24MOC-50

D. lbai Crespo Luna,adscrito al Grupo Parlamentario Partido Socialista de Navarra,al amparo de lo establecido en el Reglamento de la Cámara, presenta la siguiente mociónpara su debate en el Pleno,por la que se insta a la prevención de trastornos de salud mental desde el ámbito deportivo y de la actividad física. El seguimiento de esta moción corresponde al Departamento de Cultura, Deporte y Turismo.

Exposición de motivos

La salud mental es un aspecto esencial de la salud global de las personas y su importancia va más allá de la propia presencia de trastornos mentales. El estrés, la ansiedad y otros problemas emocionales afectan cada vez más a nuestra sociedad, especialmente a los y las jóvenes. Es por ello por lo que resulta imperativo adoptar medidas proactivas y preventivas que promuevan el bienestar emocional desde una edad temprana, y que proporcionen a la ciudadanía las herramientas necesarias para hacer frente a los desafíos emocionales que puedan enfrentar a lo largo de sus vidas.

Numerosos estudios científicos han demostrado que la práctica regular de actividad física y deporte no solo conlleva beneficios físicos evidentes, como la mejora de la condición cardiovascular y la reducción del riesgo de enfermedades crónicas, sino que también tiene un impacto significativo en la salud mental. El ejercicio físico libera endorfinas, neurotransmisores asociados con la sensación de bienestar, y reduce los niveles de cortisol, la hormona del estrés. Además, el deporte y la actividad física fomentan el trabajo en equipo, la socialización y la autoestima, aspectos fundamentales para el desarrollo integral de los jóvenes, valores y estrategias que el INDAF tiene como objetivos.

Recientemente el jugador de baloncesto Ricky Rubio anunciaba su adiós a la NBA y a la primera línea del baloncesto para cuidar su salud mental, evidenciando la necesidad de poner el foco de la salud mental también en los ámbitos adultos, profesionales y de la práctica deportiva.

El ámbito educativo se presenta como un escenario privilegiado para la promoción de la salud mental desde edades tempranas a través del deporte y la actividad física.

Los espacios educativos no solo son espacios de enseñanza académica, sino también lugares de formación integral, donde se moldean los valores, actitudes y hábitos de vida de quienes participan en ellos. Se trata de espacios que pueden proporcionar herramientas para afrontar los desafíos académicos, personales y sociales con mayor resiliencia y confianza en sí mismos además de contribuir al bienestar emocional de los estudiantes a través del deporte y la actividad física.

Por todo ello, el Grupo Parlamentario Partido Socialista de Navarra presenta la siguiente propuesta de resolución:

1. El Parlamento de Navarra insta a Gobierno de Navarra a que implemente en su planificación deportiva la inclusión, con acciones concretas, de la perspectiva de atención a la salud mental en sus acciones dirigidas a los y las profesionales del ámbito deportivo.
2. El Parlamento de Navarra insta a Gobierno de Navarra a impulsar campañas de sensibilización y educación dirigidas a la comunidad deportiva sobre la importancia del deporte y la actividad física en la promoción de la salud mental y el bienestar emocional.
3. El Parlamento de Navarra insta a Gobierno de Navarra a incluir en el Plan estratégico de la actividad física y el deporte un apartado dedicado a la atención de la salud mental.
4. El Parlamento de Navarra insta a Gobierno de Navarra a incluir en su programación deportiva dirigida a la población más joven, como los Juegos Deportivos, la importancia y recursos de cuidado de la salud mental.
5. El Parlamento de Navarra insta a Gobierno de Navarra a seguir desarrollando de manera descentralizada proyectos de receta deportiva impulsado por el INDAF, y en colaboración con el Departamento de Salud, como servicio de prevención de los trastornos de salud mental y puesta en valor del deporte y la actividad física en el ámbito del cuidado de la salud.

Pamplona, 8 de abril de 2024

El Parlamentario Foral: Ibai Crespo Luna