

DESAFÍOS SALUDABLES CLM



The central graphic features a red brushstroke background on the left containing a yellow castle icon. To the right, three yellow icons represent a person in a wheelchair, a person jumping, and a person running, symbolizing various types of physical challenges and activities.

DESAFÍOS SALUDABLES CLM

Estrategia para la prevención del sedentarismo y la obesidad en Castilla-La Mancha

Introducción

La obesidad se ha convertido en uno de los principales problemas de Salud Pública debido a su magnitud, gravedad y tendencia ascendente en la mayor parte de países desarrollados, hasta el punto de ser considerada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una de las mayores epidemias del siglo XXI. La obesidad conduce, además, a un aumento progresivo de la prevalencia de patologías crónicas asociadas a ella, como diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares, trastornos músculo-esqueléticos y cada vez más tipos de cáncer, hasta convertirse en la segunda causa de mortalidad prematura y evitable después del tabaco.

El sedentarismo y los hábitos de alimentación incorrectos son los principales determinantes del incremento del sobrepeso y de la obesidad. Este problema es especialmente alarmante en la infancia y la adolescencia como resultado de una compleja interacción entre factores genéticos, psicológicos, ambientales y socioeconómicos.

El Gobierno de Castilla-La Mancha es consciente de la magnitud del problema y de sus repercusiones por lo que ha elaborado sucesivas y diferentes estrategias sobre la actividad física y salud al objeto de dar alta prioridad a este problema y establecer las directrices generales de prevención y control, siguiendo las premisas emanadas de la OMS.

La Dirección General de Juventud y Deportes trabaja para el desarrollo de la estrategia para la prevención del sedentarismo y la obesidad en Castilla-La Mancha cuyo objetivo es promover acciones que favorezcan la adquisición de hábitos saludables y promuevan la realización de actividad física con el fin prevenir la obesidad, el sobrepeso y el sedentarismo en la infancia y en la adolescencia.

La Estrategia que se presenta: “DESAFÍOS SALUDABLES CLM” es una nueva acción del convenio “Somos Deporte +” establecido entre Fundación Impulsa CLM, LIBERBANK y el Gobierno de Castilla-La Mancha.

¿Qué es?

“DESAFÍOS SALUDABLES CLM” pretende animar a los centros educativos de Castilla-La Mancha de educación infantil, primaria y secundaria a aumentar la práctica de actividad física a través de diferentes desafíos mensuales.

¿Cómo participar?

Durante los meses de febrero a mayo se lanzarán diferentes desafíos a los centros educativos a través de la web:

<http://desafiossaludablesclm.es/>

Siendo, por tanto, un total de **cuatro** desafíos.

Las fechas de publicación de los desafíos serán las siguientes:

- Desafío 1.- 15 de febrero
- Desafío 2.- 15 de marzo
- Desafío 3.- 5 de abril
- Desafío 4.- 15 de mayo

Cualquier desafío puede ser adaptado a las características de los escolares, siempre que se mantenga una estructura similar a la del propuesto. En caso de dudas pueden consultar a través del formulario disponible en:

<http://desafiossaludablesclm.es/contacto-2>

Una vez el centro educativo realice el desafío, para verificarlo, debe enviar un vídeo en el que se demuestre que lo ha conseguido, acompañado de una hoja de

inscripción. Ambos (vídeo y hoja de inscripción) se deberán remitir en el plazo indicado en cada desafío y de la forma que se detalla a continuación.

Normas de elaboración de los vídeos

La elaboración de los vídeos debe ajustarse a las siguientes condiciones:

- *Duración:* 2 minutos (máximo).
- *Contenido:* Ejecución del desafío.
- *Inicio del vídeo:* El vídeo comenzará con la cabeceras que se adjuntan:
 - Cabecera 1: Logo "Desafíos Saludables CLM"
 - Cabecera 2 (opcional): El centro podrá incorporar su propio logo o una presentación.
- *Final del vídeo:* El vídeo acabará con los créditos adjuntos:
 - Créditos 1: Logo de la "Estrategia para la prevención del sedentarismo y la obesidad en Castilla-La Mancha.
 - Créditos 2: Logos de las entidades públicas y privadas que patrocinan el proyecto (LIBERBANK, Fundación IMPULSA CLM y Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha).
- *Formato:* Hay numerosos formatos para enviar los vídeos (MOV, MPEG, AVI.), se aconseja una calidad no inferior a HD720p (1280 x 720).

Envío del vídeo y la hoja de inscripción

El vídeo debe denominarse de la siguiente manera:

- **"Desafío saludable CLM – (mes) – (nombre centro educativo)"**

La hoja de inscripción debe denominarse:

- **"Inscripción Desafío Saludable CLM – (mes) – (nombre centro educativo)"**

Ambos deben remitirse en el plazo indicado **juntos en un único envío**.

Muy importante: nuestra normativa de seguridad no nos permite acceder a recursos de almacenamiento externo como OneDrive, DropBox, Google Drive, WeTransfer, etc. Por ello los envíos deben hacerse a través de un sistema similar de la JCCM, al que se accede en el enlace <https://envialo.jccm.es>, indicando como destinatario: retossaludablesclm@jccm.es

La guía informativa puede descargarse en:

<http://desafiossaludablesclm.es/descripcion-y-normas>

Protección de datos

El centro educativo será el responsable de solicitar los permisos correspondientes para poder difundir vídeos y fotografías relacionadas con “DESAFÍOS SALUDABLES CLM”. En este sentido, el centro educativo deberá recabar las autorizaciones correspondientes de los padres o tutores de todos los menores que participen en “DESAFÍOS SALUDABLES CLM” y cumplir con todos y cada uno de los requisitos y requerimientos legales, en especial los derivados de la legislación de Protección de Datos de Carácter Personal, para la realización y/o posterior utilización y difusión de imágenes y vídeos de los citados participantes con completa indemnidad por la Fundación Impulsa Castilla-La Mancha, la Dirección General de Juventud y Deportes de Castilla-La Mancha y Liberbank.

Próximamente recibirán instrucciones de la Secretaría General de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes referentes al tratamiento de imágenes y vídeos a efectos de protección de datos y sobre el modelo de cláusulas para recabar los consentimientos del alumnado y familias.

Publicación de los desafíos.

- Todos los desafíos enviados según estas indicaciones se publicarán en el apartado correspondiente de la web: <http://desafiossaludablesclm.es/>, en las redes sociales y web de la Dirección General de Juventud y Deportes, la entidad Liberbank y la Fundación Impulsa CLM.

Gratificaciones

- Se establecerá un ranking con los centros educativos participantes, que entrarán en el sorteo de 8 kits de material deportivo valorado en 300 euros cada uno. Los centros obtendrán tantas participaciones en el sorteo como retos hayan conseguido.
- El sorteo se realizará las primeras semanas de junio y el resultado se publicará en <http://desafiossaludablesclm.es/>, en las redes sociales y web de la Dirección General de Juventud y Deportes, la entidad Liberbank y la Fundación Impulsa CLM.

En Toledo a 15 de febrero de 2019

**FUNDACIÓN IMPULSA
CASTILLA - LA MANCHA**

C.I.F.: G-45418985

C/. Río Cabriel, N° 12

45007 TOLEDO

Fdo. Gabriel González Mejías
Director Gerente Fundación Impulsa Castilla-La Mancha