



Osasun-ikasgela. Irailak 4, osteguna, 18:00etan

Donostiako Aquariuma - Donostia

## Behobia-Donostiarako prestatzen: Gomendioak, lasterketa hasi aurretik, egin bitartean eta bukatu ondoren

- Hurrengo Osasun Ikasgelan, gure adituek B/SS lasterketa ongi prestatzeko gomendioak emango dituzte.
- **Lekua erresebatzeko**, 943 00 27 59 telefonora deitu (9:00etatik 13:00etara) edo [comunicacion.gpk@quironsalud.es](mailto:comunicacion.gpk@quironsalud.es) helbidera mezu elektronikoa bat bidali behar da, izen-abizenak, NAN agiria eta telefono-zenbaki bat adierazita.
- Saioa **online** ikusteko aukera ere badago, [Policlínica Gipuzkoaren YouTubeko](#) kanalean edo [diariovasco.com](http://diariovasco.com) webgunean

**Donostia, 2021eko azaroaren 3a.-** Behobia-Donostia lasterketa herrikoi handirako egun gutxi batzuk falta diren honetan, Policlínica Gipuzkoa eta Quirónsalud taldeak lasterketaren antolatzaileak eta aditu ezagunak bilduko dituzte Osasun Ikasgelan **“B/SSrako prestatzen: gomendioak, lasterketa egin aurretik, egin bitartean eta bukatu ondoren”**, izeneko saio batean, lasterketa prestatzeko moduari buruz hitz egin dezaten, lasterketaz gozatu ahal izateko hasieratik amaierara.

“Behobia-Donostia lasterketa luze bat da, eta, egin ahal izateko, beharrezkoa da horrelako diziplinetan aritzeko ohitura izatea. Oinarri horretatik abiatuta, lasterketarako prestakuntza espezifikoa hiru hilabete ingurukoa izatean da” azaldu digu Ricardo Jiménez jaunak, Quirónsalud Donostia Ospitaleko Kirol Medikuntzako Zerbitzuaren buruak. Ricardo Jimenez berak, Enrique Pérez de Ayala Policlínica Gipuzkoa Kirol Medikuntzako Zerbitzuaren buruak, Eider Sánchez Policlínica Gipuzkoako nutrizionistak eta Javier Alfaro Futbol Selektzio Absolutuko eta Real Zaragozako podologoak eta Prestakuntza Podoaktiboaren arduradunak B/SS prestatzeko moduari buruzko hitzaldi bat **emango dute ostegun honetan, azaroak 4**, Donostiako **Aquariumean, 18:00etan**. Hitzaldia irekia izango da publiko guztiarentzat, edukiera bete arte.

Osasun Ikasgelara bertaraten direnek hurrengo Behobia-Donostian parte hartuko duten zenbait korrikalariren lekukotza ezagutu ahal izango dute.



Ikasgela presentziala da, baina plaza erreserbatu behar da, **943 002759** telefono-zenbakira deituta, eta **online** ere jarraitu ahal izango da, [Policlínica Gipuzkoaren Youtube](#) kanalean edo [diariovasco.com](#) webgunean.

Berataratzen direnek galderak egiteko aukera izango dute hitzaldiaren ondorengo solasaldian, zuzenean aretoan egonez gero, edo [diariovasco.com](#) webgunearen txat digitalaren bidez. Sonia Roussel doktoreak, Gipuzkoako Quirónsalud taldeko zuzendari mediko-asistentzialak, ikasgelako hitzaldia moderatuko du. Eta, beti bezala, amaieran, Donostiako Aquariumaren instalazioak bisitatu ahal izango dira.

## Quirónsalud taldeari buruz

Quirónsalud ospitale-talde liderra da Espainian, eta Fresenius-Helios enpresa matrizearekin batera, baita Europan ere. Guztira 40.000 profesional baino gehiago ditu 125 osasun-zentrotan baino gehiagotan; horien artean 50 ospitale daude, 7.000 ospitale-ohe eskaintzen dituztenak. Teknologia aurreratuen du, eta espezializazio eta nazioarteko ospe handiko profesional-talde bikaina. Besteak beste, honako zentro hauek ditu: Jiménez Díaz Fundazioa Unibertsitate Ospitalea, Teknon Zentro Medikoa, Ruber Internacional, Quirónsalud Madril Unibertsitate ospitalea, Quirónsalud Bartzelona ospitalea, Dexeus Unibertsitate Ospitalea, Policlínica Gipuzkoa, Kataluniako Unibertsitate Ospitale Orokorra, Quirónsalud Jesusen Bihotza Ospitalea, etab.

Taldea irakaskuntzaren sustapenean (bere ospitaleetako zortzi unibertsitate-ospitaleak dira) eta ikerketa mediko-zientifikoaren sustapenean aritzen da (Ikerketa Sanitarioko FJD Institutua du, Ikerketa, Garapen eta Berrikuntzako Estatu Idazkaritzak ziurtatua).

Era berean, bere asistentzia-zerbitzua zeharkako unitate eta sareetan antolatuta dago eta, horri esker, zentroetan metatutako esperientzia optimizatu daiteke eta ikerketak klinikaren arlora eramaten. Egun, Quirónsalud hainbat eta hainbat ikerketa-proiektu ari da garatzen Espainia osoan, eta taldeko zentro askok puntako lana egiten dute alor horretan, hainbat espezialitatetan aitzindari izanik; besteak beste: onkologian, kardiologian, endokrinologian, ginekologian eta neurologian.