El servicio de orientación para la actividad física también en el Centro de Salud

Publicado: Miércoles, 10 Octubre 2018 14:36

La salud y el bienestar de la población son el principal objetivo por el que el Ayto. en junto con el centro de salud de Beasain, ha decidido ampliar el servicio gratuito de orientación del polideportivo al centro de salud

Por su influencia e importancia directa en la prevención y en la calidad de vida, el servicio de orientación para la actividad física que se ofrece en el polideportivo ampliará su servicio y se ofertará en el Centro de Salud a través del acuerdo entre el Ayto. y responsables del centro sanitario.

De ello han dado cuenta en la presentación realizada hoy en el Ayto. la concejala de deportes Elena Ruiz, el representante del Centro de Salud Justo Mugika y el responsable del servicio de orientación Asier Borrego.

El servicio presentado hoy es una ampliación al que ya se ofrece a

Phoca PDF

toda la población en el polideportivo Antzizar. Así lo ha explicado Elena Ruiz, subrayando que tiene como fin el beneficio común en el bienestar y la salud que redunda en la calidad de vida de la ciudadanía. Es un paso más en ampliar esta oferta de un servicio totalmente gratuito del que se tiene que beneficiar toda la población sin restricciones en la edad.

Justo Mugika por su parte como facultativo ha subrayado el carácter innovador del servicio ya que según él no todos los centros de salud disponen de este servicio. “Aporta grandes beneficios a la comunidad y hace frente a los problemas de salud derivados del sedentarismo y la actividad tales como la obesidad, diabetes o la hipertensión. Será beneficioso para aquellas personas con este tipo de dolencias. Con esta oportunidad en el propio centro de salud, Asier podrá recomendar que tipo de actividad física será la adecuada a cada persona”.

Los lunes en el Centro de Salud

Asier Borrego es el asesor deportivo que ofrece el servicio gratuito tanto en el polideportivo Antzizar como a partir de ahora en el Centro de Salud local. El horario es el siguiente: en el polideportivo los martes de 18:00 a 20:00 horas y los jueves de 12:00 a 14:00 horas. Se debe solicitar cita previa llamando al teléfono 943 887900. En el Centro de Salud en cambio será los lunes de 10:15 a 12:00. De cualquier manera estos horarios no serán impedimento para que aquellas personas que no puedan acudir soliciten cita en un horario diferente.

El objetivo según Asier es activar a las personas para que realicen ejercicio físico en la modalidad que más les agrade para dejar de lado los fármacos y vivir de una manera más saludable. Se asesorará a cada persona adaptándose a sus características, de un modo personal. Para ello basándose en los estudios e informes, se entrevistará con la persona en cuestión y de ese modo decidirá la actividad física que mejor se adapte a sus características.

Por último ha querido desterrar el supuesto de que el servicio este únicamente dirigido a las personas de edad avanzada. En la actividad física no existe la edad ya que también realiza una función integradora en la sociedad, está dirigido a aquellas personas inactivas que se encuentran en sus casas y facilita de esta manera las relaciones interpersonales para la socialización.

jQuery("#share557") . jsSocials({shareIn: "popup",shares: [{ share: "twitter", label: "Tweet", via: "", hashtags: "", text: "El servicio de orientación para la actividad física también en el Centro de Salud ", url: "https://www.beasain.eus/es/deporte-noticias/1687-el-servicio-de-orientacion-para-la-actividad-fisica-tambien-en-el-centro-de-

Phoca PDF

salud"},{ share: "facebook", label: "Compartir", url: "https://www.beasain.eus/es/deporte-noticias/1687-el-servicio-de-orientacion-para-la-actividad-fisica-tambien-en-el-centro-de-salud"},{ share: "linkedin", label: "Compartir", url: "https://www.beasain.eus/es/deporte-noticias/1687-el-servicio-de-orientacion-para-la-actividad-fisica-tambien-en-el-centro-de-salud"},{ share: "whatsapp", label: "WhatsApp", shareIn: "self", text: "El servicio de orientación para la actividad física también en el Centro de Salud ", url: "https://www.beasain.eus/es/deporte-noticias/1687-el-servicio-de-orientacion-para-la-actividad-fisica-tambien-en-el-centro-de-salud"},{ share: "email", label: "E-mail", shareIn: "self", text: "El servicio de orientación para la actividad física también en el Centro de Salud ", url: "https://www.beasain.eus/es/deporte-noticias/1687-el-servicio-de-orientacion-para-la-actividad-fisica-tambien-en-el-centro-de-salud"},{ share: "telegram", label: "Telegram", shareIn: "self", text: "El servicio de orientación para la actividad física también en el Centro de Salud ", url: "https://www.beasain.eus/es/deporte-noticias/1687-el-servicio-de-orientacion-para-la-actividad-fisica-tambien-en-el-centro-de-salud"},]});

Phoca PDF