



“PRESCRIPCIÓN DE ACTIVIDAD Y EJERCICIO FÍSICOS DEL AYTO.LOZOYUELA NAVAS SIETEIGLESIAS”

LOZOYUELA-NAVAS-SIETEIGLESIAS

1.483 habitantes

El objetivo principal de esta iniciativa es fomentar la práctica de actividad física desde los centros sanitarios del municipio, en colaboración con los servicios deportivos municipales. Se busca promover la participación de los vecinos que presentan una mayor incidencia de sedentarismo y/o inactividad física, con el fin último de mejorar la salud general de la población.

En la edición anterior de este proyecto, hemos observado que muchas personas que han utilizado este servicio presentan obesidad. A raíz de esta constatación, consideramos sumamente relevante incorporar a un profesional de la nutrición en esta nueva fase del proyecto. Este experto en nutrición trabajará en colaboración con los servicios deportivos municipales y el centro sanitario, para brindar un enfoque integral que aborde tanto la actividad física como los hábitos alimentarios.

La propuesta persigue normalizar un proceso de motivación y acceso a la práctica de actividad física en personas sedentarias y/o inactivas. Es decir, es una herramienta para facilitar el cambio de comportamiento del usuario, y no, una medicalización de la actividad física.

Desde el centro sanitario de la localidad se derivará a personas sedentarias y/o inactivas a los servicios deportivos municipales, donde el Promotor del Ejercicio Físico aplicará un proceso de asesoramiento técnico personalizado e indicará las herramientas de intervención que considere oportunas en función de cada usuario y si lo ve preciso, derivar al técnico en nutrición.

Como objetivo general del proyecto se plantea mejorar la calidad de vida y bienestar de la población del municipio de Ayuntamiento de Lozoyuela Navas Sieteiglesias a través de la integración de la práctica de actividad y ejercicio físico en su estilo de vida.

La ejecución del proyecto se plantea en el periodo comprendido entre el 1 de octubre de 2024 y el 30 de junio de 2025.

Fechas: [de octubre de 2024 a junio de 2025](#)

Contacto: deportes@lozoyuela.com

Más información: www.lozoyuela.com

IX Edición
PROGRAMA DE COLABORACIÓN INSTITUCIONAL EN PROYECTOS DE
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

