

## MÁS DE 8.000 VISITANTES ACUDEN A NATURA MÁLAGA, QUE CUMPLE DIEZ AÑOS CON UN CRECIMIENTO DEL PÚBLICO PROFESIONAL

**Natura Málaga, Feria de Vida Saludable y Sostenible, ha cerrado hoy las puertas de su décima edición, la mayor hasta el momento con una amplia oferta de productos de la mano de más de 150 expositores, en el Palacio de Ferias y Congresos de Málaga (Fycma). Más de 8.000 personas han visitado el evento para participar en las más de 120 actividades paralelas vinculadas a mejorar el bienestar físico y emocional, concienciar sobre el cuidado medioambiental y conocer pautas referidas a la crianza y la maternidad, temas protagonistas en esta edición que ha acogido el V Foro Mi Matrona**

Más de 8.000 personas se han dado cita este fin de semana en la Feria de Vida Saludable y Sostenible, Natura Málaga, que ha despedido hoy su décima edición con un notable crecimiento en sus indicadores de participación. Así, la afluencia de asistentes se ha caracterizado por el aumento del visitante profesional y por un público general con alto interés en el producto ecológico certificado y capacidad de consumo. En este sentido, la presencia de este artículo ha ganado protagonismo con más de 40 expositores, representando el 30 por ciento de la oferta del salón.

El encuentro ha contado con una variada programación con más de 120 propuestas en las que han destacado las actividades infantiles, para familias y futuros padres, cuyas temáticas sobre crianza y educación han sido temas protagonistas en esta edición. En este sentido, durante las jornadas de ayer sábado y hoy se ha estado celebrando el V Foro Mi Matrona, organizado por Centro Mi Matrona, con la presencia de Armando Bastida, enfermero de pediatría y experto en salud, educación y alimentación infantil. Al encuentro han asistido más de 1.000 personas, con un perfil definido por futuros padres y familias con bebés y niños. Bastida, que ha versado sobre cómo ser padres y educar con sentido común, se ha referido al momento en que los “bebés llegan a casa”. Así, ha destacado la importancia de “tratar de dar mucha voz al bebé” en sus primeros meses de vida, pues “cuando el niño llora hay que atenderlo” sin temor a que ese hecho influya en los futuros actos del bebé. Ha recomendado a los padres a “no dejarse llevar por las voces ajenas” en este aspecto “y hacer lo que les nace de dentro”, siguiendo el instinto que les lleva a agarrar al bebé en brazos cuando rompe a llorar. Por otra parte, Bastida ha hablado sobre la etapa “a partir del año y medio o dos años cuando las necesidades de los niños ya no son básicas”, a lo que ha hecho referencia como “la primera adolescencia”. Ante esto, ha afirmado que es fundamental “ayudarles a entender las emociones, ponerles voz, no ignorarles y escucharles”, para que su educación fluya lo más acertadamente posible.

Como novedad, durante la jornada de hoy, los visitantes han accedido también al I Encuentro de Madres Blogueras organizado por la comunidad virtual ‘Madres Enredadas’, donde se han abordado temas relacionados con belleza y salud, *mindfulness* y herramientas para optimizar el tiempo, entre otros.

En la ‘Natuteca’, promovida por la Unión de Consumidores de Málaga (UCE-Málaga), los más pequeños han seguido disfrutando con los talleres de manualidades y aprendiendo a cuidar de su entorno a través de actividades sobre el reciclaje y aprovechamiento de recursos. Durante todo el fin de semana han compartido sesiones para tomar conciencia sobre la conservación de los espacios litorales malagueños, de la mano de Aula del Mar en colaboración con el Museo Alborania. Además, han estado

aprendiendo a montar en bicicleta junto a la Asociación Ruedas Redondas y a cultivar su propio huerto urbano con la ayuda de Huertum.

En cuanto a la zona expositiva, esta convocatoria ha aumentado el número de empresas representadas, ocupando la totalidad del pabellón 2 del recinto, con más de 150 productores, distribuidores y firmas de toda España especializadas en productos ecológicos certificados, alimentación y gastronomía, técnicas complementarias para el bienestar físico y emocional, crianza, cosmética natural, movilidad sostenible y artesanía. Cabe señalar que la marca promocional de productos agroalimentarios de la provincia impulsada por la Diputación de Málaga, 'Sabor a Málaga', ha aumentado en esta edición su participación con más de una decena de empresas, incrementando así la presencia del producto autóctono.

### Actividades orientadas al bienestar personal

En cuanto a los talleres de yoga, organizados por el Instituto de Estudios del Yoga, han tenido gran afluencia de público que han profundizado en esta disciplina desde diferentes perspectivas, como el *Yin yoga*, *pure indian hatha yoga* o *Kundalini yoga*. La Organización Colegial Naturopática 'VIX Natura Regeneratrix' Fenaco también ha tenido especial protagonismo en esta parte de la programación gracias a sus talleres físicos sobre quiromasaje infantil, entre otros, así como por las ponencias que han promovido, tal como la que ha abordado hoy sobre la técnica de las flores de *bach*. Durante el fin de semana han incluido también talleres de iniciación al pilates o kinesiología, entre otros.

La 'Naturaula', un espacio ya consolidado en la feria, ha contado con la participación de expertos en nutrición como Pilar Galacho, que ha hablado sobre la celiaquía y la alternativa de alimentos ecológicos sin gluten. Durante los días de celebración de Natura, han participado otros especialistas que han tratado la alimentación individual como base para cuidar la salud, el uso de las plantas medicinales y cultivos bio o el cuidado de la columna vertebral a través de técnicas como la quiropráctica. Hoy se ha versado sobre las opciones nutricionales de zumos y batidos vegetales o las posibilidades de la apiterapia -usos y beneficios de la materia proveniente de las abejas-, entre otros temas. Por otra parte, y en colaboración con los profesionales del centro especializado Mi Matrona, se ha tratado la maternidad desde una perspectiva integral, incluyendo aspectos relacionados con la salud femenina, la crianza y la educación. En concreto, se han abordado temas como la fertilidad natural, el nacimiento o posparto, así como la lactancia o disciplina positiva en niños.

Natura Málaga, que permanecerá abierto hoy hasta las 19.30 horas, ha estado organizada por el Palacio de Ferias y Congresos de Málaga –dependiente del Ayuntamiento de la ciudad-. Cuenta con la colaboración de la marca promocional de productos agroalimentarios de la provincia, impulsada por la Diputación de Málaga, 'Sabor a Málaga'; del programa municipal de concienciación Málaga cómo te quiero!?!; la Organización Colegial Naturopática 'VIX Natura Regeneratrix' Fenaco; el Instituto de Estudios del Yoga; Centro Mi Matrona; la Unión de Consumidores de Málaga y Toys'R'Us.

Toda la información sobre la feria está disponible en [www.naturamalaga.com](http://www.naturamalaga.com), en la página de [Facebook](#) y en el perfil de Twitter @NaturaMLG