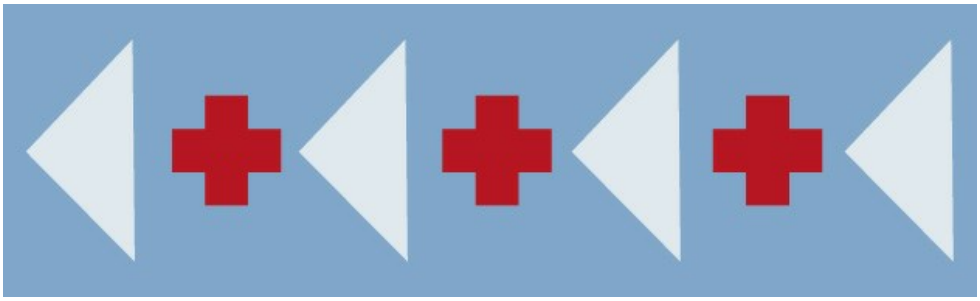
Red de Salud Local de Baralla

Tiempo estimado de lectura: 4 min 30 seg
Autor: **Xanela Aberta á Familia**

A lo largo de los últimos meses se crearon nuevas redes de salud en distintos municipios de Galicia. El objetivo de estas redes se centra en la creación de un espacio de trabajo colaborativo con los agentes locales donde participar y trabajar conjuntamente para mejorar la salud y el bienestar de las personas de los distintos ayuntamientos.

Así, las redes diseñan un conjunto de dinámicas para la detección de las necesidades del municipio en cuanto a promoción de la salud, estimulando la participación de las personas asistentes. Inicialmente, la red pretende llevar a cabo un análisis de los problemas de salud de la población, diseñando un conjunto de propuestas y creando proyectos y estrategias para mejorar el bienestar de las personas, como actividades de prevención, talleres de salud o iniciativas sobre hábitos saludables.

Siguiendo este propósito, el Ayuntamiento de Baralla firmó el documento de adhesión a la Rede Galega de Promoción da Saúde (***REGAPS***) el pasado mes de julio. De este modo se conformó la red de salud local contando con diversos participantes de la administración local, del centro de salud, del ámbito educativo, del servicio de atención temprana, de la Casa del Mayor y de la propia ***REGAPS***. A lo largo de estos meses tuvo lugar a presentación de la plataforma Sanidad Mediaverso y de la App *EnMovemento* en la Casa del Mayor de Baralla. A su vez, la red de salud local organizó diversas actividades en colaboración con la *Escola Galega de Saúde para Ciudadáns*, entre las que destacan el taller de primeros auxilios, un taller de musicoterapia y una sesión centrada en la psicomotricidad y memoria en la tercera edad.

Además, conscientes de la importancia de la alimentación dentro del conjunto de hábitos de vida saludables, la red de salud local de Baralla también organizó una actividad dirigida al alumnado del CPI Luís Díaz Moreno para abordar alternativas saludables a la hora de la merienda con el taller “Método del plato saludable y elaboración práctica de meriendas saludables”. Esta actividad fue impartida por la nutricionista del centro de salud de Barralla. Por otra parte, el pasado mes de enero, se llevó a cabo una iniciativa destinada a la prevención de conductas adictivas.

La ***REGAPS*** mostró apoyo en la realización del taller con la con la aplicación *Nas Túas Mans* de la plataforma Sanidad Mediaverso, dentro del programa de prevención #SELIAN #NONTELIES. Este Programa fue diseñado e impartido por profesionales de enfermería comunitaria del Centro Integral de Salud (CIS) de Lugo. Dicho programa se está desarrollando en los cursos de 1º y 2º de la ESO del CPI Luís Díaz Moreno.