

CIUDADES

EL EJIDO

Animación, sorpresas y torneos para vivir un verano muy deportivo

El IMD ha programado cerca de una treintena de actividades para todas las edades y todos los gustos

LA VOZ

El Ayuntamiento de El Ejido, a través de la concejalía de Deportes, ha previsto una campaña para este verano 2021 conformada por cerca de una treintena de actividades dirigidas a personas de todos los rangos de edad, abarcando diferentes disciplinas y llegando varios núcleos de población.

“El verano de 2021 será diferente al del año pasado, pero, a su vez, distinto a los anteriores. El avance en el proceso de vacunación nos va a permitir retomar de forma progresiva la normalidad y, también, nos permite poder organizar una programación deportiva de calidad y completa, a través de la que el IMD va a promocionar durante los meses de julio y agosto, al igual que hace el resto del año, la actividad física, el ejercicio y los valores deportivos, como hábitos de vida saludable”, ha explicado la edil de Deportes, María José Martín.

En esta línea ha recalcado que “es una campaña segura puesto que está diseñada para disfrutar del deporte en espacios abiertos, al aire libre y con actividades en las que se va



María José Martín y José Miguel Márquez durante la presentación de la programación en el parque. LA VOZ

a controlar en todo momento el aforo”.

De este modo, la programación arrancará el sábado día 10 de julio con una de las novedades de este año, las actividades ‘sorpresas’, que “irán invadiendo las diferentes playas del municipio, sin previo aviso, de forma que los niños y bañistas que estén disfrutando en ese momento se vean envueltos en una actividad divertida, educativa y original en el litoral”. Estas actividades se repetirán el 25 de julio, 30 de julio, 1 de agosto, 8 de agosto, 21 de agosto y 22 de agosto.

La programación también contempla animación infantil que llegará a los diferentes núcleos de población. El 31 de julio se realizará en el Campo de Fútbol de Las Norias de Daza. El 7 de agosto, se tendrá lugar en el Campo de Fútbol de Santa María del Águila. Y el 14 de agosto en el Complejo Deportivo El Palmeral de Balerma. A partir de las 17.30 horas.

Competiciones Pero en la Campaña del IMD para este verano también hay cabida para los Torneos y competiciones. Comenzarán el día 11 con la Travesía a Nado que

dará comienzo frente al Hotel AR Almerimar. Del 12 al 23 de julio se desarrollará un Torneo de Fútbol 7 de adultos en el Complejo Deportivo El Palmeral de Balerma; mientras que del 19 al 23 le tocará el turno al Torneo de Fútbol Sala Femenino, también en el Complejo Deportivo El Palmeral de Balerma.

Y del 12 al 15 de julio el baloncesto cobrará protagonismo. El Complejo Deportivo El Palmeral acogerá una competición de 3x3 tanto en categoría escolar como adultos. Del 19 al 23 de julio, Balerma acogerá un Torneo

de Fútbol 7 en categoría escolar. Y el jueves, 29 de julio, le tocará el turno al Torneo de Petanca de Mayores en tripletes. Se realizará en el Complejo Deportivo Brisamar de Almerimar.

Mantenimiento La edil ha subrayado que “como he mencionado al inicio se trata de una programación muy completa en la que no puede faltar nuestra Gimnasia de Mantenimiento que comenzará el 5 de julio y finalizará el 27 de agosto. Se desarrollará en varios escenarios: el Parque Municipal de El Ejido; la Nave de Usos Múltiples de Santa María del Águila; el Campo de Fútbol de Las Norias; el Parque El Palmeral de Balerma; y el Campo de Rugby y el Parque Brisamar, en Almerimar”. Esta actividad vuelve a ser gratuita y no necesita inscripción previa y se realizará los lunes, martes, miércoles, jueves y viernes desde los distintos enclaves.

“Sin duda, se trata de una programación muy variada con la que esperamos cumplir con las expectativas de los aficionados al deporte del municipio, convirtiéndose en un atractivo turístico más, dentro siempre de la prudencia y la responsabilidad”, ha recordado Martín.

DÍA DE LA BICICLETA EN ALMERIMAR Y EN BALERMA

Una de las citas que regresa es el Día de la Bicicleta, una de las actividades deportivas más antiguas y consolidadas del municipio. Se harán el sábado, 17 de julio, en Almerimar con salida desde las 19.30 horas y el domingo, 18 de julio, en Balerma a las 11.00 horas con salida desde la Torre.

EL EJIDO

Bienestar emocional para los niños hospitalizados

El Aula Hospitalaria del Poniente impulsa un proyecto educativo de formación en valores

LA VOZ

El Aula Hospitalaria del Hospital de Poniente ha puesto en marcha el Programa Educativo ‘Ngalso Karunavirus’, destinado a mejorar el bienestar emocional de los niños y niñas que han de permanecer ingresados en la planta de Pediatría del centro.



Presentación de la iniciativa en el Hospital. LA VOZ

Y para poder abordar este objetivo se apuesta por diferentes actividades, presenciales y online, se abordan aspectos como la gestión de las emociones, la paz, el respeto a los demás o el cuidado del medio ambiente.

El Proyecto Educativo ‘Ngalso Karunavirus’ ha sido diseñado por la maestra Mercedes Ortiz y su hermana, Eva Ortiz, psicóloga. En él se aúnan las enseñanzas del método de meditación tibetano Ngalso, con las actividades lúdicas y educativas que buscan promover una cultura de paz entre los menores hospitalizados. Ngalso fue creado e introducido en occidente por Lama Gangchen Rinpoche, fundador de la Asociación Italiana Kunpen y otras

ocho fundaciones más que trabajan para promover la paz en el mundo.

La iniciativa surge ante las limitaciones que las medidas de prevención frente a la COVID-19 han supuesto para los menores hospitalizados: sustitución de las actividades presenciales por otras online, limitaciones en el uso del Aula Hospitalaria y en la posibilidad de compartir juegos y juguetes; imposibilidad de transitar por los pasillos o hacer uso del parque infantil del hospital, etc.

Objetivos el Proyecto Karunavirus se plantea los objetivos de entretener y divertir a los niños y niñas hospitalizados; aliviar su estrés y sufrimiento; hacer

que empleen su tiempo de forma útil y constructiva; y fomentar el desarrollo de cualidades positivas, como la generosidad, el respeto, la paciencia, la satisfacción, la gratitud o la tolerancia.

El programa del proyecto consta de seis lecciones y 19 sesiones de trabajo. Todos los contenidos están incluidos en un blog y cada lección contiene lecturas ilustradas, actividades para escribir y dibujar, videos con marionetas, cartas ilustradas para fomentar la reflexión, así como testimonios reales de otros pacientes, actividades de meditación y juegos interactivos.

Por tanto, “una manera de ayudar a los niños a transformar lo negativo en positivo”, finaliza Ortiz.

SALUD Y BIENESTAR

DEMENCIAS



Actividades desarrolladas por miembros de una asociación de pacientes y familiares,

JUAN AYALA

La intervención nutricional mejora la calidad de vida

● Nuevos datos avalan la suplementación nutricional en casos de Alzheimer

R.S.B.

El 80% de los pacientes con Alzheimer es cuidado por sus familias, que asumen una media del 87% del coste total de los gastos, con la consiguiente sobrecarga y menoscabo de la salud y calidad de vida de los cuidadores. Por ello, los expertos advierten que es necesario desarrollar programas globales e incrementar recursos enfocados a fomentar la investigación, prevención, diagnóstico precoz y tratamiento multidimensional, que permitan reducir la carga sanitaria, social y económica. En este sentido, Nutricia, marca de nutrición clínica del grupo Danone, en

colaboración con la Sociedad Española de Neurología presentarán el próximo 29 de junio los resultados de la evaluación fármaco económica realizada en población española, en un webinar dirigido a médicos. Esta evaluación revela cómo la intervención con un suplemento alimentario de uso medicinal desarrollado por esta compañía permite mejorar la calidad de vida y el ahorro de costes en estas familias.

En la evaluación económica, publicada en la revista *Alzheimer's Research & Therapy*, se analizan cuatro escenarios diferentes y en todos ellos, este tratamiento multinutriente es coste efectivo. Incluso en uno de ellos, esta intervención nutricional es ahorradora o dominante, esto implica que mejora la calidad de vida, ahorrando costes. "La principal conclusión de este estudio socioeconómico es que una reducción en la progresión del deterioro cognitivo y, por tanto, un mantenimiento en las actividades de la vida diaria en un periodo de 3 años no es únicamente

te coste-efectivo, sino que mejora la calidad de vida de los pacientes y cuidadores", explica el Dr. Manuel Fernández Martínez, responsable de la Unidad de Investigación centro Oroitu y neurólogo en el Hospital Universitario de Cruces de Baracaldo.

Según los datos avanzados por la compañía, el tratamiento de la enfermedad de Alzheimer prodrómica con este tratamiento nutricional fue una intervención rentable en todos los escenarios analizados. Además, esta opción de tratamiento ahorra costes, mejorando la calidad de vida, y mayores beneficios para la salud cuando no se consideraron los costes de diagnóstico y evaluándolo durante la etapa prodrómica (estadios iniciales de la enfermedad). "Es necesario desarrollar programas globales e incrementar los recursos enfocados a fomentar la investigación, prevención, diagnóstico precoz y abordaje multidisciplinario, que permitan reducir la carga sanitaria, social y económica de la demencia", señala Fernández.

PACIENTES

La Asociación Española de ELA reclama más servicios especializados en el domicilio

Redacción

La Asociación Española de Esclerosis Lateral Amiotrófica, con motivo del Día Mundial contra esta enfermedad, celebrado el pasado lunes, reclamó una mayor atención a los pacientes, tal como indica el lema de este año: 'Ningún en-

fermo sin los servicios especializados en domicilio'. Según esta entidad, es necesaria una mayor equidad a la hora de atender a los pacientes con esta patología, que en su grado avanzado genera gran dependencia. "Es imprescindible que en todas las provincias exista un hospital ofrezca una atención

multidisciplinar de los enfermos, para que no tengan que realizar desplazamientos múltiples a centros de otras provincias o comunidades autónomas, con los inconvenientes que ello conlleva", afirmó la gerente de dicha entidad, Rosa María Sanz. "La escasa medicación que es válida en este mo-

mento para los enfermos es de administración hospitalaria, y para algunas familias desplazarse hasta el hospital en el que se encuentra la Unidad de ELA supone un problema", señala.

El fuerte impacto de esta patología sobre las capacidades físicas y la autonomía de la persona hacen

que requieran de apoyo continuo. Esta asociación estima que necesitan un cuidador mínimo ocho horas al día y servicios de fisioterapia, logopedia y psicología, en función del avance de la enfermedad, así como productos de apoyo para la vida diaria, y que la Administración debería aportar mayores recursos en este sentido. "Esta enfermedad se vive en el domicilio, por lo que es imprescindible que los servicios se le puedan ofrecer en el mismo. Lógicamente, la ELA afecta a toda la familia, a la que cambia completamente la vida".

UN VERANO POR DESCUBRIR

Salud sin fronteras

JOSÉ MARTÍNEZ OLMO



@pnmolms

La evolución de la pandemia ofrece signos más esperanzadores que hace pocos meses gracias, sobre todo, a la enorme efectividad de las vacunas y la buena marcha del plan de vacunación que está alcanzando magníficos niveles de cobertura y protección en los grupos de población más vulnerables.

Pero la evolución de la incidencia muestra signos de estancamiento del descenso e incluso de ciertos repuntes especialmente en las personas jóvenes no vacunadas. La circula-

tante bajar este indicador de incidencia a niveles más aceptables, al tiempo que debemos conseguir nuevos hitos en la vacunación y podamos así encarar el verano con más optimismo, tanto en lo que se refiere a la paulatina recuperación de la normalidad en la actividad social, como en el ámbito de la economía.

Será necesario tener claro que la mascarilla es imprescindible en todas aquellas situaciones que no podamos mantener la distancia de más de 1,5 metros y en los espacios de interior de los locales cerrados; también son necesarias medidas de prevención y control de los contagios, que deben tener (también) un gran objetivo de mantener activos los procedimientos y los mecanismos de vigilancia epidemiológica, detección precoz de casos, rastreo y aislamiento preventivo; junto a esto, la vigilancia de la circulación de nuevas variantes nos permitiría afrontar un verano con suficiente seguridad para todos.

El día que se publica esta tribuna se elimina la obligatoriedad del uso de mascarilla en la calle; esta medida, que requiere para minimizar riesgos la menor incidencia posible y la mayor cobertura posible de inmunidad, deberá adoptarse con un importante esfuerzo divulgativo y pedagógico en relación a los lugares y condiciones en las que seguirá siendo obligado su uso (en el interior de locales públicos, medios de transporte, etc), o en las que será conveniente su uso (aglomeraciones en las que no se pueda asegurar una distancia interpersonal de un mínimo de 1,5 metros, por ejemplo); la idea es asegurar que la decisión no termine siendo contraproducente. Por todo lo anterior, sin perder de vista que el coronavirus sigue presente y tiene capacidad potencial de seguir golpeando la salud de la ciudadanía, es necesario hacer posible la mayor precaución para que el optimismo vaya ocupando cada vez mayor espacio y paulatinamente nos acerquemos a un verano con menos impacto en la salud y mayor recuperación de la normalidad. Pero con la evolución de la nueva variante india y pendientes de la efectividad de las medidas de prevención, el verano está aún por descubrir.

La precaución hace que el optimismo vaya tomando cada vez más espacio

ción de la variante india y sus efectos hacen que debamos estar preocupados y ocupados en la vigilancia y el control; en este contexto es evidente la necesidad de continuar con medidas de protección y prevención de los contagios porque sigue habiendo signos de transmisión comunitaria del virus como se ha señalado de manera especial en las poblaciones más jóvenes en las que aún no se ha tenido acceso a la protección inmunitaria que ofrecen las vacunas.

Las cifras de incidencia que mostraban un leve pero paulatino descenso se han estancado y se mantiene en torno a los 90 casos por cada 100.000 habitantes, aunque es llamativo que Andalucía (con más de 160 casos por cada 100.000 habitantes) lleva un tiempo con más dificultades que la media de España para situarse en cifras más favorables. Es muy impor-