

## Valgo - Blog

<https://www.valgo.es/>

# Estudio sobre Costes de la inactividad física en Europa: 80 mil millones € al año

Los estados miembro de la UE gastan un promedio de 80,4 mil millones de euros cada año en el tratamiento de enfermedades causadas por la falta de ejercicio, según un nuevo informe dado a conocer en Bruselas el 17 de junio.

El estudio sobre el costo económico de la inactividad física en Europa concluyó que el gasto europeo en la salud, mientras que ya es alto hoy en día, se elevará a niveles aún más altos en el futuro si los europeos no realizan más actividad física.

Las enfermedades relacionadas con la falta de actividad física son la enfermedad coronaria, la diabetes tipo 2 y los diferentes tipos de cáncer, lo que causa un estimado de 500.000 muertes cada año.

Los costes adicionales, estimados en 80,4 mil millones de euros cada año, podrían evitarse si todos los europeos se ejercitaran durante 20 minutos por día de media. Pero incluso si esta recomendación no se cumple plenamente, los beneficios sobre la salud seguirían siendo importantes, y un ahorro sustancial todavía se realizaría.

El estudio fue realizado por el Centre for Economics and Business Research (CEBR) y por el International Sport and Culture Association (ISCA).

Puedes descargarlo <<< [aquí](#) >>>

## La inactividad física "crisis"

Durante la presentación del informe en Bruselas, Vicky Pryce, su autor principal, quien se desempeñó comodirector del Servicio Económico del Gobierno Británico durante 2007-2010, dijo que el punto del informe era poner de relieve la "crisis de la inactividad física" y sus costos económicos.

"Uno de cada cuatro adultos europeos y cuatro de cada cinco adolescentes no son suficientemente activos. En realidad están muy por debajo del nivel de actividad que se espera de ellos", dijo Pryce.

"Es interesante que los jóvenes son incluso peores que los de mayor edad. Por supuesto, las directrices son también más difíciles para los jóvenes. Pero si no se empieza temprano, lo más probable es que vayan a ser aún más inactivos y entonces tendrán más

problemas de salud en el futuro", continuó.

El Presidente de ISCA, Mogens Kirkeby dijo que los políticos tienen ahora la obligación moral, ética y financiera para hacer cambios efectivos.

"Muchos sectores tienen que centrarse en este desafío y dar soluciones. En este caso, la colaboración y la intervención va a crear un alcance mejor y más fuerte y con resultados de impacto", dijo.

## **Pasando en el sector educativo**

Antonio Silva Mendes, Director de Juventud y Deportes de la Comisión Europea, dijo que en 2013, el ejecutivo reconoció la importancia de la actividad física y el deporte.

"No necesitamos un claro mensaje o compromiso político para decir lo que tenemos que hacer. Ya tenemos el marco, por lo que ahora tenemos que hacer las cosas con medidas concretas", subrayó Mendes.

"Una de las soluciones, y parte de la recomendación, es para hacer frente a la actividad física en las escuelas. Este es el punto de partida, pero no tenemos el mandato, por lo que los propios Estados miembro tendrán el seguimiento. A través de nuestra red, la Comisión está tratando para transmitir este mensaje al sector educativo".

Seán Kelly, un eurodiputado irlandés que representa el Partido Popular Europeo (PPE) y un Presidente Ejecutivo Fundador del Instituto Irlandés de Deportes, dijo que cree que ahora las cosas son en realidad 'moviendo' y el cambio tanto en la UE como a nivel nacional en lo que respecta a la actividad física. Dijo que la actividad física afecta a todo el mundo económico, social y culturalmente.

"La actividad física reduce los costos para los tratamientos, sino que también previene enfermedades, mejora su salud mental, y le da una mejor calidad de vida. Nos da beneficios económicos, sociales y culturales. Es un medicamento en sí mismo", dijo.

## **Pasos concretos**

Mientras que los políticos y el sector de la educación juegan un papel fundamental en el fomento de la actividad física, el sector privado también necesita dar un paso y asumir alguna responsabilidad.

James Quincey, Presidente de Coca-Cola Europa, dijo que las empresas y las ONG pueden hacer una diferencia, a veces con la ayuda de las nuevas tecnologías y la innovación.

"Realmente creo que las empresas tienen un papel que desempeñar. No sólo porque tienen una responsabilidad con la sociedad, sino porque al final sólo se puede tener un negocio saludable si hay una comunidad local saludable", dijo.

Quincey mencionó que un gran número de sus empleados están ahora confiando en aplicaciones de teléfonos inteligentes para medir su nivel de actividad que son, sino también para crear programas de formación que son emocionantes.

"La tecnología y la innovación juegan un papel absolutamente en el movimiento hacia adelante, porque esto puede hacer que la actividad física positiva e incluso divertido. Si pensamos que podemos hacer que la gente se mueven más por hacer que se sientan culpables y no dejar que su pertenencia lapso gimnasio a finales de febrero, Creo que estamos cometiendo un error. Tenemos que cumplir con la gente donde está, y hacer actividad física positiva y divertida ", dijo Quincey.

**Link to Original article:** <https://www.valgo.es/blog/estudio-sobre-costes-de-la-inactividad-fisica-en-europa-80-mil-millones-al-ano?elem=175209>