

MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA


**HOSPITAL MATERNO RAMÓN GONZÁLEZ CORO.
BOLETÍN PROMOCIÓN DE SALUD
Y EPIDEMIOLOGÍA HOSPITALARIA**


**EDICIÓN.
MAYO 2025.**

COLECTIVO EDITORIAL:

MSC. CARIDAD MAYRA VILLAFRANCA CUBELA.

LIC. ANTONIO RAFAEL PAVÓN ESCALONA.

CONTÁCTENOS EN: hgcepid@infomed.sld.cu

FORMACIÓN DE VALORES:

**"Las madres son amor, no razón; son sensibilidad exquisita
y dolor inconsolable"**

José Martí.

DIAS MUNDALES

Mayo.

3 Día mundial de la libertad de prensa

10 Día mundial del Lupus

12 Día mundial de la Fibromialgia y del Síndrome de la Fatiga Crónica

15 Día Internacional de las Familias

17 Día mundial de la hipertensión

19 Día mundial de la Hepatitis

25 Día de África

29 Día Internacional del personal de paz de las Naciones Unidas

31 Día mundial sin tabaco

PROTECCIÓN SOLAR.



El sol provoca daños en nuestra piel que se van acumulando día a día. **La piel tiene memoria** de estos **daños** y una vez que se producen son **irreversibles**. El sol provoca en nuestra piel quemaduras, envejecimiento prematuro, que se evidencia mediante manchas, arrugas y dilataciones vasculares, y cáncer de piel. El cáncer de piel es el más común de todos los tipos de cáncer: siendo de cada tres cánceres, uno de piel. Lamentablemente su incidencia se ha triplicado en los últimos años por la exposición inadecuada al sol. **La radiación solar sin una protección apropiada es la responsable del 90% de los cánceres de piel. TE RECOMENDAMOS LO SIGUIENTE:**

- Tomar abundante líquido para compensar lo perdido con el sudor.
- No exponerse al sol si se están tomando medicamentos hasta consultarlo con el dermatólogo
- Durante el embarazo o cuando se toman anticonceptivos es conveniente evitar el sol y usar protectores con factor alto para evitar que la cara se manche.

TABAQUISMO Y EMBARAZO.



El tabaquismo duplica el riesgo de que usted tenga sangrado anormal durante el embarazo y el parto. Esto puede ponerlos a usted y a su bebé en peligro. El tabaquismo también aumenta el riesgo de que su bebé tenga defectos de nacimiento, incluidos el labio o el paladar hendidos.

**Querida mamá:**

¿Cómo dejar de quererte si me has

Eres mi estre dado la vida?
acepción. Te quiero mucho.

FELICIDADES MAMÁ.