

NOTA DE PREMSA 10/12/24

L'Hospital de Berga inicia un programa de xerrades obertes a la ciutadania per educar en salut i prevenció

- **La primera serà el dimecres 18 de desembre sobre què podem fer per disminuir el risc de caigudes a domicili**

“Educació per la salut” és el títol del programa de xerrades que posa en marxa l'Hospital de Berga amb l'objectiu de tractar temes que ajudin a la ciutadania a prendre consciència de què podem fer per millorar el nostre benestar físic i emocional. Molts dels problemes de salut, es podrien prevenir, o com a mínim disminuir, fent modificacions del nostre estil de vida o de les condicions del nostre entorn. Aquest programa vol obrir l'Hospital de Berga a la ciutadania per transmetre coneixements, consells i recomanacions de salut que ajudin a implementar aquest tipus de modificacions.

Es preveu fer una sessió cada dos mesos aproximadament en què es tractaran temes com la mobilització de persones dependents a casa, la importància de la higiene de mans per prevenir infeccions o el Document de Voluntats Anticipades.

Les caigudes a domicili o a la via pública són un dels motius de consulta al servei d'urgències, i en ocasions poden tenir conseqüències devastadores. Sovint, aquestes caigudes es podrien haver evitat. Per aquest motiu aquest serà el primer tema que tractarem. El dimecres 18 de desembre, dos fisioterapeutes de l'Hospital conduiran la xerrada i donaran recomanacions per disminuir el risc de caigudes a domicili o a la via pública, sempre tenint en compte que pot afectar un ampli ventall de persones, des de gent gran, persones amb limitació de la mobilitat o disminució de l'agudesia visual. Es farà a ¼ d'1 del migdia a la Sala d'actes de l'Hospital.

Totes les xerrades aniran a càrrec de professionals de l'Hospital de Berga. La primera, sobre prevenció de caigudes, la faran Queralt Soler i Oriol Curriu, fisioterapeutes del Servei de Rehabilitació de l'Hospital de Berga. Les persones interessades a participar-hi

poden apuntar-se, de forma totalment gratuïta, als taulells d'infermeria de les plantes d'hospitalització o a través d'aquest enllaç: <https://bit.ly/4geGmeN>

Servei de comunicació:

93 872 14 22