



## El sedentarismo y los malos hábitos alimenticios son responsables de la diabetes y el colesterol

• R. SUÁREZ

**LA VERDAD.** La necesidad de luchar contra los malos hábitos alimenticios y la no práctica de ejercicio físico que son responsables en gran medida de la aparición de enfermedades como la diabetes o el colesterol, ha sido el objetivo del convenio que firmado recientemente por el presidente de la organización médica colegial, Juan José Rodríguez Sendín; el secretario de Estado y Presidente del CDC, Juan Albert Soler Sicilia; el presidente de la FFOMC, Jesús Lozano y el director académico del curso, Manuel González Peris.

Soler ha comentado que este curso se engloba dentro de las medidas aprobadas en el plan 'A+D' especialmente en la medida numero 76 encaminada a la formación con el fin de prevenir los riesgos para la

salud. El curso consta de una formación de 40 horas a través de la Plataforma Virtual de Aprendizaje de la FFOMC y se complementa con una formación a nivel presencial.

El convenio permitirá disponer de un programa de formación 'on-line' donde se contendrán conceptos básicos y sencillos para realizar actividades y ejercicio físico en personas sedentarias, obesas y con factores de riesgo.

El curso 'Actívate, aconseja salud' consta de una formación de 40 horas a través de la Plataforma Virtual de Aprendizaje de la FFOMC y posteriormente, en colaboración con las Comunidades Autónomas, se plantea completar la formación a nivel presencial.

En el convenio específico que se firma con la FFOMC, va a permitir disponer de un completo programa

de formación on-line que contiene los conceptos básicos, sencillos y claros imprescindibles para comenzar a realizar consejo de actividad y ejercicio físico en personas sedentarias, obesas y con factores de riesgo. En el formato se busca una presentación atractiva de los contenidos elementales, prioritariamente en formato gráfico o audiovisual. El curso también presenta los contenidos necesarios para poder realizar consejo y recomendaciones avanzadas de ejercicio físico saludable en patologías crónicas.

Asimismo, al estar reconocido a nivel institucional como Formación Continuada, servirá como méritos profesionales y académicos, tanto en el caso de concursos de plazas laborales como en el caso de progresar a un nivel de estudios superiores tipo Máster.



Varias ancianas juegan al 'hockey', con una equipación básica. • ALV