



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL

# COMUNICADO

COORDINACIÓN DE COMUNICACIÓN SOCIAL



México, D.F., a 28 de febrero de 2013. No. 028.

## **PREVENCIÓN Y ORIENTACIÓN, ACCIONES QUE BRINDA EL IMSS PARA MANTENER LA SALUD DE LA MUJER**

- ***Un estilo de vida saludable con dieta balanceada, hábitos de higiene, ejercicio y acudir periódicamente al médico, la mejor prevención***

La buena salud en la mujer implica tomar medidas preventivas para evitar enfermedades crónicas como el cáncer cérvico-uterino o de mama; sin embargo, existen otro tipo de males de los que debe estar alerta. Por ello, en los módulos del Programa PrevenIMSS se brinda orientación de acuerdo al historial clínico sobre riesgos de salud a los que está expuesta durante las diferentes etapas de su vida.

La salud de la mujer debe cuidarse desde recién nacida. Y es que las malformaciones congénitas en el sistema nervioso central, riñones, corazón, así como del tubo digestivo, son otros padecimientos frecuentes. Ante esto la prueba de tamiz neonatal como medida de prevención es fundamental, explicó el coordinador de Programas Médicos de la División de Atención Ginecobstétrica y Perinatal, de la Coordinación de Áreas Médicas del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Tomás de la Mora Chávez.

Durante la infancia, señaló, las infecciones en vías urinarias son un problema común que de no atenderse con oportunidad en su clínica familiar, puede traer como consecuencia insuficiencia renal y con ello, efectos secundarios que alteran su calidad de vida.

En la etapa adolescente, indicó, es importante recurrir a las unidades médicas para conocer las acciones preventivas sobre enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados, alcoholismo, drogadicción y desórdenes alimenticios.

El especialista recomendó que al llegar a la maternidad debe acudir a los servicios de ginecología del IMSS, lo que le permitirá prevenir preeclampsia, hemorragias e infecciones para llevar una gestación sin riesgos.

El ginecólogo De la Mora Chávez consideró que durante la edad adulta además de estar en constante revisión para detectar padecimientos como el cáncer, también se debe evitar sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas como diabetes mellitus, hipertensión y problemas de tiroides o inmunológicos.

De igual modo, insistió en que desde la niñez se opte por un estilo de vida saludable, en el que una alimentación balanceada, realizar actividad física diaria o algún deporte y la higiene, sean hábitos fortalecidos que generarán mejores condiciones para lograr una vejez con calidad.

--- o0o ---