

PROGRAMA ACTIVA

El pasado día 9 de febrero se publicó en el BORM *la Orden de 26 de enero del 2017 conjunta de las Consejerías de Sanidad y Hacienda y Administración Pública, para la actuación coordinada en materia de promoción de la actividad física como estilo de vida saludable*, que tiene por objeto establecer los términos de participación de la Consejería de Hacienda y Administración Pública en el programa Activa de la consejería de Sanidad, para que el personal de la Administración Pública Regional pueda beneficiarse de las actuaciones en materia de promoción de la actividad física como estilo de vida saludable y mejorar su estilo de vida.

El programa Activa está impulsado por el Gobierno Regional y enmarcado dentro del Plan de Salud de la Región de Murcia (2010-2015). Su objetivo es promover la implicación del ciudadano con su salud, fomentando conductas y estilos de vida saludables a través del ejercicio físico. Es un programa diseñado por médicos y licenciados en actividad física, pensado específicamente para personas sedentarias con ciertas características.

Se basa en la **prescripción de ejercicio físico terapéutico** a individuos con patologías de alta prevalencia que puedan verse beneficiados con la realización del mismo (como son la diabetes, hipertensión arterial, hipercolesterolemia, obesidad...). Estos programas de ejercicio físico se individualizan según patología, de tal manera que existen programas específicos: Activa Cardiovascular, Activa prediabetes, Activa diabetes, Activa salud mental.

Hay un abordaje multisectorial donde intervienen:

- los **Ayuntamientos** desde las concejalías de Deportes, Sanidad y Educación que ceden los emplazamientos deportivos para el desarrollo del programa,
- la **Consejería de Sanidad**-Fundación para la Formación e Investigación de la Región de Murcia (FFIS) que lleva a cabo la coordinación y contratación de profesionales licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
- el **SMS**, cuyos profesionales sanitarios de los Centros de Salud identifican a los candidatos destinatarios del programa.

El programa se desarrolla durante 10 semanas en sesiones de ejercicio físico de intensidad moderada-alta de 1 hora de duración realizada 3 días por semana.

En la actualidad hay 24 Ayuntamientos de la Región implicados y 54 Centros de salud.

El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales Coordinador, a partir de septiembre de 2017, va a iniciar las actuaciones del programa Activa integrado como un Centro de Salud más.

El personal sanitario que realiza los exámenes de salud periódicos será el encargado de identificar al personal que reside en un municipio cuyo Ayuntamiento esté adherido al Programa Activa y que cumple los criterios inclusión en el Programa.

Si el personal empleado público acepta la derivación, se llevarán a cabo los trámites pertinentes para que el Ayuntamiento al que pertenece dicho empleado lo incluya en un grupo para la realización del Programa y contacte con el interesado para el comienzo de la actividad.