

La Voz de Galicia

Frente a los achaques, Galidade

Fecha: 02/06/02

URL: http://www.lavozdegalicia.es/ed_ferrol/noticia.jsp?

CAT=122&TEXTO=1108075

El primer Salón de Mayores incluye talleres para mejorar la calidad de vida de la tercera edad

Ni resignación ni lamentaciones. Frente a los achaques de la vejez, Galidade propone soluciones. Pero también prevención. Para muestra, una cifra: más de doscientas personas se han sometido ya a la campaña de detección precoz de la **diabetes** que se desarrolla en el primer Salón de Mayores de Ferrol. Otros muchos han pasado por los talleres de memoria, yoga y gimnasia. Hoy habrá más.

EN EL STAND DE LAS ASOCIACIÓN DE DIABÉTICOS SE HACEN PRUEBAS DE GLUCEMIA A LOS MAYORES Ilda, Sira y Sara no dudaron en someterse a la prueba de glucemia a su paso por el stand de la Asociación de Diabéticos de Ferrolterra. Las tres viajaron juntas desde Taboada para visitar el Primer Salón de Mayores y, ya allí, decidieron aprovechar la oportunidad para hacer un chequeo a la salud. Bastó con un leve pinchazo en el dedo para comprobar si el nivel de azúcar en sangre era el correcto. A Ilda le dió por encima de lo normal y recibió algunos consejos: el primero, pedir cita con su médico de cabecera para hacerse un examen completo, que determine si padece o no **diabetes**. Como ellas, más de doscientas personas se han sometido ya a la campaña de prevención de la enfermedad que se desarrolla en Galidade. José Martínez, secretario de la asociación de diabéticos de la comarca, no dejaba de animar a la gente para que se hiciesen la prueba. Y justificaba el empeño con cifras elocuentes: «Entre un 20 y un 25% de los mayores de 60 años son diabéticos, pero la mitad de ellos lo ignora», apuntó.

Muy cerca, un grupo de mujeres entradas en canas desprendía vitalidad en el taller de actividades físico-recreativas. Tampoco faltaron voluntarios en las clases de yoga ni en las de técnicas de relajación. Más de dos mil personas pasaron ya por Galidade.

B. A. (FERROL)