



## Salud y deporte vuelve a ser la receta del nuevo curso del 'ACTIVA Familias' en Las Torres de Cotillas

*El objetivo de este programa es luchar contra la obesidad infantil con la prescripción de ejercicio físico por parte de los pediatras y médicos de familia*

19/09/17 – El programa "ACTIVA Familias" ha comenzado en la tarde de hoy martes 19 de septiembre una nueva edición en Las Torres de Cotillas. *"El objetivo es luchar contra la obesidad infantil: los pediatras y médicos de familia prescriben ejercicio a niños con sobrepeso o en riesgo de padecerlo, y la actividad deportiva se ofrece en nuestras instalaciones municipales dirigidas por un monitor especializado",* señala el concejal de Actividad Física y Deportes, Ginés Pérez, cuya área organiza junto a la Concejalía de Sanidad esta actividad en la que también colabora la Consejería de Sanidad. El edil, que ha dado la bienvenida a los participantes, destaca la importancia de 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"*.

Con participación gratuita y basado en la prevención, este programa se celebra en el pabellón del polideportivo municipal, se alargará hasta el mes de junio. *"Uno de sus objetivos es involucrar 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 y escuela de padres",* explica la concejal de Sanidad, Inmaculada 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