

## ¿Cómo te cuidas, de forma preventiva o curativa?

Cuidar nuestro bienestar tanto de manera preventiva como curativa es fundamental para preservarlo a lo largo de la vida. La prevención se centra en evitar que se desarrollen problemas de salud en primer lugar, mientras que el enfoque curativo se aplica después de que ya se ha producido una enfermedad o afección. Ambos enfoques son complementarios y se centran en diferentes aspectos de la atención médica y la gestión de la salud.

[Conoce más sobre estos enfoques aquí.](#)

## ¡Atentos a la diabetes!

Cada 14 de noviembre se conmemora el Día Mundial de la Diabetes, una oportunidad para crear conciencia sobre el impacto de la enfermedad en la salud de las personas. Además, es una fecha idónea para fortalecer la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de la misma.

Aproximadamente 62 millones de personas en las Américas (422 millones de personas en todo el mundo) tienen diabetes, la mayoría vive en países de ingresos bajos y medianos y 244,084 muertes (1.5 millones en todo el mundo) se atribuyen directamente a este padecimiento cada año, y tanto el número de casos como la prevalencia han aumentado constantemente durante las últimas décadas.

[Continúa leyendo más sobre la diabetes aquí.](#)



## #ADARSClick



En [#ADARSClick](#) el Dr. José Rafael Yunen, presidente del Grupo Yunen, responde algunas preguntas importantes relacionadas con la Inteligencia Artificial (IA) en salud.

Visita nuestro canal de [YouTube](#)

## Beneficios de la Inteligencia Artificial (IA) en la salud

La Inteligencia Artificial en la salud está transformando la atención médica, al mejorar la precisión del diagnóstico, personalizar el tratamiento, optimizar la atención y la gestión de la salud, y acelerar la investigación en el campo de la medicina.

Estos beneficios tienen un impacto significativo en la calidad de vida de los pacientes y en la eficiencia de los sistemas de atención facultativa.

[Continúa leyendo más aquí.](#)



## Cuidado con los cambios de temporada, pueden surgir afecciones gripales

A principios de noviembre, según expertos meteorológicos, el panorama climatológico se tornará más fresco en gran parte de la República Dominicana debido a que iniciará la temporada frontal.

Estos cambios de temporada podrían influir en la propagación de enfermedades gripales, pues nuestro sistema inmune está más expuesto a infecciones víricas. Para reducir el riesgo y actuar de manera preventiva en nuestra salud, debemos tener en cuenta algunos consejos. [Lee más aquí.](#)



## El Autocuidado y sus beneficios para la salud

El autocuidado es una práctica que implica tomar medidas deliberadas para mantener y mejorar tu bienestar físico, mental y emocional.

El autocuidado previene enfermedades, te inmuniza y protege tu salud, tanto física como psicológicamente. Cuando priorizamos durante demasiado tiempo objetivos laborales, domésticos o interpersonales dejando de lado nuestro bienestar personal, nuestro cuerpo empieza a avisarnos que nos estamos sobrecargando.

[Lee aquí algunos de los beneficios del autocuidado para la salud.](#)