



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL

Guía para el Cuidado de la Salud



HOMBRES
de 20 A 59 años

MÁS VALE PREVENIMSS

En esta etapa de su vida usted acumula conocimientos y experiencias, se integra a la vida laboral, elige a su pareja y establece una familia; en suma, adopta un proyecto de vida a donde dirige todos sus esfuerzos para realizarlo.

Así mismo, la sociedad le ha dado siempre un papel fundamental en el cuidado y bienestar de su familia, por lo que es necesario que usted se mantenga sano y en plenitud de facultades, para cumplir exitosamente con sus funciones.



En esta guía, encontrará información útil sobre acciones encaminadas a promover su salud, prevenir, detectar y controlar en forma oportuna enfermedades, mejorar su nutrición y salud reproductiva.

Conozca y solicite los servicios que el **Instituto Mexicano del Seguro Social** le ofrece, participe de manera conjunta y responsable en el cuidado de su salud, acuda a los **módulos PREVENIMSS** de su **Unidad de Medicina Familiar**.



I.	Promoción de la salud	5
II.	Nutrición	47
III.	Prevención y control de enfermedades	67
IV.	Detección de enfermedades	77
V.	Salud sexual y reproductiva	89



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL