

Área de Igualdad de Oportunidades

FEMSANA APUESTA POR LA SALUD INTEGRAL DE LAS MUJERES, UNIFICANDO CUERPO Y MENTE

Se celebrará el próximo viernes 26 de mayo en la plaza de la Constitución de 18:00 y 21:00 h.

22/05/2017.- La jornada FEMSANA se centra, en su segunda edición, en la depresión y la salud mental y emocional de las mujeres, bajo el lema “Tu salud es todo: Cuerpo y mente”. Esta es una iniciativa del Área de Igualdad del Ayuntamiento de Málaga en coordinación con el Grupo de Salud y Deporte del Consejo Sectorial de la Mujer.

Tendrá lugar el próximo 26 de mayo, de 18.00 a 21:00 h., en la plaza de la Constitución, y albergará desde actividades colectivas deportivas y físicas a una zona de stands donde se ofrecerán respuestas a las situaciones de salud de las mujeres.

Como novedad, en esta edición se han organizado unas jornadas complementarias que tendrán lugar el 6 de junio a las 18:00 h. en el Mupam. Intervendrán la psicóloga Cristina Sánchez, que hablará sobre la salud sexual de las mujeres; el dermatólogo Norberto López que informará sobre cuidados de la piel; y la psicóloga Lorena M. Soria que abordará la vinculación estética con los cuidados.

FEMNASA se organiza con motivo de la conmemoración del Día Internacional de Acción por la Salud de la Mujer. Desde Málaga se persigue hacer visibles las desigualdades de género que existen en la salud, reafirmar el derecho a la salud de las mujeres sin restricciones o exclusiones, aumentar la autoestima de la mujer, fomentar la inversión de tiempo en la salud integral de la mujer, promover la práctica deportiva y favorecer la participación de la mujer en actividades que contribuyan a su bienestar.

La plaza de la Constitución contará con un escenario desde donde se promoverán actividades dirigidas de gimnasia, tango, zumba, danza del vientre y padel fit.

Paralelamente, en diferentes carpas, se ofrecerán sesiones de siatsu, masajes, control de la tensión arterial y cuidados de la imagen para mejorar la autoestima de las mujeres. Además, una zona infantil ofrecerá actividades (payasos o pintacaras) para las niñas y los niños y se repartirán manzanas gratuitamente.

Este año FEMSANA se centra en la salud emocional de las mujeres, siguiendo la acción de la Organización Mundial de la Salud (OMS), que ha lanzado una campaña basada en la depresión y la salud mental y emocional.

La depresión tiene mayor incidencia en el colectivo de mujeres, siendo la principal causa mundial de discapacidad. Esta enfermedad provoca angustia mental y afecta a la capacidad de las persona para desarrollar las tareas más cotidianas.

FEMSANA incide en la vinculación existente entre la salud física y la salud emocional; apostando, con las actividades programadas, por el hecho de que el bienestar emocional repercute en una mejor salud física y que una vida sana (cuidados de salud, alimentación y deporte) repercute en la mejora de la salud emocional.

El Día Internacional de Acción por la Salud de la Mujer revela el escaso conocimiento de la salud de las mujeres y de sus necesidades actuales. Se creó para reclamar ante el abandono de los programas de control de natalidad, para incrementar el acceso universal a la salud y asegurar el acceso a los servicios de aborto legal y seguro y los métodos anticonceptivos seguros.

Esta actividad está enmarcada dentro del II Plan Transversal de Género “Ciudad de Málaga” y del Plan Málaga Ciudad Saludable.