



Parques Nacionales Naturales de Colombia
Subdirección de Sostenibilidad y Negocios Ambientales



PROGRAMA SALUD NATURALMENTE EN LOS PARQUES **Subdirección de Sostenibilidad y Negocios Ambientales**

Bogotá, D.C.



Carrera 10 No. 20 - 30 Piso 3 Bogotá, D.C., Colombia
Teléfono: 353 2400 Ext.: 377
www.parquesnacionales.gov.co



Parques Nacionales Naturales de Colombia
Subdirección de Sostenibilidad y Negocios Ambientales



Carrera 10 No. 20 - 30 Piso 3 Bogotá, D.C., Colombia
Teléfono: 353 2400 Ext.: 377
www.parquesnacionales.gov.co



1. TÍTULO DEL PROYECTO

SALUD NATURALMENTE EN LOS PARQUES.

2. ANTECEDENTES

El Plan Estratégico para la Diversidad Biológica 2011-2020 que tiene como misión tomar medidas efectivas para detener la pérdida de diversidad biológica a fin de asegurar que, para 2020, los ecosistemas sean resilientes y sigan suministrando servicios esenciales, asegurando de este modo la variedad de la vida del planeta y contribuir al bienestar humano y a la erradicación de la pobreza, contempla entre las Metas Aichi las siguientes:

- Meta 11: Al menos el 17% de las zonas terrestres y de aguas continentales y el 10% de las zonas marinas y costeras, especialmente aquellas de particular importancia para la diversidad biológica y los servicios de los ecosistemas, se conservan por medio de sistemas de áreas protegidas administradas de manera eficaz y equitativa, ecológicamente representativos y bien conectado y otras medidas de conservación eficaces basadas en áreas, y están integradas en los paisajes terrestres y marinos más amplios.
- Meta 14: se han restaurado y salvaguardado los ecosistemas que proporcionan servicios esenciales, incluidos servicios relacionados con el agua, y que **contribuyen a la salud, los medios de vida y el bienestar**, tomando en cuenta las necesidades de las mujeres, las comunidades indígenas y locales y los pobres y vulnerables.

Como país firmante del Convenio, Colombia en los últimos 5 años ha incrementado en un 2% las áreas protegida para un total de 59 áreas protegidas que representan aproximadamente el 12,75 % del territorio nacional, donde se protegen elementos de la biodiversidad, valores culturales y se proveen servicios ecosistémicos como el recursos hídrico para diferentes usos, recursos para la bioprospección, la recreación y regulación del cambio climático, entre otros.

Así mismo, y en el marco del Decreto Ley 622 de 1977, que contiene los reglamentos generales aplicables al conjunto de las áreas protegidas nacionales de Colombia, establece entre las funciones de Parques, proveer recreación, según los planes de manejo, a través del ecoturismo, y bienestar para todos la ciudadanía colombiana mediante la perpetuación de valores excepcionales del patrimonio nacional.

Es así, como Parques ha desarrollado las directrices para el ordenamiento y planificación del ecoturismo buscando la conservación de los valores naturales y culturales de las áreas protegidas, la vinculación y beneficios de las comunidades locales y la educación de los visitantes que frecuentan las áreas.





Dichas acciones se reflejan en el aumento de número de visitantes a los Parques Nacionales, que entre 2014 con respecto a 2013 el aumento fue del 3.6% y entre el 2014 y el 2012 fue del 10.3%. Además, se evidencia el aumento en el número de estudiantes y niños que visitan las áreas protegidas. (Tabla 1)

Tabla 1: Grupos de la población que visitan los PNN entre los años 2011 y 2014

Grupo de la población	2011	2012	2013	2014
Niño estudiantes	57.121	57.540	62.883	73.096
Niño residentes	657	738	2.936	3.389
Niño exento no residentes	11.857	15.760	17.985	9.946
Adultos	624.919	751.405	795.038	823.679

Fuente: Parques Nacionales Naturales de Colombia, 2014

Al evidenciar el aumento del número de visitantes jóvenes y adultos en las áreas protegidas y revisar las estadísticas de inactividad física para el año 2010 en Colombia, muestra que solamente el 53,5% de los adultos colombianos de 18 a 64 años cumple con las recomendaciones de actividad física, las cuales son realizar por lo menos 150 minutos a la semana de actividad física a intensidad moderada. (Min. Protección Social, 2011)

En el caso del sedentarismo de niños y adolescentes, los datos muestran, que para el año 2010 el 62% ven televisión o juegan con videojuegos por un tiempo superior al recomendado por la Academia Americana de Pediatría (no más de dos horas). Es así como entre los niños de 5 y 12 años se estimó un aumento del 4,4% en la exposición de 2 a 4 horas por día y en los adolescentes entre 13 y 17 años se encontró que el 25% de ellos ve televisión o juega con videojuegos por un tiempo superior a 4 horas. (Min. Protección Social, 2011)

Además, de acuerdo con la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia (ICBF, 2010), se ha encontrado que:

En niños y adolescentes entre 5 y 17 años

- Uno de cada 6 niños y adolescentes presenta sobrepeso u obesidad; dicha relación aumenta a medida que se incrementa el nivel del SISBEN y el nivel educativo de la madre (9.4% en madres sin educación frente a 26,8% en madres con educación superior)
- El exceso de peso es mayor en el área urbana 19.2% que en la rural 13.4%. Los departamentos con mayores prevalencias de sobrepeso u obesidad son San Andrés 31.1%, Guaviare 22,4% y Cauca 21.7%.

En adultos de 18 a 64 años

- Uno de cada dos colombianos presenta exceso de peso





- Las cifras de exceso de peso aumentaron en los últimos cinco años en 5,3 puntos porcentuales (2005: 45.9% y 2010: 51.2%)
- El exceso de peso es mayor en las mujeres que en los hombres (55,2% frente a 45,6%)
- La mayor prevalencia de exceso de peso se presenta en el área urbana (52,5%), lo que supera el promedio nacional. Esta misma proporción se presenta en 22 departamentos del país. Los departamentos con mayor prevalencia de exceso de peso son San Andrés y Providencia (65%), Guaviare (62,1%), Guania (58,9%), Vichada (58.4%) y Caquetá (58,8%)

Colombia, como país miembro de las Naciones Unidas, está comprometida en acoger las recomendaciones de las diferentes conferencias internacionales sobre la prevención y el control de las Enfermedades Crónicas no Transmisibles (ECNT); entre ellas el Plan de Acción adoptado en la 61 Asamblea Mundial de la Salud, el cual contempla en su objetivo 1 “*eleva la prioridad acordada a las enfermedades no transmisibles en el marco de las actividades de desarrollo en el plano mundial y nacional, e integrar la prevención y el control de esas enfermedades en las políticas de todos los departamentos gubernamentales*” y en el objetivo 3 “*fomentar intervenciones para reducir los principales factores de riesgo comunes modificables de las enfermedades no transmisibles: consumo de tabaco, dieta malsana, inactividad física y uso nocivo del alcohol*”

Cabe anotar, que “*la carga mundial de enfermedades no transmisibles sigue aumentando, se calcula que principalmente las enfermedades cardiovasculares, diabetes, cáncer y enfermedades respiratorias crónicas causaron unos 35 millones de defunciones en el año 2005. Esta cifra representa el 60% del total mundial de defunciones, el 80% de las muertes por enfermedades no transmisibles se registra en países de ingresos bajos y medianos, y aproximadamente 16 millones corresponden a personas de menos de 70 años*”. En Colombia, “*231 personas mueren al día en el país por Enfermedades Crónicas No Transmisibles, 94 por Enfermedad Isquémica Cardíaca, 48 por accidentes Cerebrovasculares, 38 por enfermedad pulmonar obstructiva crónica, 19 por diabetes y 17 por hipertensión*”².

Basados en los anteriores datos, el Ministerio de Protección Social adopta el Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021 que busca *lograr la equidad en salud y el desarrollo humano*” de todos los colombianos mediante ocho dimensiones prioritarias y dos transversales así: **convivencia social y salud mental**, seguridad alimentaria y nutricional, sexualidad y derechos sexuales y reproductivos, **vida saludables** y enfermedades transmisibles, salud pública en emergencias y desastres, vida saludables y condiciones no transmisibles y salud y ámbito laboral; con las dimensiones transversales gestión diferencial de las poblaciones vulnerables y de fortalecimiento de la autoridad sanitaria para la gestión de la salud y la salud ambiental.

Por lo anterior, y considerando el incremento del número de visitantes a los Parques Nacionales Naturales de Colombia, el mejoramiento de la calidad de los servicios y la oferta de actividades ecoturísticas en las áreas con vocación ecoturística, el apoyo del Gobierno Nacional en el desarrollo de documentos de política que orientan la actividad ecoturística, de turismo de Naturaleza y de Salud

¹ Prevención y control de las enfermedades no transmisibles: aplicación de la Estrategia Mundial, 2008

² Estudio Global de carga de Enfermedad, 2010





Pública, que en su dimensión vida saludable contempla como estrategia las alianzas transectoriales para la promoción de modos, condiciones y estilos de vida saludables, que implica la participación de varios sectores en la generación de infraestructuras, espacios, bienes y servicios sostenibles, orientados a mejorar la oferta y facilitar el acceso a programas de recreación, cultura y actividad física. Por lo anterior, se reconoce la necesidad de crear un programa que incremente la apropiación de la sociedad colombiana hacia los Parques Nacionales Naturales y a su vez se reconozcan como espacios para la promoción de modos, condiciones y estilos de vida saludable.

3. JUSTIFICACION

Varios estudios han demostrado los beneficios de los espacios verdes para el bienestar mental y los niveles de interacción y/o participación se han relacionado con la longevidad y la disminución de padecer enfermedades mentales, en varios países del mundo. (Takano *et al.*, 2002; DeVries *et al.*, 2003; Grahn and Stigsdotter, 2003).

Es así, como el Sistema de Parques Nacionales de Victoria (Australia) estableció el programa de “Healthy Parks, Healthy People” (Parques Saludables, Gente Saludable), implementado por otros sistemas de Parques en el planeta, el cual está constituido por cinco pilares³:

1. Hábitats saludables: promoción de ambientes naturales y construcciones sostenibles y saludables
2. Recreación saludable: salud física, mental y espiritual y bienestar social
3. Salud y Comida sostenible
4. Ciencia saludable: experiencias de naturaleza y salud basadas en investigaciones rigurosas, en un programa de evaluación y monitoreo en los programas de Parques Nacionales y facilidades y ambientes que favorezcan la experiencia de visita saludable
5. Futuros saludables: desarrollo de nuevas tecnológicas, políticas y aliados en beneficio del programa.

Basados en este precepto, varios autores han evidenciado los beneficios del contacto con la naturaleza para la salud humana. Estos incluyen⁴:

1. Las personas que viven a más de 1 km de distancia de zonas y/o espacios verdes tienen 1,42 mayor probabilidad de experimentar estrés que quienes viven a menos de 300 metros de distancia de zonas y/o áreas verdes. (Stigsdotter *et al* 2010)
2. Los jóvenes que se vinculan a los Parques, encuentran en la naturaleza la oportunidad terapéutica y gratificante, lo que facilita su salud, el bienestar y el crecimiento espiritual (O'Brien *et al.*, 2011)

³ National Park Service, Healthy Parks, Healthy People. Community Engagement guide. Edition 1.2014

⁴ <http://parkweb.vic.gov.au/about-us/healthy-parks-healthy-people/reviewing-the-evidence>





3. Los niños que participan en juego no estructurados en la naturaleza son más tranquilos y participarán en juegos de imaginación, incrementaran la actividad física, el juego será más centrado, y con interacciones sociales positivas (Nedovic et al., 2013)
4. Las actividades estructuradas en los Parques Nacionales son motivadoras para que los adultos mayores los visiten y compartan con sus semejantes. (Pleson et al., 2014)
5. Los adolescentes que pasan tiempo en la naturaleza tienen un gran sentido de calma y concentración (foco) en el estudio, la salud y el bienestar y a su vez gran conciencia ambiental. (Quynh et al., 2013)
6. Estudiantes con dificultades de aprendizaje y/o comportamiento, se benefician mucho mas de las escuelas que incorporaran actividades de aprendizaje al aire libre.(Pascoe et al., 2013)
7. La restauración de la atención y en generan el sentido del bienestar incrementa después de estar sentado en un parque durante 15 minutos. (Van Den Berg et al., 2011)
8. El tiempo gastado al aire libre se relaciona con el incremento de la productividad en el trabajo, la creatividad y el decrecimiento los niveles de estres y ansiedad. (de Bloom et al., 2014)
9. Ejercitarse en los parques provee beneficios para la relajación de los adultos y el manejo del estrés, y mejora su capacidad de desconexión de su vida ocupada y rigurosa. (de Bloom et al., 2014; Degenhardt et al., 2011)
10. Pasar tiempo en la naturaleza provee beneficios en su recuperación y rehabilitación para quienes padecen enfermedades mentales y físicas. (Nakau et al., 2013; Astell-Burt et al., 2013).

Adicionalmente a lo anterior, se ha reconocido a nivel internacional una conexión estrecha entre las áreas protegidas y bien conservados y la salud de las poblaciones, especialmente considerando el alto porcentaje de personas que viven en los centros urbanos, con un bajo contacto con la naturaleza.

Este programa, se ha venido implementando en la Provincia de Victoria en Australia⁵, donde se desarrolla el Programa **Parques Saludables Gente Saludable**, con gran éxito entre la comunidad, quienes han encontrado un beneficio adicional de las áreas protegidas. Entre los beneficios del Programa se resaltan los siguientes:

- **Físicos.** Las áreas protegidas proporcionan infraestructura y actividades para realizar ejercicio actividades físicas como caminar, bucear, avistar aves, escalar montañas, acampar, nadar, entre otros
- **Mentales.** Espacios para la recuperación de la fatiga mental; sitios de inspiración y expresión, tranquilidad, y de reflexión
- **Espiritual.** Por ser los parques, áreas protegidas, son espacios ideales para la contemplación, la reflexión y la inspiración, facilitando el espacio para aspectos que van más allá de lo humano.
- **Sociales.** Facilita la relación con otras personas al compartir actividades, así como el fortalecimiento de las relaciones familiares.

⁵ Maller C., et al (2008). *Healthy Parks Healthy People. The Health Benefits of Contact with Nature un a Parks Context. A review of Currente Literature*, Deakin University and Parks Victory, Melbourne.





- **Ambientales.** Espacios con ecosistemas y biodiversidad protegida proporciona espacios con aire y agua pura que contribuye al bienestar y salud de las personas

De lo anterior, se deduce el potencial que los Parques Nacionales ofrecen al bienestar y salud de las personas, y que en la actualidad no son reconocidos, y por ello la necesidad de generar estrategias que incentiven a jóvenes y adultos a desarrollar actividades recreativas, deportivas y de aprendizaje en las áreas protegidas, promoviendo hábitos y comportamientos saludables. Actividades ecoturísticas en los Parques Nacionales Naturales como la contemplación de los paisajes naturales; el avistamiento de aves y ballenas; el contacto cultural; el buceo y la oferta de servicios de salud como masajes, zonas húmedas, entre otros, además de la actividad física se constituye en momentos de relajación y esparcimiento para las personas, además de ser una estrategia para la educación ambiental y la apropiación y valoración de las áreas protegidas del Sistema de Parques Nacionales Naturales.

Este se constituye en un gran beneficio de las áreas protegidas, en particular para contribuir en tener personas y sociedades saludables, a través de espacios de recreación en áreas protegidas y bien conservadas, donde se pueden desarrollar actividades de esparcimiento y descanso que permitan disfrutar de los valores naturales y culturales ofrecidos.

El diseño estratégico del Plan Decenal de Salud Pública (PDSP), 2012 -2021, estableció como misión **“para el año 2021 Colombia habrá consolidado el PDSP con la acción transectorial y comunitarias para lograr la paz y la equidad social mediante la mejora del bien integral y la calidad de vida para todos los habitantes del territorio”**; y una de las dimensiones de éste Plan denominado Modos, Condiciones y Estilos de Vida Saludable tiene por objetivo *“desarrollar acciones transectoriales y comunitarias que garanticen infraestructura, bienes y servicios saludables diferenciales”*, con el propósito de:

1. Promocionar una alimentación saludable
2. Promocionar la actividad física
3. Controlar el consumo y exposición del humo del tabaco
4. Controlar el consumo abusivo del alcohol

Considerando lo anterior, Parques Nacionales Naturales es un aliado estratégico para el PDSP ya que ofrece los espacios para generar programas de recreación, cultura y actividad física, ofreciendo servicios ecosistémicos a quienes los visitan, como la belleza escénica, creando una corresponsabilidad entre los actores involucrados hacia la promoción de los modos, condiciones y estilos de vida saludable.

Lo anterior, se sustenta entre otras en lo dispuesto en la Ley 99 de 1993, que delega en el Ministerio del Medio Ambiente y Ministerio de Salud a formular conjuntamente la política Nacional de población; promover y coordinar con éste programas de control al crecimiento demográfico y hacer evaluación y seguimiento a las estadísticas demográficas nacionales y a lo dispuesto en Ley 1449 de 2012 por medio de la cual se fortalece la institucionalización de la Política Nacional de educación ambiental y su incorporación efectiva en el desarrollo territorial, corresponde al Ministerio de Educación, Ministerio de





Ambiente y demás Ministerios asociados al desarrollo de la Política, así como los departamentos, distritos, municipios, Corporaciones Autónomas Regionales, y otros entes autónomos con competencias y responsabilidades en el tema, incluir dentro de los Planes de Desarrollo, e incorporar en sus presupuestos anuales, las partidas necesarias para la ejecución de planes, proyectos y acciones, encaminados al fortalecimiento de la institucionalización de la Política Nacional de Educación Ambiental.

3. POBLACIÓN BENEFICIADA

De acuerdo con las experiencias consultadas, y a la política de Salud Pública 2012-2021, se plantea dirigir el programa a tres diferentes grupos de edades: niñez, adultos entre los 18 y 64 años y mayores de 65 años, en los cuatro (4) entornos saludables contemplados en la dimensión *Condición, Modos y Estilos de Vida Saludables*: escolar, universitario, laboral, comunitario y hogar (Tabla 2).

Tabla 2: Grupos de edad de la población beneficiada por entorno saludable

GRUPO	DESCRIPCIÓN	ENTORNO
Grupo A Segunda edad de la niñez (6 a 11 años):	En este periodo es cuando los recuerdos se establecen en continuo. Los niños participan de más actividades alejadas de la esfera del cuidado parental, y exploran sus ambientes para producir recuerdos y desarrollar capacidades cognitivas.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Escolar
Grupo B Tercera edad de la niñez (12 a 18 años)	En este periodo es cuando los niños se liberan de sus padres y buscan la independencia de sus padres (de las estructuras existentes) y la inclusión (en las redes sociales), y a su vez es cuando más riesgo tienen.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Escolar ▪ Universitario
Grupo C Adultos entre los 18 y 64 años de edad		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Universitario ▪ Comunitario ▪ Laboral
Grupo D Mayores de 65 años		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Comunitario

4. FINANCIACIÓN

La Política de Salud Pública, en su componente vida saludable, incluye el desarrollo de un sistema de incentivos fiscales y no fiscales que promuevan y garanticen la oferta y demanda efectiva de bienes y





servicios que cumplan con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), contenidas en la “Estrategia mundial sobre régimen alimentarios, actividad física y salud”. Dicha estrategia se ha incluido en la Ley 181 de 1995 por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte; que tiene por objeto *“el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejecutar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas.”* y que en su artículo 75, literal 1, determina que el Instituto Colombiano del Deporte, Coldeportes *“contará además de los recursos que destine la Nación para los gastos de funcionamiento e inversión de Coldeportes, el Gobierno destinará los recursos provenientes del Impuesto al Valor Agregado, IVA, correspondientes a los servicios de: restaurantes y cafeterías; hoteles y demás establecimientos de alojamiento, servicios de diversión y esparcimiento, actividades de discotecas, salas de baile, y centros similares; revelado, estudios fotográficos y fotocopias”*.

Es así, como en la reforma tributaria contenida en la Ley 1607 de 2012 se implementó para el servicio de telefonía móvil un nuevo impuesto nacional al consumo con una tarifa del 4% que se aplica sobre la totalidad del servicio y que será destinado para planes de promoción y desarrollo del deporte.

“El recaudo de este impuesto se destinará en un 75% para el plan sectorial de fomento, promoción y desarrollo del deporte y la recreación; para escenarios deportivos incluidos los accesos en las zonas de influencia de los mismos, así como para la atención de los juegos deportivos nacionales, los juegos paralímpicos nacionales, los compromisos del ciclo olímpico y paralímpico que adquiera la Nación y la preparación y participación de los deportistas en todos los juegos mencionados y los del calendario único nacional.

El 25% restante será girado al Distrito Capital y a los departamentos, para que mediante convenio con los municipios y/o distritos que presenten proyectos que sean debidamente viabilizados, se destine a programas de fomento y desarrollo deportivo e infraestructura, atendiendo los criterios del sistema general de participaciones, establecidos en la ley 715 de 2001 y también, el fomento, promoción y desarrollo de la cultura y la actividad artística colombiana.

El Gobierno Nacional reglamentará las condiciones de distribución de los recursos, los cuales serán destinados para los departamentos y el distrito capital, quienes deben invertirlo en un 50% en desarrollo de la cultura y el 50% restante en el deporte.

Del total de estos recursos se deberán destinar mínimo un 3% para el fomento, promoción y desarrollo del deporte, la recreación de deportistas con discapacidad y los programas culturales y artísticos de gestores y creadores culturales con discapacidad”⁶

⁶ http://www.comunidadcontable.com/BancoConocimiento/N/noti-110113-01%28recreacion_y_deporte_con_la_reforma_tributaria%29/noti-110113-01%28recreacion_y_deporte_con_la_reforma_tributaria%29.asp. Abril.2015





Por lo anterior, Parques Nacionales contempla realizar alianzas con las administraciones municipales y departamentales con el fin de diseñar proyectos conjuntos que den respuesta a los objetivos planteados en el programa y que son afines con lo dispuesto en la Ley Nacional del Deporte y la Política de Salud Pública.

Así mismo, con las Cajas de Compensación Familiar, que de acuerdo con la ley 21 de 1982, artículo 62: *“las obras y programas sociales que emprendan éstas, con el fin de atender el pago de subsidios en servicios o especie, se realizarán exclusivamente en los campos de la salud, programas de nutrición y mercadeo de productos alimenticios y otros que compongan la canasta familiar para ingresos bajos, educación integral y continuado, vivienda, crédito de fomento para industrias familiares, recreación social y mercadeo de productos diferentes...”*. Siendo la salud y la recreación social unas de las líneas estratégicas de éste programa.

Además, el programa contempla el diseño de varias actividades deportivas en los Parques Nacionales que incluirían el recaudo de fondos para reinvertir en los objetivos del programa.

4. LOCALIZACIÓN DEL PROYECTO; SERVICIOS Y ACTIVIDADES ECOTURISTICAS OFRECIDAS

Parques Nacionales Naturales de Colombia, en la actualidad cuenta con 23 áreas protegidas con vocación ecoturística que ofrecen servicios y actividades a los visitantes, dicha vocación la determina un conjunto de condiciones y características que establecen la aptitud que tiene un área protegida para establecer el ecoturismo como estrategia de conservación, contribuyendo a cumplir con la función ambiental y social de las áreas del Sistema, promoviendo la creación de conciencia sobre el valor de la naturaleza y el reconocimiento del ecoturismo como una alternativa que aporta a la conservación del patrimonio natural y cultural por parte de los actores locales, regionales y nacionales.

Así y teniendo en cuenta los tipos de entornos saludables que aplican de acuerdo con las áreas protegidas y los grupos de edad, la red de senderos, infraestructura de prestación de servicios y el acceso, en una primera fase el Programa se desarrollará en las áreas protegidas que cuentan con infraestructura de servicios ecoturísticos bajo la modalidad de prestación de servicios ecoturísticos comunitarios y/o concesión de servicios.

Para el primer caso, los servicios son ofrecidos por organizaciones locales provenientes de las zonas de influencia de las áreas protegidas, lo cual maximiza el beneficio de la trasmisión de los conocimientos biológicos y culturales de las áreas protegidas. En el caso de las concesiones los servicios ecoturísticos son prestados por uniones temporales. Sin embargo, en ambos casos los Parques Nacionales cuenta con una red de servicios y actividades que motivan la actividad física y el bienestar a quienes los visitan. (Tabla 4)





Así mismo, los Parques Nacionales donde se desarrollará esta propuesta promoverán los modos, condiciones y estilos de vida saludable, siendo transversales la promoción de una alimentación saludable, el control del consumo y exposición al humo del tabaco y control el consumo abusivo del alcohol.

Tabla 4: Servicios y actividades ecoturísticas que se ofrecen en PNN de Colombia

AREA PROTEGIDA	SERVICIOS ECOTURISTICOS	ACTIVIDADES ECOTURISTICAS QUE PROMUEVEN MODOS, CONDICIONES Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE (MCEVS)	PROPUESTA GRUPOS DE EDADES	INSTITUCIONES ALIADAS POR ENTORNO
PNN Los Corales del Rosario y de San Bernardo (CRSB)	<ul style="list-style-type: none"> - Alojamiento - Restaurante - Interpretación Ambiental 	<ul style="list-style-type: none"> - Buceo - Careteo - Senderismo - Sol y playa - Información educativa en MCEVS 	<ul style="list-style-type: none"> - Grupo B - Grupo C 	<ul style="list-style-type: none"> - Instituciones educativas - Cajas de Compensación - Cámaras de Comercio - Alcaldías municipales - Gobernaciones - Empresas Prestadoras de Salud (EPS) - ARL
SFF Iguaque	<ul style="list-style-type: none"> - Alojamiento - Restaurante - Zona de Camping - Interpretación ambiental - Auditorio 	<ul style="list-style-type: none"> - Senderismo - Avistamiento de aves - Información educativa en MCEVS 		
PNN Utría	<ul style="list-style-type: none"> - Alojamiento - Restaurante - Interpretación ambiental - Auditorio 	<ul style="list-style-type: none"> - Senderismo - Avistamiento de ballenas - Buceo - Careteo - Kajakismo - Información educativa en MCEVS 		
SFF Flamencos	<ul style="list-style-type: none"> - Alojamiento - Restaurante 	<ul style="list-style-type: none"> - Senderismo - Avistamiento de aves - Contacto con culturas locales - Información educativa en MCEVS 		





AREA PROTEGIDA	SERVICIOS ECOTURISTICOS	ACTIVIDADES ECOTURISTICAS QUE PROMUEVEN MODOS, CONDICIONES Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE (MCEVS)	PROPUESTA GRUPOS DE EDADES	INSTITUCIONES ALIADAS POR ENTORNO
PNN Cocuy	<ul style="list-style-type: none"> - Alojamiento - Zona de camping - Restaurante - Interpretación Ambiental 	<ul style="list-style-type: none"> - Senderismo - Montañismo - Escalada en roca y hielo - Información educativa en MCEVS 	<ul style="list-style-type: none"> - Grupo C 	
SFF Otún Quimbaya	<ul style="list-style-type: none"> - Alojamiento - Restaurante - Auditorio - Interpretación Ambiental 	<ul style="list-style-type: none"> - Senderismo - Avistamiento de fauna - Ciclomontañismo - Información educativa en MCEVS 	<ul style="list-style-type: none"> - Grupo A - Grupo B - Grupo C - Grupo D 	
PNN Chingaza	<ul style="list-style-type: none"> - Restaurante - Interpretación ambiental 	<ul style="list-style-type: none"> - Senderismo - Avistamiento de fauna - Información educativa en MCEVS 	<ul style="list-style-type: none"> - Grupo A - Grupo B - Grupo C - Grupo D 	
PNN Cueva de los Guacharos	<ul style="list-style-type: none"> - Alojamiento - Restaurante - Interpretación ambiental 	<ul style="list-style-type: none"> - Senderismo - Espeleología - Camping - Información educativa en MCEVS 	<ul style="list-style-type: none"> - Grupo C 	
PNN Old Providence	<ul style="list-style-type: none"> - Restaurante - Interpretación ambiental 	<ul style="list-style-type: none"> - Kayakismo - Buceo - Careteo - Senderismo 	<ul style="list-style-type: none"> - Grupo A - Grupo B - Grupo C - Grupo D 	
PNN Sierra de la Macarena	<ul style="list-style-type: none"> - Interpretación ambiental - Alojamiento⁷ - Restaurante 	<ul style="list-style-type: none"> - Senderismo - Baño pasivo - Información educativa en MCEVS 		
Vía Parque	<ul style="list-style-type: none"> - Interpretación 	<ul style="list-style-type: none"> - Senderismo 		

⁷ El alojamiento y restaurante se prestan en el casco urbano del Municipio de La Macarena





AREA PROTEGIDA	SERVICIOS ECOTURISTICOS	ACTIVIDADES ECOTURISTICAS QUE PROMUEVEN MODOS, CONDICIONES Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE (MCEVS)	PROPUESTA GRUPOS DE EDADES	INSTITUCIONES ALIADAS POR ENTORNO
Isla de Salamanca	<ul style="list-style-type: none"> Ambiental Restaurante 	<ul style="list-style-type: none"> Kayakismo Avistamiento de aves Información educativa en MCEVS 		
PNN Gorgona ⁸	<ul style="list-style-type: none"> Interpretación ambiental Alojamiento Restaurante Auditorio 	<ul style="list-style-type: none"> Senderismo Avistamiento de Ballenas Buceo Careteo Información educativa en MCEVS 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo B Grupo C Grupo D 	
PNN Tayrona	<ul style="list-style-type: none"> Interpretación ambiental Alojamiento Restaurante Auditorio 	<ul style="list-style-type: none"> Senderismo Buceo Careteo Avistamiento de fauna Información educativa en MCEVS 		
PNN Nevados	<ul style="list-style-type: none"> Interpretación ambiental Alojamiento Restaurante Auditorio 	<ul style="list-style-type: none"> Senderismo Montañismo Información educativa en MCEVS 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo B Grupo C 	

Posteriormente se irá ampliando a otras áreas, en la medida que se adecué la infraestructura para la prestación de los servicios y actividades que se incluyen en las actividades del programa.

⁸ Actualmente los servicios ecoturísticos se encuentran en proceso de esquema de operación.





5. OBJETIVOS

Objetivo General

Consolidar los Parques Nacionales Naturales como espacios que promueven modos, estilos y entornos de vida saludable y bienestar a niños, jóvenes y adultos que los visitan, contribuyendo con el mejoramiento de la salud de los visitantes.

Objetivos Específicos

1. Diseñar programas que consoliden modos, condestilos y condiciones que favorezcan la actividad física, la alimentación saludable, la disminución a la exposición al humo del tabaco y al consumo de alcohol para niños, jóvenes y adultos que visitan los Parques Nacionales Naturales de Colombia
2. Aumentar los conocimientos acerca de los beneficios de los Parques Nacionales Naturales como espacios que promueven estilos, modos y entornos de vida saludable
3. Construir un programa de monitoreo y evaluación que evidencie los beneficios de los Parques Nacionales Naturales sobre los estilos de vida que contribuyen al bienestar y salud de quienes los visitan.
4. Implementar los principios y criterios de Organización Saludable en Parques Nacionales Naturales de Colombia.





5. RESULTADOS Y ACTIVIDADES

OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS
<p>1. Diseñar programas que consoliden estilos y condiciones que favorezcan la actividad física, la alimentación saludable, la disminución a la exposición al tabaco y al consumo de alcohol para niños, jóvenes y adultos que visitan los Parques Nacionales Naturales de Colombia</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Diseñar programas y actividades de visita para los diferentes grupos de edades y entornos contemplados en acuerdo con las actividades ecoturísticas. - Crear espacios de encuentros para jóvenes y adultos que congreguen intereses alrededor de los Parques Nacionales - Diseñar un cronograma de eventos deportivos para diferentes grupos de edad en diversos parques del sistema. (bicicleta, running) - Diseñar un programa de voluntariado para adultos mayores en los PNN que fomente su activa participación y su apoyo en programas como el de Educación Ambiental y/o restauración - Diseñar un Programa de descuentos en servicios y actividades ecoturísticas en Parques con Concesión de Servicios Ecoturísticos y con Ecoturismo Comunitario para grupos de visitantes - Diseñar talleres educativos en los cuales se sensibilice acerca de los estilos, modos y entornos de vida saludable. - Adecuar senderos de diferente nivel de dificultad para el disfrute y goce de jóvenes y adultos - Diseñar y adecuar vías de acceso a las áreas protegidas. - Diseñar y adecuar ambientes de aprendizaje a campo abierto. 	<ul style="list-style-type: none"> - Personas que visitan los PNN realizan mayor actividad física que la sociedad en general - Personas e instituciones sensibilizadas en la importancia del Sistema Nacional de Áreas Protegidas en los beneficios para el bienestar y salud de las personas y las comunidades. - Cronograma de actividades (anual) saludables para diferentes grupos de edad diseñado y en ejecución - Entornos que promuevan estilos de vida saludables y protegen la salud - Disponibilidad y acceso a la información relacionada con los estilos, modos y entornos saludables. - Acceso a los Parques Nacionales Naturales facilitado y garantizado





OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS
<p>2. Aumentar los conocimientos acerca de los beneficios de los Parques Nacionales Naturales como espacios que promueven estilos, modos y entornos de vida saludable</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Crear una campaña de promoción y divulgación del programa que incluya videos, material impreso, publicaciones, espacios en TV y radio y medios digitales - Lanzamiento e implementación de la campaña - Establecer alianza con el Ministerio de Protección Social, Coldeportes, entidades territoriales de salud y Ministerio de Educación, como estrategia de la Política de Salud Pública y de fomento al deporte. - Gestión de alianzas con otras instituciones: Cajas de Compensación Familiar, Empresas Prestadoras de Salud, para involucrar a todos los grupos de edades contemplados en el programas - Vincular a instituciones educativas en el desarrollo del programa - Conformación de mesas de trabajo para elaboración y concertación de proyectos y programas elaborados 	<ul style="list-style-type: none"> - Campaña de promoción en desarrollo y en actualización constante - Acuerdos transectoriales establecidos para la promoción de modos, condiciones y estilos de vida saludable en los Parques Nacionales Naturales - Diseñados programas de sensibilización acerca de los estilos, modos y entornos saludables en Parques Nacionales Naturales.
<p>3. Construir un programa de monitoreo y evaluación que evidencie los beneficios de los Parques Nacionales Naturales sobre los estilos de vida que contribuyen al bienestar y salud de quienes los visitan</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar encuestas previas y posteriores a las visitas para evaluar el beneficio en el bienestar y salud de las personas - Establecer medidas de seguimiento para evaluar los impactos del programa - Construir plan de trabajo con aliados y responsables del seguimiento 	<p>Programa de monitoreo y evaluación implementado y reportando los beneficios de los Parques Nacionales Naturales al bienestar y salud de la población</p>





Parques Nacionales Naturales de Colombia
Subdirección de Sostenibilidad y Negocios Ambientales



OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS
4. Implementar los principios y criterios de Organización Saludable en Parques Nacionales Naturales de Colombia.	- Definir los programas y políticas necesarias en Parques Nacionales, con el fin de ser una organización saludable	PNN, institución saludable



Carrera 10 No. 20 - 30 Piso 3 Bogotá, D.C., Colombia
Teléfono: 353 2400 Ext.: 377
www.parquesnacionales.gov.co



2. CRONOGRAMA

ACTIVIDAD	DURACION EN MESES					
	1	2	3	4	5	6
1. Diseñar programas que consoliden estilos y condiciones que favorezcan la actividad física, la alimentación saludable, la disminución a la exposición al tabaco y al consumo de alcohol para niños, jóvenes y adultos que visitan los Parques Nacionales Naturales de Colombia						
1. Diseñar programas y actividades de visita para los diferentes grupos de edades y entornos contemplados en acuerdo con las actividades ecoturísticas.						
2. Crear espacios de encuentros para jóvenes y adultos que congreguen intereses alrededor de los Parques Nacionales						
3. Diseñar un cronograma de eventos deportivos para diferentes grupos de edad en diversos parques del sistema. (bicicleta, running)						
4. Diseñar un programa de voluntariado para adultos mayores en los PNN que fomente su activa participación y su apoyo en programas como el de Educación Ambiental y/o restauración						
5. Diseñar un Programa de descuentos en servicios y actividades ecoturísticas en Parques con Concesión de Servicios Ecoturísticos y con Ecoturismo Comunitario para grupos de visitantes						





ACTIVIDAD	DURACION EN MESES					
	1	2	3	4	5	6
6. Diseñar talleres educativos en los cuales se sensibilice acerca de los estilos, modos y entornos de vida saludable.						
7. Adecuar senderos de diferente nivel de dificultad para el disfrute y goce de jóvenes y adultos						
8. Diseñar y adecuar vías de acceso a las áreas protegidas.						
9. Diseñar y adecuar ambientes de aprendizaje a campo abierto.						
2. Aumentar los conocimientos acerca de los beneficios de los Parques Nacionales Naturales como espacios que promueven estilos, modos y entornos de vida saludable						
1. Crear una campaña de promoción y divulgación del programa que incluya videos, material impreso, publicaciones, espacios en TV y radio y medios digitales						
2. Lanzamiento e implementación de la campaña						
3. Establecer alianza con el Ministerio de Protección Social, Coldeportes y Ministerio de Educación, como estrategia de la Política de Salud Pública y de fomento al deporte.						
4. Gestión de alianzas con otras instituciones: Cajas de Compensación Familiar, Empresas Prestadoras de Salud, para involucrar a todos los grupos de edades						





ACTIVIDAD	DURACION EN MESES					
	1	2	3	4	5	6
contemplados en el programas						
5. Vincular a instituciones educativas en el desarrollo del programa						
6. Conformación de mesas de trabajo para elaboración y concertación de proyectos y programas elaborados						
3. Construir un programa de monitoreo y evaluación que evidencie los beneficios de los Parques Nacionales Naturales sobre los estilos de vida que contribuyen al bienestar y salud de quienes los visitan						
1. Realizar encuestas previas y posteriores a las visitas para evaluar el beneficio en el bienestar y salud de las personas						
2. Establecer medidas de seguimiento para evaluar los impactos del programa						
3. Construir plan de trabajo con aliados y responsables del seguimiento						
4. Implementar los principios y criterios de Organización Saludable en Parques Nacionales Naturales de Colombia						
1. Implementar los principios y criterios de Organización Saludable en Parques Nacionales Naturales de Colombia.						





Parques Nacionales Naturales de Colombia
Subdirección de Sostenibilidad y Negocios Ambientales



BIBLIOGRAFIA

- *Ministerio de la Protección Social, Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre - COLDEPORTES. Hábitos y Estilos de Vida Saludable. Tomo 1. 2011. Documento técnico con los contenidos para el mejoramiento de la gestión territorial de los referentes departamentales, en la promoción de hábitos de vida saludable, con énfasis en alimentación y prevención del consumo de tabaco a través de la práctica regular de la actividad física.*
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. 2010. Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia. Bogotá.
- Pretty J, Angus C, Bain M, Barton J, Gladwell V, Hine R, Pilgrim S, Sandercock S and Sellens M. 2009. *Nature, Childhood, Health and Life Pathways*. Interdisciplinary Centre for Environment and Society Occasional Paper 2009-02. University of Essex, UK.



Carrera 10 No. 20 - 30 Piso 3 Bogotá, D.C., Colombia

Teléfono: 353 2400 Ext.: 377
www.parquesnacionales.gov.co