در مرکز بهداشت شهرستان بویراحمد، برگزار شد:

**کارگاه آموزشی حرکات کششی و تحرک در دانش آموزان +تصاویر**

سرپرست مرکز بهداشت شهرستان بویراحمد از اجرای کارگاه آموزشی حرکات کششی و تحرک در دانش آموزان خبر داد و گفت: طبق گزارش سازمان جهانی بهداشت، کم تحرکی یکی از عوامل خطر ساز سلامت در کودکان و نوجوانان است.

به گزارش روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی یاسوج؛ دکتر محسن مرادی در کارگاه آموزشی حرکات کششی و تحرک در دانش آموزان، اظهار داشت: نوجوانان سرمایه های آینده و نیروی کار پویا در راه توسعه در هر کشور می باشند و حدود 35 درصد جمعیت کشورمان را این گروه سنی تشکیل داده اند.

وی ادام داد: در واقع سبك زندگي پرتحرك در كودكان و نوجوانان، از رفتارهاي بهداشتي پيشگيري کننده محسوب می گردد.

دکتر مرادی با بیان اینکه چاقی و اضافه وزن مقدمه بیماری است، افزود: طبق آمار سازمان جهانی بهداشت در سال 2003 ميلادي، 9 ميليون مرگ در جهان در سال بر اثر بي‌تحرکي رخ داده است.

وی با اشاره به اینکه هر قدر دانش آموزان کم تحرک باشند، دچار فقر حرکتی می‌شوند و اندام‌های حیاتی بدن آنها کارایی خود را از دست خواهد داد، ادامه داد: چاقی مفرط ناشی از کم تحرکی، بیماری‌های مانند دیابت، قلب و عروق، پوکی استخوان و آرتروز را به همراه دارد.

وی خاطرنشان کرد: داشتن جامعه سالم مستلزم داشتن كودكان و نوجواناني سالم است، براي همين لازم است همه در جهت پرورش چنين نسلي تلاش كنيم.

بر پایه این خبر، کارگاه آموزشی حرکات کششی و تحرک در دانش آموزان، با همت واحد سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس مرکزبهداشت شهرستان بویراحمد و با حضور 78 نفر از مربیان تربیت بدنی، رابطین سلامت و مربیان بهداشت مدارس مروج سلامت در سالن اجتماعات مرکز بهداشت بویراحمد، برگزار گردید.7-15-142

خبر: مهران قاسمی



