

# La Antigua Catedral de San José

## »»» FEBRERO NOTA DE SALUD

Febrero está lleno de diferentes celebraciones sanitarias. Todo el mes está designado como el Mes Americano del Corazón. También es el Mes de Concientización sobre la Degeneración Macular Relacionada con la Edad (Mes de Concientización sobre la DMAE) y el Mes Nacional de la Prevención del Cáncer. La observancia de otros días incluye:

**3 de febrero** Vístete de rojo para el Día de la Salud del Corazón de la Mujer **4 de febrero** Día Mundial contra el Cáncer **14 de febrero** Miércoles de Ceniza, Día de San Valentín y Día Nacional del Donante **18 al 24 de febrero** Semana de Educación sobre el Cuidado de la Enfermedad de Alzheimer y la Demencia **29 de febrero** Día de las Enfermedades Raras



Febrero ofrece la oportunidad de educación e información sobre diferentes áreas de la salud que afectan a cada familia de una forma u otra durante todo el mes y el año. La Asociación Americana del Corazón (American Heart Association) y las instituciones de salud locales ofrecerán clases presenciales sobre temas relacionados con las enfermedades cardíacas, la presión arterial alta y los accidentes cerebrovasculares tanto para hombres como para mujeres. El sitio web nacional de la Asociación Americana del Corazón es [www.heart.org](http://www.heart.org)

El sitio web de la filial de Oklahoma de la Asociación Americana del Corazón es [www.heart.org/en/affiliates/oklahoma](http://www.heart.org/en/affiliates/oklahoma)

La Alzheimer Association ofrece excelentes consejos y educación para el cuidado de un ser querido que muestra síntomas de demencia o que ha sido diagnosticado con la enfermedad de Alzheimer. También proporcionan información sobre los recursos disponibles para los cuidadores que pueden ayudar con el manejo y el cuidado diarios de su ser querido con demencia. El sitio web nacional de la Asociación de Alzheimer es

[www.alz.org](http://www.alz.org)

El sitio web estatal de la Asociación de Alzheimer de Oklahoma es

[www.alz.org/oklahoma](http://www.alz.org/oklahoma)



La Sociedad Americana Contra El Cáncer es un excelente recurso para la prevención, el control, la atención y la recuperación, así como para la educación de las personas que actualmente viven con cáncer y de quienes ayudan a cuidarlas. El sitio web de la Sociedad Americana Contra El Cáncer es [www.cancer.org](http://www.cancer.org)

La filial de Oklahoma de la Sociedad Americana contra el Cáncer es

[www.cancer.org/about-us/local/oklahoma](http://www.cancer.org/about-us/local/oklahoma)

Cada una de estas organizaciones está dispuesta a presentar clases y recursos a los grupos que lo soliciten. Por favor, hágame saber si algún miembro o grupo de la Parroquia de la Antigua Catedral de San José está interesado en clases sobre temas o recursos disponibles para ayudar a cuidar a familiares o amigos que tienen corazón, presión arterial o accidente cerebrovascular, Alzheimer o demencia, o cáncer. Puede ponerse en contacto conmigo a través de la oficina de la iglesia si usted o su grupo están interesados en asistir a una clase relacionada con cualquiera de estos temas. Que cada uno de ustedes tenga un febrero saludable y que crezca en espíritu durante este tiempo de Cuaresma.

»»» Barbara Smith, RN, MPH, M.Ed., FCN  
Chairperson-St. Joseph Old Cathedral Parish Health Committee