

I CONTRA LA OBESIDAD INFANTIL: BAILA

EL 14% de la población española entre 2 y 24 años padece obesidad. Un estudio reciente del doctor Gerardo Villa, médico del deporte y profesor en la Universidad de León, que acaba de ser distinguido con el Premio Nacional de Investigación en medicina del deporte asocia claramente la obesidad infantil con el sedentarismo y no con la dieta.

El estudio demuestra que la clave de la salud y del peso adecuado estriba en modificar los hábitos de ejercicio físico, ya que el realizado en la escuela con la materia Educación Física es insuficiente.

Son imprescindibles las actividades que proporcionen posibilidades de realizar una actividad física: el deporte en horario extraescolar y la danza pueden favorecer la salud de los jóvenes con sobrepeso y al mismo tiempo desarrollar su autoestima. Por ejemplo, la campaña contra la obesidad infantil *Tú bailas tú sudas*



divirtiéndote y aprendiendo, de Performance, www.compaco.com, un programa destinado a niños y niñas entre los 3 a 13 años que, con la danza como clave principal, realiza una intervención integral para implicar a padres y madres. Aunque toda la actividad física que realice un niño es muy aconsejable para su salud, el baile además es la mejor forma de comunicación corporal y cuenta con el aliciente añadido de la música y de la relación con los demás.

PROTAGONISTAS



UNICEF

Acaba de presentar el informe 2008 sobre el estado mundial de la infancia, en el que ha abordado los índices de supervivencia infantil en el mundo.



CEIP SANT JORDI, DE SANT PAU D'ORDAL, EN SUBIRATS, EN BARCELONA.

Ha sido galardonado con el primer premio en el concurso nacional de Buenas Prácticas en Convivencia.



PEDRO NÚÑEZ MORGADES

Defensor del Menor hasta 2006, acaba de ser condecorado con la Gran Cruz de la Orden del Mérito Civil.