

## Los «6 pilares» del Día Internacional del Hombre



1. Promover modelos masculinos positivos; no solamente estrellas de cine y deportistas, sino también hombres de la vida cotidiana, de clase trabajadora, que viven vidas dignas y honradas.
2. Celebrar las contribuciones positivas de los hombres a la sociedad, a la comunidad, a la familia, al matrimonio, al cuidado de los niños y el medio ambiente.
3. Centrarse en la salud y el bienestar de los varones; en lo social, emocional, físico y espiritual.
4. Poner de relieve la discriminación contra los hombres; en las áreas de servicio social, en las actitudes y expectativas sociales, y la legislación.
5. Mejorar las relaciones de género y promover la igualdad de género.
6. Crear un mundo más seguro y mejor, donde la gente puede estar segura y crecer para alcanzar su pleno potencial.



## GRUPO DE TRABAJO MOVEMBER

**Dra. Adelia Hernández García.**

Médico especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud de Navamorcuende (Toledo).

**Dña. Ana María Izaguirre Zapatera**

Diplomada Universitaria en Enfermería. Centro de Salud de Navamorcuende (Toledo).

**Dr. Guillermo Rico García.**

Médico especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud de Navamorcuende (Toledo).

**Dra. Isabel Gil Carrera.**

Médico especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud de Navamorcuende (Toledo).

**Dña. Luisa María Peña Muñoz**

Diplomada Universitaria en Enfermería. Centro de Salud de Navamorcuende (Toledo).

**Dña. Montserrat Jiménez Arenas**

Diplomada Universitaria en Enfermería. Centro de Salud de Navamorcuende (Toledo).

**Dña. Sara Guerra Cano.**

Graduada en Enfermería. Universidad de Castilla la Mancha.

**Don Sergio de Ángel Larrinaga.**

Diplomado Universitaria en Enfermería. Centro de Salud de Cebolla (Toledo).

**Dr. Vicente Casitas Muñoz.**

Médico especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud de Navamorcuende (Toledo).

**Libia Rodríguez Gómez**

Auxiliar Administrativo Centro de Salud de Navamorcuende (Toledo).

**Dña. Pilar Fluriache García-Caro.**

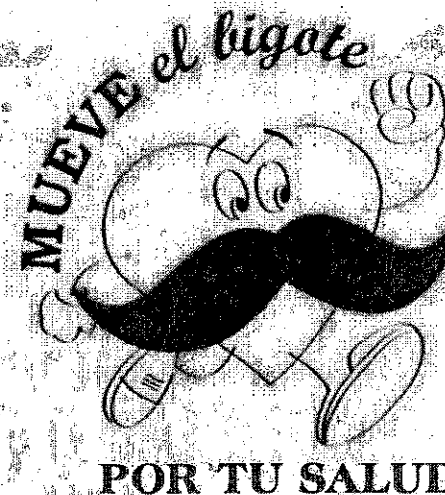
Periodista. Imagen Corporativa de la G.A.I. Talavera de la Reina.

**Dº. Enrique Pita Hernández.**

Periodista. Gabinete de Prensa G.A.I. Talavera de la Reina.

## IV JORNADA MOVEMBER Y II MARCHA SALUDABLE EN NAVAMORCUENDE

**November es Prevember  
"Hombre prevenido, vale por dos"**



#Movember

**DÍA: 19 De Noviembre de 2016**  
**II Marcha Popular: 12:00 h. (Salida desde el Centro de Salud de Navamorcuende)**  
**IV Jornada: 17:30 h. (Salón de Actos/Casa de la Cultura del Ayuntamiento de Navamorcuende)**

## MOVEMBER



En el año 2003 surgió el Movimiento **MOVEMBER** (unión de las palabras Moustache — bigote—, y Noviembre) en la que muchos hombres se dejan crecer el bigote para apoyar la solución a los problemas de salud masculina.

El género masculino es uno de los indicadores más sólidos y consistentes de la salud y la esperanza de vida. En todo el mundo, de media, los hombres mueren seis años antes que las mujeres. Esta desigualdad de género no ha recibido el suficiente reconocimiento por parte de los legisladores ni de los responsables sanitarios.

En nuestro Centro de Salud, que durante este mes pasa a llamarse "Navamorcucende", hemos estado particularmente concienciados con este problema y en las Jornadas anteriores hemos tratado temas como el Cáncer de próstata (segundo más frecuente en el varón), el Cáncer testicular (Se ha duplicado en los últimos cincuenta años), la Inactividad Física (cuarto factor de riesgo de mortalidad), e incluso la Disfunción Eréctil desde diferentes perspectivas.

En las Jornadas de este año vamos a enfocar la importancia de la prevención de algunos de estos problemas pero además abordaremos otro importante problema que afecta sobre todo a los hombres: la Salud Mental. De todas las personas que se suicidan tres de cada cuatro son hombres; esto hace que cada minuto muere un hombre en el mundo por este motivo. Además, los hombres independientemente de su edad, no suelen reconocer que tiene un problema de salud mental y no se sienten cómodos pidiendo ayuda. Posiblemente algunos estereotipos de masculinidad sean los responsables.

En nuestro Centro de Salud de Navamorcucende, el día 19 de Noviembre, precisamente el Día Internacional del Hombre, vamos a celebrar las **IV JORNADAS MOVEMBER** y con el lema **ESTE AÑO MOVEMBER ES PREYEMBER**. "Hombre prevenido vale por dos", queremos resaltar la importancia de ser proactivos para mejorar nuestra salud.

Dijo B. Franklin hace muchos años que "una onza de Prevención vale más que una libra de Curación". En un escenario de crisis económica debe ser un aliciente para todos invertir en prevención y promoción de nuestra Salud no sólo por el interés propio, sino también por el colectivo.



17:30 h: Photocool y entrega de documentación

18:00 h: Presentación. Movember es Preyember. "Hombre prevenido vale por dos"

**Dra. D<sup>a</sup>. Isabel Gil Carrera.**

Médico especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. CS. de Navamorcucende (Toledo).

18:10 h Niveles de prevención de la salud. "Prevenir o curar. That is the question"

**Dr. D. Vicente Casitas Muñoz.**

Médico especialista Medicina Familiar y Comunitaria. CS. Navamorcucende (Toledo).

18:30 h Ponga una enfermera en su vida

**Dña. Ana María Izaguirre Zapatera**

Diplomada Universitaria en Enfermería. Centro de Salud de Navamorcucende (Toledo).

18:50 h Estrategias de prevención. "De las pequeñas cosas a las grandes compañías"

**Dr. D. Juan José Camacho Parejo.**

Director médico de la Gerencia del Área Integrada de Talavera de la Reina (Toledo). Especialista en Urología.



19:10 h "Tras los pasos del Homo Sapiens Saludabilis"

**Dr. D. Pedro Rodríguez Ballesteros.**

Médico especialista en Cardiología. Hospital General Nuestra Sra. del Prado Talavera de la Reina. (Toledo).

19:30 h "El suicidio y su prevención"

**Dr. D. Carlos Castor Moreno.**

Jefe de servicio de Psiquiatría. Hospital General Nuestra Sra. del Prado Talavera de la Reina. (Toledo).

19:50 h "Demostración de control mental"

**D. Marco Antonio García Hernández.**

Maestro Nacional de Kung Fu (6º Dan). Shaolin Center Talavera de la Reina.

20:00 h Preguntas. Coloquio

Organizan:

**Centro de Salud de Navamorcucende**



Colaboran:

**Ayuntamientos de:**  
Navamorcucende, Almendra,  
Buenaventura, La Iglesuela,  
Sotillo de las Palomas,  
Sartajada y Marrupe.



Valtorre

Patrocina:

