Esportcat desplega el programa 'Més actius' a la Garrotxa per promoure l'activitat física i els hàbits saludables en infants amb sobrepès

Esports | 30-08-2024 | 19:57



Grup amb les institucions participants en el projecte

Esportcat ha llançat aquest any el programa "Més actius" a la comarca de la Garrotxa, una iniciativa destinada a promoure l'activitat física i els hàbits saludables entre infants d'entre 7 i 9 anys amb sobrepès. El projecte, que es va posar en marxa el passat gener, es basa en la derivació dels nens i nenes detectats a les consultes de pediatria de l'Atenció Primària i Comunitària de Salut (APS) cap a activitats multiesportives dirigides per un educador físic esportiu.

Durant la reunió de balanç celebrada aquesta setmana, les parts implicades han valorat positivament els primers resultats de la prova pilot, que s'allargarà fins al juny. Tots han coincidit en la necessitat d'estendre el programa a tota la comarca i ampliar el rang d'edat fins als 11 anys en futures edicions.

Anna Caula i Paretas, secretària general de l'Esport i de l'Activitat Física, ha destacat la importància d'introduir activitats fisicoesportives fora de l'horari escolar en aquestes edats, subratllant no només els beneficis físics, sinó també els avantatges psicològics i socials que comporta. Caula també ha elogiat la col·laboració transversal entre Esportcat, el Departament de Salut, la Fundació Hospital d'Olot i Comarcal de la Garrotxa, l'Ajuntament d'Olot i el Consell Esportiu de la Garrotxa.

El programa "Més actius" inclou un total de 45 sessions gratuïtes d'esports com bàsquet, voleibol, futbol, bàdminton, handbol, pàdel, atletisme, escalada, activitats d'orientació, tennis taula, sortides amb bicicleta i caminades. Les sessions s'han realitzat principalment al Pavelló Firal d'Esports d'Olot, així com en diferents indrets naturals de la ciutat.

El projecte no només se centra en la reducció del sedentarisme, sinó que també busca desenvolupar les competències motrius dels infants, fomentar les habilitats socials i comunicatives, i crear adherència a la pràctica regular d'activitat física i esportiva.

A la reunió de balanç hi han assistit diversos representants institucionals, incloent Jaume Heredia Quicios, gerent de la Regió Sanitària Girona; Josep Maria Padrosa i Macias, director-gerent de la Fundació Hospital d'Olot; i Aniol Sellabona Aguilera, regidor d'Esports d'Olot, entre d'altres. Durant la trobada, Anna Caula va assenyalar que, en el període de cribratge, es va detectar una major activitat física entre els infants del que es preveia inicialment, un fet considerat un bon indicador.

El programa "Més actius" s'inscriu dins del Pla d'Activitat Física, Esport i Salut (PAFES) del Govern, que promou una vida activa i saludable per mitjà de l'esport, considerat com una eina clau per a la transformació social i la reducció de desigualtats. Amb la voluntat d'institucionalitzar aquest projecte, es preveu que en el futur es pugui aplicar a altres comarques de Catalunya.

Autor: Redacció