LITORALPRESS

Fecha: 21-06-2025
Medio: El Heraldo
Supl. : El Heraldo
Tipo: Noticia general
Título: Solo uno de cada cuatro niños realiza suficiente ejercicio: Expertos proponen medidas para revertir la inactividad física en Chile

Pág. : 8
Cm2: 178,7

Tiraje: 3.000
Lectoría: 6.000
Favorabilidad: No Definida

Solo uno de cada cuatro niños realiza suficiente ejercicio: Expertos proponen medidas para revertir la inactividad física en Chile

La última Encuesta Nacional de Hábitos de Actividad Física y Deporte 2024, publicada por el Ministerio del Deporte, confirmó un diagnóstico alarmante, y es que el sedentarismo sigue predominando en la vida de las personas en Chile. Según el estudio, apenas el 26,4% de los niños mayores de cinco años cumple con los niveles mínimos de actividad física recomendados por la Organización Mundial de la Salud. En la población adulta, el porcentaje asciende a 44,9%, pero sigue siendo insuficiente. Este panorama impulsó a académicos de la Facultad de Ciencias de la Rehabilitación y Calidad de Vida de la Universidad San Sebastián, elaboraron diez propuestas concretas para revertir esta situación, basadas en los hallazgos de la encuesta. Las ideas fueron presentadas directamente al ministro del Deporte, Jaime Pizarro, con el objetivo de aportar al diseño de nuevas políticas públicas. "Como universidad, buscamos que estas propuestas promuevan la actividad física como un pilar fundamental para el bienestar integral, que vaya más allá de acciones puntuales y se convierta en un hábito vital para mejorar la calidad de vida de todas las personas. Asimismo, esperamos que sirvan como base sólida para el diseño de políticas públicas, proyectos comunitarios y programas que impulsen un cambio real y duradero en la salud de nuestra sociedad", sostuvo Tania Gutiérrez, decana de la Facultad.