

CONVENIO DE COLABORACIÓN ENTRE A CONSELLERÍA DE SANIDADE, O SERVIZO GALEGO DE SAÚDE, A FUNDACIÓN DEPORTE GALEGO E O CONCELLO DE ABEGONDO POLO QUE SE ESTABLECE O DESENVOLVEMENTO DE ACTUACIÓNS CONXUNTAS PARA A IMPLEMENTACIÓN DUN PROXECTO PILOTO PARA A RECOMENDACIÓN DE EXERCICIO FÍSICO ÁS PERSOAS MAIORES DE 60 ANOS USUARIAS DO SISTEMA SANITARIO PÚBLICO DO CONCELLO DE ABEGONDO DENTRO DO PROGRAMA "ADESTRA A TÚA SAÚDE" E O SEU SEGUIMENTO E AVALIACIÓN A TRAVÉS DA PLATAFORMA DE DATOS DE ACTIVIDADE FÍSICA SAUDABLE (D.A.F.I.S.)

MEMORIA XUSTIFICATIVA

A xerente do Servizo Galego de Saúde, **DECLARA:**

Que a Consellería de Sanidade, o Servizo Galego de Saúde, a Fundación Deporte Galego e o Concello de Abegondo formalizaron o 06.07.2022 o convenio arriba referido, por un período de vixencia de tres anos a contar dende a súa sinatura, podendo ser prorrogado expresamente por períodos anuais previa solicitude de algunha das partes cun mes de antelación ao vencemento do devandito período.

Que o instrumento convencional ten por obxecto establecer a colaboración conxunta no ámbito da Comunidade Autónoma de Galicia entre a Consellería de Sanidade, a Fundación Deporte Galego e o Concello de Abegondo, para o desenvolvemento dun piloto do programa "*Adestra a túa Saúde*" e a recollida e tratamento de datos das persoas participantes no devandito programa a través Plataforma D.A.F.I.S.

Que existe converxencia de intereses entre as entidades asinantes en orden á consecución do obxecto referido.

Que o convenio fundaméntase no seguinte:

Existe evidencia científica de que a actividade física constitúe un elemento de suma importancia na prevención de numerosas enfermidades crónicas, na calidade de vida do individuo e trátase dun compoñente indispensable nos sistemas de sanidade pública. Concretamente, existe evidencia científica de grado A, de que a mellora da condición física está indicada para a prevención das enfermidades cardiovasculares, algúns tipos de cancro e osteoporose; para a redución da depresión, o deterioro cognitivo e a dependencia en persoas maiores e para mellorar a osteoartrite e a forza muscular.

A práctica regular de exercicio físico diminúe o risco de morte precoz e aumenta en ata 7 anos a esperanza de vida media da poboación activa. Pola contra, a inactividade física é responsable do 5,5 % das mortes no mundo e do 10 % en Europa. Atribúeselle o 10 % dos casos de cancro de mama e colon, o 10 % de enfermidades cardiovasculares e o 7 % da diabetes tipo 2. Ademais, ten un alto impacto social, pois contribúe a incapacidade física e laboral, que producen a perda

de miles de horas de traballo e un custo económico directo estimado do 10 % do gasto sanitario en España.

A pesar disto, a cantidade de poboación que non cumpre cos requisitos mínimos de actividade física establecidos pola Organización Mundial de la Salud (OMS) é alarmante. Se ademais tense presente o avellentamento da poboación e o aumento da esperanza de vida, é moi importante incidir en que a poboación de idade avanzada viva gozando dunha boa saúde e sen discapacidade. O aumento da actividade física na poboación pode ter un gran impacto, tanto no descenso da prevalencia de moitas enfermidades crónicas como nunha mellor calidade de vida das persoas e, indirectamente, nunha diminución da problemática social e gasto sanitario producido pola discapacidade. Finalmente, as persoas que realizan actividade física de forma regular presentan una redución do 24 % no consumo de medicamentos en relación coa poboación non activa.

Por outra banda, o consello médico realizado na consulta de Atención Primaria é unha ferramenta útil para producir cambios de vida nos/as pacientes, aínda que estes cambios non se manteñen ao longo do tempo se non se establece un reforzo nas consultas posteriores. Existe evidencia de que prescribir exercicio físico de forma personalizada é máis efectivo.

Por todo o anteriormente exposto, a Dirección Xeral de Saúde Pública, o Servizo Galego de Saúde e a Fundación Deporte Galego promoven conxuntamente un programa para a prescrición de exercicio físico desde o ámbito sanitario e o seguimento deste desde o ámbito comunitario denominado ADESTRA A TÚA SAÚDE que está aliñado coa Estratexia de promoción da saúde e prevención do Sistema Nacional de Saúde, o Plan galego de atención primaria e na Estratexia galega para a atención a persoas en situación de cronicidade.

Con este programa perséguese mellorar a calidade de vida e previr a fraxilidade nas persoas maiores aumentando a práctica de exercicio físico e crear una rede sociosanitaria nos municipios galegos para a prescrición e o seguimento da actividade física en persoas maiores. O programa está dirixido principalmente ás persoas maiores de 60 anos sas ou con factores de risco cardiovascular como padecer diabetes, hipertensión, dislipemia, obesidade, sobrepeso ou sedentarismo.

Consiste en que os/as profesionais sanitarios do centro de saúde (medicina, enfermería e fisioterapia), detecten ás persoas destinatarias, e invíteselles a participar no programa. Se a resposta é afirmativa, recomendáselles a práctica de exercicio físico e remíteselles a un/ha promotor/a de exercicio físico do concello que avaliará a súa condición física e acordará con ela o tipo de exercicio a realizar tendo en conta a súa dispoñibilidade e preferencias, as recomendacións do/a profesional sanitario e os servizos dispoñibles no concello (actividades dirixidas, camiños saudables etc.). Trátase de utilizar os recursos xa existentes coordinando a todos os axentes implicados para que traballen conxuntamente.

O programa propón un protocolo de actuación para os/as profesionais sanitarios do centro de saúde (medicina, enfermería e fisioterapia) que permite, de maneira fiable, áxil e sinxela, avaliar



os niveis de actividade física e condición física (especialmente a condición cardiorrespiratoria), identificar as contraindicacións absolutas e relativas para a práctica de exercicio físico, se houber, facilitar as recomendacións necesarias para promover unha maior práctica de actividade física nas persoas que o necesiten e prescribir pautas individualizadas de exercicio cando a situación o requira.

Se o/a profesional sanitario considera que un o unha paciente é susceptible de participar no programa, realizará a avaliación da condición cardiorrespiratoria e, de seren o caso, a ficha de recomendación de exercicio físico.

Ademais da ficha de recomendación, o persoal de administración do centro de saúde (ou mediante outro sistema que se estableza) concertará unha cita co/a promotor/a de exercicio físico.

O/a promotor/a avaliará a condición física da persoa a través da plataforma D.A.F.I.S. e acordará con ela o tipo de exercicio a realizar tendo en conta a súa dispoñibilidade e preferencias, as recomendacións do/a profesional sanitario e os servizos dispoñibles no concello.

Cando a persoa acode a cita co/a promotor/a de exercicio físico, deberá asinar un consentimento informado que lle permita descargar a recomendación de exercicio físico realizada polo/a profesional sanitario. A súa actuación diferenciarase en función de se trátase dunha persoa activa ou non. En ambos os dous casos realizará unha valoración inicial e adaptada da condición física, coa plataforma D.A.F.I.S.. Se a persoa é activa, valorará o exercicio físico que realiza e optimizarallo, de seren necesario. Se a persoa non é activa, traballará inicialmente con ela nun programa de cambio de hábitos tendo en conta os recursos de infraestruturas e persoal dispoñible.

Para definir exhaustivamente o procedemento e as liñas de mellora do programa, considerouse necesario desenvolver un piloto do programa en dous concellos. Un dos concellos elixidos foi o Concello de Abegondo, porque dende este Concello, os seus responsables amosaron interese no proxecto e contan coa figura de promotor/a de exercicio físico no cadro de persoal do concello.

Os intereses converxentes das partes asinantes exclúen o ánimo de lucro, e non podían satisfacerse axeitadamente mediante a celebración dun contrato dos contemplados na Lei 9/2017, do 8 de novembro, de Contratos do Sector Público, pola que se traspoñen ao ordenamento xurídico español as Directivas do Parlamento Europeo e do Consello 2014/23/UE e 2014/24/UE, do 26 de febreiro de 2014, ou doutro instrumento alleo á natureza estritamente convencional.

En atención ao exposto, e a fin de dar cumprimento ao preceptuado no artigo 15.2. da Lei 1/2016, de 18 de xaneiro, de transparencia e bo goberno, estímase xustificado o recurso á sinatura do instrumento convencional que se pretende, con exclusión doutras figuras.

E para que conste, asíñase esta memoria, en Santiago,

