

En el Ecuador...

Por tu
salud..
Muévete 
Ciclovía recreativa



Sólo 1 de cada 4
ecuatorianos entre
19 y 59 años que
viven en áreas
urbanas, hacen
actividad física

La solución:

Si eres adulto práctica 30 minutos de actividad física diariamente.

Si eres niño /a o adolescente realiza 60 30 minutos de actividad física diariamente.

Avanzamos
Patria!

 Ministerio
de Salud Pública

