

POR UNA FRANJA DEPORTIVA EN HORARIO TARDE

ABRIL 2021

El instructivo publicado por el Ministerio del Trabajo acerca de “buenas prácticas para el Teletrabajo”, recomienda realizar actividades deportivas al finalizar la jornada laboral, metiéndolas al saco de “actividades que llenan el tiempo de ocio”. Lo anterior demuestra la contradictoria visión de las políticas empleadas frente al deporte y la actividad física, y entrega un antecedente que vale la pena considerar para la buena implementación de la franja “Elige Vivir Sano”.

Asimismo, durante esta semana pudimos conocer la última encuesta “Plaza Pública” Cadem, que reveló que el 65% de las y los chilenos reconocen tener trastorno de estrés laboral o académico. Del mismo modo, la encuesta reveló que el 62% reconoce tener trastorno del sueño y el 61% dice tener crisis de angustia o ansiedad, mientras que casi la mitad (49%) obesidad.

La misma encuesta señaló que el 85% de la población dice sentir “ansiedad, nervios, angustia, estrés, cansancio y miedo” con respecto a la situación actual del país. Estas preocupantes cifras muestran una tendencia que viene desde hace muchos años al alza y que se agudizó durante la pandemia; el deterioro de la salud mental de la población en Chile.

En contraparte, como lo consigna el informe “Deporte en tiempos de pandemia” de Octubre del 2020 difundido por UNESCO, “las medidas de confinamiento demostraron la importancia de la actividad física, el ejercicio y los hábitos saludables para sostener una vida sana, en equilibrio físico, intelectual y emocional”. En los últimos días hemos visto cómo la franja horaria “Elige Vivir Sano” ha sido todo un éxito para muchas personas, lo que demuestra las ganas de la población de realizar actividad física y deporte durante la pandemia, pero que también ha revelado una serie de problemas que deben ser solucionados.

En primer lugar, muchas de las principales ciclovías se han visto saturadas de personas, lo que no ayuda a la seguridad, ni sanitaria, ni vial de la población. Además, los horarios de inicio y término de la franja han mostrado ser inconvenientes para miles de padres y madres, que viven con niños, niñas y adolescentes, y por sobre todo en los sectores más vulnerables del país. Normalmente el inicio de clases es alrededor de las 8:00 de la mañana, por lo que muchas familias utilizan las horas previas para realizar una serie de labores tendientes a preparar las actividades del día, esto los obliga a que, si desean realizar alguna actividad física, deben hacerlo al inicio de la franja a las 6:00 de la mañana, horario en el que aún no aparecen los primeros rayos del sol, con el posible riesgo que significa eso para su seguridad.

Entendemos que hoy lo más urgente es proteger a la población de la pandemia y descomprimir el sistema de salud, sin embargo, creemos necesario que la promoción de la actividad deportiva y la entrega de facilidades para su realización debe ser también un pilar fundamental para ayudar a la salud física y mental de la población, y los problemas antes mencionados demuestran la necesidad de modificar la franja “Elige Vivir Sano” para hacerla menos segregadora, contemplando la realidad de los miles de padres, madres, niños, niñas y adolescentes del país.

Para esto, las y los firmantes proponemos:

1. Flexibilizar la franja “Elige Vivir sano” incluyendo un nuevo horario durante la tarde al finalizar el horario laboral y escolar, de forma de facilitar también la actividad deportiva de estudiantes y de sus padres.

2. Instaurar vías exclusivas para deportistas en las calles más utilizadas durante los horarios de las franjas, de forma de prevenir accidentes y asegurar la debida distancia social.

Estas medidas pueden traer necesarios beneficios a la salud física y mental de la población, además de ayudar a dar seguridad a todos y todas quienes realizan deporte y actividad física al aire libre en todo el país. Contar con una buena salud mental y física es fundamental para superar la crisis que vivimos.

FIRMAN

Francisca Cabrera

Candidata Constituyente por el Distrito 13 en la Lista del Apruebo. Exseleccionada Nacional y Campeona Panamericana de Patinaje Artístico.

Cristián Reyes Troncoso

Atleta Olímpico.

Diego Carquín

Seleccionado nacional de clavados, medallista de Juegos Suramericanos. Licenciado en kinesiología y masoterapeuta profesional

Camilo Esteban Díaz Araya

Profesor de Educación Física. Seleccionado nacional de patín carrera. Entrenador físico, técnico, formador y corredor del Club TEAM DÍAZ.

Antonio Cabrera

Campeón JJPP ciclismo. Prueba Madison y campeón JJ suramericanos.

Macarena Figueroa Miranda

Enfermera Cesfam C. Aguirre, Iquique, Región de Tarapacá. Medallista de bronce en los juegos panamericanos lima 2019. Atleta Team Chile. Disciplina de Fisicoculturismo.

Bárbara Achondo

Ex seleccionada de Gimnasia. Medallista de Juegos Suramericanos Santiago 2014. Medallista en Copas del mundo. Entrenadora de gimnasia y Bailarina U. de Chile.

Diego Ferreyra

Seleccionado nacional de ciclismo. Campeón panamericano sub 23 contrarreloj.

Felipe Monardes González

Seleccionado Nacional y Récord de Chile. Ciclismo en pista.

Sebastián Cerda Acosta

Ex seleccionado nacional. PF Voley playa y entrenador de Patín carrera

José Luis Rodríguez

Seleccionado nacional ciclismo. Bronce jjpp contrarreloj. Campeón panamericano elite.

Daniela Ahumada

Abogada, miembro de la Organización “Deporte para la Constitución”.

Josefina Meszaros

Abogada, miembro de la Organización
"Deporte para la Constitución".

Juan Pablo Marambio

Abogado, miembro de la Organización
"Deporte para la Constitución".

Diego Egaña

Egresado en Ciencias Jurídicas y Sociales, miembro de la
Organización "Deporte para la Constitución".

Hernán González

Egresado en Ciencias Jurídicas y Sociales, miembro de la
Organización "Deporte para la Constitución".

Daniel Saint- Jean

Egresado en Ciencias Jurídicas y Sociales, miembro de la
Organización "Deporte para la Constitución".
Movimiento x el Deporte (Precursores de Sello x el Deporte)

Pierangela Dezerega

Triatleta. Ingeniera Civil Industrial.

Mauricio Duran

Vice presidente de filiales del Club Social y Deportivo Colocolo

Martina Lorena Carrasco Campos

Dirigente Deportivo.

Felipe Sánchez Zambrano

Gestor de proyectos deportivos Fundación Comprometidos.

Marycarmen Loyola

Profesora de educación física y entrenadora de patinaje artístico.

Víctor Pereira

Triatleta fundador Korua.

César Acevedo Cavieres

Licenciado en educación, Profesor de Educación media en
Educación Física. (UCSH)
Técnico de nivel superior en Preparación Física (PF). (UST)
Especialista en Alto Rendimiento deportivo. (COCH)

Carlos Sebastián Chandía Chiappe

Actor y profesor de expresión corporal universidad de Chile.
Profesor expresión corporal y artes escénicas. Club quetzal.

Marco Cabello

Profesor de Educación Física, Colegio NSDC. La Reina

Claudio Basilio Farías

Profesor Universitario. Profesor de Educación Física
Magíster en Educación Física. Magíster en Gestión de Personas.

José Eduardo Reyes Arriagada

Director de Marketing y Estrategia MYRA MKT.

Pablo Omar

Profesor de educación física.

Fernando Muñoz Hinrichsen

Académico UMCE y UST. Kinesiólogo.

Emilio Aravena

Preparador físico Proddar medallistas panamericanos, ciclismo.

Ivania Reyes Noguera

Directora Euphoria Dance Complex, Santiago – Chile.
Exseleccionada Nacional gimnasia rítmica y campeona nacional y latinoamericana POLE SPORT.
Entrenadora en alto rendimiento gimnasia rítmica y Pole Sport.

Angelo Buratti

Entrenador y preparador físico de las categorías de alta
competencia e intermedia del club de patín carrera fénix de
puente alto y Team Díaz patín carrera y ciclismo.
Preparador físico de básquet.

Sebastián Ignacio Sánchez Carstens

Arquero profesional. Titulado de preparador de arqueros de
alto rendimiento en INAF. Preparador de arqueros iniciación
(formación). Cobreloa del bosque y colegio Manquécura.

Rodrigo Rodríguez

Ex seleccionado nacional Hockey patín. Club Vilanova.

Ana Karina Espina Ramos

Entrenadora de patinaje artístico club Patinart, Puerto Montt.

Elizardo Vera Flores

Ex seleccionado de Balonmano Chile. Profesor de Educación
física. Entrenador Club Dpv Kutral Balonmano.

Rafael Suárez

Entrenador Club San Miguel y Dragones de La Reina
Entrenador seleccionado nacional patín artístico.

Francisco Muñoz Aguayo

Director de proyectos y gestión deportiva MYRA MKT DEPORTIVO.

Fabiola Salinas

Presidenta Asociación cultural
y deportiva de patinaje artístico calle larga.

Nelson Cuevas

Profesor de educación física.

Francisca Williamson

Titulada de Técnico Deportivo & Personal Trainer de Instituto AIEP.

Matías Álvarez

Seleccionado nacional de Patinaje Artístico & entrenador
de Patinaje artístico

Mario Tapia

Kinesiólogo.

Fernanda Monroy

Entrenadora de patinaje club Fénix La Reina.

Christian Gálvez

Club deportivo social y cultural Unión El Bosque.

Jorge Torres

Entrenador club Escrava de Balaguer - Chiguayante.

Andrea Ormazábal

Terapeuta Ocupacional.

Claudio Cabrera Antoine

Psicólogo clínico. Ex-seleccionado nacional de Futsal.

Daniela Rivera Alarcón

Psicóloga clínica y educacional.

Frank Jordan Carrasco Kornich

Seleccionado nacional de Futsal. Jugador del Club Universidad de Chile de futsal.

René Tejías Olguín

Profesor educación física. Director técnico Club Universidad de Chile de futsal. Coordinador de Deportes Universidad Mayor.

Hugo Ibarra

Trabajador social. Director técnico Club Everton de futsal. Docente DUOC.

Patricia Ordoñez

Psicóloga clínica y educacional.

Felipe Gianini

Psicólogo Clínico.

Andrea Quintricón

Terapeuta Ocupacional.

Rodrigo Figueroa

Profesor Educación Física.

Dominique Saint-Jean

Psicóloga clínica infanto juvenil.

Natalia Rivera Alarcón

Médico Cirujano, Psiquiatra Infantil.

Claudio Jiménez

Profesor Educación Física.

Felipe Muñoz

Profesor Educación Física.

Ismael Navarro

Psicólogo.

Cristian San Juan Hurtado.

Enfermero Atención Primaria. Diplomado IAAS PUC.

Nicole Lovera

Terapeuta ocupacional.

Nayaret Campos

Fonoaudióloga.

Camila Arriagada

Terapeuta ocupacional.

Elías Alcover

Entrenador club Esmeralda (Iquique).

Yocelyn Brun

Presidenta Club de patinaje artístico Atenea Skating. San Antonio

Michelle Duclerc Salinas

Club Duclerc Skate

Maritza Martínez G.

Entrenadora Club Copiapó.

Diana Díaz

Kinesióloga

Claudia Pérez G.

Entrenadora Club de PA Temuco.

Ligia Peña

LLano Subercaseaux. Alto del sol.

Rafael Eduardo Díaz Celedón

Constructor civil.

José Villegas Dinamarca

Entrenador Club Amankay, Arica.

Nicole Martínez

Técnico en enfermería.

Carolina García Bascopé

Club Cristal. Iquique.

Eugenio Maraboli

Club Dêvolvô Chillán.

Evelyn Zapata

Club Syromeni.

Yanira Ardiles

Club el Prado Peñaflo.

Cristian Rivas

Pumas de tukumen - Cauquenes.

Natalie González Velasco

Club Centro América Viña Del Mar.

Sibel Martínez

U. de Chile.

Luis Aliaga

Patín artístico Quilpué.

Jasna Candia

Club Ciclón Viña Del Mar.

Loana Díaz

Entrenadora Club Cavanha (Iquique) y Club Alto Hospicio.

Montserrat Iglesias Roca

Presidenta Club patinaje artístico Peñalolén. Asociación Regional Oriente.

Deyanira Fica

Estudiante Pedagogía en Educación Física.

Marlene Apablaza Casanova

Entrenadora Club Amankay Arica.

Carla Gatica Castro

Entrenadora Academia Olimpo.

Alejandro Muñoz

Egresando de 4to medio.

Nataly Reyes

Entrenadora Club roller King.

Matías Eduardo Fernández Martínez

Estudiante de pedagogía en Educación Física. Ciclista de carretera.

Blanca Antoine

Kinesióloga. Dirigente deportivo Club Quetzal La Pintana .

Jacqueline San Martín

Club Camuvi de Viña Del Mar.

Jenny Paulina Morales Zamorano

Entrenadora Club SDA.

Valentina Gutiérrez

Ex seleccionada nacional de patinaje artístico.

María Teresa Zarzar

Entrenadora Club Sol de Aconcagua.

Katherine Soto Tapia

Club Peumayen de Buin y Yugen, Estación Central.

Mariela Lazzerini Monsalve

Club Ángeles de Colchagua San Fernando.

Pamela Cabello Pacheco

Club de Patinaje Artístico Pucón.

Constanza Salinas Ríos

Club San Javier, San Javier.

Camilo Toledo Matta

Club Perla del Maule, Constitución.

Sabina Flores Duarte

Academia cisnes de tagua tagua, San Vicente tagua tagua.

Alejandra Andrea Toloza Monsalvez

Club alma Chimabrongo.

Gricel Miranda Cancino

Entrenadora Huracán.

Joselyn Carreño Guajardo

Profesora de Castellano Licenciada en Educación y deportista federada de Patinaje Artístico.

Jessica Ramírez Fredes

Presidenta Club de Patinaje Artístico Royal Skate. San Antonio.

Andrea Troncoso Terraza

Presidenta del Club Huracán.

Valentina Sepúlveda

Academia Valentina Sepúlveda.

Amalia Medina

Club Novara Arica.

Madelaine Veliz

Club Nubeluz Quintero.

Omar Figueroa

Carvajal Club Viña del Mar.

Elena Ramírez

Toledo club ankalef Talcahuano.

Angelica Vargas

Entrenadora de Patinaje. Club El Monte.

Karen Figueroa Gaete

Club Dream team Quintero.

Sergio Rodrigo Borbaran Ferrada

Contador auditor. Juez nacional patinaje artístico.

Andrea Lissette Espinoza Vera

Auditora. Delegada Club Precisión Center.

Roberto Andrés Hurtado Quiroz

Ingeniero. Secretario Club Precisión Center.

Luis Rodrigo Arevalo Zenteno

Psicólogo. Entrenador Club Precisión Center.

Alberto Rojas

Entrenador de patinaje artístico. Preparador Físico. Club Everton viña del Mar.

Raúl Patricio Verdejo Salinas

Eléctrico. Tesorero Club Precisión Center.

Paulina Caselli Marchant

Psicóloga.

Janys Herrera

Profesora de Danza instructora de yoga.

Catalina Nogueira

Psicóloga Clínica.

Gonzalo Vivanco Silva

Kinesiólogo. Entrenador de tenis.

Noelia Paola González Díaz

Magister en Coaching y Liderazgo Deportivo. Directora Academia MotivarTe. Presidenta Federación Internacional de Coaching, Innovación y Emprendimiento Deportivo, FICIED.