

REUNIÓN TÉCNICA NACIONAL

CEDEM

CENTROS DEL DEPORTE ESCOLAR Y MUNICIPAL



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



CONADE
COMISIÓN NACIONAL DE
CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

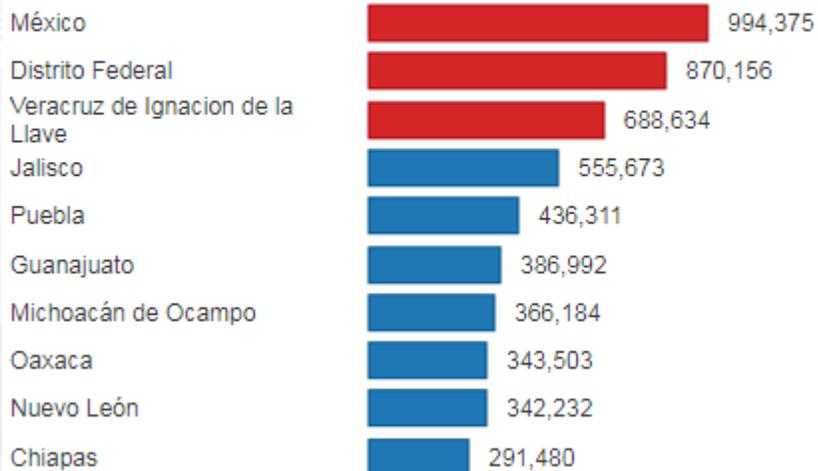
CEDEM
CENTROS DEL DEPORTE ESCOLAR Y MUNICIPAL

Antecedentes

En México, mediante el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM, 2011) se considera a los adultos mayores a partir de los **60 años de edad**.

10 estados con la mayor población de 65+

Número de habitantes



Según datos de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (ENADID) 2018, realizada por el INEGI, el número de **personas** de 60 años o más que reside en **México** es de 15.4 millones, cifra que representa 12.3% de la población total.

La esperanza de vida actual es de 77 años para las mujeres y 72 para los hombres.

Ley General de Cultura Física y Deporte

Deporte Social

Promueve, fomenta y estimula que todas las personas, sin distinción de género, edad, discapacidad, condición social, religión, opiniones, preferencias o estado civil, tengan igualdad de participación en actividades deportivas con finalidades recreativas, educativas y de salud.

Artículo 46, que a la letra dice: “La presente Ley y para efectos de este artículo, se reconoce al deporte en todas sus modalidades y categorías, incluyendo al desarrollado por el sector *estudiantil*, al deporte para *personas con discapacidad* y al deporte para ***personas adultas mayores en plenitud***.”

Adultos Mayores

Las **intervenciones oportunas** que hagamos, les permitirán gozar de un mayor bienestar, debemos prepararnos para esta situación con **infraestructura, equipamiento, formación o capacitación de recursos humanos, programas preventivos y de rehabilitación**, así como integrar en esta gran tarea a la sociedad organizada, la comunidad y las familias, generando una **cultura de envejecimiento** basada en los derechos humanos para el **logro de una vejez activa, saludable y digna.**



Objetivo Centros Deportivos para la Atención de Adultos Mayores

Busca impulsar y activar espacios adecuados para los adultos mayores en donde, a través de actividades físicas y deportivas se les brinde la oportunidad de mejorar sus funciones motrices y prevenir el deterioro cognitivo.

Línea de acción de CEDEM

ADULTOS MAYORES

Mejorar sus funciones motrices, previniendo el deterioro cognitivo y los efectos de la vulnerabilidad.

- **Incrementar el número de entrenadores** y promotores que fomenten y orienten las **actividades físicas y deportivas** en los **Adultos Mayores**.
- **Impulsar Capacitaciones** dirigidas al **personal encargado** de fomentar la práctica regular de actividades deportivas.
- **Coordinar acciones** con instancias del sector público, privado y social, para **impulsar** en los geriátricos, casas asistenciales, espacios municipales la práctica de actividades físicas y deportivas.



Manual de Operación de CEDEM

Los Centros del Deporte para la Atención de Adultos Mayores, a efecto de cumplir con los principios de austeridad presupuestal en el marco de la legislación aplicable vigente, se debe considerar que cada centro cuente con:

Centros del Deporte de Inclusión a Adultos Mayores	Población mínima por centro deportivo	Características del Municipio
Espacios Públicos adecuados para adultos mayores, donde puedan realizar actividades físicas y deportivas.	20	En la Capital y municipios con una población de más de 100 mil habitantes.

- Cada Centro Deportivo contará con un Coordinador que se encargará de su operación y seguimiento (anexo II), con el apoyo de entrenadores o profesores o promotores deportivos.

Desarrollo en los Centros Deportivos



Por lo antes mencionado, se continuará **fomentando la práctica deportiva** dirigida a los Adultos Mayores, que se complementará con acciones que se llevarán a cabo en sinergia con dependencias y se **impulsará la formación y capacitación continua del personal** que se dedica a la atención de este sector, lo que repercutirá en el **bienestar de los adultos mayores** mediante el **fortalecimiento de sus capacidades** y la **mejora de sus funciones musculares**, contribuyendo a **reducir el riesgo de enfermedades y depresión**, así como del **deterioro cognitivo**.

Adultos Mayores

- Centros Deportivos para la atención de Adultos Mayores
- Geriátricos del DIF

Espacios Integrales para Adultos Mayores

Sinergia DIF e INAPAM.

Apoyos para Centros Deportivos de Adulto Mayor

- ✓ Material deportivo.
- ✓ Identidad (playera y gorra al entrenador).
- ✓ Pintura (mantenimiento básico)
- ✓ Estimulo al entrenador o facilitador que impartirá el programa metodológico.

Taller de Inclusión para Adulto Mayor y personas con discapacidad

Comprobación Administrativa y Técnica

- ✓ **Reporte de Gastos signado**
- ✓ **Anexo I** Inicio de Operación
- ✓ Anexo II Seguimiento de Operación
- ✓ Anexo de Distribución de Material deportivo
- ✓ Memoria Fotográfica
- ✓ **Anexo VI (A)** Datos Generales del Personal de CEDEM.
- ✓ **Anexo VI (C)** Informe de Actividades.

Beneficios

- Promueve su autónoma convivencia social.
- Mejora su calidad de vida.
- El deporte ayuda a los Adultos Mayores no sólo a desarrollarse física y mentalmente, también a relacionarse de una forma saludable con otros(as).
- Ayuda en el proceso de rehabilitación.
- Promueve la independencia, otorga seguridad, anima a superar limitaciones en adultos mayores.
- Ayuda en la **disminución** de las **enfermedades** cardiovasculares y diabetes, por mencionar algunas o un proceso de **rehabilitación**.
- Así como aumenta la **ilusión y la alegría de vivir** en los Adultos Mayores.

INCLUSION / EQUIDAD

Igualdad



Equidad



“mayor vulnerabilidad”