

Proyecto de ley, iniciado en moción de los Honorables Senadores señores Girardi, Araya, Bianchi, Chahuán y Quinteros, para estimular la actividad física y el deporte en los establecimientos educacionales.

CONSIDERANDOS

Una de las amenazas de salud pública más importantes que afectan al mundo, es el de las enfermedades no transmisibles. Se estima que el 63% de los fallecimientos registrados el 2008, fueron producto de este tipo de afecciones, particularmente de enfermedades cardiovasculares (48%), cánceres (21%), enfermedades respiratorias crónicas (12%) y diabetes (3,5%).

Muchas de estas patologías están asociadas a un estilo de vida sedentario, acompañado también de una alimentación poco saludable. La conjunción de estos elementos ha contribuido a generar un aumento de la población con sobrepeso y obesidad, enfermedad que afecta un importante porcentaje de la población, cuyos primeros indicios surgen en la etapa escolar.

El 2013, la OMS cifró en más de 45 millones la población de niños menores de cinco años con sobrepeso. En este aspecto, Chile se encuentra en una situación crítica, siendo el sexto país con más obesidad infantil de la OCDE y el país con mayor obesidad en Sudamérica. Además, según la Global School-based Student Health Survey (2013), encuesta encargada de recabar datos sobre la salud de estudiantes en el mundo, el 41,9% de los estudiantes entre 13 y 17 años tienen sobrepeso.¹

La obesidad y el sobrepeso se producen por un desequilibrio entre las calorías consumidas y las gastadas, por ello toda iniciativa que busque reducir el sobrepeso, la obesidad y el riesgo de padecer enfermedades no transmisibles deben estar enfocadas a combatir ambos aspectos.

El Plan de acción mundial para la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles 2013-2020 desarrollado por la OMS, indica que la principal tarea de los gobiernos es contribuir a la creación de entornos saludables y, por tanto, combatir el riesgo de padecer estas enfermedades por medio de:

- El fomento de las dietas saludables, que tiene entre sus medidas la formulación de políticas dirigidas a vendedores minoristas de alimentos para así disminuir el acceso y disponibilidad de productos poco saludables. Y el fomento de la oferta y disponibilidad de alimentos saludables en toda institución pública, particularmente en establecimientos educacionales.

- La promoción de la actividad física, aumentando los niveles de actividad física en la población en general y creando entornos educativos que mejoren la oferta de una educación física de calidad antes, durante y después de la jornada escolar.

El "Conjunto de recomendaciones sobre la promoción de alimentos y bebidas no alcohólicas dirigidas a los niños" realizado por la OMS destaca la importancia de que los entornos donde se reúnen los niños estén libres de la promoción y exposición a alimentos altos en grasas saturadas, ácidos grasos, azúcares y sal, como una forma de asegurar su bienestar nutricional.

Se ha demostrado científicamente que la actividad física contribuye, no sólo a la salud de nuestro cuerpo, sino también a la salud mental. Si bien el efecto que genera la actividad física en el bienestar psíquico de las personas no es observable, si se trata de un efecto importante, puesto que la actividad física actúa en el sistema nervioso central generando endorfinas, que son neurotransmisores que producen sensaciones de relajación y felicidad. Además, la práctica de un deporte o actividad física de forma regular, produce efectos físicos que a su vez generan sensaciones de autovalencia, mejoran el autoestima y la autoconfianza. El conjunto de estos elementos facilita el

desarrollo de entornos sociales más amigables, participativos, y contribuyen incluso a combatir el estrés, la ansiedad, y reducir la depresión.

En Chile el panorama no es favorable. Según la Encuesta nacional de Salud (2017) el sedentarismo alcanzaría al 86.7% de la población nacional. Además, existe una prevalencia del sobrepeso (39.8% de la población) y la obesidad (31.2%), que en conjunto con la obesidad mórbida estarían afectando al 74.2% de la población chilena².

Para combatir los perjuicios del sedentarismo en la salud, la OMS en su informe "Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud sugiere que las personas entre 5 y 17 años realicen, al menos, 60 minutos de actividad física diaria, sea moderada o vigorosa. Este tipo de rutinas reduciría de forma concreta el riesgo cardiorrespiratorio, la diabetes tipo 2, el síndrome del metabolismo y la depresión. Según este informe, los 60 minutos deben estar distribuidos en sesiones.

Si bien la promulgación de la ley N° 20.606, más conocida como la Ley de Etiquetado, ha significado un importante avance en la materia, pudiendo informar y a su vez contribuir a desincentivar el consumo de alimentos malsanos, es necesario ampliar su acción mediante la creación de medidas que además aborden la cuestión del sedentarismo.

Observando el contexto actual de nuestro país, y recogiendo estas recomendaciones, es que nos vemos en la necesidad de plantear un marco regulatorio especial sobre actividad física y alimentación saludable que recoja los principios y orientaciones internacionales y los haga aplicables en el plano nacional, orientando principalmente a niños y jóvenes hacia patrones de conducta saludable que puedan reducir considerablemente los riesgos de padecer las patologías anteriormente mencionadas.

Con tal objeto proponemos una iniciativa legal, con medidas tendientes a disminuir los niveles de sedentarismo, obesidad y sobrepeso en menores de edad, aumentando los tiempos de actividad física destinada dentro de la jornada escolar, fomentando el acceso en sus distintos niveles, incrementando la oferta de actividades deportivas dentro de los centros educacionales y promover la educación sobre la importancia de desarrollar hábitos saludables en torno al deporte y la actividad física. De esta forma, pretendemos contribuir significativamente en la reducción de los factores de riesgo en salud predominantes en nuestros tiempos.

Por estas consideraciones es que proponemos el siguiente,

PROYECTO DE LEY

Artículo 1.- El acceso a la práctica la actividad física y el deporte son integrantes de los derechos fundamentales a la integridad síquica y síquica consagrados en la Constitución. El Estado podrá promover y fomentar su inclusión en las diferentes etapas del desarrollo humano.

Artículo 2.- Se considerará actividad física, para efectos de esta ley, aquella práctica física realizada por menores de edad en etapa preescolar y escolar, dentro de los establecimientos educacionales consistentes en ejercicios de alta o baja intensidad, de carácter formativo, lúdico, no profesional, integrativo, no discriminativo, que active al estudiante a lo largo de toda su jornada escolar.

Artículo 3.- Todo el sistema educativo, tanto público como privado, promoverá la inclusión de la actividad física y el deporte. Para ello, todo establecimiento educacional considerará dentro de sus planes y programas educativos planes inclusivos, adaptativos y seguros con el objeto de promover su incorporación en edad preescolar y escolar.

Artículo 4.- Al inicio de cada jornada escolar, la institución promoverá la realización de 30 minutos de actividad física. A su vez, al inicio de cada asignatura, el profesor a cargo, instará a realizar 5 minutos de actividad física de baja intensidad.

Artículo 5.- En los tiempos de recreo, pausa o receso estudiantil, se promoverá el deporte y la realización de juegos, ejercicios o actividades físicas colectivas, competitivas o no competitivas. Para ello, el establecimiento educacional pondrá a disposición todos los recursos e implementos deportivos con los que cuente.

Artículo 6.- En ningún caso se podrá conmutar los minutos de actividad física realizada dentro de la jornada escolar como parte de la asignatura de Educación Física y Deporte.

Artículo 7.- El establecimiento educacional deberá garantizar la protección de la salud integral de los menores de edad durante la realización actividad física o deportiva.

Artículo 8.- Aquellos alumnos que según su edad, estado nutricional, estado de salud o cualquier otro impedimento físico, les implique no poder realizar adecuadamente la actividad, podrán eximirse de realizarla.

Para poder eximirse, es necesario que el apoderado o tutor del alumno entregue al establecimiento educacional, por medio del profesor de Educación Física y/o Deporte, un certificado emitido por el profesional del área de la salud correspondiente que acredite dicho estado.

Artículo 9.- Se prohíbe la venta formal e informal, incluyendo el comercio estacionario o ambulante, en las afueras de establecimientos educacionales que vendan o comercialicen alimentos a que se refiere el artículo 5 de la Ley N° 20.606 "Sobre composición nutricional de los alimentos y su publicidad".

Artículo 10.- Cada establecimiento educacional contará con un instructivo de capacitación para el cuerpo docente, asesorado por el profesor de educación física y deporte, que determine la forma en que deberán ejecutarse las diferentes actividades descritas en los artículos anteriores.

Guido Girardi
Senador de la República