

CONVENIO DE COLABORACIÓN ENTRE EL INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTES DEL EXCMO. AYUNTAMIENTO DE SEGOVIA Y LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER, DELEGACIÓN DE SEGOVIA PARA PROMOVER HÁBITOS SALUDABLES ENTRE LA POBLACIÓN SEGOVIANA DURANTE LA TEMPORADA 2012/2013.

En la Ciudad de Segovia a 24 de enero de 2013

R E U N I D O S

De una parte, el Ilmo. Sr. D. PEDRO ARAHUETES GARCIA, mayor de edad, provisto del D.N.I. 3.427.095-A, vecino de Segovia, en calidad de Presidente del Instituto Municipal de Deportes, en adelante IMD, actuando en nombre y representación del mismo, en virtud del acuerdo de la Junta Rectora del Instituto Municipal de Deportes, en sesión celebrada el día 5 de diciembre de 2012.

De otra, D. Concepción Díez Garcillán, con DNI: 03349053T Presidenta de la Asociación Española contra el Cáncer, con C.I.F: G28197564, en la Junta Provincial de Segovia, actuando en representación de la misma.

Ambas partes, en la calidad en que cada una intervienen, se reconocen recíprocamente la capacidad legal para obligarse y otorgar el presente convenio.

E X P O N E N

Que el Instituto Municipal de Deportes del Ayuntamiento de Segovia tiene como finalidad el promover el derecho del Deporte en Segovia Capital, partiendo de la consideración de que el Deporte es un derecho fundamental de las personas, ya sea en su vertiente educativo-formativa, en su faceta recreativa, en el aspecto competitivo o como espectáculo.

Que la Asociación Española contra el Cáncer, tiene entre sus objetivos la promoción de hábitos saludables en la sociedad y mas concretamente entre los mas jóvenes estando interesados en difundir estas conductas entre todos los grupos sociales a través de la práctica del deporte mediante la organización y promoción de actividades deportivas de todo tipo a fin de que los ciudadanos de Segovia puedan desarrollar estas capacidades a través del Deporte.

En su virtud, y considerando la cooperación beneficiosa para el fomento y desarrollo de los objetivos de ambas instituciones, ambas partes desean establecer un instrumento que regule las relaciones necesarias para potenciar aquellos programas y actividades en los que existan intereses comunes, por lo que otorgan el presente Convenio, con arreglo a las siguientes:

E S T I P U L A C I O N E S

PRIMERA.- El IMD se compromete a:

- a) Incluir en todas las actividades y proyectos que organiza las herramientas de comunicación necesarias para promover entre los participantes hábitos saludables, dando a conocer la AECC, así como los valores que esta transmite.
- b) Incluir en su página web, y otros posibles soportes, de las actividades que organice, la publicidad, imagen, o logotipo, de la AECC, asociando, de este modo, los objetivos de ambas instituciones.
- c) Colaborar con AECC en difundir sus programas de prevención a todos los participantes del sector deportivo segoviano.
- d) Difundir, entre la población joven segoviana, el programa de prevención de la salud y fomento del voluntariado de la AECC, denominado "Jóvenes por la salud" (Anexo I).
- e) Colaborar con la AECC en la realización de convocatorias para dar a conocer entre el sector deportivo segoviano, en especial entre los más jóvenes, todas las herramientas de las que la AECC dispone para la consecución de sus objetivos. A tal efecto, se cederá el Aula de Formación del IMD, incluyendo estas jornadas en la programación de temporada de la Escuela de Formación del IMD, EFIMD.

SEGUNDA.- AECC se compromete a:

- a) Colaborar con el IMD en todas las actividades y proyectos que este organiza, poniendo a su disposición el personal y medios de que disponga, para transmitir entre los participantes la importancia de desarrollar hábitos saludables y preventivos.
- b) Facilitar todo el soporte publicitario de la AECC (logotipo, lonas,) para que pueda ser incluido en las diferentes actividades.
- c) Dar a conocer entre el sector deportivo segoviano, en especial entre los más jóvenes, todas las herramientas de las que la AECC dispone para la consecución de los objetivos. Para ello, se fijarán jornadas periódicas a lo largo de la temporada deportiva que se llevarán a cabo en el Aula de Formación del IMD, incluyendo estas jornadas en la programación de temporada de la Escuela de Formación del IMD, EFIMD.
- d) Aportar, en las actividades y proyectos que ambas partes acuerden, los premios, trofeos y/o material a repartir entre los participantes.
- e) Promover entre sus asociados el "Carné Deportivo Municipal" del IMD.

TERCERA.- El presente convenio entrará en vigor en el momento de su firma y concluirá su vigencia el día 31 de julio de 2013. No obstante, podrá prorrogarse por periodos equivalentes a un año natural, hasta un máximo de tres, si existiera mutuo acuerdo entre las partes manifestado expresamente en ese sentido, y siempre dos meses antes de la finalización del mismo.

CUARTA.- El IMD se reserva la facultad de interpretar las dudas que plantee la aplicación del presente Convenio.

QUINTA.- El IMD, se reserva el derecho a rescindir unilateralmente y previo aviso con QUINCE DIAS de antelación, el presente Convenio, siempre que se produzca incumplimiento, por parte de AECC de lo estipulado, o bien, alguna circunstancia de causa mayor.

Y en prueba de conformidad, firman el presente Convenio, por triplicado ejemplar y a un sólo efecto, en el lugar y fecha indicados en el encabezamiento.

INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTES

AECC

Fdo.: Pedro Arahuetes García.-

Fdo.: D^a. Concepción Díez Garcillán.-

SECRETARIO DEL INSTITUTO
MUNICIPAL DE DEPORTES;

Fdo.: Julio César Ortega Morales.-

ANEXO I

JÓVENES POR LA SALUD

PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE LA SALUD Y FOMENTO DEL VOLUNTARIADO EN JÓVENES.

Justificación de la necesidad

El cáncer constituye uno de los principales factores de morbi-mortalidad a nivel mundial siendo la segunda causa de mortalidad y en la tercera de carga asistencial por enfermedad en los sistemas sanitarios europeos (Estrategia Europea para la Prevención de enfermedades no transmisibles. OMS, 2006). Sin duda, **el cáncer es un problema de salud pública en todo el mundo y afecta a personas de todas las edades y condiciones: niños, jóvenes y ancianos; ricos y pobres, hombres y mujeres.**

Esta realidad pone de manifiesto la necesidad de desarrollar estrategias globales encaminadas a reducir el impacto de las enfermedades cancerosas a corto y largo plazo en la que se contemplen de forma prioritaria **acciones de carácter preventivo**, dado que la mayoría de los cánceres se producen por factores exógenos. En la mayoría de los casos estos factores de riesgo se encuentran asociados a los estilos de vida y, por lo tanto, se pueden evitar. Entre ellos destacan: **el tabaquismo y la exposición involuntaria al humo del tabaco, el consumo excesivo de alcohol, una dieta inadecuada, el sedentarismo, la obesidad, la exposición excesiva al sol y otras radiaciones, algunos agentes infecciosos y factores reproductivos y hormonales.** La evidencias científicas no dejan margen a la duda, si desarrollamos programas de educación que mejoren las habilidades de los individuos para eliminar los comportamientos de riesgo y desarrollar conductas saludables la incidencia del cáncer podrá reducirse.

Centrándonos en los comportamientos de riesgo de los jóvenes españoles, los datos procedentes de la última Encuesta sobre Drogas a la Población Escolar española del año 2008, el alcohol y el tabaco siguen siendo las drogas más consumidas entre los menores de 14 a 18 años de ambos sexos. El consumo de alcohol es muy frecuente entre los adolescentes, observándose que un 72,9% de los mismos afirman que lo han consumido alguna vez en el último año y un 58,9% manifiestan haber consumido en los últimos 30 días. Por otro lado, un 56,2% de los estudiantes de 14-18 años se había emborrachado alguna vez en la vida y el 29,1% lo había hecho en el último mes (29,4% chicos, 28,7% chicas) En conjunto, el consumo de alcohol juvenil muestran una tendencia a la estabilización, si bien se observa un aumento en la prevalencia de borracheras comparados con encuestas anteriores. La proporción de consumidores actuales de alcohol (alguna vez en los últimos 30 días) está estabilizada con respecto a 2006 y ha sufrido un importante descenso desde 1994 (75,1%) hasta 2006 (58%) y 2008 (58,5%). Sin embargo, la prevalencia de borracheras (29,1% en 2008), ha vuelto a situarse en cifras parecidas o superiores a las de 2004 (28%), tras el descenso experimentado en 2006 (25,6%)

Respecto al tabaco, los datos señalan que es la segunda droga de mayor consumo entre los estudiantes. En 2008 un 44,6% de los estudiantes de 14-18 años afirmaba haber fumado tabaco alguna vez en la vida y un 32,4% afirmaba haber fumado en los últimos 30 días. El porcentaje de estudiantes que fumaba diariamente era de un 14,8%. La proporción de consumidores aumenta con la edad y es mayor en las chicas que en los chicos de todas las edades. La edad media de inicio fue la más temprana de todas las drogas consideradas (13,3 años) y se ha mantenido más o menos estable en los últimos 10 años, siendo similar para ambos sexos. La edad media de inicio en el consumo diario se produce un año más tarde (14,3 años). Los datos del 2008 nos muestran una estabilización del consumo de tabaco tras el importante descenso experimentado en 2006. De hecho, la proporción de consumidores diarios ha pasado de 21,5% en 2004 a 14,8% en el 2006 y 14,8% en 2008. La gran mayoría de los estudiantes que fumaban se había planteado dejar de fumar en alguna ocasión (68,7%), aunque los que afirman haberlo intentado son bastantes menos (36,7%). La intención de dejar de fumar se hace más patente en las chicas (73,1%) que en los chicos (63,7%), siendo también mayor entre ellas el porcentaje de quienes lo han intentado realmente (38,7 % frente al 33,5%).

De todos estos hechos se desprende que se ha producido una generalización del consumo de alcohol y tabaco entre nuestros jóvenes y adolescentes, principalmente entre las mujeres, como consecuencia de la gran aceptación y permisividad social que existe en nuestra sociedad respecto a las drogas legales. A ello se suma, la escasa percepción del riesgo asociado a su uso y su fácil accesibilidad. Otro elemento de gran interés a la hora de explicar la generalización del consumo entre los más jóvenes es que estas sustancias han pasado a convertirse en uno de los referentes fundamentales de las relaciones entre los adolescentes, en un elemento imprescindible en sus actividades de ocio.

- Según datos del **Instituto Nacional de Estadística** (INE, 2006), el 8,9% de los españoles de entre 2 a 17 años presenta obesidad y el 18,7% tiene sobrepeso.
- Con respecto a la práctica de ejercicio físico en el tiempo libre, el 36,2% de los jóvenes españoles con edades de 16 a 24 años señalan no realizar ningún tipo de actividad. En este aspecto se observan importantes diferencias de género, así las mujeres que no realizan ningún tipo de ejercicio son el 47,1% frente al 26,1% de los varones (Encuesta Nacional de Salud, 2006).
- El 39,9% de las chicas y el 14,2 % de los chicos no realizan actividades físicas vigorosas. El 9,9% no realizan ninguna actividad física a lo largo de la semana.
- El 67% de la población joven afirma exponerse bajo un sol intenso más de 3 semanas al año.
- El 48,7% señala que sus exposiciones solares son superiores a 3 horas diarias. Sólo el 30,5 % utiliza regularmente productos solares con factor de protección.

Sobre la base de las anteriores evidencias resulta necesario que el control de comportamientos de riesgo relacionados con el cáncer se convierta en el objetivo prioritario de las políticas de salud. Es urgente poner en práctica actuaciones preventivas

eficaces, que incidan de forma directa sobre los factores que facilitan el inicio en las prácticas de riesgo principalmente en los grupos de población particularmente expuestos a dichos factores.

Con este objeto la Asociación Española Contra el Cáncer realiza desde el año 1994 el programa denominado "Jóvenes por la salud: programa de promoción de la salud y fomento del voluntariado social en jóvenes". A través del mismo se pretende promover el desarrollo personal y social de la población adolescente, con objeto de compensar las privaciones relacionadas con el desconocimiento general existente en temas relacionados con el cáncer y su prevención; facilitar el acceso a una adecuada educación para la salud, y al desarrollo de actividades culturales y recreativas que redunden en un incremento de su calidad de vida.

El programa oferta diferentes alternativas de actividades y la oportunidad de integrarse en un proyecto de salud que permita a los jóvenes desarrollar valores y conductas saludables, fomentar una actitud de autorresponsabilidad frente a la salud y desarrollar una actitud crítica y reflexiva respecto a los comportamientos de riesgo.

Dado el importante problema que supone el tabaquismo de los jóvenes en España y la ausencia de estrategias terapéuticas dirigidas a este colectivo, **la Asociación Española Contra el Cáncer ha desarrollado a través de Internet un programa de información asesoramiento y apoyo a todos aquellos jóvenes fumadores que deseen dejar de fumar.** Durante el año 2009, se han recibido un total de 16.505 visitas, 314 correos solicitando información y ayuda para dejar de fumar, y 562 jóvenes han participado en el programa para dejar de fumar on line.

Estos resultados nos confirman que el sitio Web ha tenido una buena aceptación por parte de los jóvenes. Sin embargo, a pesar de los mismos consideramos absolutamente necesario desarrollar modificaciones para mejorar el programa de dejar de fumar online con el objetivo de incrementar el número de jóvenes fumadores que llegan a finalizarlo en su totalidad. Los datos de seguimiento nos han permitido constatar que si bien el número de inscritos en el mismo es bastante satisfactorio, muchos de ellos abandonan durante el proceso y no llegan a conseguir la abstinencia.

Descripción del contenido del programa

El programa pretende informar y sensibilizar a los adolescentes sobre la prevención del cáncer a la vez que se desarrollan alternativas saludables al tiempo libre, sobre todo actividades ligadas al movimiento asociativo juvenil, todo ello con el fin de mejorar la calidad de vida y la participación social de los jóvenes.

El plan de acción se materializa en distintas intervenciones y acciones:

1.- Intervenciones de educación para la salud. Dentro de este conjunto de actividades, no sólo se pretende proporcionar información sino también ofrecer alternativas a través del entrenamiento en habilidades personales, de manera que al final de cada una de las sesiones o etapas, los jóvenes tengan la información y las herramientas suficientes para decidir sobre sus comportamientos de forma consciente, meditada y voluntaria.

El curso presencial está organizado en sesiones semanales que incluyen los siguientes módulos temáticos:

- Salud.
- El cáncer y la prevención de las enfermedades oncológicas.
- Código europeo contra el cáncer.
- Tabaco.
- Alcohol.
- Sol.
- Alimentación.
- Ejercicio físico.
- Habilidades sociales.

2.- Campañas de sensibilización sobre los factores de riesgo. En los últimos años se ha realizado como actividad complementaria, al conjunto de estrategias que de manera sistemática se vienen realizando en el programa, una campaña centrada en el problema del tabaquismo juvenil.

3.- Desarrollo del programa información y asesoramiento para dejar de fumar a través de Internet dirigido a jóvenes. El sitio Web presenta tres zonas diferenciadas:

a) **No fumadores.** Este apartado se dirige a jóvenes no fumadores que quieren ayudar a otros a dejar de fumar. Dentro de la misma se incluyen dos espacios:

- o **Ayudando a un familiar a dejar de fumar.** En la que encontrarán Información y estrategias prácticas para ayudar a familiares y amigos a dejar de fumar.
- o **Ayudando a otros jóvenes a dejarlo.** Para que aquellos jóvenes que hayan dejado de fumar o no hayan fumado nunca puedan ponerse en contacto con otros jóvenes con una idea en común: ayudar a otro a dejar de fumar. El apoyo mutuo es fundamental en los momentos más difíciles.

b) **Infotabaco.** Se ofrece información básica sobre el tabaco, sus consecuencias y estrategias para hacer frente las presiones de los amigos fumadores, la publicidad y la industria tabaquera.

c) **Fumadores.** Zona para jóvenes fumadores que quieren dejar de fumar. Incluye varios apartados o servicios:

- o **Consulta al especialista.** Desde este espacio los jóvenes podrán consultar sus dudas y enviar sus preguntas a dejardefumar@aecc.es. Un equipo de profesionales contestarán de forma personalizada a cada una de las consultas que lleguen. Se publicaran cartas representativas que ofrezcan diferentes cuestiones con respecto al consumo y ofrezcan información sobre los efectos del tabaquismo.
- o **El Reto.** En esta zona se desarrolla un programa para dejar de fumar específicamente diseñado para el colectivo de jóvenes. El planteamiento inicial es que los fumadores interesados se inscriban en el programa. Reciban un usuario y contraseña para poder acceder a los diferentes contenidos del programa terapéutico. Las sesiones constarán de información general, que será de utilidad para todos los fumadores inscritos, y pautas personalizadas para cada participante. También contará con el asesoramiento del terapeuta con el que se podrán poner en contacto a través de correo electrónico.

4.- Intervenciones de ocio y tiempo libre. Se conforma como un apoyo necesario y obligado al programa de educación para la salud. En este capítulo destaca la realización de talleres culturales y recreativos (teatro, pintura, fotografía, dibujo, cocina saludable, actividades predeportivas, etc) y actividades de animación del tiempo libre (campamento de verano, visitas culturales, etc).

5.- Intervenciones de fomento del voluntariado social juvenil. Con el objeto de cubrir, en mayor medida, las necesidades e intereses de la sociedad y ofrecer una mayor cobertura de solución a los numerosos problemas sociales como los derivados de las enfermedades oncológicas. Se trata de ofrecer una alternativa solidaria a la ocupación del tiempo libre de los jóvenes. Intervenciones de educación para la salud.

Objetivos

Generales

- Promover la salud como un valor fundamental y un recurso básico para el desarrollo personal y social.
- Ofrecer alternativas saludables para la ocupación del tiempo de ocio y fomentar el voluntariado juvenil

Específicos

- Incrementar el nivel de conocimientos de la nocividad de determinadas prácticas de riesgo.
- Facilitar el desarrollo de habilidades para hacer frente a las presiones sociales.
- Capacitar al joven para que asuma un papel activo en la promoción y mantenimiento de la propia salud y la del entorno.

- Eliminar, o reducir al máximo, aquellos comportamientos que conllevan un riesgo para la salud.
- Incrementar el número de jóvenes voluntarios
- Ofrecer información acerca de la nocividad del tabaco y las consecuencias del mismo para la salud.
- Ayudar de forma específica a los fumadores para que dejen de fumar a través de estrategias puntuales de intervención.

Actividades:

Promoción y Capacitación del Voluntariado Juvenil

Actividades de Animación y tiempo libre

Cursos de formación del voluntariado

Talleres ocupacionales y recreativos

Cursos de educación para la salud

Actualización y mantenimiento de los contenidos de Loestoydejando

Mejoras en el programa online para dejar de fumar y en la base de datos de seguimiento de los usuarios

Respuestas a los correos electrónicos recibidos en la página Loestoydejando

Evaluación y Seguimiento

Objetivo	Indicador	Resultado esperado
Información, asesoramiento y ayuda para dejar de fumar por Internet	- Número de visitas a la página - Loestaydejando: N° consultas recibidas - N° de jóvenes inscritos en el programa para dejar de fumar "El Reto"	- 14.000 jóvenes que conocen y visitan la web - 300 jóvenes reciben ayuda por correo electrónico - 450 jóvenes que intentan dejar de fumar
Incrementar el nivel de información sobre los comportamientos de riesgo	- N° de jóvenes informados - N° de cursos de educación para la salud realizados - N° de participantes en los cursos	- 5.000 jóvenes informados - 150 cursos realizados - 5.000 participantes en los cursos
Modificar hábitos nocivos (tabaco, alcohol, sol, ejercicio y alimentación)	- N° de cursos de educación para la salud realizados - N° de participantes en los cursos - N° de módulos temáticos realizados de cada tema	- 25 cursos realizados - 900 participantes - 15 módulos temáticos
Promover la participación de ocio y tiempo libre	- N° de actividades realizadas - N° de participantes - Grado de satisfacción de los participantes	- 50 actividades realizadas - 2.000 participantes - Alto nivel de satisfacción
Potenciar la solidaridad y el voluntariado	- N° de cursos de voluntariado - N° de participantes en los cursos - N° de participantes en las actividades de voluntariado juvenil	- 10 cursos - 100 participantes en los cursos - 300 participantes en actividades