Club Esportiu Palma de Mallorca Activa

PALMA esports

TÚ ELIGES...LA SALUD RESPONDE

PROMOCIÓN DE LA SALUD
Y
PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA A TRAVÉS DEL DEPORTE

PRESENTACIÓN

- La Asociación PALMAesports se constituyó el 14/03/2012, registrándose en la Dirección General de Deportes de la Comunidad Autónoma de las Illes Balears y como entidad ciudadana del Ayuntamiento de Palma de Mallorca, ***reconocida de Utilidad Pública Municipal.***
- Su creación surgió ante la necesidad de ***garantizar la práctica deportiva a los colectivos más desfavorecidos*** de la sociedad de la ciudad de Palma de Mallorca.
- La finalidad de este proyecto socioeducativo-deportivo es trabajar por el bienestar de las personas con edades comprendidas entre 5 y 17 años en situación de vulnerabilidad, facilitando la ***inclusión social y promoción de la salud***, haciendo de esta herramienta un eficaz elemento para la educación en hábitos saludables, como la buena alimentación y el desarrollo integral.

Club Esportiu Palma de Mallorca Activa

PALMA esports

"TÚ ELIGES...LA SALUD RESPONDE"

1. REPERCUSIÓN COLECTIVA DEL PROYECTO

ACTIVIDADES

- ❑ Entrenamiento diario semanal.
- ❑ Programa de apoyo psicológico en el ámbito deportivo:
  - Sesiones de entrenamiento psicológico interviniendo el equipo técnico, niños y familias.
- ❑ Charlas para fomentar hábitos saludables.
- ❑ Programa de información familiar:
  - Alimentación saludable en la Primera Infancia.
  - Talleres de alimentación saludable y sostenible.
  - Formación teórica básica para familias, de Reanimación Cardiaca y Pulmonar a lactantes, niños y adultos.

"TÚ ELIGES...LA SALUD RESPONDE"

BENEFICIARIOS

- ❑ Edades comprendidas entre: 5 y 17 años.
- ❑ Nº de familias participantes:
  * 2021: 317
  * 2022: 518

Nº de niños/as participantes:
  * 2021: 153
  * 2022: 250

Nº de niños/as becadas: 30%

2. MÉRITOS DE LA ENTIDAD PALMAESPORTS

- Declarada de utilidad Pública Municipal, por el Ayuntamiento de Palma.
- Registrada en la Plataforma de Voluntariado de las Illes Balears.
- Convenio de colaboración con UNICEF Baleares, Creu Roja Juventud y Caritas Mallorca.
- Convenio de colaboración con la Fundación Alcampo por la Juventud y Fundación Colonya Pollença.

"TÚ ELIGES...LA SALUD RESPONDE"

- Certificada por el Consejo Superior de Deportes, adherida al "Plan 2020 de Apoyo al Deporte Base II" (ADB 2020).
- Convenio de colaboración formalizado con la Dirección General de Infancia, Juventud y Familias de la CAIB y la Dirección Insular de la Infancia del Consell de Mallorca.
- Apoyo de Colegios Oficiales Profesionales (COIBA, COPIB, ICAIB, UIB).

3. PARTICIPACIÓN DE PROFESIONALES SANITARIOS

MÉDICOS COLEGIADOS EN LAS ILLES BALEARS

DR. CARLO GARCÍA
Nº COL.: 070844523 (COMIB)
Asesoramiento médico relacionado con el deporte y la salud, mediante conferencias y charlas a entrenadores y familias.

DR. JOSE LUIS DE LEO
Nº COL.: 070704582 (COMIB)
Asesoramiento médico relacionado con el deporte y la salud, mediante conferencias y charlas a entrenadores y familias.

DRA. YANET CABRERA
Nº COL.: 070710156 (COMIB)
Asesoramiento médico relacionado con el deporte y la salud, mediante conferencias y charlas a entrenadores y familias.

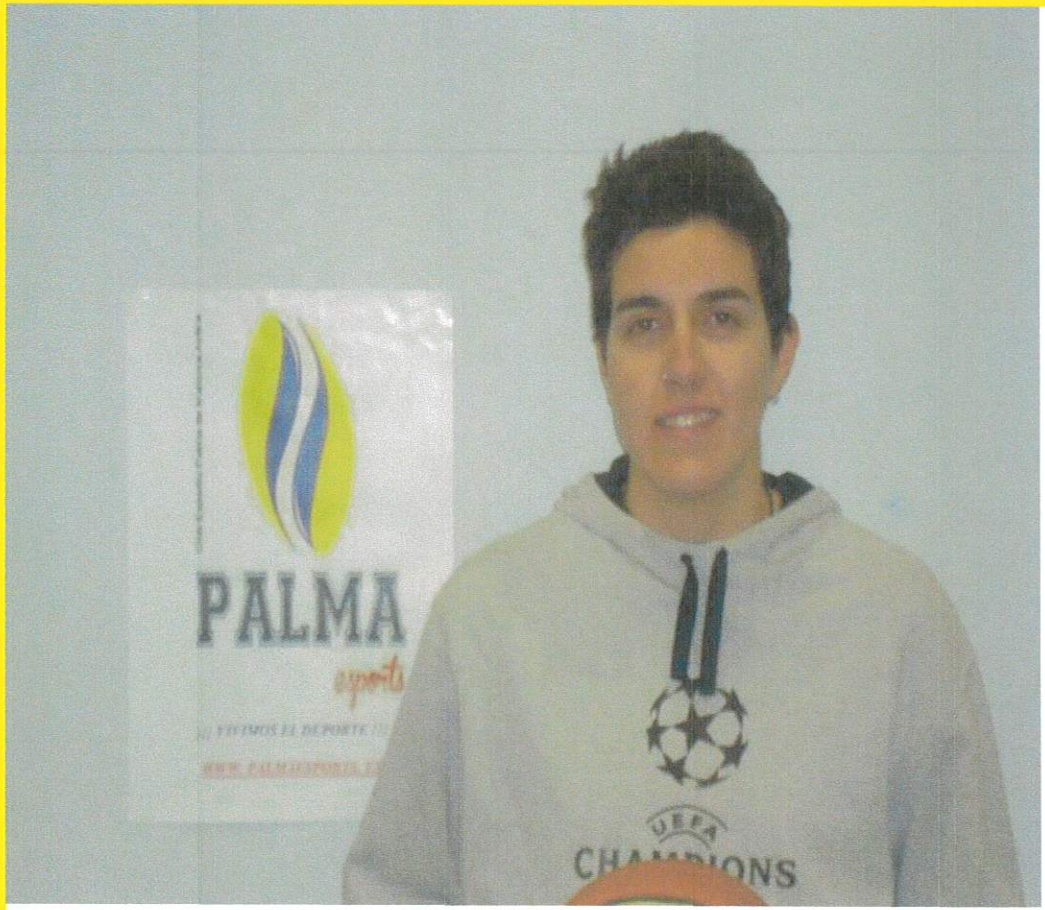
"TÚ ELIGES...LA SALUD RESPONDE"

Club Esportiu Palma de Mallorca Activa
PALMA esports

¡Por tu salud, muévete!

Actividad física diaria 60 min. | Equilibrio emocional | Balance Energético | Técnicas culinarias saludables

CATALINA RIGO - COORDINADORA Y PSICÓLOGA DEPORTIVA
Nº COL.: B-02195 (COPIB)



"TÚ ELIGES...LA SALUD RESPONDE"

En PALMAesports trabajamos en la reorientación de la cooperación técnica, fomentando la participación de equipos multidisciplinarios, para **ofrecer el máximo beneficio que aporta el deporte en la salud**.

Para el desarrollo de este proyecto, hemos valorado resultados de investigaciones científicas y la repercusión sobre el Sistema Nacional de Salud en cuanto a la incidencia de **Enfermedades No Transmisibles detectadas durante la infancia y/o adolescencia, derivadas de hábitos de alimentación y estilos de vida**.

El trabajo psicológico en el ámbito del deporte, está enfocado a la formación integral de los niños/as y jóvenes, para lograr mejores resultados en su desarrollo, enfatizando en la **promoción de la salud, tanto física como mental y su relación directa con la práctica deportiva**. Para conseguir este objetivo, reforzamos la implicación del equipo técnico y de las familias, proporcionando información útil y orientación práctica a familias, necesaria para desempeñar con seguridad la función educadora de sus hijos/as.

MARI LOZANO – PEDAGOGA NUTRICIONAL

OBJETIVO PRINCIPAL: Concienciar de los buenos hábitos alimenticios compaginados con la actividad física.

ACTIVIDADES REALIZADAS EN PALMAESPORTS, ÁREA DE NUTRICIÓN:

- Decálogo **meriendas saludables**.
- **Talleres de nutrición** para padres y madres.
- Fomento del **consumo consciente de alimentos** en todas las etapas de la vida, promocionando hábitos saludables de alimentación por el bienestar de las personas.

"TÚ ELIGES...LA SALUD RESPONDE"

ETHEL BABLER ALONSO – TÉCNICO SANITARIO

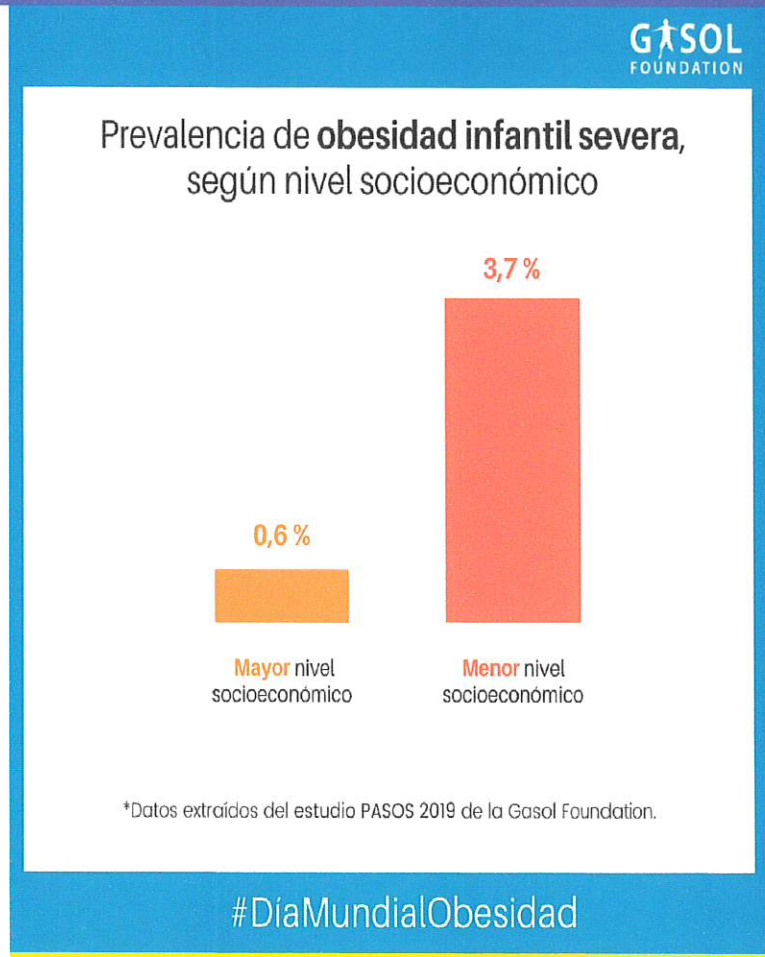
"TÚ ELIGES...LA SALUD RESPONDE"

- Colaboración en la **promoción de la salud y prevención de enfermedades crónicas no transmisibles** relacionadas con la malnutrición, realizando acciones básicas que empoderan a las familias e influyen en hábitos y entornos saludables para reducir el impacto en el Sistema Nacional de Salud.

- Colaboración en **formación a familias y entrenadores** sobre **Primeros Auxilios y Reanimación Cardiopulmonar Básica,** con el objetivo de mantener las funciones vitales, la circulación de la sangre y el aporte de oxígeno, cuando los mecanismos naturales fallan por cualquier causa.

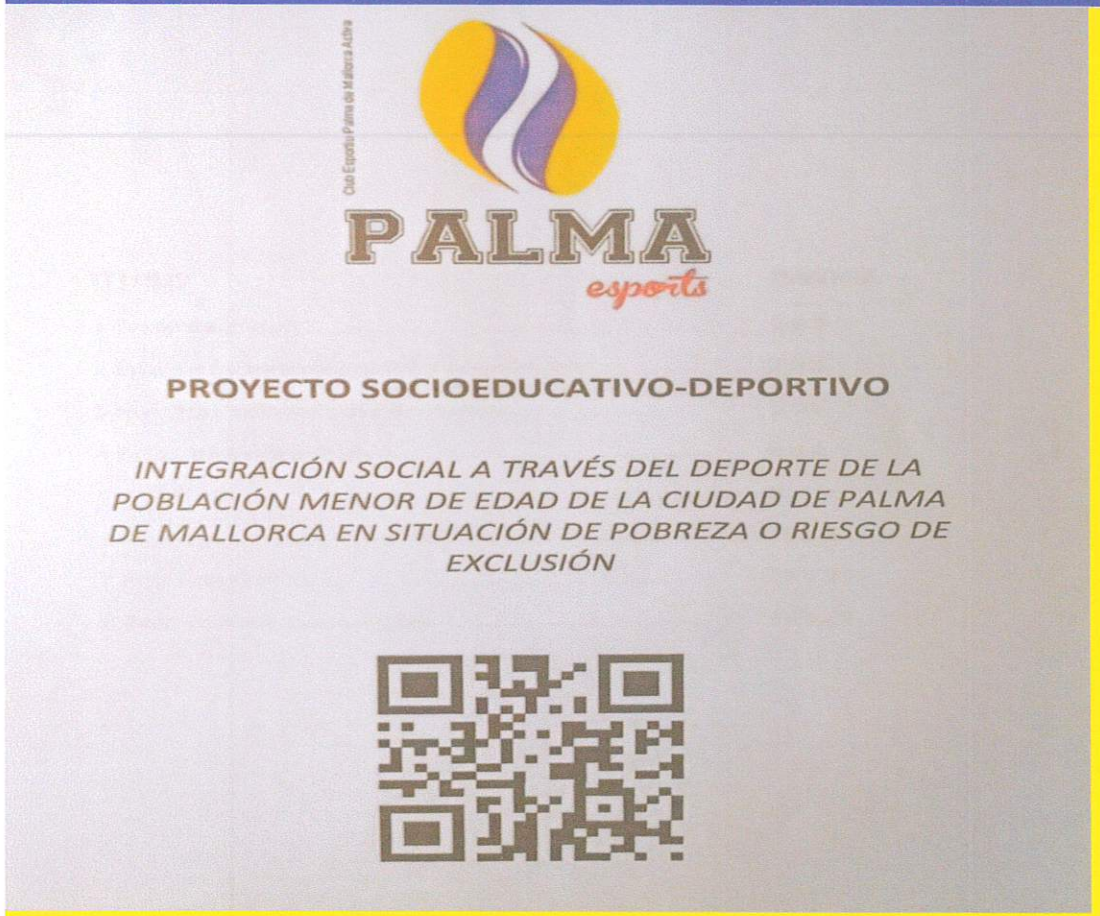
4. IMPACTO EN EL SISTEMA NACIONAL DE SALUD

- Según apunta la Organización Mundial de la Salud (OMS), el número de personas con edades comprendidas entre los 5 y 19 años, con sobrepeso u obesidad, aumenta anualmente y es preocupante.
- Ante este problema, la OMS considera necesario crear entornos seguros y saludables, creando las condiciones necesarias, asequibles y accesibles para mejorar la salud.
- Este proyecto comparte la preocupación ante este problema de salud pública y lo considera una herramienta importante para poner en manos de la población infantil vulnerable, una alimentación más saludable y mejorar el nivel de actividad física.
- Coincidimos con la OMS que "siempre es mejor prevenir que curar" y sembrar las bases para un futuro lo más saludable posible, está en manos de todos.



"TÚ ELIGES...LA SALUD RESPONDE"

5. CONTINUIDAD Y SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO



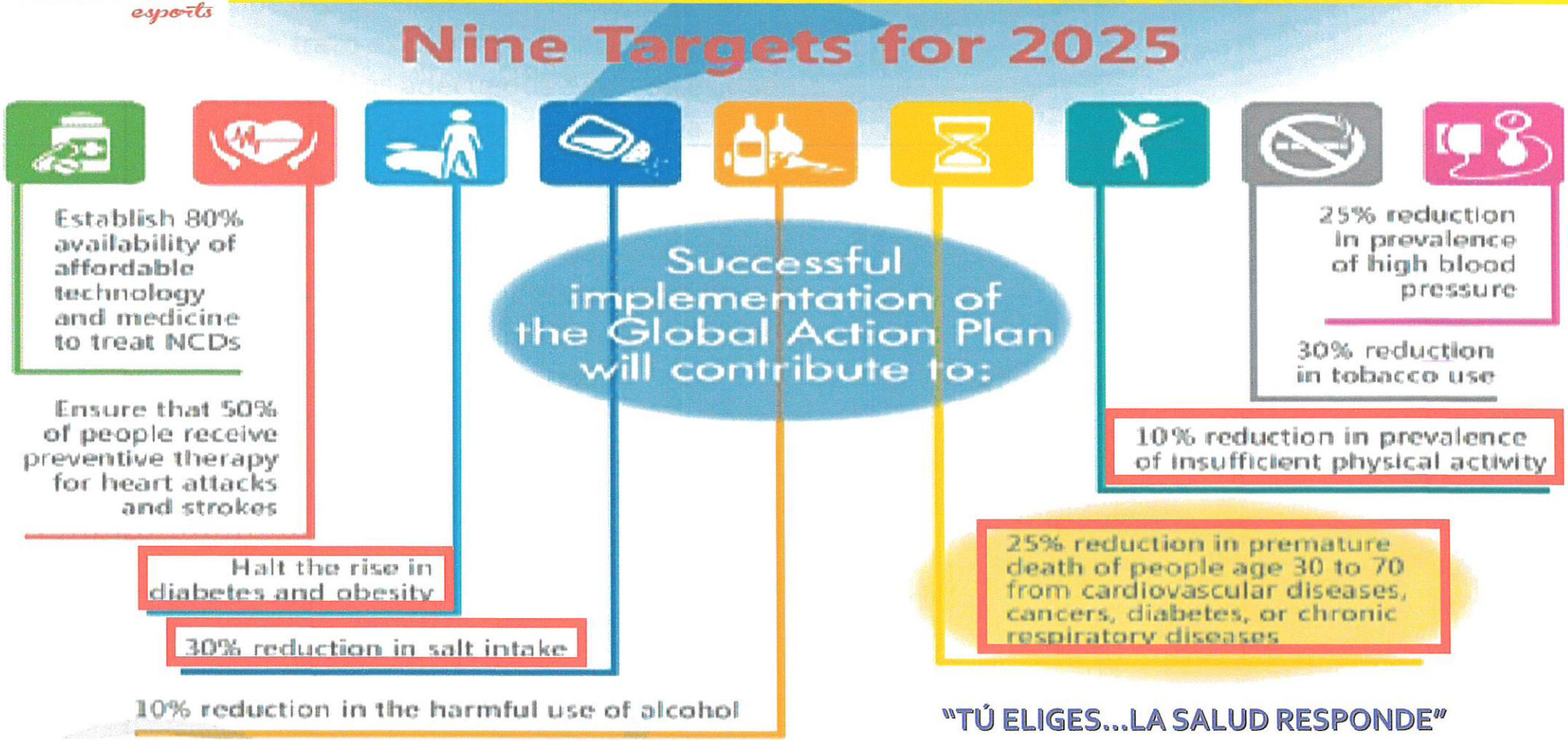
"TÚ ELIGES...LA SALUD RESPONDE"

- **PROYECTO DE CONTINUIDAD GARANTIZADA:**
  - Equipo multidisciplinar comprometido con el Proyecto desde 2017.
  - Apoyo económico, humano y estructural de entidades públicas y privadas.

- **PROYECTO SOSTENIBLE:**
  - Iniciativa planificada y ejecutada, valorando la calidad y eficacia en beneficio de la salud.
  - Transmitimos conductas y hábitos cuidadosos con el medio ambiente.
  - Respetamos la multiculturalidad social, cultural y económica, facilitando la integración social y el derecho a la práctica deportiva.
  - Abordamos la alarmante situación identificada, de forma eficiente.

PALMA esports

NUEVE METAS DE LA OMS PARA EL 2025



"TÚ ELIGES...LA SALUD RESPONDE"

PROYECTO SOCIOEDUCATIVO-DEPORTIVO

Club Esportiu Palma de Mallorca Activa

PALMA esports

"TU ELIGES..., LA SALUD RESPONDE"

WWW.PALMAESPORTS.ES

CLUBPALMAESPORTS@GMAIL.COM

635072565

PALMAesports

clubpalmaesports