

# Girona, primera en el Repte Saludable de l'atenció primària

**Els CAPs de Cassà i l'Escala són dels que han sumat més passes en una iniciativa contra el sedentarisme**

Ddg 04.05.2019 | 01:14

Els centres d'atenció primària gironins són els que han aconseguit millors resultats en el Repte Saludable, una iniciativa proposada per la Generalitat per commemorar el Dia Mundial de l'Activitat Física (6 d'abril) i promoure els hàbits saludables.

L'atenció primària gironina és la que ha aconseguit sumar més passes en el repte, que convidava les diferents àrees bàsiques de salut catalanes a caminar i registrar l'activitat en una aplicació mòbil.

Entre les àrees bàsiques de salut que han aconseguit més passes pel Repte Saludable hi ha Cassà de la Selva i l'Escala, que amb més de 6 milions de passes, s'ha situat en cinquena posició.

La iniciativa anava dirigida als professionals dels equips d'atenció primària catalans i als seus usuaris i era una competició entre Àrees Bàsiques de Salut: guanyava qui més passes registrava durant el mes d'abril a través de l'aplicació de mòbil O10K-Objectiu 10.000.

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana que un adult faci un mínim de 10.000 passes diàries per mantenir una vida activa i combatre així el sedentarisme.

Per a participar al Repte Saludable, només calia descarregar-se l'aplicació de mòbil O10K-Objectiu 10.000 de manera gratuïta i donar-se d'alta a l'apartat de Reptes. La competició acabava dimarts a la mitjanit i els equips guanyadors han obtingut diferents reconeixements.

Publicat a: Diari de Girona, 4 de maig de 2019

Font del document: <https://www.diaridegirona.cat/comarques/2019/05/04/girona-primera-repte-saludable-latencio/978227.html>

