Ciudad de México, jueves 13 de febrero de 2020

No. 077/2020

**BOLETÍN DE PRENSA**

**El IMSS impulsaactividad física y deporte en *“Nado por mi Corazón 2020”***

* **El Seguro Social participará en el evento que se realizará del 14 al 21 de febrero, el cual invita a incorporar la actividad física como un medio para una vida saludable.**
* **El IMSS tiene el reto de superar su participación en la edición de 2019 (25,765 participantes) y así en conjunto con el sector público y privado superar la meta alcanzada en la anterior edición, que fue de más de 114 mil participantes.**

Comprometido con la prevención de enfermedades crónicas degenerativas a través de estilos de vida saludables, el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) participará en el evento *“Nado por mi Corazón”*, que se realizará del 14 al 21 de febrero de este año en sus 50 albercas ubicadas en 26 estados del país.

Al apoyar las actividades físicas y deportivas, el Seguro Social busca coadyuvar en la prevención de enfermedades crónicas degenerativas desencadenadas por el sedentarismo y la obesidad.

El Comité Organizador de esta iniciativa se ha puesto como meta superar la cifra de 114 mil participantes. En ese sentido el IMSS tiene el objetivo de superar su participación de la edición de 2019, en la cual aportó a esta iniciativa 25,765 nadadores, y así promover hábitos que mejoren el bienestar de la población y hacer conciencia sobre la importancia de cuidar el corazón.

El evento consta de dos etapas: la primera se trata de un protocolo de prevención, que consiste en medir la circunferencia de la cintura y tomar la presión arterial del participante; la segunda es el nado simbólico de un kilómetro, que puede realizarse en varias sesiones durante la semana de actividades.

Esta invitación es gratuita y abierta a toda la población; pueden participar usuarios de las Unidades Operativas de Prestaciones Sociales Institucionales (UOPSI) del IMSS.

Es importante recordar que el Seguro Social desarrolla actividades físicas permanentes en sus instalaciones del territorio nacional, dentro de las estrategias para abatir la obesidad y el sedentarismo, principales factores de riesgo para enfermedades cardiacas; y que la cultura física y el deporte, son parte fundamental de las prestaciones sociales que el Instituto otorga a sus derechohabientes, por lo que este evento es oportuno para sumarse a un esfuerzo nacional, con organizaciones civiles, públicas y privadas.

El Seguro Social participa desde 2014 en *“Nado por mi Corazón”*,como parte del Comité Organizador que integran la Secretaría de Salud, la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE), la Federación Mexicana de Natación, Spot City, la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), la Fundación Brazada a Brazada y el Instituto del Deporte de la Ciudad de México (INDEPORTE).

La natación, es una forma de incentivar las actividades físicas, y con su participación, el IMSS mantiene su liderazgo como promotor del deporte en el ámbito familiar y social; se fomentan las revisiones médicas y detección oportuna de problemas del corazón.

**--- o0o ---**