

Cesfam promueve vida sana con gimnasio gratis

Para acercar la actividad física a los usuarios del sector norte el Cesfam Dra. María Cristina Rojas cuenta con un gimnasio al aire libre y abierto a toda la comunidad del sector. Está dirigido a usuarios de 15 a 75 años y son cerca de cien las personas que acuden.

El kinesiólogo Luis Veas es el responsable del gimnasio y contó que abrió sus puertas con un enfoque comunitario y acceden personas derivadas por profesionales de la salud y

otras de forma espontánea para orientar a los usuarios según sus condiciones médicas.

“Asisten usuarios inscritos en los Cesfam Valdivieso y Juan Pablo además del CE-COSF La Chimba. La idea es facilitar el acceso al gimnasio y todo paciente tiene una evaluación conmigo y luego se le hace un seguimiento”, señaló.

Silvana Guzmán pertenece al sector de «La Chimba» y asiste al gimnasio por indicación médica: «tengo asma crónico y me



EL GIMNASIO ES GRATUITO.

derivaron para hacer deporte porque estaba con mucho sobrepeso. El profesor me evaluó y necesitaba asistir al gimnasio con cardio y acá hay un gimnasio con todos los implementos, muy completo”. 🧘