Organiza SSM semana estatal de lucha contra el sobrepeso y la obesidad **[1]**

[2]

- Invitan a la población a sumarse a las diferentes actividades de prevención

El director general de Servicios de Salud de Morelos (SSM), Héctor Barón Olivares, informó que se llevará a cabo la “Semana Estatal de Lucha contra el Sobrepeso y la Obesidad” del 28 al 31 de enero, con el objetivo de fomentar en los morelenses la importancia de mantener estilos de vida saludables, como una manera de prevenir estos padecimientos.

Detalló que durante los siguientes días, personal de SSM estará llevando a cabo acciones de orientación, prevención, promoción, educación y cuidado de la salud a través de talleres, ferias, eventos y sesiones de activación física en

planteles educativos y laborales.

Barón Olivares informó que según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut) de Medio Camino 2016, siete de cada diez adultos, cuatro de cada diez adolescentes y uno de cada tres niños presentan sobrepeso u obesidad; por lo que dijo, es inminente emprender acciones de prevención y atención.

“La prevención y corresponsabilidad de la gente pueden evitar estas enfermedades, ya que manteniendo prácticas como disminuir la ingesta de bebidas azucaradas, sustituirlas por agua simple, consumir una alimentación balanceada, y mantener una actividad física adecuada todos los días por lo menos 30 minutos hacen la diferencia”, indicó.

El titular del organismo agregó que la prevención y atención del sobrepeso, obesidad y diabetes es uno de los principales desafíos para esta administración, no obstante, aseguró que a través del trabajo coordinado entre sociedad y gobierno se logrará impulsar una cultura de prevención que contribuya a la construcción de un Morelos más sano.

“Invitamos a nuestros usuarios para que se acerquen a las unidades de salud y participen en las diferentes actividades, ya que lograr un peso adecuado es una manera de mantenerse responsables de su bienestar y contribuir a la reducción del sobrepeso y obesidad en el estado”, finalizó.

[3]

URL de origen: https://salud.morelos.gob.mx/node/1983

Enlaces
[1] https://salud.morelos.gob.mx/noticias/organiza-ssm-semana-estatal-de-lucha-contra-el-sobrepeso-y-la-obesidad
[2] https://salud.morelos.gob.mx/sites/salud.morelos.gob.mx/files/noticias/principal/c9f1810b-2d63-45e6-9520-714a9e9bc72f-1175-000001c7988d967c.jpg
[3] https://salud.morelos.gob.mx/sites/salud.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/c9f1810b-2d63-45e6-9520-714a9e9bc72f-1175-000001c7988d967c.jpg