

## FICHA METODOLÓGICA DE DEFINICIÓN DE METAS DEL PLAN NACIONAL DE DESARROLLO

DATOS GENERALES	
Objetivo PND:	6. Garantizar el derecho a la salud integral, gratuita y de calidad.
Política del PND:	6.7. Fomentar el tiempo libre dedicado a actividades físicas que contribuyan a mejorar la salud de la población.
Indicador:	6.7.4. Mediana (en minutos) de comportamiento sedentario durante un día normal en adultos (18-69 años).
Meta al 2025:	Reducir el tiempo de comportamiento sedentario en un día normal de 150 minutos a 143 minutos en la población adulta (18-69 años).
Institución que reporta:	Ministerio del Deporte
JUSTIFICACIÓN TÉCNICA DE LA DEFINICIÓN DE LA META	
Descripción:	<p>La meta propuesta para ser incluida en el PND 21-25, está alineada al marco mundial de monitoreo para la prevención y control de enfermedades no transmisibles.</p> <p>El indicador responde a parámetros y metodología internacionalmente aceptados, como el Cuestionario Global de Actividad Física, GPAQ por sus siglas en inglés (Global Physical Activity Questionnaire) para adultos. Se basa en las recomendaciones mundiales de actividad física de la OMS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los adultos (18 y más años) deben limitar el tiempo que dedican a actividades sedentarias y sustituirlo por actividad física de cualquier intensidad</li> </ul> <p>A continuación, se detalla la alineación de la meta planteada a los ODS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los objetivos mundiales establecidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el Plan de acción global en actividad física, 2018-2030: “<i>Reducción relativa de 15% en la prevalencia global de inactividad física en adultos y adolescentes al 2030</i>”.</li> <li>• Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de las Naciones Unidas (NU): “<i>Objetivo 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades. Meta 3.4: Para 2030, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante la prevención y el tratamiento y promover la salud mental y el bienestar</i>”.</li> </ul>
Supuestos:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La pregunta para calcular el indicador de tiempo de comportamiento sedentario supone que la población adulta (18 y más años) entiende los conceptos de comportamiento sedentario, y que reporta los valores reales.</li> <li>• Para reportar anualmente los valores del indicador propuesto, se supone la inclusión de una pregunta necesaria para el cálculo del mismo en la encuesta nacional del INEC que dé seguimiento al PND 21-25.</li> <li>• Para lograr una reducción del tiempo de comportamiento sedentario en la población adulta (18-69 años), se supone la generación de políticas públicas enfocadas a promover la práctica de actividad física en la población conforme a las recomendaciones mundiales.</li> </ul>
Limitaciones técnicas:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los niveles de desagregación del indicador propuesto dependerán del diseño muestral de la encuesta.</li> <li>• El logro en la reducción del tiempo de comportamiento sedentario en la población adulta (18-69 años) dependerá del alcance de las políticas públicas diseñadas para tal efecto.</li> <li>• No hay umbrales bien aceptados en cuanto al comportamiento sedentario en la población adulta (18-69 años), sin embargo, la OMS recomienda limitar el tiempo dedicado a actividades sedentarias y sustituirlo por actividad física de cualquier intensidad.</li> </ul>
METAS PROYECTADAS	
<p>Considerando que solo se dispone de un valor (línea base) del indicador y que no hay umbrales bien aceptados en cuanto al comportamiento sedentario, las metas establecidas anualmente toman como referencia la meta planteada en el Plan de acción global en actividad física, 2018-2030: “<i>Reducción relativa de 15% en la prevalencia</i>”</p>	

*global de inactividad física en adultos y adolescentes al 2030*". Dicha meta anualizada para el periodo al que hace referencia da como resultado una reducción de 1,3 puntos porcentuales por año. Considerando esta referencia y que el fenómeno no ha sido explorado en Ecuador, se plantea como meta una reducción de un punto porcentual por año, que expresado en las unidades del indicador, equivale alrededor de 1,5 minutos menos cada año.

Año	Meta del indicador	Fuente
2018 (línea base)	150 min	STEPS, 2018
2021	149 min	Encuesta Multipropósito de seguimiento al PND 21-25
2022	147 min	
2023	146 min	
2024	144 min	
2025	143 min	

#### VARIABLES DE INCIDENCIA DIRECTA DE LA INSTITUCIÓN QUE CONTRIBUYEN AL INDICADOR DEL PND

Variable identificada:	Comportamiento sedentario: se refiere al tiempo (minutos) que pasa sentado o reclinado en el trabajo, en casa, al desplazarse entre distintos lugares o en el tiempo libre. Incluye el tiempo que pasa sentado ante un escritorio, reunido con amigos, viajando en carro, autobús o tren, leyendo, jugando a las cartas o mirando televisión. No se incluye el tiempo que pasa durmiendo. Los comportamientos sedentarios contribuyen a un perfil de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles.
Institución responsable de la fuente de información:	INEC
Fuente de datos utilizada:	STEPS 2018 para línea base. Encuesta Multipropósito de seguimiento al PND 21-25 para el periodo 21-25.
Periodicidad de la actualización de la información:	Anual.
Fecha última de homologación o de actualización de la ficha metodológica de la variable:	El indicador no ha sido homologado, pero cuenta con ficha metodológica e informe de factibilidad realizada con INEC.

#### ANEXOS

- No hay series históricas de la evolución de las variables de incidencia directa (2010 – en adelante)
- Se adjunta la información documental y estadística que sustenta el relacionamiento entre las variables propuestas por la institución y el indicador del PND 21-25
- Referencias Bibliográficas
- Otros

#### NOMBRE Y FIRMA DE LA INSTITUCIÓN RESPONSABLE

Elaborado por:

Revisado por:

\_\_\_\_\_  
María Isabel Carrera Buendía  
Subsecretaria de Desarrollo de Actividad Física

\_\_\_\_\_  
Javier Gustavo Lozano Torres  
Coordinador de Planificación y Gestión Estratégica

Aprobado por:

\_\_\_\_\_  
Juan Sebastián Palacios Muñoz  
Ministro del Deporte

Fecha de aprobación 13/09/2021