

lunes 5 de febrero de 2024

Más de 80 personas se beneficiaron del proyecto de Receta Deportiva durante el año 2023

Desarrollado en estrecha colaboración entre el Área de Deportes del Ayuntamiento y el Área Sanitaria Norte de Málaga, permite la prescripción de actividad física supervisada por médicos permitiendo a los pacientes mejorar su salud y bienestar a través del desarrollo de actividades adaptadas a sus necesidades específicas. Como resultado, los pacientes han experimentado una transformación positiva en su día a día.



El teniente de alcalde delegado de Deportes, Juan Rosas, y la gerente del Área Sanitaria Norte de Málaga, Belén Jiménez, han presentado ante los medios de comunicación el balance de actuación durante el año pasado del proyecto de Receta Deportiva, del que se beneficiaron en 2023 más de 80 personas. También han estado presentes el técnico deportivo municipal José Francisco Díaz, así como el técnico de Educación para la Salud del Área Sanitaria, Félix Hurtado.

Se trata de una iniciativa conjunta del Ayuntamiento y del Área Sanitaria mediante el que

se desarrolla prescripción de actividad física, supervisada por médicos, que permite a los pacientes mejorar su salud y bienestar a través del desarrollo de actividades deportivas adaptadas a sus necesidades específicas. Una vez que los pacientes son derivados por su médico al Área de Deportes, un técnico especialista en Actividad Física y Deporte, siguiendo las indicaciones del facultativo, establece una pauta de práctica deportiva adaptada a las necesidades y características personales: entrenamiento de fuerza, natación personalizada, ejercicios de espalda sana, pilates, etc.

Desde su lanzamiento en octubre de 2022, el proyecto de Receta Deportiva ha marcado una nueva era en la atención médica al integrar la actividad física como un componente esencial de los tratamientos terapéuticos y preventivos. Como se ha dado a conocer en la rueda de prensa, más de 80 personas se han beneficiado en el año 2023 de este proyecto, experimentado una transformación positiva en sus vidas al adoptar la actividad física regular como parte de su enfoque integral de cuidado de la salud.

Dentro del balance realizado, se ha advertido que más del 80 por ciento de los pacientes derivados a través de estas prescripciones han incorporado la actividad física de forma regular en sus rutinas diarias, destacando la efectividad y el compromiso de los participantes con el programa. En numerosos casos, la participación en el programa de Receta Deportiva ha llevado a una disminución o retirada del tratamiento farmacológico necesario, subrayando el valor preventivo y terapéutico de la actividad física supervisada.

La mayoría de las derivaciones al programa han sido por problemas de espalda y/o articulares, destacando la eficacia de las actividades propuestas para abordar estas condiciones. Un elemento diferenciador clave del programa es la valoración individualizada de cada paciente por un técnico graduado en Actividad Física y Deporte, asegurando que la actividad física se adapte a las necesidades específicas de cada individuo. La edad media de los usuarios es de 55 años, abarcando una amplia gama de edades y demostrando que la actividad física supervisada es beneficiosa para todas las etapas de la vida.

Tal y como han confirmado tanto Juan Rosas como Belén Jiménez, el proyecto de "Receta Deportiva" en Antequera buscará a partir de ahora expandir aún más sus iniciativas en el próximo año, ampliando la oferta de plazas y manteniendo su compromiso de excelencia con la salud y el bienestar de la comunidad.

