

# COMUNICADO DE PRENSA

Viernes, 11 de diciembre de 2015  
Contacto: Jillian Oliveras Maldonado | 787-307-0257  
787-765-2929 x8134

## PROMUEVEN VISITA ANUAL DE SALUD DE LOS ADOLESCENTES

*San Juan, PR* – La Secretaria del Departamento de Salud, Ana Ríos Armendáriz, anunció hoy el comienzo de una campaña dirigida a promover la visita anual de salud de las personas en la adolescencia.

“La adolescencia es un periodo de desarrollo donde ocurren un sin número de cambios tanto físicos como emocionales. Aunque los adolescentes se sientan saludables, la visita anual al médico es un elemento vital para asegurar que lo estén”, indicó la titular de Salud.

Ríos Armendáriz indicó que algunos de los comportamientos que buscan promover con la campaña, que se estará presentando en los cines de la isla y a través de las redes sociales de la agencia, son los siguientes:

- ✓ Elegir y consumir alimentos saludables
- ✓ Sustituir el consumo de bebidas azucaradas por el consumo de agua
- ✓ Entender la importancia de la actividad física
- ✓ Dormir un promedio de 8 a 9 horas diarias
- ✓ Evitar el uso del tabaco y el humo del cigarrillo
- ✓ Evitar el uso de bebidas alcohólicas

“Nuestra meta es sencilla: que todo adolescente visite a su doctor al menos una vez al año. Les aseguro que su médico los guiará y asistirá en la toma de decisiones saludables para alcanzar un nivel máximo de salud y bienestar”, concluyó la salubrista.

Para más información sobre la campaña puede acceder la página de Facebook del Departamento de Salud ([Facebook.com/DeptSaludPR](https://www.facebook.com/DeptSaludPR)) o comunicarse con el Programa de Servicios Integrales de Salud al Adolescente (SISA) al 787-765-2929 x 4565 / 4534 / 4664.

###