



CIRCULAR EXTERNA

CÓDIGO: F-PGED05-04

VERSIÓN: 01

FECHA: 23-08-2013

Página 1 de 2

N. 230

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, (22 al 28 de Septiembre de 2014)

FECHA: 3 DE SEPTIEMBRE DEL 2014

Las enfermedades no transmisibles (ENT), también conocidas como enfermedades crónicas, no se transmiten de persona a persona, estas enfermedades se suelen asociar a los grupos de edad más avanzada, pero la evidencia muestra Niños, adultos y ancianos son todos ellos vulnerables a los factores de riesgo que favorecen las enfermedades no transmisibles, como las dietas malsanas, la inactividad física, la exposición al humo de tabaco.

En razón de lo anterior la Organización Mundial de la Salud (OMS), ha declarado la necesidad de promover hábitos más saludables para poder vivir más años y con una mejor calidad de vida, abogando por un cambio de actitud y apostando por la prevención para evitar los problemas de salud más frecuentes de este colectivo: enfermedades cardíacas, cáncer, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas y derrames cerebrales.

En concordancia con lo expuesto la ley 1355 del 2009, en su Articulo 20. Declaró el 24 de septiembre **EL DÍA NACIONAL DE LA LUCHA CONTRA LA OBESIDAD Y EL SOBREPESO** y en su correspondiente semana, la **CELEBRACIÓN DE LA SEMANA DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE**, es por esto que para la vigencia 2014, esta celebración se desarrollara los días 22 hasta el 28 de Septiembre finalizando con la **CELEBRACIÓN DEL DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN**, según lo estipulado por la Asamblea Mundial de las Naciones Unidas (ONU).

El Instituto departamental de Salud como ente rector de la salud del departamento en cumplimiento del plan decenal 2012 – 2021 en la dimensión vida saludable y condiciones no transmisibles solicita que se adelanten acciones de información, educación, comunicación y movilización social en el marco de esta semana que permitan fomentar la práctica de Hábitos y Estilos de Vida Saludables, y **convoca a la articulación intersectorial en los diferentes entes territoriales** realizando un llamado a instituciones como : a) dirección local de salud, b) empresas sociales del estado (ese), c) policía comunitaria, d) secretaría de tránsito, e) ente deportivo, f) secretaría de cultura, g) comisaria de familia, h) familias en acción, i) empresas prestadoras de salud (EPS), 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.

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, **enviarse vía correo electrónico (previo escaneado) y posteriormente en fisico al Instituto Departamental de Salud de Nariño hasta el día 12 de Septiembre de 2014**
- 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 la estrategia día sin carro, ligada al desarrollo de jornadas de actividad física a nivel municipal



CIRCULAR EXTERNA

CÓDIGO: F-PGED05-04

VERSIÓN: 01

FECHA: 23-08-2013

Página 2 de 2

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:** Pausas Activas, jornadas de bailoterapia extramurales e institucionales con los diferentes grupos poblacionales, ciclovías , jornadas deportivas, además el desarrollo de jornadas de Detección de Sobrepeso y tamizajes de Riesgo Cardiovascular con la respectiva educación a la población, realizar la difusión del **DECALOGO DE LA ACTIVIDAD FISICA** (ver Anexo 2)
- **Alimentación saludable:** Realizar la ubicación de stand donde se promocionen alimentos saludables y se sensibilice sobre los beneficios de los mismos, jornadas educativas y de aprendizaje sobre recetarios saludables que permitan conocer a la población sobre el valor nutricional de los alimentos que se produzcan en su región, realizar la difusión del Video **“EL REMEDIO PARA LAS ENFERMEDADES CRONICAS”** (Ver anexo 3)
- **Espacios libres de humo:** visitas masivas a los diferentes establecimientos del municipio, la trasmisión de la ley 1335 de 2009 y efectos nocivos del cigarrillo a través de cuñas, realizar la difusión del Video **“NO QUIERO , NO FUMO PORQUE ME QUIERO”** (ver Anexo 4)
- Desarrollo de jornadas lúdico-pedagógicas en articulación con policía comunitaria 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, por lo cual se propone realizar un circuito de observación donde participen de manera importante las instituciones educativas con el fin de sensibilizar y empoderarse a los estudiantes de la importancia de adquirir HEVS, se propone el circuito de observación **“SOMOS MAS POR LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE”** (ver anexo 5)

Posterior a la celebración:

- Tanto la Planeación como el informe posterior deberá ir con oficio dirigido a la oficina de Enfermedades Crónicas No Trasmisibles (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.**

Mayor información a los teléfonos 3117456742, 3012006759 – 3165384348- 3102048603-7232259 /7232260 extensión 116/ 128. O a los correos ccononca@idsn.gov.co, azamudio@idsn.gov.co, azamudio.idsn.ecnt@gmail.com, cmoncayo7277@gmail.com

Anexo 1: Formato para diligenciar la programación.

Anexo2: Decálogo Actividad Física: <http://www.generacionmas.gov.co/VidaSana/pages/Mantente-en-forma.aspx>

Anexo 3: Video El Remedio para las Enfermedades Crónicas:

Anexo4: Video “No quiero, no fumo porque me quiero”:

<http://www.idsn.gov.co/index.php/subdireccion-de-salud-publica/enfermedades-cronicas-no-transmisibles/224-videos>

Anexo 5: Circuito: “Somos más por los Estilos de Vida Saludable”

ORIGINA FIRMADO

ELIZABETH TRUJILLO MONTALVO
Directora IDSN

Proyecto:		Revisó:	
CONSTANZA CERON GALLARDO Coordinadora del programa de ECNT		CARLOS ALBERTO HIDALGO Subdirección Salud Pública	
Firma	Fecha:	Firma	Fecha:
ORIGINA FIRMADO	03/09/2014	ORIGINA FIRMADO	03/09/2014