

Valgo - Blog

<https://www.valgo.es/>

Día Europeo de la Obesidad

El Día Europeo de la Obesidad, campaña creada por la Asociación Europea para el Estudio de la Obesidad, se lleva a cabo el 21 de mayo y tiene como objetivo aumentar la conciencia sobre la obesidad y el gran número de enfermedades en las que influye. El tema para el Día Europeo de la Obesidad de este año será la "Acción para un futuro más saludable".

El objetivo de esta jornada es incrementar el conocimiento y la comprensión de la necesidad de actuar tanto a nivel europeo como nacional para mejorar la prevención, tratamiento y atención de esta enfermedad. Al mismo tiempo, esta campaña apoya los ciudadanos europeos que tienen sobrepeso o padecen obesidad a hacer cambios de estilo de vida para controlar su peso y mejorar su salud y calidad de vida en general.

Aunque el Día Europeo de la Obesidad está reconocido como una jornada de sensibilización y concienciación a nivel internacional, tienen también lugar diferentes iniciativas de gran importancia en torno a este día. Entre otras acciones, se realizarán eventos a nivel local, nacional e internacional que tendrán lugar en torno a este día

El primer Día Europeo de la Obesidad se llevó a cabo en mayo de 2010; desde entonces, ha crecido hasta convertirse en un gran evento en un gran número de países europeos.

Se han realizado diferentes actividades y eventos relacionados con este aspecto, como jornadas de concienciación, sesiones de información y diversas actividades de actividad física para la potenciación de este aspecto tan importante para la lucha contra la obesidad. Hay muchas iniciativas y acciones que apoyan la realización de los cambios necesarios para que la población mejore su salud y la calidad de vida en general.

Desde Valgo fomentamos la lucha contra la Obesidad a través de la consecución de hábitos saludables, alimentación adecuada y realización de ejercicio físico.

Si quieres más información sobre el Día Europeo de la Obesidad, haz click [aquí](#)

Link to Original article: <https://www.valgo.es/blog/dia-europeo-de-la-obesidad?elem=175241>