

## Conocimiento: A tu Salud! <sup>[1]</sup>

Enviado por [Francis Heber Gonzalez](#) <sup>[2]</sup> el 14 diciembre 2015 - 2:09pm



<sup>[2]</sup>



Promoviendo el conocimiento como una herramienta para un estilo de vida saludable.

Dicen que es mejor prevenir que tener que remediar. En ningún otro aspecto de nuestra vida diaria es esto más cierto e importante que cuando tiene que ver con nuestra salud. Diariamente tomamos decisiones que a la larga o a la corta nos van a afectar. Con el pasar del tiempo, si no hemos prestado atención a esas decisiones ni hemos cuidado de nuestra salud física y emocional, el cuerpo y la mente nos van a pasar la cuenta. Muchas veces estas decisiones que nos afectan negativamente las tomamos sin tener toda la información necesaria, o quizás tenemos información pero no es la correcta ni viene de fuentes fidedignas.

Con el propósito de informar y generar un mejor entendimiento sobre las condiciones de salud que afectan a la población puertorriqueña en el archipiélago, comenzaremos a publicar entradas

en un nuevo blog titulado "Conocimiento: A tu Salud". Las entradas estarán enfocadas en diversas condiciones médicas que sean prevalentes en Puerto Rico, explicando los aspectos más salientes e importantes en lenguaje exacto, bien informado y a la vez sencillo de entender.

La meta es que desde el primito de 7 años hasta la abuelita de 83 puedan entender y relacionar la información a las decisiones que toman diariamente sobre su salud y bienestar.

Los escritos provendrán de científicos y expertos que investigan los mecanismos y el desarrollo de estas condiciones. También estamos trabajando de cerca con un grupo de estudiantes del Recinto de Ciencias Médicas de la Universidad de Puerto Rico interesados en ampliar sus destrezas más allá del conocimiento tecnico y médico. Ellos estarán generando escritos basados en el entrenamiento adquirido en la Escuela de Medicina enfocados en optimizar la comunicación efectiva sobre temas complejos como lo son estas condiciones médicas que estaremos explorando.

Esperamos que este espacio promueva un mejor entendimiento sobre las condiciones de salud que más nos afectan y así podamos tomar decisiones informadas sobre cómo prevenir problemas médicos y mantener una calidad de vida y bienestar superior. A tu Salud!

Interesado en colaborar con los escritos? Favor comunicarse con Francis H. González o Viviana Serra ([francisgonzalez@gmail.com](mailto:francisgonzalez@gmail.com) <sup>[3]</sup> o [serra.viviana@gmail.com](mailto:serra.viviana@gmail.com) <sup>[4]</sup>).

**Tags:**

- [Conocimiento A Tu Salud](#) <sup>[5]</sup>
- [Blogs CienciaPR](#) <sup>[6]</sup>

Copyright © 2006-Presente CienciaPR y CAPRI, excepto donde sea indicado lo contrario, todos los derechos reservados

[Privacidad](#) | [Términos](#) | [Normas de la Comunidad](#) | [Sobre CienciaPR](#) | [Contáctenos](#)

---

**Source URL:**<https://www.cienciapr.org/es/blogs/conocimiento-tu-salud/conocimiento-tu-salud>

#### Links

[1] <https://www.cienciapr.org/es/blogs/conocimiento-tu-salud/conocimiento-tu-salud> [2]

<https://www.cienciapr.org/es/user/francis8> [3] <mailto:francisgonzalez@gmail.com> [4]

<mailto:serra.viviana@gmail.com> [5] <https://www.cienciapr.org/es/tags/conocimiento-tu-salud> [6]

<https://www.cienciapr.org/es/tags/blogs-cienciapr>