

Más de 800 personas aprenden en la localidad cordobesa de La Victoria hábitos saludables para mejorar su calidad de vida

La Consejería de Salud ha organizado la I Semana Sana que se enmarca en el proyecto de Red de Acción Local en Salud

Más de 800 personas de La Victoria, Córdoba, han participado en las actividades organizadas para la I Semana Sana puesta en marcha por la Consejería de Salud en colaboración con el Ayuntamiento de este municipio con el objetivo de que los ciudadanos aprendan hábitos saludables para mejorar su calidad de vida.

La I Semana Sana de La Victoria se enmarca en el proyecto de Red de Acción Local en Salud (RELAS), que la Consejería de Salud y los ayuntamientos cordobeses de La Carlota, San Sebastián de los Ballesteros y La Victoria pusieron en marcha en enero a través de la firma de un convenio de colaboración. El proyecto RELAS es una innovadora iniciativa que busca potenciar la intersectorialidad y conferir a los consistorios más protagonismo en la promoción y prevención de la salud, dada su mayor proximidad con los ciudadanos.

Se han realizado múltiples actividades como un taller de tai-chi que se desarrolló en tres sesiones y en el que participaron unas 150 personas; desayunos saludables (que se han realizado todas las mañanas en el centro educativo y en distintos lugares públicos del municipio y en el que ha participado toda la población escolar); una charla que se realizó en la Casa de la Cultura sobre hábitos saludables y medio ambiente dirigida a toda la población del municipio; asimismo, se ha desarrollado una obra de teatro interactiva dirigida a toda la comunidad educativa sobre la importancia de llevar una vida sana; realización de diversos talleres en el centro educativo sobre prevención de consumo de tabaco, drogas, alcohol y accidentes de tráfico dirigido a los alumnos de 5º y 6º de Educación Primaria y 1º y 2º de Educación Secundaria Obligatoria; además durante toda la semana los profesionales del centro de salud distribuyeron informaron a todos los usuarios del consultorio sobre promoción de salud y prevención de enfermedades; también se han desarrollado juegos intergeneracionales, etc.

El principal objetivo de esta semana, dirigida a la población general aunque con especial atención a jóvenes y personas mayores, es concienciar a la población de la importancia que tiene para la salud practicar hábitos saludables en la actividad diaria de las personas. Para fomentar esta práctica y hacer partícipe a los ciudadanos de La Victoria de estas actividades es imprescindible contar con todos

los recursos y sectores del municipio ya que, según ha comentado la técnico de Acción Local en Salud, Nicole Palacio "la intersectorialidad es la manera más eficiente para poder llevar a cabo este objetivo".

En la organización y puesta marcha de las diversas actividades han colaborado todos los profesionales del Guadalquivir, técnicos del Ayuntamiento de La Victoria, la Asociación de Padres y Madres del C.E.I.P. J. Antonio Valenzuela y educadores del centro, la Federación Andaluza de Deportes de Discapacitados Físicos y la Mancomunidad de Municipios Vega del Guadalquivir.

Red de Acción Local en Salud

El punto de partida de RELAS es el III Plan Andaluz, que contempla una estrategia de descentralización, de forma que los programas de promoción y prevención de la salud pública se acerquen hasta el ámbito más cercano a los ciudadanos; es decir, a nivel local.

En el caso de La Carlota, La Victoria y San Sebastián de los Ballesteros, el convenio tiene como objetivo el abordaje de los distintos problemas de salud que presentan cada uno de los tres municipios, a través de la convergencia de los sectores implicados, integrándose todos ellos en una red local que dé respuesta a las necesidades detectadas. Las estrategias previstas quedarán recogidas, dentro de la segunda fase del proyecto, en un plan local de salud de carácter municipal, en cada uno de los tres municipios.

La red, que ya se ha creado en cada uno de estos municipios, está integrada por un equipo de profesionales (denominado Grupo Motor Inicial), donde están representados los tres ayuntamientos, la Delegación Provincial de Salud, el Distrito Sanitario de Atención Primaria Guadalquivir y de la Zona Básica de Salud, así como aquellas personas de la corporación o sectores relacionados con los contenidos del proyecto que cada gobierno local considere.

Plan para la Promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada

Esta actividad se enmarca en el Plan para la Promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada puesto en marcha por la Junta de Andalucía en 2004 y que se puede consultar en la página web de la Consejería de Salud www.juntadeandalucia.es/salud.

Este plan pretende introducir hábitos saludables entre la población, favoreciendo así la toma de decisiones sobre menús correctos y saludables, así como sobre los beneficios de realizar un ejercicio físico adecuado a las condiciones particulares y personales de cada uno. Uno de los objetivos de este plan es promocionar estos hábitos como factores de protección frente a patologías prevalentes como las enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y numerosos tipos de cáncer.

Además de la puesta en marcha de este plan, la Consejería de Salud ha desarrollado otras iniciativas que entre sus objetivos principales establecen la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. Algunas de estos ejemplos los encontramos en el Plan Integral de Obesidad Infantil, el programa de Comedores Saludables, el proyecto Rutas para la Vida Sana, el Programa de Promoción de la Alimentación Saludable en la Escuela, etc.

Web SAS