



## Concluye en Las Torres de Cotillas una nueva edición del programa 'ACTIVA Familias'

*Su objetivo es luchar contra la obesidad infantil por medio de la prescripción de ejercicio físico por parte de los pediatras y médicos de familia*

23/06/17 – Las Concejalías de Sanidad y de Actividad Física y Deportes de Las Torres de Cotillas han clausurado una nueva edición del programa "ACTIVA Familias", cuyo objetivo es luchar contra la obesidad infantil por medio de la prescripción de ejercicio físico por parte de los pediatras y médicos de familia. Puesto en marcha de nuevo en colaboración con la Consejería de Sanidad del Gobierno regional, esta iniciativa cuenta con participación gratuita y se basa en la prevención. *"El espíritu del programa es educar y formar hábitos saludables mediante la promoción del ejercicio físico, ya que los niños y los adultos que no lo practican habitualmente tienen mayor riesgo de sufrir enfermedades"*, señala la concejal de Sanidad, Inmaculada Fernández.

*"Los niños participantes son supervisados en las instalaciones municipales por un monitor deportivo especializado y se inician de manera divertida en la práctica deportiva, al tiempo que se potencian sus habilidades sociales"*, explica el edil de Actividad Física y Deportes, Ginés Pérez, que participó en el acto de cierre del curso que se celebró el pasado 15 de junio en el 'State Sport Las Torres' y en el que los niños recibieron una medalla por su asistencia.

Este programa involucra también a la familia de los participantes, ya que los padres realizan junto a sus hijos el ejercicio físico dos días a la semana -de los cinco propuestos- y asisten a sesiones educativas que tratan sobre alimentación saludable, resolución de conflictos familiares, ejercicio físico saludable y escuela de padres. *"La nueva edición se realizará entre septiembre y junio, y los padres que estén interesados en que sus hijos participen se debe dirigir a su pediatra"*, adelanta Fernández.



### Otro 'ACTIVA'

Esta iniciativa es la continuación en el municipio del "Programa Activa", que desde octubre de 2012 persigue el mismo objetivo en colectivos de mayor edad con factores de riesgo cardiovascular, enfermedades crónicas, etc. Unas sesiones de actividad física de las que por ahora se han beneficiado más de 400 ciudadanos.

### +INFO