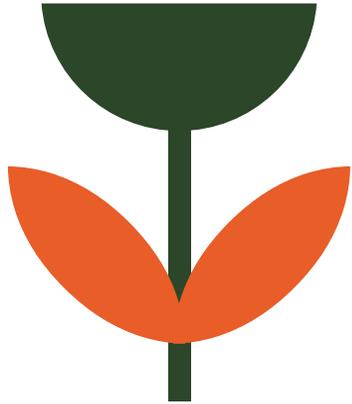


#CONAMA2024

CONFIANZA  
COLABORACIÓN  
CORRESPONSABILIDAD



## ERMUA MUGI!

**Rosalía Herrera**  
**Directora General. Ayuntamiento de Ermua**  
ST-12. Ciudades Saludables





**1- Ermua Mugi. Objetivo y enfoque**

**2 - Servicios ofertados**

**3 - Resultados**



# 01 ermua ugi!

Jarduera Fisikorako eta Kirolerako Orientazio Zerbitzua  
Servicio de Orientación para la Actividad Física y el Deporte

Estrategia comunitaria local impulsada en 2012 por el Ayuntamiento de Ermua para la incorporación efectiva e igualitaria del ejercicio físico como hábito de vida por parte de toda la ciudadanía.

Formada por agentes comunitarios locales que trabajan en red y con la prescripción de actividad física como herramienta

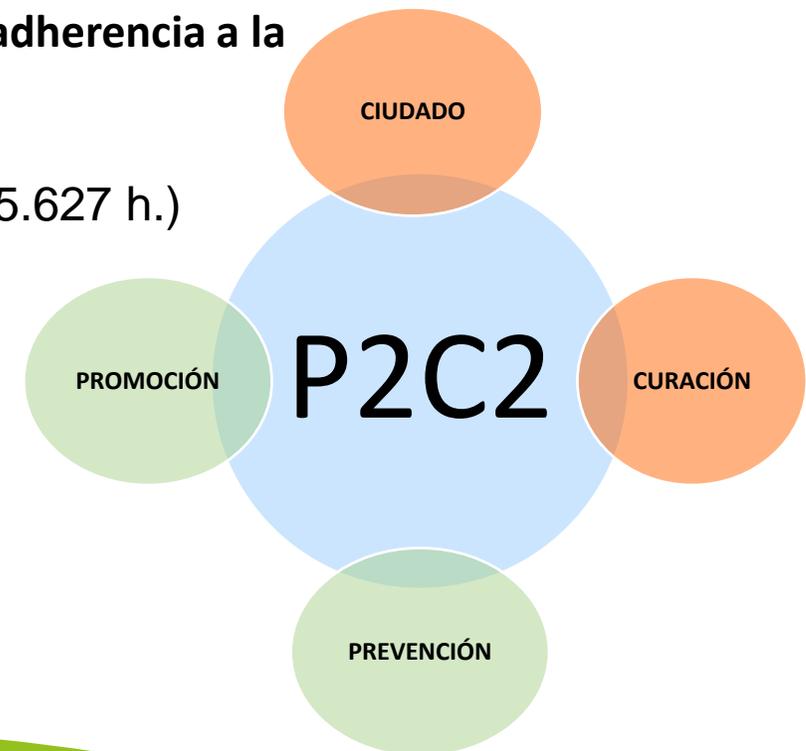




**OBJETIVO:** Emocionar para provocar un cambio que **normalice el hábito de la actividad física**, incremente las personas con estilos de vida activos y **reduzca el número de personas sedentarias**, mediante un protocolo sencillo y sin costes añadidos, captar personas usuarias de los centros de salud, los servicios sociales locales, las áreas municipales de atención a la ciudadanía, los centros escolares y demás órganos, y **facilitarles una orientación personalizada acerca de cómo comenzar, qué tipo de actividad física realizar y procurar su adherencia a la actividad.**

**POBLACIÓN OBJETO:** Toda la ciudadanía de Ermua (15.627 h.)

**ENFOQUE:** P2C2





# 02.Servicios



**Programas de desarrollo de la condición física**



**Programas de hábitos de alimentación**



**Programas de bienestar emocional**

**OFERTA DE SERVICIOS ERMUA MUGI**



## La tecnología al servicio de la salud.



## El urbanismo y la regeneración urbana al servicio de la vida activa.





# 03. Resultados 2012-2024

Qlik ... Analizar Hoja Narrar Narración Ermua Mug! Ask Insight Advisor

Insight Advisor No se ha aplicado ninguna selección Marcadores Hojas Duplicar

## Resumen de indicadores / Adierazleen laburpena

Índice / Aurkibidea

Fecha de registro/...

Fecha de visita / B...

Año/Urte

Número usuarias / Erabiltzaile k...  
570

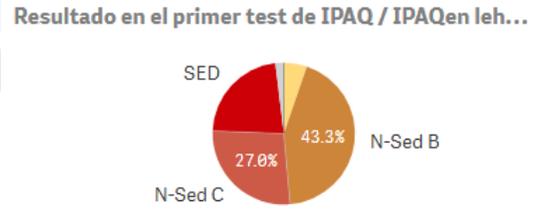
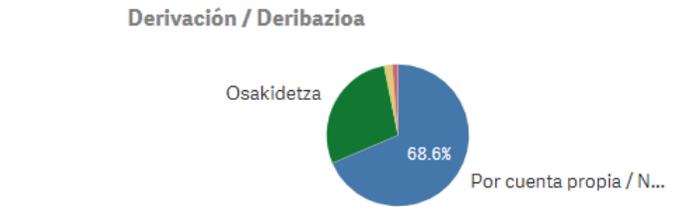
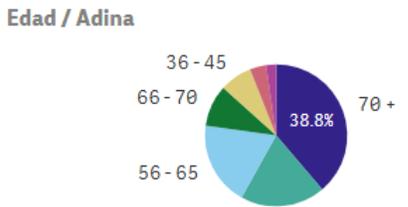
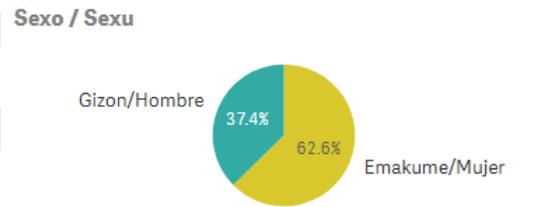
Media de edad / Batez besteko a...  
62,33

Número de visitas / Bisita kopur...  
5.037

Media de visitas realizadas / Egi...  
8,84

Número pruebas de salud / Osa...  
5.055

Media de pruebas de salud realiz...  
8,87



**N-Sed A:** No-sedentaria con nivel de actividad física alto / Ez-sedentarioa jarduera fisiko maila altuarekin

**N-Sed B:** No-sedentaria con nivel de actividad física moderado / Ez-sedentarioa jarduera fisiko maila ertainarekin

**N-Sed C:** No-sedentaria con nivel de actividad física bajo / Ez-sedentarioa jarduera fisiko maila baxuarekin

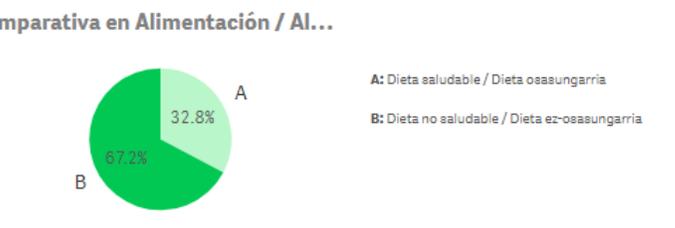
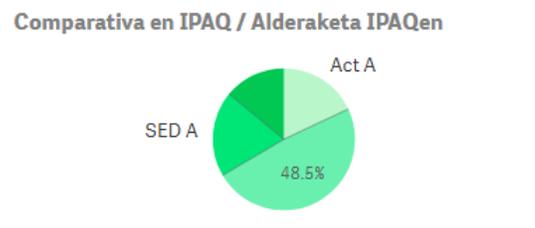
**SED:** Sedentaria / Sedentarioa

**Act A:** Pasa de N-Sed C ó SED a N-Sed A ó N-Sed B / N-Sed C edo SED-etik N-Sed A edo N-Sed B-ra pasa

**Act B:** Se mantiene en N-Sed A ó N-Sed B / N-Sed A edo N-Sed B-n mantendu

**SED A:** Se mantiene en N-Sed C ó SED / N-Sed C edo SED-n mantendu

**SED B:** Pasa de N-Sed A ó N-Sed B a N-Sed C ó SED / N-Sed A edo N-Sed B-tik N-Sed C edo SED-era pasa



**A:** Dieta saludable / Dieta osasungarria

**B:** Dieta no saludable / Dieta ez-osasungarria



## Caracterización de las personas usuarias.

- Casi el 80% de las personas usuarias tienen más de 45 años.
- Casi 40% de las personas usuarias tienen más de 70 años.
- Más del 60% son mujeres.



Perfil persona usuaria Ermua Mugi: Mujer > 70 años (+20%)

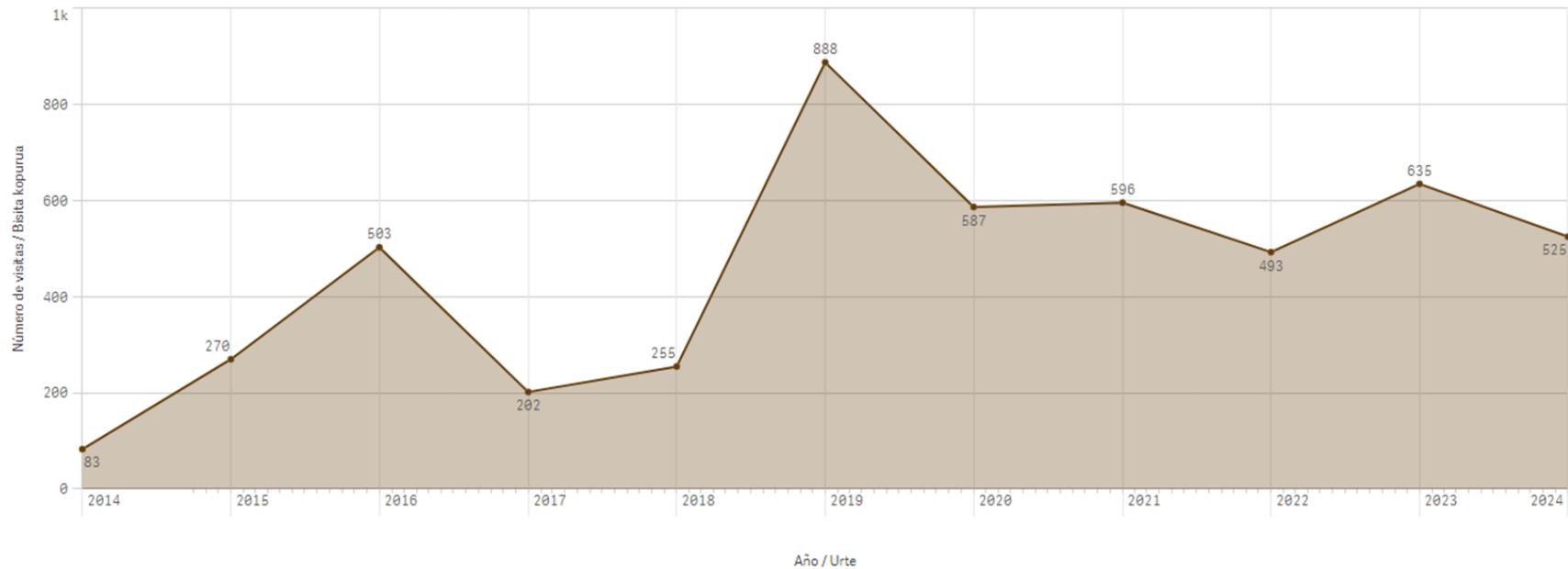


## DERIVACIÓN AL SERVICIO

- 69,8% Voluntad propia
- 28,2% Servicio de Salud
- 1,9% Servicios Sociales

## ADHERENCIA AL SERVICIO

- 570 Personas usuarias únicas
- 5.037 Visitas
- 5.055 Pruebas de salud





ermua **Mugi!**

Jarduera Fisikorako eta Kirolerako Orientazio Zerbitzua  
Servicio de Orientación para la Actividad Física y el Deporte



**IKENI**  
*begiak*  
**ERNE**  
*belarriak*

Luzera: 4km  
Zailtasuna: Baxua  
Iraupena: 3-4orde

Hegoztiak

Hamaiketako antolatzaileen kontu!

Arrastoak

## Resultados de impacto actividad física:

- Más del 50% acceden como sedentaria o con baja actividad física.
- Casi el 20% pasan de sedentaria o baja actividad, a no sedentaria.
- Casi el 50% mantienen su nivel de actividad física en media/alta

## Resultados de impacto hábitos nutritivos:

Casi se duplica el nº de personas usuarias que siguen una dieta saludable (Del 18% al 32%)

**#CONAMA2024**

Congreso Nacional del Medio Ambiente

**¡Gracias!** 