



## **FIRMA DEL CONVENIO DE COLABORACIÓN PARA LA PUESTA EN MARCHA DEL PROGRAMA FIFTY-FIFTY**

- Liderado por el cardiólogo Valentín Fuster, pretende mejorar la salud de manera integral en personas adultas sanas ayudándolas a corregir sus hábitos de salud y autocontrolar los principales factores de riesgo que producen enfermedades cardiovasculares.
- Villanueva de la Cañada es uno de los siete municipios españoles que participan en esta experiencia piloto.

**Vva. de la Cañada, 18 de jul.-** El alcalde, Luis Partida, ha firmado esta mañana el Convenio de Colaboración para la puesta en marcha del Programa Fifty-Fifty en Villanueva de la Cañada. De este modo, el Ayuntamiento se suma al Convenio Marco suscrito en el mismo acto entre la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN), la Fundación Science-Health and Education (SHE) y la Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP). "Villanueva de la Cañada es un municipio sensible a todas aquellas propuestas que vayan destinadas a mejorar la calidad de vida de sus ciudadanos y esta, sin duda, lo es. Por esa razón, es un honor para este Ayuntamiento poder participar en ella y todo un orgullo saber que vamos a poder aportar nuestro granito de arena a un proyecto liderado por el Dr. Fuster", destacó el regidor villanovense y presidente de la Red Española de Ciudades Saludables de la FEMP tras la rúbrica.

En el acto, celebrado en la sede del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, han estado presentes entre otras personalidades la ministra Ana Mato, y el presidente del Observatorio de la Nutrición y del Estudio de la Obesidad, presidente de la Fundación SHE y director general del CNIC, Valentín Fuster, así como el secretario general de la FEMP, Ángel Fernández Díaz, y los representantes de los otros 6 municipios españoles que participan en este proyecto (San Fernando de Henares, Guadix, Barcelona, Cambrils, Manresa y Molina de Segura).

### **Programa de prevención**

El Programa Fifty-Fifty nace de la iniciativa de la Fundación SHE, promovida por el Dr. Valentín Fuster, para mejorar la salud de manera integral en personas adultas sanas ayudándolas a corregir sus hábitos de salud y autocontrolar los principales factores de riesgo que producen enfermedades cardiovasculares, primera causa de muerte en nuestro país. Con él, se pretende definir "un modelo de buenas prácticas" que facilite su



adecuada translación a las administraciones e instituciones públicas y privadas implicadas en la promoción de hábitos de vida saludables.

### **Participantes**

Para la puesta en marcha de este estudio científico, se necesita la colaboración de entre 100 y 120 vecinos empadronados en cada municipio participante, que hayan nacido entre 1963 y 1988, y que presenten al menos una de estas características: tener sobrepeso u obesidad, ser fumador, tener la tensión alta o realizar menos de 150 minutos de ejercicio físico moderado a la semana en periodos no inferiores a diez minutos.

Hasta el momento, se han inscrito más de 130 villanovenses. Las inscripciones se pueden seguir realizando de forma online, a través de la web del Programa Fifty-Fifty ([www.programafiftyfifty.org](http://www.programafiftyfifty.org)). La hoja de inscripción también está a disposición de los vecinos en la web municipal y se puede entregar cumplimentada en las dependencias municipales o enviándola al correo electrónico: [salud@ayto-villacanada.es](mailto:salud@ayto-villacanada.es). También se han instalado urnas en la Casa Consistorial, el Centro Cultural La Despernada, el Centro Cívico El Castillo y en los dos centros de salud del municipio, donde las personas interesadas pueden depositar su inscripción una vez cumplimentada.

### **Metodología**

El estudio, que arrancará el próximo mes de septiembre, se desarrollará a través de talleres formativos y motivacionales de forma que todos los participantes recibirán una formación en la que se abordarán, entre otras cuestiones, la importancia de la alimentación saludable, la práctica habitual de la actividad física, la gestión de estrés o la cesación tabáquica. Dicha formación se acompañará durante los 12 meses siguientes de una dinámica de grupo. El programa se acompaña de una evaluación científica rigurosa de los resultados, de los procesos de implementación y del grado de satisfacción de los participantes.