



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

FM

Facultad de
Medicina

Contenidos

- » Hacia una Agenda de Servicios Verdes y Saludables en Costa Rica
- » El CIEM se moviliza en la lucha contra la trata de personas y la explotación de mujeres
- » Conmemoración del día mundial del Alzheimer
- » Día Mundial de la Salud Ambiental
- » Conmemoración del Día Internacional de las Lenguas de Señas

Agosto - Septiembre, 2023

CONTENIDOS



Octava Conferencia de Hospitales Verdes y Saludables: Hacia una Agenda de Servicios Verdes y Saludables en Costa Rica

Entre los impulsos por promocionar la salud ambiental y reducir la huella ecológica en el área de servicios de salud, se realizó la octava conferencia “Hacia una Agenda de Servicios Verdes y Saludables en Costa Rica”. La actividad contó con la participación de expertos y profesionales de variadas disciplinas y tuvo como tema principal “Tecnologías aplicadas a la gestión ambiental en los servicios de salud”. El evento organizado por la Facultad de Medicina de la Universidad de Costa Rica, el Comité de Gestión Ambiental del Hospital Nacional de Niños y la organización no gubernamental Salud Sin Daño.

La apertura y bienvenida al evento fue realizada por el Decano de la Facultad de Medicina, Dr. Fernando Morales Martínez y la Dra. Olga Arguedas Arguedas, ex-directora del Hospital Nacional de Niños.

En la primera charla, el Dr. Eugenio Androvetto, Director de Protección Radiológica y Salud Ambiental del Ministerio de Salud, destacó la manera en que la tecnología realiza un papel fundamental en la mejora de la eficiencia y reducción

del impacto ambiental en áreas cruciales como la gestión de residuos hospitalarios y la eficiencia energética hídrica.

Por su parte, la Dra. Gabriela Esquivel, del Hospital de San Vito de la Caja Costarricense del Seguro Social compartió la exitosa experiencia del equipo triturador y esterilizador de desechos sólidos bioinfecciosos conocido como T-100. Este ha probado ser competente en dichos procesos eliminando bacterias, virus y residuos patógenos mediante la utilización de vapor y presión.

El enfoque se extendió hacia la mitigación de infecciones hospitalarias y la reducción del impacto que conllevan los desechos médicos a nivel ambiental. En ese sentido, el Dr. Iván Vargas Blanco, experto en física de plasmas, expuso un proyecto aún en desarrollo que busca reducir las tasas de infecciones asociadas a la asistencia sanitaria y fomentar el manejo adecuado de los residuos sanitarios afectando positivamente en el entorno ambiental.

El licenciado Christian Álvarez Vega, docente de la Escuela de Tecnologías en Salud de la Facultad de



Medicina de la Universidad de Costa Rica, disertó sobre la gestión de contaminantes generados en asistencia de salud resaltando la relación entre la prevención de enfermedades con la gestión adecuada de los residuos hospitalarios. Además, hizo hincapié en la necesidad de solventar el hueco educativo ambiental que persiste en los profesionales de salud respecto a la gestión de dichos residuos y el impacto salubre que generan.

Finalmente, Dr. Marta Cecilia Trigueros, en charla virtual desde Colombia, presentó la experiencia de un tratamiento de aguas de laboratorio por medio de biodigestor resaltando la remarcando la importancia de educación continua y el mantenimiento adecuado para garantizar su eficiencia y sostenibilidad. Esto con la intención de retratar a las tecnologías como aliadas en la disminución de brechas en el acceso universal de salud y aumentar su eficacia.

La VIII Conferencia Hacia una Agenda de Servicios Verdes y Saludables destacó el papel crítico de la tecnología en la transformación de la atención médica hacia un camino de prácticas más sostenibles y respetuosas con el entorno. El evento sentó bases para la búsqueda urgente de soluciones que aseguran impulsar un giro necesario tanto para la salud de la población como la del ambiente.

Para más información, puede consultar el vídeo de la Conferencia en el Canal de Youtube de la Facultad de Medicina de la Universidad de Costa Rica.

Ver conferencia 

Mariana Rojas Fonseca
Asistente del NIDES



El CIEM se moviliza en la lucha contra la trata de personas y la explotación de mujeres



Steven Campos Rodríguez
Asistente del NIDES

El Centro de Investigación y Estudios en Mujeres (CIEM) de la Universidad de Costa Rica (UCR) se encuentra en pleno desarrollo de una serie de proyectos y actividades con motivo del Día Internacional Contra la Explotación y Tráfico de Mujeres. Estos esfuerzos están destinados a concienciar tanto a la comunidad universitaria como a la sociedad en general sobre la urgencia de combatir esta problemática.

En esta ocasión, Alonso Mora Barquero, docente e investigador del CIEM, compartió los planes y acciones que nuestra institución académica está llevando a cabo en su incansable lucha contra la trata de personas y la explotación de mujeres en el país. El CIEM, en colaboración con la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED) y otras instancias, organizó un Congreso Latinoamericano y Caribeño sobre la Trata de Personas y el Tráfico Ilícito de Migrantes del 26 al 28 de septiembre en modalidad virtual, donde su objetivo principal es proporcionar un espacio para el intercambio de conocimientos y experiencias en la lucha contra este grave problema a nivel global.

El CIEM también se enfoca en la investigación jurídica relacionada con la trata

de personas. Su proyecto actual implica el análisis del concepto y de este delito en Costa Rica, con el fin de generar recomendaciones y posibles reformas legales que fortalezcan la lucha contra este delito. Los resultados de esta investigación serán presentados en dos artículos próximamente.

Mora señala que la erradicación completa de la trata de personas es una meta utópica debido a las profundas raíces de desigualdad, discriminación y violencia que la sustentan. Sin embargo, el CIEM y otras organizaciones están comprometidos en reducir los impactos de este fenómeno a través de la capacitación, la sensibilización y la colaboración con instituciones gubernamentales y no gubernamentales.

El CIEM no solo busca generar cambios legales, sino también crear una conciencia colectiva sobre la importancia de proteger a las mujeres y niñas contra la explotación y el tráfico de personas. A través de la educación y la investigación y construir así un futuro más seguro y equitativo para todos. Desde el año 2013, el Centro ofrece un curso en línea gratuito diseñado para capacitar a la comunidad universitaria y a profesionales de diversas instituciones en el tema de trata de personas.

Si desea obtener más información o participar en las actividades del CIEM, puede ponerse en contacto con Alonso Mora Barquero a través de los siguientes correos electrónicos: alonso.morabarquero@ucr.ac.cr y alonsombcj@gmail.com.





UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

FM Facultad de
Medicina

Cátedra
Envejecimiento
y Sociedad

Les invitamos a la Feria

Envejeciendo POSITIVO



Charlas, evaluaciones físicas,
actividades recreativas y culturales,
stand informativos y mucho más!



Lunes 02 y martes 03 de octubre



De 8:00 a.m a 12:00 m.d.



Facultad de Medicina, UCR



Más información al tel.: 2511-4512
catedra.envejecimiento@ucr.ac.cr



21 de setiembre: Día mundial del Alzheimer

El día mundial del Alzheimer se celebra el 21 de setiembre de cada año desde el año 1994, es decir hace casi 30 años. La enfermedad de Alzheimer es considerada como una epidemia en el siglo XXI y esto se relaciona con el hecho de la esperanza de vida ha aumentado en la población mundial en general y en la costarricense en particular. La edad es el principal factor de riesgo.

Esta conmemoración pretende concientizar tanto a las personas que padecen la enfermedad como a sus cuidadores y familiares, porque aunque aún no existe una cura para la enfermedad, se pueden realizar rutinas y actividades que retrasen el deterioro que la enfermedad va produciendo a lo largo de los años. Además, esta conmemoración pretende ser una voz de alerta que preocupe a las autoridades de salud, con el fin de que promuevan y ejecuten acciones concretas dirigidas a mejorar la calidad de vida de los pacientes y sus cuidadores y al mismo tiempo para que se realicen investigaciones que permitan, en un futuro ojalá no muy lejano desarrollar terapias mucho más exitosas que las actuales.



PH.D. Jaime Fornaguera Trías.

Universidad de Costa Rica

Investigador del Centro de Investigación en Neurociencias

Profesor del Depto. de Bioquímica, Escuela de Medicina

Hablemos de Alzheimer

En 1907, un psiquiatra y neuropatólogo alemán llamado Alois Alzheimer describió en una mujer de 51 años una enfermedad que le generaba pérdida de memoria, desorientación y alucinaciones, acompañada de atrofia de la corteza cerebral, identificada en una autopsia post-mortem. Posteriormente y a partir de 1910 esta enfermedad lleva su nombre, la Enfermedad de Alzheimer.

Podemos definir la Enfermedad de Alzheimer (EA) como una enfermedad

neurodegenerativa irreversible que afecta principalmente la corteza cerebral e hipocampo y que conduce a la pérdida de memoria episódica, con afectación de las habilidades visuoespaciales, la toma de decisiones, el estado de ánimo, el razonamiento y el lenguaje. Hoy en día es la principal causa de demencia, se estima que 33 a 38 millones de personas en todo el mundo padecen de esta enfermedad y las mujeres tienen un 1.17% más de probabilidad de padecerla que los hombres, aunque el principal factor de riesgo es la edad.

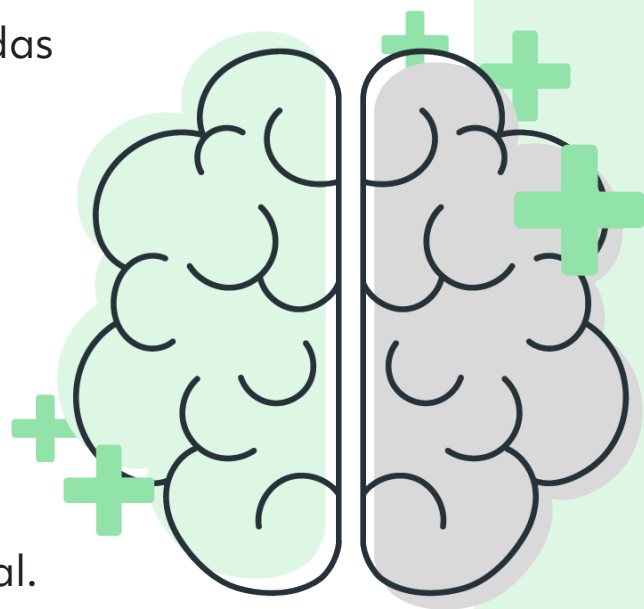


La característica fenotípica de esta enfermedad es la presencia de depósitos extracelulares del péptido beta-amiloide (Aβ) alrededor de las neuronas y cerca de los vasos sanguíneos del cerebro y agregados intracelulares neuronales de proteínas tau hiperfosforiladas, fenómenos llamados placas amiloides y ovillos neurofibrilares, respectivamente.

Se considera que la EA está relacionada con un aumento en la producción o una disminución en la eliminación del péptido Aβ. El aumento en la presencia de este péptido conduce a la neurodegeneración de diferentes formas, por ejemplo:

- 1. Aumento directo en el estrés oxidativo de las neuronas, induciéndose procesos de retracción de neuritas y muerte apoptótica.
- 2. Acumulación de los ovillos neurofibrilares que provocan disfunción neuronal y fallo sináptico.

- 3. Generación de un proceso inflamatorio a través de citoquinas liberadas por células del sistema nervioso llamadas microglía y astrocitos que conduce a la muerte apoptótica y necrótica neuronal.
- 4. Pérdida progresiva de la funcionalidad de la barrera hematoencefálica, llevando incluso a la generación de microhemorragias en el hipocampo y la corteza.



Es importante tener claros algunos factores de riesgo prevenibles para el surgimiento de esta enfermedad y además propiciar algunos factores protectores que evitan o retrasan su surgimiento y progresión, por ejemplo:

Factores de riesgo	Factores protectores
Las enfermedades cardiovasculares	Mantenerse activo mentalmente (estudiar, aprender otros idiomas, hacer ejercicios mentales)
La obesidad	Hacer actividad física
La diabetes	Llevar una dieta balanceada
El estrés	Desarrollar estrategias para afrontar de forma positiva el estrés
La mala calidad del sueño	Dormir adecuadamente
El fumado	Moderar el consumo de alcohol y café



Dr. Oscar Brenes García, PhD.
Universidad de Costa Rica
Director - Departamento de Fisiología - Escuela de Medicina
Centro de Investigación en Neurociencias

El Alzheimer en Costa Rica

La Enfermedad de Alzheimer es la enfermedad neurodegenerativa más frecuente en todo el mundo y la primera causa de demencia. Las demencias son un grupo de enfermedades que afectan las funciones mentales: memoria, lenguaje, cálculo, orientación y funciones ejecutivas, y que impiden que la persona pueda vivir de manera independiente. Solo en Estados Unidos hay más de 5.4 millones de personas con este padecimiento. Las enfermedades neurodegenerativas también se llaman enfermedades por proteínas, significando que en cada una de ellas se acumulan proteínas alteradas o defectuosas en alguna parte del cuerpo. Las enfermedades neurodegenerativas afectan el cerebro o los nervios que se originan en el cerebro o la médula espinal. Otras

enfermedades neurodegenerativas conocidas son la Enfermedad de Parkinson, la Corea de Huntington y la Esclerosis lateral amiotrófica, pero son mucho menos frecuentes que la enfermedad de Alzheimer. Existe una variante muy rara de Enfermedad de Alzheimer, llamada familiar, donde los pacientes inician sus síntomas alrededor de los 45-50 años. Esta variante no ha sido detectada en Costa Rica, y a nivel mundial solo representa el 2% de todos los casos de Alzheimer.

En Costa Rica no tenemos datos exactos sobre el número de personas afectadas, pero es posible que sean más de 12000 personas, haciendo estimaciones según la prevalencia y la incidencia registrada a nivel mundial. Los síntomas de la enfermedad suelen ser de inicio lento y progresivo. Es muy frecuente que el enfermo no note los fallos cognitivos, pero sí los familiares cercanos al paciente en eventos como perder objetos, repetir historias o preguntas, dificultad encontrando palabras al hablar, dejar la cocina encendida, olvidar pagar los recibos o los impuestos, dificultad para completar las tareas que hace rutinariamente en el trabajo, errores en cálculos y planificación de actividades. Estas alteraciones se llaman de tipo cognitivo. Sin embargo, también hay otro grupo de alteraciones que se presentan en la enfermedad que tienen que ver con el comportamiento y la conducta: ansiedad, depresión, irritabilidad,



12 000
personas



agresividad, vagabundeo, actos motores repetitivos, alucinaciones, trastornos del sueño, de la alimentación y de la sexualidad.

Los pacientes con Alzheimer van empeorando lentamente, pues es una enfermedad progresiva y en el curso de 8-10 años ya son incapaces de vestirse, bañarse o alimentarse solos. Requieren cada vez más asistencia y supervisión diaria. Hasta el día de hoy, no existe un tratamiento curativo para esta enfermedad, sin embargo, hay mucha investigación que se hace al respecto para entender mejor la enfermedad, sus causas y de esa manera desarrollar terapéuticas más exitosas. Los tratamientos disponibles tratan de

mejorar los niveles de neurotransmisores del cerebro o eliminar el amiloide beta, pero por ahora solo logran mejorar algunos síntomas y tal vez enlentecer el avance de la enfermedad. El costo estimado de cuidado anual de un paciente con Enfermedad de Alzheimer en Estados Unidos es de 78 mil dólares. En Costa Rica no se conoce el dato, pero los cuidadores son en su mayoría familiares, hijas o cuidadoras contratadas lo que representa un gasto económico importante, y también tiene implicaciones laborales y educativas en los familiares. Algunas veces, hay cuidadores en edad educativa que tienen a su cuidado, pacientes con Alzheimer y otros tienen que abandonar sus trabajos.



Dr. Daniel Valerio Aguilar
Médico Especialista en Geriatria y Gerontología
Jefat. Clínica Hospitalización
Hospital Nacional de Geriatria y Gerontología, DRBC

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA

Beneficia la salud tanto de los bebés como sus madres...

Para la madre...

A. Amamantar reduce el riesgo de anemia en las madres después del parto.

B. Contribuye a la recuperación más rápida del útero así resultando en menor cantidad de sangre perdida después del parto.

C. Se reduce el riesgo de desarrollar hipertensión y depresión postparto.

D. La salud de las madres se muestra beneficiada ante la disminución de probabilidad de desarrollar cáncer de mama, cáncer de ovario, hipertensión y enfermedades cardíacas.



Para los bebés...



1. La leche materna es un alimento ideal para los bebés recién nacidos pues contiene todos los nutrientes necesarios para su crecimiento.



2. Proporciona componentes inmunológicos que defienden al bebé de enfermedades frecuentes durante esa etapa.



3. Evita una ganancia excesiva de peso en el bebé; en consecuencia, previene la obesidad en edades posteriores.



4. Promueve el vínculo madre-bebé.



5. Estimula la mayoría de sentidos del bebé y el contacto íntimo permite al bebé reconocer su madre.



6. Ofrece consuelo adicional cuando el bebé está enfermo.



7. Se relaciona con la disminución de riesgo a problemas dentales y un desempeño superior en pruebas de inteligencia en niños.



8. Existe evidencia de que los bebés alimentados con leche materna obtienen mayores beneficios en comparación con aquellos que son alimentados con leche de fórmula.

Para la familia...



La lactancia materna ofrece ventajas a nivel práctico pues no requiere de preparación.



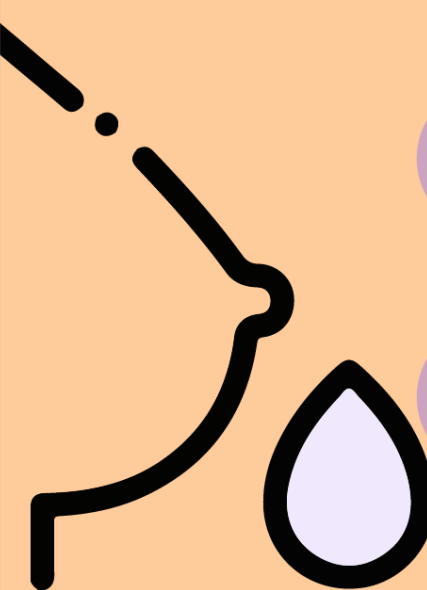
La leche materna mantiene siempre una temperatura y composición ideal para cualquier momento del día.



Tiene beneficios económicos para el hogar pues no necesita comprar leche artificial.



Permite consolar y tranquilizar al bebé en cualquier momento.



Fuente:

<https://www.paho.org/es/campanas/semana-mundial-lactancia-materna-2020#:~:text=La%20lactancia%20materna%20mejora%20la,mortalidad%20debido%20a%20enfermedades%20infecciosas>.

Bonilla, A. V. (2008). La lactancia materna y sus beneficios. Revista Enfermería Actual En Costa Rica, (15), 3.

López, S. M., Castaño, M. C., Cruz-Licea, V., Pérez, M. D. C. I., Rincón, N. M.,

Rodríguez, A. V., & Lavín, M. R. V. (2022). Recordemos lo importante que es la lactancia materna. Revista de la Facultad de Medicina UNAM, 65(2), 9-25.

26 de septiembre

Día Mundial de la Salud Ambiental

El 26 de setiembre de cada año, se conmemora el Día Mundial de la Salud Ambiental, y su celebración trae a la reflexión la importancia de seguir resguardando la salud de todas las personas, a partir del reconocimiento del ambiente como un determinante que influye y está íntimamente ligado con las condiciones y bienestar de vida de la sociedad. Según la Federación Internacional de Salud Ambiental (IFEH) este 2023, el lema que nos convoca es: **“Salud pública ambiental mundial: luchar para proteger la salud de todos, todos los días”**.



M.Sc. Ana Paula Hernández Rojas
Departamento de Salud Ambiental

Dicho lema trae a la reflexión, el reconocimiento de la salud y el ambiente como un binomio inseparable o algo que está íntimamente ligado y no aislado, y se convierte más que en una pretensión en una necesidad para garantizar la salud humana y la calidad de vida de los diferentes sectores de la población. Son muchos y diversos factores ambientales que nos rodean e influyen sobre el organismo: el acceso y calidad del agua, la calidad del aire, las radiaciones, los alimentos, las condiciones del suelo, el entorno laboral, la vivienda y muchos más que tienen una gran implicación en nuestro bienestar y nuestra salud.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, la salud ambiental comprende aquellos aspectos de la salud humana, incluyendo la calidad de vida, que son determinados por factores físicos, químicos, biológicos, sociales y psicosociales del ambiente. Se refiere también a la teoría y práctica de evaluar, corregir, controlar y prevenir esos factores del ambiente que potencialmente pueden afectar de forma adversa la salud de las presentes y las futuras generaciones.

Lo anterior, que al parecer resulta alejado de nuestra inmediatez, es, sin embargo, algo necesario para comprender las situaciones problema que surgen en el campo de la salud ambiental. Según la Organización Mundial de la Salud (2016), los problemas ambientales globales causan más de



12,6 millones de muertes cada año. Junto a los problemas mencionados, se incluyen la contaminación del suelo, la radiación ultravioleta y la pérdida de biodiversidad. Según los datos, más de 100 enfermedades y lesiones pueden estar directamente relacionadas con problemas de salud ambiental. A menudo, estos problemas tienen un mayor efecto en las comunidades que experimentan vulnerabilidades de diversa índole, por ejemplo, la exposición a situaciones de riesgo por los impactos derivados del cambio climático.

El derecho a vivir un ambiente sano trasciende más allá de las buenas intenciones. Hoy por hoy, desde el paradigma de salud como producto social, la salud ambiental debe convertirse y ser un campo diverso y amplio de participación y no un campo limitado por un solo actor con escasa apertura a la sociedad. Por este motivo,

la salud ambiental debe comprender que la respuesta social frente a los riesgos o frente a los factores protectores no es únicamente una respuesta técnica, sino una respuesta social y política.

Debemos procurar generar espacios de encuentro entre profesionales y expertos de disciplinas con las diversas comunidades y/o localidades con el objetivo de socializar e intercambiar información, comprender los márgenes decisionales de los individuos según cada contexto y diseñar de manera conjunta estrategias participativas que permitan dar respuesta a los complejos conflictos y riesgos ambientales que existen en dichos territorios y que les afectan en forma directa o indirecta. Todo ello, nos permitirá contribuir en la lucha de la mejora en las condiciones de salud ambiental tanto a nivel individual como a nivel colectivo.



CASOS Y TASAS DE CHIKUNGUNYA POR REGIÓN A LA SEMANA EPIDEMIOLÓGICA No.23 2023

El Chikungunya es una enfermedad que afecta principalmente las articulaciones, provocando dolores intensos y crónicos.

Recomendaciones para la prevención

Verifique que en su espacio no existan objetos que contengan agua almacenada. En caso de existir, proceder con su limpieza respectiva. Además, realice revisiones periódicas en los exteriores del hogar para detectar y eliminar criaderos.

No.	Región	Casos	Tasa
1	Central Este	17	3,0
2	Central Sur	8	0,5
3	Brunca	3	0,8
4	Central Norte	2	0,2
5	Occidente	1	0,4
6	Huetar Caribe	1	0,2
7	Chorotega	0	0,0
8	Pacífico Central	0	0,0
9	Huetar Norte	0	0,0

Total de casos: 32

A la semana epidemiológica No. 23 del año 2023.



Conmemoración del Día Internacional de las Lenguas de Señas



Steven Campos Rodríguez
Asistente del NIDES

En el marco del Día Internacional de las Lenguas de Señas, que se celebra el 23 de septiembre, la comunidad sorda de Costa Rica y el Programa Regional de Recursos en Sordera (PROGRESO) de la Universidad de Costa Rica (UCR) se unen para conmemorar esta fecha significativa.

Laura Matamoros, docente de la Escuela de Orientación y Educación Especial de la UCR e investigadora a cargo del proyecto de Acción Social ED-3395: Formación de intérpretes en la Lengua de Señas Costarricense (LESCO), resalta la importancia de este día para la comunidad sorda, como una oportunidad para reconocer las luchas históricas en defensa de los derechos de las personas sordas a nivel global. Asimismo, es un momento propicio para celebrar la LESCO, un sistema de gestos y símbolos manuales costarricenses que ha permitido a estas personas comunicarse eficazmente, dejando un impacto considerable tanto a nivel nacional como internacional.

Matamoros subraya que la LESCO no solamente representa un medio de comunicación alternativo para la comunidad sorda, sino que también es una manifestación de su identidad cultural. Esta lengua ha otorgado a las personas sordas la capacidad de acceder a servicios, participar activamente en diversos contextos y ejercer plenamente sus derechos, consolidándose como un recurso invaluable que contribuye a la inclusión y la igualdad.

Para celebrar este día de manera apropiada, PROGRESO preparó un encuentro con personas sordas, asociaciones, participantes de cursos de LESCO y del proyecto de formación de intérpretes. Durante la celebración, se disfrutó de presentaciones artísticas a cargo de personas sordas que se expresarán en LESCO, con la asistencia de intérpretes que traducirán sus palabras al español. Además, el Grupo Chillax ofreció una actuación inclusiva diseñada para crear una experiencia sensorial única, donde las vibraciones musicales podrán ser percibidas por todos los asistentes.

Cabe destacar que recientemente, ambos proyectos, han obtenido la declaración de interés por parte de la rectoría de la UCR, lo que refleja su impacto y relevancia a nivel nacional. A través de su firme compromiso con la comunidad sorda y la participación activa de esta comunidad en sus proyectos, PROGRESO seguirá desempeñando un papel vital en la educación, la difusión y la promoción de la LESCO en Costa Rica.

Para obtener más información sobre PROGRESO y sus actividades, pueden contactarlos a través de los siguientes medios:



progreso.eooo@ucr.ac.cr



2511 4160



@progresoucr



31 de agosto

DÍA DE LA PERSONA NEGRA Y LA CULTURA AFRODESCENDIENTE



EL VIDEOPODCAST

UNA PLATAFORMA QUE MUESTRA EL QUEHACER DE LA FACULTAD DE MEDICINA



8 de setiembre

Día Mundial de la
Fisioterapia



Envejeciendo POSITIVO

Charla "Hablemos de hábitos, conductas y longevidad"



Dra. Maribel León Fernández
Universidad Nacional



Sala de directores, Facultad de Medicina



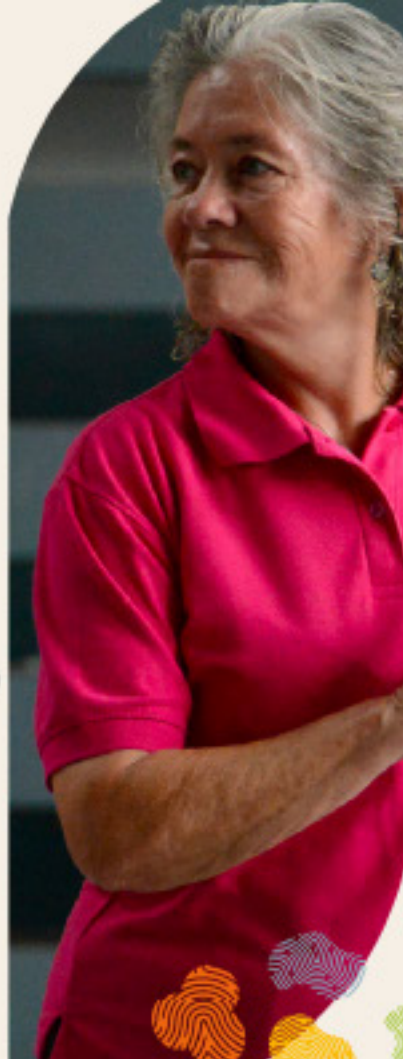
Lunes 02 de octubre



A las 08:30 a.m.



Más información al tel.: 2511-4512
catedra.envejecimiento@ucr.ac.cr



Envejeciendo POSITIVO

Taller de macramé



Máximo 20 personas
Inscripción el día del taller



NIDES, Facultad de Medicina



Lunes 02 de octubre



A las 10:00 a.m.



Más información al tel.: 2511-4512
catedra.envejecimiento@ucr.ac.cr



Envejeciendo POSITIVO

¡Te invitamos a donar!

Alimentos no perecederos, artículos de cuidado personal y pañales para adultos que se entregarán a centros de cuidado de personas adultas mayores



Lunes 02 y martes 03 de octubre



De 9:30 a.m. a 12:00 m.d.



Más información al tel.: 2511-4512
catedra.envejecimiento@ucr.ac.cr



Envejeciendo POSITIVO

Charla "Derechos de las personas adultas mayores de acuerdo con la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor"



Licda. Nagari Dahitza Suárez Vargas y
Bach. Christian David Torres Álvarez
Proyecto ED-3428 "Defensa Jurídica
para la Persona Adulta Mayor"



Sala de directores, Facultad de Medicina



Martes 03 de octubre



A las 08:30 a.m.



Más información al tel.: 2511-4512
catedra.envejecimiento@ucr.ac.cr



Envejeciendo POSITIVO

Charla "Polimedicación y Automedicación en la Persona mayor: entre el uso y el abuso"



Dr. Luis Esteban Hernández Soto
Decano Facultad de Farmacia



Sala de directores, Facultad de Medicina



Martes 03 de octubre



A las 10:00 a.m.



Más información al tel.: 2511-4512
catedra.envejecimiento@ucr.ac.cr



Envejeciendo POSITIVO

Stand y actividades

Habrà información para el cuidado de su salud, actividades interactivas y valoración nutricional, electrocardiogramas, papanicolau, espacios educativos de reminiscencia, juegos para ejercitar la memoria y la concentración y mucho más...



Lunes 02 y Martes 03 de octubre



De 9:30 a.m. a 12:00 m.d.



Más información al tel.: 2511-4512
catedra.envejecimiento@ucr.ac.cr

