

El mantenimiento de la salud y prevención de enfermedades en la mediana edad y más allá



**Realice los cambios de estilo de vida hoy para una vida saludable en el futuro**

Después de la menopausia, la probabilidad de desarrollar enfermedades crónicas aumenta. La prevención es la clave; la gestión de su estilo de vida bajará los riesgos y mejorará la calidad de vida. Para más información ingrese a:



**Asociación Colombiana de Menopausia**  
[www.asomenopausia.com](http://www.asomenopausia.com)



**International Menopause Society**  
promoting education and research on all aspects of adult women's health  
[www.imsociety.org](http://www.imsociety.org)

International Menopause Society, PO Box 98, Camborne, Cornwall, TR14 4BQ, UK.  
Tel: +44 1209 711 054 Fax: +44 1209 610 530 Email: [leetomkinsims@btinternet.com](mailto:leetomkinsims@btinternet.com)