

HUÉRCAL DE ALMERÍA



FOTOS: D. A.

32 niños de familias vulnerables visitaron las instalaciones de la asociación tanto en Huércal de Almería como en Albox.

Asociación El Saliente y Caixabank hacen realidad los deseos de los más pequeños

● Un 'Árbol de los Sueños' ha aparecido en los últimos días en Navidad en las sedes de la asociación en el municipio huercalense así como en Albox, cargado de bolas llenas de ilusión

Redacción

La Asociación de Personas con Discapacidad El Saliente, como entidad comprometida con el bienestar y el cuidado de la infancia, ha participado un año más en la iniciativa solidaria "El árbol de los sueños", promovida desde Caixabank en colaboración con el programa Caixa-Proinfancia de la Fundación La Caixa y Voluntarios de La Caixa.

Todas las oficinas CaixaBank se llenan de esperanza con el Árbol de los Sueños, una iniciativa para que más de 24.000 niños en riesgo de exclusión social puedan recibir su regalo. Este año está siendo especialmente difícil para estos niños y sus familias, por lo que, nuestra solidaridad, es más necesaria que nunca.

Un Árbol de los Sueños ha aparecido estos días de Navidad en las sedes de la Asociación El Saliente en Huércal de Almería y



Una niña recoge sus regalos en la sede de Huércal de Almería.

Albox, cargado de bolas llenas de ilusión para los más pequeños.

Fue el pasado miércoles, día 23, cuando un total de 32 niños y niñas de familias en situación de vulnerabilidad que previamente prepararon sus cartas a los Reyes Magos visitaron con sus familiares las instalaciones de la Asociación El Saliente, tanto en Huércal de Almería como en Albox donde recogieron sus regalos con ilusión, porque estas fechas mágicas deben vivirse con alegría y esperanza, sobre todo entre la infancia.

Es tiempo de fraternidad y solidaridad, sobre todo en países como España, en el que los menores en situación de pobreza relativa alcanzan la cifra de 2,2 millones, la segunda mayor cifra que se registra en la Unión Europea, solo por detrás de Rumanía, según el Barómetro de la Infancia de Save the Children.

Verdiblanca dona al comedor de La Milagrosa 400 kilos de alimentos

● Un centenar de trabajadores de esta organización de personas con discapacidad ha realizado la recogida para el comedor social

Redacción

La solidaridad es el mejor regalo que se puede dar y por eso un centenar de trabajadores de Verdiblanca han realizado una recogida de alimentos no perecederos para donarlos a comedores sociales. Más de 400 kilos han sido capaces de compilar entre diferentes centros de trabajo donde esta organización de personas con discapacidad presta servicios comerciales como el esencial de limpieza, u otros como control de acceso a espacios públicos y aparcamientos o

Antonio Sánchez de Amo
Presidente Verdiblanca

Estoy muy orgulloso de la solidaridad de la plantilla. Ha surgido de manera espontánea"

transporte adaptado. El comedor social La Milagrosa, en la capital almeriense, ha recibido con alegría la donación de alimentos de la plantilla solidaria de Verdiblanca que contribuirá a la atención diaria que realizan en este centro a las 160 personas a las que dan de comer diariamente. Sor Mari Ángeles Cárdenas es la directora, y ha explicado que "con la pandemia COVID la situación ha empeorado y si antes dábamos de comer a unas 80 personas ahora se ha duplicado la cifra". Verdiblanca ha contado

con la colaboración de personal voluntario de su organización para recorrer buena parte de los 170 centros de trabajo de una docena de municipios repartidos por la provincia almeriense donde se atiende a medio centenar de clientes. A las donaciones de sus trabajadores y trabajadoras se han sumado funcionarios de algunos de estos centros que al conocer la iniciativa solidaria han querido también contribuir. Así es cómo Verdiblanca ha conseguido reunir 400 kilos de alimentos, entre los que había legumbres, pasta, conservas, aceite, comida para bebés y mucha leche, entre otros. El presidente de Verdiblanca, Antonio Sánchez de Amo, se siente muy orgulloso "de comprobar la generosidad de nuestra plantilla, que ha surgido de manera espontánea ante las grandes necesidades actuales; y dado el éxito, más adelante igual lo imitan en las otras provincias donde también prestamos servicios: Granada, Málaga y Sevilla". En el comedor La Milagrosa han recibido los alimentos con las máximas medidas de seguridad. "Por desgracia los usuarios ya no pueden entrar al comedor. Ahora les preparamos la comida en envases y las recogen en bolsas, a partir de las 12:30 horas. Les incluimos un plato caliente, un segundo, pan, cubiertos y bebida, y en Navidad dulces y otros productos. Los envases especiales han encarecido el gasto, pero lo importante es que puedan comer cada día", ha explicado la directora.



Un voluntario junto a una de las Hijas de la Caridad.

EN BREVE

Igualdad aprueba la Estrategia de Ética de los Servicios Sociales

CIUDADANÍA. El Boletín Oficial de la Junta de Andalucía (BOJA) ha publicado la Orden de la Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación por la que se aprueba la Estrategia de Ética de los Servicios Sociales de Andalucía que permitirá marcar los pasos para hacer realidad una cultura de la ética basada en valores acorde a los cambios sociales del momento, en línea con las aspiraciones de los profesionales y ciudadanía.

Educación destina casi 41 millones al sistema de becas

RENTAS BAJAS. La Consejería de Educación y Deporte de la Junta de Andalucía ha convocado las becas Andalucía Segunda Oportunidad (BASO), 6000 y Adriano para el curso 2020/21, que están especialmente orientadas a apoyar al alumnado perteneciente a familias con rentas bajas con el fin de que pueda continuar o retomar sus estudios. El plazo para solicitar las ayudas finaliza el próximo 25 de enero.

El programa 'Impulsa' actuará para prevenir el abandono escolar

VULNERABILIDAD. La Consejería de Educación y Deporte, a través del programa 'Impulsa', tiene previsto actuar en más de 500 centros docentes públicos de entornos socio-económicos vulnerables. Los colegios e institutos tienen desde el 7 hasta el 25 de enero para sumarse al programa cuya finalidad es paliar y prevenir el fracaso y el abandono escolar temprano del alumnado.

Mayores de la capital reciben atención a través del proyecto Bono Sociosanitario

Salud financia este proyecto desarrollado durante el último trimestre del año

Redacción

La Federación Almeriense de Asociaciones de Personas con Discapacidad, FAAM, ha atendido durante el último trimestre del año a personas mayores de 65 años con necesidad urgente de intervención integral. La Consejería de Salud y Familia, a través de su línea de proyectos de atención integral a colectivos vulne-

rables en el ámbito de la salud ha apoyado esta iniciativa de Federación denominada bono sociosanitario el cual ha dado respuesta a personas mayores que han precisado de una atención integral. A diario en los centros de día para personas mayores que FAAM gestiona en la provincia, "nos encontramos con la demanda por parte de familiares y usuarios en situación de dependencia, que precisan de atención integral durante el día y que no pueden cubrir los gastos económicos que supone hacer uso de una plaza con carácter privado mientras se tramita el proceso de concesión de plaza concertada



Una profesional atiende a una usuaria de FAAM.

que suele suponer aproximadamente entre seis y ocho meses", ha explicado Isabel Morales, coordinadora de este proyecto. Esto se ha agravado aún más por la situación socio económica generada por la pandemia y la pérdida de la red social y familiar. Por otra parte se han detectado cuidadores sobrecargados, familiares angustiados por no poder acceder al recurso por falta de medios económicos y viviendo su día a día con la necesidad de proporcionar a su familiar la atención integral que precisa debido a su situación de dependencia. En este contexto FAAM a través de los bonos sociales ha proporcionado a las familias que cumpliendo con los requisitos, no han podido hacer frente al coste económico de una plaza mientras es tramitado su expediente y resolución del recurso adecuado para su familiar.

COVID-19

El sector privado se ofrece para agilizar la campaña de vacunación

● Fundación IDIS realiza una propuesta "sin costes" para los sistemas sanitarios

Redacción

El Instituto para el Desarrollo e Integración de la Sanidad (Fundación IDIS), entidad constituida por la mayoría de las empresas sanitarias privadas de España, ha querido mostrar en un comunicado la "disponibilidad absoluta del sector sanitario privado en todas las comunidades autónomas para agilizar el ritmo de vacunación que requiere la pandemia y lograr una más rápida inmunidad". Esta propuesta ha sido realizada tras analizar los datos ofrecidos por el Ministerio de Sanidad, según los cuales el porcentaje de administración de la vacuna frente a Covid-19 alcanza el 11,5% de las dosis disponibles, sin incrementar los costes del Sistema Sanitario dado que la sanidad privada no factura nada por la vacunación.

La entidad argumenta que el aumento del número de contagios en las últimas semanas y el incremento de la demanda asistencial asociada, unidos a la saturación ya existente en los servicios de atención primaria, dificultarán aún más la celeridad de la campaña de vacunación, lo que hace imprescindible que se utilicen todos los recursos



Una profesional sanitaria del Hospital de Sant Pau de Barcelona muestra una dosis de la vacuna.

QUIQUE GARCÍA / EFE

Los implicados aluden a la necesidad de diseñar una "logística dinámica" del proceso

disponibles para que, cuanto antes, esté vacunado un mayor porcentaje de población.

Asimismo, la Fundación IDIS resalta que "la sanidad de titularidad privada cuenta con 458 hospitales, más de 12.000 cen-

tros médicos y cerca de 270.000 profesionales". De este modo señalan que "contemplar una logística dinámica que sume voluntades y esfuerzos para todo el proceso es clave, evitando que las vacunas disponibles estén a la espera de ser administradas al segmento de población previamente establecido y permitiendo avanzar en otros grupos de población para lograr el objetivo de inmunización en el tiempo más breve posible".

"Vacunar al mayor volumen de la población en el menor

tiempo posible es imprescindible y para ello la suma de todos los esfuerzos y recursos materiales y humanos que ofrece el sistema en su doble vertiente de titularidad es clave y este debe ser precisamente el objetivo prioritario para controlar la situación epidemiológica a la mayor brevedad posible, una vez que toda demora supone un impacto evidente en términos de morbilidad, bienestar y calidad de vida para la población", señala la entidad en un comunicado.

METABOLISMO

El 73% de los diabéticos usan su insulina antes o después de las comidas

Redacción

Más de la mitad de las personas con diabetes tipo 1 prefieren administrarse la insulina inmediatamente antes o después de las comidas. De hecho, así lo ha manifestado el 73% de los adultos con esta patología y el 67% de los padres con niños que la padecen. En concreto, el 42% de adultos y el 44% de los padres prefiere administrarse la insulina inmediatamente antes y el 31% de adultos y el 23% de los padres lo prefiere inmediatamente después.

Esta ha sido una de las conclusiones de una encuesta internacional desarrollada por Novo Nordisk. Su objetivo ha sido evaluar las actitudes, comportamientos y el impacto general de la dosificación de insulina en bolo antes de las comidas (15-20 minutos), tanto desde la perspectiva de los pacientes como de los médicos.

Como explica el doctor Cristóbal Morales, que ha participado en el desarrollo de dicha encuesta como responsable del Hospital de Día & Unidad de Investigación de Diabetes del Hospital Universitario Virgen Macarena, la glucemia postprandial, es decir, los niveles de azúcar después de las comidas, es una parte importante de la glucemia total (HbA1c), ya que, en general, permanecemos más del 60% del tiempo en periodo prandial.

MANEJAR LA FIBROMIALGIA

La salud es lo que importa



DR. BARTOLOMÉ BELTRÁN

www.bartolomebeltran.com

AUNQUE para muchas personas se trata de una gran desconocida, la Fibromialgia es una enfermedad y está considerada como tal por la Organización Mundial de la Salud (OMS). A pesar de que no se sabe exactamente su origen, sí que se conoce que hay una serie de factores desencadenantes que cuando actúan sobre un sujeto predispuesto genéticamente se incrementa la probabilidad de desarrollar esta

enfermedad. Tal y como afirman desde la Sociedad Española de Reumatología, los síntomas más comunes son el dolor crónico generalizado, la fatiga intensa, alteraciones del sueño, parestias en extremidades, depresión, ansiedad, rigidez articular, cefaleas y sensación de tumefacción en manos.

Se trata de una patología de difícil tratamiento, por lo que es importante conocer tanto lo que hay que hacer como aquellas actuaciones más frecuentes en la práctica clínica que pueden perjudicar el pronóstico de estos pacientes. Para facilitar esta labor la SER ha publicado recientemente un documento con recomendaciones para facilitar un manejo y actuación adecuada de todos los especialistas en el que también

han participado, la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (Semergen), la Sociedad Española de Psicología Clínica y de la Salud, el Consejo General de Colegios Oficiales de Enfermería de España y la Sociedad Española de Fibromialgia y Fatiga Crónica.

Además los expertos han llegado a una serie de conclusiones. La primera es la importancia de hacer el diagnóstico de la fibromialgia. Tal y como afirman los expertos de la SER, el paciente mejora con el diagnóstico, se siente más seguro para afrontar su enfermedad y esto redundará en una presión menor del sistema sanitario con una reducción del coste económico. Respecto al tratamiento, los especialistas ven que es necesario prescindir de algunos fá-

rmacos que no han demostrado eficacia y a largo plazo resultan perjudiciales, como los opioides mayores, las benzodiacepinas y los AINE, frecuentemente utilizados para el tratamiento de los pacientes con fibromialgia. Para los expertos, los datos recientes sobre la toxicidad de los opioides mayores y de las benzodiacepinas desaconsejan su empleo.

Asimismo, los autores llegan a la conclusión de que es muy imprescindible para tener un buen conocimiento de su enfermedad. Por este motivo, en la guía se subraya la importancia de que los pacientes con fibromialgia deben recibir información adecuada sobre su enfermedad o realizar intervenciones educativas como parte del tratamiento, para mejorar así la sintomatología para su

automanejo y la aceptación de la patología.

Otro de los manuales que explican a los pacientes de manera clara y concisa aspectos relevantes de la enfermedad es el documento "Aprendiendo a Convivir con la Fibromialgia", en el que se recogen preguntas y respuestas no solo para las personas que la padecen, sino también para sus familiares y cuidadores. Además, incluye consejos sobre el manejo de la enfermedad y otros recursos de utilidad como los contactos de asociaciones de pacientes o recursos de internet.

Hay que recordar que toda la información no sustituye la opinión ni los consejos del médico u otros profesionales como enfermeras especializadas. Es lo que hay. Seguro.