

La noticia de la semana



22.07.2019

Día Mundial del Autocuidado

El ritmo de vida de las sociedades de hoy en día obliga a prestar atención al cuidado de la salud, especialmente entre las personas con patologías crónicas como la diabetes. En el **Día Mundial del Autocuidado**, que se celebra el próximo 24 de julio, se hace hincapié en cómo llevar un adecuado ritmo de vida para prevenir enfermedades o convivir con ellas de la mejor manera posible, siendo conscientes de todas nuestras necesidades. En este sentido, desde la **Federación Española de Diabetes (FEDE)** queremos recordar la importancia de una correcta alimentación, el ejercicio físico regular y seguir las instrucciones médicas de los profesionales de la salud, sin olvidar que los autocuidados deben estar presentes cada día, sobre todo en esta época estival, en la que se suelen ver alteradas nuestras rutinas y horarios del resto del año. Para más información, haz clic [aquí](#).



Con la colaboración de:

LA NOTICIA DE LA SEMANA es un proyecto impulsado por FEDE y que cuenta con la colaboración de NOVARTIS. No obstante, NOVARTIS no interviene ni en su diseño ni en su contenido.