

Số: **06** /CT-BYTHà Nội, ngày **14** tháng **5** năm 2019**CHỈ THỊ****Về việc tăng cường vận động thể lực trong ngành y tế**

Theo Tổ chức Y tế thế giới, thiếu vận động thể lực là một trong bốn yếu tố nguy cơ hàng đầu gây tử vong trên toàn cầu. Vận động thể lực đầy đủ sẽ giảm 30% nguy cơ tử vong do mọi nguyên nhân; giảm từ 20 - 40% nguy cơ mắc các bệnh tim mạch, đái tháo đường, ung thư đại trực tràng và ung thư vú ở phụ nữ; giảm nguy cơ mắc trầm cảm, phòng ngừa bệnh loãng xương, cải thiện trí nhớ và giúp kiểm soát cân nặng.

Tại Việt Nam hiện nay, có khoảng 30% người trưởng thành thiếu vận động thể lực. Đây là một trong những yếu tố nguy cơ làm gia tăng nhanh gánh nặng bệnh không lây nhiễm, ảnh hưởng đến thể chất, tinh thần và làm giảm tuổi thọ của người dân. Nhằm góp phần phòng, chống bệnh tật, nâng cao sức khỏe, tâm vóc, tuổi thọ và chất lượng cuộc sống của người dân, ngày 02 tháng 9 năm 2018, Thủ tướng Chính phủ đã ban hành Quyết định số 1092/QĐ-TTg về việc phê duyệt Chương trình Sức khỏe Việt Nam, trong đó vận động thể lực là một trong những lĩnh vực ưu tiên. Ngành y tế cần phải gương mẫu tiên phong thực hiện để tạo hành động lan tỏa đến từng người dân, cộng đồng và toàn xã hội.

Bộ trưởng Bộ Y tế yêu cầu các cơ quan, đơn vị và cá nhân trong toàn ngành nghiêm túc thực hiện những nội dung sau:

**1. Các hoạt động chủ yếu:**

a) Tổ chức phát động và triển khai tập thể dục cho toàn thể cán bộ, công chức, viên chức và người lao động phù hợp với đặc thù công việc của cơ quan, đơn vị, bao gồm tập trong lúc giải lao của các buổi họp, giao ban; tập lúc giải lao buổi sáng, buổi chiều trong giờ làm việc. Bài mẫu gợi ý tập thể dục giữa giờ (thời lượng 3 phút) đã được Bộ Y tế và Tổ chức Y tế thế giới khuyến cáo và đăng tải trên trang web của Trung tâm Truyền thông giáo dục sức khỏe Trung ương, Bộ Y tế theo địa chỉ: <http://t5g.org.vn/>.

b) Vận động cán bộ, công chức, viên chức và người lao động tích cực thực hiện vận động thể lực với các hình thức phù hợp như đi bộ 10.000 bước chân mỗi ngày hoặc luyện tập thể dục, thể thao và các hình thức vận động khác tối thiểu 30 phút mỗi ngày.

c) Đẩy mạnh tuyên truyền, vận động, hướng dẫn người dân tăng cường vận động thể lực với các hình thức phù hợp cho sức khỏe.

d) Tổ chức cung cấp các dịch vụ tư vấn sức khỏe, dinh dưỡng và vận động thể lực cho người bệnh tại các cơ sở y tế và người dân tại cộng đồng, đặc biệt là đối với người có nguy cơ cao và người mắc các bệnh mạn tính.



đ) Bảo đảm các điều kiện về cơ sở vật chất, trang thiết bị cho cán bộ, công chức, viên chức và người lao động tham gia vận động thể lực tại cơ quan, đơn vị; kiểm tra, đôn đốc việc thực hiện đồng thời động viên khen thưởng kịp thời các tổ chức, cá nhân gương mẫu và tích cực tham gia thực hiện tại cơ quan, đơn vị và cộng đồng.

2. Tổ chức thực hiện:

a) Cục Y tế dự phòng có trách nhiệm:

- Đầu mối xây dựng các hướng dẫn về tăng cường vận động thể lực.
- Đôn đốc, theo dõi, kiểm tra việc thực hiện Chỉ thị này và định kỳ tổng hợp, báo cáo Bộ trưởng Bộ Y tế.

b) Vụ Truyền thông và Thi đua khen thưởng có trách nhiệm:

- Đầu mối phối hợp với các đơn vị thuộc, trực thuộc Bộ Y tế và các cơ quan truyền thông báo chí tăng cường phổ biến kiến thức, tuyên truyền vận động người dân tích cực tham gia vận động thể lực, nâng cao sức khỏe.
- Chỉ đạo các cơ quan báo chí thuộc, trực thuộc Bộ và các đơn vị truyền thông giáo dục sức khỏe trong ngành y tế xây dựng các chuyên trang, chuyên mục tuyên truyền về tăng cường vận động thể lực.
- Đầu mối phối hợp với các đơn vị liên quan xem xét, đề xuất khen thưởng cho các tập thể, các nhân có thành tích tích cực tham gia vận động thể lực.

c) Giám đốc Sở Y tế các tỉnh, thành phố trực thuộc Trung ương có trách nhiệm quán triệt, tổ chức triển khai thực hiện các nội dung của Chỉ thị này đến tất cả các đơn vị thuộc thẩm quyền quản lý từ tuyến tỉnh cho đến xã, phường, kể cả các trường đại học, cao đẳng, trung cấp trong lĩnh vực y, được đóng trên địa bàn.

d) Đề nghị Công đoàn Y tế Việt Nam căn cứ Chỉ thị này phát động và chỉ đạo công đoàn cơ sở trực thuộc và Công đoàn ngành y tế các tỉnh, thành phố tổ chức triển khai phong trào vận động thể lực bằng các hình thức phù hợp với địa phương, đơn vị mình.

Nhận được Chỉ thị này, Thủ trưởng các cơ quan, đơn vị khẩn trương tổ chức triển khai thực hiện và định kỳ hằng năm báo cáo Bộ Y tế (Cục Y tế dự phòng)./.

**Nơi nhận:**

- Văn phòng Chính phủ;
- Các Thứ trưởng;
- Các Vụ, Cục, VPB, TTrB, TCDS;
- Các đơn vị thuộc và trực thuộc Bộ;
- Sở Y tế các tỉnh, thành phố trực thuộc TƯ;
- Y tế các ngành (để phối hợp);
- Trung tâm KSBT/YTDP/TTGDSK tỉnh, thành phố;
- Lưu: VT, DP.

**BỘ TRƯỞNG**



**Nguyễn Thị Kim Tiên**