



UNA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE ASUNCIÓN



**Sábado 22 de mayo del 2021
10 AM Ensenada, B.C., México
1 PM Asunción, Paraguay**

Transforma tu estilo de vida, toma el control de tu salud.

Sesión 1

- ¿Qué enfermedades me pueden afectar?
Médico Héctor Murillo
- Un estilo de vida saludable ¿me puede proteger de enfermedades?
Médico Fabiola Flores Monsivais
- La importancia de cocinar y alimentarse saludablemente
Cirujano Chef Jorge Castillo
- Los beneficios a mi salud de practicar ejercicio.
Licenciada Claudia Natalia Melgarejo

<http://bit.ly/Transformatusalud>



DGEU UNA
Dirección General de
Extensión Universitaria



**Latin American
Lifestyle Medicine
Association**



Escuela de Medicina y
Ciencias de la Salud
TecSalud



**PROGRAMA DE
INTERNACIONALIZACIÓN
EN CASA UABC**



SAMEV
Sociedad Argentina de
Medicina de Estilo de Vida



**Universidad Ricardo Palma
CÁTEDRA DE MEDICINA DEL ESTILO DE VIDA**