



## Promover la actividad física para fomentar salud

Desde la sociedad, instituciones públicas y privadas, en conjunto con el gobierno, debemos llamar a la acción coordinada e incluir la actividad física en nuestras vidas pues en ella tenemos la respuesta para revertir los males que repercuten negativamente en la calidad de vida de las personas y de sus familias.

Nado por mi corazón es un gran ejemplo de cómo pueden trabajar agentes privados, del sector social, además de gobiernos a nivel local y federal en acciones conjuntas que repercuten positivamente en la salud de los mexicanos.

“Más allá de los importantes logros numéricos que son positivos, este tipo de iniciativas también tienen un componente emblemático simbólico, un llamado a la acción corresponsable. La salud es un asunto que se garantiza constitucionalmente como un derecho de la ciudadanía, pero ese derecho también implica la toma de acción por parte de la sociedad” aseguró el Doctor Eduardo Jaramillo Navarrete, director de Promoción de la Salud de la Secretaría de Salud, en el marco de la entrega de resultados y reconocimientos de “Nado por mi corazón 2018”.

El apoyo a la salud y la prevención de enfermedades son una causa tan noble que nadie puede decir “no” a una convocatoria de esta naturaleza; por eso es importante unirnos, más allá de ideologías y de visiones políticas que nos confrontan con lo más humano que es la vida y algo fundamental: evitar el deterioro y la muerte prematura que es justamente la razón de la promoción de la salud.

A partir de 2014, Queremos Mexicanos Activos toma la iniciativa de “Nado por mi corazón” con la idea de incorporar organizaciones públicas, privadas y de la sociedad civil con lo que hoy se ha convertido en el evento más importante en su género a nivel nacional gracias al impulso de diversas organizaciones.

La causa reúne a decenas de miles de participantes quienes antes de nadar mil metros reciben información de su condición física y se les mide circunferencia de cintura y presión arterial.

Este 2018 superamos nuestra meta inicial que era de 70 mil nadadores y alcanzamos un total de 82 mil 5, provenientes de 28 estados de la República.

En total 183 albercas de las cuales se distinguen:

- 10 albercas nivel oro por contar con 2 mil o más participantes.
- 15 albercas de plata por contar con entre mil y mil 999 participantes.
- 19 albercas nivel bronce por contar con entre 500 y 999 participantes.

