

Madrid Respira es una iniciativa de Neumomadrid y el Ayuntamiento de Madrid, que se celebrará por segundo año consecutivo el próximo sábado 30 de septiembre en los Jardines del Buen Retiro (Madrid) de 11 a 14 horas y de 16 a 19 horas. Su objetivo es divulgar entre la población general la importancia y el conocimiento de tener una buena salud respiratoria en un ambiente de aire puro como el parque del Retiro, a través de una serie de actividades didácticas, pero también divertidas, para que los ciudadanos se sientan involucrados en la prevención de las enfermedades respiratorias.

La jornada consiste en un circuito por el Retiro con una serie de actividades lúdico-formativas. En la salida, los participantes recibirán un 'pasaporte' para ir cumplimentando a medida que avanzan en el recorrido. Los asistentes tendrán la posibilidad de realizar una espirometría u otras pruebas que medirán su capacidad respiratoria y para el ejercicio físico.

También habrá espacios para formar sobre una nutrición adecuada, no fumar o el fitness inmunológico, y se darán a conocer otras recomendaciones saludables como los hábitos del sueño, la vacunación, el medio ambiente, etc. En la ruta también habrá un concurso de preguntas y respuestas, y la posibilidad de llevarse diversos regalos y material formativo. Además, los participantes podrán visitar la oxineta.

El evento cuenta con el patrocinio de GSK, Oximesa, Fundación Jiménez Díaz, Caser y el Grupo SANED, y la colaboración de Essenzial, Sibelmed, Healthing, Sociedad Española del Sueño (SES), Apepoc, Fenaer, Fundación Real Madrid, Federación Española de Baloncesto, Real Federación Española de Balonmano, Instituto Español de Mediación Deportiva y Pacificación (IEMEDEP) y Sabicol.

Desde Neumomadrid os invitamos a que vengáis al Retiro con vuestra familia y amigos y participéis en "Madrid Respira" el sábado 30 de septiembre.

Puedes encontrar más información en la página web del evento con actualización de los contenidos en los próximos días. <https://www.neumomadrid.org/madrid-respira/>

Felipe Villar Álvarez
Vicepresidente Neumomadrid