

Rede de Saúde Local de Baralla

Tempo estimado de lectura: 3 min 30 seg

Autor: **Xanela Aberta á Familia**



Ao longo dos últimos meses creáronse novas redes de saúde en distintos municipios de Galicia. O obxectivo destas redes céntrase na creación dun espazo de traballo colaborativo cos axentes locais onde participar e traballar conxuntamente para mellorar a saúde e o benestar das persoas dos distintos concellos.

Así, as redes deseñan un conxunto de dinámicas para a detección das necesidades do municipio en canto a promoción da saúde, estimulando a participación das persoas asistentes. Inicialmente, a rede pretende levar a cabo unha análise dos problemas de saúde da poboación, deseñando un conxunto de propostas e creando proxectos e estratexias para mellorar o benestar das persoas, como actividades de prevención, obradoiros de saúde ou iniciativas sobre hábitos saudables.

Seguindo este propósito, o Concello de Baralla firmou o documento de adhesión á Rede Galega de Promoción de Saúde (**REGAPS**) o pasado mes de xullo. Deste xeito conformouse a rede de saúde local contando con diversos participantes da administración local, do centro de saúde, do ámbito educativo, do servizo de atención temperá, da Casa do Maior e da propia **REGAPS**. Ao longo destes meses tivo lugar a presentación da plataforma Sanidade Mediaverso e da App **EnMovemento** na Casa do Maior de Baralla. Pola súa vez, a rede de saúde local organizou diversas actividades en colaboración coa Escola Galega de Saúde para Cidadáns, entre as que destacan o obradoiro de primeiros auxilios, un taller de musicoterapia e unha sesión centrada na psicomotricidade e memoria na terceira idade.

Ademais, conscientes da importancia da alimentación dentro do conxunto de hábitos de vida saudables, a rede de saúde local de Baralla tamén organizou unha actividade dirixida ao alumnado do CPI Luís Díaz Moreno para abordar alternativas saudables á hora da merenda co obradoiro “Método do prato saudable e elaboración práctica de merendas saudables”. Esta actividade foi impartida pola nutricionista do centro de saúde de Baralla. Por outra banda, o pasado mes de xaneiro, levouse a cabo unha iniciativa destinada á prevención de condutas adictivas.

A **REGAPS** mostrou apoio na realización do obradoiro coa aplicación **Nas Túas Mans** da plataforma Sanidade Mediaverso, dentro do programa de prevención **#SELIAN #NONTÉLIES**. Este Programa foi deseñado e impartido por profesionais de enfermaría comunitaria do Centro Integral de Saúde (CIS) de Lugo. Dito programa estase a desenvolver nos cursos de 1º e 2º da ESO do CPI Luís Díaz Moreno.

