

Informe sobre escolares y adolescentes extremeños activos y saludables

Coordinadoras:

María Mendoza Muñoz - Raquel Pastor Cisneros

Este informe puede leerse en los idiomas:

- *Español*
- *Inglés*
- *Extremeño*
- *Portugués*
- *Fala*



ISBN: 978-84-19388-56-8



Informe sobre escolares y adolescentes extremeños activos y saludables

Coordinación:

María Mendoza Muñoz
Raquel Pastor Cisneros

Traducciones:

Antonio Corredera Plaza (Fala de Xálima)
Daniel Francisco Gordo Rodríguez (Extremeño)
Manuel Sánchez Fernández (Portugués rayano)

Autores y autoras:

Ana Martín Pero Duarte
Ángel Denche Zamorano
Angelina Prado Solano
Carlos Herencias Fernández
Carmen Núñez Cumplido
Damián Pereira Payo
Dan de Sande Bayal
David Sánchez Oliva
Eulalio Ruiz Muñoz
Guadalupe Llera Alonso
Jesús Sánchez Gómez
Jorge Carlos Vivas
Jorge Pérez Gómez
Jorge Rojo Ramos
Jose Alberto Parraça
José Carmelo Adsuar Sala

Juan Francisco Fuella Moreno
Juan Manuel Franco García
Laura Borrega Hernández
Laura Muñoz Bermejo
Miguel Ángel Pérez Sousa
Miguel Ángel Tapia Serrano
Miguel Pizarro Sánchez
Narcís Gusi Fuertes
Paula Rodríguez Pallero
Pedro Antonio Sánchez Miguel
Pedro R Olivares Sánchez Toledo
Rafael Gómez Galán
Sabina Barrios Fernández
Sonia Bejarano Sánchez
Suso del Barco Cordero
Vicente Caballero Pajares

©Copyright: Los autores y las autoras - ©Copyright: De la presente Edición, Año 2022 WANCEULEN EDITORIAL

Editorial: WANCEULEN EDITORIAL. ISBN (EBOOK): 978-84-19388-56-8

WANCEULEN S.L. www.wanceuleneditorial.com y www.wanceulen.com . info@wanceuleneditorial.com

Esta obra se ofrece en formato ebook para acceso gratuito. Aún así, cualquier mención que se haga a su contenido, debe hacerse siempre haciendo referencia de sus autoras y autores, coordinadoras o coordinadores, traductoros o traductores, y/o demás colaboradoras y colaboradores, así como de la Editorial.



2021



JUNTA DE EXTREMADURA
Dirección General de Deportes

JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Educación y Empleo



Informe sobre escolares y adolescentes extremeños activos y saludables



Abreviaturas



- **AHKGA:** Active Healthy Kids Global Alliance
- **RR.SS:** Redes sociales
- **PHeSO:** Promoting a Healthy Society Research Group
- **inHEALTH:** Social Impact and Innovation in Health
- **HEME:** Health, Economy, Motricity and Education
- **ACAFyDE:** Análisis Comportamental de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Extremadura
- **DGD:** Dirección General de Deportes
- **FJyD:** Fundación Jóvenes y Deporte
- **AFyCAV:** Actividad Física, Calidad de Vida y Salud
- **HSBC:** Health Behaviour in School-aged Children
- **PAQ-A:** Physical Activity Questionnaire for Adolescents
- **ENSE:** Encuesta Nacional de Salud
- **BMI:** Body Mass Index
- **JUDEX:** Juegos Deportivos Extremeños
- **JEDES:** Juegos Extremeños del Deporte Especial
- **INC:** Incompleto
- **OMS:** Organización Mundial de la Salud
- **ONG:** Organización sin Ánimo de Lucro

Global Matrix 4.0

La elaboración de este informe se ha realizado a partir de la metodología propuesta por la

Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA),

ONG formada por investigadores/as, profesionales de la salud y agentes que trabajan conjuntamente para

fomentar la actividad física en la infancia y en la adolescencia a nivel mundial.



<https://www.activehealthykids.org/4-0/>



Una vista al pasado...



ÁMBITOS DE APLICACIÓN DEL INFORME

Destinatarios: personal que influya directa o indirectamente en el ámbito de la actividad física.



OCIO Y TIEMPO LIBRE



EDUCACIÓN



RR.SS



DEPORTE



ACCIÓN SANITARIA



TRANSPORTE ACTIVO



ACCIÓN POLÍTICA

GRUPO DE TRABAJO

Comité de trabajo

Promoting a Healthy Society Research Group (PHeSO)

José Carmelo Adsuar Sala
María Mendoza Muñoz
Raquel Pastor Cisneros
Jorge Carlos Vivas
Ángel Denche Zamorano

Social Impact and Innovation in Health (inHEALTH)

Laura Muñoz Bermejo
Sabina Barrios Fernández
Angelina Prado Solano
Rafael Gómez Galán
Jorge Rojo Ramos

Health, Economy, Motricity and Education (HEME)

Jorge Pérez Gómez
Juan Manuel Franco García
Damián Pereira Payo

Tutorización



Director del Comité de Comunicación de la AHKGA

Javier Brazo Sayavera
Lider de Uruguay

AHKGA

John Reilly
Lider de Escocia y Europa

Comité de expertos y expertas

Dirección General de Deportes (DGD)

Dan de Sande Bayal

Dirección general de Planificación, Formación, Calidad Sanitaria y Sociosanitaria.

Vicente Caballero Pajares
Suso del Barco Cordero

Dirección General de Salud Pública

Eulalio Ruiz Muñoz

Fundesalud. *Coordinadora científica.*

Ana Martín Pero Duarte

Fundación Jóvenes y Deporte (FJyD)

Sonia Bejarano Sánchez
Miguel Pizarro Sánchez

Grupo de investigación Análisis Comportamental de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Extremadura (ACAFyDE)

Pedro Antonio Sánchez Miguel
David Sánchez Oliva
Miguel Angel Tapia Serrano

Dirección General de Innovación e Inclusión Educativa

Juan Francisco Fuella Moreno

Ayuntamiento de Cáceres

Paula Rodríguez Palleró
Carlos Herencias Fernández
Laura Borrega Hernández

Dirección General De Servicios Sociales e Infancia y Familia

Carmen Nuñez Cumplido
Guadalupe Llera Alonso

Grupo de investigación Actividad Física, Calidad de Vida y Salud (AFyCAV)

Narcís Gusi Fuertes
Pedro R Olivares Sánchez Toledo
Jose Alberto Parraça
Miguel Ángel Perez Sousa
Jesús Sánchez Gómez

Diciembre 2021

PROCEDIMIENTO

7

INFORME FINAL

6

AUDITORIA EXTERNA

5

GRUPO DE TRABAJO

Elaboración del

Julio de 2021

INFORME DE RESULTADOS

4

Exposición de los resultados por el

POR GRUPO DE TRABAJO

Y asignación de calificación a CADA INDICADOR

8 de julio de 2021

**REUNIÓN COMITÉ DE
EXPERTOS Y EXPERTAS**

1

13 de Mayo de 2021

**REUNIÓN COMITÉ DE
EXPERTOS Y EXPERTAS
Y GRUPO DE TRABAJO**

2

Envío de información al

GRUPO DE TRABAJO

Mayo y Junio de 2021

3

GRUPO DE TRABAJO

Recopilación, revisión bibliográfica y
procesamiento de la información
disponible

PROCEDIMIENTO:  **AUDITORIA EXTERNA**


Julio de 2021

**ENVIO DEL BORRADOR
DEL INFORME**

**PRIMERA RETROALIMENTACIÓN POR
PARTE DE LA ORGANIZACIÓN**


Agosto de 2021

**SEGUNDA RETROALIMENTACIÓN POR
PARTE DE LA ORGANIZACIÓN**


Septiembre de 2021

**TERCERA RETROALIMENTACIÓN POR
PARTE DE LA ORGANIZACIÓN**


Octubre de 2021


Noviembre de 2021

**ACEPTACIÓN DEL INFORME POR
PARTE DE LA ORGANIZACIÓN**



INDICADORES



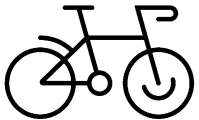
1. Actividad física general



2. Participación en deporte organizado



3. Juego activo



4. Transporte activo



5. Sedentarismo



6. Aptitud física



7. Entorno familiar y amigos



8. Escuela



9. Comunidad y ambiente construido



10. Políticas públicas

DEFINICIÓN DE LOS INDICADORES



1. Actividad física general



Cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que requiera gasto energético.



2. Participación en deporte organizado



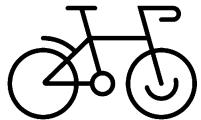
Un subconjunto de actividad física estructurada, orientada a objetivos, competitiva y basada en concursos.



3. Juego activo



El juego activo puede implicar actividades o juegos simbólicos con o sin reglas claramente definidas; la actividad puede ser desestructurada / desorganizada, social o solitaria, pero las características distintivas son un contexto lúdico, combinado con una actividad que está significativamente por encima de la tasa metabólica en reposo. El juego activo tiende a ocurrir de forma esporádica, con frecuentes periodos de descanso, lo que dificulta su registro.



4. Transporte activo



El transporte activo se refiere a cualquier forma de transporte impulsado por humanos: caminar, andar en bicicleta, usar una silla de ruedas, patinar en línea o andar en patineta.



5. Sedentarismo



Cualquier comportamiento de vigilia caracterizado por un gasto de energía $\leq 1,5$ equivalentes metabólicos, en una postura sentada, reclinada o acostada.

DEFINICIÓN DE LOS INDICADORES



6. Aptitud física



Características que permiten un buen desempeño de una determinada tarea física en un determinado entorno físico, social y psicológico.



7. Entorno familiar y amigos



Cualquier miembro de la familia que pueda controlar o influir en las oportunidades de actividad física y la participación de los niños, niñas y jóvenes en este entorno.



8. Escuela



Cualquier política, factor organizativo o factores estudiantiles en el entorno escolar que pueda influir en las oportunidades de actividad física y la participación de niños, niñas y jóvenes en este ambiente.



9. Comunidad y ambiente construido



Cualquier política o factor organizativo en el entorno municipal que pueda influir en las oportunidades de actividad física y la participación de los niños, niñas y jóvenes en este entorno.



10. Políticas públicas



Cualquier organismo gubernamental con autoridad para influir en las oportunidades de actividad física o la participación de niños, niñas y jóvenes a través de políticas, leyes o reglamentos.

GRADOS DE EVALUACIÓN



Se asignó la calificación correspondiente a cada indicador en base a la siguiente escala propuesta por la AHKGA:

***El porcentaje indica la cantidad de niños, niñas y adolescentes en los que se alcanza el éxito en ese indicador.**

A+	A	A-	B+	B	B-
94% -100%	87% -93%	80% -86%	74% -79%	67% -73%	60% -66%
	C+	C	C-		
	54% -59%	47% -53%	40% -46%		
	D+	D	D-		
	30% -39%	27% -33%	20% -26%		
	F	INC			
	<20%	Grado incompleto			

INDICADORES

CON DATOS

1. Actividad física general

2. Participación en deporte organizado

5. Sedentarismo

6. Aptitud física

7. Entorno familiar y amigos

8. Escuela

9. Comunidad y ambiente construido

10. Políticas públicas

SIN DATOS

3. Juego activo

4. Transporte activo

Información general
Una de las principales limitaciones de este informe es la falta de información sobre la edad escolar, ya que para la mayoría de los indicadores los datos se refieren a los adolescentes. Por lo tanto, es especialmente necesario que en futuros informes se recojan datos para las edades inferiores a los 11 años y para los indicadores "juego activo" y "transporte activo"

1. ACTIVIDAD FÍSICA GENERAL



La asignación de grados en este indicador se ha apoyado en el estudio HBSC (1) actualizado en 2018, cuyos datos pertenecen a escolares y adolescentes de Extremadura. Los datos indican la **frecuencia con la que niños, niñas y adolescentes realizan actividad física en su tiempo libre hasta que les haga sudar o quedarse sin aliento.**



D-

F

21%

10%

F

15%

Información adicional para el estudio de HSBC:

- Tamaño: 2303 (1138 chicos y 1164 chicas) niños de entre 11 y 18 años;

- Ubicación: Centros educativos de Extremadura;

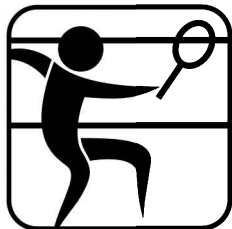
- Año de recogida de datos: 2018.

* Los datos recogidos para la evaluación de este indicador no pueden considerarse representativos de la Comunidad Autónoma de Extremadura, por lo que su interpretación debe ser tomado con precaución

* Adicionalmente, estos datos se vieron reforzados por el Estudio proporcionado por el Grupo ACAFYDE que a través del cuestionario PAQ-A reafirmó un <20% de niñas y niños activos.

2. PARTICIPACIÓN EN DEPORTE ORGANIZADO

La asignación de grados en este indicador se ha apoyado en los datos facilitados por el Consejo Regional de Deportes (2) realizado en 2020, cuyos datos pertenecen a escolares y adolescentes de Extremadura. Los datos indican el **porcentaje de niños y adolescentes que se encuentran inscritos en alguna modalidad deportiva en 2017-2018.**



C

D

D+

47%

30%

34%

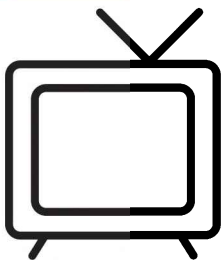
Información adicional:

-Tamaño : 46527 niños (32844 niños y 13683 niñas) de entre 6 y 18 años.

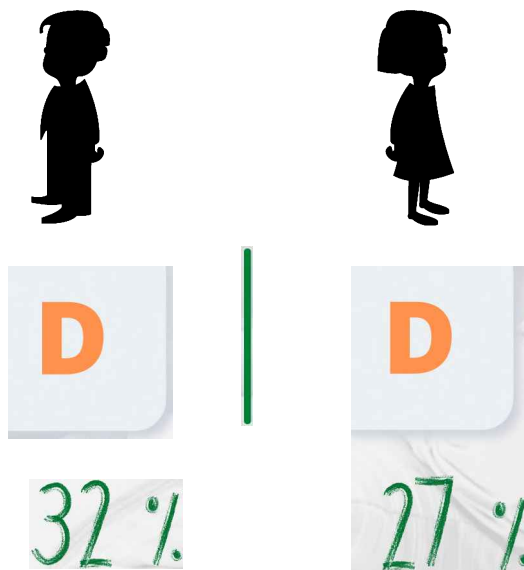
- Ubicación: Extremadura;

- Año de recogida de datos: 2017-2018.

5. COMPORTAMIENTO SEDENTARIO



La asignación de grados en este indicador se ha basado en la Encuesta Nacional de Salud ENSE (3) realizada en España, actualizada en el año 2017. Los datos se refieren a la sección Actividad Física, Descanso y Ocio. Los datos hacen referencia a **la cantidad de niños y niñas y adolescentes que ocupan prácticamente la totalidad de su tiempo libre de forma sedentaria.**



Información adicional:

- Tamaño: 6106 niños de entre 0 y 14 años.
- Ubicación: España
- Año de recogida de datos: 2017.

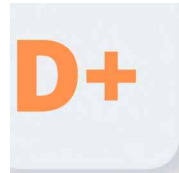


La calificación corresponde a la población de Extremadura, aunque el informe no indica la muestra exacta evaluada en esa comunidad.

6. APTITUD FÍSICA



La asignación de calificaciones en este indicador se ha realizado a partir de la base de datos generada desde el Observatorio de Obesidad, Motricidad y Bienestar Infantil por los grupos de investigación HEME, PHeSo e inHEALTH (4). **Los datos se refieren al percentil medio de los resultados obtenidos por los adolescentes en función de su sexo y edad en las siguientes pruebas Course Navette y salto de longitud.** Los percentiles establecidos como referencia fueron los publicados por Tonkinson et al en 2018 (5).



Información adicional:

- Tamaño: 225 niños de entre 12 y 17 años.
- Ubicación: 4 Centros Educativos de Extremadura
- Año de recogida de datos: 2019.

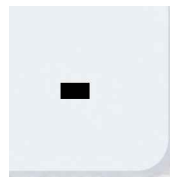
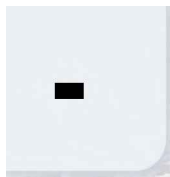


Limitación: la puntuación sólo corresponde a la población adolescente de Extremadura. además, la puntuación sólo se basa en dos pruebas de condición física, una relacionada con la fuerza y otra con la resistencia cardiorrespiratoria. También hay que tener en cuenta que existe otro estudio en adolescentes del que no se ha podido obtener la puntuación del indicador al no disponer de los percentiles en los que se encontraba cada participante (Adherencia a la dieta mediterránea, e importancia en la actividad física y el tiempo de pantalla en adolescentes de Secundaria de Extremadura (España)).

7. ENTORNO FAMILIAR Y AMIGOS



La asignación de grados en este indicador se ha fundamentado en el estudio: "Importance of the family role in the practice of physical activity and BMI of adolescent schoolchildren" (6). Los datos hacen referencia a **la cantidad de niños y niñas y adolescentes que son animados por sus familiares y amigos para la práctica de actividad física.**



Información adicional:

- Tamaño: 2217 niños y adolescentes de entre 10 y 16 años (1236 niños y 989 niñas).

- Lugar: 23 centros educativos extremeños.

- Año de recogida de datos: 2019.



Los datos recogidos para la evaluación de este indicador no pueden considerarse representativos de la Comunidad Autónoma de Extremadura, por lo que deben ser tratados con precaución.

8. ESCUELA



La asignación de calificaciones en este indicador se ha basado en:

- 1. Educación física en la escuela.** Todos los centros educativos respetan el horario de educación física establecido por la Consejería de Educación y Empleo de Extremadura (de 3 horas semanales en primaria a 2 horas semanales en secundaria)(7,8); Calificación Total A+ (100%).
- 2. Programas de educación física en la escuela.** Participación de los centros educativos en el programa "Actividad de Educación para la Salud contra la Obesidad Infantil y Juvenil" en 2019 (9): 151 de 639 (23,63%); Calificación Total D- (24%).
- 3. Otros programas de educación física en la escuela.** PROADES es un programa de la Dirección General de Deportes en colaboración con las diferentes federaciones deportivas de Extremadura enfocado al desarrollo educativo del alumnado, que tiene como objetivo la adquisición de hábitos de vida saludables, la participación activa y la recreación deportiva. En el curso 2018-19 han participado un total de 268 centros educativos de un total de 639 (2); Calificación Total C- (42%).

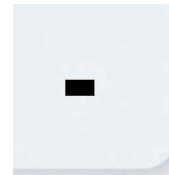
Dado que la parte "1" corresponde a la educación física obligatoria y las partes "2" y "3" a otras políticas y prácticas escolares, se ha considerado una combinación de las partes "2" y "3" antes de la combinación con la parte "1". Por lo tanto, la nota asignada a este indicador es C+.

A large green 'C+' symbol on a light blue background with rounded corners.

9. COMUNIDAD Y AMBIENTE CONSTRUIDO



La asignación de grados en este indicador se ha fundamentado en el estudio HBSC (1) actualizado en 2018, cuyos datos corresponden a los niños y adolescentes extremeños, el número de niños y adolescentes que consideran que se sienten seguros en la zona en la que viven (70%) y que consideran que es seguro que los más pequeños jueguen al aire libre durante el día (68%), lo que facilita que sean físicamente activos, lo que facilita que sean físicamente activos.



B

69%

Información adicional:

- Tamaño: 839 niños (400 chicos y 439 chicas) de entre 11 y 18 años.
 - Ubicación: Centros educativos de Extremadura.
 - Año de recogida de datos: 2018.
- (1) Estudio Conductas de Salud en Niños en Edad Escolar (HBSC). 2018 Extremadura.



Los datos recogidos para la evaluación de este indicador se refieren a una variable de percepción, por lo que su interpretación debe ser tomado con precaución.

10. POLÍTICAS PÚBLICAS



La asignación de calificaciones en este indicador se ha basado en los datos facilitados por el Consejo Regional de Deportes (2) realizados en 2020, donde el informe señala que se ha pagado un total de 4.045.000 euros a las federaciones deportivas, de los cuales el 45% se ha destinado al deporte escolar (Judex - Jedes), incluyendo los siguientes programas:

1. El programa **JUDEX** gira en torno a la consideración del deporte en edad escolar como elemento formativo y educativo, y esta idea se sitúa por encima de cualquier otro planteamiento o diseño de competición y se manifiesta en el compromiso de todos los implicados en el programa de respetar el juego limpio, la deportividad y los valores educativos del deporte.
2. Los **JEDES** se ofrecen a todos los deportistas extremeños que, inscritos en un club deportivo o entidad de actividad físico-deportiva formalmente constituida en Extremadura, tengan algún tipo de diversidad funcional, ya sea intelectual, física y/o parálisis cerebral o sensorial. Se caracterizan por un marcado acento social, donde el deporte aparece como un instrumento importante para la adquisición de confianza, participación, integración y mejora personal del colectivo
3. El programa **PROADES** es un programa del Consejo General del Deporte en colaboración con las diferentes federaciones deportivas de Extremadura, enfocado al desarrollo educativo de los alumnos, que tiene como objetivo la adquisición de hábitos de vida saludables, la participación activa y la recreación deportiva a través del desarrollo y la práctica de actividades físico-deportivas, donde el factor competición puede aparecer como un medio para mejorar la motivación de los participantes y no como un fin en sí mismo



Información adicional:

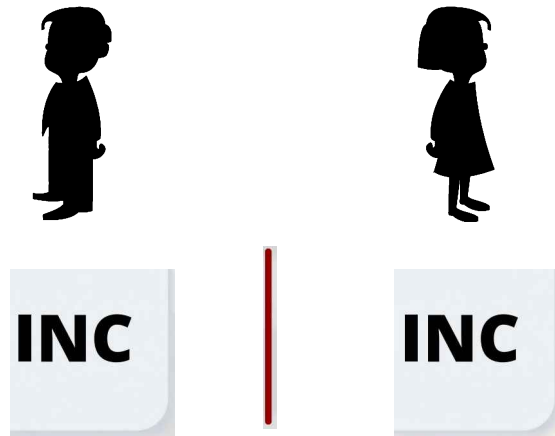
- Tamaño: 46527 niños (32844 niños y 13683 niñas) de entre 6 y 18 años.
- Ubicación: Extremadura;
- Año de recogida de datos: 2017-2018.
- (2) Consejería de Cultura, Turismo y Deporte y Dirección General de Deportes. Junta de Extremadura. Memoria Consejo Regional de Deportes, 27 de enero de 2020.

C-

45%

3. JUEGO ACTIVO

4. TRANSPORTE ACTIVO



La asignación de grados en estos indicadores no ha sido posible debido a la insuficiencia de datos, así como fuentes de recursos bibliográficos.

RESUMEN DE GRADOS DE EVALUACIÓN

F

1. Actividad física general

6. Aptitud física

C+

D+

2. Participación en deporte organizado

7. Entorno familiar y amigos

A

INC

3. Juego activo

8. Escuela

C+

INC

4. Transporte activo

9. Comunidad y ambiente construido

B

D

5. Sedentarismo

10. Políticas públicas

C-



RESUMEN DE GRADOS DE EVALUACIÓN



D-

1. Actividad física general

F

C

2. Participación en deporte organizado

D

INC

3. Juego activo

INC

INC

4. Transporte activo

INC

D

5. Sedentarismo

D



RESUMEN DE GRADOS DE EVALUACIÓN



C-

6. Aptitud física

D+

-

7. Entorno familiar y amigos

-

-

8. Escuela

-

-

9. Comunidad y ambiente construido

-

-

10. Políticas públicas

-

FUENTES DE DATOS



Fuente	1. Actividad Física General	2. Participación en deporte organizado	3. Juego activo	4. Transporte activo	5. Sedentarismo	6. Aptitud física	7. Entorno familiar y amigos	8. Escuela	9. Comunidad y ambiente construido	10. Políticas públicas
(1) HBSC 2018 Extremadura.										
(2) Consejo Regional de Deportes, 27 de enero 2020.										
(3) Encuesta Nacional de Salud. España, 2017.										
(4) Observatorio de Obesidad, Motricidad y Bienestar Infantil (Grupos de Investigación HEME, PHESO e INHEALTH).										
(5) European normative values for physical fitness in children and adolescents aged 9–17 years: results from 2 779 165 Eurofit performances representing 30 countries.										
(6) Importance of the family role in the practice of physical activity and BMI of adolescent schoolchildren.										
(7) Decreto 103/2014, de 10 de junio, por el que se establece el currículo de Educación Primaria para la Comunidad Autónoma de Extremadura.										
(8) Decreto 98/2016, de 5 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato para la Comunidad Autónoma de Extremadura.										
(9) Unidad de Educación para la Salud de la D. Gral. de Salud Pública del Servicio Extremeño de Salud.										
(10) Adherence to the Mediterranean diet, and importance in the physical activity and screen time in High School adolescents from Extremadura (Spain).										
(11) Influence of Body Composition on Physical Literacy in Spanish Children.										
(12) Base de datos propia del Ayto. Cáceres.										
(13) Estudio piloto sobre barreras para el desplazamiento activo.										
(14) Physical activity of parents and their adolescents' kids: a cross-sectional study.										
(15) Presupuestos generales de la comunidad autónoma de Extremadura.										

El siguiente cuadro recoge todos los estudios contemplados para la evaluación de los indicadores.

En azul puede observarse los estudios a partir de los cuales se han evaluado los indicadores.

En gris pueden observarse los estudios que fueron tenidos en cuenta pero que finalmente no se utilizaron para la evaluación.



**RESUMEN DE
RECOMENDACIONES DE
ACTIVIDAD FÍSICA PARA
NIÑOS Y ADOLESCENTES**

**60' ACTIVIDAD
FÍSICA DIARIA**

MODERADA A VIGOROSA

AERÓBICA

**3 DÍAS A LA
SEMANA**

ACTIVIDAD FÍSICA VIGOROSA

FUERZA MUSCULAR Y
FORTALECIMIENTO DE LOS
HUESOS

**LIMITAR EL
TIEMPO DEDICADO
A ACTIVIDADES
SEDENTARIAS**

FUENTES DE DATOS

- (1) Estudio Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). 2018 Extremadura.
- (2) Consejería de Cultura, Turismo y Deporte y Dirección General de Deportes. Junta de Extremadura. Memoria Consejo Regional de Deportes, 27 de enero 2020.
- (3) Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Gobierno de España. Encuesta Nacional de Salud. España, 2017.
- (4) Observatorio de Obesidad, Motricidad y Bienestar Infantil (Grupos de investigación de la Universidad de Extremadura HEME, PHESO e INHEALTH).
- (5) Tomkinson, G. R., Carver, K. D., Atkinson, F., Daniell, N. D., Lewis, L. K., Fitzgerald, J. S., ... & Ortega, F. B. (2018). European normative values for physical fitness in children and adolescents aged 9–17 years: results from 2 779 165 Eurofit performances representing 30 countries. *British Journal of Sports Medicine*, 52(22), 1445-1456.
- (6) Vaquero Solís, M., Tapia Serrano, M. Á., Cerro Herrero, D., & Sánchez Miguel, P. A. (2019). Importancia del rol familiar en la práctica de actividad física e IMC de escolares adolescentes.
- (7) Decreto 103/2014, de 10 de junio, por el que se establece el currículo de Educación Primaria para la Comunidad Autónoma de Extremadura.
- (8) Decreto 98/2016, de 5 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato para la Comunidad Autónoma de Extremadura.
- (9) Base de datos Unidad de Educación para la Salud. Dirección General de Salud Pública. Servicio Extremeño de Salud.
- (10) Tapia-Serrano, M. Á., Vaquero-Solís, M., López-Gajardo, M. A., & Sánchez-Miguel, P. A. (2021). Adherence to the Mediterranean diet, and importance in the physical activity and screen time in High School adolescents from Extremadura (Spain). *Nutricion hospitalaria*, 38(2), 236-244.
- (11) Mendoza-Muñoz, M., Barrios-Fernández, S., Adsuar, J. C., Pastor-Cisneros, R., Risco-Gil, M., García-Gordillo, M. Á., & Carlos-Vivas, J. (2021). Influence of body composition on physical literacy in spanish children. *Biology*, 10(6), 482.
- (12) Base de datos propia del Ayuntamiento de Cáceres.
- (13) Cerro-Herrero, D. , Vaquero-Solís, M., Prieto, J., Sánchez-Miguel, P. A., & Tapia-Serrano, M. Á. (2020). ¿ Por qué los jóvenes cacereños no son más activos en su desplazamiento al centro educativo? Estudio piloto sobre barreras para el desplazamiento activo. *Cuadernos de Investigación en Juventud*, (8), 22-35.
- (14) Vaquero-Solís, M., Mirabel, M., Sánchez-Miguel, P. A., & Gallego, D. (2020). Physical activity of parents and their adolescents' kids: a cross-sectional study. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 505-508.
- (15) Junta de Extremadura. Presupuestos generales de la comunidad autónoma de Extremadura 2021.

Report on active and healthy schoolchildren and adolescents in Extremadura



JUNTA DE EXTREMADURA
Dirección General de Deportes

JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Educación y Empleo



AYUNTAMIENTO
cáceres

fundación
jóvenes
y deporte
JUNTA DE EXTREMADURA



ACAFYDE
Grupo de Investigación
Sociedad Científica de la
Actividad Física y el Deporte

Health
RESEARCH GROUP

HEM PHeS
RESEARCH GROUP

Abbreviations



- **AHKGA:** Active Healthy Kids Global Alliance
- **RR. SS:** SOCIAL NETWORKS
- **PHeSO:** Promoting a Healthy Society Research Group
- **inHEALTH:** Social Impact and Innovation in Health
- **HEME:** Health, Economy, Motricity and Education
- **ACAFyDE:** Behavioural Analysis of Physical Activity and Sport. University of Extremadura
- **DGD:** Directorate General for Sport
- **FJyD:** Youth and Sport Foundation
- **AFyCAV:** Physical Activity, Quality of Life and Health
- **HSBC:** Health Behaviour in School-aged Children
- **PAQ-A:** Physical Activity Questionnaire for Adolescents
- **ENSE:** National Health Survey
- **BMI:** Body Mass Index
- **JUDEX:** *Juegos Deportivos Extremeños*
- **JEDES:** *Juegos Extremeños del Deporte Especial*
- **INC:** Incomplete
- **WHO:** World Health Organisation
- **NGO:** Non-governmental organization

Global Matrix 4.0

This report is based on the methodology proposed by the

Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA)

a NPO made up of research staff, health professionals and actors working together to **promote physical activity in children and adolescents around the world.**



<https://www.activehealthykids.org/4-0/>



A glimpse into the past...



SCOPE OF THE REPORT

Target group: direct or indirect staff with influence in the field of physical activity



EDUCATION



SOCIAL NETWORKS



SPORT



LEISURE AND FREE TIME



HEALTH ACTION



ACTIVE TRANSPORT



POLITICAL ACTION

WORKING GROUP

Working Committee

Promoting a Healthy Society Research Group (PHeSO)

José Carmelo Adsuar Sala
María Mendoza Muñoz
Raquel Pastor Cisneros
Jorge Carlos Vivas
Ángel Denche Zamorano

Social Impact and Innovation in Health (inHEALTH)

Laura Muñoz Bermejo
Sabina Barrios Fernández
Angelina Prado Solano
Rafael Gómez Galán
Jorge Rojo Ramos

Health, Economy, Motricity and Education (HEME)

Jorge Pérez Gómez
Juan Manuel Franco García
Damián Pereira Payo

Director of the AHKGA Communication Committee

Javier Brazo Sayavera
Lider de Uruguay

AHKGA

John Reilly
Lider de Escocia y Europa

Mentoring



Experts Committee

Directorate General For Sport (DGD)

Dan de Sande Bayal

Directorate General for Planning, Training, Health and Social and Health Quality

Vicente Caballero Pajares
Suso del Barco Cordero

Directorate General for Public Health

Eulalio Ruiz Muñoz

Fundesalud. Scientific coordinator

Ana Martín Pero Duarte

Youth and Sport Foundation (FjyD)

Sonia Bejarano Sánchez
Miguel Pizarro Sánchez

Behavioural Analysis of Physical Activity and Sport research group. University of Extremadura (ACAFyDE)

Pedro Antonio Sánchez Miguel
David Sánchez Oliva
Miguel Angel Tapia Serrano

Directorate General for Educational Innovation and Inclusion

Juan Francisco Fuella Moreno

Cáceres City Council

Paula Rodríguez Pallero
Carlos Herencias Fernández
Laura Borrega Hernández

Directorate General for Social Services and Childhood and Family Affairs

Carmen Nuñez Cumplido
Guadalupe Llera Alonso

Physical Activity, Quality of Life and Health Research Group (AFyCAV)

Narcís Gusi Fuertes
Pedro R Olivares Sánchez Toledo
Jose Alberto Parraça
Miguel Ángel Perez Sousa
Jesús Sánchez Gómez

December 2021

7

FINAL REPORT

6

EXTERNAL AUDIT

5

WORKING GROUP

Preparation of

RESULTS REPORT

4

Presentation of the results

BY THE WORKING GROUP

AND assignment of a score for EACH INDICATOR



8 July 2021

COMMITTEE OF EXPERTS MEETING

PROCEDURE

1

13 May 2021

COMMITTEE OF EXPERTS MEETING AND WORKING GROUP

2

Sending information to the working group

WORKING GROUP

May and June 2021

3

WORKING GROUP

Compilation, literature review and available information processing.

PROCEDURE:



EXTERNAL AUDIT



July 2021

ACCEPTANCE OF THE REPORT BY
THE ORGANISATION

DRAFT REPORT SUBMISSION

November 2021

FIRST FEEDBACK FROM THE
ORGANISATION

THIRD
FEEDBACK FROM THE
ORGANISATION

August 2021

October 2021

SECOND FEEDBACK FROM THE
ORGANIZATION

September 2021



INDICATORS



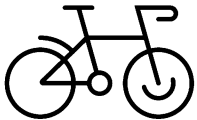
1. Overall Physical Activity



2. Organized Sport and Physical Activity



3. Active play



4. Active transport



5. Sedentary behaviours



6. Physical fitness



7. Family and peers



8. School



9. Community and environment



10. Government

DEFINITION OF INDICATORS



1. Overall Physical Activity



Any movement produced by skeletal muscles that requires energy expenditure



2. Organized Sport and Physical Activity



A subset of structured, goal-oriented, competitive and contest-based physical activity.



3. Active play



Active play may involve symbolic activities or games with or without clearly defined rules; the activity may be unstructured/unorganized, social or solitary, but the distinguishing features are a playful context, combined with activity that is significantly above the resting metabolic rate. Active play tends to occur sporadically, with frequent rest periods, making it difficult to record.



4. Active transportation



Active transport refers to any form of human-powered transport: walking, cycling, wheelchair use, in-line skating or skateboarding.



5. Sedentary behaviours



Any behaviour characterised by energy expenditure ≤ 1.5 metabolic equivalents, in a sitting, reclining or lying posture.

DEFINITION OF INDICATORS



6. Physical fitness



Characteristics that enable good performance of a given physical task in a given physical, social and psychological environment.



7. Family and peers



Any family member who can control or influence children and young people's opportunities for physical activity and participation in this environment.



8. School



Any policy, organisational or student factors in the school environment that may influence the opportunities for physical activity and participation of children and young people in this environment.



9. Community and environment



Any policy or organisational factors in the municipal environment that may influence the physical activity opportunities and participation of children and young people in this environment.



10. Government



Any government body with the authority to influence physical activity opportunities or participation of children and young people through policy, law or regulation.

GRADES OF ASSESSMENT



The corresponding rating was assigned to each indicator based on the following scale proposed by the AHKGA

*Percentage indicates the number of children and adolescents achieving success on that indicator

A+

94% -100%

A

87% -93%

A-

80% -86%

B+

74% -79%

B

67% -73%

B-

60% -66%

C+

54% -59%

C

47% -53%

C-

40% -46%

D+

30% -39%

D

27% -33%

D-

20% -26%

F

<20%

INC

Grade incomplete

INDICATORS



WITH DATA

1. Overall Physical Activity

2. Organized Sport and Physical Activity

5. Sedentary behaviours

6. Physical fitness

7. Family and peers

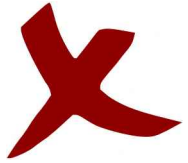
8. School

9. Community and environment

10. Government



WITHOUT DATA



3. Active play

4. Active transportation

General information: One of the main limitations of this report was the lack of information on school age, as for most indicators the data refer to adolescents. Therefore, there is a particular need for future reports to collect data for ages below 11 years and for the indicators "active play" and "active transport"

1. OVERALL PHYSICAL ACTIVITY



The assignment of grades in this indicator was based on the HBSC study (1), updated in 2018, containing data from schoolchildren and adolescents in Extremadura. This data indicate **the frequency in which children and adolescents engage in physical activity during their free time until they become sweaty or out of breath.**



21%



10%



15%

Additional information for the HBSC study:
Size: 2303 (1138 boys and 1164 girls) children aged 11-18 years
Location: Educational centres in Extremadura
Year of data collection: 2018

- * Data collected for this indicator cannot be considered representative of the Autonomous Community of Extremadura, so their interpretation should be taken with caution.
- * In addition, these data were reinforced by the study provided by the ACAFYDE Group which, through the PAQ-A questionnaire, reaffirmed <20% of active children

2. ORGANIZED SPORT AND PHYSICAL ACTIVITY



The assignment of grades in this indicator was based on the data provided by the Regional Sports Council (2) from schoolchildren and adolescents in Extremadura. This data indicate **the percentage of children and adolescents enrolled in some sport modality in 2017-18.**



C

D

D+

47%

30%

34%

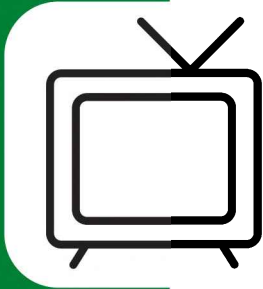
Additional information:

- Size : 46527 children (32844 boys and 13683 girls) aged 6-18 years

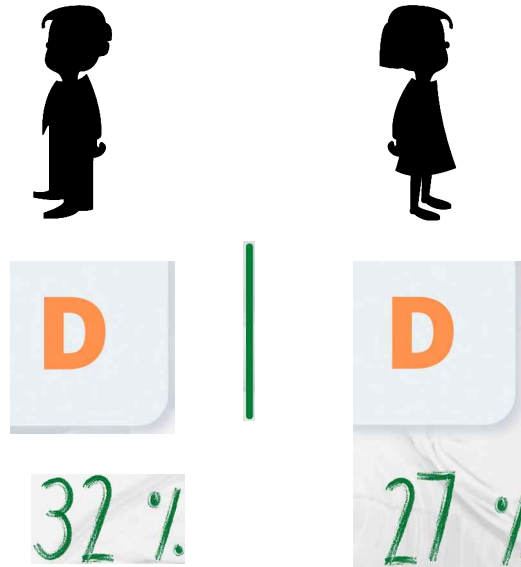
- Location: Extremadura

- Year of data collection: 2017-2018.

5. SEDENTARY BEHAVIOUR



The assignment of grades in this indicator was based on the National Health Survey ENSE (3) conducted in Spain in 2017, taking data about Physical Activity, Resting and Leisure sections. This data refer to **the number of children and adolescents who spend practically all of their free time in sedentary behaviors.**



Additional information:
- Size: 6106 children aged 0-14 years.
- Location: Spain
- Year of data collection: 2017.

* The rating corresponds to the population of Extremadura, although the report does not indicate the exact sample assessed in this community.

6. PHYSICAL FITNESS



The assignment of grades in this indicator was based on the database generated from the Observatory of Childhood Obesity, Motricity and Well-being by the HEME, PHeSo and inHEALTH research groups (4). This data refer to the mean percentile of the results obtained by adolescents based on their sex and age in the Course Navette and long jump tests. The percentiles established as a reference were those published by Tonkinson et al (5).



Additional information:

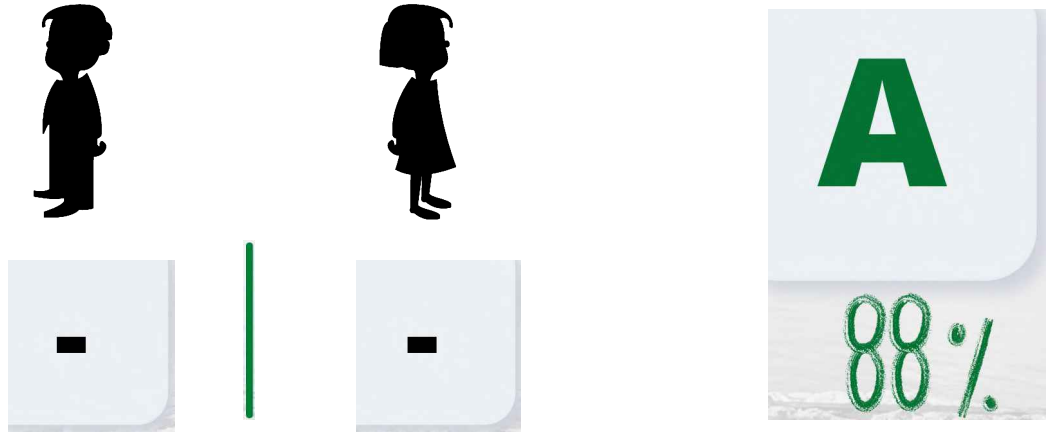
- Size: 225 children aged 12-17 years.
- Location: 4 Educational Centres in Extremadura.
- Year of data collection: 2019.

* Limitation: the score only corresponds to the adolescent population of Extremadura. In addition, the score is only based on two physical fitness tests, one related to strength and the other to cardiorespiratory endurance. It should also be noted that there is another study in adolescents in which it was not possible to obtain the indicator score as the percentiles where each participant were not available (Adherence to the Mediterranean diet, and importance in physical activity and screen time in secondary school adolescents in Extremadura (Spain)).

7. FAMILY AND PEERS



The assignment of grades in this indicator was based on the study "Importance of the family role in the practice of physical activity and BMI of adolescent schoolchildren" (6). This data refer to the number of children and adolescents who are encouraged by their family and friends to engage in physical activity.



-Información adicional:
Size: 2217 children and adolescents aged 10-16 years (1236 boys and 989 girls)
-Venue: 23 schools in Extremadura .
- Year of data collection: 2019.



The data collected for the assessment of this indicator cannot be considered representative of the Autonomous Community of Extremadura, therefore they should be treated with caution.

8. SCHOOL



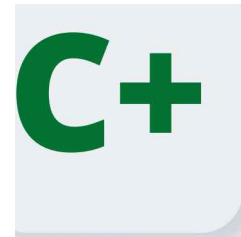
The assignment of scores on this indicator has been based on:

1. Physical education at school. All schools respect the physical education timetable established by the Regional Ministry of Education and Employment of Extremadura (from 3 hours per week in primary to 2 hours per week in secondary)(7,8); Overall Rating A+ (100%).

2. Physical education programmes at school. Participation of schools in the programme "Health Education Activity against Child and Youth Obesity" in 2019 (9): 151 out of 639 (23.63%); Overall Rating D- (24%).

3. Other physical education programmes at school. PROADES is a programme of the General Directorate of Sports in collaboration with the different sports federations of Extremadura focused on the educational development of students, which aims at the acquisition of healthy lifestyle habits, active participation and sports recreation. In the 2018-19 academic year

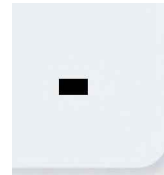
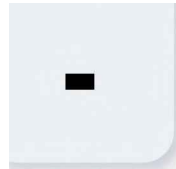
Since part "1" corresponds to compulsory physical education and part "2" and "3" to other school policies and practices, a combination of part "2" and "3" has been considered prior to the combination with part "1". Therefore, the grade assigned to this indicator is C+



9. COMMUNITY AND ENVIRONMENT



The assignment of grades in this indicator was based on the HBSC study (1) updated in 2018, whose data pertain to children and adolescents in Extremadura. The number of children and adolescents who consider that they feel safe in the area where they are living (70%) and who consider it safe for younger children to play outside during the day (68%), facilitates to be physically active.



- Additional information:
- Size: 839 children (400 boys and 439 girls) aged between 11 and 18.
 - Location: Educational centres in Extremadura.
 - Year of data collection: 2018.
- (1) Health Behaviour in School-aged Children Study (HBSC). 2018 Extremadura.

* The data collected for the assessment of this indicator refer to a perception variable, so their interpretation should be taken with caution.

8. GOVERNMENT



The assignment of grades in this indicator has been based on the data provided by the Regional Sports Council (2) carried out in 2020, where the report states that a total of 4,045,000 euros were paid to sports federations, of which 45% were allocated to school sport (Judex - Jedes), including the following programmes:

1. The **JUDEX** programme revolves around the consideration of sport at school age as a formative and educational element, not like a competition design. It is manifested in the commitment of all those involved in the programme to respect fair play, sportsmanship and the educational values of sport.
2. The **JEDES** are offered to everyone from Extremadura who are registered in a sports club or physical-sports activity entity formally constituted in Extremadura, if they have some kind of functional diversity, whether intellectual, physical and/or cerebral palsy or sensory. They are characterized by a marked social aspect, where sport appears as an important instrument for the acquisition of confidence, participation, integration and personal improvement of the group.
3. The **PROADES** programme of the General Sports Council is in collaboration with the different sports federations of Extremadura, focused on the educational development of students, which aims at the acquisition of healthy life habits, active participation and sports recreation through the development and practice of physical-sports activities, where the competition factor can appear as a means to improve the motivation of the participants and not as an end in itself.



Additional information:

-Size: 46527 children (32844 boys and 13683 girls) aged 6-18 years.

- Location: Extremadura;

- Year of data collection: 2017-2018.

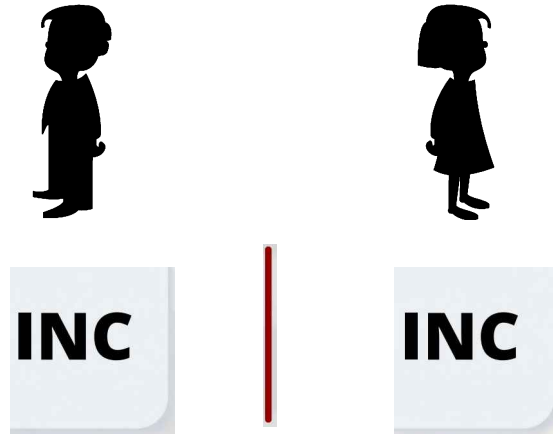
(2) Regional Ministry of Culture, Tourism and Sport and Directorate General of Sports. Regional Government of Extremadura. Regional Sports Council Report, 27 January 2020.

C-

45%

3. ACTIVE PLAY

4. ACTIVE TRANSPORT



The assignment of grades on these indicators was not possible due to insufficient data as well as bibliographic resource sources.

SUMMARY OF EVALUATION GRADES

F

1. Overall Physical Activity

6. Physical fitness

C+

D+

2. Organized Sport and Physical Activity

7. Family and peers

A

INC

3. Active play

8. School

C+

INC

4. Active transportation

9. Community and built environment

B

D

5. Sedentary behaviours

10. Government

C-



SUMMARY OF EVALUATION GRADES



D-

1. Overall physical activity

F

C

2. Organized Sport and Physical Activity

D

INC

3. Active play

INC

INC

4. Active transportation

INC

D

5. Sedentary behaviours

D



SUMMARY OF EVALUATION GRADES



C-

6. Physical fitness

D+

-

7. Family and peers

-

-

8. School

-

-

9. Community and environment

-

-

10. Government


-

DATA SOURCE



Fuente	1. Actividad Física General	2. Participación en deporte organizado	3. Juego activo	4. Transporte activo	5. Sedentarismo	6. Aptitud física	7. Entorno familiar y amigos	8. Escuela	9. Comunidad y ambiente construido	10. Políticas públicas
(1) HBSC 2018 Extremadura.										
(2) Consejo Regional de Deportes, 27 de enero 2020.										
(3) Encuesta Nacional de Salud. España, 2017.										
(4) Observatorio de Obesidad, Motricidad y Bienestar Infantil (Grupos de Investigación HEME, PHESO e INHEALTH).										
(5) European normative values for physical fitness in children and adolescents aged 9–17 years: results from 2 779 165 Eurofit performances representing 30 countries.										
(6) Importance of the family role in the practice of physical activity and BMI of adolescent schoolchildren.										
(7) Decreto 103/2014, de 10 de junio, por el que se establece el currículo de Educación Primaria para la Comunidad Autónoma de Extremadura.										
(8) Decreto 98/2016, de 5 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato para la Comunidad Autónoma de Extremadura.										
(9) Unidad de Educación para la Salud de la D. Gral. de Salud Pública del Servicio Extremeño de Salud.										
(10) Adherence to the Mediterranean diet, and importance in the physical activity and screen time in High School adolescents from Extremadura (Spain).										
(11) Influence of Body Composition on Physical Literacy in Spanish Children.										
(12) Base de datos propia del Ayto. Cáceres.										
(13) Estudio piloto sobre barreras para el desplazamiento activo.										
(14) Physical activity of parents and their adolescents' kids: a cross-sectional study.										
(15) Presupuestos generales de la comunidad autónoma de Extremadura.										

The following table show all the studies considered for the assessment of the indicators. In blue you can see the studies on the basis of which the indicators have been assessed. In grey you can see the studies that were taken into account but were not used for the assessment.



LIST OF PHYSICAL ACTIVITY RECOMMENDATIONS FOR CHILDREN AND YOUTHS

ACCORDING TO WHO
RECOMMENDATIONS

**60 MINUTES OF
PHYSICAL
ACTIVITY**

MODERATE TO VIGOROUS

AEROBICS



3 DAYS A WEEK

VIGOROUS PHYSICAL ACTIVITY

MUSCLE STRENGTH AND BONE
STRENGTHENING



**REDUCING THE
TIME SPENT ON
SEDENTARY
ACTIVITIES**

DATA SOURCE

- (1) Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) Study. 2018 Extremadura.
- (2) Regional Ministry of Culture, Tourism and Sport and Directorate General of Sports. Regional Government of Extremadura. Memoria Consejo Regional de Deportes, 27 January 2020.
- (3) Ministry of Health, Consumer Affairs and Social Welfare. Government of Spain. National Health Survey. Spain, 2017.
- (4) Observatorio de Obesidad, Motricidad y Bienestar Infantil (University of Extremadura research groups HEME, PHEO and INHEALTH).
- (5) Tomkinson, G. R., Carver, K. D., Atkinson, F., Daniell, N. D., Lewis, L. K., Fitzgerald, J. S., ... & Ortega, F. B. (2018). European normative values for physical fitness in children and adolescents aged 9-17 years: results from 2 779 165 Eurofit performances representing 30 countries. *British Journal of Sports Medicine*, 52(22), 1445-1456.
- (6) Vaquero Solís, M., Tapia Serrano, M. Á., Cerro Herrero, D., & Sánchez Miguel, P. A. (2019). Importance of the family role in the practice of physical activity and BMI in adolescent schoolchildren.
- (7) Decree 103/2014, of 10 June, establishing the Primary Education curriculum for the Autonomous Community of Extremadura.
- (8) Decree 98/2016, of 5 July, establishing the organisation and curriculum of Compulsory Secondary Education and the Baccalaureate for the Autonomous Community of Extremadura.
- (9) Health Education Unit database. General Directorate of Public Health. Extremadura Health Service.
- (10) Tapia-Serrano, M. Á., Vaquero-Solís, M., López-Gajardo, M. A., & Sánchez-Miguel, P. A. (2021). Adherence to the Mediterranean diet, and importance in the physical activity and screen time in High School adolescents from Extremadura (Spain). *Nutricion hospitalaria*, 38(2), 236-244.
- (11) Mendoza-Muñoz, M., Barrios-Fernández, S., Adsuar, J. C., Pastor-Cisneros, R., Risco-Gil, M., García-Gordillo, M. Á., & Carlos-Vivas, J. (2021). Influence of body composition on physical literacy in Spanish children. *Biology*, 10(6), 482.
- (12) Cáceres City Council own database.
- (13) Cerro-Herrero, D. , Vaquero-Solís, M., Prieto, J., Sánchez-Miguel, P. A., & Tapia-Serrano, M. Á. (2020). Why are young people from Cáceres not more active when travelling to school? A pilot study on barriers to active travel. *Cuadernos de Investigación en Juventud*, (8), 22-35.
- (14) Vaquero-Solís, M., Mirabel, M., Sánchez-Miguel, P. A., & Gallego, D. (2020). Physical activity of parents and their adolescents' kids: a cross-sectional study. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 505-508.
- (15) Regional Government of Extremadura. Presupuestos generales de la comunidad autónoma de Extremadura 2021.

Enteración a tentu escolaris i moçus estremeñus ativos i sanus



Abreviaturas



- **AHKGA:** Active Healthy Kids Global Alliance
- **RR. SS:** Redes sociales
- **PHeSO:** Promoting a Healthy Society Research Group
- **inHEALTH:** Social Impact and Innovation in Health
- **HEME:** Health, Economy, Motricity and Education
- **ACAFyDE:** Análisis Comportamental de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Extremadura
- **DGD:** Dirección General de Deportes
- **FJyD:** Fundación Jóvenes y Deporte
- **AFyCAV:** Actividad Física, Calidad de Vida y Salud
- **HSBC:** Health Behaviour in School-aged Children
- **PAQ-A:** Physical Activity Questionnaire for Adolescents
- **ENSE:** Encuesta Nacional de Salud
- **BMI:** Body Mass Index
- **JUDEX:** Juegos Deportivos Extremeños
- **JEDES:** Juegos Extremeños del Deporte Especial
- **INC:** Incompleto
- **OMS:** Organización Mundial de la Salud

Global Matrix 4.0

La laboración d'esti inhormi s'á hechu a raís dela metodología propuesta dela **Active Healthy Kids Global Alliance**

(AHKGA),

bandu sin paragi de lucru enxaretau por personal vestigaol, profissionalis dela salú i agentis destintus que trebajan por juntú pa **ahinchonal la atividá física ena infancia i joventú en tol mundu.**



<https://www.activehealthykids.org/4-0/>



Una visual al passau...



ANDARIS D'USU DEL INHORMI

Destinatariu: personal
con infrujencia mas o
minus derecha nel
andal dela atividá física



EDUCACIÓN



REDIS SOCIALIS



DEPORTI



DESOFICIU I TIEMPU DE VAGAL



ACIÓN SANITARIA



PORTI ATIVU



ACIÓN POLITICA

BANDU DE TREBAJU

Comité de trebaju

Promoting a Healthy Society Research Group (PHEso)

José Carmelo Adsuar Sala
María Mendoza Muñoz
Raquel Pastor Cisneros
Jorge Carlos Vivas
Ángel Denche Zamorano

Social Impact and Innovation in Health (inHEALTH)

Laura Muñoz Bermejo
Sabina Barrios Fernández
Angelina Prado Solano
Rafael Gómez Galán
Jorge Rojo Ramos

Health, Economy, Motricity and Education (HEME)

Jorge Pérez Gómez
Juan Manuel Franco García
Damián Pereira Payo

Tutela



Diretol del Comité de Comunicación de la AHKGA

Javier Brazo Sayavera
Lider de Uruguay

AHKGA

John Reilly
Lider de Escocia y Europa

Comité d'alvertius i alvertias

Dirección General de Deportis (DGD)

Dan de Sande Bayal

Dirección general de Praneu, Maestrança, Calidá Sanitaria i Sociosanitaria

Vicente Caballero Pajares
Suso del Barco Cordero

Dirección General de Salú Pública

Eulalio Ruiz Muñoz

Fundesalud. *Cordinadora científica.*

Ana Martín Pero Duarte

Hundación Jóvinis i Deporti (FJyD)

Sonia Bejarano Sánchez
Miguel Pizarro Sánchez

Bandu de vestigaeru Análís Comportamental dela Atividá Física i el Deporti. Nuversidá d'Estremaúra (ACAFyDE)

Pedro Antonio Sánchez Miguel
David Sánchez Oliva
Miguel Angel Tapia Serrano

Dirección General d'Inovación i Encruimientu Educativu

Juan Francisco Fuella Moreno

Conceju de Caçris

Paula Rodríguez Pallero
Carlos Herencias Fernández
Laura Borrega Hernández

Dirección General De Servicios Socialis i Enfantia i Familia

Carmen Nuñez Cumplido
Guadalupe Llera Alonso

Bandu de vestigaeru Atividá Física, Calidá de Vida i Salú (AFyCAV)

Narcís Gusi Fuertes
Pedro R Olivares Sánchez Toledo
Jose Alberto Parraça
Miguel Ángel Perez Sousa
Jesús Sánchez Gómez

Deziembri 2021

PROCEDIMIENTU

13 de Mayu del 2021

7 **INHORMI ACABERU**

1 **COMITÉ D'ALVERTÍUS I ALVERTÍAS**

6 **VALOREU ESTERNU**

I BANDU DE TREBAJU

5 **BANDU DE TREBAJU**
Lavoración del
INHORMI DE RESULTANCIA

2 Endilgu de enteracionis al
BANDU DE TREBAJU

4 **BANDU DE TREBAJU**
Esposición delos resultaus pol
trabaju i assinamientu de calificación a CA ENDICAOL

Mayu i Juniu del 2021

3 **BANDU DE TREBAJU**
Recadaeru, revista bibliográfica i
semilamientu delas enteracionis
disponiblis

8 de Juliu del 2021

**COMITÉ D'ALVERTÍUS I
ALVERTÍAS**



PROCEDIMIENTO:



VALOREU ESTERNU



Juliu del 2021

**ENDILGU DEL BORRAOL
DEL INHORMI**

**PRIMEL REABASTECIMIENTO DE
PARTI DEL BANDU**



Abostu del 2021

**SEGUNDU REABASTECIMIENTO DE
PARTI DEL BANDU**

Septiembri de 2021

**ACETACIÓN DEL INHORMI DE PARTI
DEL BANDU**

Noviembri del 2021

**TERCEL REABASTECIMIENTO DE
PARTI DEL BANDU**

Otubri del 2021



ENDICAORIS



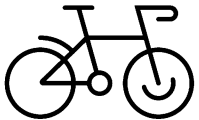
1. Atividá física general



**2. Participamientu en deporti
apreparau**



3. Juegu ativu



4. Trasporti ativu



5. Sedentarismu



6. Jeitu físicu



7. Ambienti familiar i amigus



8. Escuela



9. Comunidá i ambientu entangau



10. Políticu públicu

DEFINICIÓN DE LOS ENDICAORIS



1. Actividad física general



Qualquiera movición corporal de los músculos escléticos que pía gastu energéticu.



2. Participación en deporte organizado



Un susconjuntu d'atividá física estroncá, orentá pa ojetivos, competitiva i con sostribu en concussus.



3. Juego activo



El juego ativu puei emprical atividais o juegos simbólicos con o sin reglas definías polo craru; la actividá puei sel al rebullón, social o solitaria, peru sempri en un ambientu de reholgheu, combinau con una actividá que está bastanti por cima la tasa metabólica de quietu. El juego ativu tira a acontecel de cientu, una ves, con huelgus a caiquandu, i essu comprica el recadaeru.



4. Transporte activo



El trasporti ativu refieri a qualquiera horma de trasporti movíu d'umanus: camineal, andal en bicicleta, gastal una silla de rueas, patineal o andal en patineti.



5. Sedentarismo



Qualquiera comportamientu de vegilia con un gastu d'energía $\leq 1,5$ equivalentis metabólicos, en una postura sentá, arrecostá o echá.

DEFINICIÓN DE LOS ENDICAORIS



6. Aptitud física



Rasgos que permiten un cumplimiento aparente de una tarea física determinada en un ambiente físico, social y psicológico determinado.



7. Entorno familiar y amigos



Qualquier miembro de la familia que pueda facilitar o dificultar las ocasiones de actividad física y el participación de niños, niñas, niños y niñas en este ambiente.



8. Escuela



Qualquiera política, cuestión de opinión o cuestión de estudiantes en el ambiente escolar que pueda facilitar o dificultar las ocasiones de actividad física y el participación de niños, niñas, niños y niñas en este ambiente.



9. Comunidad y ambiente construido



Qualquiera política o cuestión de opinión en el ambiente municipal que pueda facilitar o dificultar las ocasiones de actividad física y el participación de niños, niñas, niños y niñas en este ambiente.



10. Políticas públicas



Qualquiera servicio de gobierno con mayoría para facilitar o dificultar las ocasiones de actividad física o el participación de niños, niñas, niños y niñas por medio de políticas, leyes o reglamentos.

GRAUS DE VALOREU



S'assinó la calificación correspondienti a ca endicaol hormi ala escala sigüenti, propuesta dela AHKGA:

**El tantu por cientu endica la cantidá de críus i moçus enos que s'ancaña el déssitu en essi endicaol*

A+

94% -100%

A

87% -93%

A-

80% -86%

B+

74% -79%

B

67% -73%

B-

60% -66%

C+

54% -59%

C

47% -53%

C-

40% -46%

D+

30% -39%

D

27% -33%

D-

20% -26%

F

<20%

INC

Grau incompretu

ENDICAORIS



CON DAUS

1. Atividá física generall

2. Participamientu en deporti
apreparau

5. Sedentarismu

6. Jeitu físicu

7. Ambienti familiar i amigus

8. Escuela

9. Comunidá i ambientu entangau

10. Políticu púbricu

SIN DAUS



3. Juegu ativu

4. Trasporti ativu

Enteracionis generalis: Una delas faltas
prencipalis d'esti inhormi es la falta
d'enteracionis a tentu la edá escolal, ya
que pala huerça los endicaoris los daus se
refieren a los mas moçus. Por essu es
liquiamenti precisu el que en inhormis
huturus se puean recadal daus pa edais
por baxu los 11 años i palos endicaoris
"juegu ativu" i "trasporti ativu"

1. ATIVIDÁ FÍSICA GENERAL



L'assinamientu de graus en esti endicaol tien sostribu nel estudiu HBSC (1) arrepassau nel 2018, cuyus daus pertenecin a escolaris (6 a 11 años) i moços d'Estremaúra (12 a 19 años). Los daus endican la **la costumbri cona que críus, crías i moços hazin exerciciu nel su tiempu de vagal hata sual o queal-si sin resuelgu.**



D-

F

21%

10%

F

15%

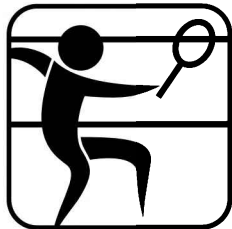
Mas enteracionis pal estudiu de HBSC:

- Grandol: 2303 (1138 críus i 1164 crías) críus dentri 11 i 18 años;
- Assitiamentu: Centrus educativus d'Estremaúra;
- Añu de recadamientu de daus: 2018

* Los daus recadaus pal valoreu d'esti endicaol no sonin mu aparentis pa tola Comunidá Autónoma d'Estremaúra, assinque la su entrepelación tien de sel cudiosa.

* Hueraparti d'essu, estus daus se vidun reforçaus del Estudiu aproporcionau pol ACAyDE, que por mé del cuestionariu PAQ-A confirmó un <20% de crías i críus ativus.

2. PARTECIPAMIENTU EN DEPORTI ENTANGUILAU



esti endicaol tieni sostribu enos daus facilitaus del Consejo Regional de Deportes (2) hechu en 2020, cuyus daus pertenecin a escolaris (6 a 11 años) i moços (12 a 19 años) d'Estremaúra. Los daus endican el **tantu por cientu de críus i moços que están escritos en anguna modalidad deportiva en 2017-2018.**



C

D

47%

30%

D+

34%

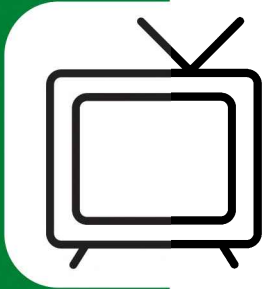
Mas enteraciones:

- Grandol : 46527 críus
(32844 críus i 13683 crías) dentri 6 i 18 años.

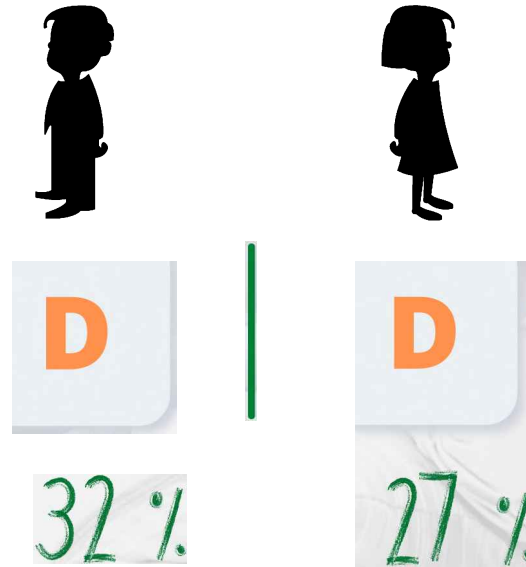
- Assitiamientu:
Estremaúra;

- Año de recadamientu de
daus: 2017-2018.

5. SEDENTARISMU



L'assinamientu de graus en esti endicaol tien sostribu ena Enqüesta Nacional de Salú ENSE (3) hecha en España, arrepassá nel añu 2017. Los daus se refierin al apartiju Atividá Física, Descansu i Desoficiu. Los daus mientan **la cantidá de críus i crías (6 a 11 años) i moçus (12 a 19 años) que acupan la huerça del su tiempu de vagal de horma sedentaria.**



- Mas enteracionis:
- Grandol: 6106 críus dentri 0 i 14 años.
 - Ubicación: España
 - Añu de recadamientu de daus: 2017.

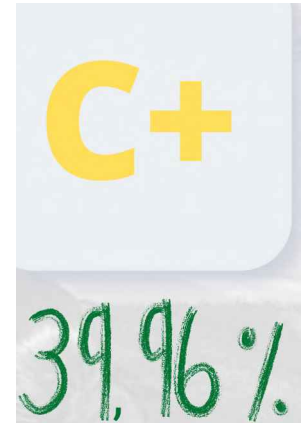


La calificación correspondi ala puebración d'Estremaúra, enque l'inhormi no endica la muestra essata valuá en essa comunidá.

6. ALBELIÁ FÍSICA



L'assinamientu de calificacionis en esti endicaol s'á hechu a raís dela basi de daus generá dendi l'Osservatoriu de Gordura, Movición i Atalantu Infantil polos bandus de vestigaeru HEME, PHeSo i inHEALTH (4). **Los daus se refieren al percentil meyu delos resultaus sacaus delos mochachus (12 a 19 años) arreglu al su sessu i edá enas prevas sigüentis Course Navette i saltu de largol.** Los percentilis assentaus comu referencia huerun los pubricaus de Tonkinson et al en el 2018 (5).



- Mas enteracionis:
- Grandol: 225 crús dentri 12 i 17 años.
 - Assitiamentu: 4 Centrus Educativus d'Estremaúra
 - Añu de recadamientu de daus: 2019.

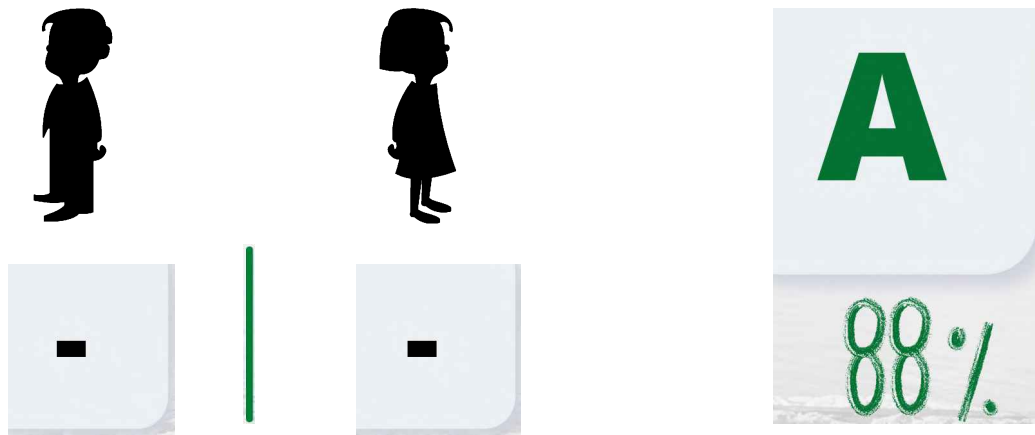


Aprega: la pontación correspondi liquiamenti ala puebración moça d'Estremadura. Amás, lapontación sali liquiamenti en dos prevas de condición física, una atillá cona huerça i otra cona resistencia cardiorrespiratoria. Tamién ai de tenel por cuenta que essisti otrü estudiü en moçus del que no s'á poü sacal la pontación del endicaol en no dispuiendu delos percentilis enos que s'atopava ca participanti (Atillu ala dieta mediterranea, emportancia ena atividá física i el tiempu de pantalla en moçus de Segundaria d'Estremaúra (España).

7. AMBIENTI FAMILIAL I AMIGUS



L'assinamientu de graus en esti endicaol tien sostribu nel estudiu: "Importance of the family role in the practice of physical activity and BMI of adolescent schoolchildren" (6). Los daus mientan **la cantidá de críus i crías (6 a 11 años) i moçus (12 a 19 años) que son apopaus delos sus familiaris i amigus pala plática d'atividá física.**



Mas enteracionis:

- Grandol: 2217 críus i moçus dentri 10 i 16 años (1236 críus i 989 crías).
- Sitiú: 23 centrus educativus estremeñus.
- Añu de recadamientu de daus: 2019.



Los daus recadaus pal valoreu d'esti endicaol no se puein tenel comu aparentis pa tola Comunidá Autónoma d'Estremaúra, assinque tienin de sel tenteaus con cudiau.

8. ESCUELA



L'assinamientu de calificaciónis en esti endicaol s'á hechu arreglu a:

- 1. Educación física a escuela.** Tolos centros educativos respetan el orariu d'educación física establecido dela Consejería d'Educación i Empreu d'Estremaúra (de 3 oras semanalis en primaria a 2 oras semanalis en secundaria)(6,7); Calificación Total A+ (100%).
- 2. Pogramas d'educación física a escuela.** Participamientu delos centros educativos en el programa "Atividá d'Educación pala Salú contra la Gordura Infantil i Jovenil" en el 2019 (8): 151 de 639 (23,63%); Calificación Total D- (24%).
- 3. Sotrus pogramas d'educación física a escuela.** PROADES es un programa dela Dirección General de Deportis en calavoración conas destintas federacionis deportivas d'Estremaúra focau al desenroamientu educativu del alunu, que tien comu ojetivu el cogel costumbris sanas, el participamientu ativu i el recreu deportivu. En el cussu 2018-19 tienin participau un total de 268 centros educativos dun total de 639 (2); Calificación Total C- (42%).

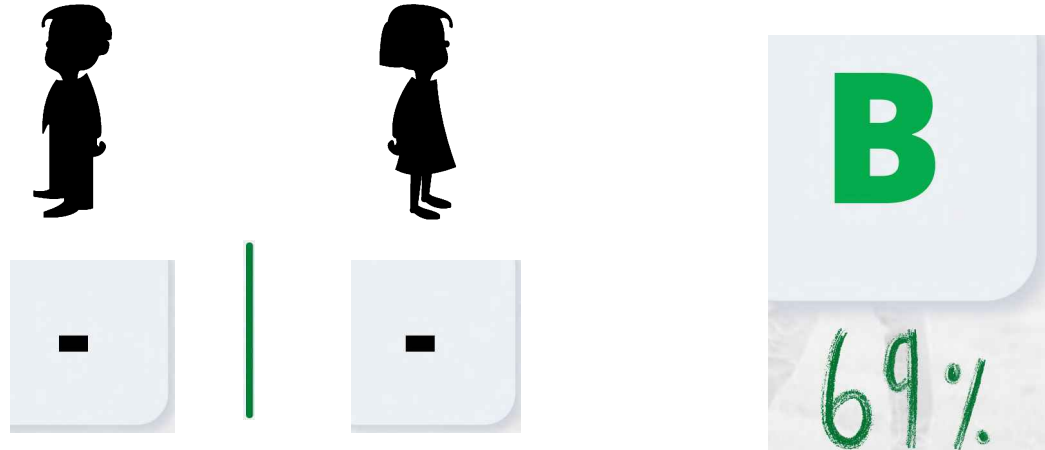
Dau que la parti "1" correspondi ala educación física obligá i las partis "2" i "3" a otras políticas i prácticas escolaris, s'á valoreau una combinación delas partis "2" i "3" enantis dela combinación cona parti "1". De mó que la nota assiná a esti endicaol es (66,5%) B-.

A large green 'C+' symbol on a light blue background with rounded corners.

9. COMUNIDÁ I AMBIENTI ENTANGAU



L'assinamientu de graus en esti endicaol tien sostribu nel estudiu HBSC (1) arrepassau nel 2018, cuyus daus correspondin a los críus i moçhus estremeñus, **el númiru de críus i moçhus que consideran que se sientin seguros pala parti ena que vivin (70%) i que consideran que es seguru que los mas chiquinus jueguen al rasu de pol día (68%),** lo que hazi que sean ativos físicamente.



.Mas enteracionis:

- Grandol: 839 críus (400 críus i 439 crías) dentri 11 i 18 añus.
- Añu de recadamientu de daus: 2018.

-(1) Estudiu Conduitas de Salú en – Críus en Edá de Escuela (HBSC). 2018 Estremaúra.

* Los daus recadaus pal valoreu d'esti endicaol refieren una variabli de percebimientu, polo que la su entrepetación tien de sel cudiosa

8. POLÍTICAS PÚBLICAS



L'assinamientu de calificacionis en esti endicaol tien sostribu enos daus facilitaus del Consejo Regional de Deportis (2) hechus en el 2020, ondi l'inhormi asseñala que están pagus un total de 4.045.000 euros alas federacionis deportivas, delos que el 45% s'á endedicau al deporte escolar (Judex - Jedes), encruyendu estus pogramas velequí:

1- **El programa JUDEX** gira alreol dela consideración del deporte en edá de escuela comu elementu hormativu i educativu, i esta idea quea por cima de qualisquiera sotru praneu o inseñu de competición i se muestra nel comprometimientu de tolas partis en el programa de respetal el juego limpiu, la deportividá i los valoris educativus del deporte.

2-**Los JEDES** s'ofrecin a tolos deportistas estremeñus que, escritos en un bandu deportivu o entidá d'atividá físicu-deportiva constituía hormalmente en Estremaúra, tengan anguna crassi de divessidá huncional, sea intelectual, física i/o parális celebral o sensorial. Se conocin por un acentu social señalau, ondi el deporte resulta un estrumentu emportanti pala alquisición de confianza, participamientu, encruimientu i amejoramientu personal del coletivu.

3-**El programa PROADES** es un programa del Consejo General del Deporti en calavoración conas destintas federacionis deportivas d'Estremaúra, focau al desenroamientu educativu delos alunus, que tien comu ojetivu el cogel costumbris sanas, el participamientu ativu i el recreu deportivu por mé del desenroamientu i la plática d'atividais físicu-deportivas, ondi la custión dela competición puei resultal un mediu pa amejoral el hurgoneu delos participantis i no comu un fin en sí propiu.



Mas enteracionis:

- Grandol: 46527 críus (32844 críus i 13683 crías) drenti 6 i 18 años.
- Assitiamientu: Estremaúra;
- Añu de recadamientu de daus: 2017-2018.

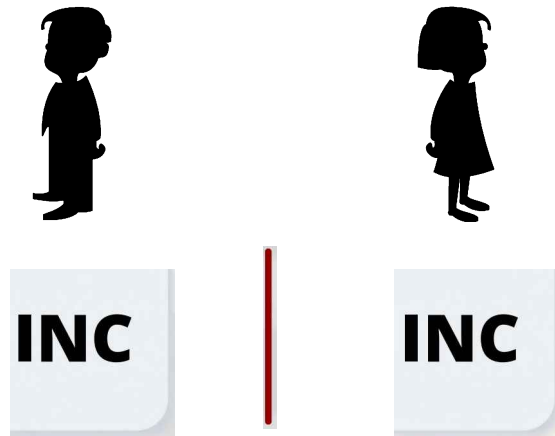
(2) Consejería de Cultura, Bureu i Deporti i Dirección General de Deportis. Junta d'Estremaúra. Memoria Consejo Regional de Deportis, 27 d'eneru del 2020.

C-

45%

3. JUEGU ATIVU

4. TRASPORTI ATIVU



L'assinamentu de graus en estus endicaoris no á síu possibli por mó dela insuficiencia de daus i mesmu de huentis de recussus bibliográficus.

RESUMI DE GRAUS DE VALOREU

F

1. Atividá física general

6. Jeitu físicu

C+

D+

2. Partecipamientu en deporti apreparau

7. Ambienti familiar i amigus

A

INC

3. Juegu ativu

8. Escuela

C+

INC

4. Trasporti ativu

9. Comunidá i ambientu entangau

B

D

5. Sedentarismu

10. Polítiques púbriques

C-



RESUMI DE GRAUS DE VALOREU



D-

1. Atividá física general

F

C

2. Participamientu en deporti apreparau

D

INC

3. Juegu ativu

INC

INC

4. Trasporti ativu

INC

D

5. Sedentarismu

D

RESUMI DE GRAUS DE VALOREU



C-

6. Jeitu físicu

D+

-

7. Ambienti familial i amigus

-

-

8. Escuela

-

-

9. Comunidá i ambientu entangau

-

-

10. Polítiques púbriques

-

HUENTI DE DAUS

El quairu siguienti recada tolos estudios miraus pal valoreu delos endicaoris.

En azul se puein osserval los estudios dendi los que s'an valoreau los endicaoris.

En gris se puein osserval los estudios que se tuvun por cuenta peru que a final no se gatarun pal valoreu.

Huenti	1. Actividá física general	2. Participamientu en deporti apreparau	3. Juegu ativu	4. Traspoti ativu	5. Sedentarismu	6. Jeitu físico	7. Ambienti familiar i amigos	8. Escuela	9. Comunidá i ambientu entangau	10. Politicas públicas
(1) HBSC 2018 Extremadura.										
(2) Consejo Regional de Deportes, 27 de enero 2020.										
(3) Encuesta Nacional de Salud. España, 2017.										
(4) Observatorio de Obesidad, Motricidad y Bienestar Infantil (Grupos de investigación HEME, PHESO e INHEALTH).										
(5) European normative values for physical fitness in children and adolescents aged 9-17 years: results from 2 779 165 Eurofit performances representing 30 countries.										
(6) Importance of the family role in the practice of physical activity and BMI of adolescent schoolchildren.										
(7) Decreto 103/2014, de 10 de junio, por el que se establece el currículo de Educación Primaria para la Comunidad Autónoma de Extremadura.										
(8) Decreto 98/2016, de 5 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato para la Comunidad Autónoma de Extremadura.										
(9) Unidad de Educación para la Salud de la D. Gral. de Salud Pública del Servicio Extremeño de Salud.										
(10) Adherence to the Mediterranean diet, and importance in the physical activity and screen time in High School adolescents from Extremadura (Spain).										
(11) Influence of Body Composition on Physical Literacy in Spanish Children.										
(12) Base de datos propia del Ayto. Cáceres.										
(13) Estudio piloto sobre barreras para el desplazamiento activo.										
(14) Physical activity of parents and their adolescents' kids: a cross-sectional study.										
(15) Presupuestos generales de la comunidad autónoma de Extremadura.										



RESUMI DE RECOMENDACIONS D'ACTIVIDAD FÍSICA PA CRÍEUS MOCHACHUS

RECOMENDACIONES DE LAS ESTRUCTURAS DE LA

(13)

**60 MENUTUS
D'ACTIVIDAD FÍSICA
DIARIA**

AMODERADA A VIGOROSA

ARÓBICA

**3 DÍAS EN
SEMANA**

3 DÍAS EN SEMANA

DE FUERZA MUSCULAR I
APODERAMIENTO DE LOS UESUS

**PONEL COTU AL
TIEMPU
EN DEDICAU A
ACTIVIDADES
SEDENTARIAS**

HUENTI DE DAUS

- (1) Estudio Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). 2018 Extremadura.
- (2) Consejería de Cultura, Turismo y Deporte y Dirección General de Deportes. Junta de Extremadura. Memoria Consejo Regional de Deportes, 27 de enero 2020.
- (3) Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Gobierno de España. Encuesta Nacional de Salud. España, 2017.
- (4) Observatorio de Obesidad, Motricidad y Bienestar Infantil (Grupos de investigación de la Universidad de Extremadura HEME, PHESO e INHEALTH).
- (5) Tomkinson, G. R., Carver, K. D., Atkinson, F., Daniell, N. D., Lewis, L. K., Fitzgerald, J. S., ... & Ortega, F. B. (2018). European normative values for physical fitness in children and adolescents aged 9–17 years: results from 2 779 165 Eurofit performances representing 30 countries. *British Journal of Sports Medicine*, 52(22), 1445-1456.
- (6) Vaquero Solís, M., Tapia Serrano, M. Á., Cerro Herrero, D., & Sánchez Miguel, P. A. (2019). Importancia del rol familiar en la práctica de actividad física e IMC de escolares adolescentes.
- (7) Decreto 103/2014, de 10 de junio, por el que se establece el currículo de Educación Primaria para la Comunidad Autónoma de Extremadura.
- (8) Decreto 98/2016, de 5 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato para la Comunidad Autónoma de Extremadura.
- (9) Base de datos Unidad de Educación para la Salud. Dirección General de Salud Pública. Servicio Extremeño de Salud.
- (10) Tapia-Serrano, M. Á., Vaquero-Solís, M., López-Gajardo, M. A., & Sánchez-Miguel, P. A. (2021). Adherence to the Mediterranean diet, and importance in the physical activity and screen time in High School adolescents from Extremadura (Spain). *Nutricion hospitalaria*, 38(2), 236-244.
- (11) Mendoza-Muñoz, M., Barrios-Fernández, S., Adsuar, J. C., Pastor-Cisneros, R., Risco-Gil, M., García-Gordillo, M. Á., & Carlos-Vivas, J. (2021). Influence of body composition on physical literacy in spanish children. *Biology*, 10(6), 482.
- (12) Base de datos propia del Ayuntamiento de Cáceres.
- (13) Cerro-Herrero, D. , Vaquero-Solís, M., Prieto, J., Sánchez-Miguel, P. A., & Tapia-Serrano, M. Á. (2020). ¿ Por qué los jóvenes cacereños no son más activos en su desplazamiento al centro educativo? Estudio piloto sobre barreras para el desplazamiento activo. *Cuadernos de Investigación en Juventud*, (8), 22-35.
- (14) Vaquero-Solís, M., Mirabel, M., Sánchez-Miguel, P. A., & Gallego, D. (2020). Physical activity of parents and their adolescents' kids: a cross-sectional study. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 505-508.
- (15) Junta de Extremadura. Presupuestos generales de la comunidad autónoma de Extremadura 2021.

Relatório sobre escolares e adolescentes estremenhos ativos e saudáveis



Abreviaturas



- **AHKGA:** Active Healthy Kids Global Alliance
- **RR. SS:** Meios de comunicação social
- **PHeSO:** Promoção de um Grupo de Investigação da Sociedade Saudável
- **inHEALTH:** Impacto social e inovação na saúde
- **HEME:** Saúde, Economia, Motricidade e Educação
- **ACAFyDE:** Análise Comportamental da Actividade Física e Desporto. Universidade da Extremadura
- **DGD:** Direcção Geral do Desporto
- **FJyD:** Fundação Juventude e Desporto
- **AFyCAV:** Actividade Física, Qualidade de Vida e Saúde
- **HSBC:** Comportamento de Saúde em Crianças em Idade Escolar
- **PAQ-A:** Questionário de Actividade Física para Adolescentes
- **ENSE:** Inquérito Nacional de Saúde
- **BMI:** Índice de Massa Corporal
- **JUDEX:** Jogos Desportivos Extremeño
- **JEDES:** Jogos Extremeños de Desportos Especiais
- **INC:** Incompleto
- **OMS:** Organização Mundial de Saúde

Global Matrix 4.0

A elaboração deste relatório foi realizada a partir da metodologia proposta por **a Active Healthy Kids Global Alliance**

(AHKGA),

organização sem fins lucrativos formada por pessoal investigador, profissionais da saúde e diferentes agentes que trabalham

conjuntamente pa

fomentar a atividade física na infância e juventude em todo o mundo.



<https://www.activehealthykids.org/4-0/>



Um olhar ao passado....



ÂMBITOS DE APLICAÇÃO DO RELATÓRIO

Destinatários: pessoas que influenciam direta ou indiretamente o âmbito da atividade física



LAZÊRI E TEMPO LIVRE



EDUCAÇÃO



REDES SOCIAIS



DEPÔRTI



AÇÃO SANITÁRIA



TRANSPORTE ATIVO



AÇÃO POLITICA

GRUPO DE TRABALHO

Comité de trabalho

Promoting a Healthy Society Research Group (PHEsO)

José Carmelo Adsuar Sala
María Mendoza Muñoz
Raquel Pastor Cisneros
Jorge Carlos Vivas
Ángel Denche Zamorano

Social Impact and Innovation in Health (inHEALTH)

Laura Muñoz Bermejo
Sabina Barrios Fernández
Angelina Prado Solano
Rafael Gómez Galán
Jorge Rojo Ramos

Health, Economy, Motricity and Education (HEME)

Jorge Pérez Gómez
Juan Manuel Franco García
Damián Pereira Payo

Monitorização



Diretor do Comité de Comunicação da AHKGA

Javier Brazo Sayavera
Lider de Urugua

AHKGA

John Reilly
Lider de Escocia y Europa

Comité de peritos

Direção-Geral de Depôrtis (DGD)

Dan de Sande Bayal
Direção-Geral de Planificação, Formação, Qualidade Sanitária e Socio-sanitária.
Vicente Caballero Pajares
Suso del Barco Cordero

Direção-Geral de Saúde Pública

Eulalio Ruiz Muñoz

Fundesalud. *Coordinadora científica.*

Ana Martín Pero Duarte

Fundação Jovens e Depôrti (FJyD)

Sonia Bejarano Sánchez
Miguel Pizarro Sánchez

Grupo de investigação Análise Comportamentáil da Atividade Física e o Depôrti. Universidade da E

Pedro Antonio Sánchez Miguel
David Sánchez Oliva
Miguel Angel Tapia Serrano

Direção-Geral de Inovação e Inclusão Educativa

Juan Francisco Fuella Moreno

Câmara Municipal de Cáceres

Paula Rodríguez Pallero
Carlos Herencias Fernández
Laura Borrega Hernández

Direção-Geral dos Serviços Sociais e Infância e Família

Carmen Nuñez Cumplido
Guadalupe Llera Alonso

Grupo de investigação Atividade Física, Qualidade de Vida e Saúde (AFyCAV)

Narcís Gusi Fuertes
Pedro R Olivares Sánchez Toledo
Jose Alberto Parraça
Miguel Ángel Perez Sousa
Jesús Sánchez Gómez

Dezembro 2021

7 **RELATÓRIO FINÁLI**

6 **AUDITORIA EXTERNA**

5 **GRUPO DE TRABALHO**
ELABORAÇÃO
DO RELATÓRIO DE RESULTADOS

4 **EXPOSIÇÃO DOS RESULTADOS
POR O GRUPO DE TRABALHO**

E Atribuição de qualificação a cada indicador

8 de Julho de
2021

PROCEDIMIENTO

13 de Maio de 2021

1 **REUNIÃO COMITÉ DE PERITOS E
GRUPO DE TRABALHO
Y GRUPO DE TRABALHO**

2 Envio de informações ao
GRUPO DE TRABALHO

Maio y Junho de 2021

3 **GRUPO DE TRABALHO**

Compilação, revisão bibliográfica
e processamento das informações
disponívis

**REUNIÓN COMITÉ DE
EXPERTOS Y EXPERTAS**

PROCEDIMENTO:  **AUDITORIA EXTERNA**


Julho de 2021

ENVIO DO RASCUNHO DO RELATÓRIO

ACEITAÇÃO DO RELATÓRIO POR PARTE DA ORGANIZAÇÃO


Novembre de 2021

PRIMERA RETROALIMENTAÇÃO POR PARTE DA ORGANIZAÇÃO

TERCERA RETROALIMENTAÇÃO POR PARTE DA ORGANIZAÇÃO


Outubro de 2021


Agosto de 2021

SEGUNDA RETROALIMENTAÇÃO POR PARTE DA ORGANIZAÇÃO


setembro de 2021

INDICADORES



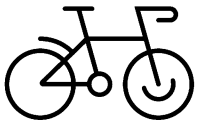
1-Atividade física geráli



2. Participação em depôrti organizado



3. Jogo activo



4. Transporte activo



5. Sedentarismo



6. Aptidão física



7. Entorno familiári e amigos



8. Escola



9. Comunidade y ambiente construido



10. Políticas públicas

DEFINIÇÃO DOS INDICADORES



1. Atividade física geráli



Qualquer movimento corporáli produzido por os músculos esqueléticos que requerer gasto energético



2. Participação em depôrti organizado



Um subconjunto de atividade física estruturada, orientada a objetivos, competitiva e baseada em concursos



3. Jogo activo



O jogo activo pode implicar atividades ò jogos simbólicos com ò sem regras claramente definidas; a atividade pode ser desestruturada / desorganizada, social ò solitária, mas as caraterísticas distintivas são um contexto lúdico, combinado com uma atividade que está significativamente por cima da taxa metabólica em repouso. O jogo activo tende para acontecêri de forma esporádica, com frequentes períodos de descanso, o que dificulta o sê registo



4. Transporte activo



O transporte activo refere-se a qualquer forma de transporte impulsado por humanos: caminhar, andar de bicicleta, usar uma cadeira de rodas, patinar em linha ò andar de patinete



5. Sedentarismo



Qualquer comportamento de vigília caraterizado por um gasto de energia $\leq 1,5$ equivalentes metabólicos, numa postura sentada, reclinada o detada

DEFINIÇÃO DOS INDICADORES



6. Aptidão física



Caraterísticas que permitem um bom desempenho de uma determinada tarefa física num determinado ambiente físico, social e psicológico



7. Entorno familiar e amigos



Qualquer membro da família que puder controlar e influir nas oportunidades de atividade física e a participação das crianças e jovens neste ambiente



8. Escola



Qualquer política, fator organizativo e fatores estudantis no ambiente escolar que puder influir nas oportunidades de atividade física e a participação de crianças e jovens neste ambiente



9. Comunidade e ambiente construído



Qualquer política e fator organizativo no ambiente municipal que puder influir nas oportunidades de atividade física e a participação das crianças e jovens neste ambiente



10. Políticas públicas



Qualquer organismo governamental com autoridade para influir nas oportunidades de atividade física e a participação de crianças e jovens através de políticas, leis e regulamentos

GRAUS DE AVALIAÇÃO



Foi atribuída a qualificação correspondente a cada indicador com base na seguinte escala proposta por a AHKGA

*A porcentagem indica a quantidade de crianças e adolescentes com os quais se alcança o sucesso nesse indicador

A+

94% -100%

A

87% -93%

A-

80% -86%

B+

74% -79%

B

67% -73%

B-

60% -66%

C+

54% -59%

C

47% -53%

C-

40% -46%

D+

30% -39%

D

27% -33%

D-

20% -26%

F

<20%

INC

Grau incompleto

INDICADORES

COM DATOS

1. Atividade física geráli

2. Participação em depôrto organizado

5. Sedentarismo

6. Aptidão física

7. Entorno familiári e amigos

8. Escola

9. Comunidade e ambiente construído

10. Políticas públicas

SEM DATOS

3. Jogo activo

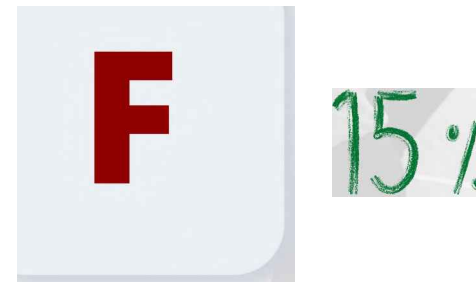
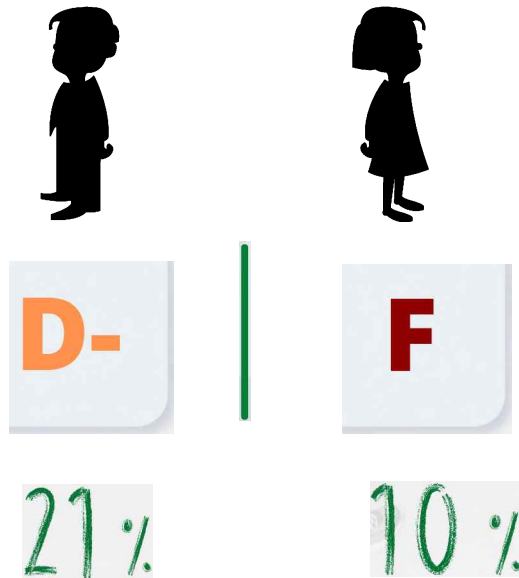
4. Transporte activo

Informação geráli: Uma das principais limitações deste relatório é a falta de informações sobre a idade escolári, porque, pa a maioria dos indicadores, os dados se referem aos adolescentes. Portanto, é especialmente necessário que em futuros relatórios sejam recolhidos dados pa as idades inferiores aos 11 anos e pa os indicadores "jogo activo" e "transporte activo"

1. ATIVIDADE FÍSICA GERÁLI



A atribuição de graus neste indicador apoiô-se no estudo HBSC (1) atualizado em 2018, cujos dados pertencem a escolares (6 a 11 anos) e adolescentes da Estremadura (12 a 19 anos). Os dados indicam a **frequência com a qual crianças e adolescentes realizam atividade física no sê tempo livre benté suári ò ficári sem alento.**



Informação adicional pa o estudo de HSBC:

- Tamanho: 2303 (1138 gaitos e 1164 gaitas) crianças de entre 11 e 18 anos;
- Localização: Centros educativos da Estremadura;
- Ano de recolha de dados: 2018

* Os dados recolhidos pa a avaliação deste indicador não podem ser considerados representativos da Comunidade Autónoma da Estremadura, por o que a sua interpretação deve ser tomada com precaução

* Adicionalmente, estes dados viram-se reforçados por o Estudo fornecido por o Grupo ACAFYDE, que através do questionário PAQ-A reafirmô <20% de crianças ativas

2. PARTICIPAÇÃO EM DEPÔRTI ORGANIZADO



A atribuição de graus neste indicador apoiô-se nos dados facilitados por o Conselho Regionáli de Depôrtis (2) realizado em 2020, cujos dados pertencem a escolares (6 a 11 anos) e adolescentes (12 a 19 anos) da Estremadura. Os dados indicam o tanto por **cento de crianças e adolescentes que se encontram inscritos nalguma modalidade deportiva em 2017-2018.**



C

D

47%

30%

D+

34%

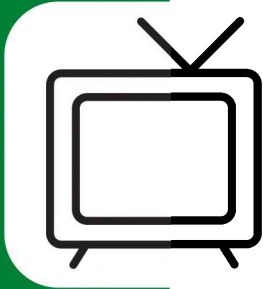
Informação adicional:

-Tamanho : 46527
crianças (32844 gaiatos e
13683 gaiatas) de entre 6
e 18 anos.

- Localização:
Estremadura;

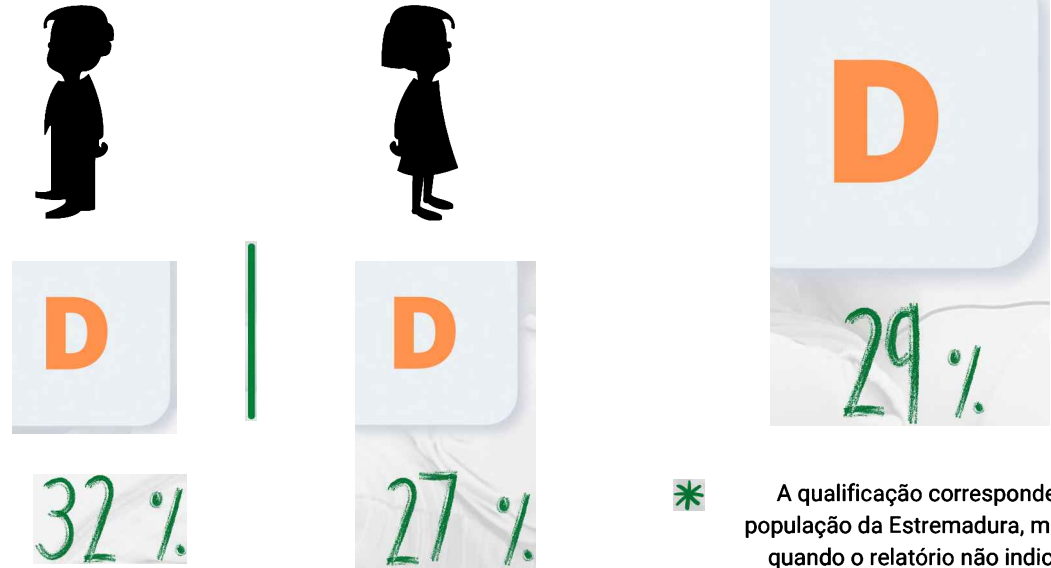
- Ano de recolha de
dados: 2017-2018

5. SEDENTARISMO



A atribuição de graus neste indicador baseou-se no Inquérito Nacional de Saúde ENSE (3) realizada em Espanha, atualizada no ano de 2017. Os dados referem-se à secção Atividade Física, Descanso e Lazer. Os dados dizem respeito à **quantidade de crianças (6 a 11 anos) e adolescentes (12 a 19 anos) que ocupam praticamente todo o tempo livre de forma sedentária.**

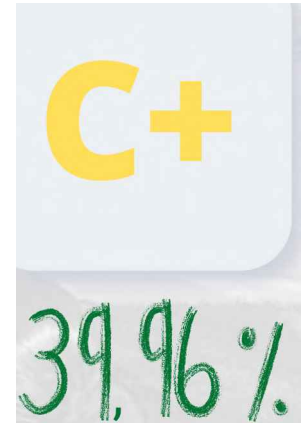
Informação adicional:
- Tamanho: 6106 crianças de entre 0 e 14 anos.
- Localização: Espanha
- Ano de recolha de dados: 2017.



A qualificação corresponde à população da Estremadura, mesmo quando o relatório não indica a amostra exata avaliada nessa comunidade

6. APTIDÃO FÍSICA

A atribuição de qualificações neste indicador foi realizada a partir da base de dados gerada do Observatório de Obesidade, Motricidade e Bem-estári Infantil por os grupos de investigação HEME, PHeSo e inHEALTH. Os dados referem-se ao **percentíli médio dos resultados obtidos por os adolescentes (12 a 19 anos) em função do sê sexo e idade nas seguintes provas Course Navette e salto em comprimento**. Os percentis estabelecidos como referência foram os publicados por Tonkinson et al. em 2018 (4).



Informação adicional:
- Tamanho: 225 crianças de entre 12 e 17 anos.
- Localização: 4 Centros Educativos da Estremadura
- Ano de recolha de dados: 2019.

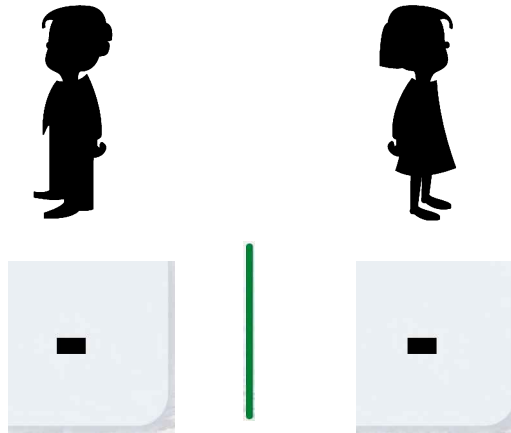


Limitação: a pontuação só corresponde à população adolescente da Estremadura. Além disso, a pontuação só está baseada em duas provas de condição física, uma relacionada com a força e outra com a resistência cardiorrespiratória. Também deve ser tido em conta que existe otro estudo em adolescentes do qual não se pôde obter a pontuação do indicador ao não dispor dos percentis nos quais se encontrava cada participante (aderência à dieta mediterrânea, e importância na atividade física e no tempo de ecrã em adolescentes da Secundária da Estremadura, Espanha).

7. ENTORNO FAMILIAR E AMIGOS



A atribuição de graus neste indicador fundô-se no estudo: "Importance of the family role in the practice of physical activity and BMI of adolescent schoolchildren" (5). Os dados dizem respeito à **quantidade de crianças (6 a 11 anos) e adolescentes (12 a 19 anos) que são animados por os seus familiares e amigos pa a prática da atividade física.**



Informação adicional:

- Tamanho: 2217 crianças e adolescentes de entre 10 e 16 anos (1236 gaitos e 989 gaitas).
- Lugar: 23 centros educativos estremenhos.
- Ano de recolha de dados: 2019.



Os dados recolhidos pa a avaliação deste indicador não podem considerar-se representativos da Comunidade Autónoma da Estremadura, por o que devem ser tratados com precaução

8. ESCOLA



A atribuição de qualificações neste indicador baseô-se em:

1. **Educação física na escola.** Todos os centros educativos respetam o horário de educação física estabelecido por a Conselheria da Educação e o Emprego da Estremadura (de 3 horas semanais na primária a 2 horas semanais na secundária)(6,7); Classificação Totáli A+ (100%).

2. **Programas de educação física na escola.** Participação dos centros educativos no programa "Atividade de Educação pa a Saúde contra a Obesidade Infantil e Juvenil" em 2019 (8): 151 de 639 (23,63%); Classificação Total D- (24%).

3. **Otros programas de educação física na escola.** PROADES é um programa da Direção-Geral de Depôrtis em colaboração com as diferentes federações deportivas da Estremadura focado no desenvolvimento educativo dos alunos, que tem como objetivo a aquisição de hábitos de vida saudávis, a participação ativa e a recreação deportiva. No ano de 2018-19

Participaram 268 centros educativos de um totáli de 639 (2);

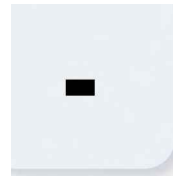
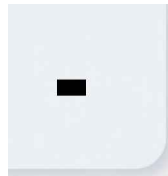
Classificação Total C- (42%).

Dado que a parte "1" corresponde à educação física obrigatória e as partes "2" e "3" a otras políticas e práticas escolares, foi considerada uma combinação das partes "2" e "3" antes da combinação com a parte "1". Portanto, a nota atribuída a este indicador é (66,5%) B-.

A large green 'C+' symbol on a light blue square background with rounded corners.

9. COMUNIDADE E AMBIENTE CONSTRUÍDO

A atribuição de notas neste indicador foi baseada no estudo HBSC (1) actualizado em 2018, cujos dados correspondem a crianças e adolescentes na Extremadura, ao número de crianças e adolescentes que consideram que se sentem seguros na zona onde vivem (70%) e que consideram que é seguro para as crianças mais novas brincar ao ar livre durante o dia (68%), o que facilita a sua actividade física, o que facilita a sua actividade física.



Informação adicional:

- Tamanho: 839 crianças (400 gaitos e 439 gaiatas) de entre 11 e 18 anos.
 - Localização: Centros educativos da Extremadura.
 - Ano de recolha de dados: 2018.
- (1) Estudo Condutas de Saúde em Crianças em Idade Escolári (HBSC). 2018 Extremadura.

* LOs dados recolhidos pa a avaliação deste indicador referem-se a uma variável de percepção, por o que a sua interpretação deve ser tomada com precaução

10. POLÍTICAS PÚBLICAS



A atribuição de qualificações neste indicador baseô-se nos dados facilitados por o Conselho Regionáli de Depôrtis (2) realizados em 2020, onde o relatório assinala que foi pago um totáli de 4.045.000 euros às federações deportivas, dos quais 45% foi destinado ao depôrti escolári (Judex - Jedes), incluindo os seguintes programas:

1. O **programa JUDEX** gira em torno à consideração do depôrti em idade escolári como elemento formativo e educativo, e esta idea situa-se por cima de qualquer otro planteamento o desenho de competição e manifesta-se no compromisso de todos os envolvidos no programa de respetári o jogo limpo, a deportividade e os valores educativos do depôrti.
2. Os **JEDES** são oferecidos a todos os deportistas estremenhos que, inscritos num clube deportivo ò entidade de atividade físico-deportiva formalmente constituída na Estremadura, tiverem algum tipo de diversidade funcionáli, seja intelectuáli, física ò paralisia cerebráli ò sensoriáli. Cataterizam-se por um vincado acento sociáli, onde o depôrti aparece como um instrumento importante pa a aquisição de confiança, participação, integração e melhora pessoáli do coletivo
3. O **programa PROADES** é um programa do Conselho Geral do Depôrti em colaboração com as diferentes federações deportivas da Estremadura, focado no desenvolvimento educativo dos alunos, que tem como objetivo a aquisição de hábitos de vida saudávis, a participação ativa e a recreação deportiva através do desenvolvimento e a prática de atividades físico-deportivas, onde o fator competição pode aparecer como um meio pa melhorári a motivação dos participantes e não como um fin em si mesmo



Informação adicional:

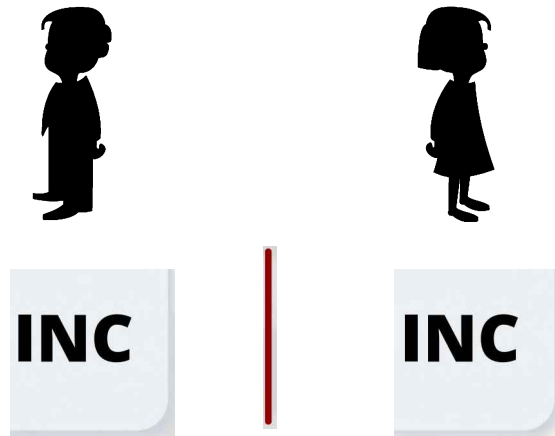
- Tamanho: 46527 crianças (32844 gaiatos e 13683 gaiatas) de entre 6 e 18 anos.
- Localização: Estremadura;
- Ano de recolha de dados: 2017-2018

C-

45%

3. JOGO ACTIVO

4. TRANSPORTE ACTIVO



A red speech bubble with a white exclamation mark is positioned in the upper right corner of the yellow note area.

A atribuição de graus nestes indicadores no foi posívi devido à insuficiência de dados, bem como fontes de recursos bibliográficos.

RESUMO DE GRAUS DE AVALIAÇÃO

F

1. Actividade física gerálil

6. Aptidão física

C+

D+

2. Participação em depôrți organizado

7. Entorno familiári e amigos

A

INC

3. Jogo activo

8. Escola

C+

INC

4. Transporte activo

9. Comunidade e ambiente construído

B

D

5. Sedentarismo

10. Políticas públicas

C-



RESUMO DE GRAUS DE AVALIAÇÃO



D-

1. Atividade física gerália

F

C

2. Participación en deporte organizado

D

INC

3. Jogo activo

INC

INC

4. Transporte activo

INC

D

5. Sedentarismo

D



RESUMO DE GRAUS DE AVALIAÇÃO



C-

6. Aptidão física

D+

-

7. Entorno familiar e amigos

-

-

8. Escola

-

-

9. Comunidade e ambiente construído

-

-

10. Políticas públicas

-



**RESUMO DAS RECOMENDACIONES
DE ACTIVIDADE FÍSICA PARA
ADULTOS, ANCIANOS E JOVENS**

RESUMEN DE LAS RECOMENDACIONES DE
ACTIVIDAD FÍSICA PARA ADULTOS, ANCIANOS Y JOVENES

**60 MENUTUS
D'ATIVIDADÁ FÍSICA
DIARIA**

AMODERÁ A VIGOROSA

ARÓBICA

**3 DIAS POR
SEMANA**

3 DÍAS EN SEMANA

FORZADO MUSCULAR I
APODERAMIENTO DE LOS MÚSCULOS

**PONDO UM FIM ÀS
ACTIVIDADES
SEDENTÁRIAS**

FORTE DE DATOS

- (1) Estudio Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). 2018 Extremadura.
- (2) Consejería de Cultura, Turismo y Deporte y Dirección General de Deportes. Junta de Extremadura. Memoria Consejo Regional de Deportes, 27 de enero 2020.
- (3) Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Gobierno de España. Encuesta Nacional de Salud. España, 2017.
- (4) Observatorio de Obesidad, Motricidad y Bienestar Infantil (Grupos de investigación de la Universidad de Extremadura HEME, PHESO e INHEALTH).
- (5) Tomkinson, G. R., Carver, K. D., Atkinson, F., Daniell, N. D., Lewis, L. K., Fitzgerald, J. S., ... & Ortega, F. B. (2018). European normative values for physical fitness in children and adolescents aged 9–17 years: results from 2 779 165 Eurofit performances representing 30 countries. *British Journal of Sports Medicine*, 52(22), 1445-1456.
- (6) Vaquero Solís, M., Tapia Serrano, M. Á., Cerro Herrero, D., & Sánchez Miguel, P. A. (2019). Importancia del rol familiar en la práctica de actividad física e IMC de escolares adolescentes.
- (7) Decreto 103/2014, de 10 de junio, por el que se establece el currículo de Educación Primaria para la Comunidad Autónoma de Extremadura.
- (8) Decreto 98/2016, de 5 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato para la Comunidad Autónoma de Extremadura.
- (9) Base de datos Unidad de Educación para la Salud. Dirección General de Salud Pública. Servicio Extremeño de Salud.
- (10) Tapia-Serrano, M. Á., Vaquero-Solís, M., López-Gajardo, M. A., & Sánchez-Miguel, P. A. (2021). Adherence to the Mediterranean diet, and importance in the physical activity and screen time in High School adolescents from Extremadura (Spain). *Nutricion hospitalaria*, 38(2), 236-244.
- (11) Mendoza-Muñoz, M., Barrios-Fernández, S., Adsuar, J. C., Pastor-Cisneros, R., Risco-Gil, M., García-Gordillo, M. Á., & Carlos-Vivas, J. (2021). Influence of body composition on physical literacy in spanish children. *Biology*, 10(6), 482.
- (12) Base de datos propia del Ayuntamiento de Cáceres.
- (13) Cerro-Herrero, D. , Vaquero-Solís, M., Prieto, J., Sánchez-Miguel, P. A., & Tapia-Serrano, M. Á. (2020). ¿ Por qué los jóvenes cacereños no son más activos en su desplazamiento al centro educativo? Estudio piloto sobre barreras para el desplazamiento activo. *Cuadernos de Investigación en Juventud*, (8), 22-35.
- (14) Vaquero-Solís, M., Mirabel, M., Sánchez-Miguel, P. A., & Gallego, D. (2020). Physical activity of parents and their adolescents' kids: a cross-sectional study. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 505-508.
- (15) Junta de Extremadura. Presupuestos generales de la comunidad autónoma de Extremadura 2021.

Informi sobriescolaris i moçusestremenus ativos i bõs



abreviações



- **AHKGA:** Active Healthy Kids Global Alliance
- **RR. SS:** Redes sociales
- **PHeSO:** Promoting a Healthy Society Research Group
- **inHEALTH:** Social Impact and Innovation in Health
- **HEME:** Health, Economy, Motricity and Education
- **ACAFyDE:** Análisis Comportamental de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Extremadura
- **DGD:** Dirección General de Deportes
- **FJyD:** Fundación Jóvenes y Deporte
- **AFyCAV:** Actividad Física, Calidad de Vida y Salud
- **HSBC:** Health Behaviour in School-aged Children
- **PAQ-A:** Physical Activity Questionnaire for Adolescents
- **ENSE:** Encuesta Nacional de Salud
- **BMI:** Body Mass Index
- **JUDEX:** Juegos Deportivos Extremeños
- **JEDES:** Juegos Extremeños del Deporte Especial
- **INC:** Incompleto
- **OMS:** Organización Mundial de la Salud

Global Matrix 4.0

A elaboraci3o desti informi se ha feito partindu da doutrina da

Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA),

grupu sim 3nimo de benef3ciu formau com pessoal investigadol, profissionais da soidi i diferentis pessoas que trabalham em comum pa

pa animal ao desenvolhu du ejerciciu f3sicu nos mininusi nos moçus do mundu



<https://www.activehealthykids.org/4-0/>



Mirandu au passau...

2005

Colaboraciã com 14 paísis

Primeiru boletimde notas sobrio
ejerciciu físicupa mininus i moçus

Active Healthy Kids Canadá

2014

Congressu mundial sobrio
Ejerciciu físicu dos mininusC

900 delegaus
31 paísis

**Lañamentu de
Global Matrix 1.0**

15 paísis
5 continentis

Establecimentu da
Aliança Global
Active Healthy Kids

2016

**Presentaciã de
Global Matrix 2.0**

38 paísis
6 continentis

Establecimentu de España
en la AHKGA

2018

Incorporaciã da AHKGA
comu grupu
sim ánimu de beneficiu

**Presentaciã de
Global Matrix 3.0**

49 paísis
6 continentis

2022

Presentaciã de
Global Matrix 4.0
Estremadura entri as regiõs
diantreiras com o País Vasco i Murcia

CAMPUS DE ACIÓ DO INFORME

Pessoas as que se dirigi: Pessoal com influencia directa ou indirectamente no campu do exerciciu físico



REPOUSU I TEMPUS DE VAGAL



EDUCACIÓ



REDIS SOCIAIS



DEPORTI



ACIÓ SANITARIA



MUDANÇA ATIVA



ACIÓ POLITICA

CAMPU DE TRABALHU

Comité de trabalhu

Promoting a Healthy Society Research Group (PHESO)

José Carmelo Adsuar Sala
María Mendoza Muñoz
Raquel Pastor Cisneros
Jorge Carlos Vivas
Ángel Denche Zamorano

Social Impact and Innovation in Health (inHEALTH)

Laura Muñoz Bermejo
Sabina Barrios Fernández
Angelina Prado Solano
Rafael Gómez Galán
Jorge Rojo Ramos

Health, Economy, Motricity and Education (HEME)

Jorge Pérez Gómez
Juan Manuel Franco García
Damián Pereira Payo

Tutela



Diretol do Comité de Comunicació da AHKGA

Javier Brazo Sayavera
Lider de Uruguay

AHKGA

John Reilly
Lider de Escocia y Europa

Comité de persoas experimentás

Direciō Generalde Deportis (DGD)

Dan de Sande Bayal

Direciō General de Desenvolvementu, Formaciō,Calidai Sanitaria i Sociosanitaria

Vicente Caballero Pajares
Suso del Barco Cordero

Direciō General da Soidi Pública

Eulalio Ruiz Muñoz

Fundesalud.Cordinadora científica .

Ana Martín Pero Duarte

Fundaciō Jóvinis i Deporti (FjyD)

Sonia Bejarano Sánchez
Miguel Pizarro Sánchez

Grupu de Investigaciō, Análisis do Comportamentu do Ejerciciu Físicui do Deporti. Universidai

Pedro Antonio Sánchez Miguel
David Sánchez Oliva
Miguel Angel Tapia Serrano

Direciō Generalde Inovaciō e Inclusiō Educativa.

Juan Francisco Fuella Moreno

Ajuntamentu de Cáçeres

Paula Rodríguez Pallero
Carlos Herencias Fernández
Laura Borrega Hernández

Direciō Generalde Servicius Sociais,Infância i Famíliia

Carmen Nuñez Cumplido
Guadalupe Llera Alonso

Grupu de Investigaciō do Ejerciciu Físicui,Calidai de Vida i Soidi(AFyCAV)

Narcís Gusi Fuertes
Pedro R Olivares Sánchez Toledo
Jose Alberto Parraça
Míguel Ángel Perez Sousa
Jesús Sánchez Gómez

Deçembri 2021

PROCEDIMIENTO

13 de Maiu de 2021

7 **INFORME FINAL**

6 **VALORACIÃO COM PESSOAL ALHEU**

5 **GRUPU DE TRABALHU**
Fazel o
INFORME DE RESULTAUS

4 Dal conhecimentu dos resultaas pur o
GRUPU DE TRABALHU
trabalhu i puntual a CA INDICADOL

8 de Julhiu de 2021

REUNIÃO COMITÉ DE PESSOAS EXPERIMENTÁS

1

REUNIÃO COMITÉ DE PESSOAS EXPERIMENTÁS GRUPU DE TRABALHU

2

Enviu de informaçiõ ao
GRUPU DE TRABALHU

Maiu i Juniu de 2021

3

GRUPU DE TRABALHU

Recolhia, revisiõdo catálogo de livrus i examim da informaçiõ que se têm

PROCEDIMENTU :  **VALORACIÃO COM PESSOAL ALHEU**


Julhiu del 2021

ENVIO DO BORRADOL DO INFORMI

ACEITAR O INFORMI POR PARTI DA FUNDACIÃO


Noviembri de 2021

PRIMEIRA SUBIA DOS RESULTAUS POR PARTI DA FUNDACIÃO

TERCEIRA SUBIA DOS RESULTAUS POR PARTI DA FUNDACIÃO


Otubri de 2021


Agostu del 2021

SEGUNDA SUBIA DOS RESULTAUS POR PARTI DA FUNDACIÃO


Septiembri de 2021

INDICADORIS



**1. Ejerciciu físicu general
físical**



2. Tomar parti em deporti orgaņiçau



3. Xogu ativu



4. Mudança ativa



5. Inatividai



6. Capacidai física



7. Ambienti familiari amigus



8. Escola



9. Comunidai i ambientu feitu



10. Políticas públicas

NOMIS DOS INDICADORIS



1. Ejercicio físico general



Qualquer movementu do corpu feito com os músculos esqueléticos que faiam gastude energia



2. Tomar partiem deporti organizaçu



Um grupu de ejercicios físicos feitos com a ideia de competil i com basi em concursus



3. Xogu ativu



O xogu ativu poi desarrolhal actividais ou xogos simbólicos com ou sim regras bem definías; a actividai poi sel a boléu, social ou a solas, mais sempri buscando o sentiu prazenteiru, misturau com actividai que está bastanti por cima do consumo de energia do estau de repousu. O xogu ativu ocurri de maneira puntual, com moutus tempus de descansu, ou que fai complicaou sei registru.



4. Mudança ativa



A mudança ativa é qualquer forma de movementu feito pur as pessoas: caminhal, montal em bicicleta, dil em silha de roas, patinal ou movelsi em patineti.



5. Inatividai



Qualquer comportamentu de vigília conum gastu de energia $\leq 1,5$, equivalenti ao consumo, em posturasentá, arrecostá ou eitá

DEFINIÇÃO DE LOS INDICADORES



6. Capacidai física



Rasgus que premitim um cumplimentu aparenti d'ua tarefa física determiná num ambientu físicu, socialu i psicológicu determinau



7. Ambientu familiaru amigu



Cualquier miembro de la familia que pueda controlar o influir en las oportunidades de actividad física y la participación de los niños, niñas y jóvenes en este entorno.



8. Escola



Qualquer política, coisa que procuri aos agentis estudiantís no ambientu escolal que podam ajudal nas ocasiõs de exerciciu físicu i a participaciõ de mininus i mininas, moçus i moças nesti ambientu



9. Comunidai i ambientu feitu



Qualquer política ou agentu da organizaciõ municipal que poda ajudal nas ocasiõs de exerciciu físicu i a participaciõ de mininas i minunus, moçus i moças nesti ambientu



10.1. Políticas públicas



Qualquer departamentu do governu com autoridai pa ajudal nas ocasiõs de exerciciu físicu i a participaciõ de mininas i mininus, moçus i moças, assina comu jovins com políticas, leis ou reglamentus

GRADUS DE VALORACIÓ



Se deram os puntus correspondientis a ca indicadol conformi à escala seguinti, proposta por AHKGA:

**U tantu por centu de a cantidai de mininus, mininasi moçus nos que se chegao triunfu nessi indicadol*

A+

94% -100%

A

87% -93%

A-

80% -86%

B+

74% -79%

B

67% -73%

B-

60% -66%

C+

54% -59%

C

47% -53%

C-

40% -46%

D+

30% -39%

D

27% -33%

D-

20% -26%

F

<20%

INC

Grado incompleto

INDICAORIS



COM DATOS

1. Ejerciciu físicu general

2. Tomar partiem deporti organiçau

5. Inatividai

6. Capacidai física

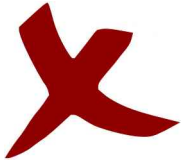
7. Ambienti familiari amigus

8. Escola

9. Comunidai i ambientu feitu

10. 1. Políticas públicas

SIM DATOS



3. Xogu ativu

4. Mudança ativa

Informaciõ general: Ûa das principais faltas desti informi é que nõ conta com datus sobri a edai escolal. A maioria dos indicadores dos datus falam dos moçus. É por issu que se fai mui necessáriu que nos informis do futuru se recolham datus pa as edais inferioris aos 11 anos i pa os indicadores "xogu ativu" y "mudança ativa."

1. 1. EJERCICIU FÍSICU GENERAL



A asignaciã de gradus nesti indicadol toma de referênciã o estuadiu HBSC (1) do anu 2018, os quais pertencim a escolaris (6 a 11 anos) i moços de Estremadura (12 a 19 anos). Os datus indicam **as vezis que mininus, mininas i moços fazim exerciciu físicuno sei tempu de vagal ate sudal ou quedalsisim alentu.**



D-

F

21%

10%

F

15%

Mais informaçã pa o estuadiu de HBSC:

- Tamanhu: 2303 (1138 mininusi 1164 mininas) moços de 11 a 18 anos
- Sitiu: Centruseducativus de Estremadura
- Anu de recolhã de datus: 2018

- * Os datus recolhius pa a valoraciã desti endicadol nõ podim telsei em conta pa represental a toa a Comunidai Autõnomade Estremadura, por issu a sua interpretaciã debi de sel dita com precauciã
- * Ademais, estis datus se viram reforçaus por o Estuadiu feitu por ACAFYDE, que por mediu do cuadernu de perguntas PAQ-A vinhu a confirmal um <20% de mininusi mininas ativos

2. 1. PARTICIPAÇÃO NO DEPORTIVO ORGANIZADO



O repartu de gradus nesti indicadol têm sostribu nos datus do Conselho Regional de Deportis (2) feito no 2020, cuius datus pertencem a escolaris (6 a 11 anos) i moços (12 a 19 anos) de Estremadura. Os datus mos dão **o tanto por centu de mininus i moços apuntaus nalgũa modalidai deportiva no 2017-2018.**



C

D

47%

30%

D+

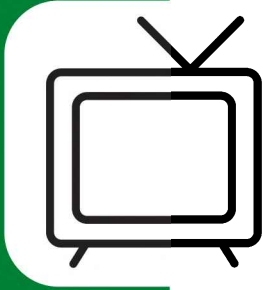
34%

Mais informaçiõ:

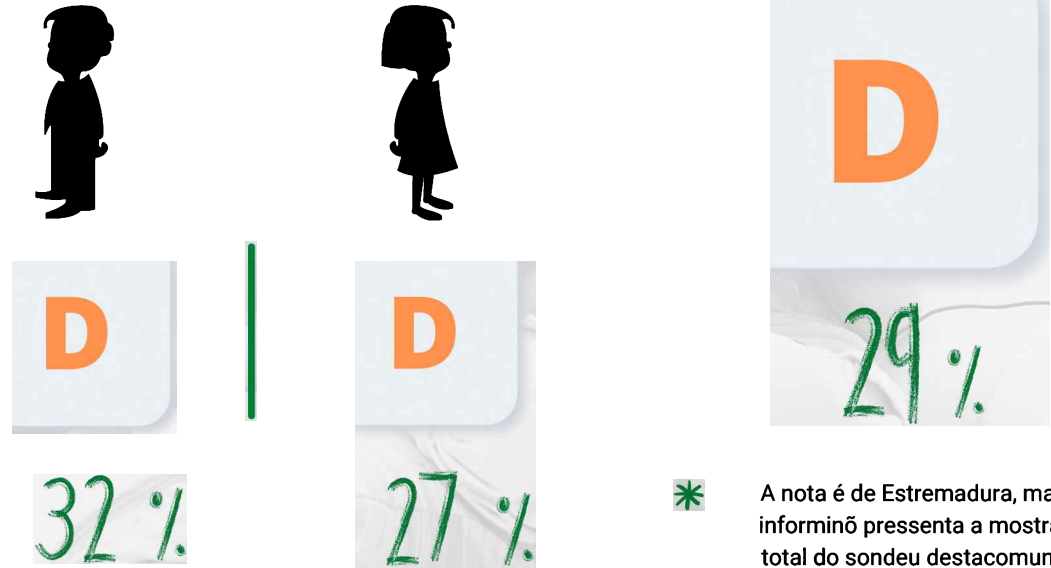
- Tamanhu: 46527
mininus (32844mininus i
13683 mininas) de 6 a 18
anus.

- Sitiu: Estremadura;
Anu de recolhia de datus:
2017-2018

5.SEDENTARIEDADE



O repartu de gradus nesti indicadol se sostriba na Pesquisa Nacional de Soidi (3) feita em Espanha, no ano 2017. Os datus se sacaramdo apartau Atividade Física, Repousu i Tempu de Vagal. Os datus representam **a cantidai de mininus i mininas (6 a 11 anos) i moços (12 a 19 anos) que ocupam to o sei tempu de vagal sim fizel na.**



Mais informaçiõ:

- Tamanh: 6106 mininus de 0 a 14 anos.

-Sitiu: Espanha
Anu de recolhia de datus: 2017

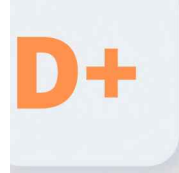


A nota é de Estremadura, mais o informiõ presenta a mostra do total do sondeu destacomunidade

6. CAPACIDADE FÍSICA



O repartu de puntus nesti indicadol foi feito partindu dos datus generaus no Osservatoriu de Obesidai, Agilidaii Bêm-estar Infântil por os grupus de investigaciõ HEME, PHeSo i inHEALTH. Os datus sã o percentil meiu dos resultaus sacaus dos zagais (12 a 19 anos) segum o sei sexu i edai nas seguintis provas Course Navette i saltu de longitud. Os percentis usaus de referênciã sã os publicaus por Tonkinson no 2018 (4).



Mais informaciõ:
- Tamanhu: 225 zagais de
12 a 17 anos.
- Sitiu: 4
Centrus Educativus de
Estremadura
- Anu de recolhiã de datus:
2019.

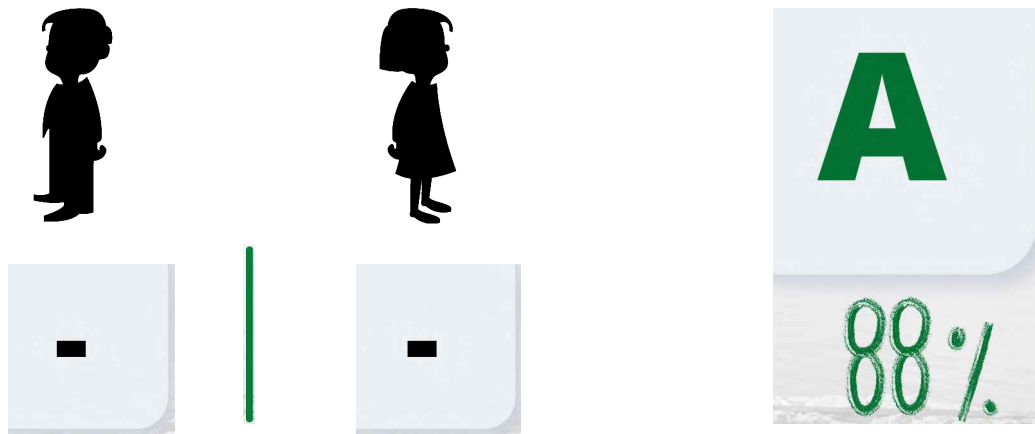


Limitis: Os puntus solu fazim referênciã aos adolescentis de Estremadura. Ademais, os puntus saim de duas probas de condiçõ física, ùa sobri a força física i a outra sobri a resistênciã cardiorrespiratoriã. Tambêm temus de tel em conta outro estúdiu em moçus do que nõ se ha podiu sacal os puntus do endicaol por nõ contal com os percentisnos que estava ca participanti. (Consumu de dieta mediterrãnea, a sua importanciã no desarrolhu do ejerciciu físicu i o tempu de pantalhanos moçus de Secundãria de Estremadura (Espanha).

7. AMBIENTI FAMILIALI AMIGUS



O repartu de gradus nesti indicadol se sostriba no Estudiu: "Importance of the family role in the practice of physical activity and BMI of adolescent schoolchildren" (5). Os datus indicam a **cantidai de mininus i mininas (6 a 11anus) i moços (12 a 19 anos) que sã animaus por os familiaris i amigus a fazel exerciciu físicu.**



Mais informaçiõ:

- Tamanhu: 2217 mininus i moços de 10 a 16 anos (1236 mininusi 989 mininas).

- Sitiü: 23 centrus educativus estremenhus.

Anu de recolhia de datus: 2019

* Os datus recolhius pa sacal os puntus desti indicadol nõ se podim tãl comu aparentis pa toa a Comunidai Autõnoma de Estremadura, por o que se tenim que tratãl com cudau.

8. ESCOLA



O repartude puntus nesti indicadol foi feito partindude:

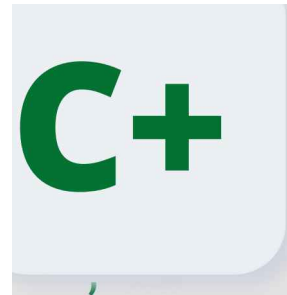
1. **Educaciō física na escola.** Tos os centrus educativus respetam o horáriu de educaciō física marcau por a Consejería de Educaciō i Trabalho de Estremadura (de 3 horas semanais em primária a 2 horas semanais em secundária)(6,7); Calificaciō Total A+ (100%).

2. **Programas de educaciō física na escola.** Participaciō dos centrus educativus no pograma "Atividai de Educaciō pa Soidi em contra da Obesidai Infântil i Juvenil" no 2019 (8): 151 de 639 (23,63%); Calificaciō Total D-(24%).

3. **Outrus pogramas de educaciō física na escola.** PROADES é um pograma da Direciō General de Deportis em colaboraciō com as distintasfederaciōs deportivas de Estremadura com miras ao desarrolhu educativu do alunu, que têm comu ojetivu agarral costumbris sanas, a participaciō ativa i o recreu deportivu. No cursu 2018-19 participaram um total de 268 centrus educativus dum total de 639 (2); Calificaciō Total C- (42%).

Dau que a parti "1" correspondi à educaciō física obligatoria i as partis "2" i "3" aoutras políticas i práticas escolares, se ha valorau ùa combinaciō das partis "2" i "3" denantis da combinaciō com a parti "1". Assina, a maneira de puntual esti indicadolé como sigui (EF na escola (100%)+ [Pogramas de EF na escola (24%)

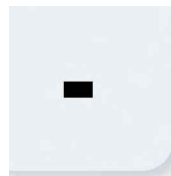
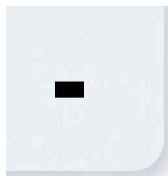
+ Outrus pogramas de EF na escola (42%)]/2)/2= 66,5% (A+(D-+C-)/2)/2). Demaneira que a nota que se da a esti indicadol é (66,5%) B-.



9.COMUNIDAI I AMBIENTI FEITU



Dau que a parti "1" correspondi à educaciõ física obrigatória i às partis "2" i "3" aoutras políticas i práticas escolaris, se combinam as partis "2" i "3" denantis da combinaciõ com a parti "1". Assina, a forma de evalual esti indicadol é (EF a escola (100%)+[Pogramas de EF na escola (24%)+ Outrus pogramas de EF na escola (42%)]/2)/2= 66,5% (A+(D- + C-)/2)/2). De maneira que a nota desti indicadolé (66,5%) B-.



- Tamanhu: 839 mininus (400 mininus i 439 mininas)de 11 a 18 anos.

- Sitiu: Centruseducativus de Estremadura.

- Anu de recolhã dos datus: 2018.

(1) Estudiu Condutasde Soidi em Mininus em Edai Escolal(HBSC). 2018 Estremadura.

* Os datus recolhius pa evalual a esti indicadol se referim a ùa variabli de perceciõ, polo que a sua interpretaciõ debe de fazelsecom cuidau

8. POLÍTICAS PÚBLICAS



O repartu de notas nesti indicadol têm basi nos datus facilitaus por o Conselho Regional de Deportis (2) feitos no 2020, ondi o informidi que está pagus um total de 4.045.000 eurus às federaciõs deportivas, dos que o 45% foi dedicau ao deportiescolal (Judex - Jedes), incluinduestis programas que siguim:

O pograma JUDEX considereira ao deporti em edai escolalcomu elementu formativu educativu, i esta ideia queda por cima de qualquer outro planteamentu ou forma de competiçõ i se mostra no compromissu de toas as partis no pograma de respetal o xogu limpu, a deportividai i os valoris educativos do deporti.

Os JEDES se ofrecim a tos os deportistas estremenhus que, apuntaus num equipu deportivu ou entidai de atividai físicu-deportiva constituía formalmenti em Estremadura, tenham algũa classi de deficiencia funcional, sea intelectual, física i/o paralís cebralou sensorial. Se conocim por um acentusocial senhalau, ondio deporti resulta um instrumentu importanti pa a toma de confiança, participaõ, ajuntamentu i melhora pessoaldo coletivu.

O programa PROADES é um pograma do Conselho General do Deporti em calabrasiõ com as distintas federaciõs deportivas de Estremadura, focaliçau ao desarrollu educativu dos alunus, que têm comu ojetivu agarral costumbris sanas, a participaciõ ativa i o desfruti deportivu por meu do desarrollu i a prática de atividais físicu-deportivas, ondi a custiõ da competiçõ poi resultal um meu pa melhoral o interés dos participantis i nõ comu um fim em sí propiu.



.Mais informaçõs:

- Tamnhu: 46527 mininus
(32844mininus i 13683 mininas) de
6 a 18 anos.

- Lugal: Estremadura;
- Anu de recolhia de datus: 2017-
2018.

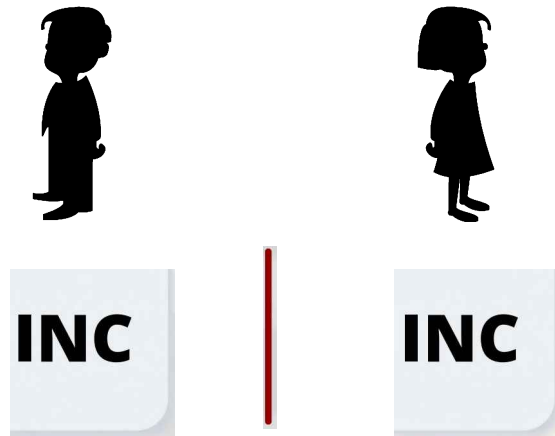
(1) Conselheria de Cultura, Turismu
i Deporti i Direciõ General de
Deportis. Junta de Estremadura.
Memoria Conselho Regional de
Deportis, 27 de eneru do 2020.

C-

45%

3.XOGU ATIVU

4.MUDANÇA ATIVA



O repartu de gradus nestis
indicatoris nã ha siu possibli
por a falta de datus,assina
comu de a falta de catálogo
de librus sobri éstis

RESUMIM DE GRADUS DE VALORACIÃO

F

1 Ejerciciu físicu general

6.Capacidai física

C+

D+

2. Tomar partiem deporti organiçau

7.Ambienti familiari amigus

A

INC

3. Xogu ativu

8. Escola

C+

INC

4. Mudança ativa

9. Comunidai i ambienti feitu

B

D

5. Inatividai

10.Políticas públicas

C-



RESUMIM DE GRADUS DE VALORACIÃO



D-

1.Ejerciciu físicu general

F

C

2.Tomar partiem deporti organiçau

D

INC

3. Xogu ativu

INC

INC

4.Mudança ativa

INC

D

5. Inatividai

D



RESUMIM DE GRADUS DE VALORACIÓ



C-

6. Capacidai física

D+

-

7. Ambienti familiari amigus

-

-

8. Escola

-

-

9. Comunidai i ambientu feitu

-

-

10. Políticas públicas

-

FONTI DE DATOS



Fonti de datos	1. Ejercicio físico general	2. Tomar partiem deporti organizaú	3. Xogu atívu	4. Mudança atíva	5. Inatívidai	6. Capacidai física	7. Ambienti familiarí amíguis	8. Escola	9. Comunidai i ambientí fetu	10. Políticas públicás
(1) HBSC 2018 Extremadura.										
(2) Consejo Regional de Deportes, 27 de enero 2020.										
(3) Encuesta Nacional de Salud. España, 2017.										
(4) Observatorio de Obesidad, Motricidad y Bienestar Infantil (Grupos de investigación HEME, PHESO e INHEALTH).										
(5) European normative values for physical fitness in children and adolescents aged 9–17 years: results from 2 779 165 Eurofit performances representing 30 countries.										
(6) Importance of the family role in the practice of physical activity and BMI of adolescent schoolchildren.										
(7) Decreto 103/2014, de 10 de junio, por el que se establece el currículo de Educación Primaria para la Comunidad Autónoma de Extremadura.										
(8) Decreto 98/2016, de 5 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato para la Comunidad Autónoma de Extremadura.										
(9) Unidad de Educación para la Salud de la D. Gral. de Salud Pública del Servicio Extremeño de Salud.										
(10) Adherence to the Mediterranean diet, and importance in the physical activity and screen time in High School adolescents from Extremadura (Spain).										
(11) Influence of Body Composition on Physical Literacy in Spanish Children.										
(12) Base de datos propia del Ayto. Cáceres.										
(13) Estudio piloto sobre barreras para el desplazamiento activo.										
(14) Physical activity of parents and their adolescents' kids: a cross-sectional study.										
(15) Presupuestos generales de la comunidad autónoma de Extremadura.										

O cuadro que sigui recolhi tos os estudius miraus pa evalual os indicadores. Em azul se podim vel os estudius dendi os que se evaluaram aos indicaoris. Em gris se podim vel os estudius que se tiveram em conta mais que ao final no se usaram pa a sua avaliáciõ



RESUMIM DE RECOMENDACIÓS DE EJERCICIU FÍSICUPA MININUS I MOÇUS

MOÇUS (SEGUM OS MANDATUS DA
OMS).

(13)

**60 MINUTUS DE
EJERCICIU
FÍSICU DIARIU**

SUAVI A FORTI

AERÓBICA

3 DIAS À SEMANA

3 DIAS À SEMANA

ATIVIDADE FÍSICA FORTI
FORÇA MUSCULARI
FORTELECIMENTU DOS OSSOS

**REDUCIL O TEMPU
DEDICAU A
ACTIVIDADES
SEDENTÁRIAS**

FONTI DE DATUS

- (1) Estudio Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). 2018 Extremadura.
- (2) Consejería de Cultura, Turismo y Deporte y Dirección General de Deportes. Junta de Extremadura. Memoria Consejo Regional de Deportes, 27 de enero 2020.
- (3) Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Gobierno de España. Encuesta Nacional de Salud. España, 2017.
- (4) Tomkinson, G. R., Carver, K. D., Atkinson, F., Daniell, N. D., Lewis, L. K., Fitzgerald, J. S., ... & Ortega, F. B. (2018). European normative values for physical fitness in children and adolescents aged 9–17 years: results from 2 779 165 Eurofit performances representing 30 countries. *British Journal of Sports Medicine*, 52(22), 1445-1456.
- (5) Vaquero Solís, M., Tapia Serrano, M. Á., Cerro Herrero, D., & Sánchez Miguel, P. A. (2019). Importancia del rol familiar en la práctica de actividad física e IMC de escolares adolescentes.
- (6) Decreto 103/2014, de 10 de junio, por el que se establece el currículo de Educación Primaria para la Comunidad Autónoma de Extremadura.
- (7) Decreto 98/2016, de 5 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato para la Comunidad Autónoma de Extremadura.
- (8) Base de datos Unidad de Educación para la Salud. Dirección General de Salud Pública. Servicio Extremeño de Salud.
- (9) Tapia-Serrano, M. Á., Vaquero-Solís, M., López-Gajardo, M. A., & Sánchez-Miguel, P. A. (2021). Adherence to the Mediterranean diet, and importance in the physical activity and screen time in High School adolescents from Extremadura (Spain). *Nutricion hospitalaria*, 38(2), 236-244.
- (10) Mendoza-Muñoz, M., Barrios-Fernández, S., Adsuar, J. C., Pastor-Cisneros, R., Risco-Gil, M., García-Gordillo, M. Á., & Carlos-Vivas, J. (2021). Influence of body composition on physical literacy in spanish children. *Biology*, 10(6), 482.
- (11) Base de datos propia del Ayuntamiento de Cáceres.
- (12) Cerro-Herrero, D. , Vaquero-Solís, M., Prieto, J., Sánchez-Miguel, P. A., & Tapia-Serrano, M. Á. (2020). ¿ Por qué los jóvenes cacereños no son más activos en su desplazamiento al centro educativo? Estudio piloto sobre barreras para el desplazamiento activo. *Cuadernos de Investigación en Juventud*, (8), 22-35.
- (13) Observatorio de Obesidad, Motricidad y Bienestar Infantil (Grupos de investigación de la Universidad de Extremadura HEME, PHESO e INHEALTH).
- (14) Vaquero-Solís, M., Mirabel, M., Sánchez-Miguel, P. A., & Gallego, D. (2020). Physical activity of parents and their adolescents' kids: a cross-sectional study. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 505-508.
- (15) Junta de Extremadura. Presupuestos generales de la comunidad autónoma de Extremadura 2021.