

# El Ayuntamiento torreño se suma al “Programa Activa” del Gobierno regional

*El objetivo de esta iniciativa en el municipio, que ha sido presentada hoy lunes 12 de noviembre, a es promover la actividad física entre la ciudadanía como estilo de vida saludable.*

El Ayuntamiento de Las Torres de Cotillas y la Consejería de Sanidad y Consumo –a través de la Fundación para la Formación e Investigación Sanitarias de la Región de Murcia (FFIS) han firmado un convenio de colaboración para promover la actividad física como estilo de vida saludable dentro del “Programa Activa”, enmarcado en el Plan de Salud Regional 2010-2015. Una propuesta que ha sido presentada en la mañana de hoy lunes 12 de noviembre por el alcalde torreño, Domingo Coronado, su concejal de Deportes, Ginés Pérez Iniesta, el coordinador de proyectos estratégicos de la Consejería de Sanidad, Asensio López, y el subdirector de continuidad de procesos asistencial del hospital “Morales Meseguer”, Gonzalo R. Sanz. “El objetivo es potenciar la actividad física a partir de la coordinación entre los médicos y enfermeros de Atención Primaria y el Ayuntamiento”, explica Pérez Iniesta, para lo que es básico “motivar a los ciudadanos para que lo integren en su rutina diaria como un hábito saludable”.

“Programas como éste son vitales para disminuir la tasa de obesidad, reducir la mortalidad por enfermedad isquémica o mejorar la calidad de vida de las personas que sufren tensión arterial o diabetes, entre otras patologías”, señala el edil torreño, que apunta que las actividades desarrolladas dentro del “Programa Activa” se realizarán en las instalaciones municipales con la presencia de un monitor en un periodo aproximado de diez semanas y en unas 30 sesiones para que los participantes puedan mejorar “progresivamente” su condición física y aprendan ejercicios y actividades que puedan hacer de forma autónoma.



## Poca actividad

Según los últimos datos publicados por la Encuesta de Salud del Instituto Nacional de Estadística, el 50 por ciento de los ciudadanos de la Región mayores de 20 años no hace ningún tipo de actividad física y el 20 por ciento de ellos son obesos. Con estos datos en la mano, la consejera destacó la importancia de incidir sobre la necesidad de adoptar hábitos sanos y hacer deporte para prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida de nuestros pacientes.

