

# Impulsan un proyecto de nutrición y prevención de lesiones para jóvenes futbolistas

27/05/2024



La representante Vendimial de Ciudad, Sofía Mancini, ha implementado un proyecto sociocomunitario innovador que busca mejorar la salud y el rendimiento de los jóvenes futbolistas de la región. Aprovechando su formación en nutrición, Mancini se enfocó en proporcionar asesoramiento nutricional y prevención de lesiones a los niños que participan en los clubes de fútbol de divisiones inferiores.

“Cuando fui elegida reina de la ciudad, cada representante Vendimial tenía que presentar su proyecto sociocomunitario. Yo representé al Club Sportivo Balloffet y decidí continuar trabajando con los clubes de San Rafael”, explicó Mancini a Diario San Rafael y FM Vos 94.5. Su compromiso ha sido claro:

“Siempre he querido aportar al desarrollo y la formación de nuestros niños, especialmente aquellos que practican fútbol en nuestro departamento”.

El proyecto de Mancini consistió en una serie de charlas y capacitaciones. “Se dieron charlas sobre lesiones y luego charlas nutricionales, abordando el cuidado de los alimentos, qué consumir antes de un partido y el crecimiento adecuado”, detalló. Además, se realizaron chequeos de peso y talla a los niños, con la participación activa de sus padres.

El impacto del proyecto ha sido significativo. Aunque inicialmente estaba destinado solo a los clubes de la ciudad, Mancini logró expandirlo a todos los clubes del departamento, gracias a la colaboración con el área de salud y deporte del municipio y la Liga de Fútbol de San Rafael. “Hicimos una prueba piloto en el club Cuadro Benegas y luego en Las Paredes”, comentó. La expansión del proyecto se logró tras una reunión con Horacio Gómez, director de deporte, y Coco Álvarez, del área de salud. “Lo abarcamos a todos los clubes, tanto de la A como de la B”, añadió.

El proyecto también incluye la atención psicológica para los equipos de primera división. “A la primera división se le van a hacer charlas psicológicas”, señaló Mancini, destacando la integralidad de su propuesta.

La periodicidad de las actividades ha sido cuidadosamente coordinada. “Lo hemos hecho hace dos semanas, el día viernes en el club Cuadro Benegas y la próxima semana, el otro viernes, estuvimos en el club Las Paredes”, explicó. Mancini y su equipo trabajan conjuntamente para encontrar fechas que acomoden las responsabilidades de todos los involucrados. “Estamos armando el cronograma para venir un poco acá a la ciudad y visitar Quiroga, El Porvenir y San Luis”, anticipó.

El proyecto ha sido bien recibido por la comunidad futbolística y las familias. “Al terminar las charlas, los padres nos agradecen porque los chequeos continúan con un tratamiento, lo cual es importante tanto para las familias como para los clubes”, afirmó Mancini. La clave del éxito radica en la continuidad de estos tratamientos, asegurándose

de que no queden en un simple chequeo ocasional.

Mancini también expresó su satisfacción personal con el desarrollo del proyecto. “Para mí, ha sido una experiencia increíble. Siempre me ha gustado el fútbol y estar involucrada directamente en los clubes me llena de orgullo”, confesó. Resaltó la importancia de que su proyecto no se quede solo en la teoría y logre tener un impacto real. “Es increíble la cantidad de niños y padres que asisten y les interesa sobre todo la charla, que es lo más importante”, añadió.

Con el éxito inicial de su proyecto, Mancini y su equipo planean continuar visitando clubes a lo largo del año, completando el cronograma y extendiendo los beneficios a la mayor cantidad de jóvenes deportistas posible. “Gracias a Dios tuvimos la oportunidad de que todo saliera excelente, así que vamos para adelante”, concluyó.