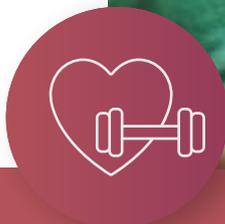


# Día Mundial de la Salud

ELABORÓ:  
CENTRO DE BIENESTAR



El Día Mundial de la Salud se estableció para conmemorar la fundación de la OMS el 7 de abril de 1948 y para concientizar la importancia del cuidado de la salud, pues apunta fundamentalmente a la participación de toda la sociedad, así como los gobiernos, para garantizar que la atención primaria de la salud esté disponible para todas y todos.

En esta fecha conmemorativa se reflexiona sobre los desafíos de la salud global y las soluciones para abordarlos, cuestiones en las que, como universidad, tenemos una gran responsabilidad.

Igualmente, es una fecha importante para reconocer la

labor de los trabajadores de la salud que trabajan incansablemente para mantenernos sanos y seguros.

Prevenir y cuidar de nuestra salud es en buena medida una responsabilidad personal. Por eso, hoy te invitamos a practicar puntos de autocuidado necesarios para mejorar tu bienestar.

Dado que el estilo de vida que llevamos, ha aumentado el riesgo de padecer enfermedades no transmisibles como lo pueden ser el cáncer, diabetes, problemas de corazón y enfermedades respiratorias. Así, es importante recordar que la adopción de hábitos saludables puede reducir significativamente el riesgo de padecer este tipo de enfermedades y mejorar la calidad de vida en general.

**¡Celebra este día cuidando tu salud! Aprovecha los servicios preventivos que se ofrecerán en la Feria de la Salud que se llevará a cabo el 8 de abril en el Campus UDEM. Encontrarás servicios preventivos como:**



Orientación médica de primer nivel.



Exámenes de laboratorio clínico.



Información y actividades sostenibles para la salud.



Atención de enfermería (toma de somatometría y signos).



Check up de salud visual.



Información y orientación sobre servicios de bienestar en la UDEM.



Check up nutricional.



Orientación en servicios de atención a la salud mental.



Información sobre donación de sangre.



Check up dental.



Capacitación en RCP con el equipo de Protección Civil UDEM.



Vacunas.

**Más información:** [centrodebienestar360@udem.edu.mx](mailto:centrodebienestar360@udem.edu.mx)  
**Síguenos en IG:** @bienestar.udem