

7 de abril, Día Mundial de la Salud

Cruz Roja apuesta por los hábitos de vida saludables para prevenir enfermedades

- La Organización realiza anualmente más de 8.214 intervenciones en la provincia tinerfeña a través de su Plan de Salud.
- Cruz Roja ofrece a la población, “Quiérete” una App gratuita para la información, promoción y puesta en práctica de hábitos de vida saludables.
- Hasta el próximo día 11 de abril se estarán realizando actividades en la isla de Tenerife en materia de salud, para conmemorar esta fecha.

El 7 de abril se celebra el Día Mundial de la Salud, bajo el lema ‘Salud para todas las personas’. A través de esta conmemoración, la Organización Mundial de la Salud (OMS) pide a todos los líderes mundiales compromisos para la adopción de medidas concretas con el fin de promover la salud de las personas.

Cruz Roja comparte la concepción integral de la OMS, que define la salud como “un estado completo de bienestar físico, mental, social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Asimismo, se plantea como meta “**posibilitar una vida sana y segura**” y promover el bienestar para todas las personas en todas las edades.

Asimismo, su intervención en materia de salud, incluye labores de prevención, asistencia, rehabilitación y desarrollo con personas. Además de la promoción de estilos de vida saludables como forma de prevenir enfermedades.

En este sentido y en conmemoración a este importante día, la Institución tiene previsto un **conjunto de actividades** (talleres, charlas, stands informativos, caminatas, etc.), **en la isla de Tenerife**, entre el 1 y el 11 de este mes de abril, tanto en espacios públicos exteriores como en diferentes asociaciones, Institutos de Educación Secundaria, ayuntamientos y centros culturales municipales, con las que se abordarán temas como la alimentación, el parkinson, la educación afectivo sexual para jóvenes, enfermedades cardiovasculares, nociones básicas de primeros auxilios y vendajes, el asma,, con el fin de promocionar la calidad de vida y un estilo de vida saludable.

Asimismo, en muchas de estas actividades, Cruz Roja aprovechará la oportunidad para dar a conocer a la población **la aplicación gratuita para dispositivos móviles “Quiérete”**, que cuenta ya con 9.000 descargas desde su puesta en marcha. En ella se ofrece información sobre conductas saludables a través de tres ejes transversales: **alimentación, mente sana y ejercicio**.

Evitar el estrés, practicar ejercicio con regularidad y evitar el exceso de sedentarismo o mantener una dieta variada, son algunos de los consejos que se lanzan desde esta aplicación, cuya descarga está disponible en móviles y tablets, también se puede descargar desde el market de IOS y Android.

Las líneas de actuación que Cruz Roja considera prioritarias a la hora de intervenir en materia de salud buscan, en su conjunto, solucionar las grandes situaciones que reducen la calidad de vida, que conforman la inadecuada gestión de la salud, y son las siguientes: **la adopción y/o mantenimiento de un estilo de vida no saludable, la realización de una inadecuada**

gestión de la enfermedad y la sensibilización, prevención y promoción de la salud de toda la población.

Al respecto, hay que destacar que el pasado año 2018, la Organización realizó un total de **8.231 intervenciones en la provincia tinerfeña desde su Plan de Salud**, a través de proyectos de promoción de la salud, prevención de accidentes, atención y prevención de VIH-Sida, atención integral a personas con enfermedades avanzadas, atención y prevención de adicciones y enfermedades, alcanzando a más a más de 5.400 personas y existiendo una participación con un alcance online de 99.973 personas.

Objetivos de Desarrollo Sostenible

El fomento de hábitos de vida saludables responde además a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), adoptados en 2015 como parte de una nueva agenda de desarrollo sostenible para erradicar la pobreza, proteger el planeta y asegurar la prosperidad para todos y todas. E objetivo 3, en concreto, busca 'Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades'.

RECURSOS AUDIOVISUALES

Vídeo de Cruz Roja Televisión: <http://cruzroja.tv/video/10570>



7 DE ABRIL, DÍA MUNDIAL DE LA SALUD

Quiérete 

"Quiérete, una app para tu bienestar y el de las personas de tu entorno".

 

SALUD PARA TODAS LAS PERSONAS

Cada vez más cerca de las personas  **Cruz Roja**

Para más información o entrevistas: Departamento de Comunicación de Cruz Roja: 922 28 29 24- Ext. 63662

<http://www.cruzroja.es/tenerife>

<https://twitter.com/CruzRoiaProvTfe> / <https://www.facebook.com/CruzRoiaProvTFE>