

## La concejalía de Inmigración y el Centro de Salud imparten una charla sobre hábitos saludables

Escrito por Miguel Angel Rodriguez  
Lunes, 29 de Abril de 2013 13:50 -

---

La concejalía de Inmigración del Ayuntamiento de Adra y el Centro de Salud de Adra han organizado una charla sobre hábitos de vida saludable destinada a mujeres inmigrantes, que se ha llevado a cabo en el Centro de Salud de Adra.

El concejal responsable del área de Inmigración del Ayuntamiento de Adra, Moisés Linares, acompañado por las enfermeras del Centro de Salud de Adra, Valentina Estévez y María Dolores Segado, han sido los encargados de dar la bienvenida a las casi 20 mujeres de origen marroquí y rumano, de entre 20 y 56 años, que han participado en esta charla.

El concejal responsable del área de Salud del Ayuntamiento de Adra, Moisés Linares, ha agradecido a las participantes de esta charla su presencia en el Centro de Salud y ha señalado que “este tipo de charlas son muy importantes para concienciar a estas mujeres de que una buena alimentación sana es beneficiosa para la salud. Se pueden evitar enfermedades si tenemos una buena alimentación y la charla está encaminada a que las mujeres conozcan todos los hábitos alimenticios de cara a tener una alimentación equilibrada y sana”.

La charla ha consistido en prevenir la obesidad y el sedentarismo, los hábitos de alimentación erróneos, enfermedades relacionadas con la alimentación, como el colesterol, diabetes, hipertensión o aterosclerosis, además de las recomendaciones sobre la dieta mediterránea y una alimentación equilibrada.

La concejalía de Salud del Ayuntamiento de Adra y el Centro de Salud de la localidad van a continuar realizando campañas informativas tanto en materia de alimentación saludable como de sexualidad, enfocadas principalmente a colectivos inmigrantes.