

# De cara a las Fiestas se llevará a cabo el jueves un taller destinado a pacientes diabéticos

19/12/2023



\* *Disertantes: Lic. Verónica Segura – Lic. Cecilia Prados*

\* *Abierto a la Comunidad*

*Día: Jueves 21 de Diciembre / Hora: 11.30*

*Lugar: Auditorio Hospital Schestakow – Emilio Civit 150*

Servicio de  
Nutrición

Sección de  
Endocrinología  
y Diabetes

HOSPITAL  
SCHES  
AKOW



MENDOZA

Muchas son las personas que sufren diabetes, y en época de fiestas se encuentran con la imposibilidad de comer cualquier cosa. Teniendo eso en cuenta, se llevará a cabo un taller orientado a la planificación de cómo comer más sano. Sobre ello brindó algunos detalles a través de FM Vos (94.5) y de Diario San Rafael, la licenciada en Nutrición, Verónica

Segura. Si bien este taller es organizado por integrantes del Servicio de Nutrición del hospital Schestakow, la idea surgió en el contexto de una consulta nutricional con un paciente. “Dijimos ‘qué importante esto’ y poder transmitírselo a la comunidad y a los pacientes con diabetes, para que puedan aprovechar y disfrutar de la fiesta sin tener alguna complicación, como una hipoglucemia (que es cuando baja mucho el azúcar en sangre), ni una hiperglucemia (que es cuando sube mucho)”, explicó Segura y añadió que ante eso “la planificación es fundamental”. El taller será mañana jueves a las 11.30, en el auditorio del hospital Schestakow (ingresando por calle Emilio Civit). Si bien los primeros beneficiados por el taller serían las personas con diabetes, no es necesario padecer la enfermedad para participar ya que se hablará también de “alimentación saludable”. “Es bueno que acompañen los familiares, y más en las fiestas donde se planifican los menús; generalmente hay acceso a mayor cantidad de alimentos que por ahí no son tan saludables, que tienen exceso de azúcar, entonces es muy importante que ellos acompañen en esta etapa y tengan disponibilidad, por ejemplo, con mayor cantidad de ensaladas, con más color, sobre todo verduras que son más bien crudas, que hagan una ensalada de frutas más saludable y demás”, destacó. Cabe decir que la participación en el taller es gratuita y que no se requiere inscripción previa.