Diario de Mallorca
7 / 6 / 2025

Ca'n Granada celebra mayo con tradición, música y momentos compartidos

El objetivo es disfrutar en comunidad y rendir homenaje a los afectos y las vivencias compartidas entre los residentes

REDACCIÓN
Palma

Durante el mes de mayo Ca'n Granada ha celebrado dos actividades pensadas para disfrutar en comunidad y rendir homenaje a las tradiciones, los afectos y las vivencias compartidas que tanto enriquecen el día a día de sus residentes.

El domingo 4 de mayo, con motivo del Día de la Madre, residentes, familiares y vecinos se reunieron en el bioparque para disfrutar de una animada actuación de *ball de bot* a cargo del grupo Calabruix. Una mañana festiva en la que la música tradicional mallorquina, el baile y la buena compañía pusieron ritmo a una jornada soleada que concluyó con un aperitivo vecinal al aire libre, compartido en un ambiente distendido, alegre y buena sintonía.

El martes 14 de mayo la música volvió a llenar de alegría y recuerdos el centro con la actuación del Coro de Veteranos de las Fuerzas Armadas, que ofreció una entrañable interpretación de canciones populares en el comedor de Ca'n Granada. La merienda que acompañó el evento sirvió para reunir una vez más a los residentes en un entorno cálido y acogedor, donde la convivencia, el entretenimiento y los recuerdos compartidos fueron los grandes protagonistas.

Estas actividades refuerzan el compromiso de Ca'n Granada por ofrecer a sus residentes experiencias enriquecedoras que combinan cultura, tradición y bienestar emocional.

Estas actividades refuerzan el compromiso de Ca'n Granada por ofrecer experiencias enriquecedoras.

SERVICIOS Y ACTIVIDADES

Estancias permanentes

El complejo Ca'n Granada está compuesto por 51 apartamentos independientes, en los que cada vecino tiene a su disposición un amplio conjunto de servicios, espacios y actividades a la carta (servicio de control médico y enfermería, comedor y room-service, actividades dirigidas -canto, baile, pilates, yoga, entrenamiento de memoria...-), para que pueda escoger aquel estilo de vida que encaje a la perfección con sus inquietudes y necesidades.

Estancias de recuperación

Ca'n Granada es el primer centro privado especializado en alojamiento con servicios sanitarios, destinados a la recuperación en periodos de convalecencia.

Dispone de programas especiales y a medida para que, mientras se disfruta de un alojamiento con todos los servicios, sean realizados aquellos cuidados y los oportunos tratamientos sanitarios para una mejor y más confortable recuperación.

Más información
Camí dels Reis, 308 / +34 971 902 202
www.cangranada.com / info@cangranada.com

Guía nutricional para apoyar la acción de los fármacos contra la obesidad

Publican una guía clínica que ayuda a los médicos a apoyar a los pacientes en tratamiento
● Un estilo de vida saludable maximiza y mantiene los beneficios de los medicamentos

EFE
Madrid

En 2022 el 43% de los adultos tenía sobrepeso y el 16% eran obesos (890 millones) y en los menores el problema empeora: 160 millones de niños y adolescentes de entre 5 y 19 años tienen obesidad, cuatro veces más que en 1990. Los datos de la organización Mundial de la Salud (OMS) reflejan la dimensión de un problema que no deja de crecer y que, además, tiene consecuencias para la salud. La obesidad aumenta el riesgo de cardiopatías y diabetes de tipo, puede afectar la salud ósea y a la reproducción, y dispara el riesgo de algunos tipos de cáncer. Además, altera el sueño o la movilidad.

Cuatro organizaciones líderes en medicina de la obesidad y nutrición -el Colegio Americano de Medicina del Estilo de Vida (ACLM), la Sociedad Americana de Nutrición (ASN), la Asociación de Medicina de la Obesidad (OMA) y la Sociedad de la Obesidad (TOS)— han publicado una guía clínica para ayudar a los médicos a apoyar a los pacientes que adelgazan con terapias GLP-1. Estos tratamientos, tanto con agentes únicos como combinados, se han convertido en poderosas herramientas para tratar la obesidad, ya que en los ensayos clínicos han logrado una reducción media de peso de entre el 5 % y el 18 %, y han mejorado los resultados metabólicos y cardiovasculares.

Se recomienda prescribir dietas personalizadas. | Ingimage

Sin embargo, para mantener estos beneficios a lo largo del tiempo y maximizar los resultados de los pacientes se requiere una atención integral que intervenga en el estilo de vida, en particular la terapia nutricional.

«Los GLP-1 son un avance importante en el tratamiento de la obesidad pero pueden provocar como efectos secundarios gastrointestinales, riesgo de deficiencias de micronutrientes, pérdida de masa muscular y ósea, mala adherencia a largo plazo con la consiguiente recuperación de peso y altos costes; y, por sí solos, no son suficientes», comenta el autor principal y presidente asesor, Dariush Mozaffarian, Universidad de Tufts.

«La terapia nutricional y el apoyo al estilo de vida son componentes esenciales para abordar estos retos, ayudar a los pacientes a maximizar y mantener los beneficios para la salud a lo largo del tiempo y garantizar que utilizamos estos fármacos de forma inteligente, eficaz y sin arruinar el sistema sanitario», apunta el médico.

El estudio aconseja ocho ejes para apoyar a los pacientes que toman medicamentos GLP-1: (1) centrar la terapia en el paciente, (2) hacer una evaluación nutricional inicial detallada, (3) controlar los efectos secundarios gastrointestinales, y (4) prescribir dietas personalizadas, ricas en nutrientes y mínimamente procesadas.

Los otros cuatro pilares son: (5) prevenir deficiencias nutritivas, (6) asegurar la ingesta de proteínas y el entrenamiento de fuerza para preservar la masa muscular, (7) aprovechar una buena dieta para maximizar la reducción de peso, y (8) promover un estilo de vida saludable, que cuide el sueño, evite el consumo de alcohol, tabaco y drogas y fomente las relaciones sociales. La guía se ha publicado en el American Journal of Lifestyle Medicine, The American Journal of Clinical Nutrition, Obesity Pillars® y Obesity.