

# Un taller de higiene bucodental transforma las sonrisas en la sede de Asapme Teruel

Una profesional explica las enfermedades orales y las técnicas más efectivas para evitarlas

Redacción  
Teruel

Asapme Teruel, en su constante búsqueda por mejorar la calidad de vida de sus usuarios, ha organizado un taller dedicado a la higiene bucodental. Este evento, llevado a cabo en las instalaciones de la Asociación Salud Mental Teruel, contó con la colaboración de una profesional del ámbito odontológico, quien guió a los participantes a través de un programa integral diseñado para equiparlos con las herramientas necesarias para mantener una salud oral óptima.

Durante la sesión, la higienista bucodental proporcionó a los participantes una visión completa de la salud bucodental, abordando desde las principales enfermedades orales hasta las técnicas más efectivas de cepillado y limpieza interdental.

Los asistentes adquirieron un profundo entendimiento de condiciones como la caries dental y la enfermedad periodontal, aprendiendo cómo prevenirlas y cuidar su salud oral de manera



Profesional del ámbito odontológico que ofreció un taller sobre salud bucodental en Asapme Teruel

efectiva en su vida diaria, explicando desde la infancia.

Además de explorar las enfermedades orales, se destacaron las recomendaciones dietéticas específicas, resaltando la importancia de una alimentación equilibrada para la salud bucal. Se proporcionaron consejos prácticos sobre

cómo elegir alimentos que promuevan la salud oral y reduzcan el riesgo de problemas dentales, brindando a los participantes una comprensión integral de cómo la dieta puede afectar su salud bucal.

Para aquellos usuarios que utilizan prótesis dentales, se ofrecieron

pautas detalladas sobre el cuidado adecuado de las mismas, desde la limpieza regular hasta el almacenamiento apropiado. La higienista compartió información valiosa sobre cómo evitar complicaciones como la irritación de las encías o las infecciones, ayudando a los participantes

a mantener sus prótesis dentales en óptimas condiciones.

El aspecto más destacado del evento fue su enfoque interactivo, que permitió a los participantes hacer preguntas y recibir orientación personalizada sobre sus necesidades individuales de cuidado bucal. Esta interacción directa enriqueció la experiencia de aprendizaje y fortaleció el compromiso de los participantes con su salud oral, demostrando que la educación y el acceso a recursos básicos pueden marcar una diferencia significativa en la calidad de vida.

Los participantes expresaron su gratitud por la oportunidad de aprender y aplicar prácticas de higiene bucal, reconociendo la importancia de la salud bucodental en general. Estas acciones son parte de los esfuerzos continuos de Asapme Teruel para dejar una marca positiva en la salud bucal de la población, promoviendo la atención preventiva y recordando a todos la importancia de cuidar su salud oral para mantener sonrisas saludables y felices a lo largo de la vida.

## '12 recetas para 12 meses' en Asapme Bajo Aragón

El centro difunde las recetas que gustan a los usuarios

Redacción  
Teruel

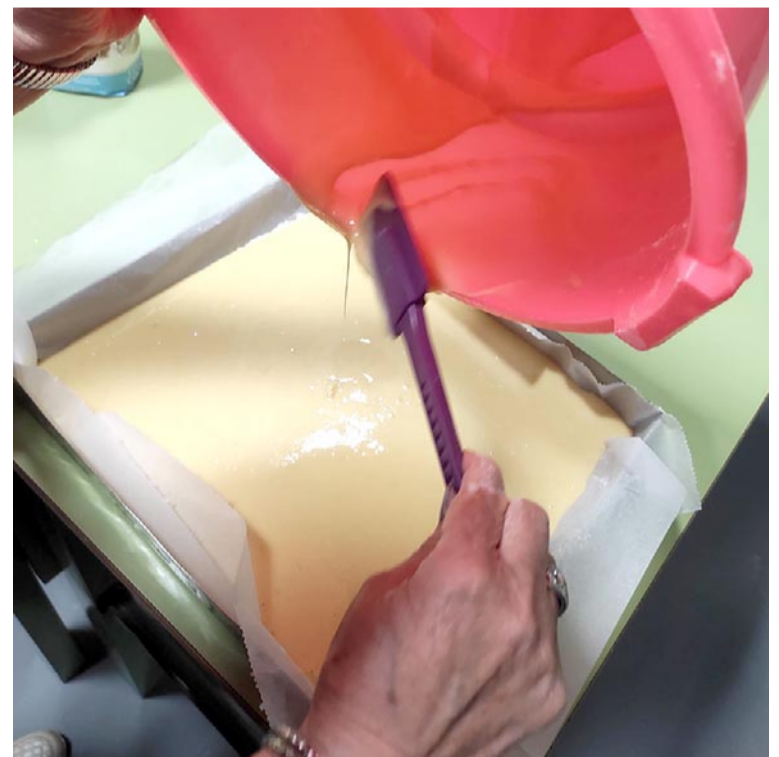
Asapme Bajo Aragón ha realizado desde hace un año diversas recetas en la entidad con el fin de que sus usuarios se familiarizaran con la cocina. Durante el año pasado, una de las profesionales del centro bajoaragonés realizó la actividad *12 meses, 12 recetas*. Durante este tiempo, se realizaron diversas recetas de platos que les gustaban y que no sabían cómo hacerlos, participando tanto en la compra de los alimentos como en la elaboración de los platos.

Tal fue el éxito de la actividad, que durante este 2024 han decidido seguir haciéndola, pero con una pequeña modificación. En este caso, con una programación trimestral: el primer mes, serán los propios usuarios quienes se pongan al mando de la actividad; al siguiente mes será una profesional de la entidad. Y para acabar, al mes siguiente, una persona ajena a la asociación enseñará a los usuarios sus dotes culinarias y otras formas de cocinar.

Con esta actividad, se pretende que la población general conozca los entresijos de la cocina y, además, conozcan la asociación

y a sus usuarios y sean partícipes de las actividades que se llevan a cabo para el colectivo, indican.

Durante este mes de enero ha sido una de las usuarias quienes nos ha enseñado cómo realiza su bizcocho, que tan bien le sale, dando su secreto a los compañeros del centro. "Su receta original se hace con un molde especial que se cocina en fuego de gas, en nuestro caso; ha sufrido una pequeña modificación, ya que no cuentan con las infraestructuras necesarias para realizarlo pero, aun así, les quedó buenísimo", explican desde la entidad.



Elaboración de una de las recetas en el centro Asapme Bajo Aragón





Una de las clases inclusivas de Educación Física realizada por personas usuarias de Atadi Maestrazgo y alumnado del SIES Segundo de Chomón de Cantavieja

# Atadi comparte la educación física inclusiva con alumnado de Cantavieja

## Juegos y deportes se adaptan a las capacidades de todos los participantes

Redacción  
Teruel

Personas con discapacidad intelectual usuarias de Atadi Maestrazgo y alumnado de segundo curso de Educación Secundaria del SIES Segundo de Chomón de Cantavieja han realizado clases conjuntas de educación física durante el primer trimestre de este curso escolar 2023/2024.

Hasta 9 usuarios de Atadi y 13 alumnos han participado en estas clases inclusivas, propuestas por el equipo docente del centro educativo de Cantavieja. En total se han realizado cinco clases conjuntas, en las que se crearon parejas compuestas por un miembro de Atadi y un alumno o alumna. “De este modo, se crearon vínculos entre los componentes de cada pareja, que pudieron

conocerse mejor y establecer una relación de apoyo”, apunta el director de Atadi Maestrazgo, David Fontanet.

En cada una de las sesiones se realizaron actividades diferentes, que incluyeron voley-globo, *dat-chball*, beisbol y otros juegos. Todos estos juegos y deportes se adaptaron para que todos los asistentes pudieran participar activamente. “Las adaptaciones

han hecho comprender un poco mejor al alumnado las dificultades a las que se enfrentan las personas con discapacidad, tanto en el aspecto físico como intelectual”, comenta Fontanet.

Para ahondar en ello, el alumnado probó gafas opacas, sillas de ruedas y muletas, para comprobar por sí mismos en qué medida afecta la falta de visión o movilidad, entre otros tipos de

discapacidad. Además de las actividades ya comentadas, se trabajó la orientación a través de códigos QR; el alumnado enseñó a las usuarias de Atadi a utilizarlos en su día a día.

### Integración

Los objetivos que persiguen desde el instituto con estas clases son “promover la práctica deportiva inclusiva, desarrollar conductas de respeto, aceptación y tolerancia y sensibilizar mediante la experiencia en situaciones de discapacidad”. Además, estas clases han permitido “conocer juegos y danzas de otras culturas, favorecer un aprendizaje social positivo mediante el juego y desarrollar habilidades motrices en situaciones nuevas”, explican desde el centro educativo.

Estas clases no solo buscan facilitar la inclusión de las personas con discapacidad, sino también la de “aquellos alumnos y alumnas con menos destrezas y capacidades” y “la integración e igualdad de oportunidades del alumnado desfavorecido socio-culturalmente”, sostienen desde el SIES Segundo de Chomón.

Próximamente, el alumnado de este centro educativo visitará el centro Atadi Maestrazgo, donde podrán ver qué trabajo realizan las personas con discapacidad intelectual en un centro ocupacional y las actividades de ocio que realizan.

“Desde Atadi Maestrazgo queremos agradecer al equipo docente del SIES Segundo de Chomón esta propuesta inclusiva, que consideramos muy positiva tanto para nuestros usuarios como para el alumnado”, concluyen desde la entidad, abierta a “seguir colaborando con los centros educativos en todo tipo de actividades que promuevan la inclusión”.

# Anudi recibe la donación solidaria del regalo de jubilación de Nati López

## La aportación se destinará íntegramente a subvencionar terapias de los usuarios

Redacción  
Teruel

El pasado sábado se celebró una emocionante celebración: la auxiliar administrativo del Hospital Obispo Polanco y del Hospital San José Nati López se jubilaba y sus compañeros y amigos le organizaron una fiesta en la Casa de Andalucía de Teruel, que se convirtió en un acto solidario. Y es que Nati decidió que no quería un regalo de despedida para ella, sino que quería compartir el cariño de sus amigos con Anudi en forma de donación. Sus compañeros recibieron con emoción esta petición y se volcaron en apor-

tar y recoger todo lo que pudieron.

Nati lleva muchos años atendiendo con mucha profesionalidad y sensibilidad a pacientes y familiares, siendo una gran compañera, como se desprende de la respuesta de quienes han trabajado con ella, argumentaron los responsables de Anudi.

La relación de Nati con esta asociación turolense tiene un largo recorrido pues trabaja con algunas personas con familiares con discapacidad pertenecientes a esta asociación y tiene muy buenas referencias y ha colaborado comprando el calendario solidario todos los años.



Fiesta de jubilación de Nati López, que donó sus regalos a Anudi

La fiesta fue muy divertida y emotiva, especialmente el momento en que Rubén Guillén recogió en nombre de Anudi el cheque simbólico de manos de Nati, que se mostró encantada con sus

muestras de cariño y sus interminables preguntas.

Desde Anudi quieren agradecer este precioso gesto de Nati y de todos sus compañeros del Hospital Obispo Polanco y del

Hospital San José, que quisieron aportar su granito de arena. Esta donación se destinará íntegramente a subvencionar terapias de promoción de la autonomía personal para los usuarios.