



Comunicado de Prensa

7 de marzo de 2015

DEPARTAMENTO DE SALUD Y THE BOOKMARK SE UNEN PARA PROMOVER EN LAS MUJERES UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA

En búsqueda de estrategias que concienticen a la población de mujeres profesionales, el Departamento de Salud en colaboración con la librería The Bookmark y la distribuidora de libros JR Blue Label Management, aunaron esfuerzos para recordar a las féminas, la importancia de cuidar su salud como parte de la Semana de la Mujer.

“Nosotras las mujeres profesionales además de tener compromisos laborales que nos ocupan la mayor parte del día, también cumplimos con diferentes roles dentro de la familia. Esto nos hace estar todo el tiempo pendientes de la salud de nuestros seres queridos dejando a un lado nuestra propia salud. Por esta razón hicimos el acercamiento a la librería The Bookmark y la distribuidora de libros JR Blue Label Management para que nos permitieran alcanzar a esa población y recordarles que también nosotras debemos apoderarnos de nuestra salud para disfrutar de una mejor calidad de vida”, expresó la Secretaria del Departamento de Salud, Ana Ríos Armendáriz.

Según explicó la doctora Ríos Armendáriz, las mujeres que visiten la librería The Bookmark ubicada en San Patricio Plaza, recibirán información dirigida a cuidar su nutrición, realizarse la prueba del virus de inmunodeficiencia humana (VIH), recibirán material educativo que incluyen consejos sobre cómo dejar de fumar, cómo protegerse de la influenza e información sobre la enfermedad de Alzheimer.

Por su parte, el Vicepresidente de Ventas y Mercadeo de JR Blue Label Management, Juan Peña Rentas expresó: “En JR Blue Label Management y The Bookmark, como distribuidores y detallistas de libros, nos dedicamos con verdadera pasión a difundir conocimiento, educación, entretenimiento, inspiración, imaginación y motivación entre muchas otras virtudes que nos llevan a vivir mejor cada día como sociedad. Nos alegra y nos inspira inmensamente unirnos al Departamento de Salud en la difusión del mensaje y

la información necesaria para que como pueblo podamos todos gozar de una vida plena y saludable”.

El Departamento de Salud recomienda que todas las mujeres pongan en práctica las siguientes recomendaciones:

- Visite a su médico al menos una vez al año.
- Solicite que le realicen exámenes para verificar el nivel de glucosa en la sangre y nivel de lípidos.
- Solicite un examen de presión arterial.
- Hágase anualmente la prueba de VIH.
- A partir de los 21 años, hágase la prueba de cernimiento cervico uterino.
- Hágase recurrentemente un autoexamen de mama. El autoexamen consiste en palpar las mamas para detectar posibles bultos o cambios en los senos.
- Si tiene más de 35 años, debe realizarse una mamografía para detectar cáncer de mama. Según recomienda el Grupo de Trabajo sobre Servicios Preventivos de los Estados Unidos, si está entre las edades de 50 y 74 años, debe realizarse el examen cada dos años.
- Hágase pruebas de detección del cáncer colorrectal a partir de los 40 años de edad.
- La salud oral es importante, visite un dentista cada seis meses.

###