

身体活动曼谷宣言： 全球健康与可持续发展

第六届ISPAH国际身体活动
与公共健康代表大会

泰国·曼谷

2016年11月16日-19日

Hosted By



Co-Hosted By



参加泰国曼谷举行的每两年一届的（第六届）ISPAH 国际身体活动与公共健康大会¹的主办方和来自全球 72 个国家的与会代表们，以及 ISPAH 协会的会员们：

- a) **我们认识**：身体活动包含各种形式的人体运动和积极的生活方式（如步行、健身锻炼和运动竞赛），它是一种能够带来健康益处的自然行为。
- b) **我们支持**：非传染性疾病（NCDs）如二型糖尿病、心血管疾病、各类癌症、呼吸道疾病、痴呆症和不良的心理健康水平，都迫切地需要解决，它们导致了人们出现了过早死亡、疾病和残疾等健康问题，并给整个国家带来了沉重的社会和经济负担。
- c) **我们重申**：身体活动不足是一种导致非传染性疾病发生的关键性风险因素，身体活动也是减少非传染性疾病策略中的重要基石，这一点在世界卫生组织（WHO）发布的《2013-2020 年预防控制非传染性疾病行动计划草案》ⁱⁱ中已做了明确地说明。
- d) **我们呼吁**：身体活动不足是一种全球性的普遍现象，并在这些满足了 WHO 身体活动水平全球建议ⁱⁱⁱ的人群中存在不公平性，尤其是关于性别、残疾、地区和社会经济的不同，且这种不公平性存在于生命历程的各个阶段。
- e) **我们指出**：减少身体活动不足已成为全球各类健康促进项目的重要策略，比如“终止儿童期肥胖委员会(WHO Commission on Ending Childhood Obesity, 2016)”、“2016-2025 十年营养行动决议(Decade of Action on Nutrition, 2016-2025)”、“新城市健康决议(New Urban Health Agenda)”、“可持续交通发展 (Mobilizing Sustainable Transport for Development)”、“每个妇女，每个儿童 (Every Woman Every Child, 2010)”和“痴呆症全球行动计划草案 (Global Action Plan on Dementia, 2015)”^{iv}。
- f) **我们关注**：这些行动提供支持性的环境来减少身体活动不足以及提供协同效应和共同利益，能够显著地降低医疗成本，增加经济生产力，进而将资金有效地投向交通、旅游等高投资收益率的领域。
- g) **我们强调**：社会和环境的改变是导致身体活动不足的重要推手，科技进步、全球化和城市化改造了人们的生活、工作、交通出行和休闲娱乐的方式，转而增加了人们久坐行为的水平。
- h) **我们声明**：全球范围内对于改善身体活动不足的努力还远远不够，尽管这些努力对预防非传染性疾病发挥了一定的积极作用，但仍然迫切地需要加强，并进一步提供经济支持，优先发展和实施实证性的国家性的身体活动促进计划，确保各国人群都能达到 WHO 提出地发展目标，即全球范围内儿童和成年身体活动不足的比例到 2025 能够降低 10%^v。

我们已经意识到优先发展和实施身体活动促进计划的时机到来了，这将能够支持和促进身体活动不足状况的改善，并帮助人们达到 2030 可持续发展议程的目标（2030 Agenda for Sustainable Development, SDGs），即：

- ◆ **SDG 3 确保健康的生活方式和促进各年龄段人群的福祉**：政策行动应跨越多元化的环境，促进人们身体活动水平的提升，从而减少非传染性疾病的发生（目标 3.4）；提供支持身体活动的基础设施，使得各年龄段人群都能够公平地获取安全的步行、骑车和公共交通工具资源，从而减少交通事故的发生，尤其是对于步行者和骑自行车的人群（目标 3.6）；降低汽车的使用率来提升空气质量（目标 3.9）。
- ◆ **SDG 4 优质教育**：政策行动应保障、监控和公平地提供学龄前和学龄儿童优质的体育课程、身体活动促进项目以及相适应的环境，它们应该是具有包容性的，能够促进男生和女生发展体育素养、基础运动能力、知识、态度、习惯和享受身体活动的积极体验，从而加强为他们接受初级教育的准备工作（目标 4.2），提升教育成效（目标 4.1）。



Action on Physical Activity can contribute to achieving 8SDG

- ◆ **SDG 5 男女平等**：政策行动应在妇女和女童生命历程的各个阶段提供安全、便利地参与运动的机会，尤其对于那些边缘化的和弱勢的群体，从而消除运动和身体活动方面存在的性别歧视（目标 5.1）。
- ◆ **SDG 10 减少不平等现象**：政策行动应最大化地发挥运动和身体活动项目（包括重大的体育赛事）在增强人的包容性和权能方面的潜能，进而促进人们融入到社会、经济和政治等各个方面，而不论个体特征上存在何种差异（目标 10.2），确保人们的机会均等（目标 10.3）。
- ◆ **SDG 11 包容的、安全的、弹性的以及可持续性的城市和社区**：城市及其交通规划的发展、实施和监控都要求城市和地区进行整体设计，以供人们公平地享用安全的、负担得起的步行和骑自行车的基础设施，以及公共开放空间和娱乐设施，从而促进可持续的交通系统的建立（目标 11.2）；加强城市化发展的包容性和持续性（目标 11.3）；降低城市产生的环境影响（目标 11.6）以及实现普遍地开放城市绿地和公共空间（目标 11.7）。
- ◆ **SDG 13 气候变化**：土地使用和交通政策通过结合财政、环境和教育方面的干预，来支持所有人群的步行、骑自行车及使用公共交通，从而减少矿物燃料（煤、石油、天然气）的使用量和减缓气候变化（目标 13.1），改善教育、意识以及人力资源与机构能力进而减缓和应对气候的变化（目标 13.2）。
- ◆ **SDG 15 陆地生态**：政策行动应确保儿童和成人充分地利用自然环境进行身体活动、休闲娱乐和游戏玩耍，从而加强对土地、生物多样性及陆地和内陆淡水生态系统的持续利用、保护和恢复（目标 15.1；目标 15.5）。
- ◆ **SDG 16 公正、和平与包容的社会**：政策行动应挖掘运动所特有的功能来培育积极的社会价值观念，如尊重他人、公平正直，并通过运动将不同年龄、性别、社会经济状态、国籍和政治信仰的人们联结起来，从而减少暴力和冲突（目标 16.1），贪污与贿赂（目标 16.5），以及促进非歧视性法律和政策发展（目标 16.b）。

“曼谷宣言”所倡导的行动将在一定程度上有助于实现这些实证性的、经济有效的和持续性的发展目标，从而推动国家、社会和个人的各个层面落实人们每天进行身体活动的构想。

身体活动曼谷宣言：全球健康与可持续性发展得到了第六届 ISPAH 国际身体活动与公共健康大会的各国参会代表、决策管理者、捐助机构和利益攸关方（世界卫生组织、联合国以及所有相关的非政府公益组织）的拥护：

1. **重申使命和承诺，投入更多精力，大规模、大踏步地实施和推进政策行动，以减少整个生命历程中的身体活动不足情况，进而减轻非传染性疾病带来的负担，并实现 2030 议程目标（SDGs 目标 3、4、5、10、11、13、15、16）：**减少身体活动不足的行动计划要求优化多部门的领导与合作，以及持续的承诺与有针对性的资源配置。来自政府健康相关部门的投资应该最大化地确保在一个完整的系统框架下，在国家和地方层面实施实证性的运行操作方法。这些方法应该是跨部门的，并能够识别各个行业的政治和经济驱动力的边界，比如劳动就业、旅游、城镇建设、交通规划、教育、健康、运动与文化领域。
2. **建立全国性的多部门参与和协调平台：**所有国家都应开发和提供资源，实施整体性的全国身体活动行动计划。这些计划应包含吸引多个利益相关部门参与和促进潜在的可持续与协同发展的机制和资源，来提升计划的有效性，以此来减少性别、年龄、种族、民族、性取向、社会经济状态和残障人士等的健康不平等现象。
3. **发展全体员工的能力：**全员培训和发展是有效减少身体活动不足的基础性工作。这方面的能力建设应该是涉及多个专业，包括健康和社会保健从业者、城市规划者、建筑师、教师、运动与娱乐服务从业者、教育工作者、政策制定者和非政府组织。而相应的方法应该是被整合到本科、研究生和继续教育的各个环节之中，并考虑志愿者和社区管理者的实际需求。
4. **增加技术支持与经验分享：**许多国家要求技术援助和指导来支持全国性身体活动行动计划的发展、实施与评价，以及持续性伙伴关系的建立，这可能帮助实现全球性的合作与分享机制，而这种知识的传递和全球、地区和国家层面的专业网络也必然需要资金投入来驱动，进而帮助各国实现 2025 全球非传染性疾病预防与控制目标以及 2030 议程的总体目标。
5. **加强监控与督导：**身体活动项目进展、影响因素与政策实施情况的规律性地监控和报告，对于各个国家履行相关机构的责任，引导有效资源配置都是必要的手段和方法。然而，对于儿童、青年、老年人以及少数民族人群身体活动的监控存在着明显地“死角”。
6. **支持和促进合作、研究与政策评估：**研究学者和政策制定者应该进行更多地合作来开展工作，包括医学和社会的研究来推动实证性研究的发展，尤其要解决不同领域的专业知识（如跨多部门的经济分析），研究项目在不同人群中的实施，以及政策执行与评估之间的衔接问题。在减少身体活动不足的问题上更需要加强这类的合作，尤其是对于中等和低收入国家的人们。

我们推进了世界卫生组织、联合国、全球性健康机构和各级政府部门，以及城市行政官员与民间团体（学术界、专业机构、非政府组织、私人机构和媒体），共同发挥引领作用，使这些资源产生最大化的健康效益，满足健康与可持续发展的目标，有效地落实“身体活动曼谷宣言：全球健康与可持续发展”。

翻译与审校：宁波大学体育学院 郭强 博士

ⁱ The Bangkok Declaration on Physical Activity for Global Health and Sustainable development

ⁱⁱ Global action plan for the prevention and control of NCDs 2013-2020 - www.who.int/nmh/events/ncd_action_plan/en/

ⁱⁱⁱ WHO Global Recommendations on Physical Activity - www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/zh/

^{iv} WHO Commission on Ending Childhood Obesity - www.who.int/end-childhood-obesity/zh/, Decade of Action on Nutrition, 2016-2025 -

www.who.int/nutrition/decade-of-action/en/, New Urban Health Agenda (Habitat III) -

www.un.org/sustainabledevelopment/blog/2016/10/habitat-3-to-set-new-urban-development-agenda-creating-sustainable-equitable-cities-for-all/, Mobilizing Sustainable Transport for Development (2016) -

<https://sustainabledevelopment.un.org/index.php?page=view&type=400&nr=2375&menu=35>, Every Woman Every Child (2010) -

www.everywomaneverychild.org/, WHO Global Action Plan on Dementia (bozza 2016) - http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB140/B140_28-en.pdf?ua=1

^v Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development (Chinese version) - <https://sustainabledevelopment.un.org/post2015/transformingourworld>