

7 DE ABRIL: DÍA MUNDIAL DE LA SALUD



Cada **7 de abril** se celebra a escala global el **Día Mundial de la Salud**, reconociendo este **derecho universal y básico**, a la vez que se promueve el **bienestar físico, mental y emocional**.



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE ESTE DÍA?

Este día pretende inspirar **acción a escala mundial**, impulsar actividades de **concienciación** entre gobiernos, empresas e individuos y promover el **acceso universal** a los **servicios de salud** básicos.



LA SALUD MUNDIAL EN NÚMEROS:



6,6
MILLONES

El número de niños en el mundo que mueren debido a la precariedad de los sistemas sanitarios.



970
MILLONES

Número de personas en todo el mundo que padecen un trastorno de salud mental o de abuso de sustancias.



785
MILLONES

Número de personas que carecen de acceso a agua potable.



+500
MILLONES

Número de mujeres que no tienen acceso a productos de higiene femenina.



7
MILLONES

Número de personas que mueren al año por contaminación atmosférica.



¿QUÉ PODEMOS HACER NOSOTROS?



DONAR SANGRE



HACER DEPORTE DE FORMA REGULAR



MANTENER HÁBITOS PERSONALES DE HIGIENE Y LIMPIEZA DIARIOS



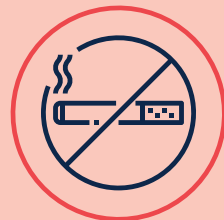
MANTENER HÁBITOS DE SUEÑO SALUDABLES



ASISTIR A REVISIONES MÉDICAS PERIÓDICAS



CUIDAR NUESTRA SALUD MENTAL



EVITAR EL CONSUMO DE TABACO, SUSTANCIAS Y ALCOHOL



USO DEL TRANSPORTE PÚBLICO PARA RESPIRAR UN AIRE MÁS LIMPIO

