



**BOLETÍN  
INFORMATIVO**  
ADMINISTRACIÓN REGIONAL  
COCHABAMBA  
**110**

Martes, 2 de julio de 2024

## PREVENCIÓN ÓSEA EN ACCIÓN: PAISE



ESTADO PLURINACIONAL DE **BOLIVIA** MINISTERIO DE SALUD Y DEPORTES



**Caja Nacional de Salud**  
REGIONAL COCHABAMBA

Prevención ósea en acción: PAISE brinda charla educativa sobre osteoporosis

Con el objetivo de promover la salud y el bienestar entre los miembros del Club del Adulto Mayor, el servicio de Medicina Física y Rehabilitación del PAISE organizó una charla educativa sobre osteoporosis, dirigida por la Dra. Gabriela García, médica fisiatra. La sesión informativa, que se llevó a cabo en el auditorio del centro, atrajo a una audiencia ávida de conocimiento sobre cómo prevenir y manejar esta enfermedad ósea común entre los adultos mayores.

Durante la charla, la especialista destacó la importancia de una dieta rica en calcio y vitamina D, así como la necesidad de ejercicios específicos para fortalecer los huesos. Además, se realizaron ejercicios prácticos a cargo de una fisioterapeuta y se enfatizó la importancia de revisiones médicas regulares para detectar tempranamente cualquier signo de

osteoporosis. Los asistentes expresaron su gratitud por la claridad y la relevancia de la información proporcionada, subrayando la importancia de estas iniciativas educativas en el cuidado integral de la salud en la tercera edad.



ESTADO PLURINACIONAL DE **BOLIVIA** MINISTERIO DE SALUD Y DEPORTES



**Caja Nacional de Salud**  
REGIONAL COCHABAMBA