

PROGRAMA NACIONAL DE ACTIVACIÓN FÍSICA



**Estrategia para educar a la población
en materia de régimen alimentario,
actividad física y salud, denominado
“Evaluación de la Capacidad Funcional”**

MCPA Itzaé Navarro Peña

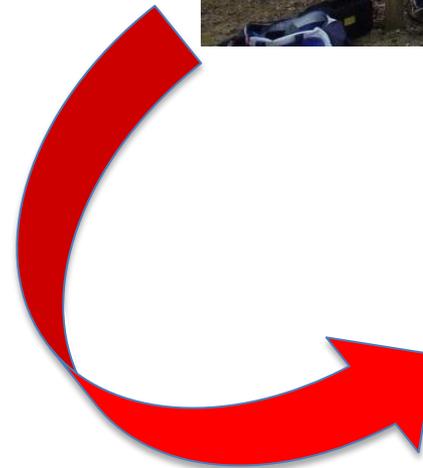
LO QUE NO SE MIDE NO EXISTE

- PROGRAMAS ANTERIORES DE ACTIVACIÓN FÍSICA NO HA SIDO POSIBLE SU MEDICION.

- NO SE TIENEN REGISTROS DE PERSONAS Y SUS CARACTERÍSTICAS QUE PERMITAN MEDIR LA MAGNITUD DE LOS DAÑOS Y LOS BENEFICIOS DE DICHS PROGRAMAS.



El objetivo general de la estrategia consistirá en orientar a nivel nacional el desarrollo de actividades que, **emprendidas conjuntamente**, redundarán en mejoras cuantificables del nivel de vida y salud de la población.





- La OMS considera a México como primer lugar mundial en obesidad infantil.
- La prevalencia nacional combinada de sobrepeso y obesidad en niños de 5 a 11 años, es de 26%.
- Uno de cada tres hombres o mujeres adolescentes tiene sobrepeso u obesidad.

El problema

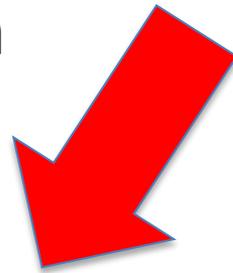
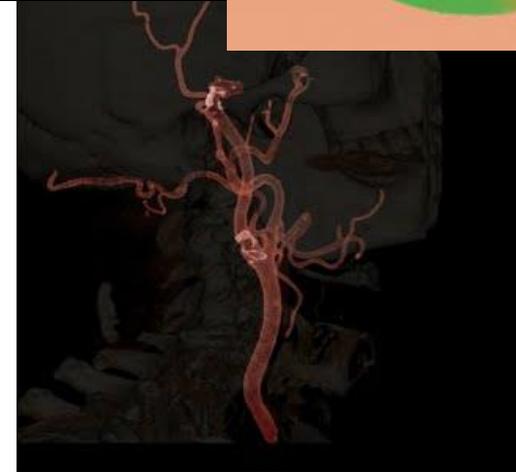
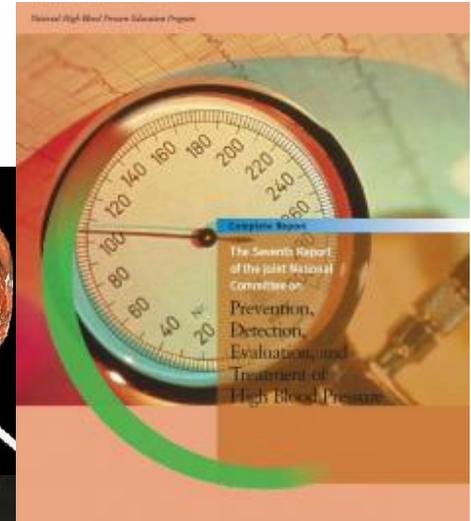


El sobrepeso y la obesidad tiene efectos adversos a lo largo de la vida, pues representa aumento en el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles en la edad adulta y reducción de la capacidad de trabajo y del rendimiento intelectual.

SISTEMA EDUCATIVO NACIONAL SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA EDUCACIÓN PRIMARIA BOLETA DE EVALUACIÓN 2011 - 2012 PRIMER GRADO		PARA LLENAR AL FINAL DEL CICLO ESCOLAR O ANTES SI EL (LA) ALUMNO(A) CAMBIA DE ESCUELA																																																													
ESCUELA: _____ <small>CLAVE SEGUN CATALOGO DE CENTROS DE TRABAJO</small>		NOMBRE Y FIRMA DEL (DE LA) MAESTRO(A): _____ NOMBRE Y FIRMA DEL (DE LA) DIRECTOR(A): _____ LUGAR DE EXPEDICIÓN: _____																																																													
ALUMNO(A): _____ <small>CLAVE ÚNICA DE REGISTRO DE POBLACION (CICP)</small>		FECHA: _____ <small>SELLO SISTEMA EDUCATIVO NACIONAL</small>																																																													
PRIMERO APELLIDO: _____ SEGUNDO APELLIDO: _____ <small>GRUPO: _____ TURNO: _____</small>		RESULTADO DE LA EVALUACIÓN PROMOVIDO <input type="checkbox"/> NO PROMOVIDO <input type="checkbox"/>																																																													
<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">ASIGNATURAS</th> <th colspan="5">CALIFICACIONES DESCRIBIDAS</th> <th rowspan="2">CALIFICACION FINAL</th> </tr> <tr> <th>EXCELENTE</th> <th>BASTANTE BUENO</th> <th>BUENO</th> <th>REGULAR</th> <th>DEFICIENTE</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ESPAÑOL</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>MATEMÁTICAS</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>EXPLORACIÓN DE LA NATURALEZA Y LA SOCIEDAD</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>EDUCACIÓN FÍSICA</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>EDUCACIÓN ARTÍSTICA</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>INSISTENCIAS</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	ASIGNATURAS	CALIFICACIONES DESCRIBIDAS					CALIFICACION FINAL	EXCELENTE	BASTANTE BUENO	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE	ESPAÑOL							MATEMÁTICAS							EXPLORACIÓN DE LA NATURALEZA Y LA SOCIEDAD							FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA							EDUCACIÓN FÍSICA							EDUCACIÓN ARTÍSTICA							INSISTENCIAS							CRITERIOS DE EVALUACIÓN <small>Las calificaciones se otorgan de acuerdo a los padres o madres de familia o tutores, en caso de haberlos, de acuerdo a los criterios de evaluación de los maestros. En caso de no haberlos, se otorgan de acuerdo a los criterios de evaluación de los maestros. El promedio general anual de los alumnos se calcula de acuerdo a los criterios de evaluación de los maestros.</small>	
ASIGNATURAS		CALIFICACIONES DESCRIBIDAS						CALIFICACION FINAL																																																							
	EXCELENTE	BASTANTE BUENO	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE																																																										
ESPAÑOL																																																															
MATEMÁTICAS																																																															
EXPLORACIÓN DE LA NATURALEZA Y LA SOCIEDAD																																																															
FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA																																																															
EDUCACIÓN FÍSICA																																																															
EDUCACIÓN ARTÍSTICA																																																															
INSISTENCIAS																																																															
<small>Para mayor información sobre los criterios para la acreditación, promoción y certificación de los alumnos, consulte el manual de procedimientos de la Secretaría de Educación Pública en el sitio: www.contribucalder.sep.gob.mx</small>																																																															

El problema y su efecto en la economía

- Durante los años pediátricos, los jóvenes obesos muestran una alta incidencia de hipertensión, disfunción vascular periférica y se ha hallado evidencia en autopsias datos de aterosclerosis.



ALTOS COSTOS AL SISTEMA DE SALUD



Educar para alimentarse bien y para realizar ejercicio físico, tomando siempre el principio de la individualización, es decir, **medir, evaluar y determinar la capacidad funcional** en términos cuantitativos para poder **diseñar programas personales de alimentación y ejercicio físico.**

Es el conjunto de indicadores fisiológicos y psicológicos que nos permite saber qué nivel de eficiencia tiene el ser humano para interactuar con su medio ambiente (la escuela, el trabajo y la vida).

¿Cómo se mide la Capacidad Funcional?
*A través de pruebas de **campo** validadas internacionalmente*

Morfológicos

Estado Nutricio

Peso, estatura y flujo del oxígeno en sangre.

Composición Corporal

% grasa, % músculo y % agua.

Postura,

Columna, rodillas y pies.

Proporción Corporal,

Diámetro de cintura y longitud de brazo.

Rendimiento psicopedagógico



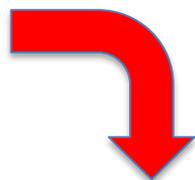
El elemento más importante del Sistema es que los participantes pueden tener acceso en línea a los resultados, de la misma manera que las autoridades, directivos de las empresas y maestros.

En esta "nube" encuentran:



- ✓ Resultados de la evaluación
- ✓ Orientación Nutricional recomendada
- ✓ Ejercicios recomendados

Logística para operar



La capacitación, elemento fundamental



INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN

**Estandarización en el
equipamiento y en la
técnica de medición**



DISMINUCIÓN DE LA INCERTIDUMBRE



Equipo con aval de la Federación Mexicana de Medicina del Deporte

CONTACTO

- LN Nancy García negs11@hotmail.com
- LCFYD Ricardo Retano
ricardoretano@gmail.com
- LCFYD Antonio Aceves sica1369@hotmail.com
- MCPA Itzaé Navarro itza32@hotmail.com

**POR SU ATENCIÓN,
¡GRACIAS!**