

## RELACIONES INTERNACIONALES



# BOLETÍN *EUROPA AL DÍA*

Vida Saludable en la UE

N.º 516  
*Septiembre 2022*

Se prohíbe la reproducción total o parcial del contenido de este Boletín *Europa al Día* sin citar la fuente o sin haber obtenido el permiso del Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos de España.

## Vida Saludable en la UE

La Comisión ha puesto en marcha la campaña [HealthyLifestyle4All](#), que promueve un estilo de vida saludable para toda la población, de cualquier edad o grupo social, con el objetivo de mejorar la salud y el bienestar de los europeos. Esta campaña de dos años, que vincula el deporte y los estilos de vida activos con medidas en ámbitos como la salud, la alimentación u otros, cuenta con la participación de la sociedad civil y de organizaciones no gubernamentales, administraciones nacionales, locales y regionales y organismos internacionales en la que se encuentra el Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos. Todos los implicados van a llevar a cabo diversas acciones para que los europeos sean más activos y más conscientes de su salud.

Las acciones apoyarán los tres objetivos de la campaña HealthyLifestyle4All:

- **Aumentar la concienciación** sobre estilos de vida saludables a cualquier edad.
- **Facilitar el acceso al deporte**, a la actividad física y a una alimentación sana, haciendo especial hincapié en la inclusión y la no discriminación, para dar acceso a los grupos desfavorecidos e implicarlos.
- **Promover un enfoque global** en todas las políticas y sectores que vincule la alimentación, la salud, el bienestar y el deporte.

Todas las organizaciones participantes pueden presentar sus compromisos de acciones concretas en la [lista de compromisos en línea](#). Varios países de la UE y organizaciones, como el Comité Olímpico Internacional y los Comités Olímpicos Europeos, la Agencia Mundial Antidopaje (AMA), la Federación Internacional del Deporte Escolar, la Federación Internacional de Fútbol Asociación (FIFA), la Unión de Federaciones Europeas de Fútbol (UEFA) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) y algunas Asociación Médicas Europeas como el CGCOM ya han presentado sus contribuciones, y se esperan muchas más.

Como coordinadora de la campaña, la Comisión va a llevar a cabo en los próximos dos años diversas acciones, entre las que destacamos:

- **Aumentar la financiación para proyectos que apoyen un estilo de vida saludable** en [Erasmus+](#), [Horizonte Europa](#) y [UEproSalud](#). Entre 2021 y 2027, se dispondrá de fondos por valor de 470 millones de euros para acciones deportivas en el marco de Erasmus+, 290 millones de euros, para Horizonte Europa y 4,4 millones de euros, para UEproSalud.
- Crear un nuevo **premio europeo #BeActive intergeneracional** que reconozca la importancia del deporte a distintas edades.
- Poner en marcha una **aplicación móvil de la UE para la prevención del cáncer** a fin de concienciar sobre la importancia de los estilos de vida saludables para la prevención del cáncer, apoyando los objetivos del [Plan Europeo de Lucha contra el Cáncer](#).
- **Desarrollar y actualizar una base de datos sobre ingredientes alimentarios** que contenga información sobre la calidad nutricional de los

productos alimenticios transformados vendidos en la UE, con objeto de promover unos productos alimentarios más sanos y reducir el consumo de alimentos menos saludables con alto contenido en azúcar, grasa y sal. Este objetivo se apoyará en un **etiquetado nutricional obligatorio armonizado** en la parte delantera de los envases y en el **Código de Conducta de la UE sobre Prácticas Empresariales y de Comercialización Responsables en el Sector de la Alimentación**, que entró en vigor en julio de 2021.

- Abordar la cuestión de una alimentación sana y sostenible, así como la importancia de la actividad física y la salud mental en las escuelas. La Comisión revisará el [programa de distribución de frutas, hortalizas y leche en las escuelas](#) e integrará mejor el concepto de estilos de vida saludables en su recomendación sobre educación.
- **Apoyar la elaboración de políticas basadas en datos en lo relativo a los estilos de vida saludables** a través del [Portal de conocimientos sobre la promoción de la salud y la prevención de enfermedades](#) y el [Centro de Conocimiento sobre el Cáncer](#).

El arranque de la campaña coincide con el inicio de la [Semana Europea del Deporte 2021](#), que se celebrará del 23 al 30 de septiembre en toda Europa bajo el patrocinio de tres grandes deportistas europeos: **Beatrice Vio**, **Jorge Pina** y **Serguéi Bubka**. A través de miles de actos, tanto en vivo como en línea, se destacará el potencial de la actividad física para dar alegría, aumentar la resiliencia y conectar a las generaciones. Desde su primera edición en 2015, la Semana Europea del Deporte se ha convertido en la mayor campaña europea para promover el deporte y la actividad física. En la Semana Europea del Deporte de 2020 se registró un récord de 15,6 millones de participantes activos en más de 32 000 actos en toda Europa.

El deporte y la actividad física contribuyen al bienestar físico y mental. La falta de actividad física no solo repercute negativamente en la sociedad y en la salud de los ciudadanos, sino que también acarrea costes económicos. Además, el deporte tiene potencial para reforzar los mensajes de tolerancia y fortalecer el sentimiento de ciudadanía en toda Europa. La campaña HealthyLifestyle4All que comienza es un testimonio de la implicación de la Comisión por un estilo de vida saludable para todos los ciudadanos.

La gente cada vez está más concienciada, desde hace unos años, sobre la importancia del deporte y la forma física para tener un estilo de vida saludable, y no solo a raíz de la pandemia. La Comisión Europea va a seguir trabajando para aumentar la concienciación sobre el papel esencial que tiene el deporte para nuestras sociedades; para la salud, la inclusión social y el bienestar de las personas. La iniciativa HealthyLifestyle4All invita a los principales sectores que fomentan el deporte, la actividad física y las dietas sanas a unirse a la Comisión en la promoción de acciones que pueden mejorar nuestros hábitos saludables.

La buena salud es la piedra angular de unas sociedades fuertes y unas economías fuertes. Prevenir siempre será mejor que curar. Por esto, la promoción de la salud

y la prevención de las enfermedades son elementos esenciales del trabajo en el ámbito de la salud y puntos centrales del Plan Europeo de Lucha contra el Cáncer. La iniciativa HealthyLifestyle4All ayudará a poner de relieve la importancia de unos estilos de vida saludables sin distinción de edad ni grupo social. Servirá para concienciar sobre la importancia de adoptar estilos de vida saludables, apoyará un cambio hacia una alimentación más sostenible y promoverá unas prácticas empresariales y de comercialización responsables en el sector de la alimentación.

## Contexto

Según la última encuesta del [Eurobarómetro](#), cerca de la mitad de los europeos no practica deporte ni hace ejercicio nunca, y esta proporción ha ido aumentando en los últimos años. Solo 1 de cada 7 personas de 15 años o más come al menos cinco porciones diarias de frutas u hortalizas, mientras que 1 de cada 3 no consume a diario ninguna fruta ni verdura. Los estilos de vida saludables pueden contribuir a reducir la incidencia de varias enfermedades no transmisibles. Por ejemplo, es un hecho demostrado que más del 40 % de los cánceres pueden prevenirse, y que las dietas insalubres y los estilos de vida sedentarios son determinantes significativos. Con unas estrategias eficaces de prevención del cáncer es posible prevenir las enfermedades, salvar vidas y reducir el sufrimiento. El Plan Europeo de Lucha contra el Cáncer tiene la misión de proporcionar a las personas la información y las herramientas que necesitan para tomar decisiones más saludables en materia de alimentación y actividad física.

Se sabe que el deporte potencia el sistema inmunitario, ayuda a mejorar la salud mental y nos enseña importantes valores de inclusión y participación. A nivel de la UE, la Comisión respalda el fomento de la actividad física con apoyo financiero a través de Erasmus+, Horizonte Europa y UEproSalud. Desde 2014, Erasmus+ ha financiado 1 175 proyectos y ha beneficiado a 3 700 organizaciones, con ayudas por valor de 250 millones de euros. La Comisión también creó los [premios #BeActive](#), para proyectos y personas que promueven el deporte y la actividad física en toda Europa.

La Comisión ayuda a los Estados miembros y a las partes interesadas a fomentar una dieta saludable a través de diversas acciones, como la reformulación de alimentos, la reducción de la promoción (digital) agresiva de los alimentos con alto contenido en grasas, sal y azúcares, la contratación pública de los comedores escolares, la promoción de la actividad física y la información a los consumidores, en particular a través del etiquetado. En un [documento general sobre las iniciativas en materia de alimentación y actividad física](#) se constata que la dieta puede contribuir a reducir la carga de las enfermedades no transmisibles, como el cáncer, la enfermedad cardiovascular, la obesidad y la diabetes. La Estrategia [«De la Granja a la Mesa»](#) tiene por objeto acelerar nuestra transición hacia un sistema alimentario sostenible que garantice a todas las personas el acceso a alimentos suficientes, inocuos, nutritivos y sostenibles.

## Más información

[HealthyLifestyle4All](#)

[Semana Europea del Deporte](#)

[Nutrición y actividad física](#)

[Plan Europeo de Lucha contra el Cáncer](#)

\*\*\*\*\*

Fuente: Comisión Europea