

## Pediatría en movimiento: Las niñas y jóvenes de Illescas



La campaña *on line* “**Movimiento Actívate, por una generación saludable**” estuvo promovida por la *Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (AECOSAN)* del *Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad* en 2015.

E iba dirigida a los **adolescentes de 13 a 17 años**. Tenía por objetivo sensibilizar e informar sobre la importancia de adquirir hábitos saludables tales como **hacer una alimentación saludable**, variada y equilibrada y **practicar actividad física de forma habitual**, reduciendo así los comportamientos sedentarios en las actividades diarias y de ocio, todo ello para prevenir la obesidad.

Algunos pediatras de Atención Primaria consiguieron movilizar a los niños y jóvenes de su entorno y sensibilizarlos en la importancia de realizar cualquier tipo de actividad física de forma habitual.

Aquí tenemos a la [Pediatría en movimiento: Las niñas y jóvenes de Illescas](#)

### Palabras clave:

[actividad física](#)

[deporte](#)

[niñas](#)

[adolescentes](#)

[pediatría](#)

### Recursos relacionados:

25 Razones para practicar deporte

Consejos sobre actividad física para niños y adolescentes