



250 ESTUDIANTES DE INFANTIL Y PRIMARIA DE A CAÑIZA PARTICIPAN EN UNA JORNADA PARA PROMOVER HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES

- *Un equipo multidisciplinar del Servicio de Atención Primaria de A Cañiza se trasladó el viernes a un centro de enseñanza para impartir una serie de talleres formativos*
- *Entre los temas trasladados a las niñas y niños destacan: la mejora de hábitos alimenticios, los beneficios del ejercicio físico y formación en técnicas básicas de RCP, entre otros*
- *La iniciativa está inscrita dentro de las actividades de atención comunitaria contempladas en el Plan de Salud 2024-2027 del Servicio de Atención Primaria de A Cañiza*

Vigo, 29 de abril de 2024. El Servicio de Atención Primaria de A Cañiza organizó el pasado viernes una jornada destinada al alumnado de primaria de ese ayuntamiento con el fin de mejorar su educación para el desarrollo de la salud integral de las niñas y niños y fomentar la adquisición de estilos de vida saludables. Esta jornada tuvo lugar en el Colegio Público Integrado A Cañiza y fue impartida por un equipo multidisciplinar del Centro de Salud A Cañiza y del Consultorio de Valeixe, compuesto por higienistas dentales, nutricionistas, enfermería y fisioterapia comunitaria.



Los diferentes aspectos tratados en esta jornada, que contó con algo más de 250 participantes entre alumnas y alumnos del CPI A Cañiza, fueron impartidos por diferentes profesionales sanitarios y se trataron aspectos de interés para la salud de los y de las pequeñas como: alimentación saludable, ejercicio físico, higiene postural, higiene bucodental, resucitación cardiopulmonar básica y la importancia de una adecuada higiene de manos.



5 talleres

Estas explicaciones se dividieron en cinco talleres específicos. Así, se desarrolló una actividad relacionada con la higiene dental, en el que se trataron temas de importancia básica como las técnicas de cepillado dental, el uso de la seda dental y colutorios, así como diferentes enfermedades bucales y otros aspectos como las complicaciones que pueden traer los *piercings* en la boca. Otro de estos talleres consistió en alternativas saludables en la alimentación o informar sobre el contenido de azúcar de los alimentos habituales de consumo por la población escolar.

El alumnado que participó en esta jornada también tuvo ocasión de conocer los beneficios de la práctica regular de ejercicio físico y de la mejora de la higiene postural y la ergonomía. Además, pudieron aprender técnicas correctas del lavado de manos y la importancia de realizar su higiene. Finalmente, otro de los talleres de gran importancia impartido fue el de Emergencias, en los que se realizó una formación básica en técnicas de Resucitación Cardiovascular (RCP).

Asimismo, el alumnado participante pudo degustar en el descanso de un desayuno saludable.



Atención comunitaria

Esta iniciativa, en la que también participó el equipo directivo del centro escolar, está inscrito en el Plan de Salud 2024-2027 del Servicio de Atención Primaria de A Cañiza, en el marco de acciones destinadas a la Atención Comunitaria, contemplada en la cartera de servicios del Sistema Nacional de Salud y que implica la realización de actuaciones -con la participación de la comunidad- orientadas a la detección y priorización de sus necesidades y problemas de salud, identificando los recursos comunitarios disponibles y elaborando programas orientados a mejorar la salud de la comunidad; en coordinación con otros dispositivos sociales y educativos.