



Ayuntamiento de
Valladolid

FUNDACIÓN
Intras

UVa

Jornada

Actividad Física & Salud Mental

Prevención, recuperación,
comunidad y proyectos de vida

**6 DE OCTUBRE
2026**

9:00 HORAS

**FACULTAD DE EDUCACIÓN
Y TRABAJO SOCIAL**

**UNIVERSIDAD DE
VALLADOLID**



**VALLA
DOLID
2026**

Ciudad Europea
del Deporte



Jornada

Actividad Física & Salud Mental

Prevención, recuperación,
comunidad y proyectos de vida

6 DE OCTUBRE 2026

9:00 HORAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO
SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID



Ayuntamiento de
Valladolid

FUNDACIÓN
Intras

UVa

¿Por qué estas jornadas?

La evidencia científica confirma el
impacto de la actividad física en:

- Inclusión social efectiva, fomento de la autonomía personal y continuidad en proyectos vitales.
- Incremento de la autoestima, ruptura del aislamiento, creación de red social, sentido de pertenencia y lucha contra el estigma.
- A nivel clínico y funcional beneficios directos en salud orgánica, bienestar neurológico y autorregulación fisiológica.

Sin embargo, las personas con problemas de salud mental siguen encontrando barreras estructurales, sociales y personales para acceder al deporte y la actividad física en igualdad de condiciones



Jornada

Actividad Física & Salud Mental

Prevención, recuperación,
comunidad y proyectos de vida

6 DE OCTUBRE 2026

9:00 HORAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO
SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID



Ayuntamiento de
Valladolid

FUNDACIÓN
Intras

UVa

Objetivos

Esta jornada pretende conectar evidencia científica, práctica profesional, experiencias reales y comunidad.

- Visibilizar la actividad física como instrumento clave en la prevención y recuperación en salud mental
- Compartir experiencias y buenas prácticas en el ámbito de la actividad física y en entornos comunitarios.
- Promover redes y alianzas locales para facilitar e impulsar el acceso comunitario a la actividad física y el deporte



Jornada

Actividad Física & Salud Mental

Prevención, recuperación,
comunidad y proyectos de vida

6 DE OCTUBRE 2026

9:00 HORAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO
SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID



Ayuntamiento de
Valladolid

FUNDACIÓN
Intras

UVa

programa

09:00 - 09:15

Recepción y acreditaciones

09:15 - 09:30

Apertura Institucional:
Ayuntamiento de Valladolid – Universidad de
Valladolid – Fundación INTRAS

09:30 – 10:15

Comunicación inicial "«Moverse sin barreras: el
deporte como derecho y motor de inclusión en
salud mental». "

Adolfo J. Cangas Díaz

Catedrático de Psicología Clínica en la Universidad
de Almería (UAL).

Investigador Principal del grupo "Psicología, Salud
y Educación" y miembro activo en proyectos de
innovación y desarrollo tecnológico aplicado a la
salud mental



Jornada

Actividad Física & Salud Mental

Prevención, recuperación,
comunidad y proyectos de vida

6 DE OCTUBRE 2026

9:00 HORAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO
SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID



Ayuntamiento de
Valladolid

FUNDACIÓN
Intras

UVa

programa

10:15 – 11:15

Mesa redonda:

Actividad física, recuperación y proyectos de vida.

Presenta: Jonatan Frutos. Universidad de Valladolid

Andrés López Pardo

Psiquiatra. Coordinador de la Unidad de Salud Mental del Área de Gestión Sanitaria de Osuna del Servicio Andaluz de Salud y responsable autonómico de Programas de la Fundación Pública Andaluza para la Integración Social de Personas con Enfermedad Mental (FAISEM). Presidente de AEDIR

David Marqués

Doctor en Promoción de la Autonomía y Atención Sociosanitaria a la dependencia. Servicio General de Reconocimiento de Grado de Dependencia. Consellería Servicios Sociales, Familia e Infancia. Generalitat Valenciana

Gustavo Martín

Innovación social en salud mental. Actividad física y salud mental. Fundación INTRAS

11:15 - 11:30

Descanso - café



Jornada

Actividad Física & Salud Mental

Prevención, recuperación,
comunidad y proyectos de vida

6 DE OCTUBRE 2026

9:00 HORAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO
SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID



Ayuntamiento de
Valladolid

FUNDACIÓN
Intras

UVa

programa

11:30 – 13:00

Mesa redonda: Experiencias de actividades físicas comunitarias de Fundación INTRAS con grandes compañeros de viaje...

Modera. Gustavo Martín. Fundación INTRAS.

Higinio Arribas y Diego Cosgaya.

Escalada para conectar. Universidad de Valladolid

Felipe Hermida.

Iniciación al Buceo. Escuela de Buceo Buen Azul. Valladolid

Javier Cano.

Senderismo Inclusivo. Club Deportivo Ojanco. Valladolid

Jose María Campos.

Baloncesto 3x3. Federación de Baloncesto de Castilla y León y Ayuntamiento de Burgos.

Alberto Prada.

Empatados. Sociedad Civil. Zamora
San Isidro Inclusivo. Estación de Esquí de San Isidro. León



Jornada

Actividad Física & Salud Mental

Prevención, recuperación,
comunidad y proyectos de vida

6 DE OCTUBRE 2026

9:00 HORAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO
SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID



Ayuntamiento de
Valladolid

FUNDACIÓN
Intras

UVa

programa

13:00 – 14:00

Mesa Redonda: El deporte federado y la salud mental

Moderada David Fernández. Universidad de Valladolid. Federación de Deporte Adaptado de Castilla y León

Marta Fernández Infante

Campeona paralímpica de natación Tokio 2020 y París 2024.

Juan Gabriel Ortega

Deportista y miembro de la Junta directiva Club Deportivo Duero.

Iziar Martínez

Escaladora de élite. Ganadora Copa Europa escalada 2026

Carolina del Bosque

Concejala de juventud del Ayuntamiento de Valladolid. Campaña Valladolid hace equipo.

14:00

Cierre sesión de mañana



Jornada

Actividad Física & Salud Mental

Prevención, recuperación,
comunidad y proyectos de vida

6 DE OCTUBRE 2026

9:00 HORAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO
SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID



Ayuntamiento de
Valladolid

FUNDACIÓN
Intras

UVa

programa

16:30 – 18:30

Talleres experienciales

Escalada para conectar.

Gimnasio Facultad de Educación y Trabajo Social.

Video foro. Documental Pedaladas.

Aula 4º educación social Facultad de Educación y Trabajo Social.

Baloncesto 3x3.

Polideportivo Rondilla (de 17:00 a 18:00)

**Retos cooperativos motrices y bienestar con
Estarivel**

Gimnasio Facultad de Educación y Trabajo Social.
Sala de Expresión corporal

18:45

Conclusiones y cierre



Jornada

Actividad Física & Salud Mental

Prevención, recuperación,
comunidad y proyectos de vida

6 DE OCTUBRE 2026

9:00 HORAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO
SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

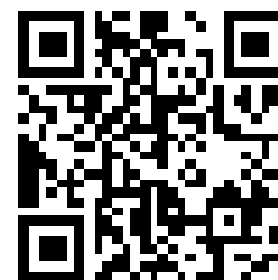


Ayuntamiento de
Valladolid

FUNDACIÓN
Intras

UVa

inscripciones



Gratuitas
Aforo limitado a 200 personas

Los talleres requieren de
inscripción previa

Se emitirán certificados de
aprovechamiento de las jornadas
para aquella persona inscrita que
lo necesite.



Jornada

Actividad Física & Salud Mental

Prevención, recuperación,
comunidad y proyectos de vida

6 DE OCTUBRE 2026

9:00 HORAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO
SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID



Ayuntamiento de
Valladolid

FUNDACIÓN
intras

UVa



**VALLADOLID
HACE EQUIPO**



Ju
vax

VALLA
DOLID 2026
Ciudad Europea
del Deporte



Teléfono de
la esperanza

El Puente
SALUD MENTAL
valladolid

FUNDACIÓN
intras



Jornada

Actividad Física & Salud Mental

Prevención, recuperación,
comunidad y proyectos de vida

6 DE OCTUBRE 2026

9:00 HORAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO
SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID



Ayuntamiento de
Valladolid

FUNDACIÓN
Intras

UVa



**VALLA
DOLID
2026**

Ciudad Europea
del Deporte



FUNDACIÓN
Intras



RiA **!S**

