

AUTISMO



Es muy importante aclarar que el **autismo** no se considera una enfermedad, las personas que viven con el tienen una manera diferente de interpretar las palabras, los colores, las formas y los sonidos del mundo que nos rodea, y con tratamiento terapéutico personalizado y especializado, se logra incrementar la calidad de vida. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), 1 de cada 160 niños presenta esta condición en el mundo.

PINTEMOS EL MUNDO DE AZUL para sumarnos al compromiso de informar y concienciar a la sociedad sobre el Autismo y las personas con TEA, y conseguir un futuro **AZUL**, donde tener los mismos derechos y oportunidades sea una realidad para todos.

[¡Clic para saber más!](#)

Diez consejos para convivir con la Hemofilia

La hemofilia es una enfermedad hereditaria, que se caracteriza porque afecta a los procesos de coagulación de la sangre, lo que significa que las personas que la sufren, padecen trastornos hemorrágicos, estos pueden ser tanto externos como internos, especialmente en articulaciones como las rodillas, los tobillos y los codos.

La vida cotidiana de la mayoría de las personas que la padecen puede ser bastante normal, pero deben seguir una serie de medidas preventivas



[¡Clic para saber más!](#)

¿Por qué es tan importante la actividad física para la SALUD y BIENESTAR?

Mantenerse activo es una de las mejores formas de sustentar nuestro cuerpo sano. Todos pueden beneficiarse de la actividad física no importa su edad, habilidades, etnicidad o la forma y tamaño de su cuerpo. Pero ¿sabías que también puede mejorar tu bienestar general y calidad de vida?



[¡Clic para saber más!](#)

¿Se puede prevenir el Parkinson?

El ejercicio físico podría disminuir el riesgo de padecer la enfermedad hasta en un 30%

La importancia de hacer de este 2024 un año lleno de buenas rutinas y actividad física viene respaldada por la ciencia, ya que estudios han demostrado que el ejercicio de alta intensidad realizado durante tres veces por semana ralentiza los síntomas de la enfermedad de Parkinson, demostrando que la pérdida del control muscular con la que cursa el padecimiento, podría enlentecerse adoptando una buena rutina deportiva, así como también mejorar la plasticidad del cerebro, protegiéndolo contra la degeneración del sistema nervioso, llegando incluso a revertir las insuficiencias motrices.



[¡Clic para saber más!](#)

Fibrosis Quística

Las personas con Fibrosis Quística, con exposición al calor, presentan deshidrataciones graves asociadas a pérdidas aumentadas de sal por sudor (sodio, cloro y potasio). Desde ADARS compartimos algunas medidas preventivas, y así evitar sus posibles efectos adversos.



TRATAMIENTO PARA LOS PACIENTES CON GLAUCOMA

El glaucoma es una de las principales causas de ceguera, puede ocurrir a cualquier edad.

[¡Visita nuestro Canal!](#)



Lleva ropa clara



Bebe, no esperes a tener sed



Ventila a primera/ última hora



Evita las bebidas con cafeína



Evita el alcohol



Toma suplementos de sal



Procura ir a lugares frescos



Aumenta consumo de zumos



Evita esfuerzos intensos