

En el Mes de la Mujer

Punta Arenas inició ciclo de charlas sobre salud y bienestar femenino

● La actividad reunió a más de 30 mujeres y marcó el inicio de las actividades orientadas al autocuidado y la salud integral en la comuna.

Texia Padilla
 tpadilla@elpinguino.com

VER DOCUMENTO

Con una charla dedicada al autocuidado y la promoción de hábitos saludables, la Municipalidad de Punta Arenas dio inicio al ciclo "Salud y Bienestar Femenino", enmarcado en las actividades del Mes de la Mujer. La primera jornada, titulada "Pasos para ser una mujer impararable: los 6 pilares de tu bienestar", reunió a más de 30 participantes en dependencias municipales.

La encargada de la Oficina de la Mujer, Javiera Biskupovic, explicó que el objetivo del ciclo es abordar distintas dimensiones de la salud femenina. "Hoy logramos conversar sobre seis pilares fundamentales para fomentar el bienestar en nuestra comunidad y, particularmente, en las mujeres", señaló.

La actividad contó con el apoyo de la Corporación Municipal de Salud y de RedSalud, cuyos profesionales entregaron recomendaciones prácticas sobre estilos de vida saludables y prevención de enfermedades.

Pamela Salazar, enfermera del Programa de Obesidad, destacó la importancia de la educación en salud frente al aumento de patologías asociadas a la obesidad. "Cuando una persona tiene la información y los conocimientos, puede reconocer problemas y tomar decisiones para prevenir o detener estas enfermedades", indicó.

El encuentro dejó en evidencia el interés de las asistentes por acceder a información clara y a instancias de prevención. Varias de ellas aprovecharon la oportunidad para resolver dudas con especialistas y conocer beneficios como exámenes gratuitos, lo que refuerza la idea de que estos espacios no solo entregan conocimientos, sino también acceso concreto a herramientas que mejoran la calidad de vida.



Logramos conversar sobre seis pilares fundamentales para fomentar el bienestar en nuestra comunidad y, particularmente, en las mujeres".

Javiera Biskupovic, encargada de la Oficina de la Mujer.



La Municipalidad de Punta Arenas dio inicio al ciclo "Salud y Bienestar Femenino."