

Semana de Bienestar

Plan de Operaciones



Semana del Bienestar: Plan de operaciones

Índice

Información general acerca de la Semana del Bienestar	2
Resumen y finalidad del proyecto	2
Objetivos.....	3
Método de implementación	3
Métodos de evaluación	4
Antecedentes pertinentes.....	4
La Semana del Bienestar	5
Ejemplo de responsabilidades para el comité de planificación y organizaciones interesadas:	5
Ejemplo de hitos para la planificación de actividades de la Semana del Bienestar	5
Ejemplo de Actividades para la Semana del Bienestar en la Ciudad de Nueva York..	6
ANEXO 1. Marco estratégico	7
ANEXO 2. Factores de riesgo de las enfermedades no transmisibles	8

Semana del Bienestar: Plan de operaciones

Información general acerca de la Semana del Bienestar

Del viernes 16 al miércoles 21 de septiembre del 2011

Resumen y finalidad del proyecto

La Organización Panamericana de la Salud, Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS), y el Foro Económico Mundial (el Foro) están colaborando en la “Semana del Bienestar”, la cual propone crear un movimiento social con el fin de promover entornos saludables que propicien la vida sana y aumentar la conciencia de las personas, los tomadores de decisiones, las comunidades y los empleadores. El objetivo de la “Semana del Bienestar” es enfatizar la importancia del entorno natural y construido y las condiciones socioeconómicas para modificar los factores de riesgo de las enfermedades no transmisibles y para fomentar la prevención.

Las enfermedades no transmisibles (ENT) son la causa de más de la mitad de las muertes del mundo. Según la OMS:

- **36 millones** de las 57 millones de muertes en el mundo en el 2008 se atribuyen a las ENT;
- **29%** de las muertes atribuidas a las ENT en países de ingresos bajos y medio en el 2008 se produjeron antes de los 60 años de edad
- **80%** de casos de enfermedades cardíacas prematura, accidentes cerebrovasculares y diabetes se pueden prevenir

Además de aumentar las tasas de mortalidad prematura, las ENT aumentan los costos de la atención de salud, afectan al desarrollo, disminuyen la calidad de vida y reducen el bienestar.

Las enfermedades no transmisibles abarcan principalmente las siguientes:

- enfermedades cardiovasculares,
- cáncer,
- diabetes y
- enfermedades respiratorias crónicas.

Aunque no son las únicas ENT, estas cuatro categorías representan la mayoría de las muertes prevenibles relacionadas con las ENT y tienen en común los factores de riesgo de la inactividad física, la dieta no saludable, el consumo de tabaco y el consumo nocivo de alcohol.

Este año, los eventos principales de la “Semana del Bienestar” se llevarán a cabo en la ciudad de Nueva York del 16 al 21 de septiembre, al mismo tiempo que la reunión de alto nivel sobre la prevención y el control de las ENT, que se celebrará en la sede de las Naciones Unidas en Nueva York. El evento comenzará con un conjunto pequeño de actividades concretas y factibles, orientadas a los delegados que asistirán a las reuniones de las Naciones Unidas y a otras reuniones, así como a los habitantes de la ciudad de Nueva York, concretamente de Manhattan.

El año 2011 debe considerarse como el “año del lanzamiento” de un movimiento que esperamos crezca con los años en muchas otras ciudades de la Región de las Américas y, con el tiempo, en el resto del mundo; dándole así una importancia histórica a este evento. **Es por eso, que se invita a otras ciudades de la Región para que organicen eventos similares, comenzando este 2011.**

Semana del Bienestar: Plan de operaciones

Objetivos

La Semana del Bienestar se centrará en las medidas para prevenir las ENT por medio de una labor de concientización y un llamamiento a la acción dirigido a las personas, las comunidades, los tomadores de decisiones y los empleadores. Los objetivos específicos son:

1. **En relación a las personas:** lograr que las personas opten por formas de vida saludables que conduzcan a la prevención de las ENT por medio de:
 - el aumento de la actividad física,
 - el fomento de una dieta saludable,
 - la limitación del consumo del alcohol,
 - la eliminación del consumo de tabaco,
 - la búsqueda de atención preventiva apropiada
2. **En relación a los tomadores de decisiones:** crear políticas públicas y entornos que propicien la vida saludable y que faciliten la elección de las opciones más saludables; por ejemplo:
 - Mayor acceso a alimentos asequibles y saludables: agua potable, frutas y verduras frescas
 - Fomento de diseños urbanos que propicien una vida activa: aceras donde se pueda caminar, parques y plazas, acceso a medios de transporte público cómodos y adecuados
 - Creación de espacios cerrados y al aire libre sin humo de tabaco
 - Limitación de carcinógenos y contaminantes: agua, aire, humo de segunda mano
3. **En relación a los empleadores y empleados:** plantear a las organizaciones el reto de crear productos y servicios que propicien la salud y promuevan el bienestar en el lugar de trabajo, por medio de políticas y una cultura institucional orientados a crear un entorno laboral propicio para una vida saludable.

Se sugiere que las actividades de la “Semana del Bienestar” sean interactivas, memorables, divertidas, informativas, en tiempo real y virtual. Nota: el anexo 1 presenta un marco estratégico con datos básicos y la finalidad del proyecto, así como los objetivos.

Método de implementación

- En cada ciudad o zona que se desee celebrar la Semana del Bienestar, se deberá establecer un comité organizador local multisectorial, incluyendo a representantes de las autoridades locales pertinentes, la OPS/OMS, el sector privado y la sociedad civil, además de grupos clave de la comunidad, círculos académicos y organizaciones religiosas. El presidente del comité organizador local o del comité de planificación debe ser seleccionado por la principal autoridad local o por el propio comité.
- Se deben definir y acordar las funciones de cada grupo representativo.
- Se deben definir los términos de referencia del comité organizador local, que incluyen lo siguiente, entre otros:
 - Adopción o adaptación del plan de operaciones para la Semana del Bienestar y de las guía para organizaciones participantes
 - Elaboración del presupuesto para las actividades básicas y para la administración de la Semana del Bienestar y establecimiento del método para movilizar recursos
 - Formulación y ejecución de la estrategia de comunicaciones
- Se debe llegar a un acuerdo desde el comienzo sobre el modo en que funcionará el comité organizador local, aprovechando al máximo las comunicaciones virtuales.

Semana del Bienestar: Plan de operaciones

- Las ciudades, los municipios y los países aceptan respetar la imagen institucional de la Semana del Bienestar, representada por el logotipo. Las pautas para el uso del logotipo están detalladas en el documento titulado “Guía para las organizaciones participantes”. El comité organizador local podría considerar la posibilidad de diseñar un distintivo visual complementario para el evento local.

Métodos de evaluación

Es importante evaluar los resultados y el proceso con diversos tipos de métodos de medición a fin de reflexionar sobre el desarrollo de la Semana del Bienestar y mejorarla en el futuro. A continuación se presentan ejemplos de posibles métodos de evaluación. Sin embargo, se pedirá a las organizaciones participantes que indiquen los métodos que utilizarán para evaluar tanto los resultados como los procesos de sus eventos.

- Indicadores cuantitativos:
 - Impresiones de la Semana del Bienestar
 - Interacciones de la Semana del Bienestar
 - Asistencia a los eventos
 - Indicadores virtuales clave del proceso (por ejemplo, número de veces que se consultó un sitio Web, descarga de videos, Twitts, impresiones e interacciones en Facebook, si se crea uno, mapeo de ubicaciones, etc.)
- Otros indicadores virtuales clave que sean necesarios (por ejemplo, contratar empresas para la evaluación métrica)

Antecedentes pertinentes

Documento	Enlace
Prevención y control de las enfermedades no transmisibles, Informe del Secretario General, Naciones Unidas, mayo del 2011	http://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/66/83&referer=http://www.un.org/en/ga/president/65/issues/ncdisease.html&Lang=S
World Health Organization: 2008-2013 Action Plan: Global Strategy for the Prevention and Control of Non-communicable Diseases	http://www.who.int/nmh/publications/9789241597418/en/index.html
Organización Panamericana de la Salud. Estrategia Regional y Plan de Acción para un Enfoque Integrado sobre la Prevención y el Control de las Enfermedades Crónicas	http://www.paho.org/spanish/ad/dpc/nc/reg-strat-cncds.pdf
Margaret Chan, Director-General, WHO, February 25, 2011. Statement at the Regional high-level consultation of the Americas on non-communicable diseases and obesity in Mexico City, Mexico	http://www.who.int/dg/speeches/2011/NCDs_20110225/en/index.html
Moscow Declaration. Ministerial Meeting April 28-29, 2011	http://www.who.int/nmh/events/moscow_ncds_2011/conference_documents/moscow_declaration_en.pdf
Declaración Ministerial de México. 24 de febrero del 2011 (versión del 4 de marzo del 2011)	http://www.paho.org/English/D/Ministerial-Declaration-Mexico/NCDs.pdf
World Economic Forum Workplace Wellness Alliance	http://alliance.weforum.org/
Mike McCanister Interview, <i>Fortune</i>	http://money.cnn.com/2011/03/17/news/companies/leaders/michael_mccallister_humana.fortune/index.html
NYC Department of Health and Mental Health Resources: Active Design Guidelines, White Paper TBD (1 st week in August)	http://www.nyc.gov/html/doh/html/home/home.shtml

Semana del Bienestar: Plan de operaciones

La Semana del Bienestar

A continuación se sugiere una lista de funciones para la organización y ejecución de la Semana del Bienestar. Estas funciones serán realizadas por el comité de planificación local el cual estará encargado de programar actividades e hitos para la Semana del Bienestar del 16 al 21 de septiembre del 2011 en su ciudad respectiva.

Ejemplo de responsabilidades para el comité de planificación y organizaciones interesadas:

- Coordinación de la Semana del Bienestar con las oficinas de OPS
- Difusión del concepto de la Semana del Bienestar a posibles patrocinadores nuevos
- Ayuda en el fomento de la participación, la evaluación y el seguimiento de los patrocinadores
- Organizar una reunión para realizar una lluvia de ideas sobre la Semana del Bienestar
- Vinculación con el Ministerio de Salud, alcaldías y otros organismos relacionados en su ciudad
- Adherencia con las políticas de la OPS
- Orientación con respecto a prácticas y contenido
- Colaboración en simposios con una amplia gama de asociados
- Colaboración con la comunidad local (Cámara de Comercio, etc.)
- Creación del marco estratégico inicial de la Semana del Bienestar
- Colaboración en la gestión de proveedores para actividades de la Semana del Bienestar
- Patrocinio de actividades específicas
- Organización de una conferencia de ONGs sobre las ENT
- Orientación sobre las ENT

Ejemplo de hitos para la planificación de actividades de la Semana del Bienestar

Hito	Fecha
Foro para distribuir las guías para las organizaciones participantes	
Presentación del formulario de inscripción de organizaciones participantes en actividades y eventos	
Trabajo del comité de planificación con empresas que realicen eventos y organizaciones participantes para examinar y aprobar actividades de la Semana del Bienestar	
Medios de comunicación, relaciones públicas y lanzamientos en la Web	
Acto de anuncio formal de la Semana del Bienestar	
Eventos y actividades de la Semana del Bienestar en su ciudad	
Análisis posterior a la acción	
Inicio del plan para la Semana del Bienestar 2012	

Semana del Bienestar: Plan de operaciones

Ejemplo de Actividades para la Semana del Bienestar en la Ciudad de Nueva York

Las actividades aprobadas en la Ciudad de Nueva York hasta el momento son las siguientes. La OPS invita a los países de Latino America y el Caribe a organizar actividades similares o relevantes a la Semana del Bienestar en ciudades locales. Véanse más detalles en la guía para las organizaciones participantes. Una lista actualizada con las actividades para la Semana del Bienestar en Nueva York estará disponibles en el sitio Web de la Semana del Bienestar www.paho.org/semanadelbienestar

Fecha	Actividad	Descripción
Mes de septiembre	Carteles y promoción de la Semana del Bienestar	Para captar la atención de los delegados de las Naciones Unidas, así como la de los habitantes de Nueva York y de otros visitantes de la ciudad, se podría anunciar la Semana del Bienestar en los tres aeropuertos de Nueva York, las carteleras, el metro, los autobuses, los taxis y los alrededores de las Naciones Unidas.
16 de septiembre	Lanzamiento de la Semana del Bienestar en Harlem	La Semana del Bienestar esta prevista para dar inicio en Harlem con la colaboración de la Cámara de Comercio de la zona metropolitana de Harlem. El lanzamiento está programado para el mediodía en las proximidades del edificio estatal Adam Clayton Powell, Jr, en la calle 125.
Del 15 al 21 de septiembre	Carpeta para entregar a los delegados en los hoteles	Al llegar a los hoteles, los delegados recibirán una carpeta preparada por profesionales con información sobre lugares donde se puede comer comida saludable, senderos para caminar, alquiler de bicicletas, etc. Este material también presentará las formas en que Nueva York ha logrado ofrecer más oportunidades para que las personas tomen decisiones más saludables.
17 y 18 de septiembre	Conferencia de la Alianza para combatir las ENT	Conferencia con el fin de preparar a defensores del tema para la reunión de alto nivel sobre enfermedades no transmisibles y para la acción posterior. Se realizará en la Academia de Medicina de Nueva York.
18 de septiembre	Simposio sobre la experiencia de la ciudad de Nueva York	El Comisionado de Salud de Nueva York presentará un libro blanco publicado hace poco sobre las enfermedades no transmisibles, en el que se pondrán de relieve los logros de Nueva York. Este acto se realizará en la Academia de Medicina de Nueva York.
19 de septiembre	Simposio sobre el envejecimiento y la prevención de enfermedades crónicas	El simposio se centrará en los retos relacionados con la prevención de las enfermedades crónicas, incluyendo el reto del envejecimiento (podrían colaborar la Alianza Mundial sobre el Envejecimiento y CFR).
Del 16 al 21 de septiembre	Programa de ciclismo	Se patrocinarán estaciones con bicicletas para uso de los delegados y del público en el Parque Central o en otros lugares de la ciudad de Nueva York.

Semana del Bienestar: Plan de operaciones

ANEXO 1. Marco estratégico

¿Quiénes?

- Personas
- Tomadores de decisiones
- Comunidades
- Empleadores

¿Qué?

Influir en la política que ayudará a crear comunidades para promover el cambio por medio de:

- Entornos y políticas favorables
 - El medio urbano
 - El contexto social
- Comportamientos saludables
 - Aumentar de actividad física
 - Fomentar de regímenes alimentarios saludables
 - Limitar del consumo de alcohol
 - Cesar el consumo de tabaco

¿Para qué?

- Para crear medios urbanos sanos que faciliten las opciones saludables y la actividad
- Para apoyar la libertad para optar por comportamientos saludables
- Para mejorar la calidad de vida y la esperanza de vida
- Para mejorar el desempeño y la contribución de las personas en su sociedad y comunidad
- Para prevenir y reducir la sensibilidad a otras enfermedades crónicas
- Para fomentar la capacidad de hacer cosas que traigan alegría y felicidad a la vida

¿Cuándo?

- Durante la "Semana del Bienestar", del viernes 16 al miércoles 21 de septiembre del 2011
- Antes del evento dar publicidad y organizar actividades de concientización

¿Dónde?

- Ciudades de Latino America y el Caribe

¿Cómo?

Organizando actividades interactivas para difundir conocimientos fundamentales sobre la salud

- Campañas de anuncios sobre la Semana del Bienestar
- Interacciones virtuales (presencia en la web, Facebook, Twitter, etc.)
- Disponibilidad de videos en You Tube sobre las ENT
- Organización de caminatas, carreras, senderos exclusivos para peatones y ciclistas, espacios de distracción familiar, caminatas, días de campo, propiciados por la misma ciudad etc.
- Promoción de opciones saludables para la alimentación: supermercados, restaurantes, festivales gastronómicos saludables
- Enlace con otros eventos relacionados con la salud en la ciudad

ANEXO 2. Factores de riesgo de las enfermedades no transmisibles

La Semana del Bienestar se centrará en la concientización sobre los factores de riesgo de las ENT y en las medidas que pueden tomarse para moderarlos. A continuación se presenta una lista breve de los principales factores de riesgo de las ENT.

Factores de riesgo relacionados con el comportamiento

- Inactividad física
- Dieta no saludable
- Consumo nocivo de alcohol
- Consumo de tabaco

Factores de riesgo biológicos

- Presión arterial alta
- Colesterol elevado
- Hiperglucemia
- Índice de masa corporal alto

Factores de riesgo ambientales

- Carcinógenos y contaminantes: agua, aire, humo de segunda mano
- Poco acceso a alimentos saludables: agua potable, frutas y verduras frescas
- Acceso ilimitado a alimentos no saludables y poco nutritivos de bajo costo
- Diseño urbano que propicie una vida activa: aceras donde se pueda caminar, parques y plazas, acceso a medios de transporte público cómodos y adecuados
- Seguridad en la calle: seguridad vial y protección contra la violencia
- Falta de viviendas, edificios y escuelas que propicien una vida activa, acceso a agua, alimentos frescos y medios de transporte
- Espacios cerrados y al aire libre sin humo de tabaco