

Éxito de participación en los talleres *del Aula de Salud de IMQ*

Desde su puesta en marcha hace ya cuatro años, los talleres del Aula de Salud de IMQ han tenido una gran acogida por parte de los asegurados del Igalatorio Médico Quirúrgico. Por esta razón, en mayo y junio se ha organizado una nueva edición de los seminarios y cursos prácticos que mayor interés han suscitado a lo largo de estos años: “Tu hijo, su primer año de vida”, “Memoria” y “Primeros Auxilios”.



Estos talleres, coordinados por el responsable de Umade-Formación, el Dr. Luis Alciturri, muestran ciertas claves y pautas a seguir para afrontar con tranquilidad ciertas situaciones. Así, los asistentes conocieron de primera mano técnicas para mejorar la atención y desarrollar la memoria, indicaciones para atender a los bebés ante una situación de emergencia o cómo actuar ante un herido hasta que lleguen los servicios sanitarios, por citar unos ejemplos.

EL PRIMER AÑO DE VIDA

El nacimiento de un bebé supone nuevas preocupaciones, sobre todo en los padres primerizos y principalmente en los primeros 12 meses de vida. El llanto, la falta de hambre y de sueño del bebé, son algunas de las situaciones a las que deben enfrentarse los padres con la llegada de un bebé, que a menudo generan multitud de dudas. Éste ha sido precisamente el motivo por el que IMQ ha organizado el taller “Tu hijo, su primer año de vida”, donde los nuevos padres pudieron conocer de la mano del neonatólogo Iñigo Echaniz, diversos aspectos relacionados con el desarrollo normal del bebé en este periodo.

Durante las cuatro horas que se prolongó el taller, el Dr. Echaniz explicó las distintas etapas de desarrollo del bebé, tanto emocional como psicomotor, y por qué se caracteriza cada una de ellas. Además, el especialista propuso a los padres asistentes unas pautas básicas para una correcta alimentación, tanto con lactancia materna o artificial (biberones,...), así como la alimentación más adecuadas a medida que el niño crece.

El taller contó también con la colaboración del Doctor Luis Alciturri que se encargó de explicar a los padres la cadena de supervivencia del lactante y cómo actuar para prevenir los accidentes cotidianos y a responder con rapidez ante situaciones de emergencia. Así, a través de maniqués y simuladores, los participantes aprendieron a identificar los



síntomas de las enfermedades más frecuentes y a actuar en las situaciones de crisis más comunes a las que se deben hacer frente con un bebé, como pueden ser la obstrucción de las vías respiratorias o la reanimación cardiopulmonar básica adecuada para un niño menor de dos años.

EJERCICIOS DE MEMORIA

Hay ocasiones en las que no recordar un hecho tan simple como dónde se han dejado las llaves de casa, si se ha tomado la medicación o por qué se ha olvidado comprar el pan puede llegar a convertirse en un problema. Por ello, el taller “Memoria” mostró a los asegurados de IMQ mayores de 70 años válidos para la vida cotidiana, destrezas, estrategias y habilidades que les permitieran entrenar y mejorar la capacidad intelectual de la memoria.

Así, durante el seminario impartido por el Dr. Iñaki Artaza, los asegurados aprendieron en qué consiste la memoria y cuáles son los factores que afectan a su correcto funcionamiento. Además, para entrenar la memoria, el doctor Artaza mostró unas sencillas técnicas para mejorar y entrenar la memoria visual y verbal y dió unos consejos para ayudar a los asegurados a mejorar la memoria y recordar los olvidos comunes que afectan a la vida cotidiana.



PRIMEROS AUXILIOS

El saber actuar con rapidez y precisión ante una emergencia sanitaria puede marcar la diferencia entre una recuperación rápida o una larga hospitalización. Por esta razón el taller de “Primeros auxilios” organizado por IMQ es uno de los que más participantes reúne.

Luis Alcuturri fue el encargado de ofrecer este taller especialmente orientado para las emergencias típicas de los meses de verano. Así, los asegurados aprendieron a actuar ante una obstrucción de las vías respiratorias, a realizar el masaje cardiorrespiratorio a adultos y a responder con rapidez ante un shock o lipotimia, síncope, quemaduras, picaduras, contusiones o intoxicaciones.

Además, los participantes practicaron con un maniquí de primeros auxilios las maniobras del boca a boca y el masaje cardíaco, una técnica imprescindible hoy día para contrarrestar las consecuencias de una parada cardiorrespiratoria.



NUEVA EDICIÓN PARA DESPUÉS DEL VERANO

Debido a la elevada demanda de solicitudes para acceder a los talleres del Aula de Salud, IMQ organizará en los meses de septiembre y octubre una nueva edición de estos talleres. Los interesados en inscribirse a éstos cursos pueden llamar al 902 20 21 50.

“Tu hijo, su primer año de vida”

“Memoria”

“Primeros auxilios”