

## IRUN SASOIAN: CUANDO TODO EN EL MUNICIPIO SE VUELVE A FAVOR DE QUE SEAS UNA PERSONA ACTIVA

**Murias, P.\*, Echepare, J.\*, Iturrioz, I.\*\*.**

\*Ayuntamiento de Irun

\*\*Diputación Foral de Gipuzkoa

Correo electrónico para comunicaciones: pmurias@irun.org

**Sección:** Deporte formación y deporte escolar.

**Resumen:** El ámbito local cobra un protagonismo especial en la creación de condiciones favorables a la actividad física en los entornos próximos a las personas. El avance de la actividad física precisa de una movilización de la comunidad en su apoyo. Irun Sasoián es una iniciativa comunitaria liderada por el Ayuntamiento de Irun, que moviliza a los distintos actores locales para desarrollar programas destinados a promover el desarrollo de la comunidad en el ámbito de la actividad física, involucrando a distintas áreas municipales, actores públicos y privados y a la propia población. En total, han participado 15 servicios municipales y al menos 125 entidades y se han puesto en marcha más de 15 programas en distintos entornos y sobre distintos grupos de población.

**Palabras clave:** actividad física, política, fomento, multicomponente, municipal.

Fomentar la actividad física en la población es una tarea compleja que requiere un abordaje extensivo sobre determinantes individuales, sociales y del entorno físico. Factores múltiples ejercen influencia sobre la actividad física de la población (Sallis et al., 2006; Richard et al., 2011; Iturrioz, 2012). Existen fuentes de evidencia y de conocimiento sobre qué estrategias resultan prometedoras a la hora de incrementar la actividad física. Distintas revisiones científicas señalan a las intervenciones multicomponente como intervenciones prometedoras (WHO, 2009; GAPA, 2011; Bellew et al, 2011). Se trata de intervenciones que incluyen distintos programas coordinados entre sí, que actúan a distintos niveles y que involucran a distintas áreas.

El ámbito local cobra un protagonismo especial en la creación de condiciones favorables a la actividad física en los entornos próximos a las personas. El avance de la actividad física precisa de una movilización de la comunidad en su apoyo. Tradicionalmente, los servicios municipales de deporte se han centrado en la gestión de los recursos propios: instalaciones y servicios deportivos. Ello ha generado en las décadas recientes una importante puerta de acceso a la actividad física para la población, pero el efecto resulta limitado a la vista de las considerables bolsas de población que no alcanzan aún los niveles mínimos de actividad física saludable (Iturrioz, Miranda y Villaverde, 2014). Para superar la situación descrita resultará necesario, por lo tanto, un nuevo posicionamiento de la administración local. Un nuevo posicionamiento que vendrá definido por un tránsito desde el rol predominante de prestador de servicios, a un rol de facilitador de la actividad física donde se pongan en juego todos los recursos existentes en el municipio.

El principal apoyo para esta transformación proviene de la puesta en marcha de un proyecto comunitario, a modo de laboratorio de programas para el fomento de la actividad física que busca crear condiciones favorables para la actividad física en la ciudad y que hemos denominado *Irun Sasoi*.

*Irun Sasoi* es una iniciativa comunitaria liderada por el Ayuntamiento de Irun, que moviliza a los distintos actores locales para desarrollar programas destinados a promover el desarrollo de la comunidad en el ámbito de la actividad física, involucrando a distintas áreas municipales, actores públicos y privados y a la propia población.

Persigue crear condiciones de vida favorables a la actividad física en nuestra ciudad para que la opción de ser una persona activa resulte la opción fácil. Para ello desarrolla políticas, programas y otras iniciativas basadas en el mejor conocimiento disponible que incidan en las condiciones de vida de la población irunesa.

Los objetivos del proyecto *Irun Sasoi* son:

1. Diseñar, ejecutar, promover, evaluar y, en su caso, dar continuidad a intervenciones estables y duraderas dirigidas a distintos sectores de la población irundarra que generen una mejora de las condiciones de acceso a la actividad física y un incremento de las oportunidades de actividad física.
2. Crear, desarrollar y mantener un entorno físico natural y construido que facilite e impulse la actividad física.
3. Potenciar la acción intersectorial a favor de la actividad física, basándola en la asimilación por parte de otros agentes y áreas municipales de las políticas de fomento de la actividad física.
4. Reducir la desigualdad proveniente de la incidencia de los determinantes sociales en la población en cuanto a la práctica de actividad física y el mantenimiento de la conducta sedentaria.

*Irun Sasoi* aborda tres ámbitos de actuación en atención a los factores que influyen, de manera positiva o negativa, en la práctica regular de actividad física: factores de índole individual, social y del entorno físico (construido y natural). Para ello, en colaboración con otros actores y sectores se ha diseñado y desarrollado una serie de programas que aborda distintos grupos de población de Irun y que intervienen sobre determinantes del medio físico. Se exponen a continuación sus principales características y resultados obtenidos.

- **Ikas Sasoi:**

Programa que persigue fomentar la actividad física y la evitación de la conducta sedentaria entre los y las escolares que cursan E.S.O. en Irun. 23 acciones planteadas. 19 acciones multicomponente ejecutadas en los cursos 2013-2014 y 2014-2015 a partir de las aportaciones de los y las alumnas y agentes de la comunidad. 1.797 escolares encuestados. 3 grupos focales. 41 ofertas de actividades recreativas con prueba gratuita desde 2013. 132 altas nuevas en polideportivos. 5 Salidas a la naturaleza nordic walking, 16 participantes. 60 participantes en sesiones de movilidad urbana. 1.995,00 € de gasto directo.

- **Nordic Sasoi:**

Programa para introducir la modalidad de nordic walking. 12 salidas organizadas con diversos colectivos: alumnos/as de E.S.O., mujeres, asociaciones de mayores... 73 participantes. 1.875,00 € de gasto.

- Eskailera Sasoi:

Fomento del uso de las escaleras en detrimento del ascensor por parte de la población de Irun, apoyándose para ello en la señalización de los escenarios donde se adopta la decisión. En los meses de abril y mayo de 2015, se llevó a cabo una experiencia piloto en 4 viviendas del municipio utilizando contadores de personas portátiles. La instalación del cartel obtuvo un impacto positivo, incrementándose el uso de las escaleras en aproximadamente un 7%. El impacto fue mayor en las subidas: un 14,6%. A través de la colaboración con los administradores de fincas que operan en el municipio se han distribuido 100 carteles en viviendas. 5.200,00 € de gasto directo asociado.

- Urban Sasoi:

Guía de recomendaciones para generar un entorno físico que facilite y promueva un estilo de vida más activo entre todas las personas que viven y desarrollan sus actividades en la ciudad. Movilidad, usos del suelo, espacios abiertos, calles y paisaje urbano, proyectos de edificación, espacios, instalaciones y equipamientos específicos. 167 criterios incorporados basados en evidencias y recomendaciones. Gasto: 1.500,00€

- Art Sasoi:

Instalaciones deportivas pintadas en el suelo. Se colabora con artistas locales para la recuperación de espacios infrautilizados o degradados para un uso activo. 2 actuaciones llevadas a cabo. Plaza Puiana: Realización de pinturas (formas, líneas, números y colores) en el pavimento de la plaza que incentiven la imaginación y la actividad física de los niños de la zona (2014). Escaleras de las emociones: decoración de escaleras generando una transformación de este espacio pasando de ser un espacio poco atractivo y con un uso estrictamente funcional a resultar un reclamo artístico que resultará más amigable para la movilidad activa (enero de 2015). 6.832,50 € de gasto.

- Igande Sasoi:

Iniciativa que pretende fomentar la adopción de hábitos saludables de actividad física entre las familias de Irun, proponiendo actividades abiertas y accesibles a todas las personas el domingo por la mañana cerrando al tráfico el centro de la ciudad. 15 sesiones, 32 entidades, 404 participantes de media por sesión, 1.634 personas involucradas de media por sesión, 6 servicios municipales involucrados. 22.122,00 € de gasto en dos ejercicios.

- Patioetan Sasoi:

Apertura de instalaciones deportivas exteriores de centros escolares en horario extraescolar. Acuerdo entre distintos centros educativos de Irun para la apertura de los patios de los centros al uso libre por parte de la población. 44 jornadas de apertura (1.008 horas) en 2014. 215 jornadas (5.753) horas en 2015. 33.550,00 € de gasto entre 2014 y 2015.

- Recorridos urbanos:

Red de recorridos urbanos señalizados para un desplazamiento activo. Dinamización con voluntarios/as. 6 recorridos urbanos nuevos con señalización fija, mapa y consideración de distancia y número de pasos orientativo. 4 recorridos con voluntariado habilitado. 18 km señalizados. Medición de los recorridos en nº de pasos para facilitar mediciones objetivas. Dinamización en colaboración con el programa de Salud Pública del Gobierno Vasco "Tipi tapa". 4.811,50 € de gasto en los ejercicios 2013 y 2014.

- Txirrinda ere Sasoi:

Programa que pretende incentivar y facilitar a las personas que tienen una bicicleta averiada su reparación para fomentar su uso de cara al verano habilitando para ello acciones promocionales y de comunicación dirigidas a la población de Irun. 5 comercios adheridos a la campaña en 2015.

- Auzoetan Sasoi:

Dinámica dirigida a los y las adolescentes con el fin de identificar zonas de juego y actividades a realizar en distintos barrios. Prueba piloto: 19 de julio de 2014 de 11:00 a 13:00 dirigido a toda la población pero en especial a los y las adolescentes. Modalidad ruedas (Long, Skate, Scooter y Patines). Asistencia: 16 personas. Intervención en el barrio de Lapitze. 18 de julio de 2015. 15 participantes.

- **Bidasoatik Mundura-Sasoi Erronka:**

Se trata del reto que lanzamos a los alumnos y alumnas de E.S.O. de la comarca de Bidasoa para promover hábitos de vida saludables a través de juegos y actividades a realizar en los centros educativos en el horario de recreo. El programa propone a los alumnos sumarse al reto de dar la vuelta al mundo. Para ello, en cada colegio los alumnos deberán de formar equipos y realizar actividades que corresponden a cada país. El programa se inició en el curso 2015-2016 en 10 centros de los municipios de Irun y Hondarribia. Un total de 775 alumnos/as se han inscrito en el programa, el 53% del alumnado de 1º y 2º de ESO ha participado en las actividades. El 45% chicas. La participación media ascendió al 42%. 850 participantes en la fiesta final. El coste para el Ayuntamiento de Irun fue de 5.000,00€

- **Talleres de prevención de caídas:**

Organización de 2 talleres de prevención de caídas destinado a personas mayores y sus cuidadores/as. 3 y 10 de febrero de 2015. Acción formativa en colaboración con Salud Pública y Osakidetza. Áreas de Deportes y Bienestar Social. 100 participantes.

- **Foro Irun Sasoian:**

Espacio de encuentro del sector profesional del deporte de Irun dirigido a organizaciones y personas que guardan relación profesional con el deporte, en el que se ponen en común políticas y estrategias para impulsar la actividad física en Irun. 26 participantes en 2013 y 29 en 2014. 14 entidades en 2013 y 17 en 2014. 2.582,00 € de gasto en el conjunto de las dos ediciones.

- **Formación de actividad física y salud:**

En colaboración con Gobierno Vasco. 6 y 7 de febrero de 2014. Jornadas de Deporte Municipal: Ciudad y Actividad Física en 2015 en colaboración con la Asociación Vasca de Gestores del Deporte. 221 inscripciones en total. 7.914,00€ de gasto en las dos acciones formativas.

Irun Sasoian es una intervención multicomponente que actúa a distintos niveles sobre distintos escenarios del ámbito local de Irun, movilizándolo a los agentes de la comunidad a través de distintos programas coordinados bajo la marca "Sasoi" que involucran a diferentes áreas o sectores. La puesta en marcha del programa parte de las evidencias científicas sobre qué tipo de estrategias o intervenciones resultan prometedoras en facilitar el acceso a la actividad física a la población, tras lo cual se incorpora al conocimiento experto el conocimiento de la experiencia aportado por agentes locales y por la propia población, dando forma a propuestas de intervención. Han participado en total 15 servicios municipales y al menos 125 entidades: asociaciones, empresas, clubes, centros educativos, centros de salud, asociaciones de vecinos...

*Irun Sasoian* es un eje sobre el que pivota una nueva concepción de la acción de fomento de la actividad física desde el ámbito local. Si lo que parece funcionar en el fomento de la actividad física es la intervención multicomponente y si el ámbito local es clave, Irun Sasoian está actuando en el centro de la cuestión. Esta iniciativa escapa del concepto tradicional de atención al deporte municipal y de los habituales entornos de gestión de las/los responsables del deporte municipal y supone una acción transformadora que incide directamente sobre los determinantes de la actividad física y sobre grupos de población de especial interés para llegar finalmente desde distintos escenarios y niveles a toda la población.

El programa *Irun Sasoian* ha sido reconocido con el Premio NAOS 2014 (Ayuntamiento de Irun, 2015) a la mejor iniciativa del Estado en fomento de la actividad física en el ámbito familiar y comunitario. Ha recibido el sello Gosasun de la Agencia Vasca de Innovación al fomento de la actividad física (Innobasque, 2015) y ha sido elegido por el Estado como una de las tres iniciativas de referencia en el fomento de la actividad física dentro del estudio elaborado para la oficina europea de la OMS (Oficina europea de la OMS, 2015).

## Referencias

- Bellew B., Bauman A., Martin B., Bull F., Matsudo V. (2011). *Public policy actions needed to promote physical activity*. Curr. Cardiovasc. Risk Rep. 5:340-349.
- Global Advocacy for Physical Activity (GAPA) y Advocacy Council of the International Society for Physical Activity and Health (ISPAH). (2011). *NCD Prevention: Investments that Work for Physical Activity*. Recuperado de: [www.globalpa.org.uk/investmentssthatwork](http://www.globalpa.org.uk/investmentssthatwork).
- Gosasun/Agencia Vasca de Innovación. Sello Gosasun. Disponible en: <http://www.gosasun.net/sello/irun-sasoian-recibe-el-sello-gosasun/> Consultado 14/10/2016
- Iturrioz I.; Miranda M. y Villaverde E (2014) *¿Qvo vadis, deporte municipal?* En: Ramón - Llopis Goig (dir.): Crisis, cambio social y deporte. (215:224). Valencia. Nau Llibres-Edicions Culturals Valencianes, S.A.
- Iturrioz I. (2012). *Modelo vasco de actividad física. Un marco referencial para la promoción de la actividad física en Euskadi*. En: Martínez de Aldama I., Ortúzar I., Cayero R., Calleja J. (Coord) et al.: Investigación e innovación en el deporte. (352:358). Barcelona. Paidotribo.
- Premio Estrategia NAOS (Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad) del Ministerio de Sanidad y Consumo. Irun: Área de Cultura y Deportes del Ayuntamiento de Irun; (2015). Disponible en: (<http://www.irun.org/irunkirol/comunes/contenido.aspx?clave=4328&idioma=1&tipo=K&dedonde=banners>). Consultado 12/10/2016.
- Richard L. et al. (2011). *Ecological models revisited: their uses and evolution in Health promotion over two decades*. Annual Review of Public Health.32:307-26..
- Sallis J, et al. (2006) *An ecological approach to creating more physically active communities*. Annual review of Public Health.27:297-322.
- World Health Organisation (2009). *Interventions on Diet and Physical Activity: What Works? Summary Report*. Geneve. World Health Organization.
- World Health Organisation (2015). *Factsheets on health-enhancing physical activity in the 28 european union member states of the who european region*. Copenhagen. WHO Regional Office for Europe.