

XXI CAMINATA POR LA SALUD DE LA ASOCIACIÓN MILITAR DOMINICANA DE CIENCIAS MÉDICAS (AMIDIOCIME). 11 de mayo del 2019.



“POR LA SALUD”

Con el objetivo de fomentar la salud, el ejercicio y el disfrute con la familia la asociación médica Militar celebra cada año su caminata por la salud, actividad en la que participa activamente el Hospital Central de las Fuerzas

Armadas, encabezada por su director, el Coronel médico internista- Cardiólogo Dr. Agustín Rubén Iglesias Melo, ERD. Y el **Hospital Docente Militar “Dr. Ramón de Lara”**, encabezado por su Director, el Coronel Médico Dentista, Dr. Ramón H. Artiles Santa María, FARD.

La actividad fue regida por la Asociación Militar Dominicana de Ciencias Médicas (AMIDOCIME) por su presidente el Coronel Médico Radiólogo, Víctor R. González Benítez, FARD. Y otros colaboradores, junto a la familia militar hicieron un agradable evento y encuentro entre compañeros de la milicia.

En la actividad se habló de la gran importancia que tiene sobre la salud la adopción de hábitos saludables como el ejercicio físico y la buena alimentación para condicionar nuestra salud, también se disfrutó de una entrega de t-shirt, gorras, termos, toallas, refrigerios, contando con la participación de payasos, actividades para niños, y una gran rifa.

Una persona sedentaria, que además es inactiva, sufrirá tempranamente las consecuencias, como lo son el aumento de peso y la aparición de los primeros signos de riesgo cardiovascular (Obesidad, Dislipidemias, Disminución de la sensibilidad a la insulina), además de un bajo nivel de autoestima.

“UN CUERPO SANO ES UN RECINTO PARA EL ALMA, UNO ENFERMO, UNA PRISION”, CAMINEMOS

