



BECADA DE EL ABRA VISITÓ LA COMUNIDAD DE CHUNCHURI.

Imparten taller de vida saludable en Chunchuri

Valentina Aliaga, estudiante de tercer año de Kinesología en la Universidad de Los Lagos, llevó a cabo una jornada en la comunidad indígena de Chunchuri, orientada a la salud física y la prevención de lesiones.

La actividad es parte del compromiso de retribución que asumen estudiantes beneficiarios de la Beca Indígena de Minera El Abra. "Conozco a la mayoría de los comuneros de Chunchuri. Son agricultores que trabajan cortando pasto y saliendo con su ganado, y la mayoría son adultos mayores de 50 años. Estos ejercicios sirven para fortalecer y cuidar su cuerpo, para que realicen su trabajo diario de mejor manera", explicó Valentina, beneficiaria de la beca por segundo año consecutivo.

El taller se enfocó en ejercicios básicos que fortalecen músculos, ligamen-

tos y tendones, esenciales para prevenir lesiones en las labores diarias de los pobladores de Chunchuri, la mayoría de los cuales se dedican a la agricultura.

La actividad fue muy valorada, como lo señaló Carmen Espinoza Chocobar, fundadora de la comunidad indígena: "Lo que hoy hicimos es muy importante y, para mí, beneficioso, ya que trabajo en la agricultura. Como dice Valentina, hay que hacer estos ejercicios diariamente para mantener nuestro cuerpo".

Jonathan Espinoza Colque también agradeció la oportunidad de participar del taller: "Me encantó el taller porque juego mucho a la pelota y hago actividad física. También trato de comer bien, así que tener esta instancia para resolver dudas con una persona que está estudiando me ayudó mucho".