

D. Carlos Tejo
Asociación Asturias conBici

Oviedo, 25 de abril de 2014

Estimado Carlos:

Te transmito que la Dirección General de Salud Pública se adhiere a la marcha en bicicleta que desde la Asociación Asturias conBici habéis organizado para el 27 de abril de 2014, una actividad que gracias a vuestro esfuerzo nace para quedarse. La Dirección General de Salud Pública anima, invita y aplaude cualquier iniciativa ciudadana que promueva en la sociedad la vida activa.

La propuesta de salud pública de que la actividad física mejora la salud se basa en la evidencia científica que nos muestra que las personas activas tienen menor frecuencia de cardiopatía coronaria, hipertensión arterial, accidentes vasculares cerebrales, diabetes, cáncer de colon y mama, depresión y más probabilidad de mantener un peso saludable, entre otras ventajas para la salud.

La Dirección General de Salud Pública aprovecha las celebraciones tanto del día mundial de la actividad física, como el día mundial del corazón o el día mundial de la bicicleta, para transmitir a la población los mensajes de la Organización Mundial de la Salud (OMS), que define la actividad física, desde 1990 como "todo movimiento activo que contribuye a la promoción, el bienestar y la salud" y la sitúa como uno de los pilares fundamentales de una vida saludable. Por el contrario, señala el sedentarismo, por sí sólo, como el cuarto factor de riesgo más importante a nivel mundial; responsable del 6% de las muertes mundiales, el 30% de las cardiopatías isquémicas, el 27% de los casos de la diabetes del adulto, y del 21-25% de los cánceres de colon y mama.

De ahí que cualquier iniciativa que invite a la población a modificar, mejorar o mantener una vida más activa es apoyada con entusiasmo por la Dirección General de Salud Pública.

Este año para celebrar los días mundiales de la actividad física y la bicicleta hemos elaborado carteles y folletos con el eslogan "Caminar más, y usar menos el coche", "usar más las escaleras y menos los ascensores", así como la promoción de la bicicleta como un medio de transporte y de ocio activo, más bicicleta menos coche. Como veras son mensajes claros y sencillos que pretenden influir y modificar la mentalidad sedentaria de la sociedad actual.

La Dirección General de Salud Pública por definición está comprometida con los objetivos de la OMS y apoya todo el esfuerzo ciudadano y de las corporaciones locales en la promoción del ejercicio, el ocio y el transporte activo que contribuya a modificar los hábitos sedentarios y a transformar los espacios urbanos en CIUDADES SALUDABLES, iniciativas que además de ser sanitaria y económicamente rentables, son sostenibles y saludables.

Es por ello que la Dirección General de Salud Pública aplaude vuestra actividad y se suma a ella, promocionando la participación ciudadana, porque una de las mayores ventajas de tener una vida activa es que aumenta nuestro grado de satisfacción, nuestro bienestar y procura una mayor calidad de vida.


Julio Bruno Bárcena
Director General de Salud Pública

