

Torres de Segre converteix la sala d'espera del consultori local en un espai cardiosaludable

Els professionals de l'atenció primària de Torres de Segre, en col·laboració amb l'ajuntament de la localitat, han convertit la sala d'espera del consultori mèdic en un espai cardiosaludable, amb la instal·lació de dues màquines de pedals transportables i una cinta de caminar a baixa velocitat. Així mateix, també s'ha instal·lat una màquina d'aigua i properament se n'instal·larà una altra de fruita de temporada.

L'objectiu és oferir als pacients alternatives saludables mentre esperen per ser visitats. Sovint, aquest temps d'espera s'utilitza per dur a terme activitats sedentàries, especialment relacionades amb la utilització de dispositius mòbils. Per invertir aquesta tendència, els professionals de l'atenció primària han liderat aquesta iniciativa que pretén promoure els hàbits saludables i oferir la possibilitat als pacients de fer una activitat física adaptada a les seves característiques i possibilitats durant l'estona que esperen.

El passat 11 d'abril es va inaugurar aquest espai cardiosaludable, en un acte que s'emmarca en la celebració del Dia Mundial de l'Activitat Física. Professionals de la salut del CAP d'Alcarràs oferiran una activitat física dirigida per a persones grans.