

Necesario fortalecer políticas encaminadas al ejercicio

Debatirán y harán propuestas sobre actividad física en Congreso Internacional de Avances en Medicina

Aun cuando no existen cifras puntuales sobre actividad física en México, se estima que 40 o 50 por ciento de la población no cumple con los estándares de ejercicio, destacó el director del Instituto de Ciencias Aplicadas a la Actividad Física y Deporte de la Universidad de Guadalajara, Juan Ricardo López Taylor.

El especialista apuntó que hasta hace años la recomendación era ejercitarse por lo menos 30 minutos, tres veces a la semana. En la actualidad, se pide por lo menos 150 minutos acumulados durante cinco días para los adultos y en el caso de los niños hasta una hora de actividad vigorosa.

Además –dijo–, la Organización Mundial de la Salud (OMS) plantea la necesidad de conjuntar una buena alimentación y ejercicio, ya que la falta de cualquiera de los dos puede representar un detonante a problemas de salud tales como diabetes, enfermedades cardiovasculares, hipertensión, hasta una mayor incidencia de cáncer.

Lo anterior fue señalado en rueda de prensa para dar a conocer la temática del Módulo Actividad Física y Salud, que formará parte del XIII Congreso Internacional Avances en Medicina, organizado por el Hospital Civil de Guadalajara del 23 al 26 febrero.

López Taylor, académico del Centro Universitario de Ciencias de la Salud planteó la necesidad de fortalecer las políticas encaminadas al ejercicio y no sólo la correspondiente a la alimentación y afirmó que el Estado no puede solucionar un problema de actividad física con políticas de hace 50 años.

“No ajusta el presupuesto para tener profesores de educación física en cada una de las escuelas, ya lo ha dicho el mismo director de Educación Física del Estado el año pasado, que menos del 35 por ciento de las escuelas tienen profesor asignado”, recordó López Taylor.

Informó que en este momento se encuentran apoyando a una becaria del Instituto Nacional de Salud Pública en Canadá para diseñar las preguntas que serán incluidas en la próxima encuesta nacional en salud, a fin de conocer el panorama de la actividad física.

Con respecto al foro académico del Módulo actividad física y salud, se pretende tener la asistencia de diversos especialistas extranjeros con el fin de conocer propuestas o realizar políticas públicas para atender esta materia.

Es necesario apuntar que dicho Congreso se realizará a la par de la Consulta Regional de Alto Nivel de las Américas contra la Obesidad y las Enfermedades Crónicas no Transmisibles (ECNT). Los especialistas de la UdeG y de Jalisco presentarán un documento sobre la importancia de la actividad física.

Guadalajara, Jal., 4 de febrero del 2011.

Texto: Eduardo Carrillo

Fotografía: Hospitales Civiles

Edición de noticias: Lupita Cárdenas Cuevas

Etiquetas:

[Congreso Internacional de Avances en Medicina](#) [1]

[ejercicio](#) [2]

[Juan Ricardo López Taylor](#) [3]

[obesidad](#) [4]

URL Fuente: <https://www.comsoc.udg.mx/noticia/necesario-fortalecer-politicas-encaminadas-al-ejercicio>

Links

[1] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/congreso-internacional-de-avances-en-medicina>

[2] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/ejercicio>

[3] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/juan-ricardo-lopez-taylor>

[4] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/obesidad>