

Colmenar Viejo celebrará una Jornada de la Salud para promover el bienestar, la prevención y unos hábitos de vida saludables

El evento tendrá lugar el viernes 17 de abril, de 17:00 a 20:00h, en La Casa de la Juventud y estará abierta a todos los vecinos del municipio

Es una cita pensada para los colmenareños, repleta de actividades diseñadas para promover la conciencia sobre la importancia del bienestar y de unos hábitos de vida saludables

El Colegio de Farmacéuticos de Madrid y Cruz Roja han preparado una serie de actividades relacionadas con la prevención y la promoción de la salud

13-abril-2026. El **viernes 17 de abril**, Colmenar Viejo celebrará una **Jornada de la Salud en La Casa de la Juventud** (calle de la Carretera de Hoyo de Manzanares, 16), **de 17:00 a 20:00h**, organizada por el Ayuntamiento en colaboración con el Colegio de Farmacéuticos de Madrid y Cruz Roja, y abierta a todos los vecinos del municipio.

“La Jornada de la Salud es una cita pensada para nuestros vecinos, repleta de actividades diseñadas para promover la conciencia sobre la importancia del bienestar, la prevención y unos hábitos de vida saludables. A través de actividades impartidas por profesionales en ámbitos como la medicación responsable, la prevención de enfermedades, los primeros auxilios, el cuidado de la piel o la adopción de hábitos más saludables, buscamos promover conocimientos útiles que contribuyan a mejorar la calidad de vida de los colmenareños”, explica la concejal de Sanidad, **Lorena Colmenarejo Argumánz**.

“Nuestro compromiso es seguir construyendo una comunidad más informada, solidaria y consciente de su salud. Prevenir enfermedades, apoyar a los colectivos más vulnerables y fomentar estilos de vida saludables es la mejor herramienta para avanzar hacia un futuro más sano para todos”, señala la edil.

Durante la jornada, el **Colegio de Farmacéuticos de Madrid** realizará las siguientes actividades:

1. Uso adecuado del medicamento, SPD y seguridad del paciente:
 - Explicación del Sistema Personalizado de Dosificación (SPD) como herramienta de mejora de la adherencia.

- Educación en el uso correcto de los medicamentos y prevención de errores de medicación.
 - Identificación de riesgos asociados a la polimedicación.
 - Entrega de material educativo.
2. Medición y control de la presión arterial:
- Toma de la presión arterial.
 - Información sobre factores de riesgo cardiovascular.
 - Educación en prevención y hábitos saludables.
 - Entrega de material educativo.
3. Cuidados de la piel:
- Educación en fotoprotección y prevención del daño solar.
 - Detección de signos de alerta.
 - Dermoanalizador.
 - Consejos básicos de cuidado dermatológico.
4. Diabetes:
- Educación diabetológica básica.
 - Adherencia al tratamiento.
 - Prevención del riesgo de diabetes: test de Findrisk.
5. Consejos nutricionales:
- Educación en hábitos alimentarios saludables.
 - Prevención de la obesidad y el riesgo cardiovascular.
 - Medición de la composición corporal con InBody.

Por otro lado, la **Cruz Roja** desarrollará las siguientes actividades:

- Ictus: qué es, cómo detectarlo, cómo actuar si nos pasa a nosotros, cómo actuar si le pasa a otra persona...
- Botiquín casero: qué se debe tener en un botiquín casero.
- Conducta PAS (Proteger, Avisar y Socorrer): cómo poner a alguien en posición de seguridad y cómo hacer una llamada efectiva al 112.