

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 "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.