

Brindan hoy un taller gratis sobre recetas de cocina sin gluten

02/05/2024



Teniendo en cuenta la cercanía del Día Internacional de la Celiaquía (5 de mayo), hoy viernes tendrá lugar un taller gratuito sobre cocina sin gluten, que ha sido organizado por la Municipalidad de San Rafael.

En diálogo con nuestro diario y con FM Vos (94.5), Susana Torres, directora de Salud de la comuna, invitó a la realización de este taller gratuito que tendrá lugar hoy viernes a las 10 en el centro modular (Gral. Paz 841). En el marco del mismo, habrá propuestas de cocina dulce y salada, degustación, charlas informativas y sorteos. "Invitamos a toda la comunidad (celíacos y no celíacos), familiares, a los que quieran informarse. Lo que se va a hacer es un taller de alimentos libres de gluten, los salados y los dulces, a cargo de un chef", adelantó y agregó que también habrá profesionales de la salud para despejar dudas que puedan surgir, ya que se

trata de algo sobre lo que siempre es necesario tener más información.

A veces se cree que la celiaquía es una “enfermedad moderna”, de la cual se habla más ahora que antes. La funcionaria explicó que en realidad no es que sea así, sino que “antes no se diagnosticaba”. “Uno tiene que sospecharla para pedir los análisis, porque no se hacen análisis de rutina para diagnosticar celiaquía; uno tiene que pensar en esta enfermedad, se piden análisis en sangre, unos anticuerpos específicos de esa enfermedad para que sea diagnosticada. En realidad, la primera asociación de madres de niños celíacos se formó en La Plata en 1978, pero desde ahí a esta parte realmente ha sido un largo trabajo y desde hace 10 o 15 años que se habla más de celiaquía”, dijo.

Siempre son necesarios ciertos cuidados, ya que si bien al trigo se lo asocia directamente con los productos panificados, artículos como la pasta dental pueden tenerlo también. Esto implica que realmente hay mucho por aprender.

Salud mental y suicidios

Por otra parte, el sur provincial y especialmente nuestro departamento, está pasando por una creciente tasa de suicidios. “San Rafael está haciendo punta en esto, estamos haciendo reuniones casi todas las semanas, con el Concejo Deliberante, con el encargado de Salud Mental de la provincia, y la verdad es que nos estamos avocando un montón”, lamentó Torres.

Ante eso, el lunes 6 de mayo desde las 9, se llevará adelante un taller vinculado a la temática en el centro de salud de Pueblo Diamante, a cargo de dos psicólogas especializadas en el tema. “La idea es hablar con la comunidad, mostrar las herramientas, porque por ahí uno no sabe cuándo una persona está dando señales de alerta, de que tiene la idea de suicidarse. Es a través de esas charlas, que intentamos que la gente lo vaya reconociendo y que vaya tomando en cuenta en su ámbito familiar las señales de alarma”, resaltó y adelantó que estos talleres se repetirán en otros puntos de San Rafael.