



Oficina de Información y
Atención al Paciente
C/ Eladio Salinero de los Santos, 10
06011 Badajoz
924 229 995

Quirónsalud, la salud persona a persona.

Más de 90 hospitales, institutos y centros médicos dedicados a tu salud en 13 regiones:
Andalucía | Aragón | Baleares | Canarias | Castilla La Mancha | Cataluña | Comunidad Valenciana |
Extremadura | Galicia | Madrid | Murcia | Navarra | País Vasco

quironsalud.es    

Unidad de Salud y Bienestar

Programa para la mejora
de la salud y prevención
de enfermedades

Hospital  quirónsalud
Clideba



Lo que hagas hoy será tu salud mañana

Está comprobado por estudios recientes que la **adquisición de hábitos de vida saludables** está directamente relacionado con una **mejora en la calidad de vida en la tercera edad**.

En el **Hospital Quirónsalud Clideba** queremos ayudarte a **cuidar de ti** y por eso hemos creado una nueva unidad cuyo objetivo es **mejorar tus hábitos de vida actuales**: desde el control del estado físico hasta el aprendizaje de pautas nutricionales. **Un programa completo que analiza, controla, ayuda y estimula** con un seguimiento continuado.

Para lograrlo, los servicios prestados por la Unidad **se adaptan a tus necesidades y requerimientos**, entendiendo que la flexibilidad y la personalización son factores clave a la hora de realizar un **cambio en los hábitos de vida de una persona**.



En el Hospital Quirónsalud Clideba trabajamos para promover una vida saludable y prevenir enfermedades.

Valoración médica inicial

Un médico de familia realiza una **valoración médica inicial de tu salud** mediante una **exploración completa**, lo que permite planificar el resto de fases del programa.

Consulta médica de nutrición y control de peso

Realizamos una **consulta médica de nutrición y control de peso** para ayudarte a **obtener el peso deseado** en cada etapa de tu vida. Incluye también **asesoramiento en hábitos de vida saludables**.

Consulta médica antitabaco

Si consumes tabaco y **estás pensando en dejarlo** o **estás preocupado por un familiar o amigo que fuma**, o si dejaste de fumar y necesitas ayuda, sabemos cómo ayudarte de forma profesional. **Termina con el hábito para siempre**.

Consulta de bienestar emocional

En **Quirónsalud** contamos con el **programa de Bienestar emocional**, que en solo 4 sesiones, ayuda a **rebajar el estrés**, mejorar el **bienestar personal** y **prevenir y manejar sintomatología ansiosa o depresiva**. Una **atención integral** que cubrirá no sólo el aspecto médico, sino también el **enfoque psicológico que necesites**.



Para más información acércate a la **Unidad de Salud y Bienestar del Hospital Quirónsalud Clideba**
Llámanos al:

 **924 229 995**