

LA HONORABLE CAMARA DE DIPUTADOS DE  
LA PROVINCIA DE SANTA FE SANCIONA CON FUERZA DE  
LEY

ADHESION A LA LEY NACIONAL N° 27.197  
“LUCHA CONTRA EL SEDENTARISMO”

**ARTÍCULO 1°.-** Adhiérase la Provincia de Santa Fe a la Ley N° 27.197 de “*Lucha contra el Sedentarismo*”, con el objetivo de promover la salud mediante la actividad física, con una mirada holística, en el marco de las políticas públicas sobre prevención y control de enfermedades crónicas no transmisibles y de todas otras aquellas que ayuden al bienestar total de la persona.

**ARTICULO 2°.-** Institúyase el 6 de abril de cada año, como la fecha en que se realizarán actividades de promoción y concientización a favor de una vida activa y saludable, en conmemoración del “*Día Internacional de la Actividad Física*”, instituido por la Organización Mundial de la Salud.

**ARTÍCULO 3°.-** El Ministerio de Salud será Autoridad de Aplicación de la presente ley. Asimismo, reglamentará todas las cuestiones necesarias para su correcta y eficaz implementación.

**ARTÍCULO 4°.-** Invítase a los municipios y comunas de la provincia a adherir a la presente ley.

**ARTÍCULO 5°.-** Comuníquese al Poder Ejecutivo Provincial.

## FUNDAMENTOS

Sr. Presidente:

El presente proyecto de Ley tiene por objeto adherir a la Ley N° 27.197 de **“Lucha contra el Sedentarismo”**, con el objetivo de promover la salud mediante la actividad física, con una mirada holística, en el marco de las políticas públicas sobre prevención y control de enfermedades crónicas no transmisibles y de todas otras aquellas que ayuden al bienestar total de la persona.

Asimismo, establecer el 6 de abril de cada año, como la fecha en que se realizarán actividades de promoción y concientización a favor de una vida activa y saludable, en conmemoración del **“Día Internacional de la Actividad Física”**, instituido por la Organización Mundial de la Salud.

La palabra **sedentario** que en latín significa "estar sentado", hace referencia a un modo de vida en el cual la actividad física que se realiza es mínima o prácticamente nula. El sedentarismo es la falta de actividad física regular, definida como menos de treinta minutos diarios de ejercicio regular y menos de tres días a la semana.

Se considera que una persona es sedentaria cuando su gasto semanal en actividad física no supera las 2.000 calorías. También lo es aquella que sólo efectúa una actividad semanal de forma no repetitiva por lo cual las estructuras y funciones del organismo no se ejercitan y estimulan al menos cada dos días, como se requiere.

Según la OMS, el 17% de los adultos de la población global es físicamente inactivo y el 41% es sólo insuficientemente activo para obtener beneficios en su salud. En Argentina, el sedentarismo es una de las 10 causas principales de mortalidad, morbilidad y discapacidad, además de constituir el segundo factor de riesgo de una salud deficiente-después del consumo de tabaco-, ya que duplica el peligro de sufrir enfermedades cardiovasculares, de diabetes tipo II, hipertensión arterial y obesidad, entre otras.

Las consecuencias más frecuentes del sedentarismo son la propensión a la obesidad, el debilitamiento óseo, el cansancio permanente, los dolores en cuello y espalda, la propensión a desgarros musculares y los trastornos en la alimentación.

Es necesario elaborar programas permanentes de prevención y tratamiento del sedentarismo en la población, la promoción del deporte y una sana alimentación. El sedentario debe saber que tiene que moverse y que pasar horas y horas frente a un escritorio, libros, ordenadores, reuniones, lecciones, conferencias e incluso viajes no es el tipo de actividad física que el organismo requiere. Es necesario que la persona sedentaria realice diariamente al menos una hora de actividad física.

Por actividad física se entiende una actividad metódica, es decir, que implique que todos los órganos del cuerpo se pongan en movimiento, fortalezcan los músculos y los huesos y revitalicen el sistema circulatorio. Muchas de esas actividades físicas son tan simples como caminar o usar la bicicleta. En ellas, la compañía de otra persona puede ser una magnífica ayuda para mantener el propósito y alcanzar el objetivo.

Caminar es la actividad física más elemental y completa. No se trata de recorrer un par de metros dentro de la oficina, sino de ponerse metas de tiempo y/o distancias diarias. La natación es el deporte más completo, porque pone en acto todos los músculos del organismo. El ciclismo, sobre todo practicado en equipo, puede resultar un deporte atractivo, además que la bicicleta puede ser un medio de transporte dentro del barrio, la urbanización e incluso en lugares de trabajo o estudio con grandes áreas. Los gimnasios son los lugares más adecuados para garantizar el ejercicio físico que el organismo requiere. Asimismo, el baile, el yoga o el pilates, son también actividades muy completas.

Nuestro país ya viene desarrollando acciones de promoción y prevención en esta área. El Ministerio de Salud de la Nación ha creado el Programa Nacional de Lucha contra el Sedentarismo. Las estadísticas actuales son sumamente preocupantes: el exceso de peso está presente en el 41,1% de la población de

entre 5 a 17 años; en la población adulta, el de exceso de peso es de 67,9% y el de obesidad del 33,9%.

Bueno es recordar que una iniciativa similar a la presente, fue impulsada oportunamente con la firma del Diputado (MC) Federico Reutemann (Expte. N° 34689/18), sin que se pudiera avanzar con su tratamiento.

No tenemos dudas que esta iniciativa permitirá fortalecer las acciones que se realizan vinculadas a esta problemática ya que otorgará herramientas concretas y un marco legal específico para garantizar la continuidad de políticas públicas orientadas a disminuir una de las principales amenazas a la salud pública.

Es por las razones expuestas que solicitamos a nuestros pares nos acompañen en la sanción del presente Proyecto de Ley.

Fabián Lionel Bastia  
Diputado

Maximiliano Pullaro  
Diputado

Marcelo Gonzalez  
Diputado