

El sanrafaelino Gastón García disertará en San Luis sobre la evaluación de la aptitud física escolar

17/04/2024



Gastón García es un docente sanrafaelino que disertará en San Luis sobre la evaluación de la aptitud física escolar, presentando la batería de test ALPHA – Fitness. Sobre ello adelantó algunos detalles en diálogo con FM Vos (94.5) y con Diario San Rafael.

García trabaja en esta temática desde hace más de diez años, con un grupo de investigación abocado a la misma. “Hicimos publicaciones al respecto, y lo que intentamos hacer es mostrar una serie de pruebas que, con el análisis de los resultados, como profesor de Educación Física en la escuela, me permite anticiparme a las enfermedades metabólicas como la

diabetes, la obesidad, todas las enfermedades no transmisibles”, señaló y agregó que de manera simple y de bajo costo, “el profesor tiene una herramienta muy poderosa para la salud”.

Aclaró que de lo que participará en San Luis será de un congreso, donde lo que hará será mostrar una batería de información de manera práctica, mostrar por qué es importante, cómo se aplica lo hará en formato taller y lo más rico de todo: la devolución.

“Esto no solamente es importante para el estudiante, sino para todo el entorno que lo rodea (padres, amigos, compañeros), ya que es muy importante anticiparse en el tiempo y poner estrategias que deben estar acordes a la ciudad, al contexto, a la escuela, y hay que empezar a trabajarlo”, resaltó Gastón y añadió que “son temáticas que hay que abordarlas, porque las enfermedades se están generando mucho más rápido de lo que nosotros pronosticábamos, y eso genera otras problemáticas como desarrollo del lenguaje, la capacidad de capacitarse con el otro, sujetos que son menos sociables”.

Se puede conocer más buscando en internet “Batería ALPHA – Fitness”, que beneficia desde los 10 a los 18 años. “La batería lo que busca es medir e ir a buscar a aquellos que, en el futuro, van a estar muy mal por lo que es una herramienta muy poderosa”, aseguró.

La presentación en San Luis de García será mañana viernes, pero la intención es llevarlo también a Neuquén, Tucumán y otros puntos del país.