



## Municipalidad de La Cruz implementa taller de rehabilitación física para pacientes con artrosis y fibromialgia

Con el objetivo de seguir avanzando en la calidad de vida de sus habitantes, la Municipalidad de La Cruz ha dado inicio a un nuevo taller de rehabilitación física, especialmente diseñado para personas que padecen de artrosis y fibromialgia. Esta iniciativa forma parte de la gestión municipal para responder a las necesidades de salud de la comunidad, brindando herramientas efectivas para el autocuidado y bienestar.

El taller, organizado por el programa de rehabilitación física del centro de salud municipal, es una respuesta directa a la alta demanda de tratamientos en La Cruz. Está dirigido a personas diagnosticadas con artrosis en rodillas y caderas, así como fibromialgia, y tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida de las y los pacientes, particularmente de la tercera edad.

A través de estas sesiones, no solo se busca aliviar el dolor, sino también concientizar sobre la importancia de la prevención y la educación en salud. El enfoque va más allá de esperar la llegada de pacientes al consultorio; se trata de ofrecer herramientas preventivas y enseñar técnicas de autocuidado mediante la atención primaria de salud.

Nancy Cortés, una usuaria del taller, compartió su experiencia: "Para mí ha sido una experiencia muy bonita y beneficiosa para mi salud. Me ha ayudado mucho a relajar mis múscu-

los, y la gimnasia ha sido excelente. La he recomendado a muchas personas. Ojalá estas instancias sigan existiendo porque son muy buenas. Agradezco a la Municipalidad de La Cruz y a los profesionales".

El taller está a cargo de un kinesiólogo y se desarrolla en el Centro de Promoción y Salud del Paradero 11, ubicado en Av. 21 de Mayo #1759, los días martes y miércoles de 12:00 a 13:00 horas. Está orientado a quienes no presentan síntomas graves y que podrían mejorar con la correcta orientación sobre ejercicios. Eduardo Arancibia, encargado de la sala, destacó: "Gran parte de los pacientes que llegan a la sala tienen estas patologías, y muchos solo necesitan educación sobre los ejercicios adecuados para mejorar su dolor".

Este taller no solo busca atender a quienes ya padecen estas condiciones, sino también descongestionar la lista de espera del programa, ofreciendo una alternativa efectiva y educativa para mejorar la salud de la comunidad. Los talleres se extenderán hasta fin de año, brindando una valiosa oportunidad para quienes buscan mejorar su bienestar físico.

La Municipalidad de La Cruz invita a toda la comunidad a participar en esta iniciativa, reafirmando su compromiso con la salud y el bienestar de sus vecinas y vecinos.