

BOLETÍN 780 ->>

Enfermedades que afectan la calidad de vida, tema de las conferencias dentro de la Feria de Salud y Seguridad Laboral en la UAA.

El cambio de hábitos puede evitar la predisposición a un padecimiento hereditario: GLL

La falta de cultura de prevención de enfermedades y la poca disposición de acudir al médico para una revisión periódica de la salud, es la principal causa por la que los mexicanos llegamos a padecimientos crónicos que requiere un tratamiento especializado, señaló Gabriela Lomas López, internista de la Unidad Médico Didáctica de la UAA quien dictó la conferencia “Enfermedades que Afectan nuestra Calidad de Vida” dentro de la 7ª. Feria de Salud y Seguridad Laboral.

En este sentido expresó que a partir de los cuarenta años es recomendable acudir por lo menos semestralmente al médico, para conocer nuestro estado de salud y realizar las acciones necesarias, para evitar que nuestra salud vaya menguando.

Mencionó que el cambio de hábitos puede evitar la predisposición genética o hereditaria a algún padecimiento crónico como la diabetes, la hipertensión o alguna otra enfermedad.

Gabriela Lomas explicó que algunos de los problemas de mayor incidencia son la obesidad y el sedentarismo, los cuales nos llevan a problemas de salud más serios y pueden ser evitados simplemente teniendo un estilo de vida mucho más saludable, cambiando algunos hábitos de consumo o realizando actividades físicas.

La internista de la UMD de la UAA expresó que padecer un enfermedad crónica representa una afectación en nuestra calidad de vida, pues es necesario someterse a tratamientos y a cambios drásticos en las costumbres cotidianas, lo cual afecta también a nuestro entorno familiar o social.

Finalmente Lomas López hizo un llamado a los trabajadores universitarios y a la sociedad en general a promover una cultura de la prevención, mantenerse pendientes del estado de salud y con ello evitar cualquier posibilidad de contraer una enfermedad crónica que afecte nuestra calidad de vida en general.

