

PROGRAMA ELIGE VIDA SANA

Intervención en establecimientos
educacionales

PROGRAMA ELIGE VIDA SANA

PROPÓSITO

“Contribuir a disminuir enfermedades cardiovasculares y Diabetes mellitus tipo II en la población chilena.”



OBJETIVO GENERAL

Disminuir factores de riesgo como el sobrepeso, obesidad, perímetro de cintura aumentado, sedentarismo, en niños, niñas, adolescentes y adultos de 6 meses a 64 años de edad beneficiarios FONASA. Se incluyen además embarazadas y posparto

OBJETIVO ESPECÍFICO

- Mejorar la condición nutricional.
- Mejorar la condición física.



PROGRAMA ELIGE VIDA SANA

PROFESIONALES A CARGO

- Nutricionista
- Psicóloga
- Terapeuta en actividad física y salud



PROGRAMA ELIGE VIDA SANA

8 meses de intervención donde el alumno tiene derecho a las siguientes prestaciones:

- Evaluación física inicial y al 6to mes.
- Evaluación nutricional inicial y al 6to mes.
- Clases de ejercicio físico o psicomotricidad para el alumno dos veces por semana dentro de la jornada escolar: se utiliza solo un bloque de 45 minutos en clases que sean más flexibles para el alumno. Y en párvulos bloques de 30 minutos de intervención con apoyo de asistente.
- Talleres con psicóloga y nutricionista para abordar la educación en torno a los cambios de hábitos.



¿Quiénes pueden participar del programa Vida Sana?

- Niños y niñas etapa preescolar
- Ser beneficiario de FONASA.
- Cumplir con al menos **uno** de los siguientes criterios:
 - Presentar sobrepeso u obesidad y/o perímetro de cintura aumentado.
 - Prediabetes y/o pre hipertensión.
- Debe contar con el apoyo y participación de los padres en la mejora de la calidad de vida y prevención de enfermedades futuras de sus hijos, apoyar su participación al programa y encontrarse disponibles para actividades con ellos en caso que se requiera.

PROGRAMA ELIGE VIDA SANA

“El aumento de horas de actividad física promueve el aumento de endorfinas, mejorando el estado de ánimo de niños y niñas lo que permite mejorar sus habilidades sociales y reducir el tiempo de aislamiento y soledad”



maipuvidasana@gmail.com

ESCANEE EL CÓDIGO QR PARA
INGRESAR AL GRUPO DE WHATSAPP



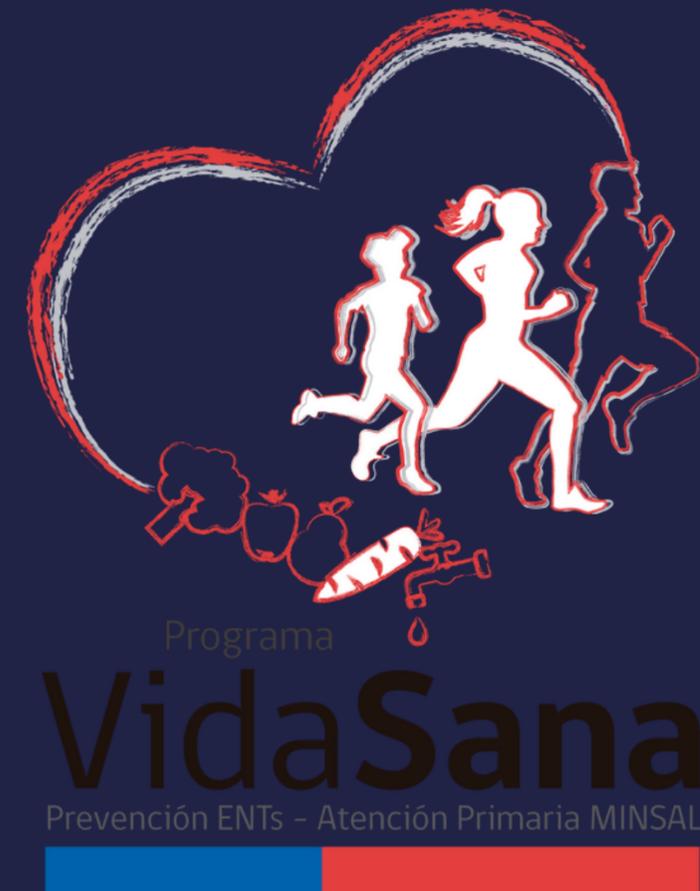
PROGRAMA ELIGE VIDA SANA

Elige VidaSana

Elige VidaSana



ILUSTRE
MUNICIPALIDAD DE
MAIPÚ



Actividades

