El programa Estaciones Saludables en tu casa llega con la intención de seguir brindando a los vecinos de la ciudad el acceso a los servicios de las Estaciones Saludables en relación a la alimentación saludable y el bienestar, dos aspectos que se volvieron fundamentales en época de aislamiento y cuarentena.

Este programa es una propuesta digital gratuita impulsada por BA Capital Gastronómica para conectar a los vecinos con un equipo de nutricionistas. A través de 3 modalidades disponibles, los ciudadanos tienen un canal para evacuar dudas, recibir consejos, aprender nuevas recetas, informarse sobre medidas preventivas y cualquier otra cosa que se relacione con llevar una vida saludable.

"Lanzamos el programa Estaciones Saludables en tu casa para poder seguir acompañando al vecino durante la cuarentena y que puedan tener acceso a un profesional que los ayude a mantener una alimentación saludable, eviten el sedentarismo y fortalezcan su sistema inmunológico frente a las temperaturas frías que se avecinan", comentó Cecilia Antún, nutricionista (MN2809) y directora de Desarrollo Saludable del GCBA.

Debido a la cuarentena obligatoria a causa de la pandemia del Covid-19, y teniendo en cuenta los distintos decretos y reglamentaciones impuestos por el Gobierno Nacional y el Gobierno de la Ciudad, se cerraron las Estaciones Saludables de la Ciudad por tiempo indefinido. El personal de salud de las mismas pasó a formar parte del sistema de salud para sumar profesionales para atender esta situación.

Las modalidades del programa Estaciones Saludables en tu casa son:

- Chat grupal saludable: las personas podrán sumarse a un grupo de Whatsapp coordinado por un nutricionista donde se abordarán la planificación para una alimentación saludable, el intercambio de recetas y consejos, entre otras cosas. Para inscribirse ir a este link.
- Asesoría nutricional personalizada: servicio de turnos online en donde se podrá reservar una consulta personalizada con un nutricionista. Se realiza mediante Whatsapp o video llamada en cualquiera de estas tres plataformas: Whatsapp, Zoom y Hangout. Para inscribirse

ir a este link.

- Listas de difusión: listas disponibles en Whatsapp en donde las personas podrán unirse para recibir recetas fáciles y consejos saludables todos los días. Para inscribirse ir a este link.

Los vecinos pueden elegir las actividades que quieran sin restricciones. Para más información sobre cada actividad, consultar las redes de BA Saludable: BA Saludable (Facebook), @basaludable (Instagram) y BASaludable (Twitter).

El programa Estaciones Saludables forma parte de la Subsecretaría de Bienestar Ciudadano que pertenece al Ministerio de Desarrollo Económico y Producción.