

## ACTIVIDAD FÍSICA Y HÁBITOS ALIMENTICIOS

# Profesional abordó objetivos del programa “Vida Sana”

**CURICÓ.** El profesor de Educación Física, Marcelo Jara, abordó el trabajo multidisciplinario que ejecuta el programa “Vida Sana”. En él, los usuarios pueden acceder a diversos profesionales, entre ellos, un médico, un nutricionista, un psicólogo y un profesor de Educación Física.

Ayudar a reducir los factores de riesgo relacionados a algunas enfermedades, como diabetes, hipertensión; además de generar hábitos alimenticios que permitan mantener una vida sana en los pacientes, son parte de los objetivos de dicho programa. “El programa apunta a personas que tengan sobrepeso, que estén inscritas en

algún Cesfam de la comuna, que sean Fonasa y personas que tengan sobrepeso, pero que no tengan ninguna enfermedad crónica asociada. El programa excluye personas con hipertensión y con diabetes”, dijo Marcelo Jara, quien forma parte de los profesionales de dicha iniciativa.

### REQUISITO

Las personas que cumplan con los requisitos, dijo Jara, son derivadas al programa “a atenciones con nutricionista, psicólogo y kinesiólogo”. “Luego de eso los mandan a la actividad física. Tenemos todos los días, mañana y tarde, en distintos recintos y distintos horarios. Los recin-

tos son el Abraham Milad, La Granja y el Polideportivo”, comentó.

Los participantes podrán asistir por seis meses al programa, los que pueden ser renovados, luego de una evaluación por el equipo multidisciplinario. “Inicialmente seis meses y dependiendo de los resultados que tenga, se puede ir ampliando o renovando el ciclo por seis meses más”, detalló Jara.

### RANGO

Es importante precisar que el rango de edad de los beneficiarios se extiende entre los dos y 65 años. En cuanto a los menores de cinco años, Marcelo Jara argumentó que “los niños de dos a cinco



El deporte y la salud son parte importante de la nueva administración municipal, encabezada por el alcalde George Bordachar.

años, los atendemos en los jardines infantiles y acá en los recintos deportivos tene-

mos de seis a 64 años, damas y varones”. “La idea es que ellos tengan el EMPA al día y

luego de eso, los pueden derivar al programa si cumplen con los requisitos”, cerró.