



El Instituto Puleva de Nutrición y el Ayuntamiento de Málaga promueven talleres de hábitos saludables para personas mayores

- *En los talleres se ofrecen charlas con consejos prácticos para promover un estilo de vida saludable entre las personas mayores, impartidos por una dietista-nutricionista del Instituto Puleva de Nutrición*
- *Se trata de una iniciativa en colaboración con el Ayuntamiento de Málaga, que recorrerá once centros de mayores de la capital entre el 14 y el 18 de octubre*

Málaga, 14 de octubre de 2024. La asociación de personas mayores “*Campos de Laurel*” ha acogido la presentación del ciclo de talleres de hábitos saludables, organizado por el Instituto Puleva de Nutrición con la colaboración del Área de Derechos Sociales del Ayuntamiento de Málaga, que recorrerá once centros de la capital desde hoy, lunes, día 14, y hasta el viernes, 18 de octubre.

Los talleres constan de charlas con consejos prácticos para promover un estilo de vida saludable entre las personas mayores y son impartidas por una dietista-nutricionista del Instituto Puleva de Nutrición. Con ésta, son cuatro las ciudades andaluzas que se suman a esta iniciativa que tuvo su origen en Granada, en colaboración con la Universidad de Granada, y que se ha extendido a Córdoba, Almería, y ahora también a Málaga.

A la presentación ha acudido el concejal delegado de Derechos Sociales, Diversidad, Igualdad y Accesibilidad, Francisco Cantos, quien ha valorado positivamente la realización de estos talleres “que van a contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas mayores con el simple gesto de aplicar unos hábitos saludables”. En este sentido, el concejal destacado que esta iniciativa del Instituto Puleva de Nutrición va en la línea del Plan de Envejecimiento Activo del Ayuntamiento, en el que se desarrollan distintas acciones para fomentar la autonomía y potenciar la actividad física y psíquica de las personas mayores de la ciudad.

Por su parte, el coordinador científico del Instituto Puleva de Nutrición, Federico Lara, ha indicado que la iniciativa muestra el compromiso de la marca láctea con la salud y con la ciudad de Málaga, en la que a través de estas charlas “vamos a intentar transmitir hábitos de vida saludable con el objetivo de promover un estilo de vida activo, así como fortalecer el bienestar físico y emocional de nuestros mayores”.

En cada actividad participan alrededor de 50 personas, por lo que al finalizar este programa se estima que más de 500 mayores malagueños habrán aprendido buenos hábitos para mejorar su estilo de vida desde el punto de vista nutricional.

Sobre el Instituto Puleva de Nutrición



El Instituto Puleva de Nutrición (IPN) promueve desde sus comienzos la investigación científica principalmente en el ámbito de la nutrición y la salud: nutrición infantil, salud cardiovascular, ósea, digestiva, etc. así como la divulgación de contenidos científicos de calidad, a través de iniciativas como este ciclo de talleres o del blog “Un vaso de ciencia”, disponible en la web del Instituto Puleva de Nutrición.

Cuenta con la asesoría permanente de un comité científico, del que forman parte algunos de los expertos de mayor prestigio en el ámbito nacional e internacional. De este modo, el rigor científico es uno de los rasgos que caracteriza todas las acciones del Instituto Puleva de Nutrición, sin dejar de lado otros objetivos como son la innovación en la producción de materiales científicos y la voluntad de generar diálogo social.

**Para más información de
Instituto Puleva de Nutrición:**

Torres y Carrera
Bárbara Navarro / Renata del Valle
Tel. 629 279 054 / 649 99 09 81
bnavarro@torresycarrera.com
rdelvalle@torresycarrera.com