

BOLETÍN
NÚMERO
2022

Carta del Seguro

El email diario para los profesionales del Seguro

Jueves, 31 de mayo de 2018

f t in

▪ **Fundació Agrupació organiza una charla sobre 'Vida saludable y menopausia'**

GRUPO ASEGURANZA
El portal de los profesionales del Seguro

ASEGURANZA
mercado previsor
MP Carta del Seguro
Carta del Mediador

NOTICIAS DE SEGUROS

VOLVER AL INICIO

CARTA DEL MEDIADOR

Buscar en Aseguranza

31 de mayo 08:20
2018

Redacción

Imprimir

Compartir



Fundació Agrupació organiza una charla sobre 'Vida saludable y menopausia'

El 29 de mayo, Fundació Agrupació, con la colaboración del Ayuntamiento de Sabadell, organizó la charla 'Vida saludable y Menopausia', con un enfoque multidisciplinar. En ella, 52 mujeres escucharon las intervenciones y consejos de 3 ponentes especialistas en la materia. La doctora **Mariona Violán**, médico especialista en Medicina del Deporte, explicó la influencia del deporte en esta etapa de la vida y cuál puede ser el más adecuado en casos de osteoporosis. La doctora y ginecóloga **Maribel Pons** habló sobre sexualidad y explicó los cambios que se producen en el cuerpo de la mujer durante esta etapa. Por último, la dietista-nutricionista **Dolors Borau**, señaló la necesidad de reducir la ingesta de alimentos ricos en grasas, ya que durante esta época se tiende a ganar peso, al tiempo que aconsejó alimentos que ayudan a reducir la inflamación, el cansancio y la depresión.