



**GAPA**  
GLOBAL ALLIANCE  
FOR PHYSICAL ACTIVITY

## Boas-vindas da GAPA

Bem-vindos a este segundo boletim informativo da Aliança Global para a Atividade Física (GAPA) que oferece a você uma outra visão do que está acontecendo ao redor do mundo na área da atividade física e saúde, e celebração quanto às realizações.

A GAPA foi criada para apoiar as redes e os profissionais que trabalham no setor da saúde, bem como em transportes, governo, educação e concepção urbana que compartilham do interesse comum no aumento da prática da atividade física, caminhadas e ciclismo, esporte e lazer ativo.

Este ano a GAPA iniciará a próxima fase do seu desenvolvimento, um estatuto mais formal e incorporado. Este é um processo de desenvolvimento em que a GAPA expandirá progressivamente as suas atividades de coordenação e comunicação ao longo deste e do próximo ano. Sendo

registrada como ONG a GAPA será capaz de ter interação mais formal com a OMS (Organização Mundial da Saúde) e outras agências internacionais. A GAPA permanecerá centrada na advocacia, comunicação e respondendo pela agenda global sobre a atividade física.

Leia mais sobre a GAPA visitando nosso site [www.globalpa.org.uk](http://www.globalpa.org.uk). Se você tem alguma sugestão ou deseja contribuir para os trabalhos do GAPA por favor envie um e-mail para [F.C.L.Bull@lboro.ac.uk](mailto:F.C.L.Bull@lboro.ac.uk)

## Desenvolvimento de um documento de orientação sobre as recomendações sobre atividade física

Como parte da implementação da Estratégia Global da OMS sobre Dieta, Atividade Física e Saúde, a OMS realizou um encontro na Cidade do México (janeiro 2008) para iniciar o processo de elaboração de recomendações globais de atividade física. O principal objetivo da reunião foi proporcionar um fórum para acadêmicos e especialistas políticos sobre atividade física e saúde pública tendo por objetivo:

- 1) Revisar as recentes recomendações nacionais para prática da atividade física a serem desenvolvidas e implementadas em países de alta, média e baixa renda;
- 2) Definir e discutir questões específicas para países de baixa e média renda que afetam o desenvolvimento das recomendações da prática de atividade física;
- 3) Preparar o projeto "Orientação Global: Atividade Física para a Saúde", que inclui jovens, adultos e idosos; e
- 4) Identificar as lacunas e deficiências nas evidências para o desenvolvimento das recomendações da atividade física em países de baixa e média renda.

O desenvolvimento do projeto de orientação irá continuar no decorrer de 2008, e consultas aos Escritórios Regionais da OMS e as partes interessadas terão espaço em 2009.



## A Revista "Journal of Physical Activity and Health" aumenta sua publicação para 6 vezes por ano



Editores:  
Jennifer Hootman  
Bill Kohl (foto acima)

O periódico The Journal of Physical Activity and Health, a única revista singularmente dedicada à atividade física e saúde, tem o prazer de anunciar que aumentará de quatro para seis o número de publicações por ano. Esta mudança entrou em vigor em janeiro de 2008 e é o resultado direto da crescente demanda por uma publicação científica que tem por foco central questões gerais de atividade física e saúde.

Para obter maiores informações, ter acesso ao conteúdo do fascículo atual da revista, e as considerações para submeter manuscritos, por favor, visite o site [www.humankinetics.com/JPAH](http://www.humankinetics.com/JPAH)

## Neste número...

Notícias das Redes Regionais de Atividade Física

Novidades no Mundo

Evolução de Política Nacional

Exemplos de Programa

Links de Fontes

Biografia: Professora Vicki Lambert

Próximas conferências e eventos

# Notícias das Redes

## Aprendendo e Compartilhando: O Valioso Papel das Redes

Durante os últimos anos as redes regionais da atividade física foram criadas em todo o mundo para apoiar os esforços para a promoção da atividade física na população. Com a crescente necessidade de agir para aumentar a participação em atividades físicas, existe um forte interesse em compartilhar experiências e programas, especialmente nos países em desenvolvimento. Essas redes estão realizando um excelente trabalho e aqui estão algumas notícias daqueles envolvidos...

### Rede de Atividade Física da Ásia-Pacífico (AP-PAN)

A Rede de Atividade Física Ásia-Pacífico (AP-PAN) foi lançada em 2006 para agir como uma rede de comunicação informal a respeito da atividade física e saúde na região da Ásia-Pacífico e é coordenada pelo Centro de Atividade Física e Saúde da Universidade de Sydney, Austrália. A rede cresceu e hoje representa mais de 120 membros de 30 diferentes países da região. A comissão de diretores é formada por membros da Tailândia, Malásia, Camboja, e no Pacífico, das Ilhas Fiji e Nova Caledônia. Os objetivos da rede são:

- Desenvolver comunicações e compartilhar informações entre membros da rede.
- Divulgar informações atualizadas baseadas na população sobre políticas de atividade física, programas, orientações e mensuração/controle.
- Fornecer revisões baseadas em evidências e suporte técnico; agir como um banco para troca de informações sobre a atividade física e saúde pública na região Ásia-Pacífico.
- Contribuir para o desenvolvimento de políticas, advocacia e treinamento internacionais em atividade física e saúde pública.

A Rede APPAN publica um boletim eletrônico mensal ou bimestral que pode ser acessado na internet no site [www.ap-pan.org](http://www.ap-pan.org)

Em 2008 a Rede APPAN irá realizar um curso de atividade física e saúde pública em Sydney em 26-28 julho de 2008 para desenvolver competências na área da atividade física e saúde pública e irá abranger temas como os benefícios de ser ativo, monitorização/controle, política e implementação de programas eficazes. **Contato com Rona Macniven no e-mail [appan@ap-pan.org](mailto:appan@ap-pan.org) ou no telefone +61 2 90363192 para obter mais detalhes, e para ser gratuitamente um novo membros da Rede APPAN, pelo site [www.ap-pan.org/register.php](http://www.ap-pan.org/register.php)**



### Rede Africana de Atividade Física (AFPAN)

Em 2006 foi realizado o primeiro Curso de Atividade Física e Saúde Pública- CDC/IUHPE na região Africana com mais de 60 dirigentes de 7 países e serviu de base para o início da AFPAN.

Durante o último ano, temos realizado palestras e apresentações para divulgar a rede e a importância da atividade física na prevenção e controle de doenças. O Departamento Nacional de Saúde solicitou um workshop de 2 dias para disseminar as lições aprendidas através do curso, e este foi realizado com 18 promotores provinciais da saúde. As sessões abrangeram temas como 'fazendo atividade física', 'barreiras, desafios e soluções' e 'a importância da avaliação'. Nove províncias desenvolveram modelos lógicos durante o workshop, que irá formar a base do programa de monitoramento e avaliação.

Em 2007 os membros da rede AFPAN juntaram forças com outros cientistas em uma recente iniciativa científica, conhecida como o **Healthy Active Kids South Africa Report Card**. O estudo investigou fatores que levariam jovens sul-africanos ao risco de desenvolver doenças crônicas, incluindo o sedentarismo, e publicou um relatório, com base no **Active Healthy Kids Canada**. Este relatório agora serve como ponto de referência para avaliar evidências a respeito de comportamentos saudáveis, determinantes de tais comportamentos, e de iniciativas de promoção da saúde. O plano para 2008 é o de aumentar as consultas a este relatório e concentrar-se em soluções através de intervenções e projetos demonstrativos.

O novo site **VULA AFPAN** foi lançado e todos os membros serão convidados por e-mail para aderir à rede. Os planos incluem a inserção de referências, de pesquisas importantes e fornecer comunicação entre os membros da rede. **Para mais informações contatar Tracy Kolbe-Alexander [[Tracy.Kolbe-Alexander@uct.ac.za](mailto:Tracy.Kolbe-Alexander@uct.ac.za)]**

## Notícias da Região Leste do Mediterrâneo

Desde o Seminário da OMS/CDC sobre Política Nacional, advocacia e Planos de ação em Atividade Física de dezembro de 2006, uma comissão nacional foi formada no Kuwait, que inclui personalidades e representantes de diversos setores, tais como ex-ministros, assessores para o Emir do Kuwait e ao Primeiro-Ministro, Secretário Adjunto do Ministério da Saúde, nutricionista, acadêmicos, meios de comunicação e mídia impressa, e cardiologistas. O comitê nacional reuniu-se cinco vezes e os representantes da comissão têm se reunido com o Príncipe Herdeiro que tem incentivado e apoiado o Comitê Nacional. A comissão também se reuniu com os ministros da Saúde e dos Assuntos Sociais e ambos foram altamente favoráveis à comissão e manifestaram grande defesa nacional a prática da atividade física. A comissão irá se reunir em breve com o ministro da Educação e do Ensino Superior.

Outros desenvolvimentos incluem uma reunião realizada em Dubai (março 2008) para discutir o acompanhamento e a avaliação da prática da atividade física na região do Golfo. Kuwait foi selecionado para acolher o Conselho de Cooperação do Golfo, como parte da Reunião Regional da OMS para a Estratégia Global sobre Dieta, Atividade Física e Saúde em março de 2007. O primeiro Curso de Atividade Física e Saúde Pública - CDC/IUHPE para a Região do Mediterrâneo Oriental esta previsto para novembro/dezembro de 2008, e será realizado no Kuwait. Este provavelmente irá coincidir com uma conferência nacional atraindo delegados de todas as regiões.

## Rede de Atividade Física das Américas (RAFA-PANA)

A Rede de Atividade Física das Américas (RAFA-PANA) foi criada com o objetivo de construir uma rede de redes nacionais para promover a saúde e a qualidade de vida através da atividade física entre todas as pessoas nas Américas. A atual adesão inclui mais de 84 organizações de 19 países. A RAFA tem cumprido o objetivo de se tornar uma rede de redes nacionais com as recém-formadas redes nacionais no México e na Guatemala as já estabelecidas redes na Argentina, Brasil, Chile, Colômbia, Costa Rica e Peru, e redes sub-regionais formada em 6 países da América Central.

A RAFA realizou sua Reunião Anual em San Jose, Costa Rica de 8 a 10 de maio de 2008, amparado pelo Ministério da Saúde de Costa Rica e pela Rede Nacional de Atividade Física, e teve a participação de cerca de 17 países.

A RAFA continua a ter forte envolvimento com o ACSM, OMS-OPAS, IAHF a nível regional e dentro dos países com os setores do esporte, da educação e da saúde pública e de um crescente esforço no diálogo com os setores do transportes e planejamento urbano. Está em curso um projeto conjunto entre RAFA, CARMEN (OPAS Rede NCD), OPAS, CDC e Rede de Ciclovia, para definir e caracterizar o movimento nas Américas.

Com mais de 26 membros de mais de 10 países de todas as Américas, a **Rede das Ciclovias Unidas das Américas** visa divulgar experiências, gerando um crescente interesse e colaboração entre os parceiros não tradicionais. Para mais informações visite o novo site <http://cicloviasiunidas.org/>



Ciclovia em Medellín, Colômbia (Fevereiro 2008) onde existe 21 km de vias abertas nos feriados e em todas as terças e quintas-ferias a noite.

## Rede Européia para a Promoção da Atividade Física Melhorando a Saúde (HEPA Europa)

Em 2005 foi fundada a HEPA Europa para responder a perceptível falta de uma plataforma para compartilhar o desenvolvimento e implementação de políticas baseadas em evidências e estratégias na área da atividade física e saúde. Atividades da rede oferecem cooperação, parcerias e colaboração com outros setores relacionados, atividades e abordagens. Atualizações podem ser encontradas no boletim periódico. A próxima conferência anual terá uma atenção especial para a caminhada. Esta será realizada no período de 8 a 10 setembro de 2008 em Glasgow, Reino Unido, e será sediada pelo grupo de Scottish Physical Activity Research Collaboration (SPARColl), com a Universidade de Strathclyde. O formulário para a apresentação de resumo e participação do simpósio estará aberta de 1 de abril a 15 de maio de 2008. Para mais informações consulte <http://www.sparcoll.org.uk/> e [www.euro.who.int/HEPA](http://www.euro.who.int/HEPA)

Nova ferramenta para a **Avaliação Econômica de Pedalar e Caminhar** - o Escritório Regional da OMS para a Europa apresentou recentemente orientações para quantificar os efeitos sobre a saúde da caminhada e do andar de bicicleta, e uma ferramenta ilustrativa. O projeto foi realizado em estreita colaboração da HEPA Europa e o Programa Pan-Europeu de Transportes, Saúde e Meio Ambiente (THE PEP). Tendo por objetivo facilitar a harmonização das abordagens metodológicas, fornecendo orientações para os profissionais. O projeto incluiu uma revisão crítica das abordagens existentes para quantificar os efeitos para a saúde relacionados com o ato de andar de bicicleta e de fazer caminhada, com particular foco as abordagens para a avaliação econômica dos potenciais efeitos a saúde.



A ferramenta ilustrativa para o ato de andar de bicicleta, denominada "Ferramenta para a avaliação econômica da saúde pelo ciclismo" (HEAT para ciclismo) é baseada nos melhores dados disponíveis, que podem ser adaptadas às situações específicas. Esta ferramenta calcula a reserva econômica resultante da redução na mortalidade devido ao ato de andar de bicicleta, i.e.: se "x" pessoas andarem de bicicleta por "y" distância na maioria dias da semana, qual é o valor econômico das melhorias na taxa de mortalidade? Um instrumento semelhante para a caminhada está prevista para ser desenvolvida na próxima fase do projeto, e o HEAT para o ciclismo futuramente será aperfeiçoada com base nos comentários dos usuários.

Download da orientação e acesso a ferramenta a partir de [http://www.euro.who.int/transport/policy/20070503\\_1](http://www.euro.who.int/transport/policy/20070503_1)

## Notícias da Rede Agita Mundo



A Rede Agita Mundo foi criada em 2002 para promover a atividade física como um comportamento saudável para todas as pessoas ao redor do mundo com um foco central em traduzir a teoria em prática. Em 2008 a Rede Agita Mundo compreende mais de 260 instituições, representando órgãos governamentais, não-governamentais e do setor privado, de 60 países de cinco continentes. As principais prioridades da Rede Agita são para estimular a investigação sobre a atividade física, incentivar e apoiar a disseminação de informações sobre os benefícios para a saúde e estratégias eficazes para aumentar a participação, advocacia e apoio ao desenvolvimento de programas nacionais e locais e redes para a promoção da atividade física. O Agita é centralmente apoiado pelo Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul (CELAFISCS) e tem quatro comissões: advocacia, capacitação, pesquisa e auto-manutenção.

A rede realiza uma reunião anual em outubro coincidindo com o Simpósio Internacional do CELAFISCS em São Paulo, Brasil. Em 2007, o foco foi "Como construir uma Agenda Global de Promoção da AF no Mundo". Um resumo estará disponível com base em apresentações que incluíram a epidemia da obesidade, os custos econômicos do sedentarismo, as evidências epidemiológicas, as intervenções e transformando teoria à prática, e contributos sobre a aplicação em diferentes regiões do mundo.



O Dia Mundial da Atividade Física é uma grande iniciativa da Rede e é realizado no dia 6 de abril ou próximo a ele (de 1 a 10 de abril), para celebrar a importância da atividade física, com um tema oficial. Em 2008, o tema é "Quebrando Barreiras para o Movimento". Mais de 500 eventos têm sido registrados e mais de 2000 eventos são esperados. Informações sobre o Dia Mundial e todas as atividades da Rede Agita Mundo estão disponíveis em [www.agitamundo.org](http://www.agitamundo.org)



# Novidades do Mundo

## A atualização da OMS sobre a Estratégia Global sobre Dieta, Atividade Física e Saúde (DAFS)

Progressos com a implementação da DAFS têm sido observados por uma série de áreas ao longo dos últimos 12 meses. Após a Resolução WHA60.23 de 2006 da Assembleia Mundial da Saúde, a OMS irá impulsionar o desenvolvimento de um conjunto de recomendações fornecendo aos Estados Membros opções políticas relativas à comercialização de alimentos e bebidas não alcoólicas a crianças. Este trabalho irá envolver o diálogo com todos os níveis relevantes, incluindo o setor privado, enquanto, ao mesmo tempo, evita qualquer potencial conflito de interesse. O projeto de recomendações é esperado em 2010.

Outras áreas de foco incluem a definição do local de trabalho. A OMS e do Fórum Econômico Mundial organizaram um evento em conjunto sobre a prevenção de doenças não-transmissíveis (DNT) no local de trabalho através de hábitos alimentares saudáveis e da prática da atividade física. O evento foi realizado em Dalian, na China, nos dias 5 e 6 de setembro de 2007. Um relatório resumindo das discussões deste evento em conjunto e de outros dois trabalhos preparados para o mesmo evento podem ser obtidos pelo site da OMS [http://www.who.int/dietphysicalactivity/WHOWEF\\_report\\_JAN2008\\_FINAL.pdf](http://www.who.int/dietphysicalactivity/WHOWEF_report_JAN2008_FINAL.pdf)

O site da OMS APD foi atualizado para incluir mais pesquisas importantes, bem como a oportunidade para os Membros de Estado compartilharem informações. Visite o site para ver notícias sobre o que aconteceu desde a aprovação da APD, relatos e experiências de outros Membros de estado na execução da APD e o novo material sobre a obesidade infantil - [www.who.int/dietphysicalactivity](http://www.who.int/dietphysicalactivity)

Os planos de 2008 para a implementação da APD terão como foco:

- Acelerar a implementação em países de um número limitado de países de baixa, média e alta renda.
- Desenvolver um guia de orientação sobre as recomendações para a prática de atividade física
- Desenvolver recomendações sobre a comercialização de alimentos e bebidas não alcoólicas a crianças.

As futuras publicações incluirão:

- Guias de orientação sobre considerações para os Membros de Estado quando envolvimento com o setor comercial.
- APD para políticas escolares (School Policy Framework) que oferece opções políticas e recomendações sobre as intervenções políticas adequadas para melhorar a dieta e atividade física níveis através da escola.
- Intervenções na dieta e atividade física: Qual trabalho promove envolvimento políticos e de outros setores interessados na prática da atividade física e dieta como intervenções eficazes destinadas a redução do risco de doenças crônicas não transmissíveis.



Para mais informações sobre estas publicações: [www.who.int/dietphysicalactivity/implementation/projects](http://www.who.int/dietphysicalactivity/implementation/projects)

## Parcerias são essenciais para uma efetiva promoção da saúde – perspectivas da IUHPE

Uma importante característica na promoção da saúde é que esta visa orquestrar ações individuais complementares, de grupo, da comunidade e em níveis macro. As suas atividades incluem desde educação sanitária e advocacia até políticas em todos os setores da sociedade que ajudam melhorar a saúde, e, proporcionalmente evitam que esta seja prejudicada. A eficácia destas atividades é reforçada e apoiada pela colaboração e construção de parcerias entre os diferentes setores da sociedade, a investigação aplicada para melhorar a qualidade e a eficácia da promoção da saúde, e o treinamento de pessoas para ajudá-los a adquirir competências para intervir de forma eficaz nos trabalhos de promoção da saúde.

O aumento da atividade física é um ponto de partida para o trabalho da IUHPE permitindo a mobilização de sua rede profissional para contribuir para estratégias iniciais, em particular, sob a Aliança Global para a Atividade Física (GAPA), através da rede de contatos e capacidades de obter colaborações com os Centro de Controle e Prevenção de Doenças dos Estados Unidos (CDC), e através da criação de um Grupo de Interesse Especiais estabelecido com EuroHealthNet. As recentes atividades incluem a política de seminários sobre **"Implementando a nova estratégia Saúde da UE – O que podemos fazer"**, que esteve em Bruxelas (Março de 2008) (ver [www.eurohealthnet.eu](http://www.eurohealthnet.eu))

Outras atividades da IUHPE que apoiam a prática de atividade física incluem disseminação do conhecimento através de Conferências, da família de Revistas e, em especial, Promotion & Education; mobilizando evidências através do seu Programa Global sobre Efetividade em Promoção da Saúde; facilitando a formulação, disseminação e implementação de políticas, de quadros e orientações, construindo capacitação e infra-estrutura, facilitando o estabelecimento de acordo com a agenda Global da Atividade Física. Veja [www.iuhpe.org](http://www.iuhpe.org) para obter mais informações sobre o IUHPE.

## Cursos Internacionais de Atividade física e Saúde Pública

O Centro de Controle e Prevenção de Doenças (CDC) - Centro Colaborador para a Promoção da Atividade Física e Saúde da Organização Mundial da Saúde (OMS) desenvolveu um curso de quatro dias para a atividade física e saúde. Os cursos são mantidos por parcerias com a União Internacional de Educação e Promoção da Saúde (IUHPE), a Organização Mundial da Saúde (OMS) e outras organizações internacionais, nacionais e instituições locais.

Mais de 700 profissionais de saúde de 50 países foram formados nos primeiros 10 cursos realizados em 9 países. Em 2007, 3 novos cursos foram realizados na Colômbia, Tailândia, e na Guatemala e em 2008 os cursos estão planejados para o pacífico e Austrália, nas regiões de Sydney (julho), México (outubro), Kuwait (novembro) e Argentina (início de 2009). Novos desenvolvimentos incluem a adaptação do curso para um curso de ensino a distância baseado na aprendizagem e integração com um módulo de atividade física a ser realizado no 5º Seminário Anual da UIPES/CDC sobre Promoção da Saúde e Epidemiologia das Doenças Cardiovasculares (19-30 julho, 2008), em Bagamoyo, na Tanzânia. Este desenvolvimento aumentará o foco sobre a atividade física, integração da atividade física específica e geral na prevenção de doenças não transmissíveis, estratégias de controle e planos de ação.

O curso tem três principais objetivos: 1) proporcionar um treinamento técnico crítico para o desenvolvimento programas populacionais para a prática da atividade física e saúde pública; 2) estimular redes nacionais e regionais para a prática da atividade física e prevenção de doenças não-transmissíveis; e 3) com atenção centrada na atividade física como uma importante questão de saúde pública nos países com baixos e médios recursos. Para mais informações contatar Andrea Torres no CDC [[ftu1@cdc.gov](mailto:ftu1@cdc.gov)].

# Desenvolvimentos de políticas nacionais

## Brasil

### A Agenda da Política Nacional de Promoção da Saúde e Atividade Física no Contexto do Sistema Brasileiro de Saúde SUS

Em 2006, o Brasil aprovou sua Política Nacional de Promoção da Saúde, e a atividade física é uma das áreas prioritárias. Para iniciar a ação desta área, a Secretaria de Vigilância Sanitária do Ministério da Saúde (MS) incluiu a promoção da saúde no orçamento do Governo Federal com o apoio financeiro específico para os municípios para desenvolver projetos de atividade física. Em 2005-08, uma rede de mais de 340 municípios foi desenvolvida com o apoio do Ministério da Saúde para implementar iniciativas para prática de atividade física.

Elementos adicionais da Política Nacional de Promoção da Saúde incluem vigilância de Doenças Não Transmissíveis que agora inclui um acompanhamento anual dos níveis populacionais de prática de atividade física e do comportamento sedentário. Outro desenvolvimento é a expansão da avaliação das intervenções comunitárias. Em parceria com o CDC, a Universidade de Saint Louis, a OPAS, Ministério da Saúde e diversas universidades brasileiras, o **Projeto GUIA** – (Guia para Intervenções Úteis em Atividade no Brasil e América Latina) explorou a aplicação no Brasil das recomendações baseada em evidências de atividade física dos Estados Unidos. Este projeto representa uma das primeiras aplicações baseadas em um processo de revisão do exercício físico nos países de baixa e média renda. Maiores detalhes estão disponíveis on-line em Inglês, Espanhol e Português (ver <http://prc.slu.edu/ebph-brazil.htm>). O Ministério da Saúde e o GUIA também estão realizando a avaliação das intervenções em várias cidades, incluindo Recife (Academia da Cidade) e Curitiba (CuritibaAtiva) e os resultados preliminares são encorajadores. Há ainda muito a ser realizado, mas estas áreas em progresso ilustram o valor do foco na inclusão da atividade física e promoção da saúde no Brasil na Política Nacional de Promoção da Saúde.

## Recursos para ajudar a desenvolver e manter Política Nacional



Disponível em  
<http://www.euro.who.int/Document/E90191.pdf>

Disponível em  
<http://www.who.int/dietphysicalactivity/DPASindicators/en/>



## Nauru



A ilha de Nauru é uma das primeiras do ranking sobre fatores de risco de Doenças Não-Transmissíveis (DNT), tanto na região do Pacífico quanto global. De acordo com o levantamento STEPS da Organização Mundial de Saúde (OMS), o tempo médio gasto em atividade física foi 1380 metmin/semana e 17% das pessoas foram classificadas como sedentárias, não relatando qualquer atividade física no trabalho, no tempo de lazer ou viagem. A estratégia nacional "**Nossos Passos a Nossa Saúde**" (**Our Steps Our Health**) é um programa global sobre a promoção da dieta e da atividade física entre a população adulta de Nauru. As metas do programas são:

- Aumentar o perfil de atividade física de adultos de Nauru, que é de cerca de 4000 pessoas, em 5% até 2008;
- Aumentar o perfil da atividade física de 250 trabalhadores Oficiais do Governo em 5% até 2008;
- Aumentar do número de trabalhadores que praticam atividade física regularmente;
- Aumentar do número de jardins residenciais.

Criando um suporte ambiental para à prática de atividade física nas comunidades, um marketing social, de mobilização para campanhas de promoção de uma alimentação saudável e a prática de atividade física, sendo este os elementos-chave do programa. Componentes específicos do "**Nossos passos Nossa Saúde**" são para realizar uma competição de estilo de vida saudável em grupos de dez adultos "**Bring is Best ten**" (BIB 10) e o programa de atividade física que tem como foco os funcionários do governo com liderança na saúde como exemplos de modelos **Trabalhadores Caminham as Quartas-feiras** ("**WWW**) (**Workers Walk on Wednesday**). Existe também um programa de dança aeróbica semanal realizada todas as quintas-feiras, liderado pelo Departamento de Saúde. Para mais detalhes de "**Nossos passos Nossa Saúde**" entre em contato com o Dr. Si sithu@cenpac.net.nr



# Compartilhando experiências de programas

## Iniciativa baseada na escola na África do Sul

O Programa Heróis é oferecido pela "Sportsec" e tem o objetivo de capacitar educadores (professores), estudantes e a comunidade pela atividade física e esporte. O objetivo é desenvolver uma paixão pelo exercício regular entre as crianças e criar oportunidades em atividade física, particularmente em escolares. Um facilitador, permanece nas escolas por 8



semanas, da lições de atividade física como parte do curriculum "Life Orientation" e oferece para os educadores workshops com treinamento sobre os benefícios da atividade física e aulas de educação física. Depois de 8 semanas, a escola toma posse de todo o equipamento e os professores treinados dão continuidade ao programa, assim garantindo sustentabilidade. O programa Heróis já alcançou mais de 21.000 estudantes e mais de 600 professores foram treinados nos últimos 3 anos, com um incremento superior a 35% em 2007.

## Política nacional no local de trabalho em Vanvatu: caminhando pela vida

Em março de 2006, o gabinete do primeiro ministro com o endosso da assembléia dos ministros lançou a política "Caminhando pela Vida", um plano de sete pontos para empregados civis para promover e praticar um estilo de vida saudável começando com atividade física através de um programa estruturado no local de trabalho. Uma decisão da política foi: que todas as quarta-feiras (às 15:00) escritórios do governo deveriam promover atividade física seguindo um programa de atividade física estruturado (principalmente caminhada) para que o staff tomasse parte. Como parte da implantação, o programa "Caminhada pela Vida dos Empregados Públicos" tem sido desenvolvido com o objetivo de encorajar competições entre empresas, competições esportivas entre departamentos do governo e ONGS; iniciativas de atividade física no local de trabalho e caminhada pela vida, um programa com foco rural. Dados coletados através de uma pesquisa mini-steps forneceu informações iniciais sobre o perfil de saúde do staff e será usado para monitoração e avaliação. Embora é cedo para medir o impacto, existem sinais de melhoria no comportamento da atividade física, comparado com outros locais de trabalho.

## Atividade física e o ambiente construído

Esta área continua sendo o foco principal de pesquisa atual, advocacia e intervenções. Documentos importantes têm sido liberados em todo o mundo, chamando a atenção para a importância do design urbano, plano regional e espaço público aberto. Aqui estão alguns exemplos recentes:

- **NICE Saúde Pública Guia 8 de Promoção para criação de ambientes construídos ou naturais que encorajem e apoiem a atividade física.** Março de 2008, Londres – [www.nice.org.uk](http://www.nice.org.uk)
- **Posicionamento: O ambiente construído, atividade física, doenças do coração e acidente vascular encefálico.** Outubro de 2007 – [www.heartandstroke.ca](http://www.heartandstroke.ca)
- **Construindo saúde: criando e reforçando lugares para um estilo de vida ativo. O que precisa ser feito?** Download em: [www.heartforum.org.uk](http://www.heartforum.org.uk), ou [www.livingstreets.org.uk](http://www.livingstreets.org.uk) ou [www.cabe.org.uk](http://www.cabe.org.uk)
- **Estado de Revisão de Evidências em Saúde Urbana e Peso Saudável.** K. Raine, J.C. Spence, J. Church, et al. Ottawa: CIHI, 2008. [www.cihi.ca](http://www.cihi.ca)
- **FORESIGHT: Ataque à Obesidade: Escolhas Futuras.** Outubro, 2007. Esse relatório foi comissionado pelo Programa Foresight do Escritório de Ciência e Tecnologia, Reino Unido. [www.foresight.gov.uk/obesity](http://www.foresight.gov.uk/obesity)



A Rede Internacional de Atividade Física e Ambiente (IPEN) propicia apoio para trabalhos em atividade física e ambiente e um site cheio de fontes úteis e formação em projetos conjuntos. Para mais informações acesse: [www.ipenproject.org](http://www.ipenproject.org)



## Notícias do ACSM (Colégio Americano de Medicina do Esporte)

### Exercício é Medicina™: Uma Nova Prescrição

Exercício é Medicina™: um programa do Colégio Americano de Medicina do Esporte (ACSM) com apoio da Associação Médica Americana foi criada em 2008 e ganhou interesse internacional. Como essência, Exercício é Medicina™ é um chamado para os médicos para monitorar exercício como um sinal vital durante toda consulta com pacientes, e uma mudança para prescrever exercício para todos os pacientes rotineiramente. O programa também é focado no valor das referências dos médicos para certificar saúde e aptidão, bem como no local de trabalho, saúde da comunidade e bem-estar.

Um dos recursos mais atraentes do Exercício é Medicina™ é que não há país ou cultura específica. O programa reconhece a inatividade como um problema de saúde pública de rápido crescimento mundial, que contribui para uma variedade de doenças crônicas e complicações na saúde. Uma variedade de recursos tem sido criada para que a comunidade e os profissionais possam aprender como o exercício é medicina. Mais informações: [www.exerciseismedicine.org](http://www.exerciseismedicine.org)

Em maio de 2008, um programa especial chamado May-Kit Happen celebrou o Exercício é Medicina™. May-Kit Happen soma recursos e idéias para que cada audiência possa reconhecer a importância do Exercício é Medicina™ em ambientes profissionais e comunidade no mês. Materiais de apoio incluindo proclamações e ferramentas, que podem facilmente ser promovidas nos consultórios médicos, escolas, programas de empresas e comunidades.



## Professora Vicki Lambert: Biografia

Vicki Lambert é professora de Fisiologia do Exercício no MCT/MRC Unidade de Pesquisa em Ciências do Exercício e Medicina do Esporte (ESSM) localizada na Universidade de Cape Town. Ela é também a principal líder da Rede Africana de Atividade Física (APAN), juntamente com a Dra. Tracy Kolbe-Alexandre, também da ESSM. Sua área de pesquisa abrange o metabolismo lipídico durante o exercício, nutrição pré-natal, gasto energético e obesidade bem como epidemiologia da atividade física e doenças crônicas relacionadas ao estilo de vida.

Nos últimos anos Vicki desenvolveu um comprometimento global com a promoção da atividade física e é um membro ativo de muitos grupos de pesquisas incluindo o trabalho na transição da obesidade, o desenvolvimento de ferramentas para mensurar a atividade física (IPAQ e GPAQ), e é membro da Força-Tarefa Internacional em Atividade Física (Physical Activity Task) da Associação Internacional de Obesidade. Vicki também tem enorme prazer em construir e capacitar a pesquisa e o desenvolvimento em promoção de saúde na região da África. Em 2007, ESSM junto com o Instituto de Ciências do Esporte da África do Sul, sob a liderança de Vicki organizaram o primeiro curso de atividade física e saúde pública em Cape Town. Vicki é dedicada ao desenvolvimento de programas de atividade física e a importância da atividade física na África do Sul e região africana que apresenta um complexo ambiente com o duplo fardo de doenças, rápida urbanização e significativa desigualdade social.

O comprometimento e especialização de Vicki é evidente em seu trabalho e ela é frequentemente chamada pela OMS para aconselhar no desenvolvimento e implementação da Estratégia Global para Nutrição, Atividade Física e Saúde. Vicki tem autoria ou co-autoria em mais de 80 manuscritos científicos internacionais além de vários capítulos de livros e monografias nas áreas do balanço energético, nutrição esportiva, obesidade e atividade física.





# Próximas conferências e eventos

## HEPA – Conferência e Encontro Anual 2008

Glasgow, Escócia – 8 a 10 de Setembro de 2008

8 a 10 de Setembro de 2008

A 1ª Conferência e a 4ª Reunião Anual da HEPA Europa será organizada pela Rede Escocesa de Colaboração em Pesquisa em Atividade Física (SPARColl). Essa conferência de dois dias terá uma ênfase particular em caminhada e inclusão de conferencistas chave e eminentes especialistas. *Para mais informações, visite* <http://www.sparcoll.org.uk/>.



## 9ª Caminhada21 Conferência 2008. Barcelona, Espanha

8 a 10 de Outubro de 2008

Caminhe com Barcelona, uma cidade em movimento” trará líderes do governo, acadêmicos, do setor privado, instituições sem fins lucrativos e setores da comunidade e advocacia em transportes, planejamento, design e saúde junto com temas como “Visão Política, Orgulho Cívico e Especialização Técnica” para focar na relação que impossibilita as pessoas em desenvolver comunidades saudáveis vibrantes e sustentáveis onde as pessoas podem escolher e fazer caminhadas. Leia mais em [www.barcelonawalk21.com](http://www.barcelonawalk21.com)

## 8ª Conferência em Promoção e Educação em Saúde da União de Promoção e Avaliação de Saúde Européia. Turin, Itália

10 a 13 de Setembro de 2008

“Novas Fronteiras: política futura, desafios culturais e científicos para a promoção de saúde” terá como foco a necessidade do diálogo intercultural em diferentes áreas geográficas da região européia e organizar um fórum para identificar, analisar e lutar contra as barreiras que podem entravar a cooperação entre vários setores. *Para mais informações visite* <http://www.hp08torino.org>

## Simpósio Internacional de Saúde Pública no Desenvolvimento e Pesquisa em Saúde. Madrid, Espanha

20 a 22 de Outubro de 2008

“Ciência pela política, política pela ciência: preenchendo a lacuna” reunirá cientistas, formadores de políticas e outros profissionais interessados em colaborar com a pesquisa em saúde pública com ênfase no ambiente e saúde. Os objetivos específicos incluem identificar as prioridades em saúde pública que requerem mais pesquisa para consideração do 7º Programa de Pesquisa e Estruturação do EC DG e apresentar as evidências científicas aos formadores de políticas para preparar a 5ª Conferência Ministerial em Ambiente e Saúde em 2009. *Para mais informações acesse:* [www.eruo.who.int/symposium2008](http://www.eruo.who.int/symposium2008)

## Atividade Física e Composição Corporal Infantil: Aplicando o Conhecimento Global para o cenário do Sul Asiático. Calicut, Kerala, Índia.

6 a 7 de novembro de 2008

É um workshop de 2 dias organizado pela Sneha-India e Sociedade Internacional para Origens de Desenvolvimento em Saúde e Doença. *Para mais informações, contate* DR GV Krishnaveni [kittyveni@hotmail.com](mailto:kittyveni@hotmail.com) (Índia) ou Sarah Kehoe [sk@mrc.soton.ac.uk](mailto:sk@mrc.soton.ac.uk) (Reino Unido).

## Workshop em Métodos de Pesquisa organizado pela Universidade de Los Andes, Bogotá, Colômbia

27 a 29 de Outubro de 2008

O Centro de Colaboração do CDC e OMS para Atividade Física e Promoção de Saúde irá conduzir um workshop para disseminar as experiências em pesquisa e métodos de delineamento para estudos avaliando a associação entre atividade física e ambiente construído nas cidades latinoamericanas. *Para mais informações, contate* Dr. Mike Pratt no CDC: [mxpe@cdc.gov27](mailto:mxpe@cdc.gov27)

## Simpósio Colombiano de Ambiente e Saúde Pública 2008, Bogotá, Colômbia

30 a 31 de Outubro de 2008

Organizado pela Fundação FES Social, Corporação da Universidade do Centro Bogotá e Universidade do Vale com o apoio do CDC, este evento tem o objetivo de unir a evidência a ação e providenciar ferramentas de advocacia para os problemas de saúde pública que envolvem ambientes urbanos. *Para mais informações, contate* Luis Fernando Gómez: [lfgomez@fundacionfes.org](mailto:lfgomez@fundacionfes.org)

## Terceiro Encontro de Alto Nível em Transporte, Ambiente e Saúde 2009

Agendado para janeiro de 2009 (ainda sem data específica) este encontro irá dar continuidade ao trabalho sobre transporte sustentável para saúde e ambiente da Pan-European. *Visite o website para mais detalhes:* <http://www.thepep.org/en/hlm/hlmeeting.htm>

## 1ª Conferência do Pacífico Asiático em Promoção e Educação em Saúde. Chiba, Japão

18 a 20 de Julho de 2009

“Perspectivas do Pacífico Asiático: Dividindo Experiências, Esforços e Evidências”. Organizado para discutir a importância das atividades de prevenção primária, as mais recentes pesquisas e estratégias inovadoras para futuras atividades em promoção de saúde e educação na região do Pacífico Asiático. *Para mais informações:* <http://www.dokkyomed.ac.jp/dep-m/pub/apac.html>