RESOLUCIÓN de 19 de noviembre de 2026, de la Secretaría General, por la que se da publicidad al Convenio entre la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia y la Fundación Jóvenes y Deporte por el que se formaliza una transferencia específica para el desarrollo conjunto del programa "El Ejercicio te Cuida" en el ámbito de la Comunidad Autónoma de Extremadura en 2026. RCN202600301. (2026063016)

Habiéndose firmado el día 9 de noviembre de 2026 el Convenio entre la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia y la Fundación Jóvenes y Deporte por el que se formaliza una transferencia específica para el desarrollo conjunto del programa "El Ejercicio te Cuida" en el ámbito de la Comunidad Autónoma de Extremadura en 2026, RCN202600301, de conformidad con lo previsto en el artículo 19 del Decreto 154/2025, de 18 de noviembre, por el que se regula la actividad convencional y el Registro General de Convenios de la Administración de la Comunidad Autónoma de Extremadura,

RESUELVO:

La publicación en el Diario Oficial de Extremadura del Convenio que figura como anexo de la presente resolución.

Mérida, 19 de noviembre de 2026.

El Secretario General,

DAVID GONZÁLEZ GIL

CONVENIO ENTRE LA CONSEJERÍA DE SALUD Y ATENCIÓN A LA DEPENDENCIA Y LA FUNDACIÓN JÓVENES Y DEPORTE POR EL QUE SE FORMALIZA UNA TRANSFERENCIA ESPECÍFICA PARA EL DESARROLLO CONJUNTO DEL PROGRAMA "EL EJERCICIO TE CUIDA" EN EL ÁMBITO DE LA COMUNIDAD AUTÓNOMA DE EXTREMADURA EN 2026

9 de noviembre de 2026.

REUNIDOS

De una parte, Dña. Sara García Espada, que interviene en nombre y representación de la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia de la Junta de Extremadura, en su condición de titular de la misma nombrada por Decreto de la Presidenta 17/2026, de 29 de abril (DOE n.º 82 Jueves 30 de abril de 2026) en virtud de las funciones atribuidas por los artículos 36 y 53.3 de la Ley 1/2002, de 28 de febrero, del Gobierno y de la Administración de la Comunidad Autónoma de Extremadura, de las competencias atribuidas por el artículo 11 de la Ley 5/2007, de 19 de abril, General de la Hacienda Pública de Extremadura y los artículos 2.2.b) y 18 del Anexo del Decreto 222/2008, de 24 de octubre, por el que se aprueban los Estatutos del Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia (en adelante, SEPAD).

Y de otra parte, Don José Alberto Cacho Macías, en calidad de Director Gerente de la Fundación Jóvenes y Deporte, en virtud del Decreto 92/2024, de 30 de julio, por el que se dispone su nombramiento (DOE n.º 154, de 8 de agosto de 2024), y con poderes suficientes de representación, según lo dispuesto en el artículo 24 de los Estatutos de la citada Fundación.

Las partes intervienen en el ejercicio de las facultades que legalmente les confieren los cargos que respectivamente desempeñan, reconociéndose legitimación para la suscripción del presente convenio y en orden al mismo,

EXPONEN

Primero. La Ley 2/1995, de 6 de abril, del Deporte de Extremadura, establece en su artículo 3.3 como uno de sus principios básicos, la promoción y atención de la actividad físico-deportiva en los sectores sociales más necesitados y, en especial, para las personas con discapacidad y las personas mayores.

Segundo. De acuerdo con los principios de cooperación y colaboración que rigen las relaciones entre las Administraciones Públicas, así como con otras entidades de servicio público y los criterios de eficiencia y servicio a la ciudadanía que presiden sus actuaciones, las partes que suscriben el presente convenio, consideran conveniente establecer una acción coordinada para optimizar los recursos disponibles y contribuir a la mejora de la calidad de vida de las personas mayores de la Comunidad a través del programa "El Ejercicio te Cuida".

Tercero. La Fundación Jóvenes y Deporte, con NIF G10391209, está inscrita en el Registro de Fundaciones el 6 de abril de 2009, con el número 74-N.

De conformidad con lo establecido en el artículo 1 de sus estatutos, la Fundación Jóvenes y Deporte forma parte del sector público autonómico a tenor de lo dispuesto en el artículo 2 de la Ley 5/2007, de 19 de abril, General de Hacienda Pública de Extremadura, por cuanto está dedicada a la consecución de fines de interés general mediante el impulso y fomento de la práctica deportiva y su difusión a los ciudadanos.

En concreto, especifica el artículo 5 de sus estatutos, que la citada Fundación tiene por objeto el fomento de la Actividad Física y el Deporte, favoreciendo la práctica y la difusión de la Actividad Física y el Deporte como herramienta para la inclusión, la reinserción social y de fomento de la solidaridad; la práctica deportiva como elemento fundamental del sistema educativo, saludable y de la calidad de vida.

Cuarto. La Consejería de Salud y Atención a la Dependencia cifra entre sus objetivos prioritarios la promoción de la autonomía de las personas mayores y la fomenta, a través del SEPAD (entidad pública adscrita a la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia), vertebrando la misma a través de las políticas sociales en materia de Envejecimiento Activo, y estableciéndose como funciones propias del Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia en el artículo 2 del Anexo del Decreto 222/2008, de 24 de octubre, por el que se aprueban los Estatutos del Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia. En este ámbito es destacable el valor del desarrollo de una cartera de servicios en su red de centros de gestión directa.

Quinto. El artículo 45.2 de la Ley 2/2026, de 3 de agosto de Presupuestos Generales de la Comunidad Autónoma de Extremadura para 2026, establece que se consideran transferencias específicas, las aportaciones dinerarias recogidas nominativamente en el Anexo del Proyecto de Gastos de la ley de presupuestos con cargo a los capítulos de gasto IV o VII, destinadas a financiar la realización de actuaciones concretas, por las entidades del sector público autonómico cuyo presupuesto se integre en los Presupuestos Generales de la Comunidad Autónoma Extremadura en el marco de las funciones que tengan atribuidas, siempre que no resulten de una convocatoria pública.

Asimismo, el mencionado artículo 45 de la Ley 2/2026, de 3 de agosto de Presupuestos Generales de la Comunidad Autónoma de Extremadura para 2026, dispone que las transferencias específicas, deberán formalizarse mediante convenio suscrito por el titular de la sección presupuestaria a la que se encuentren adscritos los créditos, con indicación del objeto de las actuaciones concretas a desarrollar; la forma de pago; el plazo; la forma de justificación, que deberá comprender la acreditación del coste del proyecto, del cumplimiento de su finalidad y

las medidas que garanticen su trazabilidad; las acciones de seguimiento y control de las actuaciones; y las consecuencias de su incumplimiento, entre las que se incluirá, en todo caso, la devolución de las cantidades no justificadas.

Con cargo a los Presupuestos Generales de la Comunidad Autónoma de Extremadura para 2026, existe crédito adecuado y suficiente con cargo al centro gestor 110060000, aplicación presupuestaria G/232A/44000, programa 20230234 por importe de 1.030.000,00 euros destinada a la Fundación Jóvenes y Deporte para financiar el Programa "EL EJERCICIO TE CUIDA" (transferencia específica).

A tenor de lo dispuesto en el artículo 43 de la Ley 2/2026, de 3 de agosto, de Presupuestos Generales de la Comunidad Autónoma de Extremadura para 2026, el Consejo de Gobierno en sesión de 27 de octubre de 2026, autoriza la suscripción del presente convenio.

De conformidad con lo manifestado, ambas partes acuerdan establecer las siguientes

CLÁUSULAS

Primera. Objeto.

El presente convenio tiene por objeto articular una transferencia específica incluida en el Anexo de Proyectos de gasto de la Ley 2/2026, de 3 de agosto de Presupuestos Generales de la Comunidad Autónoma de Extremadura para 2026, desde la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia a favor de la Fundación Jóvenes y Deporte, para la contribución a la financiación del Programa "El Ejercicio te Cuida", cofinanciado junto con fondos propios de la Fundación Jóvenes y Deporte, en la forma establecida en el anexo técnico del presente convenio que define el programa, mediante la práctica del ejercicio físico y la promoción del envejecimiento activo.

En particular, y entre otros espacios, este programa se desarrollará, en todos los centros de mayores de gestión directa del SEPAD priorizando la prestación del servicio en los mismos, salvo que existan circunstancias justificadas, bien relacionadas con aspectos tales como idoneidad de espacios para su ejecución o con recursos materiales, que impidan su ejecución en condiciones adecuadas. Se asegurará, en cualquier caso, la presencia del programa y prestación del servicio en todos los municipios que cuentan con este tipo de centros en la región. Además, se han incorporado a dicho mapa todos los municipios de más de 4000 habitantes de la comunidad autónoma. La relación de zonas incluye por tanto un total de 58 municipios tal y como aparece descrito en el Anexo Técnico.

Segunda. Aportación económica.

El coste íntegro del proyecto asciende a un total de 1.602.000,00 €.

Para cumplir el objeto, desde la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia, a través del SEPAD, se aportará la cantidad total de UN MILLÓN TREINTA MIL EUROS (1.030.000,00€) con cargo al centro gestor 110060000, aplicación presupuestaria G/232A/44000, programa 20230234, y Fondo CAG0000001 de los Presupuestos Generales de la Comunidad Autónoma de Extremadura para el año 2026.

Los 572.000,00 € restantes hasta el 1.602.000,00 €, los aportará la Fundación Jóvenes y Deporte con fondos propios.

Tercera. Forma de pago.

El Decreto 105/2005, de 12 de abril, por el que se aprueba el Plan de Disposición de Fondos, establece en su artículo 3.2.c) que las órdenes de pago se librarán, con carácter general, trimestralmente, por cuartas partes del crédito presupuestario, para su abono dentro del primer mes de cada trimestre.

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 45.3 de la citada Ley 2/2026, de 3 de agosto, la forma de pago de la transferencia específica deberá ajustarse al Plan de Disposición de Fondos de la Tesorería.

No obstante, atendiendo a que la financiación de los gastos objeto de la misma se corresponde con actuaciones realizadas desde el 1 de enero de 2026 y a la fecha de suscripción del presente convenio, concurren circunstancias que dificultan materialmente la aplicación del régimen general de pagos establecido en el citado Decreto 105/2005, de 12 de abril. En consecuencia, el abono de la transferencia específica se efectuará mediante un único pago por el 100 % de su importe, que se realizará una vez suscrito el presente convenio por las partes.

El pago del importe total de la transferencia no eximirá a la entidad beneficiaria del cumplimiento de las obligaciones de ejecución, justificación y demás condiciones establecidas en el presente convenio.

Con carácter previo al pago, la Fundación Jóvenes y el Deporte deberá encontrarse al corriente en el cumplimiento de sus obligaciones tributarias con la Hacienda del Estado, con la Hacienda de la Comunidad Autónoma de Extremadura y frente a la Seguridad Social.

Cuarta. Justificación.

La entidad dispondrá hasta el día 1 de marzo de 2027 para presentar la documentación justificativa de la actuación en la Dirección Gerencia del SEPAD. La misma deberá contener:

— Certificado de la persona responsable de la entidad donde conste el importe del programa ejecutado en la anualidad 2026 y que se ha cumplido la finalidad del mismo; acompañado de las nóminas, seguros sociales referidos a los gastos de personal y rendición de cuenta justificativa en la que se deben incluir, bajo responsabilidad del declarante, los justificantes de gasto o cualquier otro documento con validez jurídica que permitan acreditar el cumplimiento del objeto de la transferencia para el resto de gastos. La cuenta justificativa deberá incluir declaración de las actividades realizadas que han sido financiadas con la subvención y su coste, con el desglose de cada uno de los gastos incurridos.

— Memoria detallada de las actuaciones financiadas correspondientes a la anualidad 2026 donde se recogerán los resultados de la evaluación efectuada, en aplicación de los indicadores establecidos en el proyecto financiado, que permitan conocer el grado de consecución de los objetivos establecidos y el impacto en la población destinataria del programa, con datos desagregados por sexo y franjas de edad.

Los gastos que podrán financiarse deberán haberse realizado entre el 1 de enero de 2026 y el 31 de diciembre de 2026.

Quinta. Incumplimiento.

El incumplimiento del objetivo, condiciones y finalidad que fundamentan la transferencia, así como del resto de obligaciones recogidas en el presente convenio, dará lugar a la devolución de las cantidades percibidas y la exigencia del interés de demora previsto en el artículo 24.2 de la Ley 5/2007, de 19 de abril, de Hacienda Pública de Extremadura.

En los casos de incumplimiento parcial de las actuaciones objeto del convenio o su justificación parcial, será de aplicación el principio de proporcionalidad y se procederá a efectuar la devolución de la cantidad no dispuesta o no justificada.

El grado de incumplimiento se determinará en función del porcentaje de las actuaciones objeto de la transferencia que no hayan sido ejecutadas o que, habiendo sido ejecutadas, no hayan sido debidamente justificadas, de conformidad con lo establecido en el presente convenio.

A estos efectos, se considerará cumplido el objeto de la transferencia cuando el grado de ejecución y justificación alcance, como mínimo, el 60 % del importe total del coste del proyecto. En estos supuestos, procederá, en su caso, el reintegro de las cantidades percibidas que correspondan a actuaciones no ejecutadas o no debidamente justificadas, en proporción al grado de incumplimiento.

Cuando el grado de ejecución y justificación sea inferior al 60 % del importe total del coste del proyecto, se considerará un incumplimiento total, procediendo el reintegro de la totalidad de las cantidades percibidas.

Sexta. Contenido del programa y compromisos de las partes.

El programa "El Ejercicio te Cuida" contribuye a la promoción de la salud y a la mejora de la calidad de vida relacionada con la salud, fomentando estilos de vida saludables y más activos, para prevenir las situaciones de dependencia y cronicidad del colectivo de personas mayores, mediante la práctica del ejercicio físico y la promoción del envejecimiento activo, siendo sus destinatarios personas mayores de 55 años, residentes en Extremadura.

La ejecución del programa comprende las actuaciones recogidas en el Anexo técnico, a desarrollar en el año 2026.

La Consejería de Salud y Atención a la Dependencia a través del SEPAD asume las siguientes obligaciones:

— Prestar un espacio físico adecuado para el desempeño del trabajo del personal técnico preparador físico en promoción de la salud, facilitando un horario en el que esté disponible, ateniéndose a la programación de actividades de cada centro de mayores de gestión directa del SEPAD.

— Cooperar con el personal técnico preparador físico en promoción de la salud en el desarrollo del programa "El Ejercicio te Cuida".

— Difundir el Programa entre los profesionales de sus redes de gestión directa para mejorar la participación en el mismo.

Por su parte, la Fundación Jóvenes y Deporte, a su vez, se compromete a:

— Destinar el importe de la transferencia a la finalidad descrita en el presente convenio, de conformidad con lo dispuesto en el programa y según lo especificado en el Anexo de Presupuesto del Programa 2026.

— Justificar ante el SEPAD el cumplimiento de las obligaciones descritas en la cláusula cuarta, aceptando las actuaciones de comprobación precisas y aportando cuanta información le sea requerida, dado que en cualquier momento, el personal del SEPAD competente en la materia, podrá efectuar las inspecciones precisas, al efecto de comprobar la ejecución del programa según los términos establecidos o para supervisar cualquier otra actuación derivada de la condición de beneficiario de la transferencia específica.

— Coordinar los proyectos y actividades enmarcados en este programa, así como facilitar el apoyo necesario (recursos humanos y materiales) para su correcta ejecución y velar por el adecuado desarrollo de las intervenciones por parte de su personal propio y personas usuarias.

— Conservar durante un plazo de cuatro años a contar desde la finalización de la vigencia de este convenio, los originales de las facturas y documentos justificativos del empleo de la cantidad transferida a la finalidad prevista. Esa documentación estará a disposición de la Secretaría General de la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia de la Junta de Extremadura, del SEPAD, de la Intervención General de la Junta de Extremadura y de cuantos órganos fiscalizadores y de control pudieran requerirla.

— Proceder a la devolución de las cantidades no justificadas.

— Incluir la imagen corporativa del SEPAD en cualquiera de las actuaciones a ejecutar, así como en publicaciones de toda índole.

— Comunicar al SEPAD la alteración de las condiciones tenidas en cuenta para la suscripción del presente convenio, no pudiendo la Fundación Jóvenes y Deporte variar el contenido del programa sin que se suscriba la correspondiente adenda modificativa del mismo. No obstante, no se considerarán alteración de las condiciones aquellos cambios no sustanciales que, sin afectar al mismo, pero que por razones de salud pública u otras limitaciones existentes por causa de fuerza mayor, así como cuando sean consecuencia o estén estrechamente vinculadas con situaciones de emergencia o análoga situación, sean estrictamente necesarias y sean consensuadas en la Comisión mixta de seguimiento, que deberá emitir informe al respecto.

Será de obligado cumplimiento para ambas partes instalar en los espacios donde se desarrollen las intervenciones del programa su imagen de acuerdo con los respectivos manuales de identidad corporativa y los soportes informativos necesarios para dar a conocer las acciones. Para ello, deberá atenderse a lo establecido en el Decreto 7/2002, de 29 de enero, por el que se aprueba la imagen corporativa de la Junta de Extremadura.

Séptima. Comisión Mixta de Seguimiento.

Para facilitar y evaluar el cumplimiento del programa, así como para realizar un seguimiento del presente convenio, se constituirá una comisión mixta de seguimiento integrada, como mínimo, por dos representantes del SEPAD, pertenecientes a la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia y otros dos de la Fundación Jóvenes y Deporte. Su designación se establecerá desde sendos organismos.

A la Comisión mixta de seguimiento le corresponden, entre otras, las siguientes funciones:

a) Realizar el seguimiento de las actuaciones y actividades ejecutadas en virtud del presente convenio verificando su adecuada progresión y el alcance de los objetivos del proyecto a desarrollar.

b) Aclarar y resolver cuantas dudas y controversias pudieran surgir en la interpretación y ejecución del presente convenio.

c) Consensuar posibles cambios no sustanciales del contenido del Programa, referidos en la cláusula sexta, y emitir informe sobre el acuerdo adoptado.

d) Proponer cuantas mejoras se consideren necesarias para su aplicación, incluido el diseño de nuevas acciones que se consideren imprescindibles para dar respuestas a situaciones fortuitas, así como proponer y acordar las estrategias para su promoción, desarrollo, difusión y utilización de resultados

e) Presentar propuestas de posibles colaboraciones de otras entidades externas para el desarrollo de investigaciones y publicaciones sin fines comerciales.

Esta Comisión Mixta de Seguimiento se reunirá, cuantas veces se estime necesario por cualquiera de sus integrantes.

Su régimen de funcionamiento y toma de decisiones se ajustará a lo establecido en la Sección 3.ª, del Capítulo II, del Título Preliminar, de la Ley 40/2015, de 1 de octubre, de Régimen Jurídico del Sector Público.

Octava. Protección de datos de carácter personal y confidencialidad.

1. Normativa aplicable.

Las partes firmantes se comprometen a cumplir, en el tratamiento de los datos personales que resulte necesario para la ejecución del presente convenio, lo dispuesto en el Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 27 de abril de 2016, relativo a la protección de las personas físicas en lo que respecta al tratamiento de datos personales y a la libre circulación de estos datos (en adelante, RGPD), en la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales (en adelante, LOPDGDD), así como en la restante normativa que resulte de aplicación en materia de protección de datos personales.

Las obligaciones de confidencialidad y aquellas otras que, por su propia naturaleza, deban mantenerse con posterioridad a la finalización del convenio subsistirán una vez extinguida su vigencia.

2. Responsabilidad en el tratamiento.

Cada una de las partes tendrá la consideración de responsable de los tratamientos de datos personales que lleve a cabo en el ámbito de sus respectivas competencias y funciones y asumirá las obligaciones que legalmente le correspondan en relación con dichos tratamientos.

En particular, corresponderá a cada responsable garantizar la licitud, lealtad y transparencia del tratamiento; el cumplimiento del deber de información a las personas interesadas; la adecuación, pertinencia y limitación de los datos a las finalidades previstas; su exactitud y actualización; la limitación del plazo de conservación; y la aplicación de las medidas técnicas y organizativas apropiadas para garantizar un nivel de seguridad adecuado.

Cuando la ejecución del convenio implique que una de las partes trate datos personales por cuenta de la otra, deberá formalizarse el correspondiente régimen de encargo del tratamiento, de conformidad con lo previsto en el artículo 28 del RGPD.

3. Finalidades del tratamiento.

Los datos personales tratados en el marco del presente convenio se utilizarán exclusivamente para las finalidades vinculadas a su ejecución y, en particular:

a) Por la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia: la gestión administrativa, contable y fiscal derivada de la ejecución del programa, así como, cuando resulte necesario para su desarrollo, la derivación de las personas beneficiarias y la elaboración y gestión de los correspondientes listados de participantes.

b) Por la Fundación Jóvenes y Deporte: además de las actuaciones de gestión que le correspondan (administrativa, contable, fiscal, listados) la evaluación y el seguimiento de la condición física de las personas beneficiarias en el marco del programa, así como la realización de análisis estadísticos y estudios vinculados al mismo.

Cuando los resultados se destinen exclusivamente a fines estadísticos o de estudio se utilizarán datos anonimizados de forma que las personas participantes no sean identificadas ni identificables.

Los datos no podrán utilizarse para finalidades distintas de las previstas en el presente convenio salvo que concurra una base jurídica que legitime el nuevo tratamiento.

4. Confidencialidad y seguridad.

Las partes, así como el personal que intervenga en la ejecución del convenio, quedan obligadas a guardar la debida confidencialidad respecto de los datos personales y demás

información de carácter reservado o profesional a la que tengan acceso con ocasión de las actividades previstas en el convenio y en su anexo técnico.

Esta obligación se mantendrá incluso después de que haya finalizado la relación de las personas que intervengan en el tratamiento con cualquiera de las partes, así como tras la extinción del presente convenio.

Cada parte adoptará las medidas técnicas y organizativas apropiadas para garantizar un nivel de seguridad adecuado al riesgo, destinadas, entre otros extremos, a preservar la confidencialidad, integridad y disponibilidad de la información y a evitar su pérdida, destrucción, alteración, divulgación o acceso no autorizado.

La LOPDGDD contempla expresamente el deber de confidencialidad en su artículo 5.

5. Comunicación de datos.

Los datos personales únicamente podrán comunicarse a terceros cuando dicha comunicación sea necesaria para el cumplimiento de una obligación legal, el ejercicio de las competencias atribuidas a las partes o concurra cualquier otra base jurídica que la legitime.

En particular, podrán ser comunicados a órganos judiciales, Administraciones Públicas y demás autoridades u organismos competentes cuando así resulte exigible conforme al ordenamiento jurídico.

6. Conservación de los datos.

Los datos personales se conservarán durante el tiempo estrictamente necesario para el cumplimiento de las finalidades para las que fueron recabados y, posteriormente, durante los plazos legalmente exigibles para atender las posibles responsabilidades derivadas del tratamiento o de la ejecución del convenio.

Una vez finalizados dichos plazos, los datos serán suprimidos o, cuando proceda, debidamente anonimizados, sin perjuicio de las obligaciones de archivo y conservación que resulten aplicables a las Administraciones Públicas.

7. Derechos de las personas interesadas.

Las personas interesadas podrán ejercer, en los términos previstos en la normativa aplicable, sus derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición, limitación del tratamiento y portabilidad, cuando este último resulte procedente, así como cualesquiera otros derechos reconocidos por la normativa vigente en materia de protección de datos.

El ejercicio de tales derechos deberá dirigirse al responsable del tratamiento que corresponda, a través de los canales que se indiquen en la información facilitada a las personas interesadas.

Asimismo, las personas interesadas podrán dirigirse al delegado de protección de datos correspondiente y, cuando consideren que el tratamiento de sus datos personales vulnera la normativa aplicable, podrán presentar una reclamación ante la Agencia Española de Protección de Datos, sin perjuicio de los demás recursos que procedan.

8. Delegados de Protección de Datos.

A los efectos de lo previsto en la normativa vigente en materia de protección de datos personales, las personas interesadas podrán dirigirse a los correspondientes Delegados de Protección de Datos:

— Por parte de la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia, a través del Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia (SEPAD): Delegado de Protección de Datos de la Junta de Extremadura, correo electrónico: dpd@juntaex.es.

— Por parte de la Fundación Jóvenes y Deporte. Dirección: Avenida Valhondo, s/n. Edificio Mérida III Milenio, Módulo 4, 4ª Planta. 06800 Mérida. Correo electrónico: juridico@fundacionjd.com.

Novena. Propiedad Intelectual.

En aquellos supuestos en los que la ejecución de las actuaciones desarrolladas al amparo del presente convenio genere estudios, materiales o cualquier otro resultado susceptible de protección por la normativa de propiedad intelectual, y salvo acuerdo expreso y por escrito entre las partes, la titularidad de los derechos corresponderá en exclusiva a la Junta de Extremadura, de conformidad con lo dispuesto en la legislación vigente.

En aquellos casos en que la práctica o ejecución del programa realizado genere un producto susceptible de propiedad intelectual, salvo acuerdo particular entre las diferentes partes, se estará a lo dispuesto en la legislación vigente y corresponderán, en exclusiva, a la Junta de Extremadura.

Décima. Vigencia.

Este convenio surtirá efectos en el momento de su firma y tendrá validez hasta el 1 de marzo de 2027. No obstante, tendrán la consideración de gastos, los realizados desde el 1 de enero de 2026 hasta el 31 de diciembre del 2026, de conformidad con lo establecido en la cláusula cuarta.

Undécima. Resolución del convenio.

Se extinguirá cuando concurra cualquiera de las siguientes causas:

— Mutuo acuerdo de las partes que deberá ser instrumentado por escrito.

— Denuncia del convenio. Cualquiera de las partes podrá denunciar el presente convenio comunicándolo a la otra parte por escrito con veinte días de antelación a la fecha en la que desee la terminación del mismo.

— Incumplimiento grave o manifiesto de las estipulaciones contenidas en el convenio, por cualquiera de las partes firmantes. Antes de la resolución se hará un previo requerimiento notificado a la parte incumplidora en el que se indicarán las obligaciones y compromisos que se consideren incumplidos concediendo un plazo máximo de diez días para su cumplimiento. De este requerimiento se dará traslado a la Comisión de seguimiento prevista en el presente Convenio. Transcurrido el plazo concedido sin atender el requerimiento, la parte que lo haya dirigido notificará a la incumplidora la concurrencia de la causa de resolución y se entenderá resuelto el convenio.

— Vencimiento del plazo de validez del convenio.

— Imposibilidad sobrevenida, legal o material, para el desarrollo de las actividades que constituyen su objeto.

Duodécima. Naturaleza jurídica del convenio.

El presente Convenio deberá inscribirse en el Registro General de Convenios de la Administración de la Comunidad Autónoma de Extremadura y publicarse en el Diario Oficial de Extremadura en virtud de lo establecido en el artículo 50.4 de la Ley 1/2002, de 28 de febrero, en relación con el artículo 19 del Decreto 154/2025, de 18 de noviembre, por el que se regula la actividad convencional y el Registro General de Convenios de la Administración de la Comunidad Autónoma de Extremadura y lo dispuesto en el artículo 10 de la Ley 4/2013, de 21 de mayo, de Gobierno Abierto de Extremadura.

El presente convenio por el que se formaliza una transferencia específica tiene naturaleza administrativa, estando excluido del ámbito de aplicación de la Ley 9/2017, de 8 de noviembre, de Contratos del Sector Público, por la que se transponen al ordenamiento jurídico español las Directivas del Parlamento Europeo y del Consejo 2014/23/UE y 2014/24/UE, de 26 de febrero de 2014, de conformidad con lo dispuesto en el apartado segundo de su artículo 6. Así mismo está excluido del ámbito de aplicación de la Ley 6/2011, de 23 de marzo, de Subvenciones de la Comunidad Autónoma de Extremadura, conforme a lo establecido en el artículo 3.a) de la misma.

De conformidad con la naturaleza del convenio, el mismo estará sujeto a lo dispuesto en el Capítulo VI, del Título Preliminar, de la Ley 40/2015, de 1 de octubre, de Régimen Jurídico del Sector Público y en los artículos 43 y 45 de la Ley 2/2026, de 3 de agosto, de los Presupuestos Generales de la Comunidad Autónoma de Extremadura para el año 2026.

Las discrepancias que pudieran surgir sobre la interpretación, desarrollo, modificación, resolución y efectos que pudieran derivarse de la aplicación del presente convenio serán resueltas por la Comisión Mixta de Seguimiento prevista en el convenio. En caso contrario, será el orden jurisdiccional contencioso-administrativo el competente para resolver las citadas controversias de conformidad con lo dispuesto en la Ley 29/1998, de 13 de julio, reguladora de la Jurisdicción Contencioso-Administrativa.

Y, en prueba de conformidad y para que conste a los efectos oportunos, ambas partes firman el presente convenio, electrónicamente, considerándose firmado a la fecha del último firmante.

El Director Gerente de La Fundación Jóvenes y Deporte,	La Consejera de Salud y Atención a la Dependencia,
D. JOSÉ ALBERTO CACHO MACÍAS	DÑA. SARA GARCÍA ESPADA

ANEXO TÉCNICO:

PROGRAMA TÉCNICO "EL EJERCICIO TE CUIDA" 2026

Justificación del Programa.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el hecho de favorecer hábitos y entornos saludables y, más concretamente, la alimentación sana y la práctica del ejercicio físico en la población en general y entre las personas de edad en particular, son algunas de las estrategias más efectivas para la promoción de la salud (WHO, 2002). Con estas praxis, se previenen enfermedades, se evita su cronicidad una vez iniciadas y, por ende, se reducen o palian las situaciones de dependencia en cualquier sector poblacional, máxime en los prevalentes.

Las Administraciones Públicas y específicamente el Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia (en adelante, SEPAD) se alinea con estos principios e impulsa el desarrollo de programas de promoción de la autonomía de las personas mayores imbricados en el paradigma del Envejecimiento Activo y Saludable que actúan sobre la mejora de la condición física; tal es el caso del Programa El Ejercicio te cuida.

Se trata de un programa de ejercicio físico orientado a la promoción de la salud e incardinado como un recurso o dispositivo comunitario que refuerza la prevención ejercida desde los sistemas sanitarios y sociales, contribuyendo así a su sostenibilidad. Su finalidad es la mejora de la calidad de vida de las personas mayores de 55 años mediante sesiones de ejercicio físico que preserven los distintos componentes que intervienen en la condición física saludable.

Podemos verificar, a partir de diversas fuentes de investigación sociosanitarias, que la inactividad física y el sedentarismo correlacionan con la aparición de enfermedades crónicas, como la diabetes tipo II o los accidentes cardiovasculares (Dempsey et al., 2020; González et al., 2017; Kohl et al., 2012). También podemos comprobar, en la literatura científica actual, que el ejercicio físico previene y/o revierte el síndrome de fragilidad asociado al envejecimiento, antesala de las situaciones de dependencia (Fernández-García et al., 2020, 2022; Nascimento et al., 2019) y que permite mantener una adecuada salud mental frente a trastornos psicológicos o de labilidad emocional como la ansiedad o depresión (Craft & Landers, 1998; Mikkelsen et al., 2017; Stathopoulou et al., 2006).

En la Comunidad Autónoma de Extremadura, estos planteamientos encuentran respaldo en la Ley 2/1995, de 6 de abril, del Deporte de Extremadura, cuyo artículo 3.3 recoge, entre sus principios básicos, "la promoción y atención de la actividad física y deportiva en los sectores sociales más necesitados y, en especial, para las personas mayores". Asimismo, resultan de aplicación la Ley 15/2015, de 16 de abril, por la que se ordena el ejercicio de las profesiones del deporte en Extremadura, y el Decreto 174/2019, de 12 de noviembre, por el que

se aprueba su Reglamento de desarrollo y el Código Deontológico de quienes desempeñen dichas profesiones.

Por otra parte, también la Fundación Jóvenes y Deporte (FJyD), gestora del programa "El Ejercicio te cuida" en el artículo 5 de sus estatutos, recoge que la citada Fundación tiene por objeto: "el fomento de la actividad física y el deporte favoreciendo la práctica y la difusión de éstos como herramienta para la inclusión y el fomento de la solidaridad".

A tenor de los argumentos de la OMS y bajo el amparo normativo e institucional, queda justificada la necesidad de asegurar la continuidad del programa El Ejercicio te cuida.

De cara a la implantación del Programa, las entidades implicadas han considerado que la metodología habitual será presencial, pero manteniendo el uso de las tecnologías de la comunicación y la información para poder ofrecer un servicio telemático si la situación lo volviese a requerir. Esta estructura ofrecerá también la posibilidad de universalizar el programa mediante la puesta a disposición de un repositorio de contenidos online.

Objetivos del Programa El Ejercicio te cuida.

Objetivo general.

— Contribuir a la promoción de la salud y a la mejora de la calidad de vida relacionada con la salud, fomentando estilos de vida saludables y más activos, para prevenir las situaciones de dependencia y cronicidad del colectivo de personas mayores, mediante la práctica del ejercicio físico y la promoción del envejecimiento activo.

Objetivos específicos.

— Ampliar los recursos comunitarios de apoyo al sistema sanitario y de servicios sociales, interviniendo desde el marco de la prevención primaria y secundaria.

— Diseñar e implementar procesos de investigación-acción que permitan disponer de datos sobre la mejora en los estados de salud mediante el ejercicio físico en las personas participantes.

— Realizar un abordaje específico sobre el síndrome de fragilidad asociado al envejecimiento y caracterizado por caídas y sarcopenia. Este abordaje será planteado en coordinación con los sistemas sanitario y sociosanitario de acuerdo con las directrices marcadas por el documento "La Actualización del documento de consenso sobre prevención de la fragilidad en la persona mayor".

— Usar la tecnología de la información y la comunicación en el desarrollo del programa para:

- Ofrecer información y datos necesarios que permitan realizar estudios de seguimiento y de éxito en la consecución de objetivos del programa.

- Continuar con su ejecución en caso de prohibiciones, suspensiones de la actividad o clausuras de los Centros de Mayores de gestión directa del SEPAD,

- Universalizar el programa y contribuir asimismo de acuerdo con las directrices de la OMS, a promocionarlo a nivel local, nacional e internacional.

Personas Destinatarias.

Personas mayores de 55 años, residentes en Extremadura y derivadas por equipos profesionales sanitarios de atención primaria y de la asistencia sanitaria mutualista (integrantes de las Unidades Básicas Asistenciales; personal médico y/o de enfermería), que presenten situaciones de inactividad física, sedentarismo y/o enfermedades crónicas prevalentes como la obesidad/sobrepeso moderados, ansiedad/depresión moderada, hipertensión, diabetes mellitus tipo II o condiciones crónicas de salud de severidad moderada compatibles con la participación en actividades grupales orientadas a la mejora y/o mantenimiento de la condición física. Personas mayores que, aun en ausencia de las condiciones anteriores, presenten situaciones de fragilidad o prefragilidad física confirmadas mediante la batería de pruebas Short Physical Performance Battery (SPPB) de los municipios de más de 4000 habitantes de la región, y aquellos que, independientemente de su número de habitantes, cuenten con centro de mayores de gestión directa del SEPAD. Respecto a la participación en el programa por parte de las personas usuarias potenciales, no será requisito que la persona tenga relación formal con centros o servicios de atención a personas mayores de la localidad donde esté implantado el programa.

A efectos del presente programa, se considera persona con perfil "hiperrobusto" aquella que, tras la evaluación mediante la batería Short Physical Performance Battery (SPPB), obtiene la puntuación máxima (12 puntos) y presenta un rendimiento físico superior a los valores normativos establecidos para su grupo de edad y sexo en, al menos, dos de las siguientes pruebas complementarias:

Velocidad de marcha habitual superior a 1,2 m/s.

Dinamometría de prensión manual por encima del percentil 75 correspondiente.

Resultados elevados en la prueba Sit to Stand (30 segundos) o en la prueba de marcha de 6 minutos, de acuerdo con valores de referencia.

Para establecer estos valores, el programa se apoya tanto en fuentes científicas internacionales (Guralnik et al., 1994; Fried et al., 2001; Rikli & Jones, 2001; Bohannon, 1997; Roberts

et al., 2011) como en estudios desarrollados en la propia población diana del programa. En particular, se incorporan los datos normativos establecidos por Gusi et al. (2012), derivados de una amplia muestra de adultos mayores residentes en la comunidad en España, lo cual refuerza la adecuación regional y sociodemográfica del modelo de referencia funcional aplicado.

Esta categorización permite identificar a personas cuya condición física supera los perfiles previstos como objetivo prioritario del programa —orientado fundamentalmente a la mejora de la autonomía en personas frágiles, prefrágiles y robustas— y favorece su derivación hacia otros recursos comunitarios más adecuados a su nivel de rendimiento.

Metodología.

Las actuaciones del Programa se desarrollarán de manera presencial, debiendo disponer de los recursos tecnológicos necesarios y siempre bajo la dirección y supervisión del personal técnico del programa.

Estará prevista la reformulación de éstas al formato online, concretando las medidas oportunas en cuanto a contenidos, ejercicios, herramientas telemáticas y recursos humanos y materiales necesarios, tratando de atender en la pauta de ejercicios a ambas categorías (grupo de personas robustas y frágiles), en caso hipotético de limitaciones de movilidad y/o clausura de centros de mayores por la autoridad competente.

También se responderá al compromiso de dar difusión publicitaria en diversos medios de comunicación gestionados por FJyD (prensa, radio o redes sociales de la propia FJyD).

Desarrollo del Programa.

A continuación, se describen las distintas fases del procedimiento de incorporación al mismo de las personas usuarias, el contenido del programa, así como las funciones y tareas a desempeñar por el personal técnico:

Fases de la implementación

5.1.1. Difusión.

Primera fase. En esta fase la coordinación técnica del programa y de la oficina científicotécnica, realizará contactos con el personal responsable de área del Servicio Extremeño de Salud (SES) y con los representantes en Extremadura de las mutualidades generales del estado (ISFAS, MUFACE y MUGEJU) para la presentación e impulso del programa.

Segunda fase. En esta fase el Servicio Extremeño de Salud (SES) enviará a los Centros de Salud de las localidades participantes en el programa información sobre éste y un protocolo

de actuación para derivar a potenciales personas usuarias que cumplan el perfil, al personal técnico de la zona. De igual forma, esta información será facilitada a las mutualidades por parte de la coordinación científico-técnica del programa, quienes a su vez lo remitirán a sus respectivas entidades sanitarias colaboradoras.

Tercera fase. En esta fase, el personal técnico, realizará al menos una sesión de seguimiento con el/los centro/s de salud de referencia y con las mutualidades. Estas sesiones serán organizadas con el centro de acuerdo con las posibilidades horarias y necesidades manifestadas por cualquiera de las partes. Ante dificultades manifiestas en la organización de este tipo de acciones de seguimiento, el personal técnico las comunicará a la coordinación científico-técnica del programa, la cual, a su vez, asumirá la función de mediación que garantice el cumplimiento de los objetivos de esta fase.

5.1.2. Derivación.

El personal sanitario de atención primaria de referencia (personal integrante en las Unidades Básicas Asistenciales), derivará a la persona usuaria al técnico/a de la zona si presenta el perfil adecuado. Las personas usuarias podrán ser derivadas también por el personal sanitario de referencia en las respectivas entidades sanitarias colaboradoras de las mutualidades en los términos que se especifique en los convenios específicos al respecto, así como por el personal sanitario de medicina y enfermería de los centros residenciales incluidos en el programa. Para poder derivar, rellenará un formulario de derivación estandarizado incluido en la aplicación informática del SES (Jara) indicando, si procede, si existe sospecha de fragilidad, y facilitando una copia impresa que deberá ser entregada por la persona derivada al técnico/a del programa de manera previa al inicio del proceso de evaluación.

En caso de las personas derivadas mutualistas o beneficiarias de las Mutualidades Administrativas que estén adscritas a seguros privados, la derivación al programa será realizada de forma equiparable a aquellas personas adscritas al sistema público. Concretamente, dicha derivación se realizará por parte del personal sanitario (medicina y/o enfermería) de las entidades de seguro privado que sea de referencia para el beneficiario, siguiendo para ello las directrices marcadas por la Comisión de Coordinación y Seguimiento del "Convenio entre la Mutualidad General de Funcionarios Civiles del Estado, el Instituto Social de las Fuerzas Armadas y la Mutualidad General Judicial con la Fundación Jóvenes y Deporte de la Junta de Extremadura, por el que se establece el proceso de derivación sanitaria del colectivo mutualista adscrito a entidades de seguro, requerida para la incorporación al programa socio-sanitario "El Ejercicio te Cuida"" (BOE 42, de 17 de febrero de 2024), desarrollado para la ordenación de la derivación de las personas usuarias perteneciente a este colectivo. En todo caso, el personal responsable de la derivación se asegurará del cumplimiento de los criterios de inclusión por parte de la persona derivada, e incluirá un modelo de derivación oficial facilitado por su mutualidad.

En los casos de localidades en los que existan amplias listas de espera con un número de personas igual o superior a 45 en el cómputo total de robustos y/o 15 en el de fragilidad, el técnico responsable deberá poner esta situación en conocimiento del personal sanitario de atención primaria de referencia de la localidad.

En los casos en los que se derive por el interés que una persona, potencial usuaria, muestre al técnico responsable del programa, en la orientación que se le ofrezca para que canalice la solicitud a través del personal sanitario de atención primaria, o de la mutualidad correspondiente, siempre se deberá tener en cuenta la existencia o no de lista de espera e informárselo.

5.1.3. Evaluación e incorporación a grupos de ejercicio.

Para que pueda iniciarse la evaluación, la persona derivada, hará entrega al/a la profesional del programa "El Ejercicio te cuida" de referencia de la localidad de la copia impresa del formulario de derivación facilitado por el personal de atención primaria, dando así lugar al inicio del procedimiento de evaluación que determinará la inclusión o no del mismo en el programa.

En caso de no ser posible la incorporación al programa, debido a la falta de plazas disponibles o al incumplimiento de los criterios de inclusión en el mismo la persona responsable de la zona asesorará a los solicitantes acerca de la oferta físico-deportiva existente en el municipio más adecuada.

A fin de realizar un seguimiento riguroso de la evolución de las personas usuarias del programa, el personal técnico realizará evaluaciones periódicas adaptadas a la tipología de grupo al que pertenezcan. Las personas integradas en grupos de robustos serán evaluadas cada 12 meses, mientras que las personas en situación de prefragilidad o fragilidad lo serán cada 6 meses. Estos plazos podrán experimentar ligeras variaciones por motivos organizativos debidamente justificados. Cuando esa variación supere los 30 días el técnico responsable deberá informar de los motivos de esta a la coordinación técnica/oficina científico-técnica mediante el procedimiento que sea establecido.

En caso de que una persona usuaria resulte ser "hiperrobusta", puntuando por encima del límite de cribado por la consecución de los objetivos tras participar en el programa, se derivará a otro recurso comunitario más acorde a su condición física.

Si una persona participante en grupo de fragilidad revierte su situación, será derivada a un grupo de robustos o, si fuera necesario, a otro recurso comunitario acorde a sus necesidades.

Las evaluaciones de las personas usuarias derivadas al programa incluirán los siguientes parámetros:

Todas las personas usuarias derivadas al programa:

— Valoración básica antropométrica y de la composición corporal:

• Talla.

• Peso.

• Perímetros de brazo, pantorrilla, cintura y cadera.

• Porcentaje de masa grasa y muscular.

— Valoración del rendimiento físico (Short Physical Performance Battery). Esta batería incluye una prueba de equilibrio, de marcha y de fuerza de los miembros inferiores. Su principal utilidad en el programa es determinar el estado de las personas usuarias respecto a su situación de posible fragilidad física, resultando en 4 estados posibles: dependiente, prefrágil, frágil y robusto/a.

Escalas y cuestionarios.

Cuestionario sociodemográfico general en el que se incluyen también algunas preguntas relacionadas con el estilo de vida de las personas usuarias.

EQ-5D-5L: Valoración de la calidad de vida relacionada con la salud.

IPAQ: Nivel de actividad física de las personas usuarias.

GDS: Nivel de depresión secundaria relacionada con el envejecimiento.

N.º de caídas en los últimos 12 meses.

— Ampliación de la batería de condición física.

Test Timed Up and Go. Agilidad

Dinamometría bimanual. Fuerza de prensión manual.

Test Sit and Reach. Flexibilidad del tronco y miembro inferior.

Test Back Scratch. Flexibilidad de los miembros superiores.

Personas usuarias identificadas en situación de fragilidad o prefragilidad física con SPPB:

• Escalas y cuestionarios. Serán incorporados a los anteriormente indicados los siguientes cuestionarios:

Fenotipo de Fried. Determina el posible estado de fragilidad más allá de los meramente relacionado con la condición física del individuo.

Índice de Lawton y Brody. Empleado en la determinación del grado de dependencia en las actividades instrumentales de la vida diaria (complementa al Barthel incluido en la derivación al programa).

Short MNA. Versión reducida del cuestionario Mini Nutritional Assesment que incluye información muy relevante respecto a posibles causas de fragilidad y/o sarcopenia.

• Ampliación de la batería de condición física.

— Velocidad de marcha habitual en 6 metros.

Personas usuarias identificadas como robustas con SPPB:

— Ampliación de la batería de condición física.

Test Sit to stand 30 segundos.

Flamingo test. Equilibrio.

Test de marcha de 6 minutos (6MWT).

Como resultado del proceso de valoración, el personal técnico del programa podrá emitir los siguientes informes de idoneidad de las personas usuarias para ser incorporadas y/o mantenidas en los grupos correspondientes:

Personas mayores dependientes o con limitación funcional severa. El programa no cuenta en la actualidad con un servicio para este perfil de personas usuarias, por lo que podrán ser derivadas a las unidades de valoración de la dependencia correspondientes.

Personas mayores confirmadas como en situación de fragilidad o prefragilidad física (o limitación funcional moderada o leve), serán incorporadas en grupos específicos de ejercicio físico multicomponente para abordar el síndrome de fragilidad, siempre que existan plazas disponibles. El programa que se desarrolla en este tipo de grupos específicos tiene una duración de seis meses y su objetivo principal es revertir la limitación funcional, por lo que la continuidad en el mismo en sucesivas ediciones depende de la progresión que la persona usuaria obtenga al final de cada uno de ellos. En el caso de que se revierta su estado de fragilidad tras participar en una edición del programa, se derivarán a los grupos de robustos disponibles u otros servicios de actividad física para mayores disponibles en la comunidad, especialmente en aquellos casos en los que existan listas de espera y en cumplimiento de los criterios de asistencia especificados.

Personas mayores que pueden integrarse en los grupos de robustos. La participación en los mismos estará sujeta exclusivamente al cumplimiento de los requisitos de inclusión, la derivación sanitaria correspondiente y la valoración realizada por el personal técnico, siempre en el caso de plazas disponibles. En el caso de aquellas personas usuarias que, siendo evaluadas con la periodicidad previamente indicada, hayan cambiado su perfil funcional (de acuerdo con la categorización indicada), podrán ser reubicadas en otros grupos o servicios comunitarios, en los términos que se concretan en el presente programa técnico.

La permanencia de las personas en el programa estará condicionada a la consecución de los objetivos por parte de las mismas. Una vez alcanzados dichos objetivos, estas personas serán derivadas a servicios acordes a sus necesidades. Sin perjuicio de lo anterior, estas personas podrán permanecer en el grupo cuando no exista lista de espera de robustos en su localidad.

Adicionalmente, la permanencia en ambos tipos de grupos, Frágiles y Robustos, estará condicionada a los criterios especificados en el apartado 6: "Bajas y listas de espera".

Personas mayores "hiperrobustas". Personas con la máxima puntuación en la batería de pruebas SPPB (12 puntos) y que adicionalmente cumplan con los criterios indicados en el apartado 3: "Personas destinatarias". En el caso de que el programa no cuente con un servicio para el perfil de personas usuarias resultantes de la evaluación, las mismas podrán ser derivadas a otros servicios más acordes con su perfil funcional.

Contenido del programa.

5.2.1. Promoción de la salud y el envejecimiento activo.

5.2.1.1. Gabinete o asesoramiento.

Este espacio destinado especialmente a las personas no incluidas en los grupos de actividad del Programa comprende tanto el asesoramiento sobre cuestiones de salud como la información y orientación a la persona sobre su situación funcional y el tipo de actividad recomendable, así como, si se considera oportuno por parte del técnico, a recursos comunitarios adecuados a su situación funcional.

Asimismo, el personal técnico destinará el tiempo asignado a gabinete y el tiempo previsto para valoraciones que resulte disponible una vez atendidas las evaluaciones programadas a realizar una valoración funcional específica a efectos de priorización de las personas incluidas en las listas de espera que aún no hayan sido valoradas. Esta valoración comprenderá las pruebas necesarias para determinar su estado funcional de acuerdo con los

criterios establecidos en el presente anexo técnico. Una vez realizada, la posición de cada persona en la lista se determinará en función del nivel de necesidad detectado, conforme a lo previsto en el apartado 6, y no de la fecha de derivación o de incorporación a la lista.

Esta función se desarrollará, de la misma forma que las evaluaciones, en los espacios facilitados para ello ubicados en los centros de gestión directa del SEPAD con cita previa.

5.2.1.2. Acciones de educación para la salud y eventos de promoción.

Este parámetro incluye la preparación, desarrollo y/o colaboración con acciones comunitarias orientadas a la educación para la salud, especialmente las relacionadas de manera cercana al ejercicio físico y con el envejecimiento activo en términos de actividad física.

Las acciones de promoción de la salud y envejecimiento activo deberán ser planificadas y revisadas para cada zona de forma periódica y de acuerdo con unos objetivos acordes con la situación sociosanitaria de la misma y la disponibilidad de tiempo computables según los parámetros del programa.

5.2.2. Sesiones de ejercicio físico.

Grupos de robustos, integrados por un máximo de 45 participantes que reciben tres sesiones semanales de una hora de duración, distribuidas en distintos días de la semana, preferentemente, siempre que la organización del servicio lo permita, en días no consecutivos o, en su defecto, minimizando la consecutividad de días entre sesiones. En estas clases el técnico propone ejercicios físicos adaptados al estado de salud de las personas usuarias previamente evaluados. Estas personas trabajan las capacidades físicas (fuerza, flexibilidad, resistencia…) a la vez que trabajan el componente social que supone cualquier práctica grupal.

Grupos específicos de ejercicio físico multicomponente para abordar el síndrome de fragilidad, realizan su actividad en las instalaciones de los centros de gestión directa del SEPAD y cuentan con un máximo de 15 participantes que reciben tres sesiones semanales de una hora de duración, distribuidas en distintos días de la semana, preferentemente, siempre que la organización del servicio lo permita, en días no consecutivos o, en su defecto, minimizando la consecutividad de días entre sesiones. Su objeto es trabajar sus capacidades físicas con la finalidad última de que puedan incorporarse a un grupo de robustos. En este tipo de grupos, las sesiones de ejercicio serán diseñadas de acuerdo con la tipología de ejercicio físico multicomponente, focalizando el trabajo durante las sesiones al desarrollo de todas las cualidades física relacionadas con la salud, y dando especial importancia al fortalecimiento muscular y al equilibrio.

Durante la anualidad 2026, todas las localidades incluidas en el Programa El Ejercicio Te Cuida deberán disponer, al menos, de un grupo específico de ejercicio físico multicomponente dirigido a personas en situación de fragilidad o prefragilidad física. En aquellas localidades que cuenten con un centro de mayores de gestión directa del SEPAD, estos grupos se desarrollarán en sus instalaciones, salvo que concurra alguna circunstancia que lo imposibilite, que deberá quedar debidamente justificada. En las restantes localidades, se desarrollarán en espacios adecuados puestos a disposición del programa por los ayuntamientos o por las demás entidades participantes.

Estas sesiones se prestarán lugares adecuados para ello: pabellones, salas con dimensiones adecuadas, piscinas, parques, patios u otros espacios que se pongan a disposición los ayuntamientos y los centros de mayores del SEPAD. Teniendo en cuenta las recomendaciones sanitarias generales habrá preferencia por espacios abiertos o espacios que aseguren una práctica segura de la actividad física.

Funciones del personal técnico.

Las funciones del personal técnico del programa implican el desarrollo de los contenidos de este descritos en los párrafos anteriores, así como las funciones que a continuación se detallan.

5.3.1. Recogida, transferencia y análisis de datos.

El personal técnico del programa será responsable de recoger y registrar los datos derivados de las evaluaciones semestrales o anuales, en función del grupo funcional al que pertenezca cada persona usuaria. Estos datos permitirán evaluar la progresión individual, así como la eficacia global del programa en los distintos perfiles de intervención. La información recopilada será remitida a la coordinación científico-técnica, que se encargará de su análisis agregado y detallado, con el fin de valorar la evolución del programa, identificar áreas de mejora y establecer medidas de ajuste o refuerzo sobre la base de los resultados obtenidos.

5.3.2. Generación y gestión de listas de espera.

El personal técnico del programa será responsable de generar y mantener actualizadas las listas de espera de acuerdo con lo especificado en el apartado 6 "Bajas y listas de espera".

5.3.3. Información a la incorporación al programa: Consentimiento informado.

El personal técnico del programa en la primera sesión del año y/o a la incorporación del programa y/o a la lista de espera, informará a las personas usuarias por escrito de las características del programa y sus condiciones de incorporación y mantenimiento, concienciándolas

de que se trata de una actividad de carácter público, con limitación de recursos y con la clara intención de hacer valer el principio de solidaridad y derecho de participación a las personas solicitantes que cumplan requisitos. Esta información se materializará en un documento de Consentimiento informado. (Véase Anexo Ic).

5.3.4. Registro de asistencia.

El personal técnico será responsable de mantener actualizado, con una periodicidad mínima mensual, el registro de asistencia de las personas usuarias de su zona. En el caso de que alguna deba abandonar el programa por incumplimiento de las condiciones de asistencia, este deberá comunicarle por escrito su baja, así como la relación de faltas injustificadas.

La coordinación científico-técnica facilitará las herramientas necesarias para dicho registro y supervisará el proceso, con el objetivo de garantizar su correcta integración en las acciones de seguimiento, análisis y evaluación del programa.

5.3.5. Información individualizada a personas usuarias ante cambios en su perfil funcional.

El personal técnico deberá informar a la persona del resultado de su evaluación semestral o anual y grado de consecución de los objetivos, derivándola a otro grupo dentro del programa en caso de existencia de plazas u orientándole en el caso de haberlos alcanzado a continuar con la práctica de ejercicio en otros recursos de que disponga la localidad.

5.3.6. Coordinación zonal del programa.

Para la adecuada implantación y desarrollo del programa es necesario que exista una colaboración estrecha entre el personal técnico y las personas que dirijan o sean responsables de los espacios citados anteriormente. La responsabilidad en la gestión del programa será ejercida por los profesionales educadores físico-deportivos y la coordinación general del programa.

El seguimiento se realizará por la Fundación Jóvenes y Deporte, a través de la coordinación general, mediante la realización de visitas técnicas de seguimiento a las diferentes zonas con una periodicidad mínima anual. De la realización de dichas visitas se derivará un informe de estado que será facilitado a la coordinación científico-técnica de forma que esta pueda, junto con los datos de la zona ya disponibles, analizar toda la información y realizar propuestas de mejoras de funcionamiento del programa en dicha zona y dar traslado de estas a las partes interesadas.

Bajas y Listas de Espera.

En aquellos municipios donde la demanda de participación supere la capacidad técnica de provisión del servicio respetando los parámetros establecidos, se crearán listas de espera que

determinarán el orden de incorporación al programa cuando se produzcan bajas que generen nuevas plazas disponibles.

Una vez realizada la valoración funcional específica a efectos de priorización, el orden de incorporación al programa se determinará dentro de la categoría funcional que corresponda, en función del nivel de necesidad detectado, priorizándose a las personas que presenten una mayor necesidad de intervención. En caso de igualdad, tendrá prioridad la persona con mayor antigüedad en la lista de espera, atendiendo a la fecha de incorporación a esta.

Para cada modalidad de actividad (robustos/frágiles), en cada municipio, existirá una lista, pudiendo las personas usuarias inscribirse únicamente en una de ellas. Cuando una persona sea avisada para la incorporación a una de las modalidades para la que se inscribió deberá incorporarse a la mayor brevedad, siendo eliminado de la lista en caso de rechazo. En el caso de las personas usuarias pertenecientes a los grupos de fragilidad que, tras una o varias ediciones participando en estos grupos, consigan revertir su estado funcional hacia "Robusto" y que no puedan ser incorporados a un grupo por no haber plazas disponibles serán considerados como personas usuarias preferentes en las listas de espera correspondientes.

Cuando se dé la situación de que varias personas usuarias se encuentren en las circunstancias indicadas, el criterio de ordenación de estos atenderá a la puntuación obtenida en la última evaluación realizada (puntuaciones inferiores en SPPB en primer lugar). Ante puntuaciones idénticas el criterio será el orden de inscripción.

El personal técnico del programa, siempre de manera motivada e informando a la coordinación del programa, se reservará la potestad, especialmente en el caso de existir listas de espera, de dar de baja a aquellas personas usuarias que incurran en alguna de las siguientes casuísticas:

Cambios en el estado de salud o estatus funcional que pudieran comprometer la seguridad del individuo al participar en las actividades del programa o que impliquen necesariamente cambios de grupo para los cuales no existan plazas disponibles o a los que el usuario rechace incorporarse.

Situaciones reiteradas de conductas disruptivas que comprometan el buen funcionamiento de las actividades grupales.

Falta de asistencia reiterada a las sesiones impartidas de forma injustificada. En concreto, superar un 25% de faltas de asistencia en un período de seis meses que serán computados de enero a junio y de julio a diciembre de la anualidad correspondiente. Para la realización de dicho cómputo, los técnicos registrarán la asistencia de las personas usuarias incluidas en cada grupo atendiendo a los siguientes criterios.

Asiste. La persona usuaria está presente y participando en la sesión correspondiente para la que se realiza el registro.

No asiste. La persona usuaria no se encuentra presente o no participa en la sesión correspondiente para la que se realiza el registro.

No aplicable. No se aplica registro de asistencia para la sesión porque ésta no ha sido, por el motivo que fuere, impartida o porque el usuario aun no forma parte del grupo (p.ej. de asistencia a las sesiones impartidas durante el mes de enero para una persona que se incorpora al grupo en el mes de febrero, días festivo, etc.).

Justificada. La persona no está presente o no participa en la sesión para la que se realiza el registro, y aporta documentación justificativa de su ausencia o falta de participación.

El cómputo del porcentaje de asistencia será actualizado por los técnicos con una periodicidad mínima mensual, pudiendo de esta forma informar a las personas usuarias del estado de su asistencia y de la potencial necesidad de aportar documentación justificativa de las inasistencias. Dicho computo será, para cada persona usuaria, la resultante de dividir el número de sesiones en las que éste estuvo presente dividido por el número de sesiones totales impartidas sin tener en cuenta en esta última cantidad aquellas no aplicables o con inasistencia justificada. Serán consideradas como faltas de asistencia justificadas a las sesiones aquellas en las que se aporte documentación justificativa de alguno de los casos contenidos en el ANEXO Ib.

Al efecto el personal técnico registrará en la hoja correspondiente las faltas de las personas usuarias.

Observatorio "El Ejercicio te cuida".

Con la finalidad de contribuir a la generación del conocimiento, y difundir los resultados científicos derivados de la implementación del programa, la Fundación Jóvenes y Deportes promoverá la suscripción de un convenio de colaboración con entidades competentes en materia de investigación. Este convenio permitirá generar producción científica relacionada con el programa, así como la participación conjunta en proyectos afines a este en cuanto a sus objetivos. Las condiciones en las que dichas colaboraciones serán ejecutadas estarán mediadas por la oficina científico-técnica del programa, previa comunicación a la comisión mixta de seguimiento del convenio y en los términos en los que está los disponga.

Recursos Humanos y Distribución Horaria.

El número de profesionales técnicos del programa "El Ejercicio te cuida" asciende a 28 personas, 27 personas con el perfil de preparador físico en promoción de la salud, y una persona

como coordinadora de la oficina científico-técnica. Estas personas tienen una titulación universitaria superior (licenciatura o grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte) y sus condiciones laborales vienen reguladas en los Estatutos y normativa reglamentaria al efecto. Serán coordinadas por la Fundación Jóvenes y Deporte.

La distribución de su jornada se estructura en los siguientes conceptos:

Servicio	Concepto Aplicación del concepto al servicio de trabajo		Horas semanales
	Preparadores físicos en promoción de la salud		
Programas de ejercicio físico	Sesiones Gestiones	Dirección de sesiones	3h/grupo
		Planificación y entrega de sesiones	0,25h/semana
Evaluación de la condición física, calidad de vida y estilo de vida	Evaluaciones	Realización de las evaluaciones	1h/grupo de personas robustas). 0,5h/grupo de personas frágiles y prefrágiles
	Gestiones	Planificación y entrega de evaluaciones	0,25h semana
Promoción de la salud y el envejecimient o activo	Gabinete (asesoramie nto)	Atención en gabinetes que, para tal efecto, prestará el SEPAD en sus propias instalaciones	1,5h/semana
	Acciones EpS	De sensibilización, información y EpS relacionados con la actividad física	
	Eventos Promoción	Eventos relacionados con la promoción del programa	

Carga no vinculada a ningún servicio en particular	Gestiones varias Desplazamie nto	Reuniones con otros agentes	0,25h/semana Variable y a determinar

por la coordinación del programa

	Participación	Reuniones presenciales, reuniones a distancia, realización y entrega de tareas en grupos de trabajo derivadas de los grupos de trabajo	0,25h/semana
Servicio	Concepto Aplicación del concepto al servicio de trabajo		Horas semanales
	Coordinación de oficina científico-técnica		
Coordinación científicotécnica del programa	Planificación y coordinación científicotécnica	Planificación y actualización técnica del programa, sus protocolos y documentos reguladores; participación en la Comisión Mixta; y apoyo técnico-organizativo a la coordinación en materia de horarios, recursos materiales y propuestas de actuación.	9 h
Seguimiento científicotécnico	Asesoramiento y seguimiento técnico	Apoyo al personal técnico; atención de consultas e incidencias científico-técnicas; información a los agentes sanitarios y sociosanitarios; participación técnica en reuniones y valoración de propuestas relacionadas con la aplicación y promoción del programa.	7 h
Información y evaluación	Gestión de datos, evaluación y documentaci ón técnica	Diseño y mantenimiento de los sistemas de información; recogida, revisión, consolidación y análisis de datos; definición de indicadores; evaluación de resultados, eficiencia y funcionamiento; y elaboración de memorias, informes y propuestas de mejora.	14 h

La implementación del programa en las distintas zonas está condicionada por multitud de factores que podrían llevar a una imposibilidad manifiesta de cumplir con todos los parámetros de este por parte del personal trabajador. En este sentido, cada situación de flexibilización de los parámetros deberá ser comunicada a la coordinación general del programa de manera razonada, quien a su vez propondrá las medidas pertinentes para la consecución de los objetivos marcados, comprometiéndose la persona trabajadora, a hacer un seguimiento de las causas que generan la imposibilidad de cumplimiento de los parámetros con la finalidad de acomodar a los mismos el desarrollo del programa en cuanto sea posible.

Así mismo la persona encargada de la coordinación general del programa y la coordinación de la oficina científico-técnica comunicará a la comisión mixta de seguimiento cada situación de flexibilización de los parámetros y en qué sentido se propone flexibilizarlo.

Como parte de la estrategia de mejora continua se establecerá un mínimo de una acción de formación durante la vigencia del programa, que permita al personal técnico del su reciclaje y adquisición de competencias, que favorezcan la participación en tareas relacionadas con procesos de investigación-acción vinculadas al programa.

Evaluación del Programa.

Por parte de la comisión de mixta de seguimiento del programa, se establecerán indicadores de evaluación cuantitativos y cualitativos medibles y coherentes que permitan conocer el grado de consecución de los objetivos establecidos y el impacto en la población destinataria del programa, desagregándolo por sexo y franjas de edad.

En caso de necesidades de interrupción del servicio en su modalidad presencial, la modalidad virtual ya desarrollada en ocasiones anteriores será evaluada en términos de estadísticas relacionadas con el número de visualizaciones, seguidores, tiempo de visualización y cuantos indicadores sean acordados por la comisión mixta de seguimiento.

La persona encargada de la coordinación científico-técnica del programa realizará un informe de evaluación anual del programa que deberá constar de dos partes una referida a la progresión de las personas usuarias del programa y a la efectividad del mismo, y otras relacionadas con el funcionamiento del programa en cada una de las zonas salud deportivas: seguimientos realizados, existencia de incidencias, coordinación con atención primaria, creación de nuevos grupos (fragilidad,pre-fragilidad), gestión de listas de espera, intervenciones programadas acciones EPS y eventos.

Temporalización y Recursos Económicos Destinados al Desarrollo del Programa.

El coste total del programa "El Ejercicio te cuida" para la anualidad 2026 (del 1 de enero al 31 de diciembre), recogido en el Anexo Ia, asciende a la cantidad de 1.602.000 euros y está cofinanciado de la siguiente manera:

— El Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia de la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia de la Junta de Extremadura, tiene reconocida una transferencia específica a favor de la Fundación Jóvenes y Deporte para financiar el programa "El Ejercicio te cuida" con cargo al centro gestor 110060000, aplicación presupuestaria G/232A/44000, programa 20230234, por un importe de un millón treinta mil euros (1.030.000,00 €) financiando el 64,2946% del coste total del programa.

— La Fundación Jóvenes y Deportes de la Consejería de Cultura, Turismo, Jóvenes y Deportes de la Junta de Extremadura, con fondos propios por un importe de quinientos setenta y dos mil euros (572.000 €) financiando el 35,7054% del coste total del programa.

Entidades Implicadas en el Desarrollo del Programa y Competencias.

Respecto a las entidades que intervienen en el programa son las que se indican a continuación:

— La Fundación Jóvenes y Deporte que actúa como agente gestor del programa, a través de la coordinación general del programa, y forma parte de la comisión mixta de seguimiento del convenio.

— El Servicio Extremeño de Salud (SES), cuya contribución se concreta en remitir a los centros de Salud de las localidades adscritas al programa información sobre el mismo y un protocolo de actuación que tienen que seguir para derivar pacientes al personal técnico del programa que esté en la zona. Esta es la principal contribución que realiza el SES al programa "El Ejercicio te cuida", dada la importancia de informar al personal sanitario de los centros de salud de la existencia del programa, de los beneficios que tiene y del lugar clave de la derivación al programa como eje preventivo para la dependencia.

Para el caso de las personas usuarias potenciales de mutualidades administrativas y adscritas a seguro privado se realizará de forma equiparable y con relación al acuerdo al convenio firmado (BOE 42, de 17 de febrero de 2024) Asegurando del cumplimiento de los criterios de inclusión por parte de la persona derivada, e incluyendo un modelo de derivación oficial facilitado por su mutualidad.

— Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia (SEPAD).

1. Como órgano participante en la comisión mixta de seguimiento del presente convenio, realiza la supervisión de las actuaciones implementadas y propone, en coordinación con la Dirección General de Jóvenes y Deportes cuantas medidas se consideren oportunas para la adecuada gestión y mejora del programa.

2. A través de sus centros de mayores de gestión directa presta el espacio físico adecuado para el desempeño del trabajo del personal técnico del programa, así como para la evaluación y los gabinetes (asesoramientos) y sesiones presenciales en aquellos centros que reúnan las condiciones adecuadas. Además, el personal técnico de los centros de mayores podrá realizar una labor intermediación y de orientación informando a las personas usuarias del centro de mayores que consideren susceptibles de incorporarse al programa para que acudan a la consulta de su médico de atención primaria y soliciten la inclusión en el mismo.

3. Facilita la difusión del programa y coopera con el personal técnico del programa, en aquellos casos en que se decida en el seno de la comisión mixta de seguimiento, en el diseño y desarrollo de intervenciones y eventos programados.

— Los Ayuntamientos u otras entidades participantes en el programa. La Fundación Jóvenes y Deporte en aquellos casos en los que no se disponga de espacios en los centros de mayores promoverá la realización de convenios con Ayuntamientos u otros organismos y entidades para la cesión de espacios necesarios para el desarrollo del programa (pabellones, salas con dimensiones adecuadas, piscinas, parques, patios u otros espacios abiertos).

— Oficina científico-técnica. La persona responsable de la coordinación científicotécnica es una persona contratada por la Fundación Jóvenes y Deporte que elabora y presenta a los diferentes agentes involucrados (equipos de atención primaria, personal técnico del programa, responsables municipales y centros de mayores SEPAD) el programa general y sus protocolos específicos de actuación. También se ocupa de formar sobre el sistema de las evaluaciones y sobre las características de los grupos de fragilidad; y recoge y trata la información científico-técnica emanada del programa para la investigación y divulgación. Así mismo es la encargada de elaborar informes sobre la eficiencia y funcionamiento del programa.

Zonas y Localidades Participantes en el Desarrollo del Programa.

La reorganización del mapa del presente programa llevada a cabo con efectos a 1 de enero de 2023 ha pretendido incrementar la prestación del servicio a la red de centros de Mayores de gestión directa del SEPAD, asegurando así la presencia del programa en todos los municipios que cuentan con este tipo de centros en la región, y priorizando la prestación del servicio en los mismos. Además, se han incorporado a dicho mapa todos los municipios de más de 4000 habitantes de la región. La relación de zonas incluye por tanto un total de 58 municipios tal y como a continuación se enumeran:

Zona 1: MORALEJA, CORIA.

Zona 2: MONTEHERMOSO, HERVÁS.

Zona 3: PLASENCIA, MALPARTIDA DE PLASENCIA.

Zona 4: NAVALMORAL DE LA MATA, TALAYUELA, JARAIZ DE LA VERA.

Zona 5: ALCÁNTARA, VALENCIA DE ALCÁNTARA.

Zona 6: ARROYO DE LA LUZ, MALPARTIDA DE CÁCERES, CASAR DE CÁCERES.

Zona 7: CÁCERES.

Zona 8: SAN VICENTE DE ALCÁNTARA, ALBURQUERQUE.

Zona 9: TRUJILLO, ALCUÉSCAR, MIAJADAS.

Zona 10: VILLANUEVA DE LA SERENA, NAVALVILLAR DE PELA.

Zona 11: BADAJOZ.

Zona 12: MONTIJO, TALAVERA.

Zona 13: PUEBLA DE LA CALZADA, ARROYO DE SAN SERVÁN.

Zona 14: MÉRIDA.

Zona 15: CALAMONTE, GUAREÑA.

Zona 16: DON BENITO.

Zona 17: TALARRUBIAS, CABEZA DEL BUEY.

Zona 18: CASTUERA, QUINTANA DE LA SERENA, CAMPANARIO.

Zona 19: OLIVENZA, VALVERDE DE LEGANES, BARCARROTA.

Zona 20: ALMENDRALEJO, ACEUCHAL.

Zona 21: FUENTE DEL MAESTRE, SANTA MARTA DE LOS BARROS, NOGALES *.

Zona 22: VILLAFRANCA DE LOS BARROS, HORNACHOS.

Zona 23: AZUAGA, GRANJA DE TORREHERMOSA, CAMPILLO DE LLERENA.

Zona 24: ZAFRA, LOS SANTOS DE MAIMONA.

Zona 25: JEREZ DE LOS CABALLEROS, OLIVA DE LA FRONTERA.

Zona 26: FREGENAL DE LA SIERRA, BURGUILLOS DEL CERRO.

Zona 27: LLERENA, FUENTE DE CANTOS, MONESTERIO.

* Excepción por particularidad y necesidad de prestación del servicio a las personas mayores usarías de la localidad.

Referencias Bibliográficas.

Craft, L. L., & Landers, D. M. (1998). The effect of exercise on clinical depression and depression resulting from mental illness: A meta-analysis. Journal of Sport and Exercise Psychology, 20(4), 339–357.

Dempsey, P. C., Friedenreich, C. M., Leitzmann, M. F., Buman, M. P., Lambert, E., Willumsen, J., & Bull, F. (2020). Global public health guidelines on physical activity and sedentary behavior for people living with chronic conditions: a call to action. Journal of Physical Activity and Health, 18(1), 76–85.

Fernández-García, Á. I., Gómez-Cabello, A., Gómez-Bruton, A., Moradell, A., NavarreteVillanueva, D., Pérez-Gómez, J., González-Gross, M., Ara, I., Casajús, J. A., & VicenteRodríguez, G. (2022). Effects of multicomponent training and detraining on the fitness of older adults with or at risk of frailty: Results of a 10-month quasi-experimental study. European Journal of Sport Science, 1–14.

Fernández-García, Á. I., Gómez-Cabello, A., Moradell, A., Navarrete-Villanueva, D., Pérez-Gómez, J., Ara, I., Pedrero-Chamizo, R., Subías-Perié, J., Muniz-Pardos, B., & Casajús, J. A. (2020). How to improve the functional capacity of frail and pre-frail elderly people? Health, nutritional status and exercise intervention. The EXERNET-elder 3.0 project. Sustainability, 12(15), 6246.

González, K., Fuentes, J., & Márquez, J. L. (2017). Physical inactivity, sedentary behavior and chronic diseases. Korean Journal of Family Medicine, 38(3), 111.

Gusi, N., Prieto, J., Olivares, P. R., Delgado, S., Quesada, F., & Cebrián, C. (2012). Normative fitness performance scores of community-dwelling older adults in Spain. Journal of Aging and Physical Activity, 20(1), 106–126.

Kohl, H. W., Craig, C. L., Lambert, E. V., Inoue, S., Alkandari, J. R., Leetongin, G., & Kahlmeier, S. (2012). The pandemic of physical inactivity: global action for public health. The Lancet, 380(9838), 294–305.

Mikkelsen, K., Stojanovska, L., Polenakovic, M., Bosevski, M., & Apostolopoulos, V. (2017). Exercise and mental health. Maturitas, 106, 48–56.

Nascimento, C. M., Ingles, M., Salvador-Pascual, A., Cominetti, M. R., Gomez-Cabrera, M. C., & Viña, J. (2019). Sarcopenia, frailty and their prevention by exercise. Free Radical Biology and Medicine, 132, 42–49.

Stathopoulou, G., Powers, M. B., Berry, A. C., Smits, J. A. J., & Otto, M. W. (2006). Exercise interventions for mental health: a quantitative and qualitative review. Clinical Psychology:

Science and Practice, 13(2), 179.

WHO. (2002). Innovative care for chronic conditions: building blocks for actions: global report (Issue WHO/MNC/CCH/02.01). World Health Organization.

ANEXO Ia

PRESUPUESTO 2026 PROGRAMA "EL EJERCICIO TE CUIDA"

	INGRESOS
FUNDACIÓN JÓVENES Y DEPORTE	572.000
SEPAD	1.030.000
TOTAL	1.602.000

	GASTOS	SEPAD	FUNDACIÓN
SUELDOS	1.140.000	1.030.000	110.000
SEGURIDAD SOCIAL	390.000		390.000
OTROS (Desplazamientos...)	72.000		72.000
TOTAL	1.602.000	1.030.000	572.000

DESGLOSE DE LOS GASTOS REGULARES

	27 técnicos	1 coordinador	TOTAL MENSUAL	TOTAL ANUAL
Sueldo mensual	91.500	3.500	95.000	1.140.000
Seguridad Social Mensual	31.300	1.200	32.500	390.000
Gastos desplazamientos (Kilometraje)*	6.000		6.000	72.000
	128.800	4.700	133.500	1.602.000

*Esta partida se ha calculado en función de los desplazamientos que cada técnico tiene que realizar dentro de la zona que tiene asignada para impartir las clases. Tal y como aparece detallado en el Anexo Técnico, cada zona está compuesta por varias localidades. Una localidad principal o de cabecera desde la cual, se calculan los desplazamientos desde dónde el técnico se traslada de una localidad a otra para poder impartir las clases. Cada kilometraje se paga a 0,26 euros.

ANEXO Ib

FALTAS JUSTIFICADAS

Serán consideradas como justificadas aquellas faltas de asistencia a las sesiones de ejercicio físico para las que se aporte documentación justificativa de alguno de ellos siguientes casos:

— Bajas por incapacidad temporal o baja médica que imposibilite la realización de la actividad.

— Visitas médicas que no tengan opción de cambio de fecha, citación de juzgados, comisarias,

— Delegación del Gobierno, revisión de armas, renovaciones del documento nacional de identidad, número de identificación de extranjero o del pasaporte y otros trámites necesarios en organismos oficiales, siempre y cuando no se trate de citas solicitadas por el interesado.

— Examen o renovación del carné de conducir, siempre y cuando no se trate de citas solicitadas por el interesado.

— Asistencia a reuniones de órganos de gobierno y comisiones dependientes de estos, de los que formen parte como cargo electivo, como concejal o concejala, o parlamentario o parlamentaria, siempre que se haya solicitado la compatibilidad de acuerdo con la Ley 53/1984, de 26 de diciembre, de incompatibilidad del personal al servicio de las administraciones públicas.

— El cumplimiento de los deberes ciudadanos derivados de una consulta electoral.

— Imprevistos sobrevenidos o fuerza mayor, que será la comisión de seguimiento del acuerdo, creada, al efecto, la que valide estos motivos.

ANEXO Ic

CONSENTIMIENTO INFORMADO DE INCORPORACIÓN Y PERMANENCIA EN EL PROGRAMA "EL EJERCICIO TE CUIDA"

D./Dña. ....., con DNI núm. ....., en calidad de persona derivada al Programa "El Ejercicio te Cuida" por el personal sanitario de mi centro de Atención Primaria del Servicio Extremeño de Salud o de la mutualidad correspondiente, y encontrándome en pleno uso de mis facultades físicas y psíquicas,

MANIFIESTO QUE HE SIDO INFORMADO/A de las características del Programa y, en consecuencia:

ENTIENDO que "El Ejercicio te Cuida" es un programa de promoción de la salud a través de la actividad física, dirigido a personas mayores de 55 años, con el objetivo de mejorar su calidad de vida, fomentar el envejecimiento activo y prevenir situaciones de dependencia.

CONSIENTO, como condición indispensable para participar en el programa, que el/la profesional técnico/a de referencia realice una evaluación inicial de mi condición física y funcional conforme a los siguientes parámetros:

— Valoración antropométrica y de la composición corporal: talla, peso, perímetros corporales (brazo, pantorrilla, cintura y cadera), y estimación del porcentaje de masa grasa y muscular.

— Valoración del rendimiento físico mediante pruebas estandarizadas de equilibrio, marcha y fuerza de los miembros inferiores.

— Aplicación de escalas y cuestionarios de salud, estado funcional, estilo de vida y calidad de vida.

Con el fin de asignarme al grupo más adecuado o en caso de no alcanzar o superar los parámetros de inclusión, derivarme al recurso más adecuado y/o proporcionarme orientación sobre la práctica de actividad física acorde a los resultados arrojados.

COMPRENDO Y ACEPTO las condiciones generales de incorporación y permanencia en el Programa, que se resumen en los siguientes puntos:

— La inclusión en el programa dependerá de los resultados obtenidos en la evaluación inicial, que determinarán mi asignación a un grupo funcional adecuado. Existen distintos tipos de grupos en función del nivel de condición física, con un número máximo de plazas: hasta 15 personas en grupos específicos para situaciones de fragilidad y hasta 45 en grupos de personas robustas.

— En caso de no haber plazas disponibles en el grupo correspondiente de mi localidad, pasaré a formar parte de una lista de espera. El orden de esta lista vendrá determinado por la puntuación obtenida en la evaluación funcional, priorizando a quienes presenten mayor necesidad, y, en caso de empate, por el orden de inscripción.

— Las sesiones grupales de ejercicio físico tendrán una duración de 1 hora y se desarrollarán tres veces por semana, en días y espacios asignados por el personal técnico de la zona.

— El personal técnico realizará una nueva evaluación periódica (cada 6 o 12 meses, según el grupo asignado) para valorar mi evolución y determinar, en su caso, la continuidad o cambio de grupo dentro del programa.

CONOZCO Y ACEPTO que mi participación en el Programa podrá finalizar por alguna de las siguientes circunstancias:

— Falta de asistencia injustificada superior al 25% de las sesiones impartidas en un periodo de seis meses, especialmente en caso de que exista lista de espera activa.

— Cambios en mi estado de salud o situación funcional que, a juicio del personal técnico, puedan comprometer mi seguridad durante la realización de las actividades físicas programadas.

— Conductas reiteradas disruptivas o inadecuadas que dificulten el desarrollo normal de la actividad grupal y perjudiquen la convivencia del grupo.

HE SIDO INFORMADO/A de que mis datos personales serán tratados conforme a lo establecido en el Reglamento (UE) 2016/679, General de Protección de Datos (RGPD), y en la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, con las siguientes condiciones:

— Responsable del tratamiento: Fundación Jóvenes y Deporte Dirección: Avenida Valhondo, s/n. Edificio Mérida III Milenio, Módulo 4, 4ª Planta. 06800 Mérida. Correo electrónico: juridico@fundacionjd.com

— Finalidad: Evaluar mi condición física y funcional, asignarme a un grupo de actividad física si procede, realizar el seguimiento de mi evolución en el programa y llevar a cabo análisis estadísticos con fines de evaluación y mejora del mismo. También se podrán generar informes y estudios científicos relacionados con el programa, siempre utilizando datos agregados y correctamente anonimizados que impidan la identificación de las personas participantes, siguiendo las consideraciones éticas de la Declaración de Helsinki.

— Legitimación: Consentimiento del interesado y cumplimiento de una misión realizada en interés público.

— Conservación de los datos: Durante el tiempo necesario para cumplir con la finalidad indicada y de acuerdo con la normativa aplicable en materia de archivos y documentación.

— Destinatarios: Mis datos podrán ser comunicados a otros organismos públicos únicamente cuando lo exija una norma legal o reglamentaria.

— Derechos: Podré ejercer mis derechos de acceso, rectificación, supresión, limitación, oposición y portabilidad mediante solicitud dirigida a la dirección indicada o a través del canal habilitado por la Junta de Extremadura. También tengo derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que ello afecte a la licitud del tratamiento previo a su retirada.

DECLARO haber leído, comprendido y recibido copia del presente documento de consentimiento informado, manifestando mi conformidad con su contenido y aceptando las condiciones de participación en el Programa "El Ejercicio te Cuida".

En ....., a ..... de ..... de .....

Firma de la persona participante:

.....

• • •