



# Curso Internacional de Actividad Física y Salud Pública

En el marco de la XVIII Reunión Anual de la Red de la Actividad Física de las Américas



**“Promoción de la vida activa y saludable”**

**Acciones y recomendaciones Post Pandemia**

*Bienvenidos*



## Inscripciones

<http://iuymca.edu.ar/index.php/curso-internacional-de-actividad-fisica-y-salud-publica/>



### Programa preliminar

(al 02 de diciembre sujeto a ajustes)

#### 1.- Fundamentación:

Tenemos la plena convicción que el Mundo Cambió. Por eso, más que nunca, nos comprometemos a sumar nuestro grano de arena, en una situación mundial tan compleja.



La Red de la Actividad Física de la Américas RAFA/PANA, es una Institución sin fines de lucro que, desde su fundación, tiene la preocupación de realizar acciones que promuevan una mejor calidad de vida y, asimismo, un cambio en las personas hacia conductas más activas y saludables.

RAFA ([www.rafapana.org](http://www.rafapana.org)) data del año 2002 y realiza Foros de Intercambio multidisciplinarios relacionados a la mejora de la salud una vez por año en cada país que así lo solicita en una reunión plenaria mundial, correspondiendo esta edición a la República Argentina.

Desde hace años, dentro del marco de la reunión Mundial, se realiza un Curso Internacional de Salud Pública y actividad física, con temas de alto interés, sumando a expertos de más de 16 países, que presentaremos en este espacio.

El año pasado la posta la pasa México, en Argentina, esta es su tercera edición, tratando de responder a los cambios que se han producido en el mundo sobre los avances y en la manera en que la actividad física y la alimentación controlada se constituyen en herramientas que todavía no llegan a utilizarse en forma más efectiva.

### 1.1 - Objetivos:

-  Promover el intercambio de conocimientos a nivel nacional e internacional.
-  Involucrar a nuevos actores de manera transdisciplinaria a la epidemia del Sedentarismo.
-  Generar nuevas alianzas internacionales para aunar esfuerzos en una mejora de la vida activa y saludable
-  Apoyar y motivar nuevas investigaciones en la temática.



## 2.- Organizan:

-  RAFA/PANA – Comité Ejecutivo
-  Instituto Universitario YMCA
-  YMCA de Argentina
-  Red Argentina de Actividad Física

### 2.1 - Colaboran en la Organización.

-  Comisión de Investigación, Comisión de Capacitación, Secretaria General RAFA PANA
-  YMCA de Argentina

## 3.- Adhesiones institucionales y académicas



### 3.1 - Adhesiones Internacionales:



### 3.2 - Adhesiones Nacionales:





### 3.3 - Apoyos:



### 4.- Sede del evento:

El encuentro será virtual, el anfitrión será el Instituto Universitario YMCA  por medio de su plataforma educativa (se ingresará únicamente con inscripción previa, con clave de acceso) y la Red Argentina de Actividad Física.

### 5.- Estructura

5.1- Apertura de plataforma educativa: 24 de noviembre

5.2- Bienvenida virtual por cafetería desde la plataforma: 25 de noviembre 18.00 horas Argentina

5.3- Lugar: Plataforma Educativa IUYMCA, solo con inscripción previa, y se recibirá la clave de acceso por mail.

5.4- Días y horarios



Ver detalles en programa

## 6.- Informes preliminares

 E mail información: [eventos@iuymca.edu.ar](mailto:eventos@iuymca.edu.ar)

 Recepción de posters: [docentes@iuymca.edu.ar](mailto:docentes@iuymca.edu.ar)

RAFA PANA Secretaría General: [oincarbo@yahoo.com.ar](mailto:oincarbo@yahoo.com.ar)

<https://www.facebook.com/rafa.mundo.org>

<http://www.rafaargentina.net/>

## 7. - Requisitos:

 Abonar el arancel respectivo que se detalla al final de este material.



**CUPO SUJETO A DISPONIBILIDAD, RESPETANDO ORDEN DE INSCRIPCIÓN**

## **8.- Estructura Organizativa:**

**8.1 - Comisión de Honor:** Principales de las instituciones que organizan el evento.

**8.2 - Comisión Ejecutiva:** Responsables de la ejecución del evento.

**8.3 - Comisión de Trabajo:** Se establecerán responsables por trabajos específicos.

**Serán representantes de la Red Argentina de Actividad física, con asesoramiento del Presidente de RAFA y de la comisión de capacitación y secretaria general.**



## Programa preliminar

(A modo de referencia para otros países, los horarios serán de Buenos Aires Argentina)

VIERNES 4 DE DICIEMBRE

8.30 hs: Apertura aula virtual, Orientaciones y Bienvenida **Lic. Adriana Zilber**



**8.40 a 9.00 Actividad especial todo movimiento suma, las pausas activas como opción de vida activa en la pandemia, Martin Rodríguez, Adolfo Steimberg**

9.00 hs: Objetivos del Curso



**Dr. Víctor Matsudo**



**y Dr. Oscar Incarbone**

## **9.10 hs: Módulo I “Enfermedades crónicas no transmisibles”**

9.10 a 9.30 hs: “Riesgos del Sedentarismo”



**Dr. James Skinner**

9.30 a 9.50 hs: “Importancia de la vigilancia global en AF”-

**Andrea Ramírez MD, MPH, PhD**

9.50 a 10.10 hs: “Actividad Física, ¿menos es más?, ¿más es menos?”

**Dr. Víctor Matsudo**

**Moderadora Carolina González Beltrán Celafiscs**

10.10 a 10.50 hs:

Mesa redonda “Actividad física y Personas con Hipertensión”



**Dr. Osvaldo Jarast**  – **Dr. Jorge Kriscovich** 

**Moderador Dr. Maciste H. Macías** 

**10.50 hs: PAUSA ACTIVA mejoremos la salud en el teletrabajo, Martin Rodriguez**

11.10 a 11.50 hs:

Mesa redonda “Actividad Física en Personas con Exceso de Peso”

**Lic. Luciano Spina**  - **Dr. Juan Herbella**  - **Lic. Claudio Sánchez** 

11.50 a 12.10 hs: “Plan de Acción para la Prevención de la Obesidad - Modelo Puerto Rico: Retos e Iniciativas”

**Dra. Nivia A. Fernández, Ed. D. RDN, LND, CFCS. Universidad: Catedrática  
Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras - Organización:  
Presidente Comisión de Alimentación y Nutrición de Puerto Rico**

**Moderador Ángel Javier Pérez**

12.10 a 12.50 hs:

Mesa redonda: “Actividad Física en Personas con Diabetes”



**Dra. Katya Vargas**  - **Dra. Luciana Valenti** 

12.50 a 13.10 hs: “Creación de redes de colaboración a través de la Alianza para el Control de Enfermedades Crónicas Modelo de propuesta Puerto Rico”.

**MPHE, Educadora en Salud, Anabelle Carrión Martínez**

**Presidente Alianza para Combatir las Enfermedades Crónicas de Puerto Rico**

**Moderador: Lic. Carlos Manco Perú**

**13.10 a 15.00 hs: RECESO**

**14:40 Actividad opcional, clase especial de YOGA, movimiento consciente Lic. José Molina México**

15.00 a 15.30 hs: “Apertura de presentación de posters” (ver requisitos).

**Coordinación: Lic. Hugo Guinguis** , **Lic. Liliana Otero**

**15.30 hs: Módulo II, “Promoción de la vida activa y saludable, experiencias exitosas”**

15.30 a 16.00 hs: “Propuestas desde Catalunya España”



**Dra. Mariona Violán Fors**



16.00 a 16.15 hs: “¿Cómo manejar con éxito una Red Nacional y su promoción digital?”

**MA. Ed. Prof. Ángel Javier Pérez, Puerto Rico**



16.15 a 16.30 hs: “Experiencias de actividad física en Colombia”

**Mg. Carlos Danilo Zapata**



16.30 a 16.45 hs: “A moverte Perú”, propuestas que ya son internacionales.

**Prof. Godofredo Chirinos**



**Lic. Carlos Manco**

16.45 a 17.00 hs: “Propuestas desde México: promoción de actividad física en universitarios, durante la pandemia”

**Dr. Maciste H. Macías**



**- Lic. Jonathan Gómez**

17.00 a 17.15 hs: “Propuestas desde Argentina”, Rafa Argentina.

**Lic. Adriana Zilber**





17.15 a 17.30 hs: “Propuestas desde Ecuador”, a moverte Ecuador.

**Dr. Enrique Chávez**



17.30 a 17.45 hs: “Vida Activa en Chile”

**Dra. Maribel Parra - Dr. Antonio Maurer**

17.45 a 18.00 hs: “Propuesta Agita Galera Brasil”

**Dr. Luis Oliveira (CELAFISCS)**

18.00 a 18.20 hs: “Presentación de SAPASEN (South American physical activity and sedentary behavior network)”

**Dr. Danilo Silva**

**Moderador: Lic. Rudy Leysner Aruba, Dr. Oscar Díaz Uruguay, Lic. Godofredo Chirinos Perú.**

**18.20 hs: APERTURA FORMAL**

**Viajando por Argentina**



**Homenaje a un ícono del deporte Argentino, Diego Armando Maradona, mano a mano con Néstor Lentini**



**Preside Dr. Víctor Matsudo  y autoridades invitadas.**

**Coordinación Mg. Delia Oprinari  – Lic. Liliana Otero **

**18.40 a 19.00 hs: “La tecnología y el impacto en la vida no activa” Dr. Lamartine Pereyra Da Costa  Brasil**

**19.00 a 19.20 “Efectos de la pandemia en la Salud de la población: la actividad física como alternativa inmunitaria” Dr. Néstor Lentini.  Argentina**

**19.20 a 19.40 “Presentación del Manifiesto COVID, para el mundo” Dr. Víctor Matsudo  CELAFISCS Brasil**

**Moderador Dr. Enrique Chávez Ecuador **



## CIERRE DE LA JORNADA

### SÁBADO 5 DE DICIEMBRE

9.15 hs: Apertura aula virtual

9.30 hs Actividad especial, arrancamos la mañana en movimiento, Método Barre Lic. Cinthia Arballo Argentina



### 10.00 hs: Módulo III “El desentrenamiento, qué hacer después de la pandemia”

10.00 a 11.20 hs:

Mesa Panel: “Efectos del desentrenamiento en personas no entrenadas y deportistas”

10.00 a 10.20 hs “Población en general” - **Dr. Fabio Città**



10.20 a 10.40 hs ¿Cómo volver a entrenar post pandemia con divisiones

formativas en deportes de equipo? **Dr. Pablo Esper**



10.40 a 11.00 hs. “Entrenando en alto Rendimiento” - **Ent. Walter Rodríguez**





11.00 a 11.20 hs. “Cuidados especiales en el adulto mayor” - **Dr. Juan Manuel Huesca**

**Moderador: Dr. Rodion Stamatti** , **Prof. Martin Rodríguez Argentina**

**11.20 hs: PAUSA ACTIVA a cargo de HEVS Colombia Ministerio del Deporte**

11.30 a 12.30 hs: “Cuidados especiales y sugerencias post COVID”

“Experiencias y recomendaciones desde la vivencia”

**Dr. Enrique Chávez**  Ecuador

"Progresión Metodológica para sedentarios, post covid"

**Lic. Daniel Maranz**  Argentina

“RCP y cuidados especiales”

**Prof. Adrián Bazán** Argentina

**Moderadora: Lic. Laura Suarez Argentina**



12.30 a 13.50 hs: RECESO

### 13.50 hs: Módulo IV “Investigaciones e innovaciones”

13.50 a 15.10 hs: Mesa Panel

13.50 a 14.10 hs: “Avances en investigaciones e innovaciones relacionadas a COVID (I)”

**Dr. Macías H. Maciste México**



14.10 a 14.30 hs: “¿Pandemias dentro de la Pandemia COVID-19? Aportes desde la Actividad Física”

**Doctorando Fernando Laiño Argentina**



14.30 a 14.50 hs: “Retos y oportunidades para la investigación sobre actividad física en tiempos de pandemia”

**Dra. Farah Ramírez, Ph. D., MSc., Puerto Rico**

14.50 a 15.10 hs: “Avances en investigaciones e innovaciones relacionadas a COVID (II)”

**Dra. Maribel Parra Chile**

**Moderador: Lic. Juan Ramiro Nikonov Argentina**



**15.10 hs: PAUSA ACTIVA Anderson CELAFISCS Brasil**

**15.20 hs: Módulo V “Recomendaciones de la Actividad Física, en el ciclo evolutivo post COVID”**

15.20 a 15.50 hs: “Aportes y experiencias, para una vida activa y saludable”

**Dr. Michael Pratt USA**



15.50 a 16.10 hs: “Recomendaciones de la Actividad Física en Niños”

**Dr. Oscar Incarbone**



16.10 a 16.30 hs: “Recomendaciones de la Actividad Física en jóvenes - Obesidad, Sedentarismo y Actividad Física en Población Pediátrica”

**Dr. Santiago Kweitel**



16.30 a 16.50 hs: “Recomendaciones de la Actividad Física en Adultos”

**Lic. Cinthia Arballo**



**Moderador: Lic. Marcos Fariña**



16.50 hs: PAUSA ACTIVA, Lic. Giménez. Ángel Pérez y equipo Puerto Rico

17.00 a 18.00 hs:

Mesa panel: “Recomendaciones de la Actividad Física en Adultos mayores”

17.00 a 17.20 Beneficios de la Actividad física para el adulto mayor, como combatir el sedentarismo Lic. Aníbal

Giménez Argentina 

17.20 a 17.40 Ejercicio físico: Fuente de la eterna Juventud? Ricardo Javornik Venezuela 

17.40 a 18.00 Adulto mayores por adultos mayores, Dr. Luis Erdocian 

18.00 a 18.20 Recomendaciones de Actividad Física en adultos mayores post covid

Dra. Sandra Mahecha Colombia 

Moderador Lic. Pablo Pascualini 



## 18.20 a 19.00 hs: Mesa panel “Cuidados especiales para personas con Discapacidad, experiencias en Pandemia”

18.20 a 18.40

**Lic. Hernán Gliniecki –**

18.40 a 19.00

**Lic. Aida Campis**

19.00 a 19.20 hs: “COVID 19, Una mirada desde la perspectiva de la salud Mental”

**Lic. Romina Plataroti**

**Moderador: Prof. Mariano Sicilia**

19.20 hs: cierre a cargo de Liliana Otero  y Delia Oprinari 

**Conclusiones Dr. Víctor Matsudo e invitados especiales**

**Actividad especial**

Agradecimientos y saluciones por parte del Comité Organizador

**CIERRE DEL EVENTO**

**Los certificados serán enviados digitales**

**10.- Presentación de posters**



## Consideraciones:



Serán enviados en formato de power point.



Diapositiva 1, el poster integral resumido a modo carátula. Diapositiva 2, detalles y fundamentación. Diapositiva 3, comentarios adicionales, resultados y/o conclusiones. Diapositiva 4, bibliografía y datos de los autores.



Podrá ser de investigación, experiencias significativas, análisis de casos, etc.-



Debe estar relacionado a la temática del curso.



La aprobación será efectuada por la comisión académica.



Serán recibidos hasta el 28 de noviembre.



Se entregará a los autorizados un certificado especial de participación. Para poder enviar el poster, se debe haber formalizado la inscripción previamente al evento.

**Comisión científica.** Dra. Luciana Valenti, Doctorando Fernando Laiño, Magister Delia Oprinari, Dr. Domingo Liotta, Dr. Enrique Chavez, Lic. Godofredo Chirinos

## 11.- Costos



El arancel incluye

1. Acceso previo a la plataforma educativa y hasta 15 días posteriores al evento.
2. Participar en la reunión Mundial RAFA PANA.
3. Materiales de apoyo
4. Participación si lo desea en envío de posters (ver condiciones)
5. Certificación Universitaria con adhesiones de instituciones varias.
6. Intercambio con los disertantes
7. Acceso a bibliotecas virtuales.
8. Contactos con otros sitios mundiales sobre la temática.
9. Promoción durante el año lectivo 2021 a los cursos que se realicen en el IUYMCA, donde está la adhesión de RAFA PANA.
10. Ingreso a una base de datos para recibir todos los materiales académicos y capacitaciones.



	<b>Antes del 5 de noviembre</b>	<b>Del 6 de Noviembre al 25 de noviembre</b>	<b>A partir del 26 de Noviembre</b>
<b>Estudiantes extranjeros</b>	15 dólares	20	25
<b>Estudiantes nacionales</b>	1000	1300	1600
<b>Profesionales Extranjeros</b>	20 dólares	25	30
<b>Profesionales nacionales</b>	1300	1600	1900

**Personas que acrediten ser miembros de YMCA, COALICION MUNDIAL DE UNIVERSIDADES YMCA, IUYMCA, RAFA PANA, FAMEDEP, AMDBA, COPEF, ADEF, tendrán un 20% de descuento.**

**RECORDAR QUE EL CUPO ESTÁ SUJETO A ESPACIO Y SE RESPETARÁ EL ORDEN DE INSCRIPCIÓN**



Las cancelaciones se podrán realizar por distintos medios de pago (ver opciones en [www.iuymca.edu.ar](http://www.iuymca.edu.ar)).

Link directo: <http://iuymca.edu.ar/index.php/curso-internacional-de-actividad-fisica-y-salud-publica/>



## Anexo, presentación de posters

### Que es un POWER ZOOM?

En esta nueva realidad de la virtualidad, El objetivo de los posters virtuales es proporcionar a los asistentes del Congreso la posibilidad de exponer ante el público, de una forma visual y gráfica, sus líneas de trabajo, investigación o simplemente experiencias vividas dentro del ámbito de las áreas temáticas del congreso.

### RECOMENDACIONES PARA LA ELABORACIÓN DEL POWER ZOOM

#### Tipografía y diseño



- El tamaño de fuente seleccionado deber permitir su fácil lectura (incluidos los textos de las figuras), por lo que la tipografía empleada deberá tener una medida adecuada y un aspecto nítido.
- No usar solamente letras en mayúsculas y usar tipos de letra sencillos con buena legibilidad. No es recomendable usar muchos tipos de letra ni de colores de la misma, generalmente con dos tipos es suficiente.
- Los autores, su entidad y los encabezamientos de los apartados serán de menor tamaño que el título

El texto podría tener unos 20 puntos de tamaño, como mínimo.

- Utilizar la negrita para resaltar datos o información relevante, no para todo el texto. En lugar de subrayar suele preferirse usar la cursiva.
- Se tendrá especial cuidado de la calidad de las imágenes, tablas, figuras, gráficos, etc. teniendo en cuenta los colores utilizados que deben contrastar para que se vea fácilmente.

## **Organización**

- La organización de la información debe ser clara y sencilla. Organizar la información en columnas facilita la lectura. El texto debe organizarse alrededor de los gráficos que deberán incluir un pie de imagen identificativo.

## **Contenido**

- Conviene que predominen las imágenes, tablas, figuras, gráficos, etc. (suele recomendarse que sean el 50% del póster) y centrarse en los puntos más importantes, escogiendo los aspectos más interesantes de los mismos.

## **Introducción**



El objetivo de los posters virtuales a partir de ahora **POWER POSTERS ZOOM** es proporcionar a los asistentes del Congreso la posibilidad de exponer ante el público, de una forma visual y gráfica, sus líneas de trabajo, investigación o simplemente experiencias vividas dentro del ámbito de las áreas temáticas del congreso.

### **Temporalización**

Los **POWER POSTERS ZOOM** se expondrán al público de acuerdo al programa y quedara por 15 días, pudiendo hacer consultas por el aula a los autores. Todos los autores deberán remitir en el formato de POWER POINT. la presentación de su trabajo

El autor presentará y destacará los aspectos más importantes de su trabajo.

El listado de **POWER POSTERS ZOOM**

aceptados se publicará a partir del día 2 de diciembre

### **Certificados exposición trabajos**

A todos los autores (no podrán ser más de dos autores y deberán estar ambos inscriptos al curso de manera efectiva) que figuren en el póster y que se hayan inscrito previamente en el Congreso se les expedirá un Certificado acreditando la presentación de su trabajo de investigación en el evento.

### **Premios para los mejores trabajos**

El Comité Científico seleccionará las mejores comunicaciones y póster otorgando un Diploma Acreditativo. Los premios podrán quedar desiertos si el Comité Científico así lo estima oportuno, ya sea por la calidad de los posters o por ausencia de estos. Además, recibirán por 6 meses una bonificación del 50% a las actividades de capacitación de IUYMCA que se les notificarán oportunamente.

### **Normas de redacción y presentación del texto del POWER POSTERS ZOOM**

Todos los autores que deseen presentar su trabajo en el evento, deberán cumplir el protocolo para el envío de su trabajo que figura en el apartado [docentes@iuymca.edu.ar](mailto:docentes@iuymca.edu.ar)

### **Plazo y forma de envío de los posters**



Los autores deberán remitir el texto íntegro del trabajo  
La fecha tope de envío será el día 2 de diciembre 2020

Comprometiéndose el Comité Organizador a comunicar al autor de su aceptación o rechazo por parte del Comité Científico, dentro de las 24 horas de recibido. Se **recomienda no esperar al último día para el envío de la misma.**

### **Desarrollo de la exposición de POWER ZOOM:**

El horario de exposición de los **POWER POSTERS ZOOM** se publicarán en la plataforma educativa, programa el 3 de diciembre a las 14 horas.

En ese espacio el autor podrá ver su poster, y en cafetería se podrán hacer las consultas de intercambio por 10 días, las mismas serán asincornicas.

Se recomienda para la confección de la imagen del **POWER POSTERS ZOOM** y una mayor difusión de los resultados de los trabajos de investigación, **utilizar fuentes de letra grandes y sintetizar al máximo los resultados de la investigación, destacando lo más importante, hablar de forma clara y concisa.**

La comunicación y el **POWER POSTERS ZOOM** debe estar enmarcada en alguna de las áreas especificadas en los contenidos del Congreso, pudiendo referirse, tanto a estudios teóricos, como experiencias realizadas.

El Comité evaluador de los **POWER POSTERS ZOOM** se encargará de realizar la selección de las mismas según los siguientes criterios:

- Ø Calidad y coherencia
- Ø Adecuación temática.



Ø Aportación innovadora.

Ø Cumplimiento de los requisitos de presentación y formato.

Para la aceptación definitiva de un **POWER ZOOM**, será necesario tener formalizada la inscripción en el Congreso el firmante de la misma. En el caso de comunicaciones compartidas, deberán matricularse en el Congreso al menos el 50% de los autores (en caso de firmantes impares la mitad más uno). Las comunicaciones y los carteles no pueden tener más de cinco autores, ahora bien, la organización podría admitir comunicaciones con mayor número de autores previa solicitud de los mismos.

Cada autor podrá presentar un máximo de dos comunicaciones **POWER POSTERS ZOOM**

La selección de las comunicaciones y / o el póster se traduce en la parte de los miembros del Comité y la Vocalía científica, la evaluación de las mismas de forma anónima, notificando el resultado al autor que encabece la misma.

- **Título:**, debe identificar con claridad y concisión el tema del trabajo, a la vez que permita atraer al público.
- **Autor/es, entidad a la que pertenecen y forma de contacto:** Podrían opcionalmente incluirse fotografías de los autores o de los centros e instituciones.

con el título de la comunicación y / o póster, nombre de / los autores y centro de trabajo

A continuación, un resumen de la comunicación y / o **POWER POSTERS ZOOM**



- **Metodología / documentación / materiales:** Debe describir someramente cómo se ha llevado a cabo la investigación o en qué consiste el estudio de caso, los materiales, documentación y métodos empleados sin excesivo detalle.
- **Introducción, hipótesis (si existen) y objetivos del trabajo:** Se presentarán en forma breve evitando el exceso de datos. Si es un estudio de caso, se presentará la caracterización del caso y la justificación de su elección para su estudio. Servirá para familiarizar al PÚBLICO con el tema. Pueden usarse imágenes que contribuyan a resaltar el aspecto central trabajado.
- **Resultados:** Deben describirse los resultados obtenidos, definitivos o preliminares, mediante los datos necesarios. Pueden incluirse tablas o gráficas. Sería la sección más extensa. incluidas las notas, bibliografía, gráficos y figuras.
- **Conclusiones:** Es un resumen rápido del objetivo de la experiencia y de los resultados, evitando ser repetitivo y resaltando la importancia de la investigación desarrollada o del caso presentado y de las posibles repercusiones o implicancias y continuidad de la experiencia o investigación.