

EDICION IMPRESA

- Cantabria
- Santander
- Torrelavega
- Región
- **Opinión**
- Nacional
- Internacional
- Economía
- **Deportes**
- Sociedad
- Cultura
- Televisión
- **Necrológicas**
- **Tecnología**

MULTIMEDIA

- Videos Canal 8 DM
- Punto Radio Santander **24H**
- Punto Radio Castro Urdiales **24H**
- Galerías de Fotos
- Vídeo Noticias
- Especiales

PARTICIPA

- Tus Noticias
- Asesoría Sexual
- Asesoría Gastronómica
- Fotos de Cantabria
- Lo más visto
- Blogs
- Sudoku
- Foros
- Chat

GUIAS CANTABRIA

- Restaurantes
- Hoteles
- Cafés y Pubs
- Paradores
- Turismo rural
- Concesionarios
- Coches

SUPLEMENTOS

SERVICIOS

- Archivo/Hemeroteca
- Webmail
- Envío de Titulares

OPINIÓN

CARTAS AL DIRECTOR

¿Desayuna! ¿Muévete! ¿Haz educación física!

van Raba Cimiano/

Señor director :



Su periódico publicó recientemente un estudio del Departamento de Fisiología de la [Universidad de Granada](#), realizado a jóvenes españoles entre 13 y 18 años, el cual concluía que uno de cada cinco adolescentes puede desarrollar una enfermedad cardiovascular en el futuro debido a su pésima condición física.

Este estudio viene a reforzar lo que ya muchos han advertido sobre los males de nuestra sociedad actual, y sus repercusiones en niños y adolescentes, la cual se encamina cada vez más al sedentarismo y a una nutrición muy alejada de la recomendada. Esto conlleva a que cada vez se den más casos de obesidad, de enfermedades relacionadas con trastornos de alimentarios, estrés, ansiedad...

Está demostrado que la forma más eficaz de combatir estas enfermedades es la práctica habitual de ejercicio físico y una nutrición equilibrada. Llegados a este punto formulo una sencilla pregunta a los lectores : ¿se imaginan un lugar donde se reúnan diariamente nuestros adolescentes y puedan practicar ejercicio de manera habitual y gratuita? La mayoría de los lectores habrán encontrado una respuesta obvia: los centros de enseñanza de obligatoria.

Otro ejercicio de reflexión: ¿Se imaginan una asignatura donde un profesional pueda educar a los jóvenes en estos hábitos saludables de ejercicio y nutrición para que los hagan suyos el resto de sus vidas? Evidente también; la asignatura de Educación Física.

Es una pena que tengamos una solución evidente y viable a este grave problema de la sociedad actual y los 'sabios' que deciden el número de horas que merece cada asignatura en educación secundaria se estén planteando reducir a una hora semanal la Educación Física. Gracias a estos sabios, estamos destinados a una sociedad sedentaria, individualista, carente de valores, obesa, con problemas cardiovasculares y trastornos alimentarios que generará billones de euros en gastos de Seguridad Social. Termino aludiendo al dinero, quizá lo único que haga pensar a nuestros 'sabios' gobernantes.

DNI. 72035096

Subir



CARTAS AL DIRECTOR

Si desea enviar una "Carta al Director", puede hacerlo a través de nuestra dirección de correo: cartas.dm@eldiariomontanes.es
Las cartas deben estar firmadas. Además, en ella/s debe incluirse, D.N.I., nº teléfono y domicilio de su/s autor/es

ENCUESTA

Cantabria ha sido la única comunidad autónoma en la que han aumentado los accidentes mortales en 2006. ¿Cree que la seguridad en las carreteras cántabras es aceptable?

 Sí

 No


[Resultados](#)
[Comentarios](#)

Nos visitaron
Programación TV
Cartelera Cine
Farmacias
Tiempo
El Diario en PDF
Extras Publicitarios
Índice Titulares
Contactar
Inf. Corporativa
Agenda
Horóscopos
Info. Útil
PAG. Amarillas
PAG. Blancas
Efemerides
Postales

CANALES

Seleccione...

vocento

© EL DIARIO MONTAÑÉS
C\ La Prensa s/n 39012 Santander
Registro Mercantil de Santander, Tomo 723, Folio 165, Sección 8ª, Hoja S11607, Inscripción 1ª
Editorial Cantabria Interactiva S.L. CIF: B39495460

Reservados todos los derechos. Queda prohibida la reproducción, distribución, comunicación pública y utilización, total o parcial, de los contenidos de esta web, en cualquier forma o modalidad, sin previa, expresa y escrita autorización, incluyendo, en particular, su mera reproducción y/o puesta a disposición como resúmenes, reseñas o revistas de prensa con fines comerciales o directa o indirectamente lucrativos, a la que se manifiesta oposición expresa.

[Contactar](#) | [Mapa web](#) | [Aviso legal](#) | [Política de privacidad](#) | [Publicidad](#) | [Master El Correo](#)

RSS

Powered by
SARENET