

La obesidad desde un enfoque Médico-Naturista

Con la participación del periodista Roberto Cienfuegos Jiménez y una publicación del área editorial de Centro Universitario de Alternativas Médicas, inician los talleres de lectura: “Con el control de la salud en tus manos”

Ciudad de México (AMINES).- Como parte del compromiso social para contribuir a incentivar la participación de la sociedad en la difusión de los conocimientos que permitirán la modificación de actitudes y hábitos que favorezcan la promoción y defensa de la salud individual y colectiva, el Centro Universitario de Alternativas Médicas (CUAM) dará inicio a la realización de 12 talleres de lectura, los cuales se realizarán la segunda quincena de cada mes.

La primera lectura guiada será del libro, *Obesidad: un enfoque Médico-Naturista* y estará a cargo del periodista Roberto Cienfuegos Jiménez, miembro de la Academia Nacional de Periodistas de Radio y Televisión (ANPERT), con los comentarios de uno de los autores, doctor David Hidalgo Ramírez, rector de CUAM.

La publicación presenta una propuesta que además de contemplar un plan de reducción de peso, propone un modelo en el que, el cuidado de la salud forma parte del bienestar integral al que deben tener acceso todas las personas.

Bajar de peso y modificar un estilo de vida, es el camino real para llegar a obtener un estado físico que nos permita disfrutar de salud física y mental, es el objetivo de esta lectura guiada en la que los participantes podrán hacer preguntas a los especialistas.

Los talleres de lectura CUAM se realizarán con grupos de 25 personas, acompañados de buena música, la degustación de un buen vino o café, con quienes se pretende la formación de una nueva generación de lectores interesados en adquirir los conocimientos, las actitudes y hábitos básicos para la promoción y defensa de la salud individual y colectiva.

Estos talleres de lectura son parte de las actividades del 25 Aniversario de CUAM y se transmitirán en vivo a través de redes sociales.

¡Reserva tu lugar y conoce! Las fechas y horarios de estos encuentros literarios a través de nuestras redes sociales, llama al **5578252214 Ext. 107**, o manda WhtasApps al **55 3559 8872**