



Tulancingo de Bravo, Hgo. 08 de noviembre del 2018
Boletín 100 -2018

Premiación del concurso “+ Actitud – Kilos” en la UPT.

Con el objetivo de crear conciencia por la salud e iniciar con buenos hábitos alimenticios y activación física para mejorar la calidad de vida, se llevó a cabo el concurso “+Actitud –Kilos” en la Universidad Politécnica de Tulancingo, el cual era un reto que consistía en conformar equipos de 4 integrantes y durante 10 semanas practicar algún ejercicio y comer de manera saludable para bajar de peso; el equipo ganador sería aquel que bajara más peso, sin hacer uso de medicamentos o dejando de comer.

Dicho concurso comenzó con nueve equipos, ocho de ellos pertenecen a estudiantes y personal de la UPT; así como uno proviene al municipio de Cuautepec. Es importante precisar que uno de los requisitos para participar, fue contar con un índice de masa corporal (IMC) mayor a 30 para que se encuentren en las mismas condiciones.

El reto, se llevó a cabo gracias al patrocinio de: Grupo Renace, Clínica Tulancingo y el Gimnasio News Gym Fitness, quienes otorgaron orientación a los participantes con respecto a cómo llevar una vida equilibrada y saludable; de esta manera continuar con una mejor calidad de vida y de esta manera prevenir la obesidad y el sobrepeso.

“Civil Fit” resultó como equipo ganador del reto organizado por la UPT; integrado por José Antonio Ramírez Calderón, Isaac Francisco Torres García, José Raúl Guerrero Cruz y Pablo Daniel Picasso Pastrana, quienes en grupo bajaron 41 kilos durante las 10 semanas que duró el reto, cumpliendo retos semanalmente, así como la asistencia a las actividades que desarrollaron los patrocinadores.

El rector de la institución, Arturo Gil Borja, felicitó a los participantes por los resultados obtenidos, además de hacer entrega del premio en efectivo por 8 mil pesos, exhortó a los concursantes continuar con alimentación equilibrada y activación física, con la finalidad de evitar enfermedades derivadas de la obesidad y sobrepeso.



UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE TULANCINGO

