DGS desde 1899
Direção-Geral da Saúde

# Estratégia Nacional para a Promoção da Atividade Física, da Saúde e do Bem-Estar (ENPAF)

**Miguel Telo de Arriaga**
24 setembro, 2015

# Inatividade Física

DGS desde 1899 Direção-Geral da Saúde

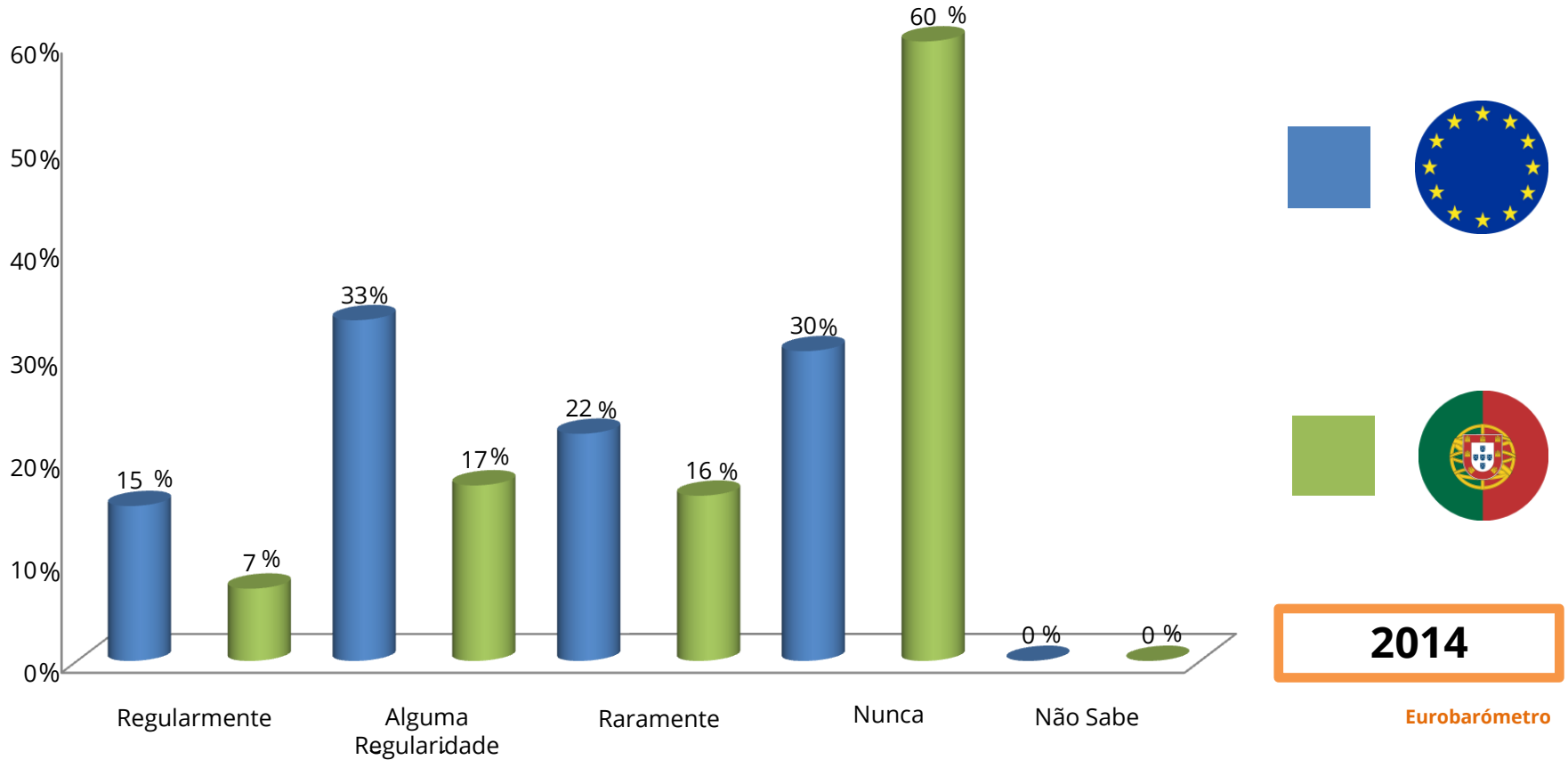
- A OMS estima **1 MILHÃO DE MORTES** todos os anos na Região Europeia tendo como causa a inatividade física

-**6 PESSOAS EM 10** na União Europeia acima dos 15 anos nunca ou raramente faz exercício ou algum desporto

- Em Portugal a Inatividade física é um importante **FATOR DE RISCO**

- Coloca novos **desafios**

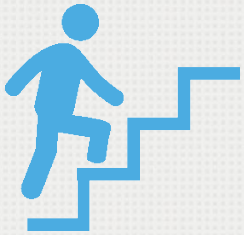
# Quantas vezes pratica outro tipo de atividade física (como andar de bicicleta, dançar, jardinagem, ...)?




2014

Eurobarómetro

# Reunião de Consenso



DGS desde 1899 Direção-Geral da Saúde

Considerou-se fundamental a construção de uma
**Estratégia Nacional de**
**Promoção da Atividade Física na Área da Saúde**

**Importante forma de prevenção das Doenças Crónicas não Transmissíveis**

# Plano Nacional de Saúde

**Revisão e Extensão 2016-2020**

DGS desde 1899
Direção-Geral da Saúde

## O PNS PROPÕE:

» A promoção da abordagem intersectorial e de Saúde em Todas as Políticas nos diferentes níveis de atuação.

» O reforço de estratégias intersectoriais que promovam a saúde através da minimização de fatores de risco (tabagismo, obesidade, ausência de atividade física, álcool).

» O reforço de implementação de estratégias e instrumentos no âmbito de políticas saudáveis com base na identificação de prioridades em saúde com revisão e atualização periódica.

» A utilização da metodologia de avaliação de impacto, como um elemento a considerar previamente ao desenvolvimento e implementação de políticas.

» O reforço de sistemas de vigilância epidemiológica em relação aos determinantes de saúde e aos fatores de risco com maior impacto em ganhos de saúde com equidade.

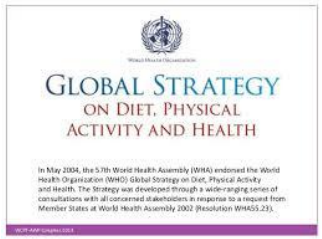
» O reforço dos sistemas de monitorização de alertas de saúde pública, promovendo a deteção precoce e coordenação de resposta a essas emergências.

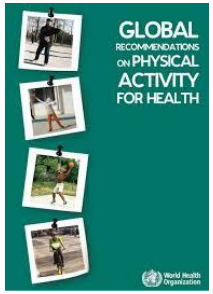
» O reforço de estratégias de comunicação e de marketing social que promovam a opção pela implementação de políticas saudáveis.

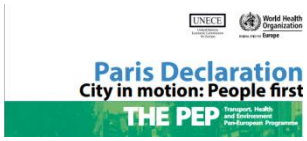
» A revisão das estratégias de financiamento no sentido de valorizar projetos e ações de âmbito intersectorial.

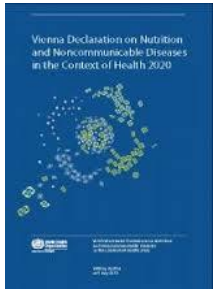
# Boas Práticas

- Plano de Ação Global da OMS para a Prevenção e Controle de Doenças Não-Transmissíveis 2013-2020
- Declaração de Viena sobre Nutrição e Doenças Não Transmissíveis no Contexto da Saúde 2020
- Estratégia Europeia para a Prevenção e Controle de Doenças Não-Transmissíveis
- Estratégia Global para Alimentação, Atividade Física e Saúde (WHA57.17)
- Recomendações Globais da OMS sobre Atividade Física e Saúde
- Documentos recentes sobre a atividade física realizados por outras organizações internacionais, tais como as recomendações do Conselho da UE para a promoção da saúde e a atividade física e a Carta de Toronto (GAPA) sobre Atividade Física
- O Plano Nacional de Saúde e os objetivos dos Programas Nacionais Prioritários nas áreas das doenças crónicas e os contributos dos parceiros e organismos da área
- Planos estratégicos para a promoção da atividade física e desporto por parte dos organismos nacionais, nomeadamente o Ministério da Educação e Ciência e do Instituto Português do Desporto e da Juventude









# Evolução Portuguesa

DGS desde 1899 Direção-Geral da Saúde

**ENPAF**

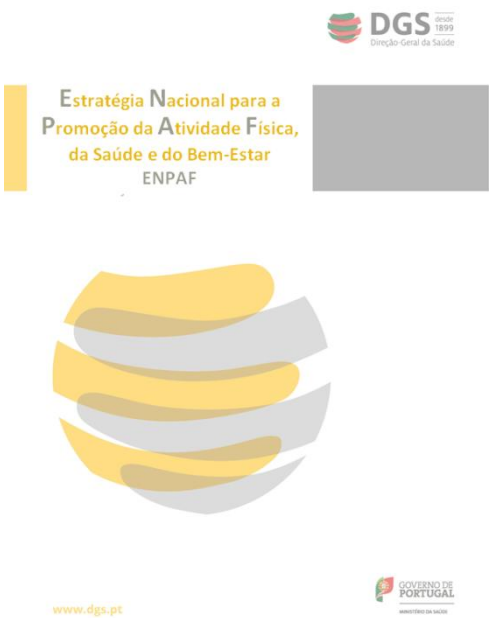
# ENPAF

**Visão**

Ter uma população residente em território nacional fisicamente ativa, usufruindo do maior número possível de anos com saúde e livre de doença

**Missão**

Criar condições para que todos os cidadãos residentes em território nacional reconheçam as vantagens de adotarem comportamentos fisicamente ativos e para que todos, independentemente das suas condições económicas, demográficas ou sociais, tenham idênticas condições para terem uma vida fisicamente ativa



# ENPAF

DGS desde 1899 Direção-Geral da Saúde

## Objetivo Central

Numa perspetiva nacional, é prioritário que os diferentes grupos populacionais tenham acesso a orientações para a atividade física, bem como a criação de condições para a sua realização, através de políticas intersectoriais e multidisciplinares.

**Objetivo 1 – Promoção de Atividade Física**

**Objetivo 2 – Profissionais de Saúde**

**Objetivo 3 – Trabalho Intersetorial**

**Objetivo 4 – Investigação**

**Objetivo 5 – Monitorização**

# Muito obrigado

DGS desde 1899
Direção-Geral da Saúde

miguelarriaga@dgs.pt