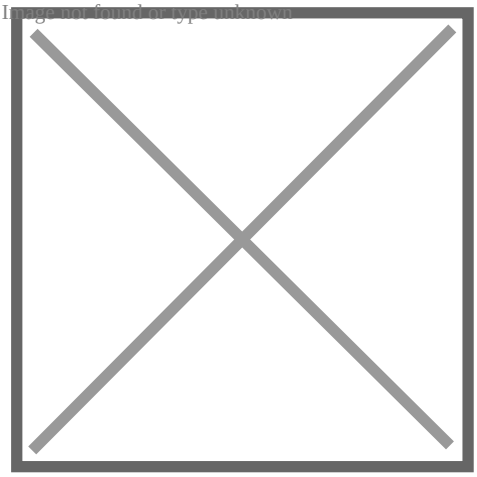
LOCAL | Sanidad

Ayuntamiento y Centro de Salud ponen en marcha la Escuela de Hábitos Saludables

Iniciativa pionera en la provincia que ofrece las herramientas necesarias para adoptar y mantener hábitos que favorezcan su salud física, mental y emocional.

RAFAEL COBO CALMAESTRA
Jueves 16 de mayo de 2024 - 13:17



Enmarcado en el proyecto de la Red Local de Acción en Salud (Relas), el Consistorio y el Centro de Salud de Priego pondrán en marcha la Escuela de Hábitos Saludables, una iniciativa pionera en la provincia que tiene como principal objetivo el desarrollo de actividades destinadas a promover hábitos saludables en la población.

La concejal de Mayores y Asociaciones, Mercedes Sillero, y la enfermera gestora de casos del Centro de Salud de Priego, María Dolores Corpas, han sido las encargadas de presentar este proyecto, “que surge de la necesidad de abordar de manera integral la promoción de la salud en nuestra comunidad, reconociendo que los hábitos saludables representan un papel fundamental en la prevención de enfermedades, en la mejora del estado de salud en general y el importante papel que desempeña la familia en este proceso”, según indicaba Sillero.

Como ponía de manifiesto la edil, “conscientes de esta realidad, hemos unido esfuerzos las delegaciones de Mayores, Voluntariado y Asociacionismo, enmarcadas en el Área de Bienestar Social y Familia y el Centro de Salud de Priego, con el fin de ofrecer una amplia gama de actividades y recursos que promuevan estilos de vida más saludables”.

Según Sillero, el enfoque de la Escuela de Hábitos Saludables se centra en la educación y la capacitación, “brindando a la comunidad las herramientas necesarias para adoptar y mantener hábitos que favorezcan su salud física, mental y emocional, a través de talleres, charlas, actividades deportivas, campañas de concienciación y otras iniciativas”.

Con ello, como así añadía la edil, “buscamos generar un impacto positivo en la población incentivando cambios duraderos en sus rutinas diarias “, afirmando que, además, este proyecto se enmarca en una colaboración continua entre el sector sanitario y las instituciones locales, “fortaleciendo así los lazos comunitarios y asegurando un abordaje integral de la salud en Priego”.

Sillero no ocultaba el entusiasmo que ha levantado esta Escuela de Hábitos Saludables, “por su potencial para transformar positivamente la vida de nuestros ciudadanos y contribuir a la construcción de una comunidad más saludable y fuerte, agradeciendo la colaboración y participación de todas las personas involucradas”.

Por su parte, María Dolores Corpas señalaba que esta actividad está dentro de una estrategia de la Consejería de Salud y Consumo, desde la dirección general de Salud Pública y de Ordenación Farmacéutica, “cuyo objetivo es mejor la salud y el bienestar de la población andaluza”, indicando que se va a apostar por esta línea, “porque ya sabemos que hay evidencias de que trabajando estos hábitos saludables mejoramos la salud, revertimos enfermedades crónicas no transmisibles que están generando muertes a un elevado nivel”.

Según Corpas, invertir en hábitos saludables, “es efectivo y rentable, pero hace falta motivar a la gente”, poniendo de relieve que el proyecto trata de hacer participar a grupos que dinamizarán a otros grupos con el apoyo de profesionales de la salud, “trabajando para ello en alimentación saludable, la actividad física, las emociones, sueño, sexualidad, entre otras, estando abiertas a las propuestas de los grupos”.

Entre las actividades previstas, Corpas hacía referencia a la marcha “Por un millón de pasos”, rutas programadas, así como un taller de alimentación y manejo emocional, aprovechando la ocasión para invitar a todos los prieguenses, “a engancharse a disfrutar de una salud y una vida más plena y placentera”.