



Manuel M^a Durán Guillán, voceiro do grupo do Partido Popular neste concello, presenta ao pleno a seguinte moción para que sexa debatida na vindeira sesión plenaria relativa á reparación e instalación de parques BioSaludables.

Exposición de Motivos:

A medida que envellecemos, a noso forma física debilitase, debido non so o envellecemento biolóxico senón tamén o axuste da persoa a un nivel inferior de actividade. A OMS (Organización Mundial da Saúde) recomenda realizar en persoas de certa idade estas actividades físicas:

- Moderadas aerobias, ou ben algún tipo de actividade física vigorosa aerobia.
- Que melloren o seu equilibrio para previr caídas.
- Que fortalezan os principais grupos musculares

A realización desde tipo de actividades físicas permite reducir as taxas de mortalidade por todas as causas, cardiopatía coronaria, hipertensión, accidentes cerebrovasculares, cáncer de colon e de mama, mellora a masa e composición corporal etc.

Os parques BioSaludables son espazos verdes, compostos por diferentes equipos de ximnasia, que permiten manter a forma física e previr ou tratar diferentes doenzas ou lesións concretas. Esta deseñado para a practica do exercicio físico de adultas a partires de 40 anos e son especialmente recomendables para maiores de 60 por que lles permiten mellorar a mobilidade, aumentar a flexibilidade e tonificar a musculación de todo o corpo.

Dende a chegada de Nós Pobra o goberno non so perdemos un centro de saúde, que melloraría moito a calidade de vida dos veciños/as, senón que tamén, perdemos parques BioSaludables, e os que temos algúns atópanse en mal estado, oxidados polo paso do tempo e abandonados polo equipo do goberno de Nós Pobra demostrando unha vez mais que a saúde dos cidadáns non e unha prioridade para eles.

Desde o Partido Popular da Pobra do Caramiñal creemos beneficioso que os nosos veciños/as realicen actividade física, e por iso durante anteriores mandatos ofrecémoslle infraestruturas e servizos que favorecen a mellora na súa calidade de vida

A Pobra do Caramiñal

Por todo o exposto solicitamos ao pleno da corporación:

- 2
1. A Elaboración dun plan para fomentar a practica da actividade física saudable de forma autónoma e o aire libre.
 2. A reparación dos parques BioSaludables que se atopen en mal estado, e a reposición daqueles que foron retirados polo actual goberno.


Manuel Mª Duran Guillán

Concelleiro do Grupo Municipal do PP

**SR. ALCALDE-PRESIDENTE DO CONCELLO DA POBRA DO
CARAMIÑAL**