



**Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya**

Celebració del Dia de la Fisioteràpia a Lleida

Diumenge al matí, el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya celebra a Lleida el seu gran Dia de la Fisioteràpia (DiFT), que cada any és una invitació a practicar activitat física en família, amb el benentès que l'exercici és fonamental per a la bona salut. De fet, l'Organització Mundial de la Salut adverteix que la falta d'activitat física és un dels principals factors de risc i causa de mort en els països desenvolupats. De la mateixa manera, l'enquesta de Salut de Catalunya indica, any rere any, que gairebé un 50% dels catalans no du a terme l'activitat física mínima que li seria necessària per millorar el seu estat de salut.

Amb aquestes dades damunt la taula, el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya entén que la promoció de l'activitat física és un objectiu fonamental pel qual cal vetllar com a societat. A banda dels seus beneficis sanitaris i socials, la promoció i educació de la salut comunitària és, avui dia, una mesura que s'ha demostrat útil per fer front a la despesa elevada dels serveis sanitaris, sobretot en l'àmbit farmacèutic.

No és estrany, per tant, que la pràctica d'activitat física regular s'hagi convertit en una de les prioritats de la salut pública com a forma de prevenció de malalties, especialment en persones grans, que a partir dels 65 anys veuen, entre altres coses, com s'accelera la pèrdua d'eficiència de les seves articulacions i l'aparició de la síndrome de la caiguda i la debilitació de la musculatura paravertebral.

És per tot plegat que el DiFT de diumenge als Camps Elisis de Lleida (de 9 a 14 hores) ha previst xerrades, activitats i tallers adreçats a tots els públics. La celebració, a més, comptarà aquest any amb la primera cursa DiFT: una cursa urbana de 5 quilòmetres a benefici de la Fundació Esclerosi Múltiple.

Dia: Diumenge, 9 d'octubre del 2016
Horari: De 09.00 h a 14.00 h
Lloc: Camps Elisis (Lleida)
Més informació: www.dift.cat

tech&natural
kyrocream
Factiva

Garantia



OUTBACK
Natural Pharmacy, S.L.

www.kyrocream.com