

## Presentado el programa 'Actívate' para impulsar la salud de las personas mayores a través del deporte en pequeños municipios

La iniciativa cuenta con un presupuesto de 100.000 euros, con el objetivo de prevenir enfermedades, el envejecimiento activo y el sedentarismo

---

jueves 07 de agosto 2025

---



El diputado de Deportes e Instalaciones Deportivas, Eric Escobedo, junto a la diputada de Reto Demográfico, María Vera, ha presentado el programa 'Actívate', una iniciativa destinada a promover la actividad física y el deporte como herramienta clave para la mejora de la salud y la calidad de vida de la ciudadanía, especialmente de las personas mayores en pequeños municipios. El programa, dotado con un presupuesto de 100.000 euros, establece las bases para la concesión de ayudas a entidades locales de la provincia, con el objetivo de poner en marcha programas municipales de actividad física dirigidos a la prevención de enfermedades, el envejecimiento activo y la lucha contra el sedentarismo.

Escobedo ha subrayado la importancia de este programa como una herramienta para “hacer de la actividad física un derecho accesible en todos los rincones de la provincia. 'Actívate' responde al firme compromiso de la Diputación con la promoción de hábitos de vida saludables y la cohesión territorial, acercando políticas de salud pública a los municipios más pequeños y combatiendo la desigualdad en el acceso a recursos deportivos”.

Además, el diputado ha incidido en que “es fundamental que desde las instituciones impulsemos iniciativas que conecten el ámbito sanitario y el deportivo, y que permitan a nuestros

profesionales de la salud prescribir ejercicio físico como una medida terapéutica complementaria. Este programa es un paso decidido hacia un modelo de prevención más eficiente, donde la actividad física se convierte en un pilar básico para mejorar la calidad de vida de las personas mayores y reducir la incidencia de enfermedades asociadas al sedentarismo”.

Por su parte, la diputada de Reto Demográfico, María Vera, ha destacado el valor estratégico de este programa en la lucha contra la despoblación, señalando que “uno de los grandes desafíos de nuestros pequeños municipios es garantizar servicios y oportunidades que favorezcan el arraigo de la población. ‘Actívate’ no solo mejora la salud, sino que dinamiza la vida de los pueblos y promueve el envejecimiento activo, factores clave para que nuestros pueblos sigan siendo espacios vivos y atractivos”.

Vera ha recordado que la convocatoria establece un reparto equitativo de las ayudas para garantizar que al menos una entidad local de cada una de las ocho zonas de planificación territorial en materia de Deportes –Alpujarra, Altiplano, Montes, Metropolitana Norte, Metropolitana Sur, Poniente, Río Fardes-Marquesado y Sur– pueda desarrollar su programa. “De este modo, aseguramos que la ciudadanía rural pueda acceder a programas de ejercicio físico con impacto real en su bienestar y calidad de vida, sin importar en qué parte de la provincia viva”, ha apuntado.

### **Sobre las ayudas**

Las ayudas están orientadas a fomentar la colaboración entre las administraciones locales y los centros de salud del Sistema Sanitario Público de Andalucía, promoviendo programas que articulen la prescripción de ejercicio físico por parte del personal médico con una oferta accesible y gratuita de actividad física en los municipios. Estos programas estarán especialmente dirigidos a la población mayor de 55 años, garantizando una intervención personalizada, con un máximo de 12 participantes por grupo y una periodicidad mínima de tres sesiones semanales durante todo el año.

Las entidades locales beneficiarias podrán recibir una subvención máxima de 6.250 euros, compatible con otras ayudas públicas o privadas. Podrán optar a estas ayudas los ayuntamientos de municipios de hasta 3.000 habitantes que desarrollen programas de actividad física con fines de mejora de la salud, siempre que cumplan con los criterios de calidad y periodicidad establecidos en la convocatoria.