



# SECRETARIA DE SALUD



## “**TODOS EN 5 PASOS POR UN PACHUCA SALUDABLE**”



ABRIL, 2009

juntos  
lo podemos  
todo

# Obesidad y sobrepeso

**NIVEL NACIONAL**  
70%

**HIDALGO**  
60%  
70% Obesidad abdominal

Mortalidad:  
DM 2  
Enfermedades Isquémicas  
del corazón  
HTA



# Pachuca

## TASA DE INCIDENCIA\*

- 180 Diabetes
- 60 Enfermedades cerebro vasculares
- 50 Hipertensión Arterial



\*Por cada 100,000 habitantes. DGIS 2008.

**Crecimiento urbano  
muy importante**

**Sedentarismo**

**FACTORES  
DETERMINAN  
TES**

**Alcoholismo**

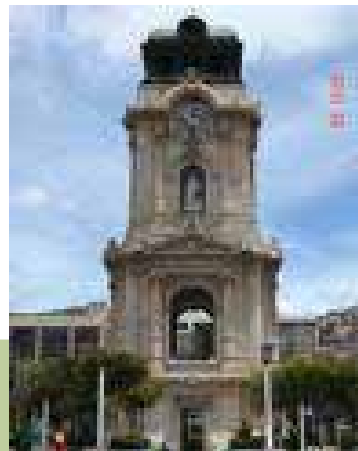
**Transición  
nutricional**



## OBJETIVO GENERAL



Fomentar 5 hábitos saludables en el personal de oficinas de ***Presidencia Municipal de Pachuca Hidalgo***, con una visión de expansión a la ciudad, contribuyendo así a la disminución de la incidencia y prevalencia de la obesidad y sus comorbilidades, con plena participación del sector público, privado y social del año 2009 al 2012 en beneficio de la población pachuqueña.



juntos  
lo podemos  
todo



DESARROLLO



- \* Premisa: Primero los de casa
- \* Visión de expansión: Nuevas alianzas

Costo del proyecto: \$4,162,300.00

\*

juntos  
lo podemos  
todo



**Grupo de intervención:** 158 participantes femeninos y masculinos personal de la Dirección de parques y jardines, con una edad entre 20-59 años.

Seguimiento y control durante 4 etapas, un paso por año, hasta alcanzar las metas establecidas y para concluir en el 2012.



DESARROLLO



**Ciudad:** Intensa campaña de difusión en medios para hacer extensa la invitación a toda la ciudadanía pachuqueña a sumarse a estos 5 pasos y realizarlos simultáneamente con el grupo de intervención.

juntos  
lo podemos  
todo

## Comparte



Mismo  
entorno:  
Fuerza y  
motivación

Otros  
entornos:  
Familiares  
y amigos

Medio de  
difusión



1.  
Muévete

2.  
Toma  
Agua

3.  
Come  
Verduras  
Frutas

4.  
Mídete

5. Comparte:  
Familia y Amigos

<p><b>INHIDE:</b> Promotores deportivos: Movimiento por tu salud Pláticas, conferencias, carteles, lonas, trípticos.</p>	<p><b>ENUTRICA:</b> Pláticas, talleres, asegurar el consumo al concluir "movimiento por tu salud"</p>	<p><b>ENUTRICA, IMSS:</b> Talleres de grupos y raciones de alimentos, plato del bien comer, orientación alimentaria</p>	<p><b>ENUTRICA-IMSS</b> <b>-INHIDE:</b> Talleres automedicación, Capacitación Autocontrol físico y emocional</p>	<p><b>IMSS-SANOFI-AVENTIS</b> <b>INHIDE-SSH-CLUB PACHUC</b> <b>CLUB ROTARIO-ENUTRICA</b> Talleres, pláticas, Integración familiar Comparte y fomenta hábitos Saludables: Familia y amigos</p>
--	---	---	--	---



# DESARROLLO PLAN DE DIFUSION



Promoción  
partidos de  
futbol, pantalla  
gigante, sonido  
local,  
participación de  
futbolistas  
profesionales

20  
Entrevistas  
semanales  
en radio,  
prensa y  
televisión  
*Comunicación  
social*

15 Spots de  
radio y 3 T.V  
100 Lonas  
en lugares  
estratégicos

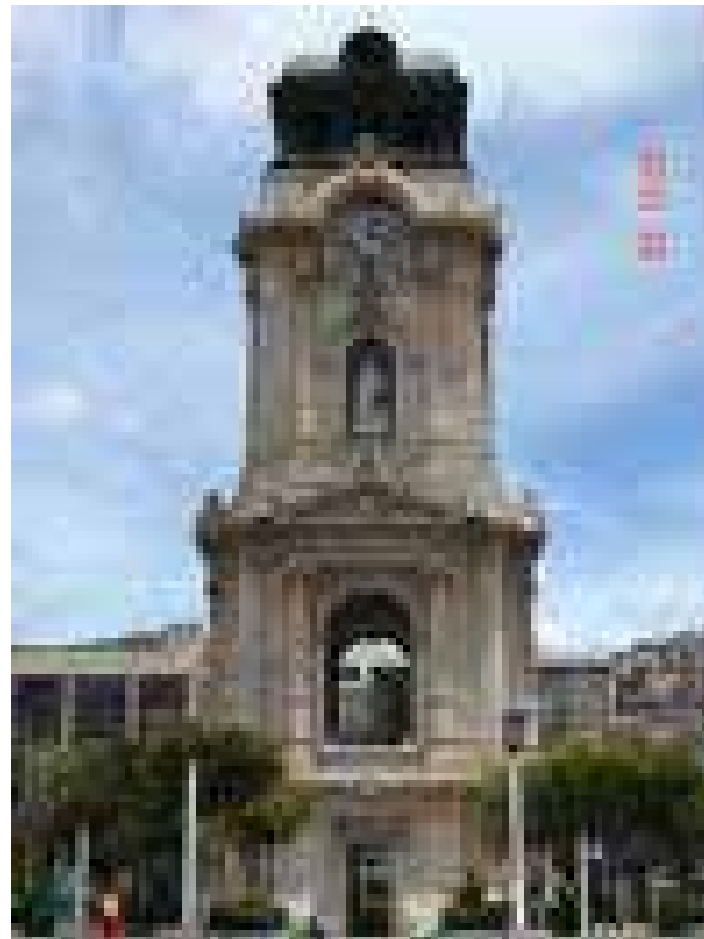
Pulseras,  
cilindros, placas,  
material  
antropométrico

Evento de  
inauguración:  
*Secretario de salud  
Presidente  
municipal  
Invitación de  
medios*

Stand de  
antropometría  
signos y síntomas  
(cada fase)  
*Ferias de la salud*



*juntos*  
lo podemos  
todo





juntos  
lo podemos  
todo