

Adestra a túa saúde

Tempo estimado de lectura: 2 min 30 seg

Autor: **Xanela Aberta á Familia**



Existen múltiples evidencias de que a actividade física constitúe un elemento de suma importancia na **prevención de numerosas enfermidades crónicas**, na **calidade de vida** das persoas e ademais constitúe un **compoñente indispensable nos sistemas de sanidade pública**. Concretamente, existe evidencia científica de que a mellora da condición física está indicada para a prevención das enfermidades cardiovasculares, algúns tipos de cancro, para a redución da depresión, o deterioro cognitivo e a dependencia en persoas maiores e para mellorar a osteoartrite e a forza muscular.

A Fundación Deporte Galego é unha entidade que ten por obxecto a promoción e incentivo do deporte e da práctica deportiva en Galicia. Nesta liña, plantéxase a convocatoria para a selección dos concellos galegos que participarán no programa **Adestra a túa saúde** a fin de implementar actuacións de prescrición de exercicio físico desde os centros de saúde e a posterior derivación a profesionais de actividade física dependentes dos concellos, para a realización, seguimento e avaliación da prescrición médica de exercicio físico.

Os concellos galegos interesados en participar presentarán a solicitude obrigatoriamente por medios electrónicos a través do formulario normalizado dispoñible na sede electrónica da Xunta de Galicia, <https://sede.xunta.gal> (DE401E), e xuntarán a este procedemento os anexos necesarios (I-V) que figuran nas bases da convocatoria. Para a presentación electrónica poderá empregarse calquera dos mecanismos de identificación e sinatura admitidos pola sede electrónica da Xunta de Galicia, incluído o sistema de usuario e clave Chave365 (<https://sede.xunta.gal/chave365>).

O prazo máximo de presentación será de dez (10) días hábiles contados a partir do seguinte ao de publicación da convocatoria no Diario Oficial de Galicia. As bases poderanse consultar na ligazón <https://deporte.xunta.gal/convocatorias>.



