



El jefe de Gobierno porteño, Horacio Rodríguez Larreta, firmó un convenio con el ministro de Salud de la Nación, Adolfo Rubinstein, para federalizar las estaciones saludables. El mismo busca que los argentinos de todo el país puedan hacerse controles, recibir consejos para una vida sana y alimentarse bien.

“Es para cuidar a la gente, con prevención. Mucha gente hoy está más atenta, se toma la presión, se mide la diabetes. Promocionamos la alimentación saludable, lo estamos haciendo en las escuelas también, con lo cual es toda una movida por la vida sana”, afirmó el Jefe de Gobierno.

{youtube}Its2Q2M3fp0{/youtube}

Rodríguez Larreta destacó que la implementación de esta medida “ha tenido un impacto bárbaro” y dijo que “está buenísima la decisión del gobierno nacional de llevarla a todo el país”.

Por su parte, Rubinstein explicó que “la idea es replicar el modelo que es muy exitoso en la Ciudad, de creación de un espacio de promoción de la salud, adopción de hábitos saludables, prevención y control de factores de riesgo, de relación entre estilos de vida saludables y servicios de salud”.

De la actividad también participaron el vicejefe de Gobierno porteño, Diego Santilli; la ministra de Salud de la Ciudad, Ana María Bou Pérez, y el subsecretario de Bienestar Ciudadano, Héctor Gatto.

Las estaciones cuentan con profesionales que buscan acompañar a las personas para que puedan incorporar prácticas saludables a su estilo de vida, teniendo en cuenta tres pilares fundamentales.

Primero, llevar una alimentación saludable. Comer sano, equilibrado y variado ayuda a sentirse bien y a rendir mejor todos los días.

Luego, hacer actividad física. Dentro de los múltiples beneficios asociados, contribuye a mantener un cuerpo sano y tener un mejor estado de ánimo.

Por último, controlar la salud periódicamente para detectar cualquier factor de riesgo (para enfermedades crónicas no transmisibles) y que afectan nuestra salud.

Cada estación cuenta con dos enfermeros, un nutricionista y un coordinador. De lunes a viernes atienden durante 8 horas, mientras que los sábados, domingos y feriados las jornadas duran 9 horas.

Ubicadas en parques y plazas de la Ciudad, las estaciones cuentan con prestaciones de enfermería, para control de tensión arterial, glucemia, devolución de resultados obtenidos, campañas especiales de colesterol y mediciones de monóxido en aire espirado.

Cuentan con consejerías en alimentación saludable a cargo de nutricionistas, con control de peso, talla e Índice de Masa Corporal (IMC), charlas gratuitas y abiertas.

Además, organizan 97 clases semanales de actividades físicas en conjunto con la Subsecretaría de Deportes. Y tienen casilleros, vestidores, agua caliente y expendedora de frutas.

A través de una encuesta, el 61% de los vecinos dijo que aprendió “algo nuevo” sobre los beneficios de hacer actividad física y el 40% afirmó haber aprendido “cómo hacer para” comenzar una actividad física o aumentar la cantidad realizada. En tanto, el 59,7% de los encuestados dijo conocer la importancia de tener una alimentación saludable.