

**IIDCA - Noticias**

<https://www.iidca.net/>

## **Países Bajos intentará que el 75% de su población sea activa para en el 2040**



El gobierno se ha fijado el objetivo de que, para 2040, el 75% de la población siga una rutina de actividad física. Según las cifras oficiales, en el 2022 sólo el 44% de la

población holandesa no es sedentaria, porcentaje que viene en baja por lo cual el gobierno piensa accionar para mejorar la calidad de vida y reducir costos en salud pública.

La actividad física, el manejo del estrés y la alimentación son los ejes claves, cosa que sólo por estudios se ha comprobado que la población viene cada vez comiendo más vegetales y alimentos sin azúcares agregados, así como ultra procesados.

### **¿Qué oportunidades y posibilidades vendrán para los profesionales del Fitness?**

Los profesionales de la salud, el deporte, el fitness, la fisioterapia, el bienestar y la educación han formado un vínculo importante, pero deben poder y querer mirar más allá de los límites de su propio campo. Actualmente, existe un proyecto en marcha del miembro IIDCA “Fundación New Health”, que reúne a dichos profesionales en pos de cambiar el estilo de vida a nivel mundial. Se está creando una carrera de “Promotor de Vida Saludable”, con el fin de que cada profesional interactúe desde su campo generando una sinergia con los otros profesionales para generar una prevención de enfermedades a través de los tres factores que nombramos anteriormente.

En dicha formación de fitness, los profesionales trabajarán con sus alumnos sobre el ejercicio, nutrición, sueño, gestión del estrés, felicidad, cambio de mentalidad y comportamiento; para que, además del entrenamiento físico, también puedan apoyar un estilo de vida más saludable. Es cierto que los practicantes del fitness pueden aprovechar esto, ya que muchas personas lo abandonan demasiado rápido, incluso antes de haber integrado los nuevos aspectos de un estilo de vida más saludable en su estilo de vida.

### **¿Qué opinas del rol del Fitness dentro de una política de estado?**

**Link to Original article:** <https://www.iidca.net/noticias-news/paises-bajos-intentara-que-el-75-de-su-poblacion-sea-activa-para-en-el-2040?elem=307818>