



Bruxelas, 30 de novembro de 2021
(OR. en)

14431/21

SPORT 84
JEUN 146
SAN 711
SOC 703
EDUC 396

RESULTADOS DOS TRABALHOS

de:	Secretariado-Geral do Conselho
para:	Delegações
n.º doc. ant.:	13713/21
Assunto:	Conclusões do Conselho e dos representantes dos Governos dos Estados-Membros, reunidos no Conselho, sobre a atividade física ao longo da vida

Junto se enviam, à atenção das delegações, as Conclusões do Conselho e dos representantes dos Governos dos Estados-Membros, reunidos no Conselho, sobre a atividade física ao longo da vida, aprovadas pelo Conselho (Educação, Juventude, Cultura e Desporto) na sua reunião de 29-30 de novembro de 2021.

**Conclusões do Conselho e dos representantes dos Governos dos Estados-Membros,
reunidos no Conselho, sobre a atividade física ao longo da vida**

O CONSELHO E OS REPRESENTANTES DOS GOVERNOS DOS ESTADOS-MEMBROS,
REUNIDOS NO CONSELHO,

RECORDANDO O SEGUINTE:

1. Na recomendação do Conselho, de 26 de novembro de 2013, relativa à promoção transetorial das atividades físicas benéficas para a saúde (HEPA), recomenda-se, nomeadamente, que os Estados-Membros "desenvolvam políticas eficazes no domínio da HEPA, adotando uma abordagem transetorial que envolva domínios de intervenção como o desporto, a saúde, a educação, o ambiente e os transportes, bem como outros setores relevantes e de acordo com as especificidades nacionais".
2. Nas conclusões do Conselho, de 15 de dezembro de 2015, sobre a promoção das competências motoras e das atividades físicas e desportivas das crianças, exortam-se os Estados-Membros a "ponderar a implementação de políticas transetoriais, nomeadamente entre os setores da educação, da juventude e da saúde, para promover a atividade física e as competências motoras na primeira infância".
3. Nas conclusões do Conselho, de 29 de junho de 2020, sobre o impacto da pandemia de COVID-19 e a recuperação do setor do desporto, convidam-se os Estados-Membros a "promover a cooperação e consultas transetoriais em áreas relevantes para o desporto a todos os níveis, nomeadamente com o movimento desportivo, o setor empresarial relacionado com o desporto e outras partes interessadas pertinentes".
4. Nas conclusões do Conselho, de 4 de dezembro de 2020, sobre a promoção da cooperação transetorial em prol do desporto e da atividade física na sociedade, salienta-se que "a cooperação transetorial pode desempenhar um papel importante na criação ou na otimização das condições propícias a um estilo de vida ativo e saudável".
5. No Plano de Trabalho da União Europeia para o Desporto (2021-2024) reconhece-se que promover a atividade física é um dos temas centrais contemplados no âmbito do domínio prioritário "Promoção da participação no desporto e em atividades físicas benéficas para a saúde".

RECONHECENDO QUE:

6. A inatividade física está a causar grandes problemas de saúde no modo de vida atual. A Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou a inatividade física como um dos principais fatores de risco de mortalidade¹. A pandemia de COVID-19 veio acentuar ainda mais os riscos que a inatividade física comporta para a saúde.
7. A Europa vê-se confrontada com um aumento significativo das já notórias tendências de inatividade física de toda a sua população, especialmente entre os mais jovens. As políticas europeias incentivam os Estados-Membros a promover e monitorizar a atividade física; contudo, há que reforçar a sua aplicação².
8. Noutros documentos europeus e internacionais³ refere-se também a importância crucial de monitorizar o nível de atividade física no âmbito de uma abordagem holística da HEPA. Monitorizar a aptidão física observando o disposto no Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD)⁴ pode produzir, em termos de atividade física, resultados fiáveis assentes em dados concretos e chamar a atenção para eventuais comportamentos de risco para a saúde.

¹ Organização Mundial da Saúde (2020): orientações da OMS sobre atividade física e sedentarismo.

² Relatório da Comissão sobre a aplicação da recomendação do Conselho sobre a promoção transetorial de atividade física benéfica para a saúde, COM(2019) 565 final.

³ Por exemplo, a "Estratégia de Atividade Física para a Região Europeia da OMS 2016-2025", da Organização Mundial da Saúde, o "Plano de Ação da UE contra a Obesidade Infantil 2014-2020" e um "Plano de Ação Mundial para a Atividade Física 2018-2030" (Organização Mundial da Saúde (2018)).

⁴ Regulamento (UE) 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 27 de abril de 2016, relativo à proteção das pessoas singulares no que diz respeito ao tratamento de dados pessoais e à livre circulação desses dados e que revoga a Diretiva 95/46/CE (Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados) (JO L 119 de 4.5.2016, p. 1).

RECONHECENDO QUE:

9. A atividade física é um dos fatores mais importantes e eficazes para manter a saúde física e mental ao longo da vida. Tem também impacto positivo na prevenção de certas doenças e estados de saúde, como as doenças cardiovasculares, a diabetes de tipo 2, etc.
10. Os sistemas de monitorização da aptidão física podem determinar a dimensão do problema da inatividade física e avaliar a eficácia de quaisquer políticas, planos de ação ou iniciativas adotados a nível local, nacional ou da UE.
11. O conceito de atividade física ao longo da vida deve basear-se na atividade física regular praticada ao longo da vida suscetível de ser apoiada por um sistema de monitorização da aptidão física assente em dados concretos que permita preservar a saúde de cada indivíduo ao longo da vida.

SALIENTANDO QUE:

12. Uma atividade física regular e suficiente⁵ é importante para o desenvolvimento saudável das crianças e dos adolescentes, tanto fisicamente como em termos de capacidades mentais e sociais.
13. No contexto de um estilo de vida ativo e saudável dos adultos, a atividade física regular é particularmente importante, mesmo que não se comece a praticar antes da idade adulta. A atividade física regular é também um fator importante para evitar uma diminuição dos níveis de desempenho no trabalho. Uma vez que os adultos passam um terço da vida a trabalhar, o ambiente laboral é extremamente importante para promover a atividade física dos trabalhadores.

⁵ Organização Mundial da Saúde (2020): orientações da OMS sobre atividade física e sedentarismo.

14. Em todas as faixas etárias, os grupos desfavorecidos⁶ são muitas vezes insuficientemente ativos fisicamente por falta de oportunidades e acesso limitado, o que os expõe a um risco acrescido de desenvolvimento de certas doenças. Devemos proporcionar a estes grupos-alvo as mesmas oportunidades, permitindo-lhes participar em programas regulares específicos de atividade física e desportiva.
15. De acordo com o conceito de atividade física ao longo da vida, o impacto a longo prazo deverá ter como corolário cidadãos europeus mais ativos fisicamente do ponto de vista físico, sendo o objetivo melhorar a sua saúde física e mental e reduzir a pressão sobre os nossos sistemas de saúde e os custos relacionados com a saúde⁷. Sempre que possível, haverá que coordenar as agendas políticas e que incentivar a cooperação transetorial, a fim de alcançar os melhores resultados.

CONSIDERANDO O SEGUINTE:

16. *Estilo de vida saudável*: em muitos países, as políticas de saúde pública e desporto visam, antes de mais, incentivar os cidadãos a adotar um estilo de vida ativo e saudável ao longo da vida e a participar em atividades físicas e desportivas⁸. Várias iniciativas europeias visam igualmente integrar a atividade física no plano de cuidados de saúde, a fim de garantir um melhor aconselhamento e apoio à atividade física em ambiente clínico⁹.

⁶ Definição dada pelo Instituto Europeu para a Igualdade de Género (EIGE): "Grupos de pessoas que enfrentam maior risco de pobreza, exclusão social, discriminação e violência do que a população em geral, entre os quais, por exemplo, minorias étnicas, migrantes, pessoas com deficiência, idosos isolados e crianças".

⁷ Associação Internacional para o Desporto e Cultura (ISCA): "O custo económico da inatividade física na Europa: relatório da ISCA/CEBR (Centro de Estudos Económicos e Empresariais)", junho de 2015.

⁸ A nível da UE, por exemplo, a Comissão Europeia lançou a iniciativa "HealthyLifestyle4All", campanha de dois anos destinada a ligar o desporto e os estilos de vida ativos às políticas de saúde, alimentação e outras. Em 2017, foi lançado o apelo de Tartu para um estilo de vida saudável.

⁹ Organização Mundial da Saúde (2018): promoção da atividade física no setor da saúde.

17. *Monitorização*: alguns países acompanham as alterações registadas em termos de aptidão física da sua população, podendo também, se for essa a vontade expressa, fornecer a cada pessoa informações sobre a evolução dos seus níveis de aptidão. Há países que instituíram sistemas através dos quais podem acompanhar e avaliar anualmente o desempenho físico dos jovens e das crianças em idade escolar¹⁰.
18. *Cooperação transetorial*: a promoção e a monitorização da atividade física deverão ser transversais aos diversos setores envolvidos e observar o RGPD. Promover a atividade física e monitorizar a aptidão física não cabe só às instituições ligadas ao desporto, mas também às instituições ligadas à saúde pública, às infraestruturas, à educação e formação, ao ambiente de trabalho, à juventude, etc. Por conseguinte, a integralidade das autoridades públicas, a sociedade civil, os clubes desportivos, as comunidades locais, etc., deverão ser também envolvidos.
19. *A mudança de comportamento* é uma questão de desenvolvimento a longo prazo decorrente das orientações em matéria de atividade física¹¹, que apelam à integração de uma quota-parte suficiente de atividade física no quotidiano. Significa isso que a política seguida deve também ser aplicada de forma integrada e centrar-se em diferentes momentos do dia e diferentes contextos da vida quotidiana.
20. *Meios de comunicação social*: os meios de comunicação social podem desempenhar um papel na promoção da responsabilidade social, das atividades desportivas e das campanhas de sensibilização para os benefícios da atividade física e a diminuição da inatividade.
21. *Iniciativas e projetos europeus*: várias iniciativas e projetos europeus contribuem para o desenvolvimento de políticas destinadas a promover estilos de vida saudáveis e de sistemas de monitorização da aptidão física, que permitirão dispor de dados comparáveis, atualizados e fiáveis em todos os Estados-Membros da UE. Tal poderá ajudar os decisores políticos a fomentar a atividade física ao longo da vida e a gerar maior impacto na saúde,

¹⁰ Como, por exemplo, Chipre (que instituirá em breve um desses sistemas), a Finlândia, a Hungria, a Lituânia, os Países Baixos, Portugal, a Eslovénia, etc.

¹¹ Organização Mundial da Saúde (2018): "Plano de ação mundial para a atividade física 2018-2030: pessoas mais ativas para um mundo mais saudável".

APELAM A QUE, EM CONFORMIDADE COM O PRINCÍPIO DA SUBSIDIARIEDADE E AOS NÍVEIS ADEQUADOS, OS ESTADOS-MEMBROS:

22. Continuem a promover e a incentivar a atividade física da população ao longo da vida, inclusive dos grupos desfavorecidos, centrando-se na redução da inatividade física através da partilha de boas práticas, nomeadamente da utilização de tecnologias móveis e sem fios, bem como dos meios de comunicação social e de outros canais de comunicação.
23. Apoiem iniciativas e campanhas nacionais, regionais e/ou locais que incentivem a atividade física, o desenvolvimento de sistemas de monitorização e a participação de todos em atividades desportivas, como a Semana Europeia do Desporto, a campanha HealthyLifestyle4All, o Eurobarómetro sobre Desporto e Atividade Física, o Inquérito Europeu de Saúde por Entrevista – Questionário sobre Atividade Física (EHIS-PAQ), etc.
24. Se for caso disso, e em conformidade com o RGPD, instituem e promovam a criação de sistemas nacionais, regionais e/ou locais de monitorização da aptidão física baseados em dados concretos que incitem a população à atividade física ao longo da vida, com relatórios individuais de retorno de informação adequados e um acompanhamento a título voluntário das transformações ocorridas em termos de aptidão física, e forneçam informações preciosas para a elaboração de políticas¹².
25. Seguindo uma abordagem transetorial, apoiem a todos os níveis a adoção de políticas relativas à criação de espaços públicos acessíveis e sustentáveis em que todos os cidadãos possam participar em atividades desportivas ou atividades físicas ao longo da vida, como bairros, zonas recém-construídas, ciclovias ou faixas reservadas à prática de desporto, instalações desportivas em escolas e universidades, etc., designadamente com a ajuda dos fundos da política de coesão.

¹² Nomeadamente fornecendo instrumentos de monitorização da aptidão física que permitam analisar as tendências da população em termos de saúde, bem como os efeitos das políticas nacionais em prol da aptidão física e das intervenções em matéria de saúde a nível local, regional e/ou nacional.

26. Identifiquem e sincronizem a todos os níveis, com a participação da globalidade das autoridades públicas competentes e da comunidade científica, as políticas e medidas destinadas a incentivar as pessoas a participar em atividades desportivas ou em atividades físicas ao longo da vida e incitem os decisores setoriais a, ao elaborarem as suas políticas, terem mais em conta os benefícios que a atividade física ao longo da vida e a monitorização da aptidão física da população podem gerar.
27. Partilhem as boas práticas seguidas no que respeita à forma de motivar as pessoas a manterem-se ativas e a praticarem atividade física durante o dia e troquem informações sobre instrumentos e iniciativas políticas que, em diferentes contextos do quotidiano, se revelem eficazes para estimular a atividade física, nomeadamente nas escolas e nos locais de trabalho.
28. Sempre que possível, colaborem mais com o setor da saúde no que respeita à prescrição de exercício físico e à prestação de aconselhamento por profissionais de saúde e especializados.

CONVIDAM A COMISSÃO A:

29. Estudar a possibilidade de apoiar o desenvolvimento de um sistema de dados harmonizado que permita monitorizar a atividade física a nível europeu, a fim de avaliar com maior precisão as consequências para a saúde, a sociedade e a economia.
30. Procurar saber e dar a conhecer os custos reais dos riscos que a inatividade física comporta para a saúde, especialmente em termos de despesas de saúde, a fim de contribuir para a tomada de decisões públicas sobre os investimentos a realizar a nível europeu neste domínio.
31. Apoiar o intercâmbio das boas práticas seguidas no âmbito dos projetos e redes de sucesso existentes em matéria de promoção da atividade física ao longo da vida e de monitorização da aptidão física, nele envolvendo, se for caso disso, a rede de pontos focais HEPA. No intuito de facilitar a monitorização da aptidão física em toda a Europa e de construir um eixo em torno do qual se possam rapidamente desenvolver políticas baseadas em dados concretos, promover estas práticas juntamente com a rede de pontos focais HEPA, criando uma plataforma europeia adequada.

32. Ponderar um financiamento da UE, por exemplo através dos programas Erasmus+ ou InvestEU, que poderiam apoiar formas de cooperação europeia para promover a criação de sistemas nacionais, regionais e/ou locais de monitorização da aptidão física.
33. Informar os Estados-Membros e o movimento desportivo acerca dos programas e iniciativas de financiamento pertinentes da UE que possam ser utilizados para apoiar projetos transeitoriais relacionados com o desporto e a atividade física e promover um estilo de vida saudável, bem como para criar sistemas nacionais, regionais e/ou locais de monitorização da aptidão física, designadamente através dos programas Erasmus+, EU4Health, Horizonte Europa e InvestEU.

CONVIDAM O MOVIMENTO DESPORTIVO E OUTROS INTERVENIENTES RELEVANTES A:

34. Considerarem a possibilidade de, em conformidade com o RGPD e tendo por objetivo monitorizar a aptidão física dos cidadãos, utilizar as plataformas gratuitas existentes¹³ como instrumento de diagnóstico e motivação para a atividade física ao longo da vida.
35. Nas suas atividades, projetos e iniciativas, darem maior relevo às oportunidades de participação dos cidadãos de diferentes grupos-alvo em atividades físicas e desportivas ao longo da vida.
36. Cooperarem estreitamente com os intervenientes de outros setores para colmatar as lacunas existentes em termos de oferta de oportunidades de participação em atividades físicas e desportivas em diferentes contextos do quotidiano.
37. Participarem ativamente, se for caso disso, no desenvolvimento de sistemas e estratégias nacionais, regionais e locais de monitorização da aptidão física destinadas a intensificar a atividade física dos cidadãos ao longo da vida.
38. Em sintonia com o RGPD e com base em ações concretas, adaptarem os instrumentos de comunicação aos públicos-alvo.

¹³ Por exemplo, uma plataforma em linha de apoio à criação de programas de monitorização da aptidão física que forneçam informações sobre resultados específicos em termos de aptidão física individual.

Definições para efeitos das presentes conclusões:

A atividade física é geralmente definida como "qualquer movimento do corpo produzido por músculos esqueléticos que exija dispêndio de energia"¹⁴. Nela se incluem todos os movimentos, inclusive durante os tempos livres, assim como o transporte para e a partir dos mais diversos locais ou como parte do exercício de uma atividade profissional.

A aptidão física é a capacidade de executar tarefas quotidianas com vigor e vivacidade, sem fadiga excessiva e com energia suficiente para desfrutar de atividades de lazer e fazer face a emergências imprevistas.

A atividade física ao longo da vida é toda e qualquer atividade física praticada ao longo da vida com o objetivo de melhorar a saúde, prevenir doenças não transmissíveis e manter um peso saudável, bem como uma certa qualidade de vida e bem-estar em termos pessoais, cívicos, sociais e/ou laborais.

¹⁴ Organização Mundial da Saúde (2020): orientações da OMS sobre atividade física e sedentarismo.

CONTEXTO POLÍTICO

1. Conclusões do Conselho, de 27 de novembro de 2012, sobre a promoção da saúde através da atividade física.
 2. Recomendação do Conselho, de 26 de novembro de 2013, relativa à promoção transetorial das atividades físicas benéficas para a saúde.
 3. Conclusões do Conselho, de 15 de dezembro de 2015, sobre a promoção das competências motoras e das atividades físicas e desportivas das crianças.
 4. Conclusões do Conselho, de 29 de junho de 2020, sobre o impacto da pandemia de COVID-19 e a recuperação do setor do desporto.
 5. Conclusões do Conselho, de 4 de dezembro de 2020, sobre a promoção da cooperação transetorial em prol do desporto e da atividade física na sociedade.
 6. Resolução do Conselho e dos representantes dos Governos dos Estados-Membros, reunidos no Conselho, sobre o Plano de Trabalho da União Europeia para o Desporto (1 de janeiro de 2021 – 30 de junho de 2024) (2020/C 419/01).
 7. Resolução do Parlamento Europeu, de 10 de fevereiro de 2021, sobre o impacto da COVID-19 na juventude e no desporto (2020/2864(RSP)).
-