



CIRCULAR EXTERNA

CÓDIGO: F-PGED05-04

VERSIÓN: 01

FECHA: 23-08-2013

Página 1 de 2

N. 238

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

DE: DIRECCION

ASUNTO: PROGRAMACION Y DESARROLLO DE ACCIONES PARA LA CELEBRACION DE LA SEMANA DE HABITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, (21 al 27 de Septiembre de 2015)

FECHA: 16 DE SEPTIEMBRE DEL 2015

Según el último informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS), de los 38 millones de muertes por Enfermedades No Transmisibles registradas en el 2012, más del 40% de ellas (16 millones) fueron muertes prematuras, ocurridas antes de los 70 años de edad. Las Enfermedades No trasmisibles (ENT) se definen como patologías de aparición gradual, de insidioso desarrollo y gran discapacidad, entre las principales se encuentran; el Cáncer, la Diabetes y la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica, las cuales son resultado de factores de riesgo comportamentales como: tabaquismo, consumo alcohol, inactividad física, obesidad y alimentación no saludable.

De acuerdo al Ministerio de Salud y Protección Social en Colombia más de 110 mil personas fallecen por estos eventos, afectando de manera significativa el desarrollo económico del país, por lo cual en el marco de lo estipulado en la ley 1355 del 2009 que define la obesidad y las Enfermedades Crónicas No Transmisibles asociadas a esta como una prioridad de Salud Pública y **declara en su Articulo 20 la celebración de la SEMANA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE** (del 21 hasta el 27 de Septiembre), se realiza un llamado a la promoción y desarrollo de acciones encaminadas al cumplimiento de compromisos establecidos en la Asamblea Mundial de las Naciones Unidas (ONU) en cuanto a las nueve metas mundiales que deberán alcanzarse de aquí al año 2025 como son : reducir el uso nocivo del alcohol, la actividad física insuficiente, la ingesta de sal o sodio, el consumo de tabaco y la hipertensión; detener el aumento de la diabetes y la obesidad con el fin de lograr la meta general de reducir en un 25% la mortalidad prematura por estas patologías.

El Instituto departamental de Salud como ente rector de la salud del departamento en cumplimiento del Plan Decenal de Salud Publica 2012 – 2021 en la Dimensión Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles invita al desarrollo de acciones de información, educación, comunicación y movilización social en el marco de esta semana que permitan dar cumplimiento a la metas propuestas y **convoca a la articulación intersectorial y al fortalecimiento de las redes existentes para el trabajo por un objetivo común**; La Promoción de Estilos de Vida Saludable como una de las herramientas fundamentales para reducir el flagelo de las Enfermedades No trasmisibles.

En razón de lo expuesto se realiza un llamado a instituciones como : a) dirección local de salud, b) empresas sociales del estado (E.S.E), c) Policía Comunitaria, d) Secretaría de Tránsito, e) Ente Deportivo, f) Secretaria de Cultura, g) Comisaría de Familia, h) Familias en Acción, i) Empresas Administradoras de Planes de Beneficios (E.A.P.B), j) Aseguradoras de Riesgo Laboral (ARL), k) Saneamiento Ambiental, y los que se considere pertinentes, y se encuentren vinculados en los diferentes procesos que se adelantan en el nivel municipal; para que se vinculen a esta programación en favor de la promoción de Estilos de Vida Saludable, siendo esta

Previo a la celebración:

- Planeación y concertación con los diferentes actores anteriormente mencionados, teniendo en cuenta que las actividades propuestas deben ser consignadas en el formato enviado mediante correo electrónico, el cual debe contar con las firmas tanto de Alcalde Municipal, Gerente de la ESE y Director Local de Salud y será necesario que se envíe **vía correo electrónico (previo escaneado) y posteriormente en CD con oficio anexo relacionando lo enviado, al Instituto Departamental de Salud de Nariño hasta el día 20 de Septiembre de 2015.**
- Difusión de esta circular a través de los diferentes medios masivos de comunicación y la realización de jornadas de sensibilización acerca de la apropiación de los Hábitos y Estilos de Vida Saludables
- En los municipios donde exista **Secretaria de Tránsito Municipal** revisar la viabilidad de concertar y promover el desarrollo de estrategia día sin carro y/o ciclo rutas.

Durante la celebración:

Desarrollo de Actividades a través de diversas estrategias lúdico pedagógicas que cubran diferentes ámbitos: **Comunitario, Educativo y Laboral** entre estas:

Actividad física:

- Promocionar la participación en la caminata de las 5K para la salud promoviendo el mensaje “Si buena salud quieres poseer, estilos de vida saludable debes tener.”



CIRCULAR EXTERNA

CÓDIGO: F-PGED05-04

VERSIÓN: 01

FECHA: 23-08-2013

Página 2 de 2

- Desarrollo de competencias deportivas interinstitucionales y sectoriales (baloncesto, microfútbol) entre dependencias del municipio (alcaldía Vs E.S.E, policía, D.L.S etc.)
- Difusión de mensajes alusivos a la promoción de la actividad física en el marco del desarrollo de las diferentes jornadas. (Ver Anexo 2 y 3)

Alimentación saludable:

- Desarrollar concurso del plato saludable, para fortalecer la cocina tradicional y los hábitos alimentarios saludable promocionando alimentos saludables y sensibilización sobre beneficios de los mismos, además dar a conocer productos de la región y su valor nutricional.
- Incentivar el desarrollo de carteleras que promuevan la alimentación saludable en Instituciones Educativas,
- Desarrollo de jornadas de Detección de Sobrepeso y tamizajes de Riesgo Cardiovascular con la respectiva educación a la población y canalización a los servicios de salud.
- Brindar información educativa a través de medios masivos (Programa Radial, entrevistas por parte del personal de salud) que promuevan el conocimiento sobre las Enfermedades No transmisibles (ENT) , factores de riesgo y beneficios de la practicas de Estilos de Vida Saludable (Ver anexo 4 y 5)

Espacios libres de humo:

- Visitas masivas a los diferentes establecimientos del municipio en coordinación con saneamiento ambiental.
- Difusión a través de estrategias de Educación, Comunicación (teatro, cine foro, arte en la calle, cuentos ,pautas radiales, afiches, volantes, perifoneo), sobre mensajes originales relacionados con los efectos nocivos del cigarrillo , importancia del cumplimiento de la ley 1335 de 2009. (Anexo 6)
- Desarrollo de jornadas lúdico-pedagógicas en articulación con policía comunitaria y programas DARE en las instituciones educativas.

Se recomienda que para finalizar la celebración de la semana se realice un evento masivo donde se incluyan acciones desde las tres líneas de acción de la promoción de hábitos y estilos de vida saludables.

Posterior a la celebración:

- Tanto la Planeación como el informe posterior deberá ir con oficio dirigido a la oficina de Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) del Instituto Departamental de Salud de Nariño, en los tiempos informados.
- Las acciones desarrolladas deberán condensarse por medio de un informe ejecutivo con su respectivo registro fotográfico, **el cual deberá enviarse (8) días después de la celebración, por correspondencia certificada** en un CD con la información escaneada y oficio relacionando lo enviado.

Mayor información a los teléfonos 3117456742, 3012006759 – 3165384348- 3102048603-7232259 /7232260 extensión 116/ 128. O a los correos cceron@idsn.gov.co, mchavisnan@idsn.gov.co,

Anexo 1: Formato para diligenciar la programación.

Anexo 2: Mensajes sobre actividad física <http://bit.ly/drevs2015>

Anexo 3 ABC para la actividad física

<https://docs.google.com/file/d/0BxRtTRC3e0ZldzduUmFOWEdWMHFQMGZGZ1ZDRDgYaHBaZDRN/edit?pli=1>

Anexo 4: Decálogo de Alimentación Saludable <https://www.minsalud.gov.co/salud/Paginas/Alimentaci%C3%B3n-Saludable.aspx>

Anexo 5: .libro come bien siéntete bien

“Secretos Saludables” http://www.javeriana.edu.co/documents/245769/3025871/libro_saludable.pdf/5d798f39-d650-473e-b8ba-f7b30be82447

Anexo 6: Video “el tabaquismo” <https://www.youtube.com/watch?v=iOz4lbF97pE>

Anexo 7: Las enfermedades no transmisibles sí son transmisibles / Rodrigo Restrepo G. bit.ly/bentsst

Anexo 8: El verdadero desafío para la salud pública: cambiar los hábitos / Rodrigo Restrepo G. bit.ly/bvdspch

TERESA MORENO CHAVES
Directora (Encargada) IDSN

Proyecto:		Revisó:	
CONSTANZA CERON GALLARDO Profesional Especializado IDSN		TERESA MORENO CHAVES Subdirección Salud Pública	
Firma	Fecha:	Firma	Fecha:
ORIGINAL FIRMADO	16/09/2015	ORIGINAL FIRMADO	16/09/2015