



CIRCULAR EXTERNA

CÓDIGO: F-PGED05-04

VERSIÓN: 01

FECHA: 23-08-2013

Página 1 de 2

CIRCULAR No. 059

PARA: ALCALDES, DIRECTORES LOCALES DE SALUD, COORDINADORES DE SALUD PÚBLICA, GERENTES EMPRESAS SOCIALES DEL ESTADO, EMPRESAS ADMINISTRADORAS DE PLANES DE BENEFICIOS.

DE: DIRECCION

ASUNTO: PROGRAMACION Y DESARROLLO DE ACCIONES PARA LA CELEBRACION DE LA SEMANA DEL DESESTIMULO AL CONSUMO DE SAL (11 al 17 de Marzo de 2015)

FECHA: Marzo 05 de 2015

En la actualidad según estudio realizado en el año 2008 por el Ministerio de Protección Social, la cardiopatía hipertensiva es la primera causa de enfermedad en ambos sexos y en todas las edades. Está claramente demostrado que la hipertensión arterial es uno de los factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares y que hay una asociación directa entre la elevada ingesta de Sodio y esta enfermedad.

En la población colombiana actualmente, no se cuenta con una cifra adecuada de la ingesta de sodio. Sin embargo, se considera que ésta es cercana a lo estimado en otros países de nuestras mismas características y está por encima del límite superior de consumo de sodio recomendado por agencias internacionales como el Instituto de Medicina de Estados Unidos y FAO/OMS. Según la ENSIN (Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia 2010) realizada por el ICBF, se concluye que el 16.7 % de los colombianos adiciona más sal a los alimentos después de servidos a la mesa; se identifica al grupo de 19 a 30 años realiza esta práctica con un 21.7%, seguido del grupo de 14 a 18 años (19.5%) se resalta el 10.4% del consumo en los niños de 5 a 8 años. Estas estimaciones y el hecho de que las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte a nivel nacional, hacen necesario realizar un diagnóstico exacto del consumo de sal/sodio y tomar medidas acordes con el diagnóstico realizado.

En noviembre del año 2009 la Organización Panamericana de la Salud, lanzó la "Declaración de la Política para reducir el consumo de sal en las Américas". La declaración estableció como meta, un descenso gradual y sostenido en el consumo de sal en la dieta hasta alcanzar la meta recomendada (5 g sal o 2 g sodio/día/persona).

Según la OMS un programa nacional exitoso de reducción de sal se basa en tres pilares: 1) reformulación de alimentos y de comidas; 2) concientización y campañas educativas dirigidas principalmente al consumidor y 3) cambios en el entorno.

El ente rector de la salud del Departamento, Instituto Departamental de Salud de Nariño se vincula y cita a los diferentes actores sociales de los Municipios del Departamento a articularse para el desarrollo de la celebración de la semana del desestimulo al consumo de sal que se ejecutara en la semana del 11 al 17 de marzo de 2015. Se deben realizar acciones que promuevan: 1) Reducción de los factores de riesgo de ECNT asociados a las dietas poco saludables y a la inactividad física a través de medidas de salud pública; 2) Incrementar los conocimientos y concienciación acerca de la influencia de la dieta y la actividad física en la salud; 3) Fortalecer las políticas y planes de acción mundiales, regionales y nacionales para mejorar la alimentación; mediante estrategias educativas y de comunicación en la que participen el ámbito, escolar, laboral y comunitario para fortalecer los hábitos en cuanto a la importancia de la reducción al consumo de sal, como factor importante en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles y al mejoramiento de la calidad de vida de la población.



CIRCULAR EXTERNA

CÓDIGO: F-PGED05-04

VERSIÓN: 01

FECHA: 23-08-2013

Página 2 de 2

Actividades a desarrollar:

• **Previo a la Semana**

Planeación y concertación con los diferentes actores existentes en el nivel Municipal, teniendo en cuenta que las actividades deben ser consignadas en el formato enviado mediante correo electrónico, el cual debe contar con las Firmas tanto del Alcalde Municipal, Gerente de la ESE y Director Local de Salud, enviarse al correo electrónico mchavisnan@idsn.gov.co (previo escaneado) y posteriormente en medio magnético (CD) al Instituto Departamental de Salud de Nariño a más tardar hasta el 10 de Marzo de 2015.

• **Durante la Semana:**

Promoción de mensajes claves a través de estrategias de Educación, Comunicación y Movilización Social con el slogan "**Menos sal, más vida**" que promuevan la práctica en Hábitos y Estilos de Vida Saludable, como son: consumo de frutas y verduras cinco porciones al día, reducción del consumo de sal y alimentos altos en sodio como carnes embutidas, enlatados y productos de paquete y realización de por lo menos 30 minutos diarios de actividad física, con el fin de ayudar al mantenimiento de un corazón saludable. Difusión con los mensajes anteriormente expuestos sobre la importancia de prácticas en Hábitos y Estilos de Vida Saludable promoviendo un cambio de conducta en los ámbitos educativo, comunitario y laboral, sobre el consumo excesivo de sal. Tomar como referencia las estrategias establecidas desde la dirección de salud nutricional, alimentos y bebidas, consultar la información en el enlace establecido en el anexo 5 de la presente.

Difusión de esta circular a través de los diferentes medios masivos de comunicación

• **Posterior a la Semana:**

Presentar informe ejecutivo de las acciones desarrolladas dirigido a la oficina de Enfermedades Crónicas NoTransmisibles (ECNT) del Instituto Departamental de Salud de Nariño.

Las acciones desarrolladas deberán condensarse por medio de un informe ejecutivo con su respectivo registro fotográfico, el cual deberá enviarse a más tardar (8) días después de la celebración, por correspondencia certificada en medio magnético (CD) al Instituto Departamental de Salud de Nariño.

Mayor información a los teléfonos: **3128400623, 3117456742 – 7232259 /7232260** Extensión **116/128** ó a los correos mchavisnan@idsn.gov.co, cceron@idsn.gov.co.

Anexo 1: <http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/PortalICBF/NormatividadC/ENSIN1>

Anexo 2: <http://www.minsalud.gov.co/salud/Paginas/ABC-reduccion-consumo-sals-odio.aspx>

Anexo 3: http://www.msal.gov.ar/ent/images/stories/ciudadanos/pdf/2013-09_presentacion-acerca-reduccion-sodio.pdf

Anexo4:http://www.osacolombia.gov.co/doc/MemoriasVIIIICongreso%20Mundial%20%20Promoci%C3%B3n_frutas_hortalizas_Colombia_2012.pdf

Anexo 5: <http://www.minsalud.gov.co/salud/publica/HS/Paginas/salud-nutricional.aspx>

ORIGINAL FIRMADO

ELIZABETH TRUJILLO MONTALVO

Directora

Proyectó: CONSTANZA CERON GALLARDO Profesional Especializada Coordinadora del programa de ECNT		Revisó: CARLOS ALBERTO HIDALGO Subdirección Salud Pública	
Firma ORIGINAL FIRMADO	Fecha: Marzo 05 de 2015	Firma ORIGINAL FIRMADO	Fecha: Marzo 05 de 2015