



I CONGRÉS NACIONAL DONA ESPORT I SALUT MENTAL

Situació actual i perspectiva

24 i 25 Octubre

2023



#ESPORT I SALUT MENTAL
COMUNITAT VALENCIANA





[Primer congreso nacional mujer deporte salud mental - Sportsa \(congresosportsamujer.com\)](http://congresosportsamujer.com)



I CONGRESO
NACIONAL MUJER
DEPORTE Y SALUD
MENTAL



PROYECTO:

"I CONGRESO NACIONAL MUJER DEPORTE Y SALUD MENTAL"

2023

ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD
2. ENTIDADES QUE PARTICIPAN EN EL PROYECTO
3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO DEPORTIVO Y COLECTIVO DE LA DIVERSIDAD IMPLICADA
 - 3.1 MUJER, DEPORTE Y SALUD MENTAL: SITUACIÓN ACTUAL
4. OBJETIVOS
5. COLECTIVOS O PERSONAS A LAS QUE SE DIRIGE EL PROYECTO
6. PARTICIPANTES
7. ACCIONES Y ACTIVIDADES A DESARROLLAR
8. METODOLOGÍA
9. INSTRUMENTOS Y MECANISMOS DE EVALUACIÓN Y GRADO DE CUMPLIMIENTO
10. ACTIVIDADES DE COMUNICACIÓN, DIFUSIÓN Y VISIBILIDAD
11. JUSTIFICACIÓN Y RELACIÓN DE GASTOS
12. PRESUPUESTO
13. ANEXOS
 - ANEXO I “EL PROYECTO EN IMÁGENES”
 - ANEXO II ENCUESTA DE EVALUACIÓN
14. BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

1. PRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD

La Asociación Deportiva, Cultural De Recuperación e Integración Social Sportsa (en adelante Sportsa) nace en el año 2016 y la componen personas pertenecientes a diferentes recursos de rehabilitación psicosocial de la Comunidad Valenciana.

La existencia de esta asociación tiene por objeto el fomento, desarrollo y práctica de toda actividad deportiva, recreativa, cultural y asistencial, orientada a la organización del ocio y tiempo libre de personas con Trastorno Mental Grave como instrumento para la recuperación, la integración y la lucha contra el estigma.

El objetivo de nuestra asociación va destinado al empleo de actividades deportivas en la intervención con personas con TMG, basando dicha intervención en la promoción de valores sociales y personales siendo constatado como el máximo agente de reinserción social de nuestro país, que describe al deporte como una de las actividades a llevar a cabo para la rehabilitación de las personas con enfermedad mental.

Sportsa apuesta porque nuestro trabajo debe ir más allá del fomento de la práctica deportiva y de ocio, ya que vemos necesario no solo aumentar la difusión social de nuestro proyecto sino también trabajar más activamente contra el estigma. Nuestra asociación apuesta por la visibilidad social como herramienta para luchar contra el estigma.

También fomentaremos en los usuarios una serie de acontecimientos sociales que a través de estas prácticas deportivas, facilitarán de manera transversal aspectos como; la creación de nuevas redes sociales, la lucha contra el aislamiento, la relación con un grupo de iguales, la resolución de problemas en su entorno cotidiano y facilitar así una inclusión social.

La asociación Sportsa apuesta por la práctica deportiva como un ejercicio de ciudadanía por esta razón todas nuestras actividades se desarrollan en entornos comunitarios más allá de las actividades que se ofertan en los recursos puramente asistenciales. La práctica de actividades culturales, recreativas de esparcimiento y deportivas suponen para nuestros usuarios el ejercicio de un derecho como ciudadanos.

Datos de la entidad:

1. Comunidad Autónoma: Comunidad Valenciana
2. Provincia: Valencia
3. CIF: G-98861032
4. Titularidad: Privada sin ánimo de lucro
5. Registro de Actividades de Acción Social con número 4569
6. Domicilio Social: C/ L'Alter nº 2, piso 2 pta 4 46419 Mareny de Barraquetes
7. Sede 1: c/Pintor Sorolla 13, Puerta 12, 46002 Valencia
8. Sede 2: c/La Punta 72, Sueca 46410 Valencia
9. Tlfno: 669634465
10. Correo-e: sportsa@outlook.es
11. Web / Facebook: <https://www.facebook.com/Sportsa-492247534313393/>

2. ENTIDADES QUE PARTICIPAN EN EL PROYECTO

En el proyecto participaran 34 recursos de atención directa a personas con enfermedad mental crónica de la Comunidad Valenciana y otras de Zamora, Andalucía, Madrid, Oviedo, País Vasco.

También participan en el, ponentes de la Universidad de Elche, Universidad de Almería, Universidad Ceu Cardenal Herrera Castellón y del Hospital Dr. Peset de Valencia.

Y la participación de 20 mujeres con problemas de salud mental atendidas en la red de recursos de atención a la Salud Mental de la Comunidad Valenciana y de la Comunidad Andaluza.

3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO DEPORTIVO Y COLECTIVO DE LA DIVERSIDA IMPLICADA

El Proyecto **“Primer Congreso Nacional Mujer, Deporte y Salud Mental”**, está centrado en el estudio de estrategias contra la discriminación al colectivo femenino y en los avances desde diferentes ámbitos del mundo del deporte en las acciones de promoción del deporte femenino

en su apuesta por la igualdad y destinado a fomentar la actividad deportiva y hábitos de vida saludable de las mujeres que sufren problemas de salud mental en España, para facilitar la práctica de actividades deportivas en entornos normalizados.

Hoy se admite que la actividad física tiene un efecto positivo en la calidad de vida de las personas con trastornos mentales graves, mejorando la salud física, aliviando síntomas y favoreciendo la inclusión social y la recuperación.

Recientes estudios destacan el beneficio de la actividad física en la modificación de los estilos de vida y en la prevención de graves problemas somáticos. Así, se ha demostrado la eficacia del ejercicio físico moderado y regular (2-3 sesiones semanales de 20 a 60 minutos) y una dieta equilibrada, en las personas con esquizofrenia de cara a la prevención de la diabetes tipo II, las cardiopatías, la hipertensión, los problemas respiratorios, el aumento de peso y el “síndrome metabólico”, que aumenta entre 2 y 4 veces el riesgo de coronariopatías y de diabetes.

Distintas investigaciones han señalado que la práctica deportiva podría mejorar determinados síntomas, como la apatía, la falta de iniciativa, la baja autoestima, las alteraciones del sueño y el aislamiento social.

Pese a estas evidencias, la actividad física en personas con problemas graves de salud mental sigue siendo infrecuente.

Se ha señalado que el estigma y la discriminación también afectarían negativamente a la hora de tener oportunidades para la práctica deportiva. Así mismo, la falta de esperanza y la escasa confianza en las propias posibilidades, serían barreras para su ejercicio sobre todo en espacios normalizados y como práctica habitual.

Sin embargo, pocos profesionales del ámbito de la salud mental la considerarían como un factor clave en la atención integral y tendrían bajas expectativas sobre las habilidades físicas de sus pacientes.

Con todo, la práctica deportiva para las personas con problemas graves de salud mental supone el ejercicio de un derecho de ciudadanía, ofrece nuevas oportunidades para la recuperación, y sin lugar a dudas constituye una estrategia eficaz para ofrecer una imagen positiva y desterrar creencias erróneas sobre este grupo de personas.

Las investigaciones acerca de los beneficios de la actividad física y el deporte suelen estar enmarcadas dentro del discurso médico, que propende por la práctica de deporte con miras a disminuir la probabilidad de ocurrencia de patologías de origen cardiaco, respiratorio, metabólico, entre otras. Si bien estos discursos son importantes, por mucho tiempo se ha desconocido, o al menos no se ha reconocido la importancia del deporte en otros contextos de la vida humana.

La actividad física puede también tener otras ventajas psicológicas y sociales que afecten la salud. Por ejemplo, la participación de los individuos en un deporte o en un ejercicio físico, puede ayudar a construir una autoestima más sólida (Sonstroem, 1984), una auto-imagen positiva de sí mismo (Maxwell y Tucker, 1992), y una mejora de la calidad de vida entre niños y adultos (Laforge et al., 1999). Estas ventajas, probablemente, obedecen a una combinación de la actividad física y los aspectos socioculturales que pueden acompañar esta actividad. El ser físicamente activo puede también reducir las conductas auto-destructivas y antisociales en la población (Mutrie y Parfitt, 1998).

El Instituto Nacional Americano de la salud mental, indicó que el ejercicio reduce ansiedad, disminuye la depresión moderada, mejora el bienestar emocional, y aumenta la energía.

La actividad física y el deporte, han sido empleados en la intervención con poblaciones de riesgo, basando dicha intervención en la promoción de valores sociales y personales (Jiménez, 2007) siendo constatado como el máximo agente de reinserción social de nuestro país, que describe al deporte como una de las actividades a llevar a cabo para la recuperación de las personas con enfermedad mental. Así mismo, la actividad física fortalece al paciente en su proceso de recuperación por la relación de afectividad que se establece entre el profesional y los pacientes (Biondi, 2007).

También fomentaremos en las personas una serie de acontecimientos sociales relacionados con el deporte, y facilitar así la inclusión social, ya sea a través de un ámbito concreto o de combinación de éstos. Básicamente, se trata de realizar con ellos visitas a centros deportivos, asistir a partidos de diferentes deportes de equipo, desde categorías inferiores hasta máxima o submáxima de distintas disciplinas deportivas, actos sociales relacionados o derivados de la práctica deportiva, entre otras actividades.

La práctica de deporte guiado por un profesional así como el material y uso de instalaciones deportivas es caro; lo que impide que se desarrolle un deporte de calidad. En la actualidad existen pocas subvenciones destinadas a programas de deporte y promoción de la salud.

Son muchos los colectivos que reciben ayudas y subvenciones por parte de organismos públicos para la práctica de deporte. En la Comunidad Valenciana existen federaciones deportivas como FEDDI (Federación Española de Deportes para Personas con Discapacidad Intelectual) o FESA (Federació d'Esports Adaptats de la Comunitat Valenciana). Por desgracia las personas con enfermedad mental a pesar de ser personas con discapacidad no pueden acceder a este tipo subvenciones, ni tampoco federarse para poder practicar deporte adaptado lo que dificulta gravemente el acceso a estancias deportivas, clubs deportivos y deportes federados.

La mayoría de personas atendidas de nuestros recursos son pensionistas y la mayoría de ellos beneficiarios de una Pensión No Contributiva, al igual que mayoritariamente vienen de familias desestructuradas con escasos recursos económicos. Por mucho que quieran acceder a actividades deportivas guiadas por un profesional, les es prácticamente imposible.

Para concluir esta introducción nos gustaría destacar que la National Alliance on Mental Illness (NAMI), organización de salud mental más importante de los EE.UU, destaca que una de las principales virtudes que tienen los programas deportivos es que los todos las personas tienen la oportunidad de socializarse, tener actividades recreativas y entablar relaciones con sus semejantes, siendo éste uno de los requisitos principales que ha de tener la recuperación de las personas con enfermedad mental

I CONGRÉS NACIONAL DONA ESPORT I SALUT MENTAL
Situació actual i perspectiva

21 i 22 Octubre 2023

GENERALITAT VALENCIANA
Conselleria d'Educació, Cultura i Esport

AJUNTAMENT DE EL PERELLÓ

ESPORT I SALUT MENTAL
COMUNITAT VALENCIANA

21 y 25 de Octubre 2023
Centro Cultural El Perelló

I CONGRÉS NACIONAL DONA ESPORT I SALUT MENTAL

XAVI BLANCO
 SARA TARRÉN
 SIBILA GARCÍA ESTEBAN
 MÚLIA SAGRALBA FERRANZ GARCÍA
 COCO SOBANA CORTÉS
 SANDRA MOLINES BORBÁS
 AMPARO FOLCH QUILL
 ANDREA GONZÁLEZ DEL BREGO
 MÚLIA BELANDRI PEDREÑO
 NATÀLIA BORSARI V.
 MÚLIA ISABEL GALERA PÉREZ
 ANA PALLA BRUNDA CASAT



18:00 - DESDE DIVI D'ENFERME
<p>MEZCL 1: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>18:00 - 19:00</p> <p>MEZCL 2: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>19:00 - 20:00</p> <p>MEZCL 3: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>20:00 - 21:00</p> <p>MEZCL 4: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>21:00 - 22:00</p> <p>MEZCL 5: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>22:00 - 23:00</p> <p>MEZCL 6: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>23:00 - 24:00</p> <p>MEZCL 7: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>24:00 - 25:00</p> <p>MEZCL 8: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>25:00 - 26:00</p> <p>MEZCL 9: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>26:00 - 27:00</p> <p>MEZCL 10: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>27:00 - 28:00</p> <p>MEZCL 11: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>28:00 - 29:00</p> <p>MEZCL 12: "EL DIFÍCIL DE LA VIDA EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL AÑO 2023"</p> <p>29:00 - 30:00</p>

1. MUJER, DEPORTE Y SALUD MENTAL: SITUACIÓN ACTUAL

El deporte se desarrolla y forma parte de la vida pública, un ámbito tradicionalmente masculino debido a los procesos de socialización fuertemente sexistas y patriarcales. (García, J. N. 2009). En España practican un deporte o más un 46 % de los hombres y un 27 % de las mujeres. Desde que se disponen de estadísticas, el aumento de la participación deportiva ha sido mayor entre los hombres que entre las mujeres. (Barata, N. P., Prat, S. S. 2004). Por ello en los últimos años se ha ido tomando conciencia de la necesidad de ofrecer programas específicamente adaptados a cada colectivo y, muy en especial, a las mujeres adultas (García, 1999). En el caso de la participación de la mujer con problemas de salud mental en actividades deportivas también existen diferencias. En algunas publicaciones, el 19 % de hombres y solo el 15 % de mujeres refieren haber realizado una sesión de ejercicio moderado la semana anterior a las que se realiza la encuesta.

Las mujeres con enfermedad mental tienen más dificultades de acceso a la asistencia sanitaria física y menos oportunidades de prevención del riesgo cardiovascular y programas de tratamiento que la población no psiquiátrica (Vancampfort et al., 2012). Esto está relacionado con una mayor presencia de barreras (intrínsecas y extrínsecas) que dificultan el acceso a servicios deportivos de uso general y una menor presencia de factores motivacionales respecto de la actividad física asociados a estas mujeres (Firth et al., 2016).

En base a esta evidencia, sería importante proporcionar a las mujeres con problemas de salud mental el soporte profesional necesario que les ayude y asesore a la hora de identificar unos objetivos de ejercicio físico lo más realistas posible a corto y medio plazo y, apoyo continuado a la hora de lograr dichos objetivos. Además, este apoyo sería útil para superar las barreras psicológicas, y mantener la motivación regular y prolongada en el tiempo hacia la actividad física. En definitiva, resulta necesario incluir la actividad física como uno de los objetivos prioritarios dentro de los planes individualizados de tratamiento de cada mujer y, brindarle el apoyo especializado y recursos necesarios para poder alcanzar dichos objetivos. (Alfonso, Martínez & Roith, 2014)

En nuestra Comunidad según los datos recogidos por la Asociación Cultural, Deportiva, de Recuperación e Integración Social denominada Asociación Sportsa (en adelante Asociación

Sportsa) en su memoria de actividades se evidencia la escasa participación de la mujer con problemas de salud mental en la práctica deportiva. Durante el primer semestre de este año 777 personas con problemas de salud mental han participado en alguna actividad deportiva en la Comunidad Valenciana, de esas 777 personas tan solo 95 son mujeres con problemas de salud mental. (Ver figura 1)

ACTIVIDAD	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
TORNEO DE BALONCESTO	3	4	38
TORNEO DE FUTBOLÍN Y PING PONG	64	9	73
ENTRENAMIENTO FUNDACION VALENCIA	29	3	32
I JORNADAS LIGA FUTBOL PRO-SALUD MENTAL C.V	59	3	62
ENTRENAMIENTO FUNDACION VLA	23	1	24
ENTRENAMIENTO FUNDACION VLA	26	2	28
ORIENTACION Y TREIKING	63	19	82
CAMPEONATO DE PAINTBALL	35	9	44
ENTRENAMIENTO FUNDACION VLA	16	1	17
LASER GAME	45	9	54
II CAMPEONATO DE BOLOS	49	15	64
LIGAS DE FÚTBOL	239	20	259
TOTAL PARTICIPANTES	682	95	777

Figura. 1

(Datos recogidos de enero de 2020 a Mayo de 2021)

Fuente: Memoria de actividades Asociación Sportsa

Son necesarios programas de actividad física que conduzcan a mejorar la calidad de vida, y que pueden ser realizados por todas las personas no importando la edad ni el sexo, lo adecuado es que se estimule la participación en forma conjunta, incluyendo a chicas y chicos, con habilidades y con poca habilidad, en buena condición física o aquellos con sobrepeso,

tratando de construir una historia compartida, donde todos aprendamos a escucharnos, a respetarnos, a tomar en consideración al otro, a pactar, a cooperar y atender necesidades y gustos de los otros.

El atender a los seres humanos de ambos sexos masculino y femenino en forma igualitaria requiere de una toma de conciencia profunda, personal, que luego se refleje en los documentos, en las actividades físicas, en el campo, en el conocimiento y en los medios de comunicación (De salud, C. O. N. C. E. P. T. O. 2006).

Por lo tanto, este Primer Congreso Nacional, favorecen la práctica deportiva mantenida a lo largo del año y pretenden enfatizar en el beneficio de la actividad física en la modificación de los estilos de vida, en la prevención de problemas somáticos de las mujeres con problemas graves de salud mental, en la mejora de la salud mental y también como ejercicio de un derecho de ciudadanía.

4.OBJETIVOS

a. OBJETIVO GENERAL

La promoción de la igualdad efectiva entre mujeres y hombres y la ruptura de los estereotipos de género en la actividad física, y el fomento del deporte en las mujeres con problemas de Salud Mental como instrumento para la recuperación, la inclusión y la lucha contra el estigma.

b. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Instalar un espacio de meditación, razonamiento y concienciación permanente, sobre la realidad coyuntural de las instituciones dedicadas a la Salud Mental en España.

- Incorporar los principios y supuestos de una formación permanente que potencie actitudes de reflexión y análisis crítico e investigativo de la propia práctica.
- Reflexionar sobre las propias concepciones y creencias para construir, sobre ello, ideas y actuaciones alternativas con relación a la práctica deportiva.
- Facilitar el acceso a la práctica deportiva cotidiana de las mujeres con discapacidad, especialmente para aquellas que presentan problemas de salud mental, con objetivos de promoción de la salud física y mental, la inclusión social o la ocupación del tiempo libre.
- La promoción de la participación de las mujeres con problemas de salud mental en los eventos deportivos, con especial énfasis en aquellos que tienen un carácter inclusivo.
- Contribuir al desarrollo integral y mejorar la calidad de vida de las mujeres con problemas de salud mental.

5. COLECTIVOS O PERSONAS A LAS QUE SE HA DIRIGIDO EL PROYECTO.

A todos los profesionales de la Salud Mental interesados en la mejora del deporte en las mujeres con problemas de salud mental.

La población a la que va dirigido el proyecto es a mujeres con problemas de salud mental atendidas en la red de recursos de atención a la Salud Mental del estado español.

6. PARTICIPANTES

En el proyecto participaron 34 recursos de atención directa a personas con enfermedad mental crónica de la Comunidad Valenciana y otras como ponentes hemos contado con un amplio abanico de diferentes regiones de España, Madrid, Almería, País Vasco, Alicante.

Participantes Congreso:

Silvia García Esteban es Formadora y asesora en Salud Mental y discapacidad desde la experiencia en primera persona. acompañante terapéutico, agente de apoyo entre iguales y mediadora.

Alma Paula Canet – Fisioterapeuta y entrenadora de deporte adaptado. Directora del Instituto de Gestión del Deporte Adaptado de la Comunidad Valenciana

Natalia Morskova - Española, de origen ruso, balonmanista profesional, entrenadora, empresaria y comentarista deportiva. Compitió para la Unión Soviética en la Juegos Olímpicos de Seúl 1988 y para el Equipo Unificado en la Juegos Olímpicos de Barcelona 1992.1 Cuenta con dos medallas de bronce.

Sandra Molines Borrás (Carcaixent, 1975) es experta en coeducación e igualdad de oportunidades. Se doctoró en Psicología con la tesis titulada «La coeducación en un centro educativo: análisis del patio escolar» con la nota de excelente cum laude en enero de 2016 y que fue premiada en 2019 como finalista en los IV Premios a la innovación urbana de la ciudad de Valencia.

Creadora de la “**Guía Para el Diseño de Planes de Igualdad en Clubes y Federaciones Deportivas**” para la Cátedra de Mujer y Deporte de la Universidad de Valencia, junto a Víctor Soler Penadés y Lucía Carmona Álamos.

Coco Soriano - Responsable Programa Soporte Diurno Almería. FAISEM. El proyecto Inclúyete, realizado conjuntamente entre la Universidad de Almería y FAISEM, con la colaboración del Consejo Almería, Tierra sin Estigma, ha participado en las Jornadas “#Cuando la vida duele”, celebradas del 12 al 13 de enero en el salón de actos de la Escuela Municipal de Música y Artes de Almería. Inclúyete es un programa socioeducativo de carácter inclusivo, donde se imparten clases colectivas entre usuarios de salud mental, estudiantes y personas interesadas en adquirir conocimientos en temas atractivos que tengan que ver con el empleo, el bienestar o el desarrollo personal

María Isabel Galera Pérez - Fundación Pública Andaluza para la Integración Social de Personas con Enfermedad Mental, **FAISEM**.

Andrea González Revidiego - Cruz Roja Valencia – Educadora Social - TASOC de Cooperación Internacional Provincial

María Ángeles Fernández García del programa de salud mental de la Cruz Roja Valencia

Noelia Belando – Doctora en Ciencias De La Actividad Física y Del Deporte. Investigadora en la Red Nacional de Ciencias del Deporte (RIPIAFFE) constituida por convocatoria del Consejo Superior de Deportes (2020). Promoción de la salud física, emocional y cognitiva a través del deporte. Proyecto: Habilidades intrapersonales e interpersonales para un mejor estilo de vida a nivel emocional, físico y social. Habilidades para el desarrollo personal

Amparo Folch – Directora fundadora en AFFIT “Entrenando tus sueños”. Redaptadora deportiva. Preparadora física. Coach deportivo, educativo_infantil-adolescente. Laif coaching. Profesora TSEAS (TAFAD), TCAFMN, E.F SECUNDARIA. Recibe el “Premio Supera Salud Mental” con el proyecto “Entrena tus alas”, de Affit, proyecto para ayudar a niñas y adolescentes con patologías de salud mental a través del deporte en l'Horta Nord.

Sara Tabares - Directora de “PERFORMA Entrenadores Personales”. Ha centrado su trabajo en el impacto de la actividad física en las diferentes etapas de la vida de la mujer. Además, trabaja en la prescripción de ejercicio en poblaciones especiales, entre las que se encuentran aquellas que padecen diferentes patologías psiquiátricas: anorexia, bulimia y trastorno por atracón. Premio Concha García Campoy a la divulgación científica. Colaboradora en El País. Presentadora del Podcast “Salud activa”. Graduada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y Licenciada en Periodismo. MsC. Fisiología del ejercicio. MsC. Actividad Física y Salud (ejercicio en patologías). Libros: "Ellas entrenan", "Entrena bien, vive mejor" y "La profesión del entrenador personal". Investigación: Impacto del ejercicio físico supervisado en el tratamiento de pacientes con anorexia nerviosa.

Xavi Blasco conocido por su extensa trayectoria como presentador y director de programas en Canal 9 ,À Punt, Levante TV y la 8 Mediterráneo

Y la participación de 20 mujeres con problemas de salud mental atendidas en la red de recursos de atención a la Salud Mental de la Comunidad Valenciana y de la Comunidad Andaluza.

7.ACCIONES Y ACTIVIDADES DESARROLLADAS

El proyecto ha consistido en la organización del I Congreso Nacional Mujer Deporte y Salud Mental, y se ha llevado a término el día 24 y 25 de octubre en la población del Perelló el día 24 el congreso en el Centro Cultural y el día 25 la jornada deportiva en el Polideportivo Municipal.

7.1 PROGRAMA

**I CONGRÉS NACIONAL
DONA ESPORT
I SALUT MENTAL**
Situació actual y perspectiva

 <p>XAVI BLASCO PRESENTADOR</p>	 <p>SARA TABARES</p>
 <p>SILVIA GARCIA ESTEVAN MODERADORA</p>	 <p>MARIA ÁNGELES FERNÁNDEZ GARCÍA</p>
 <p>COCO SORIANO CORTÉS</p>	 <p>SANDRA MOLINES BORRAS</p>
 <p>AMPARO FOLCH QUILI</p>	 <p>ANDREA GONZALEZ REVIDIEGO</p>
 <p>NOELIA BELANDO PEDREÑO</p>	 <p>NATALIA MORSKOVA</p>
 <p>MARÍA ISABEL GALERA PÉREZ</p>	 <p>ALMA PAULA ARANDA CANET</p>

**AJUNTAMENT
DE EL PERELLÓ**

GRUP HENE, S.L.

**GENERALITAT
VALENCIANA**
Conselleria d'Educació,
Cultura i Esport

I CONGRÉS NACIONAL
DONA ESPORT
I SALUT MENTAL

Situació actual y prespectiva.

“I CONGRESO NACIONAL MUJER, DEPORTE Y SALUD MENTAL”

24 OCTUBRE 2023

9:30 – CAFÉ DE BIENVENIDA

10 – 10:30 APERTURA INSTITUCIONAL

- 1.1- Presentación del Congreso y contextualización del Congreso presentado por **Xavi Blasco** conocido por su extensa trayectoria como presentador y director de programas en Canal 9 ,À Punt, Levante TV y la 8 Mediterráneo
- 1.2 – Presentación de la Moderadora de las mesas. **Silvia García Esteban** es Formadora y asesora en Salud Mental y discapacidad desde la experiencia en primera persona. acompañante terapéutico, agente de apoyo entre iguales y mediadora.
- 1.3 - Presentación de la primera mesa y contextualización de la misma (presentador/-a)
(30 minutos totales aproximadamente)

MESA 1: “SIN DUDA: MUJERES Y DEPORTE” - 10:30h – 11:30h

(De 11:30 a 11:45 – ruegos y preguntas)

(De 11:45 a 12:00 – cambio de mesa/ponentes)

Modera la mesa: Silvia García Esteban. Formadora y asesora en Salud Mental y discapacidad desde la experiencia en primera persona. acompañante terapéutico, agente de apoyo entre iguales y mediadora.

Durante el siglo XXI se ha consolidado la oferta de alternativas, el acceso, y la participación femenina en múltiples disciplinas deportivas. Desde actividades diversas relacionadas con el ocio y el tiempo libre, hasta la participación en el deporte profesional, en actividades grupales o de equipo, o a título individual, la presencia de la mujer en el deporte ha dejado de ser un hecho extraordinario. En esta primera mesa estaremos compartiendo experiencias y aproximaciones al deporte con mujeres cuya trayectoria en el deporte ha sido una constante vital. Los aspectos motivacionales y la actitud de superación constante que les han permitido salvar las barreras y dificultades que las acompañan en su desempeño deportivo nos ofrecerán parte de las claves de lo que podemos denominar una extraordinaria normalidad.

- **Alma Paula Canet** – Fisioterapeuta y entrenadora de deporte adaptado. Directora del Instituto de Gestión del Deporte Adaptado de la Comunidad Valenciana.

I CONGRÉS NACIONAL
DONA ESPORT
I SALUT MENTAL

Situació actual y prespectiva.

- **Natalia Morskova** - Española, de origen ruso, balonmanista profesional, entrenadora, empresaria y comentarista deportiva. Competió para la Unión Soviética en la Juegos Olímpicos de Seúl 1988 y para el Equipo Unificado en la Juegos Olímpicos de Barcelona 1992.1 Cuenta con dos medallas de bronce.

**MESA 2: ¿ENTONCES? APROXIMACIÓN AL MARCO DE REFERENCIA
ACTUAL: MUJER Y DEPORTE - 12:00h – 13:15h**

(De 13:15 a 13:30 – ruegos y preguntas)

Modera la mesa: Silvia García Esteban. Formadora y asesora en Salud Mental y discapacidad desde la experiencia en primera persona. acompañante terapéutico, agente de apoyo entre iguales y mediadora.

¿Desde qué posicionamientos trabajan las instituciones para mejorar la participación y las condiciones de la mujer en el deporte?

¿Cuáles son los principales programas y líneas de actuación?

¿Disponemos de un orden de prioridades específico para abordar la igualdad de género en el deporte?

Con la administración, las federaciones e instituciones deportivas, y los espónsos más relevantes en el ámbito del deporte femenino buscaremos establecer un marco de referencia que nos oriente y nos contextualice en la situación actual de la mujer en el deporte.

- **Sandra Molines Borrás** (Carcaixent, 1975) es experta en coeducación e igualdad de oportunidades. Se doctoró en Psicología con la tesis titulada «La coeducación en un centro educativo: análisis del patio escolar» con la nota de excelente cum laude en enero de 2016 y que fue premiada en 2019 como finalista en los IV Premios a la innovación urbana de la ciudad de Valencia.

Profesora en Florida Universitaria en los Grados de Maestra/-o en Educación Infantil y Primaria.

Creadora de la “**Guía Para el Diseño de Planes de Igualdad en Clubes y Federaciones Deportivas**” para la Cátedra de Mujer y Deporte de la Universidad de Valencia, junto a Víctor Soler Penadés y Lucía Carmona Álamos.

Actualmente acompaña a los centros educativos en la realización de diagnósticos de sexismo en el patio y en el diseño de sus planes coeducativos de centro. Ha dirigido, junto a Paqui Méndez, el documental “*Patios vivos, patios coeducativos*”. En marzo de 2019 este documental recibió un premio de la Conselleria de Vivienda, Obras Públicas y Vertebración del Territorio titulado “*Vivienda, movilidad y urbanismo con perspectiva de género*”.

I CONGRÉS NACIONAL
DONA ESPORT
I SALUT MENTAL

Situació actual y prespectiva.

COMIDA (14:00 – 15:00)

La comida del Congreso consistirá en un menú tipo buffet con varios platos para degustar y será gratuito para aquellas personas inscritas en la opción "Inscripción con comida"

**MESA 3: ¿MÁS DIFÍCIL TODAVÍA? MUJER, DEPORTE Y SALUD MENTAL.
UNA TRÍADA NECESARIA CUANDO HABLAMOS DE INCLUSIÓN.
15:15h – 16:15h.**

(De 16:15 – 16:30 – ruegos y preguntas)

(De 16:30 – 16:45 – cambio de mesa/ponentes)

Modera la mesa: Silvia García Esteban. Formadora y asesora en Salud Mental y discapacidad desde la experiencia en primera persona. acompañante terapéutico, agente de apoyo entre iguales y mediadora.

La prevención, el cuidado y el fomento de la salud mediante la práctica deportiva y la actividad física son estrategias fundamentales en todos los programas reconocidos de los sistemas de salud a nivel mundial. En particular los ODS's de las Naciones Unidas los reconocen de manera específica como objetivos necesarios para alcanzar una sociedad justa.

Sin embargo, cuando en el ámbito de la salud mental buscamos hacer uso de la práctica deportiva como herramienta y complemento para procesos de recuperación, rehabilitación, inclusión, o mejora del bienestar emocional de las personas con problemas de salud mental, la brecha de género se manifiesta de un modo físico, minimiza las probabilidades de éxito y viabilidad de los programas de deporte y salud mental.

- **Coco Soriano** - Responsable Programa Soporte Diurno Almería. FAISEM. El proyecto Inclúyete, realizado conjuntamente entre la Universidad de Almería y FAISEM, con la colaboración del Consejo Almería, Tierra sin Estigma, ha participado en las Jornadas "#Cuando la vida duele", celebradas del 12 al 13 de enero en el salón de actos de la Escuela Municipal de Música y Artes de Almería. Inclúyete es un programa socioeducativo de carácter inclusivo, donde se imparten clases colectivas entre usuarios de salud mental, estudiantes y personas interesadas en adquirir conocimientos en temas atractivos que tengan que ver con el empleo, el bienestar o el desarrollo personal - **y María Isabel Galera Pérez** - Fundación Pública Andaluza para la Integración Social de Personas con Enfermedad Mental, **FAISEM**.
- **Andrea González Revidiego** - **Cruz Roja Valencia** – Educadora Social - TASOC de Cooperación Internacional Provincial y **María Ángeles Fernández García** del programa de salud mental de la Cruz Roja Valencia.

I CONGRÉS NACIONAL
DONA ESPORT
I SALUT MENTAL

Situació actual y perspectiva.

MESA 4: EXPERIENCIAS PRÁCTICAS VIGENTES Y AMBICIONES DE JUSTICIA

16:45h – 17:45h

(17:45 – 18:00 – ruegos y preguntas)

Modera la mesa: Silvia García Esteban. Formadora y asesora en Salud Mental y discapacidad desde la experiencia en primera persona. acompañante terapéutico, agente de apoyo entre iguales y mediadora.

- **Noelia Belando** – Doctora en Ciencias De La Actividad Física y Del Deporte. Investigadora en la Red Nacional de Ciencias del Deporte (RIPIAFFE) constituida por convocatoria del Consejo Superior de Deportes (2020). Promoción de la salud física, emocional y cognitiva a través del deporte. Proyecto: Habilidades intrapersonales e interpersonales para un mejor estilo de vida a nivel emocional, físico y social. Habilidades para el desarrollo personal.
- **Amparo Folch** – Directora fundadora en AFFIT “Entrenando tus sueños”. Redaptadora deportiva. Preparadora física. Coach deportivo, educativo_infantil-adolescente. Laif coaching. Profesora TSEAS (TAFAD), TCAFMN, E.F SECUNDARIA. Recibe el “Premio Supera Salud Mental” con el proyecto “Entrena tus alas”, de Affit, proyecto para ayudar a niñas y adolescentes con patologías de salud mental a través del deporte en l'Horta Nord.
- **Sara Tabares** - Directora de “PERFORMA Entrenadores Personales”. Ha centrado su trabajo en el impacto de la actividad física en las diferentes etapas de la vida de la mujer. Además, trabaja en la prescripción de ejercicio en poblaciones especiales, entre las que se encuentran aquellas que padecen diferentes patologías psiquiátricas: anorexia, bulimia y trastorno por atracón. Premio Concha García Campoy a la divulgación científica. Colaboradora en El País. Presentadora del Podcast “Salud activa”. Graduada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y Licenciada en Periodismo. Fisiología del ejercicio. Actividad Física y Salud (ejercicio en patologías). Libros: "*Ellas entrenan*", "*Entrena bien, vive mejor*" y "*La profesión del entrenador personal*". Investigación: Impacto del ejercicio físico supervisado en el tratamiento de pacientes con anorexia nerviosa.

18:00 – DESPEDIDA Y CIERRE

I CONGRÉS NACIONAL
DONA ESPORT
I SALUT MENTAL

Situació actual y perspectiva.



25 OCTUBRE 2023
JORNADA DEPORTIVA

Polideportivo El Perelló
Av. Roger de Llúria, 15



10:00h. Campeonato Tiro con Arco
11: 00h. Campeonato Carrera Obstaculos
12: 00h. Campeonato Mini Fútbol



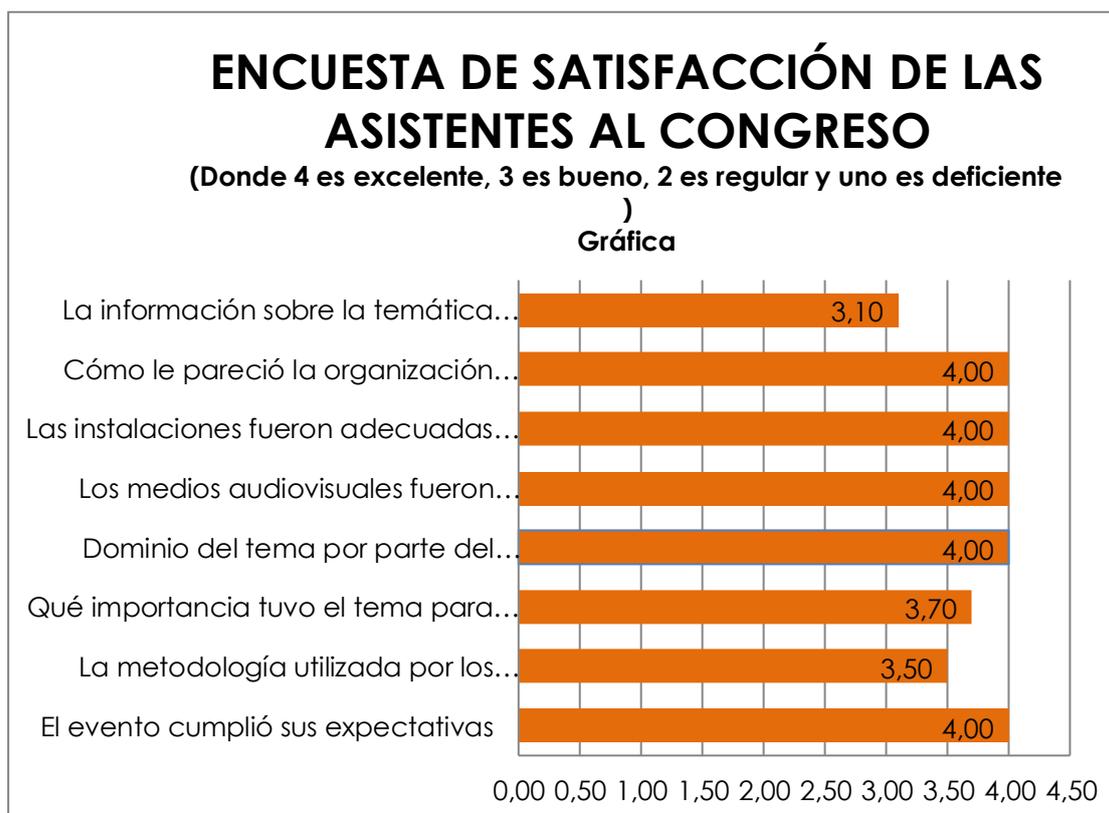
GRUP HENE, S.L.



9. INSTRUMENTOS Y MECANISMOS DE EVALUACIÓN Y GRADO DE CUMPLIMIENTO:

Los mecanismos de evaluación utilizados serán:

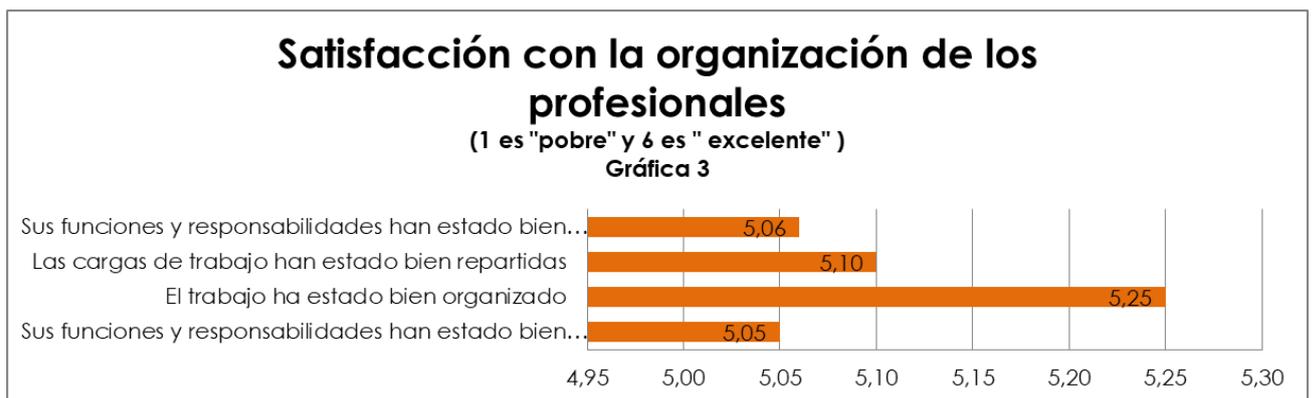
1. Registro de satisfacción a cumplimentar por parte de los asistentes tras la participación en las jornadas.



Para la valoración del grado de satisfacción de asistentes al Congreso se ha utilizado una encuesta de satisfacción. Se ha recogido una muestra de 82 personas del total de 144 personas que han participado en el congreso lo que supone que han valorado el congreso un 56% por ciento del total de los participantes. A la pregunta de **qué le pareció la organización** la respuesta es de 4 puntos sobre 4, aunque así y todo bajo nuestro punto de vista aun tendríamos algunos puntos mejorables como mejorar recepción para el reparto de acreditaciones para que fuera más rápido. La pregunta de si **las instalaciones fueron adecuadas** y se presentaron en buen estado también nos da un 4 la máxima puntuación. **Los medios audiovisuales fueron adecuados** también nos dan la máxima puntuación la verdad

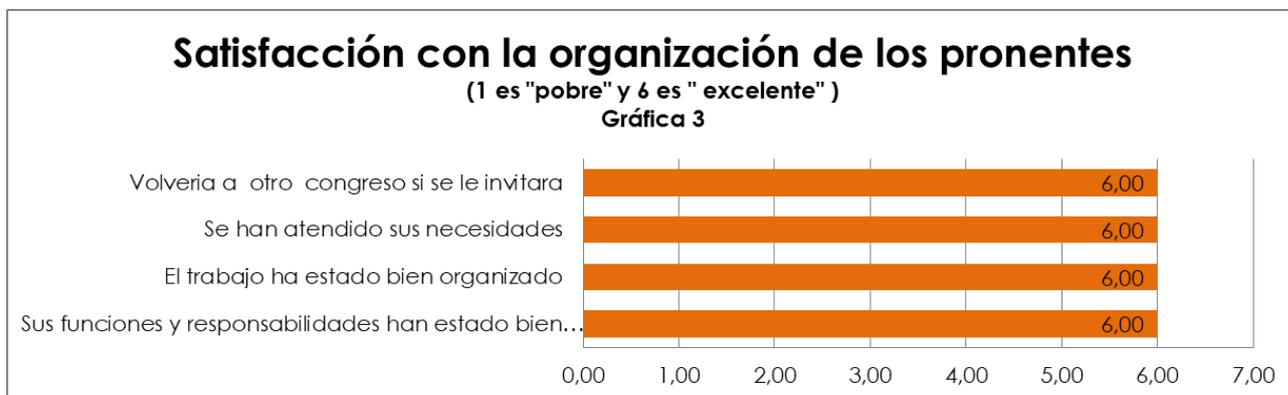
que la compañía que se encargaba del sonido y emisión de imágenes desarrolló un gran trabajo. **Dominio del tema por parte de los expositores o ponentes** la respuesta es de 4 la máxima puntuación. **Qué importancia tuvo el tema para su proceso de formación** nos da un 3.70 sobre 4, creemos que al asistir también estudiantes igual no es la parcela a la que ellos aspiran a especializarse. **La metodología utilizada por los ponentes permitieron entender el contenido**, con una puntuación de 3.50, creemos que aunque la mayoría de los asistentes eran profesionales de la materia a tratar la parte de asistentes con menos formación les costo entender alguna ponencia más técnica. **Respecto a si el evento cumplió sus expectativas** la puntuación es excelente con un 4.

2. Registro de satisfacción a cumplimentar por parte de los profesionales tras la participación en las jornadas.



Nos costó un poco el delimitar las funciones específicas para cada profesional pero una vez se consiguió el trabajo fue saliendo mucho mas fácilmente.

2. Registro de satisfacción a cumplimentar por parte de los ponentes.



Muy buena valoración por parte de los ponentes aunque detectamos en la conferencia que algunos de los ponentes les faltó más tiempo para sus exposiciones aunque cada uno tenía sus tiempos acordados.

10. ACTIVIDADES DE COMUNICACIÓN, DIFUSIÓN Y VISIBILIDAD

Nuestro programa, pretende ir más allá de la organización de unas simples actividades deportivas. Por ello diseñamos las actividades con el objetivo de aumentar nuestra visibilidad social y luchar activamente contra el estigma.

Todas nuestras actividades se difunden en medios de comunicación y redes sociales.

Algunas de las publicaciones de actividades de nuestro programa han sido:

[La asociación SPORTSA de Sueca celebra el I Congreso Nacional Mujer, Deporte y Salud Mental \(tusnoticiasdelaribera.com\)](https://tusnoticiasdelaribera.com)

[L'associació SPORTSA de Sueca celebra el I Congrés Nacional Dona, Esport i Salut Mental - El Sis Doble \(e6d.es\)](https://e6d.es)

[L'associació SPORTSA de Sueca celebra el I Congrés \(elperiodicvalencia.com\)](https://elperiodicvalencia.com)

<https://www.levante-emv.com/deportes/2019/01/27/crea-primera-liga-futbol-sala/1826801.html>

<https://www.castelloninformacion.com/castellon-liga-futbol-sala-sportsa-enfermedades-mentales/>

<https://blogcreap.imserso.es/event/iii-gala-del-deporte-pro-salud-mental-de-la-comunidad-valenciana/>

11. JUSTIFICACIÓN Y RELACIÓN DE GASTOS

nº factura			
1	Video Promocional Congreso	96,80	
2	Desayuno y comida ponencia	1166	
3	Carpetas y Boligrafos	536,48	
4	Bolsa tela Congreso	180,42	
5	Subcarpetas y carteleria congreso	450,36	
6	Pago ponente Silvia	300	
7	Coordinación Evento	605	
8	Pago Ponente Noelia Belando	318	
9	Hotel Ponentes y ave Madrid-Valencia	692	
10	Presentador	318	
11	Alquiler Teatro	200	
12	Alquiler zona catering	150	
13	Alquiler zona deportiva	135	
14	Pago ponente Alma Paula	300	
15	Pago ponente Sara Tabares	300,05	
16	Sonido, luces y emisión directo	520.30	
17	Pago ponente Morskova	300	
21	Transporte ponentes Almeria	221,29	
22	Ponente Sandra Molina	285	
23	Ponente Amparo Folch	300	
		IMPORT TOTAL	7325

El importe total al que asciende el programa “1 CONGRESO..” se detalla a continuación en la tabla anexa:

PREVISIÓN DE INGRESOS PARA EL PROGRAMA			
CONCEPTO	CONCEDIDO	PAGADO	TOTAL
Subvenciones destinadas a la ejecución de proyectos singulares en el ámbito del deporte y la actividad física para el año 2022.	5760€	0€	0€
Aportación Asociación	1565€		
TOTAL IMPORTE :			7325€



12. PAGINA INSCRIPCIÓN CONGRESO PRESENCIAL Y EMISIÓN ONLINE

PAGINA WEB INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

www.congresosportsamujer.com

(Pulse: Ctrl + clic para seguir vínculo)



The screenshot shows a mobile browser view of the website. The address bar displays 'Primer congreso na... congresosportsamujer.com'. The main heading is 'PRIMER CONGRESO NACIONAL MUJER DEPORTE SALUD MENTAL' in orange, with 'SPORTSA' below it. A dark navigation menu is open, listing: INICIO, MESAS, PONENTES Y COLABORADORES, LUGAR Y ENTORNO, RETRANSMISIÓN, INSCRIPCIÓN, and JORNADA DEPORTIVA Y NOTICIAS. Below the menu, the 'INICIO' section is visible, containing a date 'SEPTIEMBRE 27, 2019' and the text 'SITUACIÓN ACTUAL Y PERSPECTIVA'.

VIDEO PROMOCIONAL CONGRESO

https://youtu.be/Re2d2_WviZ0?feature=shared

(Pulse: Ctrl + clic para seguir vínculo)



PRIMERA PARTE CONGRESO ONLINE

<https://www.youtube.com/live/Ta-oxtr1wg0?feature=shared>

(Pulse: Ctrl + clic para seguir vínculo)



**Emisión en directo de Chofre
Productions**
1920 a 3500kbps
www.youtube.com

[https://youtube.com/live
/nKHAuz09uHQ?feature=shared](https://youtube.com/live/nKHAuz09uHQ?feature=shared)

SEGUNDA PARTE CONGRESO ONLINE

<https://www.youtube.com/live/nKHAuz09uHQ?feature=shared>

(Pulse: Ctrl + clic para seguir vínculo)



Emisión en directo de Chofre
Produccions

1920 a 3500kbps

www.youtube.com

<https://www.youtube.com/live/Ta-oxtr1wg0?feature=shared>

13. ANEXOS "ANEXO I EL PROYECTO EN IMÁGENES"



I CONGRÉS NACIONAL DONA ESPORT I SALUT MENTAL



I CONGRÉS NACIONAL DONA ESPORT I SALUT MENTAL



I CONGRÉS NACIONAL DONA ESPORT I SALUT MENTAL



**GENERALITAT
VALENCIANA**

Conselleria d'Educació,
Cultura i Esport



SPORTSA celebra el I Congrés Nacional Dona, Esport i Salut Mental

L'esdeveniment vol posar en valor els beneficis de la pràctica esportiva sobre la salut, la salut mental i el benestar emocional

L'Associació Esportiva, Cultural, de Recuperaçió i Integració Social per a persones amb trastorn mental greu, en col·laboració amb la Fundació SASSM que s'ha acompanyat amb el Centre Cultural Dr. José Antonio Gómez Marco del Perelló, el I Congrés Nacional Dona, Esport i Salut Mental, un esdeveniment que vol posar en valor els beneficis de la pràctica esportiva sobre la salut, la salut mental i el benestar emocional, i el paper primordial que exerceix en les estratègies i el desenvolupament de polítiques d'inclusió i en els plans d'acció associats a la millora de la salut mental.



El regidor d'Esports, Julián Sáez, en la presentació. A l'esquerra, el fundador de l'Associació Esportiva, Cultural, de Recuperaçió i Integració Social per a persones amb trastorn mental greu, Vicent González. A la dreta, el regidor d'Esports, Julián Sáez.

El fundador de l'Associació Esportiva, Cultural, de Recuperaçió i Integració Social per a persones amb trastorn mental greu, Vicent González, creador de la Guia per al Disseny de Plans d'Qualitat en Clubs i Federacions Esportives, Coco Soriano, responsable del Programa Suporte Dúomo Almería; M^a Isabel Galera, representant de la Fundació Pública Andalusina para la Integración Social de Personas con Enfermedad Mental; Andrea González, Educadora Social; M^a Angeles Ferrández, del programa de salut mental de Cruz Roja València; Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va iniciar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals. El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

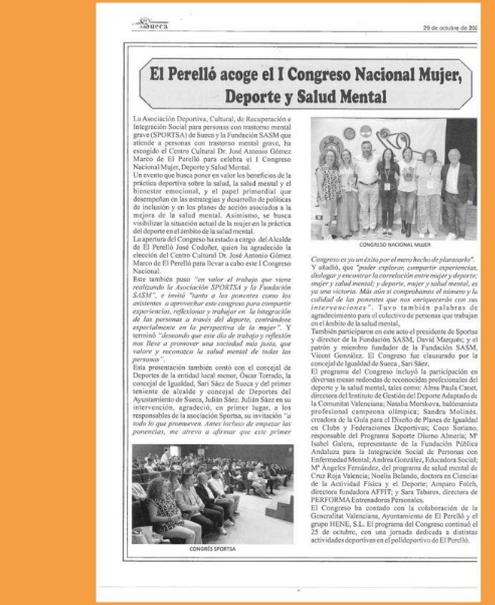
El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.

El programa del Congrés es va continuar amb la presentació del programa de salut mental de Cruz Roja València, Noelia Belando, doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport; Amparo Falcó, directora fundadora de PERFORMA Entrenadores Personals.



ANEXO II EVALUACIÓN “PRIMER CONGRESO DEPORTE MUJER Y SALUD MENTAL”

I CONGRÉS NACIONAL
DONA ESPORT
I SALUT MENTAL
Situació actual y perspectiva.



ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

En una escala de 4 a 1 (Donde 4 es “Excelente”, 3 “Bueno”, 2 “Regular” y 1 “Deficiente”), califique marcando con una “X” los siguientes aspectos relativos a la realización del evento:

1. ¿La información sobre la temática del evento fueron adecuadas?	5. Dominio del tema por parte del Expositor
<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 4
<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 3
<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 2
<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1
2. ¿Cómo le pareció la organización que se llevó durante el evento?	6. ¿Qué importancia tuvo el tema para su proceso de formación?
<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 4
<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 3
<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 2
<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1
3. ¿Las instalaciones fueron adecuadas y se presentaban en buen estado?	7. ¿La metodología utilizada por los expositores permitieron entender con claridad el tema?
<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 4
<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 3
<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 2
<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1
4. ¿Los medios audiovisuales fueron adecuados?	8. ¿El evento cumplió sus expectativas?
<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 4
<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 3
<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 2
<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1

 AJUNTAMENT DE EL PERELLÓ

 GRUP HENE, S.L.

 GENERALITAT VALENCIANA
Comissió d'Esports,
Cultura i Esport

2. BIBLIOGRAFIA CONSULTADA:

<http://aedir.es/>

<http://www.faisem.es/index.php/es/programas/actividad-fi-sica-y-deportes>

Ozcorta, E. F., Martínez, J. G., & García, C. M. (2011). Estudio sobre la aplicación de un programa de actividades deportivas en pacientes con patología dual. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 6(1), 113-132.

Ramírez, W., Vinaccia, S., & Ramón, G. (2004). El impacto de la Actividad Física y el Deporte sobre la Salud, la Cognición, la Socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de estudios Sociales*, 18, 67-75.

¡EN SPORTSA ESTAMOS LOCOS POR EL DEPORTE!

