

AGRADECIMIENTOS



“La gratitud es el arte de apreciar las pequeñas cosas que hacen grande la vida” Rosa Montero

La organización de la XIII Jornada Movember en Navamorcuede ha sido posible gracias a la colaboración de profesionales de diferentes ámbitos que aúnan esfuerzos para hacerla posible. La realización de los talleres de promoción de hábitos saludables, las comunicaciones y todas las tareas que de cualquier modo conducen a disfrutar estas Jornadas, no serían asumibles sin el trabajo en equipo del nutrido grupo de organizadores y colaboradores que las llevan a cabo. La ilusión y el compromiso son las señas de identidad de este grupo que año tras año, prepara los contenidos de las Jornadas ajustándose al rigor científico, sin renunciar a la búsqueda de formas de presentarlo que resulten atractivas y divertidas para la población general.

Es fundamental la colaboración de los Ayuntamientos de la Zona Básica de Salud, el de Navamorcuede como anfitrión, pero también los de La Iglesuela del Tiétar, Sartajada, Almendral de la Cañada, Buenaventura, Sotillo de las Palomas y Marrupe. Alcaldes y corporaciones municipales han sido una constante en el éxito de este proyecto.

Oficinas de farmacia de nuestros pueblos, entidades y empresas locales y algún laboratorio farmacéutico aportan una inestimable ayuda.

No podemos olvidarnos de la habitual colaboración de DRAFT Care-Health-group para el diseño de nuestros logos y de Shaolin Center, cuyo Maestro y alumnos nos acompañan realizando diversas actividades en el transcurso de las Jornadas. Agradecemos también a nuestro artista gráfico que ponga su profesionalidad a nuestra disposición.

A nivel institucional y profesional no podemos dejar de agradecer el apoyo de la Gerencia de Atención Integrada de Talavera de la Reina, cuyo Equipo Directivo nos alienta para que demos continuidad a este proyecto.

Sin embargo, todo esto no tendría sentido sin la acogida, el interés, la participación y la compañía de los asistentes a los diferentes eventos programados, sois nuestra razón de ser.

Los objetivos de estas Jornadas, que vienen celebrándose desde 2013, son la promoción de estilos de vida saludables, la adopción de hábitos generadores de salud y la prevención de complicaciones cuando la enfermedad ya está instaurada. El beneficio de estas actividades para la salud de la población sigue motivándonos año tras año.

Gracias a todos.

GRUPO DE TRABAJO MOVEMBER

Dña. Ana María Izaguirre Zapatera. Directora Gerente del ICS de Castilla la Mancha .

Dña. Ana María Jurado Gómez. Enfermera CS. Navamorcuede.

D. Carlos Gustavo Benítez González. Coordinador médico CS. Navamorcuede.

Dña. Francisca Peña López. Responsable de Enfermería CS. Navamorcuede.

D. Guillermo Rico García. Médico CS. Navamorcuede. (jubilado)

Dña. Irene Redondo Valero. Supervisora de Enfermería de la Residencia de Mayores Virgen del Prado.

Dña. Isabel Gil Carrera. Médico CS. Navamorcuede.

Dña. Jackeline Carmen Vásquez Michel. Médico CS. Navamorcuede.

Dña Marta Melchor Galan .Enfermera CS Navamorcuede .

Dña Gema Romero Rubiales .Enfermera CS Navamorcuede.

Dña Jennifer Febles Hdez .Médico CS Navamorcuede .

D.Javier Espinosa Muñoz .Administrativo CS Navamorcuede .

D. Javier García Hernández. Artista gráfico y dueño CREÁTIKA.

D. Jesús López López. Técnico Informático. Servicio Admisión y Documentación GAITA.

Dña. María Molina Oliva. Enfermera de Urgencias y Emergencias de SACYL.

Dña. Nazaret Peláez Cañas. Enfermera CS. La Estación.

Dña. Pilar Fluriache García-Caro. Responsable de Humanización e Imagen Corporativa de la GAITA.

Dña. Sara Muñoz Martín. Enfermera CS. Navamorcuede.

D. Sebastián Sánchez Vázquez. Enfermero SACYL.

XIII JORNADA MOVEMBER EN NAVAMORCUENDE Y VIII MARCHA SALUDABLE



¿RECUERDAS MOVEMBER? COMO CUIDAMOS BIGOTES CON ALHZEIMER

DÍA: 29 de noviembre de 2025

ORGANIZA: Centro de Salud de Navamorcuede. Gerencia de Atención Integrada de Talavera de la Reina. SESCAM.

Ayuntamientos y Oficinas de Farmacia de: Navamorcuede, Almendral, Buenaventura, La Iglesuela, Sotillo de las Palomas, Sartajada y Marrupe.



COLABORAN:



Creatividad, diseño e impresión

MOVEMBER



**“Mi memoria es magnífica para olvidar”
R.L Stevenson (1850-1894)**

Decía Gabriela Mistral que recordar un buen momento es sentirse feliz de nuevo. Los recuerdos son fragmentos de momentos vividos que nos definen y nos conectan con el pasado. De hecho, un buen recuerdo no tiene por qué ser perfecto, a veces ni siquiera del todo real, solo debe tener el poder de hacernos sonreír y ser más felices cuando lo revivimos.

Nosotros desde luego nos sentimos felices de nuevo y por supuesto sonreímos cuando hacemos memoria de nuestras jornadas y vemos que ya llevamos trece;¡¡ (doce más una para los supersticiosos), Jornadas Movember en nuestro Centro de Salud.

Hemos abordado muchos temas; desde los relacionados con la salud masculina, que fue el arranque de la saga ,hasta las últimas innovaciones en medicina, pasando por salud infantil y de personas mayores, el ejercicio físico, tabaco, alcoholismo, aspectos de prevención en general .No olvidamos el año de la pandemia en el que lejos de olvidarnos de nuestra jornadas nos hicimos eco de ellas desde las redes. Siempre abordamos los temas de salud con una perspectiva asequible a la par que científica, con ilusión y con bastante trabajo, pero sobre todo movidos y animados siempre por la buena acogida que tiene entre las instituciones y sobre todo en nuestra población.

En esta ocasión queremos dedicar la XIII JORNADA a una patología cada vez más frecuente sobre todo en personas mayores que son los trastornos cognitivos asociados a la edad, el más conocido es la Enfermedad de Alzheimer, pero como veremos no la única . Nos contarán las causas, la posible prevención, su diagnóstico y el tratamiento. Sin olvidar por supuesto la imprescindible atención a los cuidadores y la importancia que tiene el apoyo de algunas asociaciones que se dedican a la atención de enfermos y familiares . Esperamos que la visión amable con que pretendemos presentarla no oculte el verdadero drama que supone tanto para los pacientes como para los familiares, cuidadores y para la sociedad en general.

Hagamos caso a Gabriela Mistral y en esta Jornada revivamos los buenos momentos que hemos pasado juntos con ocasión de estas Jornadas que al fin y al cabo son para disfrutar en comunidad , aprender y mejorar en cuestiones de salud.

Gracias a la memoria se da en los hombres lo que se llama experiencia.

10.30 h. MARCHA SALUDABLE. Salimos desde el Centro de Salud . Calentamiento previo a cargo Ana Mª Izaguirre y Sara Muñoz Martin . (Saholin center)

11.30 h. TALLERES : Se celebrarán en las inmediaciones del centro de salud, si el tiempo no lo permitiera en el exterior, serán en el propio centro

RCP para niños y adultos

Taller con actividades de estimulación cognitiva :
M.ªYovanna Rojo Nieto y Susana Fernández Izquierdo (terapeutas ocupacionales de la ZBS)

Taller de dibujo “Dibuja con Javi Salado” cómics para niños.
No olvides traer tus lápices pintura sacapuntas y goma de borrar.

Taller de baile “El baile activa la memoria” con Milagros González Alonso. Monitora de zumba de Navamorcuede .

16.45 h. INAUGURACION JORNADAS

Casa de la Cultura, Plaza Mayor de Navamorcuede. Entrada al auditorio en casa de la cultura (Plaza mayor de Navamorcuede) y votación concurso de dibujos escolares .

17.00 h. MESA DE COMUNICACIONES

Presentan: Presentan Dra. Jackeline Vásquez y Dra. Jennifer Febles . Médicas de familia del CS Navamorcuede.

Dra. Juana M.ª Machado Gallas. Médico de familia CS La Algodonera. Giovanna Espinoza Cuevas y Danae del Pilar Millares MIR de familia: Conocer para cuidar mejor: deterioro cognitivo y sus características clínicas.



Dra. Valeria Betania Goncalves Faria. MIR 4 de Neurología Hospital G. U. Ntra. Sra. Del Prado: Olvidos o Alzheimer. Aprende a reconocerlo y conoce los tratamientos actuales.

Dr. José Luis Diaz Maroto: Médico AP en Pozo de Guadalajara. Consumo de tabaco y deterioro cognitivo.

18.15 PAUSA: entrega premios al concurso escolar de dibujos.

Begoña Mencías del Pino y Nuria Corrochano Tejado. Terapeutas ocupacionales de la residencia de mayores Virgen del Prado. Mas allá de la memoria: ocupación, identidad y autonomía en el deterioro cognitivo.

Ana Mª Jurado (enfermera Buenaventura , CS Navamorcuede y María Molina Oliva (enfermera de urgencias y emergencias SACYL. Cuidar sin descuidarse: el reto silencioso de quienes cuidan.

Daniel López Fresneda y Cristina Fernández Cano. AFATA. Alzheimer y asociacionismo: una visión de los recursos sociales para las personas con Alzheimer.

DESPEDIDA Y CIERRE . Preguntas y dudas

20:30 Fin de jornada con un aperitivo en Restaurante El Piélago.