

Inicia la Revolución Deportiva: Despegan las Unidades Activas de Ejercicio Físico en Madrid



En un paso audaz hacia la salud y el bienestar, Madrid da vida a las "**Unidades Activas de Ejercicio Físico**" (UAEFs). Con más de cien entidades locales listas para ejecutar el programa "Madrid, Región Activa", el panorama de la actividad física y la salud toma un nuevo giro emocionante.

Desde los primeros días del movimiento "Receta Deportiva" hasta la actualidad, el camino hacia la creación de las UAEFs ha sido una travesía que ha superado las barreras de la pandemia. Este proyecto, concebido en tiempos de pre-COVID-19, se materializa ahora como **una solución integral para combatir la inactividad, el sedentarismo y la obesidad.**

En el corazón de este avance se encuentran los profesionales del deporte, especialmente los titulados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, quienes desempeñarán un papel crucial como enlaces entre los servicios sanitarios y los servicios deportivos municipales. Para prepararlos, el Consejo Superior de Deportes ha impartido el **"Curso básico de Diseño de Programas de Actividad y Ejercicio Físico Saludable (AFBS)"** en cinco ediciones exitosas.

El compromiso de las entidades locales y la colaboración institucional son clave en esta iniciativa, respaldada por la orden publicada por la Comunidad de Madrid y alineada con el **"Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia"**. La implementación de planes autonómicos de prescripción de ejercicio físico se presenta como un paso estratégico hacia una Madrid más activa y saludable.

Fuente: [Gym factory](#)

Link to Original article: <https://www.valgo.es//w/valgo/34180/blog?elem=310691>