

## **EN LOS VOLCANES, CELEBRAN EL DÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DÍA MUNDIAL DE LA SALUD EN JORNADA DEPORTIVA**

***Más de 300 niños de Colegios del sector, se dieron cita en la jornada recreativa. Zumba, baile entretenido, campeonato de baby futbol y representaciones artísticas fueron la tónica de la tarde.***

En la ciudad de Chillán Jueves 09 de Abril del 2015

Con un ameno Sol, las escuelas y colegios del sector oriente de Chillán se dieron cita en dependencias del establecimiento San Fernando para participar de una tarde recreativa organizada por el Centro de Salud Familiar Los Volcanes. Lo anterior con el fin de conmemorar el día mundial de la salud y el día mundial de la actividad física y el deporte.

Los escolares disputaron una reñida competencia de coreografías, quienes demostraron en el escenario sus variados dotes artísticos dejando lo mejor de sí. La escuela municipal Marta Colvin se coronó con el 3er lugar, mientras que el Colegio San José se hizo acreedor del 2do lugar, y Finalmente el Colegio anfitrión, San Fernando se llevó la medalla del primer lugar como ganador del certamen artístico.

Leyla Jardúa Eljatib, Directora del recinto primario de salud comentó "este tipo de actividades realizadas por nuestro centro, vienen a ser un complemento a las actividades que de forma cotidiana realizamos con cada colegio del sector. Recordemos que a través de nuestra COMSE (Comisión Salud-Educación) se trabaja de forma mancomunada con los siete los colegios bajo nuestro radio de acción." Cito Jardúa quien además comentó los beneficios de la práctica del deporte, "nos ayuda a disminuir el riesgo de enfermedades cardiovasculares en un futuro próximo, padecer ciertos tipos de cáncer, nos ayuda a librear tensiones, a mantener mejor fuerza y resistencia física, dentro de muchos otros beneficios."

Nayadeth Soto López, Nutricionista encargada de promoción en salud del establecimiento comentó, "hoy los profesionales del área dental, la educadora de párvulos y nutricionistas, nos encontramos conmemorando esta fecha con más de 300 niños del sector. Con Clases de zumba, coreografías y con un reñido partido de futbol hemos motivado y recalcado la importancia de realizar actividad física por lo menos 30 minutos de forma diaria. También entregamos información como pautas alimentarias, colaciones saludables, cepillos dentales y pastas de diente, todo con el fin de prevenir de forma bucodental una correcta higiene. Finalmente la educadora de párvulos realizó entretenidas pintas caritas a todos los pequeños del sector." Añadió la profesional de la salud.

El día mundial de la actividad física se celebra cada 6 de abril desde el año 2002, fecha instaurada por la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) la cual plantea el objetivo y necesidad de difundir los beneficios de la práctica de la actividad física de forma diaria y los beneficios que esta posee.