Publicado en 11590 el 09/06/2014

# [Check Up, ¿cuándo y por qué hacerlo?](http://www.notasdeprensa.es)

## Desde que nacemos, el cuerpo humano va sufriendo un desgaste paulatino y constante. Nuestro aparato musculo-esquelético, por ejemplo, está en constante uso, sin importar que estemos activos todo el día o si lo usamos para sostenernos y contrarrestar las leyes de la gravedad.

 Desde que nacemos, el cuerpo humano va sufriendo un desgaste paulatino y constante. Nuestro aparato musculo-esquelético, por ejemplo, está en constante uso, sin importar que estemos activos todo el día o si lo usamos para sostenernos y contrarrestar las leyes de la gravedad. El aire que respiramos, sobre todo si estamos cerca del cigarro y la contaminación, tiene la capacidad de afectar nuestros alvéolos pulmonares. Las grasas y demás sustancias nocivas en los alimentos (como conservadores y componentes de la combustión de las comidas ahumadas) pueden ocasionar gran daño al paso del tiempo en los sistemas cardiovascular y gastrointestinal. Es importante considerar que aunque llevemos una dieta saludable, hagamos ejercicio e integremos decisiones sanas dentro de nuestro día a día, tanto el paso del tiempo como los factores genéticos pueden afectarnos de formas inimaginables. Por eso te sugerimos incluir un Check Up médico anual dentro de tu lista de prioridades. Es el hábito más redituable de prevención en esta época de enfermedades silenciosas, crónico-degenerativas y mortales. Acércate a LUDI para tu próximo http://checkup.mx

**Datos de contacto:**

Dr Martin Guzman

(55) 5545 7272

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/check-up-cuando-y-por-que-hacerlo\_1](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Medicina



[**http://www.mexicopress.com.mx**](http://www.notasdeprensa.es)