

# Hábitos de salud para mejorar tu calidad de vida



Los universitarios en la foto del recuerdo



Toma de presión arterial



Medición de cintura



Aplicación de cuestionarios de salud

Esta Casa de Estudios, a través del Departamento de Servicios Médicos, fue sede de la Semana Nacional por un Corazón Saludable en la que se presentaron diversas actividades para concientizar a la comunidad universitaria sobre la implementación de un estilo de vida saludable. Para ello, se contó con el apoyo del Centro de Salud con Servicios Ampliados de la colonia Gaviotas y de la Jurisdicción Sanitaria No. 4 de Centro.

En el acto inaugural el subdirector de Servicios Educativos, Mario Ferrer Ramis, expresó “estamos agradecidos con la colaboración de las áreas de salud que este día nos acompañan. Por compartir temas relativos a la prevención, cuidado de la salud y la planificación familiar, mediante conferencias y material de difusión a los docentes, alumnos y administrativos”.

El jefe de la Jurisdicción Sanitaria No. 4 de Centro, Elín González Baños, comentó “para la prevención, diagnóstico y tratamiento de las enfermedades del corazón, se instalaron módulos donde se aplicarán cuestionarios de salud general, control de peso, talla y cintura, toma de glicemia capilar, presión arterial, diagnóstico de triglicéridos, colesterol, salud psicosocial, orientación sobre prevención de cáncer mamario, cervicouterino, de VIH/SIDA, nutricional y métodos de planificación familiar”.



También se presentaron las conferencias “Prevención y control de la obesidad y las enfermedades cardiovasculares” a cargo de Romana Cornelio Rodríguez, nutrióloga de la Jurisdicción Sanitaria No. 4 de Centro. Y “Violencia en el noviazgo” disertada por María del Rosario Benítez Alvarado, coordinadora de Salud Psicosocial, de la misma dependencia.

La UTTAB promueve este tipo de acciones para contar con una comunidad universitaria sana e informada.



Control de peso



Módulo de servicios de salud amigables donde se orienta en temas como prevención de embarazos no deseados y de infecciones de transmisión sexual



A los jóvenes se les brindó información para evitar la violencia en el noviazgo



Presidium en la Inauguración de la Semana Nacional por un Corazón Saludable



Romana Cornelio Rodríguez, nutrióloga de la Jurisdicción Sanitaria No. 4 de Centro disertó la conferencia “Prevención y control de la obesidad y las enfermedades cardiovasculares”



Alumnos, docentes y administrativos fueron concientizados para implementar un estilo de vida saludable





Módulo de orientación sobre cáncer mamario y cervicouterino



La comunidad universitaria recibió los servicios de salud gratuitamente



A los asistentes se les brindó una plática personalizada sobre nutrición



La UTTAB promueve acciones que permitan a su población académica estar informada para mantener una calidad de vida saludable