

# Jornadas Mujer y Salud

## Jornadas Mujer y Salud



### Inscripciones:

La inscripción es totalmente gratuita hasta completar aforo de la sala

### Imprescindible confirmar asistencia a:

[paula@la-agencia.es](mailto:paula@la-agencia.es)

O al tfno. 964 22 20 22 (P.C.: Paula)



Con la colaboración de:



# Jornadas Mujer y Salud

El Ayuntamiento de Castellón, a través de la Concejalía de Sanidad, celebrará en nuestra localidad unas Jornadas de Salud cuyo objetivo es informar sobre los problemas de salud que afectan a las mujeres para poder prevenirlos adecuadamente aumentando así su calidad de vida. Una buena salud implica el bienestar emocional, social y físico.

Para atender a nuestras necesidades y problemas de salud debemos conocer cómo actúan los diferentes factores que influyen en ella, cómo se pierde la salud, cuáles son las causas de las enfermedades que padecemos, qué soluciones existen y qué interviene en la toma de decisiones sobre los aspectos que nos afectan.

Es necesario cambiar algunos de los factores que mejoran o perjudican nuestra salud y que están en nuestra mano.

Estas conferencias están dirigidas a todo el colectivo femenino.



## Primera Jornada

### Ponencia:

**“¿Qué preocupa a las mujeres a partir de los 40?”**

**Dra. Gema Carda Isach**

Médica del equipo de atención primaria y especialista en nutrición y salud. Miembro del Consejo de Bioética de la SEM Castellón

**Dra. Gemma Monforte Gilabert**

Médica de familia

### Objetivos:

“La mayoría de ustedes va a vivir más de cien años”, anunció el prestigioso bioquímico Santiago Grisolia al público en el último Congreso Nacional de la Sociedad Española de Medicina Estética. Las estadísticas ponen de relieve que a este científico no le falta razón: la existencia se prolonga cada vez más, especialmente en el caso de las mujeres, mientras que en 1900 la esperanza de vida de las españolas no superaba los 35 años, hoy se sitúa en torno a los 83 y todo apunta a que esa cifra seguirá en ascenso. El reto, pues, consiste en preservar la salud para poder afrontar esos años extra como una oportunidad y no como una carga.

**Fecha:** martes 24 de noviembre

**Hora:** 19:00 h

**Lugar:** Fundación Caja Rural San Isidro. C/ Enmedio, 49 - Castellón

## Segunda Jornada

### Ponencia:

**“Prevenir un cáncer de mama empieza por ti”**

**Dra. Teresa García Redón**

Especialista en medicina interna. Responsable de la Unidad de Prevención del Cáncer de Mama de Castellón

### Objetivos:

El cáncer de mama es el tumor más común entre las mujeres de todo el mundo y hace tan sólo un par de décadas tenía una mortalidad del 50%. El método más eficaz para la detección precoz de un cáncer de mama es la realización de una mamografía. Mediante ella es posible diagnosticar tumores asintomáticos en estadios iniciales y aplicar las terapias adecuadas lo antes posible, mejorando significativamente el pronóstico.

El diagnóstico precoz, no sólo ha permitido reducir el índice de mortalidad, sino que ha mejorado además la calidad de vida.

**Fecha:** jueves 3 de diciembre

**Hora:** 19:00 h

**Lugar:** Fundación Caja Rural San Isidro  
Enmedio, 49 - Castellón