

Por una Semana Europea del Deporte Libre de violencia

escrito por Sara Carbonell | octubre 4, 2024



freepick

La [Semana Europea del Deporte](#) se celebra del 23 al 30 de septiembre de cada año y engloba miles de eventos organizados por cientos de entidades asociadas en los países participantes. A lo largo de la Semana se puede asistir a actividades tales como programas de ejercicio en parques, torneos escolares, juegos, paseos y excursiones en bicicleta, jornadas de puertas abiertas en clubes deportivos, etc.

Celebrar este tipo de acciones es una maravillosa forma de animar a todas las personas y en especial a las niñas,

jóvenes y mujeres a practicar deporte ya que se sabe los beneficios muy diversos que aporta a la salud tales como [reducir el riesgo de sufrir deterioro cognitivo](#). Además la OMS junto con la OCDE apuntan que el aumento de la actividad física podría [evitar miles de muertes prematuras en la Unión Europea](#).

Sin embargo, no podemos olvidar que la violencia y el abuso sexual es una lacra que está presente en muy diversos entornos y el deporte no es una excepción. Los datos del Consejo de Europa en este sentido son alarmantes ya que 1 de cada 5 niños y niñas de Europa han sido víctimas de abusos sexuales y, lo dejan muy claro "[en el deporte también hay abuso](#)". Es por ello, que es tan necesario acceder a las [evidencias científicas](#) para que todas las personas sepamos cómo prevenir esta violencia que tiene consecuencias muy negativas para la salud y el bienestar a largo plazo.

Como familiares, podemos y debemos [estar informados y saber qué podemos hacer](#) para animar a nuestras hijas a hacer deporte en un entorno libre de violencia. Algunas de las claves ya las daba [Gloria Viseras](#) en la entrevista que salió publicada en este diario y es que las familias tienen que saber qué pueden permitir y qué no, tienen que aprender a conocer aquellos indicadores a los que debemos estar muy atentas y atentos.

El deporte aporta muchos beneficios pero debemos de construir entre todas y todos que llegue el día en el que sea un entorno en el que ningún tipo de abuso tenga cabida.