



La ESE, Red Salud Armenia, realizó jornada de salud con niños y jóvenes con discapacidad

Continuando con el cronograma de jornadas de promoción de la salud y prevención de la enfermedad y recreación con los niños y jóvenes, Red Salud Armenia ESE, llevó a cabo la jornada con los niños y jóvenes con discapacidad en la finca la Juliana, Vereda la India.

Dentro de la jornada, se realizaron actividades en salud oral con la participación de la "RATONA PÉREZ", quien les instruyó acerca del correcto cepillado, uso de la seda dental y el cuidado BUCAL. Además, se llevó recreación y juegos lúdicos, a los niños y jóvenes, lo cual les permitió tener un espacio de diversión, aprendizaje y mucha alegría.

Red Salud Armenia ESE, sigue trabajando en pro de la comunidad, a través de actividades que les permita adoptar estilos de vida saludables, y hagan de la ESE "la red que cuida de ti"

A través del Plan de Intervenciones Colectivas se está implementando el programa de cocinas saludables

La Alcaldía de Armenia, la Secretaría de Salud Municipal y Red Salud Armenia ESE, a través del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), está llevando a cabo el programa de cocinas saludables en diferentes barrios del municipio de Armenia.

La ejecución de este programa, busca que las madres alimenten nutritivamente y con pocos recursos a sus hijos y sus familias. Para ello, se motiva e instruye a las asistentes mediante un aprendizaje vivencial, cómo preparar una torta de carne de lentejas, una malteada de lentejas y una malteada de ahuyama, entre otras recetas de alto valor nutritivo.

Con este programa se han beneficiado 40 madres de los barrios Salazar y la Cecilia, se espera una nutrida participación en el sector del Caimo y el barrio Santander.

Acciones como estas, permiten hacer de Armenia un "paraíso para invertir, vivir y disfrutar"



La ESE, celebró el Día Mundial de la Hipertensión



El pasado 17 de mayo, con motivo de la celebración del día Mundial de la Hipertensión, identificada como la primera causa de enfermedad y muerte en el mundo, Red Salud Armenia ESE en alianza con la Fundación Deportiva Healthy Line, realizó en el Hospital del Sur, toma de tensión arterial, peso y talla, impartió educación sobre factores de riesgo, signos y síntomas de esta enfermedad y actividades de gimnasia en el Centro de Acondicionamiento y Preparación Física; buscando generar en los armenios la adopción de estilos de vida saludables.

Cabe anotar, que la hipertensión es una enfermedad degenerativa, crónica muy común y silenciosa, no da síntomas en su fase temprana, afecta todos los órganos, incurable pero controlable por lo cual se debe realizar tratamiento de por vida.

"La hipertensión arterial es una enfermedad del sistema cardiovascular que afecta el 20% de la población adulta. En el mundo afecta la sexta parte de la población (1000 millones) y en Armenia, la prevalencia es del 29% en mayores de 20 años", según el estudio del 2003, realizado por el Médico Jorge Luis Duque, Líder de Riesgo Cardiovascular de la ESE.

La hipertensión es considerada como el factor de riesgo cardiovascular más importante y hace parte del grupo de enfermedades crónicas no trasmisibles, actualmente es la principal causa de morbilidad mundial, por encima incluso de enfermedades infecciosas.

La hipertensión arterial es un problema de salud que afecta a más del 25-30% de la población, de los cuales un número importante de personas no están tratadas y de aquellas que reciben tratamiento más del 50% no tienen las cifras de tensión controladas. Cuando una persona tiene hipertensión, aumenta el riesgo hasta en 4 veces de que presente un infarto de miocardio o cerebral.

La hipertensión es uno de los principales factores de riesgo para las enfermedades cardiovasculares, como el infarto de miocardio, la insuficiencia cardíaca, la enfermedad coronaria, los eventos, accidentes vasculares cerebrales, entre otras.

Red Salud Armenia ESE, invita a la población de Armenia a adoptar estilos de vida saludables que incluyan una dieta adecuada baja en sal, azúcares y grasas; la realización frecuente de ejercicio físico y asistencia regular para el control médico.

No olvide, desde la ESE se recomienda a los armenios, consultar en la EPS o IPS correspondiente cualquier signo o síntoma de alarma que presenten, pues actuando a tiempo se puede controlar.

