

"Cuida tu mente, cuida tu cuerpo"

28 DE MAYO

Día Internacional de
Acción por la Salud de las
Mujeres



El 28 de mayo se conmemora el **Día Internacional de Acción por la Salud de la Mujer**, efeméride que tiene su origen en 1987, concretamente en la reunión de integrantes de la Red Mundial de mujeres por los Derechos Sexuales Reproductivos y que tuvo lugar en Costa Rica, donde se acordó celebrar este día con el objetivo de reafirmar el derecho a la salud como derecho humano de las mujeres y para intentar cambiar las prácticas peligrosas para su salud.



¿A qué nos referimos con el concepto de “equidad”?

El concepto de equidad se refiere a la “justicia en la distribución de cargas y beneficios”.

Aplicado a la salud, la equidad de género significa que se debe tratar igual a mujeres y a hombres cuando sus necesidades sean las mismas, y que

se debe atender de manera diferente aquellas necesidades que sean distintas.

Por ejemplo, las mujeres tienen mayores necesidades de atención a la salud por el hecho biológico de la reproducción.

Si estas necesidades no son atendidas de forma diferenciada, dedicando los recursos adecuados para ello, estaremos ante una situación de falta de equidad, con graves consecuencias en los resultados en salud.

Fuente: Cuaderno 00. "La salud de las Mujeres ¿Diferente o Desigual?"
. Instituto Andaluz de la Mujer-





FRASES PARA REFLEXIONAR:

"La salud es la mayor posesión. La alegría es el mayor tesoro. La confianza es la mejor amiga". Lao Tse.



AUTOCUIDADO

" También es elegir amistades que te animen a seguir adelante, y te hagan sentir bien "

Cuiden a sus amigas, llamen a sus amigas, pregunten a sus amigas cómo están, visiten a sus amigas, escuchen a sus amigas, no cambien a sus amigas por intereses románticos como si fueran intercambiables, no vean a sus amigas como plato de segunda, sean las amigas que quieren para ustedes mismas. Pareciera obvio pero para tener buenas amigas hay que ser buena amiga.

@poesía_de_morras

Itzel Tzintzuni

ERES LIBRE

DE EQUIVOCARTE,

DE CAMBIAR TU
VIDA.

DE INICIAR
ALGO,

DE CAMBIAR
DE OPINIÓN,

DE RENUNCIAR
A ALGO

DE SER TÚ



KAREN
CASTILLA





**LO QUE CALLA LA PRIMERA
GENERACIÓN, LA SEGUNDA
LO LLEVA EN EL CUERPO.**



UNO NO PUEDE PENSAR BIEN, AMAR BIEN,
DORMIR BIEN, SI NO HA COMIDO BIEN.

- VIRGINIA WOOLF

**CENTRO MUNICIPAL
DE INFORMACIÓN
A LA MUJER**

**954178281
igualdadsj@gmail.com**

@igualdad_san_juan_aznalfarache

**SALUD ES
BIENESTAR,
SALUD ES
CUIDADOS.**



Junta de Andalucía

Consejería de Igualdad, Políticas Sociales
y Conciliación

INSTITUTO ANDALUZ DE LA MUJER



AYUNTAMIENTO DE

SAN JUAN

DE AZNALFARACHE