iniciativas sectoriales y experiencias territoriales, y el aumento de la participación social en el diseño de planes y programas.

Estrategia No. 3. Diseñar e implementar políticas públicas específicas para la promoción de la actividad física en cada nivel territorial, identificando las líneas y los instrumentos de política disponibles en cada uno de los sectores (educación, salud, cultura, trabajo, etc.), facilitando la disponibilidad de evidencia sobre actividad física e aumentando las capacidades de acompañamiento monitoreo y evaluación en cada uno de los niveles de gobierno.

Estrategia No. 4. Garantizar la gestión de recursos para la promoción de la actividad física y los comportamientos sedentarios a través del inventario, difusión y priorización de fuentes de financiación disponibles desde diferentes sectores, la creación de incentivos para la inversión privada y el diseño de propuestas fiscales innovadoras desde el nivel nacional.

Estrategia No. 5. Crear, mantener y promocionar espacios públicos y privados para la práctica de la actividad física en los distintos dominios y ámbitos, mediante el diagnóstico del estado actual de dichos espacios, la implementación de acciones tendientes a reducir las barreras físicas, sociales y económicas de acceso, de estrategias de seguridad ciudadana, y de promoción de diseño de nuevos equipamientos inclusivos para la práctica de la actividad física.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

Estrategia No. 6. Crear, incentivar y consolidar la investigación, el desarrollo y la innovación alrededor de la actividad física por medio del fortalecimiento de las redes de investigación, el incentivo de las alianzas públicas y privadas, la creación de una agenda para el desarrollo y la investigación en el mediano y largo plazo, y la creación de un fondo para el apoyo directo de la investigación y el desarrollo en actividad física.

3. Garantizar el acceso equitativo de la población a la práctica de la actividad física

Diseñar, fortalecer y difundir, según los casos y las características particulares de los territorios, la oferta de servicios, programas e iniciativas de promoción de la actividad física y disminución de comportamientos sedentarios con el fin de garantizar el acceso equitativo y disminuir las barreras para la práctica de la actividad física en los ámbitos comunitario, laboral, educativo y de salud.

Estrategia No. 1. Fortalecer los programas y las iniciativas existentes de promoción de la actividad física en los territorios por medio comenzando por el inventario de los mismos, su promoción y reposicionamiento, teniendo en cuenta las características de la oferta, la demanda y las coberturas actuales de los mismos.

Estrategia No. 2. Diseñar nuevas intervenciones dirigidas específicamente a disminuir las barreras de la práctica de la actividad física y aumentar el acceso equitativo de todas las personas a partir de diagnósticos participativos, de las características poblacionales, sociales y económicas de los territorios.

Estrategia No. 3. Incorporar en el diagnóstico, diseño, implementación y evaluación de las intervenciones de promoción de la actividad física el enfoque basado en la evidencia a partir del aumento de la disponibilidad de información, la gestión del conocimiento (sistematización de experiencias, buenas prácticas y lecciones aprendidas) y el fortalecimiento de las redes, los espacios de encuentro y de intercambio de experiencias.

4. Adoptar un estilo de vida activo por parte de todas las personas

Fortalecer las competencias de actividad física en las personas, grupos y comunidades a través del fomento de habilidades emocionales, sicomotrices, cognitivas y sociales en las personas y en los formadores, profesionales, trabajadores y facilitadores involucrados en la promoción de la actividad física y la reducción de los comportamientos sedentarios.

Estrategia No. 1. Fortalecer las competencias y las habilidades cognitivas, sociales y emocionales y sicomotrices de las personas relacionadas con la práctica de la actividad física por medio del desarrollo de procesos pedagógicos participativos, la consolidación y difusión de las consejerías grupales e individuales tendientes a la identificación de aptitudes físicas, motivaciones individuales y el tamizaje para los riesgos de salud de las personas.

Estrategia No. 2. Fortalecer y consolidar las competencias y habilidades de los formadores, profesionales, trabajadores y facilitadores involucrados en la promoción de la actividad física y la disminución de los comportamientos sedentarios mediante el diagnóstico de las

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

necesidades, el fortalecimiento de los procesos de formación, la alianza con las academia, el desarrollo de metodologías innovadoras orientadas a diversificar los canales de formación, y el apoyo para que los programas de capacitación departamentales y municipales existentes tengan continuidad.

La gobernanza de la actividad física: en enfoque policéntrico

Dado que la actividad física implica el esfuerzo de diversos sectores y actores ubicados en diferentes niveles, a continuación, se propone un marco para la gobernanza de los presentes lineamientos orientadores.

La gobernanza es un término que tiene varias acepciones, dependiendo del enfoque y de los supuestos de los que se partan. En el sector del deporte, por ejemplo, algunos desarrollos recientes en el país han enmarcado la gobernanza desde el punto de vista de los principios que hay que tener en cuenta para la gestión de las organizaciones relacionadas con la administración deportiva (8). Aunque la propuesta presente no niega dicha dimensión administrativa de la gobernanza, se sitúa en otra escala: a nivel más bien del sistema de actores, sus múltiples niveles y sectores organizacionales. De esta forma, la perspectiva que proponen estos lineamientos entiende la gobernanza desde la perspectiva de la coordinación y articulación entre actores, sectores y niveles de gobierno, y se acoge a un enfoque de la misma denominado, siguiendo a Elinor Ostrom (7, 9), gobernanza policéntrica.

Al igual que en el caso de los enfoques que fueron propuestos en el apartado anterior, la gobernanza policéntrica se relaciona con los presentes lineamientos en dos sentidos: como principios generales que pueden regir las relaciones entre actores situados en diferentes niveles, y como retos para el desarrollo de los objetivos, estrategias y sus respectivas acciones.

Para entrar en materia, en este documento se va a entender la gobernanza de la actividad física como las reglas (formales e informales), los principios y los canales que rigen la articulación y la coordinación de los actores involucrados en la promoción de la actividad física. El fin de dicha coordinación puede ser el manejo de recursos de uso común o la expedición de bienes y servicios públicos por medio de las políticas públicas (7, 9, 10).

Ahora bien, el calificativo de policéntrica dado a los esquemas de gobernanza hace alusión al hecho de que los problemas de acción colectiva (el diseño y la implementación de políticas públicas es un ejemplo; el manejo de los recursos de uso común es otro) rara vez atañen a una sola jurisdicción o nivel territorial (nación, departamento, distrito o municipio), un solo modelo de organización (estado, mercado o sociedad civil) o una sola agencia (7,9,10). Al contrario, dada la complejidad de los problemas que enfrentan tanto las sociedades como las políticas públicas, demandan la interacción, la colaboración y la

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

coordinación de actores pertenecientes a diversos sectores, niveles, jurisdicciones y formas organizacionales.

Estos lineamientos de gobernanza tienen, de esta manera, un doble punto de partida: por un lado, parten del supuesto que la promoción de la actividad física, al ser esta un comportamiento humano complejo, situado y multidimensional (recuérdese la definición propuesta al principio del documento), requiere (como lo sugiere la OMS) (1), de la articulación y coordinación de varios tipos de actores, agencias, sectores y niveles de gobierno. Por otro lado, parten de la estructura institucional consignada en la normatividad que, como se tuvo oportunidad de analizar, tiene su fundamento en el SND, la Comisión Intersectorial y como cabeza del sector y de dicho Sistema al Ministerio del Deporte. Este andamiaje contempla igualmente acciones de articulación intersectorial en los distintos niveles del estado. Estos supuestos filosóficos e institucionales se complementan con principios básicos que pueden servir de marco para el diálogo y la coordinación entre actores con miras a promocionar la actividad física en contextos diversos. Desde esta óptica, la gobernanza policéntrica busca que las reglas formales (las instituciones) que enmarcan regulan el comportamiento de los actores, pueden complementarse con acuerdos, compromisos y reglas emergentes: aquellas que surgen de sus interacciones o, en otras palabras, del diálogo, la negociación, la experiencia y las circunstancias particulares de cada contexto.

Por supuesto, esta idea abstracta debe tener en cuenta las diferencias territoriales y de capacidades institucionales existentes en el país. Esto quiere decir que los grados de descentralización de las intervenciones, de las políticas de actividad física, así como de las funciones y roles de cada tipo de actor, no pueden ser los mismos en todos los niveles y locaciones del país. Aunque, como se dijo, no podría darse *a priori* cual es la estructura de la gobernanza en cada nivel y entre cada uno de los sectores, si pueden darse algunas ideas y pautas generales.

Comunicación. Aunque pueden existir estructuras diferentes en cuanto a los actores que interactúan y sus tipos de relaciones, cada esquema de gobernanza que surja debe ser fruto del diálogo público y razonado entre los distintos actores. Para ello, es necesario que en todos los niveles existan mecanismos de diálogo e interacción entre los actores pertenecientes a diferentes sectores. Estos mecanismos pueden estar atados a espacios ya existentes (e.g. comisiones, grupos de trabajo, mecanismos de consulta, etc) o a espacios que hay que impulsar en los casos en los que se carezca de ellos.

Participación. La actividad física no sólo supone la participación de la ciudadanía en tanto titular de derechos, sino que el involucramiento de ésta en las consultas, las decisiones, la vigilancia y el control de las intervenciones estatales debe estar garantizada y debe ser permanente. La participación ciudadana amplia y democrática le aporta legitimidad a los

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

procesos políticos y es una manera igualmente de recoger el conocimiento, el potencial de innovación, las experiencias y la sabiduría contenida en la vida cotidiana y el saber popular.

Construcción conjunta de reglas para la promoción de la actividad física. Siguiendo los resultados del trabajo de varias décadas de Ostrom (9, 11), las mejores experiencias de gobernanza están fuertemente asociadas con la discusión, la negociación y el establecimiento de reglas adaptadas a las particularidades de los contextos sociales, económicos y culturales en el que se plantean los problemas. Esto no quiere decir que se creen reglas desde cero o que no se deba tener en cuenta las reglas contenidas en las leyes, los decretos o las ordenanzas. Quiere decir, más bien, darles espacio a las reglas, los acuerdos y los compromisos tanto formales como informales que surgen del diálogo y la interacción entre los actores involucrados.

Información. Los anteriores principios para la gobernanza policéntrica suponen en buena medida la disponibilidad y el acceso a la información. Desde el inventario de actores, facilidades, programas y actividades relacionadas con la promoción de la actividad física, pasando por el conocimiento acerca de sus principales tendencias, los resultados e impactos de las intervenciones, etc. Construir dicho sistema (ver infra capítulo sobre monitoreo y evaluación), tratar de aplacar las asimetrías de información entre los distintos actores y divulgar de manera amplia los planes, programas y proyectos, es una condición *sine qua non* no solo para una efectiva gobernanza policéntrica sino para la existencia misma de ésta, tenga las características que tenga.

Actores, roles y relaciones. En cuanto a los principios que pueden regir los roles y las responsabilidades de los actores según los niveles de intervención se debe tener en cuenta, en este marco de gobernanza policéntrica, lo siguiente. En primer lugar, debe partirse de las funciones ya existentes que están enmarcadas en la ley. En este sentido, estos lineamientos no constituyen un desarrollo normativo de lo ya existente: más bien, plantean ideas generales sobre los roles que pueden tener de cara a un esquema de gobernanza abierto y que no podría definirse a priori. Estas ideas son las siguientes:

-Los nodos centrales. Parte de la idea de gobernanza policéntrica está vinculada con relaciones que van más allá de la jerarquía y el control funcional de las entidades, involucrando relaciones en red, más tendientes a la colaboración entre múltiples nodos (11). Como demostraron los ejercicios de consulta (12), los nodos centrales de los diferentes niveles (básicamente el Ministerio del Deporte, los entes deportivos, las gobernaciones, las alcaldías y las universidades) son fundamentales para la *articulación* de los distintos sectores y tipos de actores, tanto públicos, como sociales y privados. Esto se debe mantener y reforzar, tratando de que este papel articulador incluya de una forma más decidida, el diálogo y la comunicación con la sociedad organizada y el sector privado.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

Aparte de este papel articulador, puede también plantearse que, dependiendo de los recursos y las capacidades de los territorios, los nodos centrales y, en particular el Ministerio del Deporte, puedan cumplir roles de acompañamiento al ente territorial que lo requiera, de apoyo en la formación de capacidades institucionales, de posicionamiento del tema, de construcción de un sistema público de información y de divulgación de la información relacionada con la actividad física.

-Relaciones entre los actores: cooperación, complementariedad y competencia. Aparte del papel central que por ley y por experiencia le corresponde a los nodos centrales en la articulación y gestión de sus respectivas redes según los niveles, puede igualmente plantearse que las relaciones de competencia que se dan al interior del mercado e inclusive en la sociedad organizada por recursos distintos a los monetarios (e.g. alrededor del prestigio y la reputación), pueden servir para incentivar el involucramiento de actores clave en la promoción de la actividad física cuando éstos perciben oportunidades de crecimiento. Por supuesto, el mercado tiene sus propios mecanismos de gobernanza que hay que tener en cuenta. El punto es que el involucramiento de ciertos sectores sociales y económicos se puede potenciar en la medida que estos reconozcan oportunidades.

Ahora bien, aparte de las relaciones de competencia, los distintos esquemas de gobernanza que emerjan deben tener en cuenta las particularidades y los “términos de intercambio” entre los distintos tipos de actores. Con esta metáfora económica se quiere dar a entender que, dependiendo de los niveles de desarrollo del mercado, la sociedad civil y las capacidades institucionales de las entidades públicas en los territorios, se pueden dar relaciones de negociación, cooperación, complemento e intercambio de experiencias “horizontales”; o, en caso de desequilibrios en el acceso a recursos, de relaciones algo más verticales que implican dependencia de recursos como la subsidiariedad, pero también la creación conjunta de entornos para el surgimiento de la competencia (en el caso de los mercados) o el desarrollo de la sociedad civil.

La idea de la gobernanza policéntrica de la actividad física es, en últimas, que sean las particularidades y el diálogo público entre los distintos actores el que determine cuál es el esquema de gobernanza más apropiado para que los distintos actores involucrados o que deban involucrarse creen sinergias, mecanismos de concertación, acuerdos y compromisos tanto sectoriales como intersectoriales alrededor de la promoción de la actividad física.

	<p>Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia</p>	7	10	2021
---	---	---	----	------

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

Orientaciones estratégicas para el seguimiento y evaluación

En línea con lo establecido en el Plan de Acción Mundial de Sobre Actividad Física 2018-2030 (PAMAF 2018-2030), el seguimiento y evaluación juegan un papel fundamental como parte de los lineamientos orientados a incrementar la actividad física a nivel poblacional y a reducir los comportamientos sedentarios (1).

En la definición de un marco para el seguimiento y la evaluación de la actividad física y los comportamientos sedentarios es importante tener presente los antecedentes de país en cuanto a la disponibilidad de información para estimar prevalencias de actividad física y comportamientos sedentarios a nivel poblacional y establecer sus trayectorias a nivel nacional o en territorios específicos y las evaluaciones realizadas a programas específicos o componentes particulares de estos.

A partir de estos antecedentes de país y las orientaciones del PAMAF 2018-2030 se proponen tres grandes orientaciones estratégicas para de seguimiento y evaluación de estos lineamientos.

Definición de metas nacionales e indicadores desagregados: el establecimiento de metas es un elemento necesario para valorar los avances del país frente al incremento de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios. Teniendo como referencia la situación del país frente a las prevalencias de actividad física y de los comportamientos sedentarios y lo propuesto en estos lineamientos es necesario realizar ejercicios de concertación y modelación que permitan establecer una meta nacional de incremento de los niveles de actividad física y de reducción de los comportamientos sedentarios a nivel poblacional y en desagregaciones a partir de indicadores sociales, demográficos y territoriales relevantes.

Frente a este punto, el PAMAF 2018-2030 tiene como principal referente el seguimiento de la prevalencia de actividad física en la población a partir de los 18 años y en la que está entre los 11 y 17 años. Tomando en cuenta esto, es necesario dar continuidad a las mediciones realizadas en todos los grupos de la población incluyendo la población infantil y preescolar. De igual forma, es necesario seguir contando con las estimaciones de prevalencias y trayectorias relacionadas con el exceso de peso corporal de como un indicador influenciado por la actividad física, los comportamientos sedentarios y los de tipo alimentario.

Un segundo aspecto clave tiene que ver con obtener información desagregada sobre los indicadores a monitorear, considerando que esto sea factible y útil para la gestión requerida de los lineamientos a nivel territorial. Adicional a la valoración de indicadores a partir de tres grupos de edad descritos, se debe garantizar la disponibilidad de información y el

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

análisis desagregado por unidades geográficas y categorías demográficas y sociales relevantes (ej. sexo, posición socioeconómica, nivel de pobreza, pertenencia étnicoracial, discapacidad). La disponibilidad de esta evidencia es fundamental para dar cuenta del interés plasmado en estos lineamientos de ofrecer oportunidades para la práctica de la actividad física a toda la población colombiana de forma equitativa y en el curso de la vida.

-Continuidad, articulación y complemento de fuentes: uno de los aspectos a resaltar para el caso de Colombia es la existencia de diversas fuentes de información que han permitido hacer seguimiento a la situación de la actividad física y los comportamientos sedentarios en el país. Entre estas fuentes se destaca el desarrollo desde 2005 de la Encuesta Nacional de Salud y Situación Nutricional (ENSIN).

En términos de continuidad, articulación y complementariedad de las fuentes hay varios desafíos para el seguimiento y la evaluación. El primer desafío es garantizar a través de la gestión intersectorial la continuidad de la ENSIN que, por su carácter nacional y posibilidades de desagregaciones, al igual que por contar con tres versiones previas, ofrece posibilidades en términos de cobertura, alcance y continuidad que no ofrecen otro tipo de fuentes en la actualidad.

Un segundo desafío es ampliar la información disponible, en particular con relación a contar con más información sobre los comportamientos sedentarios en todos los grupos de la población.

Como tercer desafío está el garantizar la generación de reportes apropiados a las diferentes necesidades de seguimiento y evaluación para la toma de decisiones en diferentes niveles. En este sentido, se requiere articular los reportes que producen diferentes actores o programas. Frente a este desafío, es útil la consolidación de una red de seguimiento y evaluación que contribuya a la consolidación de fuentes y a la generación rutinaria de reportes.

Un cuarto desafío, es articular diferentes fuentes que permitan tener una información más completa e integrada de la actividad física y los comportamientos sedentarios. Si bien se ha destacado la relevancia que han tenido fuentes como la ENSIN es clave vincular a los análisis información generada desde otros sectores como estadísticas nacionales o las que rutinariamente se producen en sectores en salud y educación, no obstante, su objetivo no esté vinculado al seguimiento a la actividad física y los comportamientos sedentarios. Para dar cuenta de este desafío resulta clave, por ejemplo, establecer un inventario de fuentes producidas por diferentes sectores, no solo las relacionadas con programas de actividad física. El esquema de gobernanza policéntrico que se propone en estos lineamientos, junto una adecuada gestión de la información son clave para superar este desafío.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

Generación de diversos tipos de evidencia: siguiendo lo que se sugiere en el PAMAF 2018-2030, para los lineamientos se proponen cinco grandes líneas de generación de evidencia:

1. **Comportamientos y otros indicadores individuales:** se orienta a dar continuidad a las mediciones que se han realizado en el país frente a la prevalencia de actividad física y de comportamientos sedentarios usando desagregaciones relevantes y realizando análisis por diversas categorías de posición social. A esto se suma el seguir contando con mediciones de indicadores como obesidad y aptitudes físicas.
2. **Intervenciones:** incluye el seguimiento y evaluación de proceso e impacto, al igual que evaluaciones económicas, a los diferentes tipos de intervenciones desarrolladas a nivel nacional y territorial y en cada uno de los ámbitos de interés para este lineamiento. En coherencia con estos lineamientos y la perspectiva socio ecológica que orienta a los mismos, el concepto de intervenciones debe incluir aquellas dirigidas a: 1) la población, grupos específicos o individuos; 2) organizaciones, y 3) contexto o ambiente físico y social. Lo relacionado con las políticas públicas se abordará más adelante. La generación de este tipo de evidencia es fundamental para el ajuste de programas o su discontinuidad en los casos que no alcanzan los objetivos para los cuales fueron propuestos.

Un aspecto crítico del seguimiento y evaluación de intervenciones en actividad física tiene que ver con la valoración de los procesos vinculados a estas, al igual que logros a nivel comunitario, incluyendo la conformación de redes, recursos, lecciones aprendidas, etc.

3. **Capacidades:** una adecuada valoración de capacidades técnicas, organizacionales, de liderazgo, financieras, administrativa, entre otras dimensiones en los diferentes actores y organizaciones involucradas en los diferentes niveles de gobierno es fundamental para el logro de las metas que se definan para la actividad física y los comportamientos sedentarios.
4. **Políticas públicas:** plantea el seguimiento y evaluación de la formulación e implementación de los diferentes instrumentos de políticas públicas que en diferentes niveles de gobierno se adopten de manera directa para afectar la práctica de la actividad física o reducir los comportamientos sedentarios, al igual que todas aquellas que si bien no orienten directamente a estos propósitos puedan tener un efecto sobre ellos. La generación de esta evidencia tiene por tanto un carácter intersectorial y plantea el fortalecimiento de las capacidades nacionales y territoriales para el análisis de política pública en actividad física y comportamientos sedentarios.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

5. Impactos: un aspecto clave señalado en el PAMAF 2018-2030 es la necesidad de generar evidencia sobre los diferentes impactos de la actividad física, más allá de los de salud, que siguen siendo fundamentales y que deben incluir tanto aquellos directamente vinculados con las enfermedades crónicas, como los relacionados con los incidentes viales dada la preeminencia del transporte activo como alternativa para incrementar la actividad física en la población y el papel de la seguridad vial frente a este tipo de incidentes. Frente a la ampliación de los tipos de evidencia, resulta útil adoptar evaluaciones de impacto en las dimensiones económica, ambiental, social, laboral y de planificación urbana. El seguimiento y la evaluación realizada en estas múltiples dimensiones además de generar evidencia que permitirá a partir del esquema de gobernanza propuesto promover una mayor participación de diversos sectores, de igual forma esta evidencia es relevante para articular la agenda de actividad física con otras más amplias como la de los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

De manera transversal a cada uno de los aspectos señalados para el monitoreo y evaluación está el adoptar un enfoque de equidad, que permita reconocer la distribución desigual en los recursos y oportunidades que las personas, las comunidades y los territorios tienen para adherirse y mantener una práctica adecuada de la actividad física, sino que a partir de esta valoración se oriente la toma de decisiones para lograr un acceso más equitativo a esta práctica en toda la población colombiana.

Una recomendación clave frente a la evaluación es que las acciones que se realicen a futuro deben ser teóricamente fundamentadas, de tal forma que se incremente su rigor y se facilite la incorporación de referentes, indicadores e instrumentos. Una aproximación teórica a la evaluación también será útil para delimitar alcances y orientar la toma de decisiones.

Para garantizar la generación de estos diversos tipos de evidencia se debe contemplar el fortalecimiento de las capacidades para el uso de abordajes cuantitativos, cualitativos y mixtos. El uso de estos abordajes resulta fundamental, porque la naturaleza, efectos y acciones centradas en modificar la actividad física y los comportamientos sedentarios, son complejos y superan las posibilidades de una sola aproximación metodológica.

Para mayor información sobre la metodología para la formulación de las estrategias y las estrategias remitirse a los anexos 1 y 2 de este documento.

Referencias

1. World Health Organization. Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. Geneva: World Health Organization; 2018.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

2. Ministerio de Salud y Protección Social. Orientaciones para la gestión territorial de la promoción de la actividad física. Bogotá: Ministerio de Salud y Protección Social; 2017.
3. Departamento Administrativo del Deporte, la recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre - COLDEPORTES. Plan Decenal del Deporte, la Recreación, la Educación Física y la Actividad Física, para el Desarrollo Humano 2009-2019. Bogotá: Coldeportes; 2009.
4. Departamento Administrativo del Deporte, la recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre - COLDEPORTES. Política pública Nacional para el desarrollo del deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre hacia un territorio de paz 2018-2028. Bogotá: Coldeportes; 2018.
5. PNUD. Desarrollo humano. Informe 1990. Bogotá: Tercer Mundo Editores; 1990.
6. Sen A. Desarrollo y libertad. Bogotá: Planeta; 1999.
7. Ostrom E. Understanding Institutional Diversity. Princeton: Princeton University Press; 2005.
8. Ministerio del Deporte y Comité Olímpico Colombiano. Pacto por la gobernanza y la transparencia en el deporte asociado colombiano. Bogotá: Min Deporte y Comité Olímpico Colombiano; 2019.
9. Ostrom E. Beyond Markets and States: Polycentric Governance of Complex Economic Systems. American Economic Review. 2010; 100: 1–33.
10. Ostrom V, Tiebout C.M. & Warren R. The Organization of Government in Metropolitan Areas: A Theoretical Inquiry. The American Political Science Review. 1961; 55 (4): 831-842.
11. Inglés E. & Puig N. Gestión de la práctica deportiva en el medio natural. Efectos de la gobernanza en red colaborativa sobre el desarrollo sostenible. Apunts. Educación Física y Deportes. 2016; 124 (2): 89-99.
12. IPSOS. Producto 2: Documento que presente los hallazgos más importantes de cada uno de los ejes de discusión de las mesas de trabajo y de las encuestas, con sus correspondientes matrices de sistematización, análisis y conclusiones. Consultoría Construcción de Lineamientos orientadores a nivel técnico y de

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

gestión para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia. Bogotá: IPSOS; 2021.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

III. Anexos

Anexo 1: Metodología para la formulación de objetivos y estrategias

En esta sección se hará una descripción de los objetivos y estrategias de los lineamientos. En la formulación de estos se tuvo como referencia una estructura socio ecológica (1-3), que aporta varios elementos al componente estratégico de estos lineamientos. Primero, se reconoce que tanto la actividad física como los comportamientos sedentarios son influenciados por condiciones y factores ubicados en varios niveles, desde el político al individual, incluyendo el nivel interpersonal, organizacional y comunitario. Segundo, se plantea la importancia de la interacción entre factores y condiciones ubicados en diferentes niveles. De esta forma, resulta útil pensar que se pueden lograr efectos sinérgicos al desarrollar acciones en varios niveles. Tercero, dado el reconocimiento de estos niveles y las interacciones entre ellos, se espera consolidar una comprensión e intervención que posibilite el incremento de la actividad física y la reducción de los comportamientos sedentarios más allá de una perspectiva netamente individual y sectorial, sino que por el contrario sea una perspectiva poblacional e intersectorial.

Un elemento crítico a tener en cuenta es que en el desarrollo de objetivos y estrategias es fundamental garantizar la adopción de consideraciones éticas y evitar cualquier tipo de interferencias de sectores y productos vinculados con efectos negativos en la salud o en general en el bienestar físico o social de la población.

Tomando en cuenta lo anterior, a continuación, se describe el proceso para la formulación de los objetivos y estrategias de los lineamientos.

Proceso para la formulación de objetivos y estrategias

El componente estratégico de estos lineamientos se desarrolló a través de tres pasos generales. Inicialmente se sintetizó en una matriz la evidencia sobre la situación nacional e internacional de la actividad física. Esta síntesis permitió establecer como categorías ordenadoras las problemáticas, debilidades y fortalezas para alcanzar la visión que se propone, la cual se orienta al incremento de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios en la población colombiana. Luego, tomando la información obtenida en cada una de las tres categorías ordenadoras, se agruparon los hallazgos frente a los cuales se consideró relevante proponer algún tipo de estrategia con sus correspondientes actividades y sectores que por su acción tendrían oportunidad de involucrarse en el desarrollo de estas. Ya con los objetivos formulados se estableció su alcance. A partir de esta formulación se hicieron varias rondas de consulta, revisión y ajuste de objetivos, estrategias, actividades y sectores.

En la definición de objetivos se buscó que estos fueran específicos, medibles, alcanzables, realistas y temporalmente apropiados, mientras para la selección de estrategias se verificó que fueran sostenibles y flexibles al momento de su aplicación. A la vez, estas estrategias

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

fueron propuestas tomando en cuenta la evidencia sobre su utilidad frente al objetivo respectivo. Un elemento adicional en la definición de objetivos y estrategias fue el reconocimiento de que estos fueran aplicables a diferentes contextos dada la heterogeneidad de un país, de ahí la importancia de la flexibilidad mencionada. En ese sentido los lineamientos no buscan proponer recetas puntuales sino, convertirse en un conjunto de objetivos, estrategias y actividades que se pueden ajustar o afinar en los diferentes niveles de gobierno o sectores involucrados en el incremento de los niveles de actividad física y la reducción de los comportamientos sedentarios en la población colombiana.

Los objetivos no se proponen para ser alcanzados de forma consecutiva, sino que el desarrollo de las estrategias y actividades relacionados con cada uno de ellos podría realizarse de manera simultánea. Los objetivos se encuentran conectados entre sí, de tal forma que, por ejemplo, el desarrollo del primero potencia las posibilidades de logro de los tres restantes y así, sucesivamente. Esta manera de considerarlos refleja lo señalado frente a lo que plantean los modelos socio ecológicos, en la medida que las intervenciones en diferentes niveles podrían ser congruentes y sinérgicas.

La definición de sectores con oportunidad de acción se encuentra vinculada a los principios policéntricos para la gobernanza de la actividad física, tal como se describe en este lineamiento. De acuerdo con estos principios, en las actividades de las estrategias se plantean espacios de diálogo o construcción conjunta y la necesidad de establecer negociaciones entre diferentes sectores y actores, incluyendo la ciudadanía, tomando como referencia las particularidades de cada contexto.

Siguiendo los principios de la gobernanza policéntrica, en las estrategias también se desarrollan un conjunto de orientaciones para ampliar la información disponible en diferentes aspectos vinculados con la actividad física y los comportamientos sedentarios, de tal forma que esto permita a los diferentes actores involucrados tener la mejor evidencia disponible para la planeación, implementación y evaluación de las iniciativas que propongan o desarrollen. Un elemento central para el logro de una gobernanza policéntrica es el fortalecimiento de las instituciones y organizaciones vinculadas a la actividad física, esto se reconoce específicamente en una de las estrategias propuestas.

Tomando en cuenta estos referentes, la definición de objetivos y estrategias se orientó por el marco de trabajo que se presenta en la figura 1. Un marco de trabajo sirve como herramienta para hacer evidente un conjunto de aspectos relacionados con un asunto o problema de interés (4). En este caso, el marco de trabajo propuesto busca señalar aquellos aspectos que se consideran fundamentales incorporar a los objetivos y las estrategias a través de las cuales se busca incrementar la actividad física y reducir los comportamientos sedentarios en la población colombiana. Razón por la cual la actividad física y los comportamientos sedentarios se ubican en el centro de este marco. Allí también la importancia de reconocer en los objetivos, estrategias y acciones los actores, ámbitos y dimensiones que sean relevantes para los fines de este lineamiento.

Este marco de trabajo plantea que para la comprensión e intervención de la actividad física y los comportamientos sedentarios en estos lineamientos se deben considerar los enfoques

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
--	--	---	----	------

descritos previamente, los cuales permiten que los objetivos, estrategias y actividades adopten una perspectiva particular. En este caso, estos enfoques enfatizan en que la práctica de la actividad física y la reducción de los comportamientos sedentarios deben ser vistos como derechos, reconociendo que para materializar dicho derecho se deben desarrollar acciones incluyentes, de tal forma que todos los grupos de la población accedan a ellas de manera efectiva y equitativa. Finalmente, los enfoques reconocen el aporte que hace la actividad física al desarrollo humano, al igual que al social y económico del país.

El marco de trabajo también resalta que el propósito de incrementar los niveles de actividad física y reducir los comportamientos sedentarios requiere de un trabajo articulado entre diferentes niveles y sectores, en coherencia con la orientación que resulta de un abordaje socio ecológico. De igual forma, se hace explícito un conjunto de 14 estrategias a través de las cuales se buscan soportar u orientar las acciones para incrementar la actividad física y reducir los comportamientos sedentarios. El soporte para alcanzar estos propósitos incluye una adecuada gobernanza y el contar con mecanismos de seguimiento y evaluación apropiados.

Visión de los lineamientos

Toda la población colombiana habrá adoptado en su cotidianidad la práctica de actividad física y reducido los comportamientos sedentarios, lo cual contribuirá a su bienestar, salud y calidad de vida.

Referencias

1. Sallis JF, Owen N, Fisher E. Ecological models of health behavior. *Health behavior: Theory, research, and practice*. 2015;5(43-64).
2. McLeroy KR, Bibeau D, Steckler A, Glanz K. An ecological perspective on health promotion programs. *Health education quarterly*. 1988;15(4):351-77.
3. Stokols D. Translating social ecological theory into guidelines for community health promotion. *American journal of health promotion*. 1996;10(4):282-98.
4. Carpiano RM, Daley DM. A guide and glossary on postpositivist theory building for population health. *Journal of Epidemiology & Community Health*. 2006;60(7):564-70.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
---	--	---	----	------

Anexo 2: Estrategias

Estrategia objetivo 1:

Estrategia	Actividades	Sectores con Oportunidad de Acción
Comunicación a diversos grupos de interés de aportes y beneficios al desarrollo humano, social y económico del país de la AF y de la reducción de CS.	Generar espacios para que de manera participativa se dialogue con todos los grupos de interés acerca de los aportes de la AF al desarrollo humano, social y económico de la población colombiana.	Sector deporte Sector salud Sector educación Sector trabajo Sector cultura Sector desarrollo social Organizaciones públicas y privadas interesadas
	Involucrar a los medios de comunicación en la difusión de las acciones a desarrollar sobre los beneficios de la AF y la importancia de la reducción de los CS.	Sector deporte Medios de comunicación
	Realizar a través de los medios disponibles en cada contexto campañas dirigidas a diferentes audiencias, acerca de los beneficios de la AF en el curso de vida y la importancia de la reducción de CS.	Sector educación Sector trabajo Sector salud Sector deporte Medios de comunicación
	Divulgar periódicamente a diferentes grupos de interés evidencia técnica sobre los costos y beneficios de la AF y la reducción de los CS en los diversos sectores de la población.	Sector deporte Sector salud Comunidad académica y de investigación
Mercadeo social para mayor aceptabilidad a nivel poblacional de la AF como un comportamiento cotidiano que contribuye a mejorar la calidad de vida en la población colombiana.	Identificar según cada contexto las categorías sociales que sean relevantes para la planeación e implementación de una estrategia de mercadeo social orientada a incrementar la práctica de AF y a reducir los CS.	Sector deporte Sector salud Sector educación Sector trabajo Sector cultura
	Establecer canales y materiales para incorporar en los imaginarios y normas sociales el incremento de la AF y la reducción de CS.	
	Desarrollar espacios de diálogo participativos para la construcción de una propuesta pedagógica desde el mercadeo social que mejore la percepción sobre la AF, haga visibles las oportunidades para su realización cotidiana y muestre su aporte al bienestar y la calidad de vida de la población.	
Incidencia política orientada a garantizar los recursos y oportunidades que hagan accesible y disponible la AF a toda la población colombiana.	Hacer una identificación y articulación de partes interesadas que podrían vincularse al desarrollo de acciones de incidencia política para el incremento de la AF y la reducción de los CS.	Sector deporte Sector salud Sector educación Sector transporte Sector trabajo Sector ambiente Sector privado Organizaciones de la sociedad
	Establecer espacios que permitan que las partes interesadas en hacer incidencia política para el incremento de la AF y la reducción de los CS adquieran competencias y herramientas para el desarrollo de esta actividad.	

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
---	--	---	----	------

	Difundir entre las partes interesadas los instrumentos de política adoptados o que se podrían adoptar para el incremento de la AF y la reducción de CS en el país.	civil
	Desarrollar según las características de cada contexto un plan de incidencia política para el incremento de la AF y la reducción de los CS.	

Estrategia objetivo 2:

Estrategia	Actividades	Sectores con Oportunidad de Acción
Fortalecimiento de la capacidad organizacional territorial para el incremento de la AF y la reducción de los CS.	Valorar las fortalezas, oportunidades, debilidades y recursos de las organizaciones públicas y privadas que a nivel territorial están vinculadas con el incremento de la AF y la reducción de los CS.	Sector deporte
	Proponer modelos de gobernanza y gestión territorial en AF en el marco de lo establecido en estos lineamientos.	
	Fortalecer un programa que potencie las capacidades para la gestión y el liderazgo de las instituciones y organizaciones vinculadas al fomento de la AF a nivel territorial.	
	Establecer mecanismos que permitan la conformación de equipos interdisciplinarios territoriales para desarrollar estos lineamientos.	
Coordinación entre los diferentes actores involucrados en el incremento de la AF y reducción de los CS en la población.	Propiciar espacios de trabajo conjunto y acuerdos en las cuales cada actor proponga desde sus competencias, misionalidad, fortalezas, capacidades, etc., cómo podría vincularse a incrementar la AF y a la reducción de los CS en su área de influencia.	Sector deporte Sector salud Sector educación Sector transporte Sector trabajo Sector ambiente Sector cultura Sector desarrollo social Sector planeación Sector privado Organizaciones de la sociedad civil Comunidad académica y de investigación
	Identificar proyectos propuestos por cada sector en los planes de desarrollo nacional, departamental y municipal que sirvan como oportunidades para aumentar la práctica de AF y reducir los CS en el territorio nacional.	
	Ampliar las oportunidades para la participación social en la elaboración de planes y programas encaminados al incremento de la AF y la reducción de los CS en los ámbitos comunitario, laboral, educativo y salud.	Organizaciones de la sociedad civil Sector deporte Sector planeación Sector salud Sector educación Sector trabajo Sector desarrollo social Comunidad académica y de investigación
	Promover el acompañamiento para la implementación de estos lineamientos por parte de los integrantes de la Comisión Nacional Intersectorial para la Coordinación y Orientación superior del fomento, desarrollo y medición de	Sector deporte Sector salud Sector cultura

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
---	--	---	----	------

	impacto de la actividad física (CONIAF).	
Desarrollo de políticas públicas en cada nivel de gobierno que soporten la realización de AF y la reducción de los CS a través influenciar la gobernanza, recursos, organización, regulación, incentivos y herramientas de planificación.	Identificar líneas e instrumentos de políticas públicas afines a la AF y la reducción de CS desarrolladas en los sectores de educación, cultura, transporte y deporte.	Sector deporte Sector salud Sector educación: comunidad académica y de investigación Sector transporte Sector trabajo Sector ambiental Sector cultura Sector infraestructura y planeación
	Facilitar la búsqueda y uso de evidencia que respalde los procesos de formulación de políticas públicas sectoriales orientadas al incremento de la AF y la reducción de CS.	Sector deporte Sector educación: comunidad académica y de investigación Sector de las tecnologías de la información y comunicación Sector ciencia, tecnología e innovación
	Vincular las acciones para el incremento de la AF y la reducción de CS como aspectos centrales de las políticas públicas sectoriales y los procesos de planificación territorial.	Sector planeación Sector infraestructura Sector deporte
	Establecer según las capacidades existentes en cada nivel de gobierno mecanismos para el monitoreo y evaluación de la implementación y efectos de las políticas públicas relacionadas con el incremento de la AF y la reducción de CS.	Sector planeación Sector deporte
Financiación multisectorial, intersectorial y sectorial de las iniciativas para el incremento de la AF y la reducción de CS.	Hacer un inventario disponible actualmente para la financiación de las acciones para el incremento de la AF y la reducción de los CS.	Sector deporte
	Priorizar en las fuentes disponibles asignaciones presupuestales específicas orientadas a incrementar la AF y a la reducción de CS en el nivel territorial.	Tomadores de decisión públicos y privados Sector planeación Sector hacienda Sector deporte
	Identificar nuevas fuentes de financiación y proponer proyectos para grupos poblacionales específicos (infancia, juventud, persona mayor, personas con discapacidad, minorías, poblaciones vulnerables) que permitan financiar intervenciones para el incremento de la AF y la reducción de los CS en estas poblaciones.	Sector deporte Sector salud Sector educación Sector transporte Sector trabajo Sector ambiental Sector cultura
	Identificar esquemas de financiación que permitan el aporte o integración de recursos desde los diferentes sectores.	Tomadores de decisión públicos y privados Sector planeación Sector hacienda Sector deporte

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
---	--	---	----	------

	Incentivar la inversión del sector privado que sea afín a la AF, la reducción de CS y los hábitos y estilos de vida saludable.	
	Proponer desde el nivel nacional y a partir de la evidencia disponible medidas fiscales que contribuyan a financiar el desarrollo de acciones para el incremento de la AF y la reducción de los CS.	Tomadores de decisión públicos y privados Sector planeación Sector hacienda Sector deporte
Creación, mantenimiento y accesibilidad de espacios públicos y privados para la práctica de la AF en sus diferentes dominios y ámbitos.	Realizar un diagnóstico local del estado de los espacios públicos y privados para la realización de AF.	Sector deporte Sector planeación
	Reducir las barreras físicas (espacios físicos) y económicas (costos) para la práctica regular de la AF.	Sector infraestructura Sector privado Cajas de compensación
	Implementar estrategias para mejorar la seguridad frente al crimen, la vial relacionada con el transporte activo y la de la infraestructura física de los espacios para la realización de AF.	Sector seguridad Sector transporte Sector planeación Sector infraestructura
	Promover el diseño de nuevos equipamientos inclusivos para el incremento de la AF durante el curso de vida y para personas con diferentes preferencias y capacidades (por ejemplo, circuitos biosaludables, gimnasios al aire libre, juegos, entre otros).	Sector planeación Sector infraestructura Sector deporte Sector privado
	Establecer mecanismos para reducir las restricciones existentes para el acceso y el uso compartido de espacios públicos y privados en AF.	Sector educación Cajas de compensación Sector deporte
Desarrollo de la investigación y la innovación para el incremento de la AF y la reducción de los CS.	Fortalecer las redes de investigación e innovación en AF con instituciones públicas y privadas con actividades o intereses en este campo.	Sector ciencia, tecnología e innovación Comunidad académica y de investigación
	Adoptar mecanismos para el desarrollo de incentivos y alianzas públicas y privadas que faciliten la innovación y el emprendimiento en AF.	Sector salud Sector deporte Sector privado
	Establecer una agenda de investigación e innovación para el incremento de la AF y la reducción de CS a mediano y largo plazo.	
	Crear un fondo para el desarrollo de la investigación y la innovación en AF con recursos priorizados desde diferentes sectores.	Sector ciencia, tecnología e innovación Sector privado Sector deporte Comunidad académica y de investigación

Estrategia objetivo 3:

Estrategia	Actividades	Sectores con Oportunidad de Acción
------------	-------------	------------------------------------

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
---	--	---	----	------

Fortalecimiento de programas existentes para la promoción de la actividad física	Adoptar un plan de posicionamiento social y político de los programas existentes que favorezca su funcionamiento.	Sector deporte Sector educación Sector salud Sector trabajo Sector transporte Sector cultura Sector privado Cajas de compensación
	Diseminar de manera periódica el inventario actualizado de oportunidades y espacios para la realización cotidiana de AF en cada contexto.	
	Analizar las características de la oferta y la demanda, coberturas, adherencia e inequidades de los programas e intervenciones actuales en cada uno de los ámbitos.	
	Consolidar a partir de los resultados de la actividad previa, planes de aseguramiento de la calidad, ampliación de coberturas, sostenibilidad, mejoramiento y evaluación continua de los programas existentes.	
Diseñar nuevas intervenciones dirigidas a la promoción de la AF, disminución de CS y reducción de barreras en los ámbitos, comunitario, laboral, educativo y salud.	Realizar procesos de diagnóstico participativo con enfoque estratégico, para identificar barreras, preferencias, necesidades, oportunidades y tendencias que contribuyan a la elaboración de programas e intervenciones para la práctica regular de la AF.	
	Diseñar intervenciones basadas en la evidencia que respondan a necesidades, preferencias y realidades identificadas y no cubiertas actualmente en los diferentes ámbitos y contextos.	
Implementación de intervenciones basadas en la evidencia para el incremento de la AF y la reducción de CS en los ámbitos comunitario, laboral, educativo y salud.	Aplicar la evidencia al ciclo de desarrollo de intervenciones que incrementen las oportunidades alternativas y duración de la AF y reduzcan los CS en los ámbitos comunitario, laboral, educativo y salud.	
	Fortalecer las redes, espacios de encuentro y plataformas de interacción existentes para el intercambio de experiencias relacionadas con el desarrollo y efectividad de los programas para orientados a la incrementar la práctica de la AF y a la reducción de los CS.	

Estrategia objetivo 4:

Estrategia	Actividades	Sectores con Oportunidad de Acción
Fortalecimiento de las competencias (saber-profesional, saber-hacer y saber-guiar) de las personas y grupos que trabajan en la implementación de acciones para el incremento de AF y la reducción de los CS, a fin de proteger y mejorar la salud física, mental y social en la población colombiana.	Identificar de manera continua necesidades de fortalecimiento de competencias en quienes están involucrados en los diversos ámbitos para la promoción de AF y reducción de CS en las diferentes poblaciones.	Sector deporte
	Fortalecer en alianza con la academia los procesos de capacitación en aspectos técnicos y pedagógicos para el incremento de la AF y la reducción de CS.	Sector deporte Sector educación Sector salud
	Desarrollar metodologías y didácticas innovadoras orientadas a diversificar canales para la enseñanza y formación en promoción de AF y la reducción de los CS.	Comunidad académica y de investigación
	Dar continuidad y sostenibilidad a los programas municipales y departamentales de capacitación existentes.	Sector deporte Sector educación Sector salud

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
---	--	---	----	------

Consolidación de la competencias y habilidades cognitivas, sociales, psicomotrices y emocionales en las personas y comunidades para la adopción en la cotidianidad de la AF y la reducción de CS.	Desarrollar procesos pedagógicos participativos orientados a incrementar la autoeficacia, reconocer las oportunidades e identificar los espacios para la práctica regular de AF.	Sector deporte Sector educación Sector salud
	Fortalecer y ampliar las coberturas de las consejerías grupales e individuales con relación a la práctica regular de la AF y la reducción de CS.	Sector deporte Sector salud Sector educación
	Fortalecer e incrementar la cobertura de las intervenciones para la identificación de aptitudes físicas, valoración de motivaciones en la práctica de la AF, los CS y el tamizaje de riesgos en salud.	
	Realizar actividades que incentiven el empoderamiento de las personas y las comunidades frente a la necesidad de aumentar la AF y reducir los CS para mejorar su calidad de vida.	Sector deporte Sector educación Sector salud
	Desarrollar intervenciones de educación, comunicación e información que permitan a partir de la AF el reconocimiento y vivencia del cuerpo, las interacciones sociales y la vinculación con la naturaleza.	Sector deporte Sector salud Sector cultura Sector desarrollo social Sector ambiente
	Crear grupos de pares y otros tipos formas de soporte social que contribuyan a la adherencia y aprovechamiento por las personas y comunidades de las oportunidades y espacios existentes para la práctica de AF y la reducción de los CS en cada contexto.	

Anexo 3: Propuestas de intervención para promover la actividad física y reducir comportamientos sedentarios.

Este anexo técnico tiene como propósito presentar las principales estrategias de intervención que a nivel internacional se han desarrollado a fin de generar nuevas oportunidades de acción para Colombia, orientadas al incremento de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios, objetivo fundamental de estos lineamientos. Lo anterior permite a la sociedad civil y tomadores de decisión obtener una visión general a fin de fomentar, comunicar y orientar acciones que incorporen la actividad física en las políticas nacionales, regionales y locales (1).

En los últimos años desde las funciones de las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales a nivel internacional, nacional, estatal y local se ha prestado mayor atención a monitorear y proteger la salud pública mediante *intervenciones comunitarias* que buscan promover la actividad física como aspecto fundamental de una estrategia general para fomentar el bienestar y la calidad de vida de las personas (3, 4). Conforme a lo anterior y con el objetivo de orientar acciones destinadas a modificar diversos comportamientos de riesgo en la población colombiana la *Guía de Servicios Preventivos para la Comunidad*, basándose en la evidencia científica (4, 5), se configura como punto de partida y herramienta para la evaluación de las intervenciones en correspondencia a la actividad física a partir de la clasificación de las estrategias de acuerdo a 3 enfoques (figura 1):

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
---	--	---	----	------



Figura 1. Enfoques de intervención de acuerdo a la Community Guide.

- **Campañas y Enfoques Informativos**, se proponen para cambiar el conocimiento, las actitudes y el comportamiento dentro de una comunidad (3, 4, 6).
- **Enfoques Sociales y de comportamiento**, determinan acciones en donde se les enseña a las personas las habilidades de manejo del comportamiento, imprescindibles para la adopción y sostenibilidad en el tiempo de los cambios comportamentales (3, 4, 6).
- **Enfoques Políticos y ambientales**, permiten estructurar los entornos físicos y organizacionales, posibilitando el acceso seguro de la población a la práctica regular de actividad física (3, 4, 6).

En consecuencia, varios de los enfoques basados en la evidencia científica permiten consolidar información relevante acerca del incremento de los niveles de actividad física de las personas de diferentes edades, grupos sociales y comunidades; igualmente, identificar estrategias de intervención fundamentadas en la acción comunitaria. En este sentido, la realización de actividades situadas desde un determinado enfoque se convierte en un recurso útil para el diseño e implementación de políticas que informen, motiven y lleven a la gestión de condiciones favorables para la práctica regular de actividad física en la población colombiana (4, 7); adicional a ello, se hace necesario establecer mecanismos que

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
---	--	---	----	------

permitan el incremento de habilidades y capacidades en la adopción de estilos de vida saludable para lograr un estado óptimo de bienestar físico, mental y social de manera individual y colectiva, siendo estos dos últimos aspectos, pieza clave en el desarrollo de acciones comunitarias, ya que es a partir de las necesidades de la comunidad que se toman decisiones y se elaboran propuestas orientadas a alcanzar una mejor calidad de vida.

Ahora bien, en la tabla 1 se describen una serie de actividades asociadas tanto a los enfoques como a los diferentes tipos de intervención que pueden ser replicables en diversos contextos de acuerdo a las particularidades de la población. De este modo, se presenta un inventario de actividades y/o oportunidades que, aplicadas en el territorio, indiscutiblemente pueden contribuir al incremento de la actividad física y a la reducción de comportamientos sedentarios en los ámbitos comunitario, educativo, laboral y salud, y que están ampliamente sustentadas desde la evidencia científica en estudios y documentos orientadores realizados por Heath et al., Kahn et al. y Milton et al. Sobre este último documento, es importante destacar que se considera como uno referentes en el que se proponen “Ocho inversiones para mejorar la actividad física” y que puede ser una guía valiosa para promover, informar y liderar las políticas y la discusión sobre la actividad física (1).

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
---	--	---	----	------

Tabla 1 Intervenciones basadas en la evidencia.

ENFOQUES	TIPOS DE INTERVENCIÓN	ACTIVIDADES
Campañas e Información	<p>Campañas comunitarias.</p> <p>Campañas en medios de comunicación.</p>	<p>-Mensajes en puntos de decisión para recordar y motivar el uso de escaleras en lugar de ascensores o escaleras eléctricas.</p> <p>-Mensajes breves de información, instrucción y motivación sobre AF en sitios clave dirigidos a la comunidad.</p> <p>-Campañas ideadas para aumentar el conocimiento acerca de la actividad física, influir en las actitudes, creencias, y cambiar el comportamiento difundiendo mensajes por medio de la prensa, radio, televisión y vallas publicitarias.</p> <p>-Estimular la búsqueda de comportamientos saludables a través de medios de comunicación aumentan la conciencia sobre las oportunidades y las formas de mantenerse activo.</p> <p>-Se emplean anuncios en diferentes medios de comunicación que pueden ser financiados o donados para promocionar estilos de vida saludables.</p>
Sociales y Conductuales	<p>Educación física en la escuela.</p> <p>Apoyo social en entornos comunitarios y laborales.</p> <p>Cambios de comportamiento en salud.</p> <p>Educación para la salud en Universitarios.</p>	<p>-Promover actividades extracurriculares en la escuela.</p> <p>-Dar prioridad a las clases de educación física.</p> <p>-Proporcionar entornos físicos adecuados y recursos para apoyar la actividad física estructurada y no estructurada a lo largo del día (antes, durante y después del colegio).</p> <p>-Charlas en las instituciones educativas de primaria o secundaria que alienten a los estudiantes a que pasen menos tiempo viendo la televisión y utilizando videojuegos.</p> <p>-Crear, fortalecer y mantener redes sociales, como por ejemplo consolidar grupos que apoyen el incremento de la actividad física en la comunidad.</p> <p>-Conformación de grupos para caminar u otros grupos para brindar compañerismo y apoyo, al tiempo que se mantienen físicamente activos.</p> <p>-Generar un sistema de apoyo mutuo en el lugar de trabajo, para incentivar la practica regular de actividad física y el aumento del transporte activo.</p> <p>-Las intervenciones de actividad física en el lugar de trabajo aportan beneficios a la salud física, mental y social, así como reducir el ausentismo y el agotamiento de los empleados.</p> <p>-Propiciar una cultura saludable mediante el diseño de políticas laborales que fomenten y promuevan la actividad física de todos los empleados.</p> <p>-Desarrollar planes y programas en los lugares de trabajo que promuevan la actividad física incidental, el desplazamiento activo y jornadas educativas para los empleados sobre las ventajas y oportunidades de la actividad física.</p> <p>-Realización de sesiones grupales, regulares y estructuradas de actividad física que incluyan algún componente educativo, pueden realizarse en los centros de trabajo y los centros comunitarios.</p>

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	7	10	2021
---	--	---	----	------

		<ul style="list-style-type: none"> -Evaluación de la actividad física del participante y su disposición para el cambio que genere un refuerzo del comportamiento a través de la recompensa personal, la resolución estructurada de problemas y la prevención de recaídas. -Sesiones de actividad física en la comunidad en lugares públicos (por ejemplo, parques, patios escolares, centros comunitarios, lugares de trabajo e instalaciones deportivas comunes). -Programas adaptados individualmente para el cambio del comportamiento en materia de salud. -Intervenciones centradas en el componente educativo dirigidas a estudiantes universitarios para desarrollar hábitos de realización de ejercicio que persistan durante toda la vida, aumentando y/o manteniendo los niveles de actividad física. -Desde los departamentos de bienestar universitario incluir la actividad física en las facultades y programas respectivos.
Ambientales y de política	<p>Creación y acceso de espacios para la práctica de AF.</p> <p>Diseño urbano y uso de la tierra a escala comunitaria y de calle.</p> <p>Políticas para el transporte activo.</p> <p>Políticas y planificación comunitaria.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -A partir de las iniciativas de empresas, coaliciones (unión entre personas, grupos o partes interesadas), organismos y comunidades crear o dar acceso a lugares donde las personas pueden estar físicamente activas. -Apoyo de la actividad física en zonas geográficas pequeñas, en general limitadas a unas pocas cuadras. -Intervenciones que incluyen los esfuerzos de planificadores urbanos, arquitectos, ingenieros, urbanizadores y profesionales de salud pública que contribuyeron a crear calles más seguras y agradables. -Promover principalmente el transporte a pie o en bicicleta y el juego activo en espacios al aire libre. -Las ciudades deben buscar diseños urbanos compactos y de uso mixto que fomenten un cambio modal de transporte, pasando de los vehículos privados a los desplazamientos a pie, en bicicleta y en transporte público. -Creación o mejora de los carriles para bicicletas. -Aumentar el uso de transporte activo para mejorar la calidad del aire, la reducción de la congestión del tráfico y la reducción de las emisiones de dióxido de carbono. -Desarrollo de planes y políticas que estén diseñados para reducir las barreras ambientales y estructurales que afectan directamente el comportamiento de la actividad física.

Tomado de: Evidence-based intervention in physical activity: lessons from around the world (2012); The Effectiveness of Interventions to Increase Physical Activity a Systematic Review (2002); Eight Investments That Work for Physical Activity (2020).

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

Estrategias Nacionales para la Promoción de la Actividad Física y reducción de Comportamientos Sedentarios.

Desde la perspectiva de los modelos de intervención desarrollados por el Ministerio del Deporte, basados en la evidencia científica e implementadas en los ámbitos comunitario, salud, educativo y laboral, se destaca el Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable – HEVS, como una de las estrategias pioneras en la generación e implementación de políticas públicas que apuntan a la disminución del nivel de sedentarismo a través de la promoción de la actividad física en Colombia.

En este sentido para mejorar el impacto y sostenibilidad en el tiempo de las acciones en promoción de HEVS, el Ministerio del Deporte promueve el trabajo intersectorial e interinstitucional en búsqueda de aunar esfuerzos con instituciones públicas y privadas que conlleven a mejores resultados respecto a la salud, el bienestar y la calidad de vida de la población (figura 2).

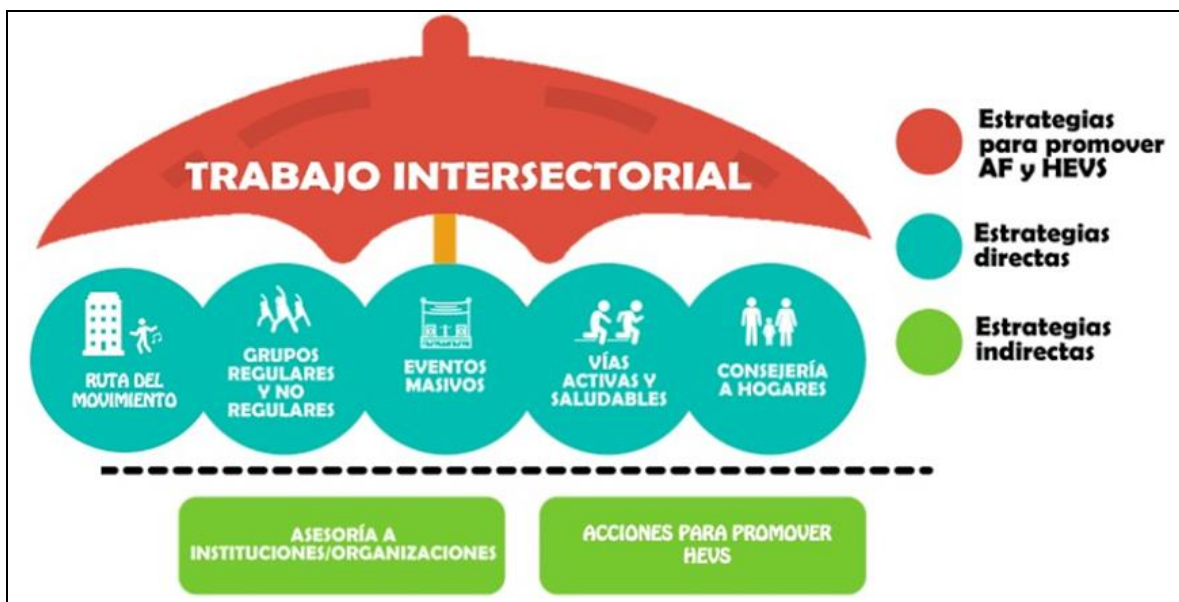


Figura 2 Estrategias Programa Nacional de Hábitos y Estilos de vida Saludable – HEVS; adaptado de presentación: Promoción de Actividad Física en Colombia un reto del país (GIT de Actividad Física, 2020)

De acuerdo a lo anterior, las siguientes estrategias permiten materializar las acciones y obtener los resultados esperados para el desarrollo de HEVS a través de la práctica regular de AF (8,9):

- **Ruta del Movimiento**, estrategia basada en la oferta de sesiones de actividad física dirigida musicalizada a la población residente en vivienda horizontal y/o en espacios

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

abiertos de los hogares, en respuesta a la emergencia sanitaria relacionada con el Covid-19 y el sedentarismo; asegurando el cumplimiento estricto de protocolos de bioseguridad.

- **Grupos Regulares**, conjunto de personas de todo el curso de vida del ámbito comunitario, ubicados en zona urbana o rural, que asisten a escenarios comunitarios, para participar en sesiones de actividad física dirigida musicalizada orientadas por un integrante del Equipo Colombia HEVS. Las sesiones se realizan mínimo tres veces por semana, con una duración de una hora; cabe resaltar que el Programa Nacional HEVS con esta estrategia centra la atención a la población de 18 a 60 años de edad.
- **Grupos No Regulares**, los cuales son conformados por personas de todo el curso de vida, de los ámbitos comunitario y salud, ubicados en la zona urbana o rural que asisten a un escenario comunitario, para participar en sesiones de actividad física dirigida musicalizada orientadas por un integrante del Equipo Colombia HEVS. Las sesiones para los grupos no regulares se realizan una o dos veces a la semana y tienen una hora de duración por sesión. Esta estrategia, pretende motivar a personas y familias a realizar AF de manera regular, vinculándose a los grupos regulares que se tienen organizados en el territorio.
- **Eventos masivos**, son actividades que congregan a un gran número de personas de diferentes grupos poblacionales para la realización de AF.
- **Vías Activas y Saludables (VAS)**, se desarrollan con fines de fomentar la práctica de AF en tiempo libre, permitiendo a las personas la utilización segura de algunos espacios públicos destinados al tránsito vehicular, para su utilización con fines de esparcimiento, recreación, deporte o transporte no motorizado por algunas horas del día, constituyéndose en una oportunidad costo benéfica para el mejoramiento de las condiciones sociales, económicas y de salud de la población.
- **Consejería a Hogares**, estrategia en la que se asesora a los integrantes de los hogares de los usuarios de los grupos regulares y no regulares de AF del territorio nacional, sobre la importancia de la adopción y mantenimiento de los comportamientos saludables en la población.
- **Asesoramiento a Instituciones u Organizaciones**, estrategia mediante la cual el Equipo Colombia HEVS orienta y da herramientas en promoción de HEVS a líderes de instituciones u organizaciones de los ámbitos educativo, laboral, salud y comunitario, para la generación de iniciativas que favorezcan la adopción y mantenimiento de comportamientos saludables en la población.
- **Acciones para Promover Hábitos y Estilos de Vida Saludable**, actividades encaminadas a sensibilizar y posicionar temas relacionados con la AF, alimentación saludable y espacios 100% libres de humo de tabaco que involucren a la comunidad en general, medios de comunicación y tomadores de decisión.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

- **ActiVAS tu Barrio**, es un modelo de VAS con una distancia menor a 300 metros lineales orientado a barrios y comunas que presentan una infraestructura limitada para el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la actividad física.

Conforme a la información presentada, es valioso destacar que las acciones ejecutadas para la promoción de la actividad física en el territorio colombiano, están orientadas a dar cumplimiento a las recomendaciones de la OMS (10); de igual manera, las estrategias desarrolladas se han basado en modelos de intervención en correspondencia a los enfoques propuestos en la Guía de Servicios Preventivos para la Comunidad, apuntando a la consolidación de actividades educativas, campañas y eventos masivos, actividad física dirigida a través de clases grupales, intervenciones en instituciones educativas, en lo laboral y en el contexto de salud, así como en la disponibilidad, acceso y aprovechamiento de espacios físicos, garantizando el abordaje de poblaciones específicas con miras a modificar los comportamientos de la población y fomentar la práctica de actividad física regular.

Se debe mencionar además, que en el marco del proceso de construcción de estos lineamientos y como parte del levantamiento de información procedente de fuentes primarias fueron realizadas varias mesas de trabajo que mediante ejes de discusión previamente definidos permitieron conocer la percepción de los representantes de diferentes sectores. Esta metodología posibilitó el análisis del planteamiento de iniciativas para promover la actividad física desde la percepción de los actores involucrados. De tal manera se lograron identificar puntos en común con las estrategias de intervención encontradas a nivel internacional, implementadas a nivel nacional y propuestas en el apartado de este lineamiento que referencia los objetivos, estrategias y actividades.

Puntualmente, la participación de los distintos sectores permitió determinar acciones que por su naturaleza dan cuenta de los 3 enfoques antes mencionados. No obstante, existen dos actividades referenciadas por este grupo que podrían ser empleadas en complemento a la implementación de estos lineamientos:

- Invitación a personajes reconocidos por los diferentes grupos sociales (deportistas, actores, artistas e influenciadores, por ejemplo) para enviar mensajes motivadores en promover cambios comportamentales.
- Importancia del núcleo familiar como motor fundamental de la promoción de actividad física.

Finalmente y de acuerdo con lo abordado en el presente anexo acerca de las propuestas de intervención, se hacen explícitas las oportunidades para el diálogo de la teoría con prácticas y experiencias territoriales, el diseño participativo de estrategias encaminadas a promover

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

la práctica de actividad física regular en los territorios en Colombia y reducir los comportamientos sedentarios a partir del trabajo colaborativos entre diferentes sectores y partes interesadas. Por otro lado, es fundamental reconocer la importancia de reforzar y consolidar las acciones y buenas prácticas que se han desarrollado desde los departamentos y municipios.

Referencias

1. International Society for Physical Activity and Health. Eight Investments That Work for Physical Activity 2020.
2. Departamento Administrativo del Deporte, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre - COLDEPORTES. Buenas prácticas en promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable en Colombia. 2014.
3. Hoehner CM, Ribeiro IC, Parra DC, Reis RS, Azevedo MR, Hino AA, et al. Physical activity interventions in Latin America: expanding and classifying the evidence. American journal of preventive medicine. 2013;44(3):e31-e40.
4. Heath GW, Parra DC, Sarmiento OL, Andersen LB, Owen N, Goenka S, et al. Evidence-based intervention in physical activity: lessons from around the world. The lancet. 2012;380(9838):272-81.
5. Bauman A, Craig CL. The place of physical activity in the WHO Global Strategy on Diet and Physical Activity. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. 2005;2(1):1-6.
6. Truman BI, Smith-Akin CK, Hinman AR, Gebbie KM, Brownson R, Novick LF, et al. Developing the Guide to Community Preventive Services—overview and rationale. American journal of preventive medicine. 2000;18(1):18-26.
7. Kahn EB, Ramsey LT, Brownson RC, Heath GW, Howze EH, Powell KE, et al. The effectiveness of interventions to increase physical activity: a systematic review. American journal of preventive medicine. 2002;22(4):73-107.
8. Ministerio del Deporte. Guía de Confinanciación Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludables. 2021.
9. Organización Mundial de la Salud. La Ruta del Movimiento (The Route of Movement). Bogotá, Colombia. 2020.
10. Organización Mundial de la Salud. Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios. 2020.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

Anexo 4: Competencias socioemocionales

La implementación de los lineamientos para la Promoción de la Actividad física y la Reducción de Comportamientos Sedentarios como se ha mencionado previamente, busca contribuir al bienestar, la salud y la calidad de vida de la población colombiana a través de la ejecución de cuatro objetivos estratégicos que permitan desde una perspectiva poblacional e intersectorial incrementar los niveles de actividad física y reducir los comportamientos sedentarios. Los cuatro objetivos trazados en el lineamiento, posibilitan fortalecer las competencias socioemocionales (CSE) a lo largo de la vida en los niveles relacionados con los procesos personales y los procesos interpersonales como se verá más adelante.

Por consiguiente, este anexo técnico presenta en primera instancia el contexto y antecedentes sobre los cuales se ha gestado la ruta de promoción de las CSE establecidas para el Ministerio del Deporte bajo la Línea de acción 2 del CONPES 3992. Posteriormente, se aborda de manera conceptual la connotación de las CSE.

En segunda instancia y tomando como referente los argumentos descritos en el CONPES 3992 en materia de bienestar, salud mental y calidad de vida de las personas y comunidades se presenta la articulación entre las CSE y las políticas públicas. Y en tercera instancia se finaliza este anexo técnico incluyendo las CSE que pueden ser potenciadas a través de la implementación de estos lineamientos para la para la Promoción de la Actividad física y la Reducción de Comportamientos Sedentarios.

Contexto

En Colombia ha sido fundamental el abordaje que desde la salud pública se ha propuesto para hacer frente a los problemas que tienen que ver con la salud mental. Asimismo, se ha documentado en las cuatro Encuestas de Salud Mental realizadas desde el año 1993 hasta el 2015 el esfuerzo de orden técnico, operativo y metodológico que ha realizado el país. Los hallazgos de estas encuestas permiten a los tomadores de decisiones contar con información relevante que parte de datos epidemiológicos contundentes en torno a los problemas y trastornos mentales de la población colombiana (1). En ese sentido se han acatado las disposiciones referenciadas en la Ley 1616 de 2013, por la cual se garantiza el derecho pleno a la salud mental de la población colombiana. Es así que esta ley, define la salud mental como un “estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción” (2).

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

La salud mental es una preocupación del estado colombiano y por tanto ha sido incorporada en la agenda pública reconociéndola como un factor importante en el desarrollo del bienestar y calidad de vida de la población. Por tanto, la salud mental fue incluida como una de las dimensiones a abordar dentro del *Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021*, este plan está centrado principalmente en alcanzar la equidad y el desarrollo humano sostenible, impactando los determinantes sociales de la salud y en correspondencia a lo anterior, la dimensión denominada “*Convivencia Social y Salud Mental*”, se configura como un espacio de participación en pro de potenciar el desarrollo humano durante todo el ciclo de vida a través de la promoción de la salud mental (3).

A su vez, la *Estrategia para la promoción de Salud Mental en Colombia – 2020* propuesta en el documento CONPES 3992 en el marco del deterioro de la salud mental en la población colombiana, evidencia que este fenómeno se debe a tres problemas principales: primero, existe poca coordinación intersectorial respecto al abordaje de la salud mental, segundo, se identifica debilidad respecto a los entornos y las competencias socioemocionales (CSE) y finalmente, sobresale la necesidad de fortalecer los procesos de inclusión y atención integral dirigidos a las personas con trastornos mentales (4). La estrategia expone que las CSE inciden en el manejo de situaciones personales y colectivas, relacionando directamente estas competencias con la “percepción de felicidad, funcionamiento social y bienestar”. Es por ello, que se debe trabajar desde edades tempranas en el manejo de CSE, teniendo en cuenta que esto permitirá enfrentar los retos que se presenten a lo largo de la vida con seguridad y confianza, asimismo se busca prevenir los problemas de orden mental, el consumo de sustancias psicoactivas y las situaciones de violencia social (4).

El CONPES 3992 en la *Línea de Acción 2*, propone diseñar una ruta de promoción de las CSE a través del trabajo intersectorial entre: el Departamento Nacional de Planeación, que liderará la construcción de la ruta, el Ministerio de Educación Nacional, que actualizará los referentes técnicos de las competencias ciudadanas y socioemocionales para el sector educación, el Departamento Administrativo para la Prosperidad Social, que reforzará el componente de habilidades blandas en el programa Jóvenes en Acción y fortalecerá las habilidades familiares e individuales ante situaciones adversas y emociones negativas en el programa Familias en su Tierra. Finalmente, el Ministerio del Deporte que implementará lineamientos en materia de actividad física, recreativa y deportiva con el propósito de fortalecer las CSE (4).

En correspondencia a lo anterior, recientemente el Departamento Nacional de Planeación (DNP) en el marco de las acciones de “*La Mesa Nacional de Competencias Transversales y Socioemocionales*”, propuso la definición de CSE como un “conjunto de habilidades, conocimientos, actitudes y comportamientos que desarrollamos a lo largo de la vida y que

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

nos permiten identificar y gestionar lo que pensamos (ideas), lo que sentimos (emociones) y lo que hacemos (acciones) para crear relaciones constructivas y tomar decisiones para nuestro bienestar, el de las demás personas, el de nuestro entorno y el del planeta” (5). Esta definición se adopta, en virtud de los aportes sugeridos en la mesa de articulación para el desarrollo de la Ruta de Promoción de Competencias Socioemocionales.

Competencias socioemocionales y políticas públicas

En la actualidad los países internamente trabajan en fortalecer los procesos de equidad, inclusión y disminución de la pobreza en su población, reconociendo que en gran medida las políticas públicas orientadas al desarrollo las CSE, parecen ser garantía para mejorar las condiciones sociales y económicas de la población en todo el curso de vida (6).

Desde la perspectiva de políticas públicas, se ha hecho énfasis en la necesidad de acompañar el trabajo orientado hacia el desarrollo y fortalecimiento de las CSE desde políticas focalizadas que tengan en cuenta el comportamiento de estas competencias en las diferentes etapas de vida y su transición entre los diferentes entornos: escuela, hogar y comunidad. Además, se reconoce la importancia del desarrollo de las CSE a lo largo de la vida, teniendo como referente que en el futuro pueden llegar a ser más importantes que las llamadas habilidades técnicas-industriales y que al considerar que son susceptibles de ser trabajadas indistintamente de la edad, se permite influir en ellas desde la política pública. Sin embargo, para que esto sea posible se requiere de la articulación intersectorial, de los esfuerzos y participación de todos los actores que están involucrados en el proceso, liderando la implementación de estrategias dirigidas al desarrollo de estas competencias (7).

Consecuentemente, el desarrollo de políticas públicas orientadas hacia el trabajo de las CSE debe basarse en un proceso de participación de los diferentes actores sociales, en un acuerdo de voluntades entre diferentes sectores y finalmente en el respaldo que otorga la investigación para generar orientaciones basadas en la evidencia (5).

Competencias socioemocionales potenciadas a través de la actividad física

El sistema educativo desde hace mucho tiempo ha priorizado las habilidades cognitivas y en la actualidad uno de los retos principales de la educación para la vida, es el de educar en habilidades socioemocionales, toda vez que se comprenden como un proceso no lineal ni secuencial que involucra diferentes entornos, se ha planteado que “las habilidades socioemocionales ayudan a las personas a identificar y comprender sus propias emociones y las de los demás para mejorar la productividad, lo que incluye la capacidad de perseverar en ciertas tareas y el trabajo en equipo” (8). En complemento, para

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

promover una adecuada convivencia en la comunidad se requiere del manejo e interiorización de CSE relacionadas con: la comprensión de sí mismo, la gestión de emociones, la comprensión del otro, las relaciones interpersonales y el discernimiento; todas ellas se convierten en la base de la convivencia en comunidad (9). En ese sentido, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD, 2015) indica que las habilidades socioemocionales tales como perseverancia, sociabilidad y autoestima hacen parte del progreso social y han demostrado incidir sobre la medición de logros sociales, incluyendo el bienestar, la salud y la disminución en problemas asociados a la conducta (10).

De otra parte, la evidencia científica demuestra que el desarrollo de las habilidades socioemocionales se considera un factor protector para la salud mental y que deben ser trabajadas desde la infancia para que en etapas posteriores se mantenga un estado de bienestar, pues solo de esta forma se tendrán las herramientas necesarias para hacer frente a la crisis. Asimismo, desarrollar y consolidar las habilidades socioemocionales en el individuo y en la comunidad, podría convertirse en un mecanismo útil para la adquisición y mantenimiento de estilos de vida saludables y por extensión para la salud en general (11). Potencialmente la actividad física favorece el desarrollo de las CSE a través de los múltiples beneficios que han sido relacionados en apartados anteriores de los lineamientos, en donde se observa que la actividad física impacta no sólo la salud del individuo y la comunidad, sino también aspectos psicológicos y sociales. Por ejemplo, algunos estudios indican que los niños que participan de actividades extracurriculares y deportivas, presentan una mayor conciencia social, mejores relaciones interpersonales, procesos de socialización y facilidad para desarrollar tareas en equipo (12, 13). Asimismo, en adolescentes también se ha encontrado que la práctica regular de actividad física favorece procesos de adaptabilidad, entendida como “la habilidad y voluntad de anticiparse al cambio, prepararse para ese y dar una respuesta oportuna y efectiva al ambiente que nos rodea” (14). En edades superiores, específicamente en jóvenes universitarios, se ha examinado la relación entre el cumplimiento de las recomendaciones de actividad física y el desarrollo de habilidades sociales, encontrando que la participación en la práctica regular de actividad física puede mejorar no solo la salud sino contribuir a que los universitarios identifiquen y gestionen en gran medida las habilidades socioemocionales (15).

Como se ha indicado, la práctica regular de actividad física se relaciona con el bienestar y aporta al desarrollo humano de la población, principalmente ha reportado amplios beneficios a nivel de la salud mental, el desempeño académico, el tratamiento de trastornos emocionales, la depresión y ansiedad; todo esto, reduce de manera significativa el deterioro de la salud en la población (15). Recientemente la OMS en el 2020, incluyó como uno de los mensajes contundentes en las Directrices sobre Actividad Física y Hábitos sedentarios: “la actividad física es buena para el corazón, el cuerpo y la mente” (16), bajo esta premisa

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

se reconoce el papel de la actividad física en el equilibrio mental de la población y se espera que cada vez más personas practiquen actividad física de manera regular, logrando así una mejor calidad de vida.

Ahora bien, en el marco de la construcción de los Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia, se proyecta que a partir de la implementación de las actividades que operacionalizan los cuatro objetivos estratégicos: 1. posicionar la actividad física, 2. crear condiciones para el desarrollo de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios, 3. garantizar el acceso equitativo de la población a la práctica de actividad física y 4. fortalecer en las personas, grupos y comunidades competencias y habilidades para la práctica de actividad física; se contribuya al fortalecimiento y reconocimiento de la importancia de las CSE relacionadas con dos de los niveles definidos por el DNP: nivel 1 - **procesos personales** y nivel 2 - **procesos interpersonales**.

En tal sentido, los objetivos estratégicos de los lineamientos logran una conexión con las CSE que son expuestas en la figura 1 y 2; fundamentalmente su aplicación exige pensar la actividad física desde su posicionamiento, como una herramienta capaz de brindar aportes al desarrollo humano y social del país. Adicional a ello, el crear condiciones para que todos los grupos de la población colombiana puedan acceder a la práctica regular de actividad física genera oportunidades para potenciar la autorregulación y la autoeficacia. Asimismo, el fortalecimiento de capacidades territoriales permitirá desde la acción conjunta entre diferentes actores favorecer la práctica de actividad física y disminuir los comportamientos sedentarios en la comunidad, reconociendo que este proceso contribuye sustancialmente al bienestar y la calidad de vida de la población. En este último aspecto, la motivación y el establecimiento de metas juegan un papel preponderante en la adopción de estilos de vida saludables.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia			223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos			VERSIÓN Revisión Expertos		

Competencias referidas al nivel 1 – procesos personales:

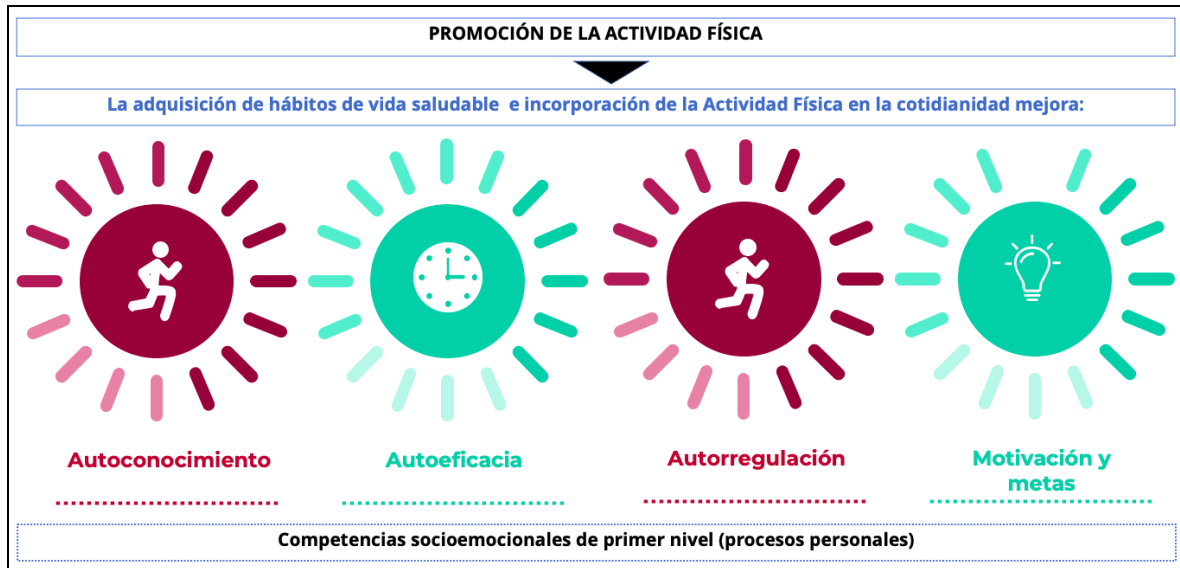


Figura 34. Competencias socioemocionales de primer nivel potenciadas a través de la promoción de la actividad física.

Para una mejor comprensión del grupo de CSE de primer nivel correspondientes a los *procesos personales*, se presenta a continuación la aproximación conceptual de cada una de estas que permite reconocerlas como habilidades y procesos de orden cognitivo:

- El **Autoconocimiento**, comprendido como la capacidad que posee el individuo para reconocer sus emociones frente a eventos en particular, teniendo en cuenta cuáles son y cómo se manifiestan; los pensamientos que este posee y cómo estos se han ido construyendo y se modifican; los recursos y las capacidades con las que cuenta a la hora de interactuar con su ambiente; así como el entorno en donde la persona se desenvuelve, manteniendo una constante relación con elementos del mismo, tales como las relaciones sociales, creencias, educación, valores, situaciones en particular, entre otros; lo cual, hace que actúe de forma específica en determinadas situaciones. El autoconocimiento permite ser consciente de las propias emociones y tener la habilidad para gestionarlas y comprenderlas, asimismo es considerado como un indicador de la inteligencia emocional (17-19).
- La **autoeficacia**, es la capacidad para organizar y ejecutar los recursos necesarios para alcanzar determinados logros (20), por tanto, se trata de la confianza que demuestra una persona en su capacidad para actuar y persistir a pesar de los obstáculos o desafíos, la evidencia indica que esta competencia parece ser especialmente importante para influir en los comportamientos y hábitos relacionados con la salud (21). Además, la autoeficacia consta de tres dimensiones: (a) magnitud, referida a las expectativas acerca

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

de los diferentes niveles de dificultad asociados a los logros de desempeño; (b) fuerza, entendida como la certeza acerca de la capacidad para alcanzar esos niveles de desempeño, pasando desde la completa incertidumbre hasta la completa certeza; y (c) generalidad, que implica la transferencia de esa eficacia a otras tareas (Bandura, 1977). Creer en la capacidad que se tiene para realizar tareas que posibilitan el cumplimiento de metas depende del proceso cognitivo de las diferentes fuentes de información, los logros de desempeño y las evaluaciones del rendimiento pasado constituyen la principal fuente para la construcción de autoeficacia. También se incluyen la experiencia vicaria y el modelamiento, como otras fuentes (22).

- La **autorregulación**, se refiere a esa capacidad que tiene el individuo con base en el conocimiento de sí mismo para controlar sus emociones, pensamientos y acciones, orientándolos con base en aquellos estándares que posee y considera adecuados a la hora de ejecutar acciones en particular, así como en controlar aquellos comportamientos que generan conductas que obstaculizan la obtención de sus metas. En tal sentido el comportamiento autorregulado se caracteriza por la integración de tres funciones dinámicas, autoobservación, autoevaluación y autorreacción (17, 19) .
- **Motivación y metas**, se relacionan con algunas de las habilidades que permiten desarrollar la autogestión, en ese sentido se espera que el sujeto reconozca el camino para ir hacia la consecución del logro y demuestre su iniciativa (21). En este proceso que pasa por la motivación hasta la consecución de metas, es pertinente indicar que los cambios perdurables en el tiempo guardan estrecha relación con la motivación del individuo. Es por esto que la teoría de la autodeterminación explica este proceso como la capacidad del individuo para tomar una decisión de cambio comportamental por sí mismo, y lo faculta para decidir sobre su futuro. Deci & Ryan, 1985; explican que, mucho de lo que las personas hacen no es, hablando estrictamente, intrínsecamente motivado, especialmente después de la primera infancia cuando la libertad para estar motivado intrínsecamente es incrementalmente reducida por las presiones sociales para hacer actividades que no son interesantes y para asumir una diversidad de nuevas responsabilidades (23). En este sentido se debe entender que existen tipos de motivación con sus respectivos estilos regulatorios, el locus de causalidad que llevan al individuo desde una motivación extrínseca a una motivación intrínseca.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia		223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos		VERSIÓN Revisión Expertos		

Competencias referidas al nivel 2 – procesos interpersonales:



Figura 42. Competencias socioemocionales de segundo nivel potenciadas a través de la promoción de la AF y su práctica regular.

En el grupo de CSE de segundo nivel señaladas en la figura 2 se encuentran:

- La **comunicación efectiva**, referida a la capacidad para atender a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con precisión (20).
- El **trabajo colaborativo**, tiene que ver con la capacidad para mantener actitudes de amabilidad y respeto a los demás (24).
- **La transformación de conflictos**, la capacidad para gestionar los conflictos incide en las consecuencias bien sean positivas o negativas que se deriven de los mismos. Pensar en la transformación de conflictos implica pasar del “manejo” que ha sido empleado con el objetivo de resolverlos, aunque requiere una capacidad para identificarlos, anticiparse y afrontarlos (20), puede llegar a ser limitado, por tanto, la transformación constructiva de conflictos planteada por Johnson y Johnson invita a desarrollar procesos de comprensión y transformación desde una perspectiva colaborativa (25).

Aparte de plantear un abordaje conceptual referido a las competencias que están enmarcadas en los niveles I y II, se hace necesario precisar la relación existente con la práctica regular de actividad física, a continuación se destacan como ejemplo algunas estrategias que pueden aportar al desarrollo y fortalecimiento de las CSE en tanto se busca que las personas desde el trabajo situado en su esfera individual y las comunidades desde la

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia		223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos		VERSIÓN Revisión Expertos		

colectividad, mejoren la relación consigo mismo, con su entorno y puedan potenciar, reconocer y comprender sus emociones, recursos y acciones para favorecer su salud, bienestar y calidad de vida adoptando la actividad física como un comportamiento cotidiano.

En ese sentido como se observa en la figura 3, la promoción de la actividad física se potencia a través de la implementación de intervenciones en los ámbitos comunitario, salud, educativo y laboral desde los cuales, se ejecutan actividades vinculadas con las competencias de orden personal e interpersonal y se convierten en acciones para promover hábitos y estilos de vida saludable a nivel territorial.



Figura 53. Relación entre la promoción de la actividad física y el desarrollo de competencias socioemocionales de nivel I y nivel II.

En síntesis y como se ha mencionado antes, la realización de actividad física de manera regular influye positivamente en el desarrollo de las CSE, convirtiéndose en una herramienta efectiva para fortalecer los procesos de socialización y adaptación de las personas y comunidades en el medio, posibilitando la adopción de hábitos y estilos de vida saludables desde una perspectiva individual y colectiva. Asimismo, el desarrollo de las actividades planteadas para la consecución de los objetivos de los lineamientos, transitan entre los diferentes ámbitos y responden a las particularidades sociales, económicas y culturales de cada contexto, buscando que puedan apoyar el cambio de comportamiento en la población colombiana para influenciar el incremento de la actividad física y la reducción de los comportamientos sedentarios.

Ahora bien, es interesante destacar que los presentes lineamientos surgen en un momento histórico particular, en el que el actual contexto de pandemia por Covid-19 ha suscitado

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

diferentes cambios respecto a los estilos de vida de las personas, a su vez a impactado de manera significativa la salud mental de la población por factores como el aislamiento preventivo y en la actualidad, por el retorno a la vida cotidiana. Dadas estas condiciones el trabajo centrado en la promoción de actividad física y en el desarrollo y fortalecimiento de las CSE es prioritario para que el individuo y la comunidad puedan afrontar de mejor manera todos estos cambios.

Referencias

1. Ministerio de Salud y Protección Social. Encuesta Nacional de Salud Mental. 2015.
2. Congreso de la República de Colombia. Ley 1616 de Salud Mental. 2013.
3. Ministerio de Salud y Protección Social. Plan Decenal de Salud Pública PDSP, 2012-2021. 2013.
4. Departamento Nacional de Planeación. Estrategia para la promoción de Salud Mental en Colombia. 2020.
5. Departamento Nacional de Planeación. Avances en la Ruta de Promoción de Competencias Socio emocionales: Documento Conceptual. 2021.
6. Office IL. Formulating a National Policy on Skills Development. 2011.
7. Arias E, Hincapié D, Paredes D. Educar para la vida: el desarrollo de las habilidades socioemocionales y el rol de los docentes. Banco interamericano de desarrollo. <http://dx.doi.org/10.18235/0002492>; 2020.
8. Busso M, Cristia J, Hincapié D, Messina J, Ripani L. Learning Better: public policy for skills development: Inter-American Development Bank; 2017.
9. Amuchástegui G, Valle MID, Renna H. Reconstruir sin ladrillos: guías de apoyo para el sector educativo en contextos de emergencia. 2017.
10. Organisation for Economic Co-operation and Development. (2015). Skills for social progress: The power of social and emotional skills. OECD Publishing..
11. Bermejo-Martins E, López-Dicastillo O, Mujika A. An exploratory trial of a health education programme to promote healthy lifestyles through social and emotional competence in young children: Study protocol. Journal of advanced nursing. 2018;74(1):211-22.
12. Portela-Pino I, Alvariñas-Villaverde M, Pino-Juste M. Socio-Emotional Skills in Adolescence. Influence of Personal and Extracurricular Variables. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2021;18(9):4811.
13. Shcheglova IA. An Student Engagement In Extracurricular Activities Facilitate The Development Of Their Soft Skills?. 2019.
14. Vaquero Solis M, Cerro Herrero D, Tapia Serrano MÁ, Iglesias Gallego D, Sánchez Miguel PA. Actividad física, adaptabilidad emocional y regulación intrínseca: un estudio predictivo en adolescentes. 2018.

	Construcción de Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia	223	08	22021
	PRODUCTO No. Revisión Expertos	VERSIÓN Revisión Expertos		

15. Li GS-F, Lu FJ, Wang AH-H. Exploring the relationships of physical activity, emotional intelligence and health in Taiwan college students. *Journal of Exercise Science & Fitness*. 2009;7(1):55-63.
16. Organización Mundial de la Salud. Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios. 2020
17. Cumming S, Searle C, Hemsley J, Haswell F, Edwards H, Scott S, et al. Biological maturation, relative age and self-regulation in male professional academy soccer players: a test of the underdog hypothesis. *Psychology of Sport and Exercise*. 2018;39:147-53.
18. Montes YS, Prettel MG, Boutureira MT. Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autorregulación emocional en adolescentes y jóvenes universitarios. *Psicogente*. 2018;21(40):422-39.
19. Campos-Uscanga Y, Lagunes Córdoba R, Morales-Romero J, Romo-González T. Diseño y validación de una Escala de Autorregulación de la Actividad Física. *Revista de psicología del deporte*. 2016;25(2):0309-316.
20. Williams SL, French DP. What are the most effective intervention techniques for changing physical activity self-efficacy and physical activity behaviour—and are they the same? *Health education research*. 2011;26(2):308-22.
21. Zheng Y, Mancino J, Burke LE, Glanz K. Current theoretical bases for nutrition intervention and their uses. *Nutrition in the Prevention and Treatment of Disease: Elsevier*; 2017. p. 185-201.
22. Feltz D, Short S, Sullivan P. Self Efficacy in Sport: Research and Strategies for Working with Athletes, Teams and Coaches. . *International Journal of Sports Science and Coaching*; 2008 p. 293–5.
23. Ryan R, Deci EL. La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American Psychologist*. 2000;55(1):68-78.
24. Bisquerra A y Escoda N. Las competencias emocionales. 2007.
25. Caballero-González A. Transformar los conflictos: una apuesta. *Tarbiya: revista de investigación e innovación educativa*. 2000.

III. Anexos Técnicos

Anexo Técnico 1. Propuestas de intervención para promover la actividad física y reducir comportamientos sedentarios.

Este anexo técnico tiene como propósito presentar las principales estrategias de intervención que a nivel internacional se han desarrollado a fin de generar nuevas oportunidades de acción para Colombia, orientadas al incremento de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios, objetivo fundamental de estos lineamientos. Lo anterior permite a la sociedad civil y tomadores de decisión obtener una visión general a fin de fomentar, comunicar y orientar acciones que incorporen la actividad física en las políticas nacionales, regionales y locales (1).

En los últimos años desde las funciones de las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales a nivel internacional, nacional, estatal y local se ha prestado mayor atención a monitorear y proteger la salud pública mediante *intervenciones comunitarias* que buscan promover la actividad física como aspecto fundamental de una estrategia general para fomentar el bienestar y la calidad de vida de las personas (3, 4). Conforme a lo anterior y con el objetivo de orientar acciones destinadas a modificar diversos comportamientos de riesgo en la población colombiana la *Guía de Servicios Preventivos para la Comunidad*, basándose en la evidencia científica (4, 5), se configura como punto de partida y herramienta para la evaluación de las intervenciones en correspondencia a la actividad física a partir de la clasificación de las estrategias de acuerdo a 3 enfoques (figura 1):



Figura 1. Enfoques de intervención de acuerdo a la Community Guide.

- **Campañas y Enfoques Informativos**, se proponen para cambiar el conocimiento, las actitudes y el comportamiento dentro de una comunidad (3, 4, 6).
- **Enfoques Sociales y de comportamiento**, determinan acciones en donde se les enseña a las personas las habilidades de manejo del comportamiento, imprescindibles para la adopción y sostenibilidad en el tiempo de los cambios comportamentales (3, 4, 6).
- **Enfoques Políticos y ambientales**, permiten estructurar los entornos físicos y organizacionales, posibilitando el acceso seguro de la población a la práctica regular de actividad física (3, 4, 6).

En consecuencia, varios de los enfoques basados en la evidencia científica permiten consolidar información relevante acerca del incremento de los niveles de actividad física de las personas de diferentes edades, grupos sociales y comunidades; igualmente, identificar estrategias de intervención fundamentadas en la acción comunitaria. En este sentido, la realización de actividades situadas desde un determinado enfoque se convierte en un recurso útil para el diseño e implementación de políticas que informen, motiven y lleven a la gestión de condiciones favorables para la práctica regular de actividad física en la población colombiana (4, 7); adicional a ello, se hace necesario establecer mecanismos que permitan el incremento de habilidades y capacidades en la adopción de estilos de vida saludable para lograr un estado óptimo de bienestar físico, mental y social de manera individual y colectiva, siendo estos dos últimos aspectos, pieza clave en el desarrollo de acciones comunitarias, ya que es a partir de las necesidades de la comunidad que se toman decisiones y se elaboran propuestas orientadas a alcanzar una mejor calidad de vida.

Ahora bien, en la tabla 1 se describen una serie de actividades asociadas tanto a los enfoques como a los diferentes tipos de intervención que pueden ser replicables en diversos contextos de acuerdo a las particularidades de la población. De este modo, se presenta un inventario de actividades y/o oportunidades que aplicadas en el territorio, indiscutiblemente pueden contribuir al incremento de la actividad física y a la reducción de comportamientos sedentarios en los ámbitos comunitario, educativo, laboral y salud, y que están ampliamente sustentadas desde la evidencia científica en estudios y documentos orientadores realizados por Heath et al., Kahn et al. y Milton et al. Sobre este último documento, es importante destacar que se considera como uno referentes en el que se proponen “Ocho inversiones para mejorar la actividad física” y que puede ser una guía valiosa para promover, informar y liderar las políticas y la discusión sobre la actividad física (1).

Tabla 1 Intervenciones basadas en la evidencia.

ENFOQUES	TIPOS DE INTERVENCIÓN	ACTIVIDADES
Campañas e Información	<p>Campañas comunitarias.</p> <p>Campañas en medios de comunicación.</p>	<p>-Mensajes en puntos de decisión para recordar y motivar el uso de escaleras en lugar de ascensores o escaleras eléctricas.</p> <p>-Mensajes breves de información, instrucción y motivación sobre AF en sitios clave dirigidos a la comunidad.</p> <p>-Campañas ideadas para aumentar el conocimiento acerca de la actividad física, influir en las actitudes, creencias, y cambiar el comportamiento difundiendo mensajes por medio de la prensa, radio, televisión y vallas publicitarias.</p> <p>-Estimular la búsqueda de comportamientos saludables a través de medios de comunicación aumentan la conciencia sobre las oportunidades y las formas de mantenerse activo.</p> <p>-Se emplean anuncios en diferentes medios de comunicación que pueden ser financiados o donados para promocionar estilos de vida saludables.</p>
Sociales y Conductuales	<p>Educación física en la escuela.</p> <p>Apoyo social en entornos comunitarios y laborales.</p> <p>Cambios de comportamiento en salud.</p> <p>Educación para la salud en Universitarios.</p>	<p>-Promover actividades extracurriculares en la escuela.</p> <p>-Dar prioridad a las clases de educación física.</p> <p>-Proporcionar entornos físicos adecuados y recursos para apoyar la actividad física estructurada y no estructurada a lo largo del día (antes, durante y después del colegio).</p> <p>-Charlas en las instituciones educativas de primaria o secundaria que alienten a los estudiantes a que pasen menos tiempo viendo la televisión y utilizando videojuegos.</p> <p>-Crear, fortalecer y mantener redes sociales, como por ejemplo consolidar grupos que apoyen el incremento de la actividad física en la comunidad.</p> <p>-Conformación de grupos para caminar u otros grupos para brindar compañerismo y apoyo, al tiempo que se mantienen físicamente activos.</p> <p>-Generar un sistema de apoyo mutuo en el lugar de trabajo, para incentivar la practica regular de actividad física y el aumento del transporte activo.</p> <p>-Las intervenciones de actividad física en el lugar de trabajo aportan beneficios a la salud física, mental y social, así como reducir el ausentismo y el agotamiento de los empleados.</p> <p>-Propiciar una cultura saludable mediante el diseño de políticas laborales que fomenten y promuevan la actividad física de todos los empleados.</p> <p>-Desarrollar planes y programas en los lugares de trabajo que promuevan la actividad física incidental, el desplazamiento activo y jornadas educativas para los empleados sobre las ventajas y oportunidades de la actividad física.</p> <p>-Realización de sesiones grupales, regulares y estructuradas de actividad física que incluyan algún componente educativo, pueden realizarse en los centros de trabajo y los centros comunitarios.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> -Evaluación de la actividad física del participante y su disposición para el cambio que genere un refuerzo del comportamiento a través de la recompensa personal, la resolución estructurada de problemas y la prevención de recaídas. -Sesiones de actividad física en la comunidad en lugares públicos (por ejemplo, parques, patios escolares, centros comunitarios, lugares de trabajo e instalaciones deportivas comunes). -Programas adaptados individualmente para el cambio del comportamiento en materia de salud. -Intervenciones centradas en el componente educativo dirigidas a estudiantes universitarios para desarrollar hábitos de realización de ejercicio que persistan durante toda la vida, aumentando y/o manteniendo los niveles de actividad física. -Desde los departamentos de bienestar universitario incluir la actividad física en las facultades y programas respectivos.
Ambientales y de política	<p>Creación y acceso de espacios para la práctica de AF.</p> <p>Diseño urbano y uso de la tierra a escala comunitaria y de calle.</p> <p>Políticas para el transporte activo.</p> <p>Políticas y planificación comunitaria.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -A partir de las iniciativas de empresas, coaliciones (unión entre personas, grupos o partes interesadas), organismos y comunidades crear o dar acceso a lugares donde las personas pueden estar físicamente activas. -Apoyo de la actividad física en zonas geográficas pequeñas, en general limitadas a unas pocas cuadras. -Intervenciones que incluyen los esfuerzos de planificadores urbanos, arquitectos, ingenieros, urbanizadores y profesionales de salud pública que contribuyeron a crear calles más seguras y agradables. -Promover principalmente el transporte a pie o en bicicleta y el juego activo en espacios al aire libre. -Las ciudades deben buscar diseños urbanos compactos y de uso mixto que fomenten un cambio modal de transporte, pasando de los vehículos privados a los desplazamientos a pie, en bicicleta y en transporte público. -Creación o mejora de los carriles para bicicletas. -Aumentar el uso de transporte activo para mejorar la calidad del aire, la reducción de la congestión del tráfico y la reducción de las emisiones de dióxido de carbono. -Desarrollo de planes y políticas que estén diseñados para reducir las barreras ambientales y estructurales que afectan directamente el comportamiento de la actividad física.

Tomado de: Evidence-based intervention in physical activity: lessons from around the world (2012); The Effectiveness of Interventions to Increase Physical Activity a Systematic Review (2002); Eight Investments That Work for Physical Activity (2020).

Estrategias Nacionales para la Promoción de la Actividad Física y reducción de Comportamientos Sedentarios.

Desde la perspectiva de los modelos de intervención desarrollados por el Ministerio del Deporte, basados en la evidencia científica e implementadas en los ámbitos comunitario, salud, educativo y laboral, se destaca el Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable – HEVS, como una de las estrategias pioneras en la generación e implementación de políticas públicas que apuntan a la disminución del nivel de sedentarismo a través de la promoción de la actividad física en Colombia.

En este sentido para mejorar el impacto y sostenibilidad en el tiempo de las acciones en promoción de HEVS, el Ministerio del Deporte promueve el trabajo intersectorial e interinstitucional en búsqueda de aunar esfuerzos con instituciones públicas y privadas que conlleven a mejores resultados respecto a la salud, el bienestar y la calidad de vida de la población (figura 2).

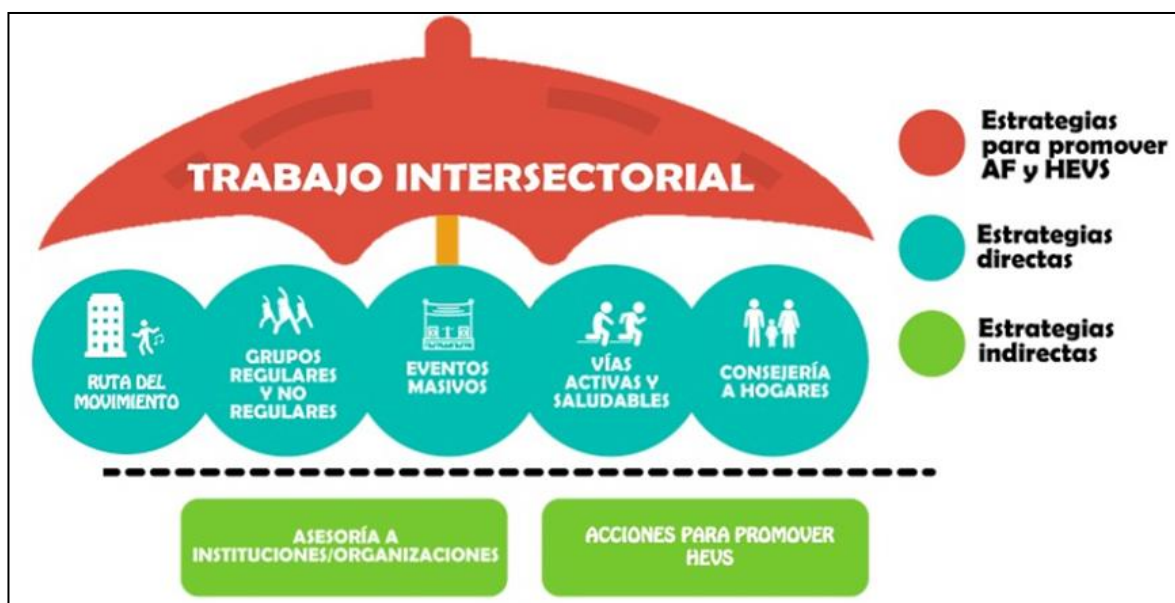


Figura 2 Estrategias Programa Nacional de Hábitos y Estilos de vida Saludable – HEVS; adaptado de presentación: Promoción de Actividad Física en Colombia un reto del país (GIT de Actividad Física, 2020)

De acuerdo a lo anterior, las siguientes estrategias permiten materializar las acciones y obtener los resultados esperados para el desarrollo de HEVS a través de la práctica regular de AF (8,9):

- **Ruta del Movimiento**, estrategia basada en la oferta de sesiones de actividad física dirigida musicalizada a la población residente en vivienda horizontal y/o en espacios abiertos de los hogares, en respuesta a la emergencia sanitaria relacionada con el Covid-19 y el sedentarismo; asegurando el cumplimiento estricto de protocolos de bioseguridad.
- **Grupos Regulares**, conjunto de personas de todo el curso de vida del ámbito comunitario, ubicados en zona urbana o rural, que asisten a escenarios comunitarios, para participar en sesiones de actividad física dirigida musicalizada orientadas por un integrante del Equipo Colombia HEVS. Las sesiones se realizan mínimo tres veces por semana, con una duración de una hora; cabe resaltar que el Programa Nacional HEVS con esta estrategia centra la atención a la población de 18 a 60 años de edad.
- **Grupos No Regulares**, los cuales son conformados por personas de todo el curso de vida, de los ámbitos comunitario y salud, ubicados en la zona urbana o rural que asisten a un escenario comunitario, para participar en sesiones de actividad física dirigida musicalizada orientadas por un integrante del Equipo Colombia HEVS. Las sesiones para los grupos no regulares se realizan una o dos veces a la semana y tienen una hora de duración por sesión. Esta estrategia, pretende motivar a personas y familias a realizar AF de manera regular, vinculándose a los grupos regulares que se tienen organizados en el territorio.
- **Eventos masivos**, son actividades que congregan a un gran número de personas de diferentes grupos poblacionales para la realización de AF.
- **Vías Activas y Saludables (VAS)**, se desarrollan con fines de fomentar la práctica de AF en tiempo libre, permitiendo a las personas la utilización segura de algunos espacios públicos destinados al tránsito vehicular, para su utilización con fines de esparcimiento, recreación, deporte o transporte no motorizado por algunas horas del día, constituyéndose en una oportunidad costo benéfica para el mejoramiento de las condiciones sociales, económicas y de salud de la población.
- **Consejería a Hogares**, estrategia en la que se asesora a los integrantes de los hogares de los usuarios de los grupos regulares y no regulares de AF del territorio nacional, sobre la importancia de la adopción y mantenimiento de los comportamientos saludables en la población.
- **Asesoramiento a Instituciones u Organizaciones**, estrategia mediante la cual el Equipo Colombia HEVS orienta y da herramientas en promoción de HEVS a líderes de instituciones u organizaciones de los ámbitos educativo, laboral, salud y comunitario, para la generación de iniciativas que favorezcan la adopción y mantenimiento de comportamientos saludables en la población.
- **Acciones para Promover Hábitos y Estilos de Vida Saludable**, actividades encaminadas a sensibilizar y posicionar temas relacionados con la AF, alimentación saludable y espacios 100% libres de humo de tabaco que involucren a la comunidad en general, medios de comunicación y tomadores de decisión.

- **ActiVAS tu Barrio**, es un modelo de VAS con una distancia menor a 300 metros lineales orientado a barrios y comunas que presentan una infraestructura limitada para el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la actividad física.

Conforme a la información presentada, es valioso destacar que las acciones ejecutadas para la promoción de la actividad física en el territorio colombiano, están orientadas a dar cumplimiento a las recomendaciones de la OMS (10); de igual manera, las estrategias desarrolladas se han basado en modelos de intervención en correspondencia a los enfoques propuestos en la Guía de Servicios Preventivos para la Comunidad, apuntando a la consolidación de actividades educativas, campañas y eventos masivos, actividad física dirigida a través de clases grupales, intervenciones en instituciones educativas, en lo laboral y en el contexto de salud, así como en la disponibilidad, acceso y aprovechamiento de espacios físicos, garantizando el abordaje de poblaciones específicas con miras a modificar los comportamientos de la población y fomentar la práctica de actividad física regular.

Se debe mencionar además, que en el marco del proceso de construcción de estos lineamientos y como parte del levantamiento de información procedente de fuentes primarias fueron realizadas varias mesas de trabajo que mediante ejes de discusión previamente definidos permitieron conocer la percepción de los representantes de diferentes sectores. Esta metodología posibilitó el análisis del planteamiento de iniciativas para promover la actividad física desde la percepción de los actores involucrados. De tal manera se lograron identificar puntos en común con las estrategias de intervención encontradas a nivel internacional, implementadas a nivel nacional y propuestas en el apartado de este lineamiento que referencia los objetivos, estrategias y actividades.

Puntualmente, la participación de los distintos sectores permitió determinar acciones que por su naturaleza dan cuenta de los 3 enfoques antes mencionados. No obstante, existen dos actividades referenciadas por este grupo que podrían ser empleadas en complemento a la implementación de estos lineamientos:

- Invitación a personajes reconocidos por los diferentes grupos sociales (deportistas, actores, artistas e influenciadores, por ejemplo) para enviar mensajes motivadores en promover cambios comportamentales.
- Importancia del núcleo familiar como motor fundamental de la promoción de actividad física.

Finalmente y de acuerdo con lo abordado en el presente anexo acerca de las propuestas de intervención, se hacen explícitas las oportunidades para el diálogo de la teoría con prácticas y experiencias territoriales, el diseño participativo de estrategias encaminadas a promover la práctica de actividad física regular en los territorios en Colombia y reducir los

comportamientos sedentarios a partir del trabajo colaborativos entre diferentes sectores y partes interesadas. Por otro lado, es fundamental reconocer la importancia de reforzar y consolidar las acciones y buenas prácticas que se han desarrollado desde los departamentos y municipios.

Referencias

1. International Society for Physical Activity and Health. Eight Investments That Work for Physical Activity 2020.
2. Departamento Administrativo del Deporte, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre - COLDEPORTES. Buenas prácticas en promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable en Colombia. 2014.
3. Hoehner CM, Ribeiro IC, Parra DC, Reis RS, Azevedo MR, Hino AA, et al. Physical activity interventions in Latin America: expanding and classifying the evidence. *American journal of preventive medicine*. 2013;44(3):e31-e40.
4. Heath GW, Parra DC, Sarmiento OL, Andersen LB, Owen N, Goenka S, et al. Evidence-based intervention in physical activity: lessons from around the world. *The lancet*. 2012;380(9838):272-81.
5. Bauman A, Craig CL. The place of physical activity in the WHO Global Strategy on Diet and Physical Activity. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2005;2(1):1-6.
6. Truman BI, Smith-Akin CK, Hinman AR, Gebbie KM, Brownson R, Novick LF, et al. Developing the Guide to Community Preventive Services—overview and rationale. *American journal of preventive medicine*. 2000;18(1):18-26.
7. Kahn EB, Ramsey LT, Brownson RC, Heath GW, Howze EH, Powell KE, et al. The effectiveness of interventions to increase physical activity: a systematic review. *American journal of preventive medicine*. 2002;22(4):73-107.
8. Ministerio del Deporte. Guía de Confinanciación Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludables. 2021.
9. Organización Mundial de la Salud. La Ruta del Movimiento (The Route of Movement). Bogotá, Colombia. 2020.
10. Organización Mundial de la Salud. Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios. 2020.

Anexo Técnico 2. Competencias socioemocionales

La implementación de los lineamientos para la Promoción de la Actividad física y la Reducción de Comportamientos Sedentarios como se ha mencionado previamente, busca contribuir al bienestar, la salud y la calidad de vida de la población colombiana a través de la ejecución de cuatro objetivos estratégicos que permitan desde una perspectiva poblacional e intersectorial incrementar los niveles de actividad física y reducir los comportamientos sedentarios. Los cuatro objetivos trazados en el lineamiento, posibilitan fortalecer las competencias socioemocionales (CSE) a lo largo de la vida en los niveles relacionados con los procesos personales y los procesos interpersonales como se verá más adelante.

Por consiguiente, este anexo técnico presenta en primera instancia el contexto y antecedentes sobre los cuales se ha gestado la ruta de promoción de las CSE establecidas para el Ministerio del Deporte bajo la Línea de acción 2 del CONPES 3992. Posteriormente, se aborda de manera conceptual la connotación de las CSE.

En segunda instancia y tomando como referente los argumentos descritos en el CONPES 3992 en materia de bienestar, salud mental y calidad de vida de las personas y comunidades se presenta la articulación entre las CSE y las políticas públicas. Y en tercera instancia se finaliza este anexo técnico incluyendo las CSE que pueden ser potenciadas a través de la implementación de estos lineamientos para la para la Promoción de la Actividad física y la Reducción de Comportamientos Sedentarios.

Contexto

En Colombia ha sido fundamental el abordaje que desde la salud pública se ha propuesto para hacer frente a los problemas que tienen que ver con la salud mental. Asimismo, se ha documentado en las cuatro Encuestas de Salud Mental realizadas desde el año 1993 hasta el 2015 el esfuerzo de orden técnico, operativo y metodológico que ha realizado el país. Los hallazgos de estas encuestas permiten a los tomadores de decisiones contar con información relevante que parte de datos epidemiológicos contundentes en torno a los problemas y trastornos mentales de la población colombiana (1). En ese sentido se han acatado las disposiciones referenciadas en la Ley 1616 de 2013, por la cual se garantiza el derecho pleno a la salud mental de la población colombiana. Es así que esta ley, define la salud mental como un “estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción” (2).

La salud mental es una preocupación del estado colombiano y por tanto ha sido incorporada en la agenda pública reconociéndola como un factor importante en el desarrollo del bienestar y calidad de vida de la población. Por tanto, la salud mental fue incluida como una de las

dimensiones a abordar dentro del *Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021*, este plan está centrado principalmente en alcanzar la equidad y el desarrollo humano sostenible, impactando los determinantes sociales de la salud y en correspondencia a lo anterior, la dimensión denominada “*Convivencia Social y Salud Mental*”, se configura como un espacio de participación en pro de potenciar el desarrollo humano durante todo el ciclo de vida a través de la promoción de la salud mental (3).

A su vez, la *Estrategia para la promoción de Salud Mental en Colombia – 2020* propuesta en el documento CONPES 3992 en el marco del deterioro de la salud mental en la población colombiana, evidencia que este fenómeno se debe a tres problemas principales: primero, existe poca coordinación intersectorial respecto al abordaje de la salud mental, segundo, se identifica debilidad respecto a los entornos y las competencias socioemocionales (CSE) y finalmente, sobresale la necesidad de fortalecer los procesos de inclusión y atención integral dirigidos a las personas con trastornos mentales (4). La estrategia expone que las CSE inciden en el manejo de situaciones personales y colectivas, relacionando directamente estas competencias con la “percepción de felicidad, funcionamiento social y bienestar”. Es por ello, que se debe trabajar desde edades tempranas en el manejo de CSE, teniendo en cuenta que esto permitirá enfrentar los retos que se presenten a lo largo de la vida con seguridad y confianza, asimismo se busca prevenir los problemas de orden mental, el consumo de sustancias psicoactivas y las situaciones de violencia social (4).

El CONPES 3992 en la *Línea de Acción 2*, propone diseñar una ruta de promoción de las CSE a través del trabajo intersectorial entre: el Departamento Nacional de Planeación, que liderará la construcción de la ruta, el Ministerio de Educación Nacional, que actualizará los referentes técnicos de las competencias ciudadanas y socioemocionales para el sector educación, el Departamento Administrativo para la Prosperidad Social, que reforzará el componente de habilidades blandas en el programa Jóvenes en Acción y fortalecerá las habilidades familiares e individuales ante situaciones adversas y emociones negativas en el programa Familias en su Tierra. Finalmente, el Ministerio del Deporte que implementará lineamientos en materia de actividad física, recreativa y deportiva con el propósito de fortalecer las CSE (4).

En correspondencia a lo anterior, recientemente el Departamento Nacional de Planeación (DNP) en el marco de las acciones de “*La Mesa Nacional de Competencias Transversales y Socioemocionales*”, propuso la definición de CSE como un “conjunto de habilidades, conocimientos, actitudes y comportamientos que desarrollamos a lo largo de la vida y que nos permiten identificar y gestionar lo que pensamos (ideas), lo que sentimos (emociones) y lo que hacemos (acciones) para crear relaciones constructivas y tomar decisiones para nuestro bienestar, el de las demás personas, el de nuestro entorno y el del planeta” (5). Esta definición se adopta, en virtud de los aportes sugeridos en la mesa de articulación para el desarrollo de la Ruta de Promoción de Competencias Socioemocionales.

Competencias socioemocionales y políticas públicas

En la actualidad los países internamente trabajan en fortalecer los procesos de equidad, inclusión y disminución de la pobreza en su población, reconociendo que en gran medida las políticas públicas orientadas al desarrollo las CSE, parecen ser garantía para mejorar las condiciones sociales y económicas de la población en todo el curso de vida (6).

Desde la perspectiva de políticas públicas, se ha hecho énfasis en la necesidad de acompañar el trabajo orientado hacia el desarrollo y fortalecimiento de las CSE desde políticas focalizadas que tengan en cuenta el comportamiento de estas competencias en las diferentes etapas de vida y su transición entre los diferentes entornos: escuela, hogar y comunidad. Además, se reconoce la importancia del desarrollo de las CSE a lo largo de la vida, teniendo como referente que en el futuro pueden llegar a ser más importantes que las llamadas habilidades técnicas-industriales y que al considerar que son susceptibles de ser trabajadas indistintamente de la edad, se permite influir en ellas desde la política pública. Sin embargo, para que esto sea posible se requiere de la articulación intersectorial, de los esfuerzos y participación de todos los actores que están involucrados en el proceso, liderando la implementación de estrategias dirigidas al desarrollo de estas competencias (7).

Consecuentemente, el desarrollo de políticas públicas orientadas hacia el trabajo de las CSE debe basarse en un proceso de participación de los diferentes actores sociales, en un acuerdo de voluntades entre diferentes sectores y finalmente en el respaldo que otorga la investigación para generar orientaciones basadas en la evidencia (5).

Competencias socioemocionales potenciadas a través de la actividad física

El sistema educativo desde hace mucho tiempo ha priorizado las habilidades cognitivas y en la actualidad uno de los retos principales de la educación para la vida, es el de educar en habilidades socioemocionales, toda vez que se comprenden como un proceso no lineal ni secuencial que involucra diferentes entornos, se ha planteado que “las habilidades socioemocionales ayudan a las personas a identificar y comprender sus propias emociones y las de los demás para mejorar la productividad, lo que incluye la capacidad de perseverar en ciertas tareas y el trabajo en equipo” (8). En complemento, para promover una adecuada convivencia en la comunidad se requiere del manejo e interiorización de CSE relacionadas con: la comprensión de sí mismo, la gestión de emociones, la comprensión del otro, las relaciones interpersonales y el discernimiento; todas ellas se convierten en la base de la convivencia en comunidad (9). En ese sentido, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD, 2015) indica que las habilidades

socioemocionales tales como perseverancia, sociabilidad y autoestima hacen parte del progreso social y han demostrado incidir sobre la medición de logros sociales, incluyendo el bienestar, la salud y la disminución en problemas asociados a la conducta (10).

De otra parte, la evidencia científica demuestra que el desarrollo de las habilidades socioemocionales se considera un factor protector para la salud mental y que deben ser trabajadas desde la infancia para que en etapas posteriores se mantenga un estado de bienestar, pues solo de esta forma se tendrán las herramientas necesarias para hacer frente a la crisis. Asimismo, desarrollar y consolidar las habilidades socioemocionales en el individuo y en la comunidad, podría convertirse en un mecanismo útil para la adquisición y mantenimiento de estilos de vida saludables y por extensión para la salud en general (11). Potencialmente la actividad física favorece el desarrollo de las CSE a través de los múltiples beneficios que han sido relacionados en apartados anteriores de los lineamientos, en donde se observa que la actividad física impacta no sólo la salud del individuo y la comunidad, sino también aspectos psicológicos y sociales. Por ejemplo, algunos estudios indican que los niños que participan de actividades extracurriculares y deportivas, presentan una mayor conciencia social, mejores relaciones interpersonales, procesos de socialización y facilidad para desarrollar tareas en equipo (12, 13). Asimismo, en adolescentes también se ha encontrado que la práctica regular de actividad física favorece procesos de adaptabilidad, entendida como “la habilidad y voluntad de anticiparse al cambio, prepararse para ese y dar una respuesta oportuna y efectiva al ambiente que nos rodea” (14). En edades superiores, específicamente en jóvenes universitarios, se ha examinado la relación entre el cumplimiento de las recomendaciones de actividad física y el desarrollo de habilidades sociales, encontrando que la participación en la práctica regular de actividad física puede mejorar no solo la salud sino contribuir a que los universitarios identifiquen y gestionen en gran medida las habilidades socioemocionales (15).

Como se ha indicado, la práctica regular de actividad física se relaciona con el bienestar y aporta al desarrollo humano de la población, principalmente ha reportado amplios beneficios a nivel de la salud mental, el desempeño académico, el tratamiento de trastornos emocionales, la depresión y ansiedad; todo esto, reduce de manera significativa el deterioro de la salud en la población (15). Recientemente la OMS en el 2020, incluyó como uno de los mensajes contundentes en las Directrices sobre Actividad Física y Hábitos sedentarios: “*la actividad física es buena para el corazón, el cuerpo y la mente*” (16), bajo esta premisa se reconoce el papel de la actividad física en el equilibrio mental de la población y se espera que cada vez más personas practiquen actividad física de manera regular, logrando así una mejor calidad de vida.

Ahora bien, en el marco de la construcción de los Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia, se proyecta que a partir de la implementación de las actividades que

operacionalizan los cuatro objetivos estratégicos: 1. posicionar la actividad física, 2. crear condiciones para el desarrollo de la actividad física y la reducción de comportamientos sedentarios, 3. garantizar el acceso equitativo de la población a la práctica de actividad física y 4. fortalecer en las personas, grupos y comunidades competencias y habilidades para la práctica de actividad física; se contribuya al fortalecimiento y reconocimiento de la importancia de las CSE relacionadas con dos de los niveles definidos por el DNP: nivel 1 - **procesos personales** y nivel 2 - **procesos interpersonales**.

En tal sentido, los objetivos estratégicos de los lineamientos logran una conexión con las CSE que son expuestas en la figura 1 y 2; fundamentalmente su aplicación exige pensar la actividad física desde su posicionamiento, como una herramienta capaz de brindar aportes al desarrollo humano y social del país. Adicional a ello, el crear condiciones para que todos los grupos de la población colombiana puedan acceder a la práctica regular de actividad física genera oportunidades para potenciar la autorregulación y la autoeficacia. Asimismo, el fortalecimiento de capacidades territoriales permitirá desde la acción conjunta entre diferentes actores favorecer la práctica de actividad física y disminuir los comportamientos sedentarios en la comunidad, reconociendo que este proceso contribuye sustancialmente al bienestar y la calidad de vida de la población. En este último aspecto, la motivación y el establecimiento de metas juegan un papel preponderante en la adopción de estilos de vida saludables.

Competencias referidas al nivel 1 – procesos personales:



Figura 1. Competencias socioemocionales de primer nivel potenciadas a través de la promoción de la actividad física.

Para una mejor comprensión del grupo de CSE de primer nivel correspondientes a los *procesos personales*, se presenta a continuación la aproximación conceptual de cada una de estas que permite reconocerlas como habilidades y procesos de orden cognitivo:

- El **Autoconocimiento**, comprendido como la capacidad que posee el individuo para reconocer sus emociones frente a eventos en particular, teniendo en cuenta cuáles son y cómo se manifiestan; los pensamientos que este posee y cómo estos se han ido construyendo y se modifican; los recursos y las capacidades con las que cuenta a la hora de interactuar con su ambiente; así como el entorno en donde la persona se desenvuelve, manteniendo una constante relación con elementos del mismo, tales como las relaciones sociales, creencias, educación, valores, situaciones en particular, entre otros; lo cual, hace que actúe de forma específica en determinadas situaciones. El autoconocimiento permite ser consciente de las propias emociones y tener la habilidad para gestionarlas y comprenderlas, asimismo es considerado como un indicador de la inteligencia emocional (17-19).
- La **autoeficacia**, es la capacidad para organizar y ejecutar los recursos necesarios para alcanzar determinados logros (20), por tanto, se trata de la confianza que demuestra una persona en su capacidad para actuar y persistir a pesar de los obstáculos o desafíos, la evidencia indica que esta competencia parece ser especialmente importante para influir en los comportamientos y hábitos relacionados con la salud (21). Además, la autoeficacia consta de tres dimensiones: (a) magnitud, referida a las expectativas acerca de los diferentes niveles de dificultad asociados a los logros de desempeño; (b) fuerza, entendida como la certeza acerca de la capacidad para alcanzar esos niveles de desempeño, pasando desde la completa incertidumbre hasta la completa certeza; y (c) generalidad, que implica la transferencia de esa eficacia a otras tareas (Bandura, 1977). Creer en la capacidad que se tiene para realizar tareas que posibilitan el cumplimiento de metas depende del proceso cognitivo de las diferentes fuentes de información, los logros de desempeño y las evaluaciones del rendimiento pasado constituyen la principal fuente para la construcción de autoeficacia. También se incluyen la experiencia vicaria y el modelamiento, como otras fuentes (22).
- La **autorregulación**, se refiere a esa capacidad que tiene el individuo con base en el conocimiento de sí mismo para controlar sus emociones, pensamientos y acciones, orientándolos con base en aquellos estándares que posee y considera adecuados a la hora de ejecutar acciones en particular, así como en controlar aquellos comportamientos que generan conductas que obstaculizan la obtención de sus metas. En tal sentido el comportamiento autorregulado se caracteriza por la integración de tres funciones dinámicas, autoobservación, autoevaluación y autorreacción (17, 19) .
- **Motivación y metas**, se relacionan con algunas de las habilidades que permiten desarrollar la autogestión, en ese sentido se espera que el sujeto reconozca el camino para ir hacia la consecución del logro y demuestre su iniciativa (21). En este proceso que pasa

por la motivación hasta la consecución de metas, es pertinente indicar que los cambios perdurables en el tiempo guardan estrecha relación con la motivación del individuo. Es por esto que la teoría de la autodeterminación explica este proceso como la capacidad del individuo para tomar una decisión de cambio comportamental por sí mismo, y lo faculta para decidir sobre su futuro. Deci & Ryan, 1985; explican que, mucho de lo que las personas hacen no es, hablando estrictamente, intrínsecamente motivado, especialmente después de la primera infancia cuando la libertad para estar motivado intrínsecamente es incrementalmente reducida por las presiones sociales para hacer actividades que no son interesantes y para asumir una diversidad de nuevas responsabilidades (23). En este sentido se debe entender que existen tipos de motivación con sus respectivos estilos regulatorios, el locus de causalidad que llevan al individuo desde una motivación extrínseca a una motivación intrínseca .

Competencias referidas al nivel 2 – procesos interpersonales:



Figura 2. Competencias socioemocionales de segundo nivel potenciadas a través de la promoción de la AF y su práctica regular.

En el grupo de CSE de segundo nivel señaladas en la figura 2 se encuentran:

- La **comunicación efectiva**, referida a la capacidad para atender a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con precisión (20).
- El **trabajo colaborativo**, tiene que ver con la capacidad para mantener actitudes de amabilidad y respeto a los demás (24).

- **La transformación de conflictos**, la capacidad para gestionar los conflictos incide en las consecuencias bien sean positivas o negativas que se deriven de los mismos. Pensar en la transformación de conflictos implica pasar del “manejo” que ha sido empleado con el objetivo de resolverlos, aunque requiere una capacidad para identificarlos, anticiparse y afrontarlos (20), puede llegar a ser limitado, por tanto, la transformación constructiva de conflictos planteada por Johnson y Johnson invita a desarrollar procesos de comprensión y transformación desde una perspectiva colaborativa (25).

Aparte de plantear un abordaje conceptual referido a las competencias que están enmarcadas en los niveles I y II, se hace necesario precisar la relación existente con la práctica regular de actividad física, a continuación se destacan como ejemplo algunas estrategias que pueden aportar al desarrollo y fortalecimiento de las CSE en tanto se busca que las personas desde el trabajo situado en su esfera individual y las comunidades desde la colectividad, mejoren la relación consigo mismo, con su entorno y puedan potenciar, reconocer y comprender sus emociones, recursos y acciones para favorecer su salud, bienestar y calidad de vida adoptando la actividad física como un comportamiento cotidiano.

En ese sentido como se observa en la figura 3, la promoción de la actividad física se potencia a través de la implementación de intervenciones en los ámbitos comunitario, salud, educativo y laboral desde los cuales, se ejecutan actividades vinculadas con las competencias de orden personal e interpersonal y se convierten en acciones para promover hábitos y estilos de vida saludable a nivel territorial.



Figura 3. Relación entre la promoción de la actividad física y el desarrollo de competencias socioemocionales de nivel I y nivel II.

En síntesis y como se ha mencionado antes, la realización de actividad física de manera regular influye positivamente en el desarrollo de las CSE, convirtiéndose en una herramienta efectiva para fortalecer los procesos de socialización y adaptación de las personas y comunidades en el medio, posibilitando la adopción de hábitos y estilos de vida saludables desde una perspectiva individual y colectiva. Asimismo, el desarrollo de las actividades planteadas para la consecución de los objetivos de los lineamientos, transitan entre los diferentes ámbitos y responden a las particularidades sociales, económicas y culturales de cada contexto, buscando que puedan apoyar el cambio de comportamiento en la población colombiana para influenciar el incremento de la actividad física y la reducción de los comportamientos sedentarios.

Ahora bien, es interesante destacar que los presentes lineamientos surgen en un momento histórico particular, en el que el actual contexto de pandemia por Covid-19 ha suscitado diferentes cambios respecto a los estilos de vida de las personas, a su vez ha impactado de manera significativa la salud mental de la población por factores como el aislamiento preventivo y en la actualidad, por el retorno a la vida cotidiana. Dadas estas condiciones el trabajo centrado en la promoción de actividad física y en el desarrollo y fortalecimiento de las CSE es prioritario para que el individuo y la comunidad puedan afrontar de mejor manera todos estos cambios.

Referencias

1. Ministerio de Salud y Protección Social. Encuesta Nacional de Salud Mental. 2015.
2. Congreso de la República de Colombia. Ley 1616 de Salud Mental. 2013.
3. Ministerio de Salud y Protección Social. Plan Decenal de Salud Pública PDSP, 2012-2021. 2013.
4. Departamento Nacional de Planeación. Estrategia para la promoción de Salud Mental en Colombia. 2020.
5. Departamento Nacional de Planeación. Avances en la Ruta de Promoción de Competencias Socio emocionales: Documento Conceptual. 2021.
6. Office IL. Formulating a National Policy on Skills Development. 2011.
7. Arias E, Hincapié D, Paredes D. Educar para la vida: el desarrollo de las habilidades socioemocionales y el rol de los docentes. Banco interamericano de desarrollo. [http://dx. doi. org/10.18235/0002492](http://dx.doi.org/10.18235/0002492); 2020.
8. Busso M, Cristia J, Hincapié D, Messina J, Ripani L. Learning Better: public policy for skills development: Inter-American Development Bank; 2017.
9. Amuchástegui G, Valle MID, Renna H. Reconstruir sin ladrillos: guías de apoyo para el sector educativo en contextos de emergencia. 2017.

10. Organisation for Economic Co-operation and Development. (2015). Skills for social progress: The power of social and emotional skills. OECD Publishing..
11. Bermejo-Martins E, López-Dicastillo O, Mujika A. An exploratory trial of a health education programme to promote healthy lifestyles through social and emotional competence in young children: Study protocol. *Journal of advanced nursing*. 2018;74(1):211-22.
12. Portela-Pino I, Alvariñas-Villaverde M, Pino-Juste M. Socio-Emotional Skills in Adolescence. Influence of Personal and Extracurricular Variables. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021;18(9):4811.
13. Shcheglova IA. An Student Engagement In Extracurricular Activities Facilitate The Development Of Their Soft Skills?. 2019.
14. Vaquero Solis M, Cerro Herrero D, Tapia Serrano MÁ, Iglesias Gallego D, Sánchez Miguel PA. Actividad física, adaptabilidad emocional y regulación intrínseca: un estudio predictivo en adolescentes. 2018.
15. Li GS-F, Lu FJ, Wang AH-H. Exploring the relationships of physical activity, emotional intelligence and health in Taiwan college students. *Journal of Exercise Science & Fitness*. 2009;7(1):55-63.
16. Organización Mundial de la Salud. Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios. 2020
17. Cumming S, Searle C, Hemsley J, Haswell F, Edwards H, Scott S, et al. Biological maturation, relative age and self-regulation in male professional academy soccer players: a test of the underdog hypothesis. *Psychology of Sport and Exercise*. 2018;39:147-53.
18. Montes YS, Prettel MG, Boutureira MT. Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autorregulación emocional en adolescentes y jóvenes universitarios. *Psicogente*. 2018;21(40):422-39.
19. Campos-Uscanga Y, Lagunes Córdoba R, Morales-Romero J, Romo-González T. Diseño y validación de una Escala de Autorregulación de la Actividad Física. *Revista de psicología del deporte*. 2016;25(2):0309-316.
20. Williams SL, French DP. What are the most effective intervention techniques for changing physical activity self-efficacy and physical activity behaviour—and are they the same? *Health education research*. 2011;26(2):308-22.
21. Zheng Y, Mancino J, Burke LE, Glanz K. Current theoretical bases for nutrition intervention and their uses. *Nutrition in the Prevention and Treatment of Disease*: Elsevier; 2017. p. 185-201.
22. Feltz D, Short S, Sullivan P. Self Efficacy in Sport: Research and Strategies for Working with Athletes, Teams and Coaches. . *International Journal of Sports Science and Coaching*; 2008 p. 293–5.
23. Ryan R, Deci EL. La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American Psychologist*. 2000;55(1):68-78.
24. Bisquerra A y Escoda N. Las competencias emocionales. 2007.
25. Caballero-González A. Transformar los conflictos: una apuesta. *Tarbiya: revista de investigación e innovación educativa*. 2000.