



Charlas sobre ictus, pruebas de salud gratuitas y visitas al laboratorio municipal en la II Semana de la Salud de Alcobendas

25 MARZO 2025

ALCOBENDAS

SALUD

Del 6 al 9 de abril, Alcobendas se prepara para una nueva edición de la Semana de la Salud, un evento que ofrece a los vecinos la oportunidad de mejorar su bienestar a través de una variedad de actividades, talleres y pruebas diagnósticas gratuitas. La ciudad se sumará a la conmemoración del Día Mundial de la Salud con una programación abierta a todas las edades y dirigida a promover hábitos saludables.

La II Semana de la Salud de Alcobendas dará comienzo el **domingo 6 de abril** a las 11:00 horas en el **Centro Municipal La Esfera**, donde se llevará a cabo la inauguración oficial de la semana. A lo largo de todo el día, los asistentes podrán disfrutar de una amplia oferta de actividades interactivas, como juegos de ingenio, una divertida partida de **«Pasapalabra de la salud»**, clases de **taichi** y bailes latinos. También estarán presentes asociaciones sociosanitarias locales que ofrecerán información sobre sus servicios, así como mesas informativas sobre prevención y cuidados de la salud.

Pruebas diagnósticas y talleres de prevención

El evento no solo contará con actividades de ocio, sino que también incluirá **pruebas diagnósticas gratuitas** para todos los vecinos. Estos controles de salud abarcarán diversas áreas, como medición de **tensión arterial**, pruebas de **glucemia**, **audiometrías** y análisis de la **composición corporal**. Los asistentes también podrán realizarse **chequeos cardiovasculares** y consultas relacionadas con la salud ósea. Los controles serán realizados por profesionales de la salud en colaboración con entidades como el **Hospital InPruebas**, **Cruz Roja**, **Salud Madrid**, y asociaciones locales del ámbito sanitario.

Charlas y jornadas sobre salud

Los **lunes 7 y martes 8 de abril** tendrán lugar una serie de charlas y conferencias, en las que expertos compartirán su conocimiento sobre temas de actualidad en el ámbito sanitario. Entre los temas más destacados se incluyen:



- **Prevención del ictus**, con una jornada especializada el **lunes 7 de abril** a las 10:00 horas en el **Centro Cultural Pablo Iglesias**.
- Charlas sobre **enfermedades femeninas, neurología y salud ocular**, enfocadas en mejorar el conocimiento sobre estas condiciones y brindar herramientas para su prevención y tratamiento.

Además, el **Centro Deportivo Valdelasfuentes** contará con una **carpa de fisioterapia**, donde los asistentes podrán recibir orientación y consejos sobre **higiene postural, primeros auxilios** y técnicas para prevenir lesiones. También se llevarán a cabo visitas guiadas al **Laboratorio Municipal**, donde los vecinos podrán descubrir el trabajo que se realiza en este espacio dedicado al análisis de datos y la salud pública.

Actividades para niños y adultos

El programa de actividades está diseñado para ser inclusivo y ofrecer opciones tanto para adultos como para los más jóvenes. Además de los talleres de **hábitos saludables y alimentación**, habrá actividades orientadas a la **prevención de adicciones, menopausia** y técnicas de **relajación**. Los niños disfrutarán de juegos, talleres de **manualidades saludables** y actividades deportivas que fomentarán su bienestar físico y mental.

Inscripciones abiertas para la II Semana de la Salud

La inscripción a las actividades ya está disponible. Los interesados en participar en la **Jornada sobre el ictus** y su prevención pueden inscribirse desde ahora. Además, a partir de este **lunes 24 de marzo**, se abrirán las inscripciones para el resto de las actividades, que podrán realizarse tanto de forma telefónica, a través del **SAC**, como de manera online en la página oficial de **Alcobendas**.



