



CIRCULAR EXTERNA

CÓDIGO: F-PGED05-04

VERSIÓN: 01

FECHA: 23-08-2013

Página 1 de 2

No 112

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

DE: DIRECCION

ASUNTO: PROGRAMACION Y DESARROLLO DE ACCIONES PARA LA CELEBRACION DEL DIA MUNDIAL DE LA HIPERTENSION ARTERIAL (14 de Mayo de 2014)

FECHA: 14 DE ABRIL DE 2014

La hipertensión arterial es un problema de salud que afecta a más del 25-30% de la población, de los cuales un número importante de personas no están tratadas y de aquellas que reciben tratamiento más del 50% no tienen las cifras de tensión controladas. La hipertensión es uno de los principales factores de riesgo para las enfermedades cardiovasculares, como el infarto de miocardio, los accidentes vasculares cerebrales, la insuficiencia cardíaca, entre otras.

La dieta adecuada, baja en sal, la pérdida del exceso de peso y la realización frecuente de ejercicio físico son fundamentales para el correcto control de la tensión arterial, así como de la diabetes. Por otro lado es frecuente que la mayoría de pacientes con diabetes deban tomar medicación para controlar la hipertensión, lo cual ha demostrado claramente sus beneficios para disminuir las enfermedades cardiovasculares.

Detectar la hipertensión es el primer paso para prevenirla y controlarla. En este Día Mundial de la Salud, la OMS hace un llamamiento a todos los adultos del mundo para que se hagan medir la tensión arterial. Cuando las personas conocen el nivel de su tensión, pueden actuar para controlarla.

El Instituto Departamental de Salud de Nariño ente rector de la salud del Departamento, se une a la celebración del día mundial de la Hipertensión Arterial, que se desarrolla el día 14 de Mayo de 2014 y de la misma manera convoca a la articulación de los diferentes actores sociales de los Municipios del Departamento para el desarrollo de acciones que fomenten la práctica de Hábitos y Estilos de Vida Saludables en cuanto a la alimentación y la práctica de la actividad física a través de estrategias educacionales que involucren el ámbito escolar, laboral y comunitario, y se logre la sensibilización de los mismos en cuanto a la importancia de la reducción de la hipertensión arterial, encaminados a la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles y al mejoramiento de la calidad de vida de la población.

Actividades a desarrollar:

Previo a la celebración:

- Difusión de esta circular a través de los diferentes medios masivos de comunicación.
- 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 IPS y Director Local de Salud, enviarse vía correo electrónico (previo escaneado) y posteriormente en físico al Instituto Departamental de Salud de Nariño hasta el día 10 de abril de 2014.

Durante la Celebración:

- Promoción de mensajes claves a través de estrategias de Educación, Comunicación y Movilización Social que promuevan la práctica en Hábitos y Estilos de Vida Saludable, como son: consumo de frutas y verduras cinco



CIRCULAR EXTERNA

CÓDIGO: F-PGED05-04

VERSIÓN: 01

FECHA: 23-08-2013

Página 2 de 2

porciones al día (tres de verduras y dos de frutas) , 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.

- En Coordinación con las Empresas Promotoras de Salud hoy Empresas Administradoras de Planes de Beneficios (EAPB), que se encuentren en el nivel territorial Ubicar puestos de control para medir la presión arterial donde de igual forma se promueva el conocimiento de los factores de riesgo para adquirir Enfermedades Crónicas no trasmisibles (se recomienda hacerlo de forma extramural)
- Entrega de Material de IEC (folletos, y material de Promoción de la Salud prevención)
- Realizar una maratón bailable durante el día de la celebración, dirigida a diferentes grupos de población con diferentes ritmos propios a cada grupo de edad.
- Promover la participación activa de todos los sectores en el desarrollo de estas actividades (Educación , Policía, ICBF, Grupos de Adulto Mayor etc.) incluir al sector Educativo para fomentar hábitos y Estilos de Vida Saludable en el ámbito escolar)

Difundir en los medios de comunicación del nivel territorial el siguiente video publicitario llamado el Remedio

https://www.dropbox.com/sh/2x6ocpmy2j83iu5/IRO9_YLr31

Posterior a la Semana:

- Presentar informe ejecutivo de las acciones desarrolladas dirigido a la oficina de Enfermedades Crónicas No Transmisibles (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

Mayor información a los teléfonos 3117456742, 3116247473, 3216125875, 3165384348, – 7232259 / 7232260 Extensión 116/128 ó a los correos cceron@idsn.gov.co, azamudio@idsn.gov.co, cmoncayo@idsn.gov.co

ORIGINAL FIRMADA

ELIZABETH TRUJILLO MONTALVO

Directora IDSN

Proyectó: CONSTANZA CERON GALLARDO Profesional Especializada Coordinadora del programa de ECNT		Revisó: CARLOS ALBERTO HIDALGO Subdirección Salud Pública	
Firma ORIGINAL FIRMADA	Fecha: 14 de Abril del 2014	Firma ORIGINAL FIRMADA	Fecha: 14 de Abril del 2014