

## EL DOCTOR VALENTÍN FUSTER VISITA VILLANUEVA DE LA CAÑADA

- Con motivo del acto de captación de participantes para el Programa Fifty-Fifty, un estudio que pretende mejorar la salud de manera integral en personas adultas.
- Más de 80 villanovenses se han sumado ya a la iniciativa que arranca el próximo mes de septiembre y se desarrollará durante todo 2014.

**Vva. de la Cañada, 13 de jun.-** El Dr. Valentín Fuster dio en la tarde de ayer, con motivo del acto de captación de participantes para el Programa Fifty-Fifty, una conferencia en el Centro Cultural La Despernada. En el acto estuvieron presentes el alcalde, Luis Partida, la presidenta de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) y secretaria general de Sanidad del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, Pilar Farjas, y la directora general de Políticas Locales de la Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP), Trinidad Yera.

El Programa Fifty-Fifty nace de la iniciativa de la Fundación SHE (Science-Health-Education), promovida por el Dr. Valentín Fuster, para mejorar la salud de manera integral en personas adultas 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. "Promover la salud es mucho más económico que tratar la enfermedad", destacó el prestigioso cardiólogo e investigador. El Dr. Fuster también señaló que lo importante del proyecto es que sirva como modelo: "Si esto funciona aquí es trasladable y aplicable a otras ciudades y municipios".

El Ayuntamiento de Villanueva de la Cañada es uno de los 7 ayuntamientos de toda España que participa en este proyecto. "Los gobiernos locales no son solamente proveedores de servicios, sino garantes de la calidad de vida y el bienestar psicosocial de sus ciudadanos. Y este programa es un magnífico ejemplo de ello", destacó el alcalde, Luis Partida, también presidente de la Red Española de Ciudades Saludables de la FEMP.

### Estudio

Para llevar a cabo el estudio, se necesita la colaboración de cien vecinos empadronados en el municipio, 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 en la iniciativa más de 50 villanovenses. Las inscripciones se pueden realizar 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.

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.

El Programa Fifty-Fifty 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. Más información en [www.programafiftyfifty.org](http://www.programafiftyfifty.org).

### **Reconocido mundialmente**

El cardiólogo Valentín Fuster compagina actualmente sus funciones como director general del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares Carlos III (CNIC) de Madrid, director del Instituto Cardiovascular y "Physician-in-Chief" del Mount Sinai Medical Center de Nueva York. Ha sido nombrado Doctor Honoris Causa en más de treinta universidades de prestigio y recibido los máximos galardones de investigación además del Premio Príncipe de Asturias de Investigación. Más información en [www.cenic.es](http://www.cenic.es)