



H. Cámara de Diputados de la Nación

PROYECTO DE RESOLUCIÓN

LA CÁMARA DE DIPUTADOS DE LA NACIÓN...

RESUELVE:

Expresar preocupación por la suspensión de actividades dispuesta conforme el Decreto PEN nro. 287/2021 en su art. 16 inc. f., en clubes, gimnasios, otros establecimientos afines, salvo que funcionen al aire libre, solicitando al Poder Ejecutivo se tomen las medidas del caso para la inmediata reanudación de las mismas.

MARIA LUCILA LEHMANN



H. Cámara de Diputados de la Nación

FUNDAMENTOS

Señor Presidente:

Expresamos especial preocupación por la suspensión de las actividades físicas, en clubes, gimnasios y otros centros afines, conforme al Decreto 287/2021, en su art. 16 inc. f.

La falta de ejercicio se asocia con un mayor riesgo, en caso de COVID-19, de desarrollar una forma más grave de la enfermedad y de morir como consecuencia de ella, según un estudio realizado con casi 50.000 pacientes publicado en los últimos días por el British Journal of Sports Medicine, el cual da cuenta que las personas que habían estado físicamente inactivas durante al menos dos años antes de la pandemia tenían más probabilidades de ser hospitalizadas, de necesitar cuidados intensivos y de fallecer por la enfermedad del nuevo coronavirus en comparación con los pacientes que mantenían una actividad física.

Entre los factores de riesgo de enfermedad grave, sólo la edad avanzada y el historial de trasplante de órganos superan a la inactividad física, según los investigadores.

De hecho, frente a otros factores de riesgo como el tabaquismo, la obesidad, la hipertensión arterial, las enfermedades cardiovasculares o el cáncer, “la inactividad física fue el factor de riesgo más importante en todos los resultados”, recalcan.

Para analizar su posible impacto en la gravedad de la infección, la hospitalización, la necesidad de reanimación y la muerte, los investigadores compararon la evolución de 48.440 adultos infectados con COVID-19 entre enero y octubre de 2020, en Estados Unidos.

La edad promedio de los pacientes era de 47 años y casi dos tercios eran mujeres (62%). Como media su índice de masa corporal (IMC) era de 31, justo por encima del umbral de obesidad. Alrededor de la mitad no tenía dolencias previas como diabetes, enfermedad pulmonar crónica, cardiovascular o renal y cáncer. Casi el 20% tenía uno de estos factores de riesgo y casi un tercio (32%) presentaba dos o más.

H. Cámara de Diputados de la Nación

Todos habían declarado cuál era su nivel de actividad física regular al menos tres veces entre marzo de 2018 y marzo de 2020 durante visitas a clínicas.

Entre ellos, el 15% se describía como inactivo (0 a 10 minutos de actividad física por semana); el 7% afirmaba respetar las recomendaciones de salud (al menos 150 minutos por semana) y el resto decía practicar “alguna actividad” (11-149 minutos por semana). Alrededor del 9% del total fueron hospitalizados y el 2% fallecieron.

Después de tomar en consideración las diferencias por edad, origen étnico y comorbilidad, las personas sedentarias (grupo inactivo) enfermas de COVID-19 tenían más del doble de probabilidades de ser ingresadas en un hospital que las más activas.

También presentaban un 73% más de probabilidades de necesitar reanimación y eran 2,5 veces más susceptibles de morir por la infección.

Los pacientes que no practicaban ninguna actividad física también tenían más probabilidades de ser hospitalizados y de morir por la infección que los que solían hacer ejercicio. La tasa recomendada es de al menos 150 minutos por semana, un poco más de 20 minutos por día.

“Ser sedentario era el mayor factor de riesgo” de enfermedad grave, “a menos que alguien fuera anciano o receptor de órganos”, dijo Robert Sallis, especialista en medicina familiar y deportiva del Centro Médico Kaiser Permanente Fontana, que dirigió el nuevo estudio. Y aunque “no se puede hacer nada contra esos otros riesgos, sí se puede hacer ejercicio”, declaró al New York Times.

Atento este informe, según lo publicado en Infobae con fecha 20 de abril pasado, y entrando en el invierno donde la temperatura se reduce notablemente durante las primeras horas de la mañana y últimas de la tarde (momentos en que la mayor parte de la población activa laboralmente puede realizar actividad física), resulta sumamente necesario que los gimnasios y los clubes permanezcan abiertos para llevar a cabo dicha actividad ya que el frío exterior podría provocar resfríos y aumentar el riesgo de contraer enfermedades bronquiales que a su vez podrían confundirse con COVID 19.

Es por ello que consideramos que si se cierran los gimnasios, centros de entrenamiento y prohibiendo la actividad física, tendremos una población mucho más enferma, con un sistema inmunológico débil, más propenso a contraer contagios y cualquier otra patología, esto sin mencionar el perjuicio económico para el sector que ya lleva más de un año desbastado por la pandemia.



H. Cámara de Diputados de la Nación

Existe suficiente evidencia científica en Europa que comprueba que, siguiendo protocolos, los gimnasios son lugares seguros y no es necesario que permanezcan cerrados.

Tenemos que entender que salud no es únicamente un corazón latiendo y la falta de aflicción corporal. Salud es, como señalaban las sátiras de Juvenal hace ya dos mil años, "*Mens sana in corpore Sano*". En tiempos en los que más debemos cuidar en sistema inmunológico para prevenir los estragos de un virus pandémico, atender contra el deporte es una locura.

Por todas estas razones solicito a mis colegas la aprobación de este proyecto de resolución.

MARÍA LUCILA LEHMANN