

# ¡Queremos agradecerle por su participación en el programa COACH!

## ¿En qué consistió el programa COACH?

Como recordatorio, el Programa COACH fue un estudio médico diseñado para probar un nuevo enfoque para ayudar a prevenir y tratar la obesidad infantil. La obesidad es uno de los mayores problemas de salud que enfrentan los niños hoy en día. Como todos sabemos, es muy difícil saber cómo ayudar. COACH fue una asociación entre Metro Nashville Parks and Recreation y el Departamento de Pediatría del Hospital de Niños de Vanderbilt.

## ¿Qué logramos?

117 familias de la comunidad latina en Nashville participaron en el programa. La mitad de las familias participó en el programa del estilo de vida saludable en los Centros de Parques y Recreación. La otra mitad de las familias participó en el programa de preparación escolar desarrollado por la Biblioteca Pública de Nashville. También realizamos grupos de enfoque con algunos de ustedes. Gracias por participar en este programa.



## ¿Qué aprendimos?

*¡El programa COACH fue un éxito!*

*Las familias que atendieron a las sesiones familiares en los Centros de Parques y Recreación de Nashville y recibieron las llamadas telefónicas de entrenamiento aprendieron:*

- Hábitos más saludables para el crecimiento de los niños durante el año.
- Que los niños deben comer más vegetales.
- Que los niños deben comer bocadillos más saludables.
- A sentirse padres más seguros al elegir alimentos saludables.
- A sentirse padres más comprometidos para realizar actividad física con sus hijos.

## ¿Qué sigue para nosotros?

*Estamos corriendo la voz sobre el éxito de este programa. Estamos informando a los médicos de todo el país sobre lo que aprendimos aquí en Nashville. También estamos informando a nuestra comunidad sobre lo que aprendimos.*

## ¿Qué sigue para usted?

*¡Hay que seguir con el buen trabajo! Puede seguir tomando decisiones saludables para su familia. Puede seguir realizando actividad física usando el Centro de Parques y Recreación. Estamos muy orgullosos de usted.*

*¡Muchas Gracias por su participación!*