

jueves 14 de noviembre de 2024

Carpas de salud y actividades de bienestar en La Laguna para concienciar sobre la diabetes

El evento, organizado con motivo del Día Mundial de la Diabetes, contará con una serie de carpas temáticas en las plazas de la Catedral, Los Andenes, El Ramal y El Tranvía, con talleres, charlas y actividades saludables, entre otras acciones



La Laguna se une mañana jueves, 14 de noviembre, a la conmemoración del Día Mundial de la Diabetes con una serie de actividades de salud y bienestar distribuidas en distintos puntos del municipio. La plaza de la Catedral será el epicentro de la celebración, mientras que otras plazas como El Tranvía, El Ramal y Los Andenes también albergarán actividades en simultáneo para llevar este mensaje de prevención al mayor número de personas posible.

Organizado por el Ayuntamiento de La Laguna, a través de la concejalías de Sanidad y de Juventud y Educación, con el apoyo de las Zonas Básicas de Salud de La Laguna, Servicio Canario de Salud (SCS), Colegio Oficial de Farmacéuticos de Santa Cruz de Tenerife y la Federación de Asociaciones de Diabetes de Canarias (FAdiCAN), este evento busca sensibilizar a la ciudadanía sobre la importancia de adoptar hábitos saludables para prevenir la diabetes y mejorar la calidad

de vida de quienes ya la padecen.

El edil de Sanidad, Domingo Galván, subrayó la relevancia de acercar a las familias estas herramientas y conocimientos para afrontar la diabetes de forma adecuada. “Con este evento buscamos crear un espacio en el que las personas con diabetes de todas las edades se sientan apoyadas y puedan resolver sus dudas con expertos en el área”, manifestó.

Por su parte, el edil de Juventud y Educación, Sergio Eiroa, incidió en la necesidad de fomentar la adopción de hábitos saludables desde edades tempranas para prevenir enfermedades como la diabetes. “Queremos que los jóvenes y la población en general se informen y aprendan cómo cuidar de su salud”, señaló, agradeciendo el trabajo conjunto de las entidades colaboradoras en esta jornada de sensibilización.

La lectura de un manifiesto a cargo de FAdiCAN, a las 10:30 horas, marcará el inicio de la agenda de actividades prevista en la plaza de la Catedral, organizada por la Zona Básica de Salud de La Laguna -Universidad, San

Benito y Las Mercedes con la colaboración municipal. Este espacio emblemático de la ciudad acogerá hasta las 18:00 horas un área específica de bienestar emocional, con talleres gratuitos de mindfulness de 45 minutos para disfrute del público.

Por parte del Colegio Oficial de Farmacéuticos se habilitará una carpa de Farmacia, en la que los asistentes podrán realizar el test de Findrisk, una prueba de detección temprana de la diabetes. En este punto de información, los profesionales del ámbito farmacéutico atenderán las dudas y consultas ciudadanas que puedan plantearse sobre el tratamiento farmacológico, la detección precoz y el control de la enfermedad.

La correcta alimentación ocupará otra de las áreas destacadas en la programación, para acercar a los asistentes consejos prácticos y recetas saludables. Se contará también con un espacio destinado a promover la actividad física con sesiones de zumba dirigidas por un monitor deportivo, para brindar a los participantes la oportunidad de ejercitarse y aprender sobre las ventajas del deporte para la salud.

A cargo de la Asociación de Diabetes de Tenerife (ADT) se impartirán charlas de la mano de profesionales en el campo de la psicología, quienes abordarán temas relacionados con la salud mental y la gestión de las emociones. La jornada incluirá, además, un área diseñada especialmente para el público infantil y juvenil, con juegos y actividades relacionadas con la alimentación sana y equilibrada, promoviendo en los más pequeños y jóvenes hábitos beneficiosos que puedan mantener en su rutina diaria y trasladar este mensaje en el seno de sus familias.

Zonas Básicas de Salud de La Cuesta, Taco y Tejina

De manera paralela, las plazas de El Tranvía, Los Andenes y El Ramal también acogerán mañana miércoles, 14 de noviembre, diferentes talleres y actividades.

Las acciones de sensibilización en la plaza El Ramal, organizadas por la Zona Básica de Salud de Tejina, tendrán su desarrollo desde las 8:30 hasta las 14:00 horas. A las 9:30 horas se iniciará un taller de alimentación, seguido a las 10:30 horas por un taller sobre el cuidado de los pies diabéticos. A las 11:30 horas, se llevará a cabo una charla de la Escuela de Pacientes, y a las 12:30 horas se representarán diferentes situaciones de salud y emergencia relacionadas con la diabetes. Finalmente, a las 13:30 horas, se realizará una actividad de ejercicios físicos básicos. Además, se ofrecerá un desayuno saludable entre el público presente.

En la plaza de El Tranvía, de la mano de la Zona Básica de Salud de La Cuesta-Finca España, de 9:00 a 13:00 horas, se impartirán diferentes talleres: 'La ventita saludable', 'Pie diabético y autocuidado' y 'Actividad física', incluyendo un desayuno saludable entre los asistentes. La agenda prevista en la plaza de Los Andenes, impulsada por la Zona Básica de Salud de Taco-Tíncer, se extenderá de 10:00 a 13:00 horas, acercando también al público talleres de alimentación, actividad física, desayuno y estilo de vida saludable.