



# Día Mundial de la Salud 2022

## Nuestro planeta, nuestra salud

Las mejores prácticas en salud municipal

Eduardo Lazcano Ponce / 8 de abril 2022

# Los municipios saludables: OPS/OMS

*Serie de acciones en salud pública, la educación popular en salud y el desarrollo de la comunidad.*

## Inicio del proceso

- Organizar un comité de planificación intersectorial con representantes de grupos de la comunidad.
- Consensar y determinar prioridades de acción.

## Planificación

- Educación y enfoque a la promoción de la salud.
- Elaborar un plan de acción.
- Desarrollar proyectos específicos.
  - Salud
  - Educación
  - Recreación
  - Ambientes psicosocial y físico

## Fases de consolidación

- Establecer ambientes saludables:
  - lugares de trabajo,
  - mercados,
  - parques y otros.
- Evaluación externa del efecto y presupuesto.

# ¿Qué puede hacer para proteger nuestro planeta y nuestra salud?

## La perspectiva municipal

- Promover edificios energéticamente eficientes.
- Fomentar el transporte público con bajas emisiones de carbono.
- Promover la construcción de nuevos carriles para bicicletas y vías peatonales.
- Proteger la biodiversidad, crear nuevos parques y jardines.
- Adoptar fuentes de energía renovables para las actividades municipales.
- Garantizar que los hogares con bajos ingresos y los establecimientos de salud tengan acceso a energía limpia y asequible.
- Colaborar con la comunidad empresarial local para apoyar la sostenibilidad.
- Regular la comercialización de alimentos y bebidas poco saludables en los espacios públicos.



# Un nuevo marco para la sostenibilidad, la habitabilidad y la salud: *las mejores prácticas globales*

- Las temperaturas globales aumentarán 2.7 C en 25 años.
- El 60% de gases de efecto invernadero se atribuyen a las ciudades.
- El número de residentes urbanos expuestos a la contaminación del aire es 2,5 veces mayor de lo recomendado.
- Enfermedades transmitidas por vectores producto de la creación de ambientes propicios y del cambio climático (especialmente dengue)
- Aumento de enfermedades gastrointestinales, respiratorias, cáncer y enfermedades cardíacas a nivel mundial.
- El tercio de muertes en China e India son atribuibles a contaminación ambiental.



## La ciudad de 15 minutos

- La habitabilidad urbana exige cohesión social y vinculación.
- La planificación basada en la proximidad
- Reducir la dependencia del automóvil
- Reducción del consumo de combustible y la contaminación.

*Las ciudades deben estructurarse de tal manera que los habitantes urbanos puedan acceder a los servicios básicos en un radio de 15 minutos a pie o en bicicleta.*

# La perspectiva de salud ambiental



*Reducir los niveles de contaminación del aire para disminuir la carga de morbilidad derivada de enfermedades crónicas.*

# Problemas ambientales que representan un riesgo para la salud: *Ciudad de Cuernavaca*

## ■ El problema

- El parque vehicular se incrementa año con año, con mayor densidad en fines de semana y “puentes”.
- El transporte público es muy denso y ausencia de diseño de rutas: el centro histórico.
- El municipio recibe emisiones de la zona industrial (CIVAC).
- Cada año se recibe concentraciones importantes de partículas provenientes de los incendios forestales.

## ■ El problema de disposición final de residuos sólidos no está resuelto

- Los residuos generalmente no se separan.

## ■ Existe un problema con las fuentes, uso y disposición del agua residual

- Las fugas de agua siguen siendo un problema.



# Propuestas de acción inmediatas y mediatas

- Mejorar y ampliar la red de monitoreo de calidad del aire (sólo hay una estación en el municipio)
- Dar seguimiento a las propuestas que integran el PROAIRE
- Mejorar el transporte público
  - Tipo de vehículos
  - Tipo de gasolina (especialmente los que usan diesel)
  - Moverse hacia transporte eléctrico
- Es necesario implementar un sistema de recolección de basura eficiente *hacia la reutilización.*
- Impulsar un programa de uso eficiente del agua incluyendo la operación de más plantas de tratamiento.
- **Un proyecto de captación de agua de lluvia**
- Contribuir a prevenir incendios forestales es una prioridad
- Es necesario impulsar y construir más espacios verdes y desarrollar un programa de arborización en el municipio
- Es necesario mejorar la planeación urbana y la distribución de uso de suelo
- Sería deseable un plan ambiental metropolitano que incluyera a los municipios vecinos (Temixco, Jiutepec, Huitzilac)



# La perspectiva de estilos de vida saludables

## *La perspectiva ambiental*

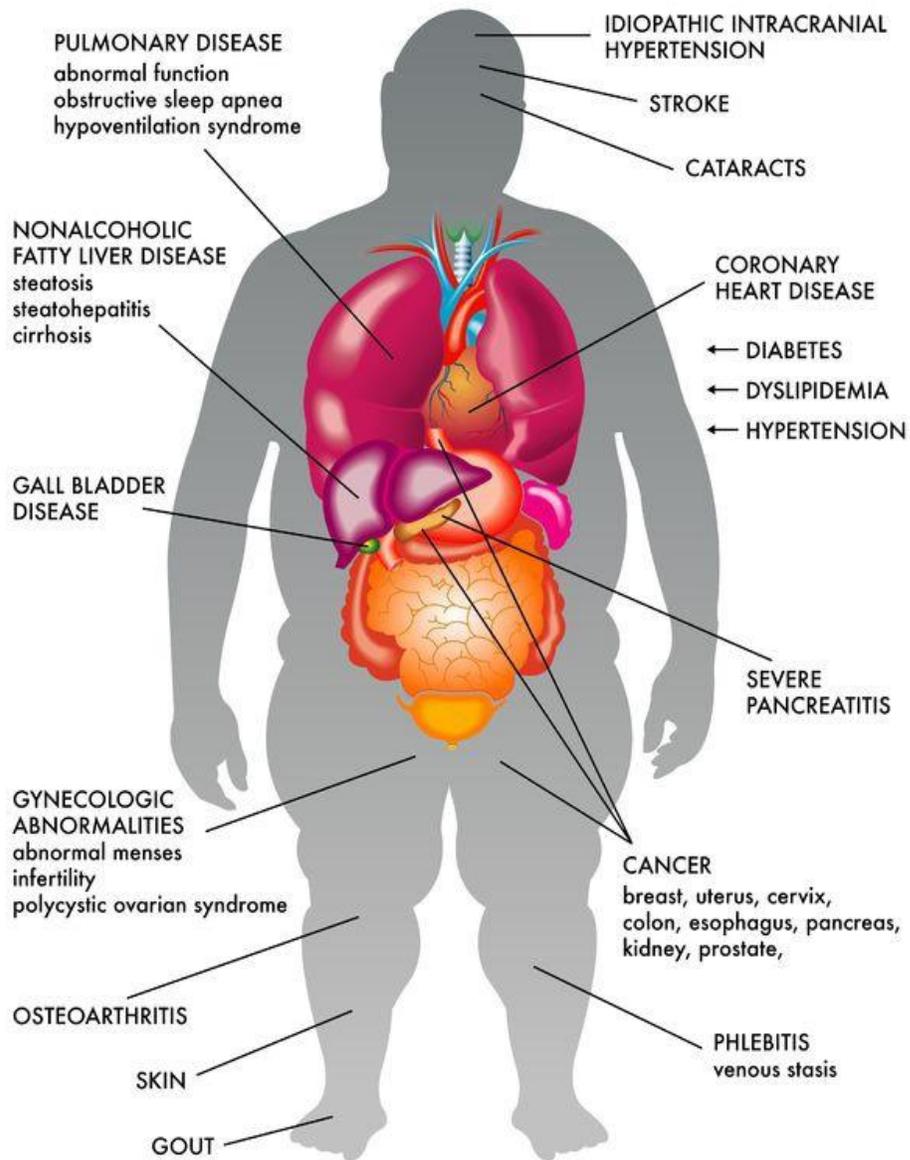


# Día Mundial de la Salud 2022:

Gravar los alimentos y bebidas altamente procesados con alto contenido en sal, azúcares y grasas no saludables.



# Obesity medical complications



#### Breast Cancer

Obesity associated with increased breast cancer risk in post-menopausal women

#### Liver Cancer, Kidney Cancer

Obese people are twice as likely to develop liver or kidney cancer

#### Endometrial Cancer

Obese women can be up to 4 times more likely to develop endometrial cancer

#### Multiple Myeloma

Obesity increases likelihood MGUS (a blood condition) will become multiple myeloma

#### Brain Cancer

Risk of developing meningioma (slow-growing brain tumor) increases by 50%

#### Thyroid Cancer

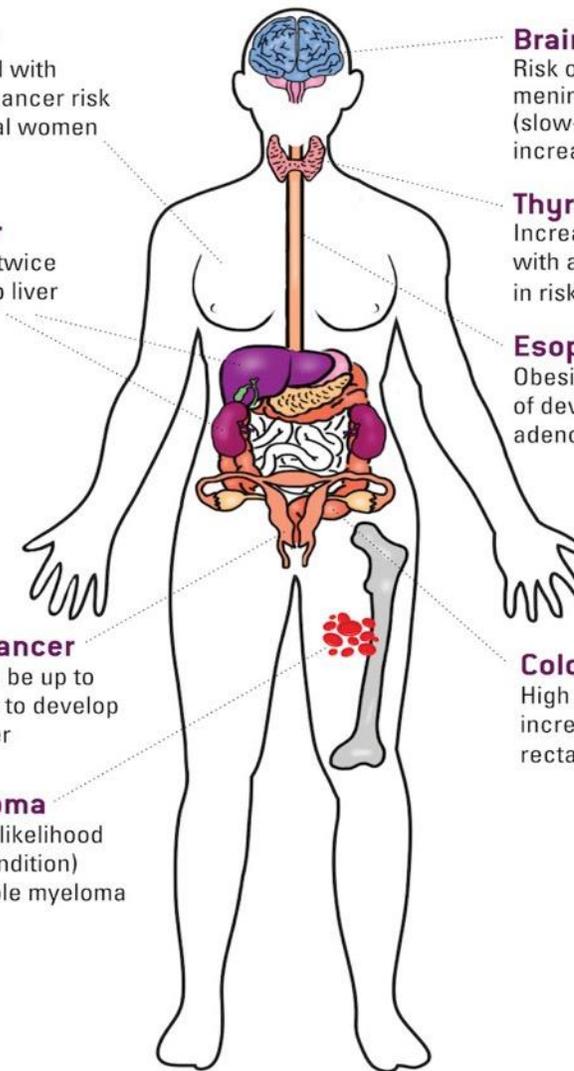
Increase in BMI is associated with a modest 10% increase in risk for thyroid cancer

#### Esophageal Cancer

Obesity doubles one's risk of developing esophageal adenocarcinoma

#### Colorectal Cancer

High BMI is associated with increased risk of colon and rectal cancers



Sources: Dana-Farber Cancer Institute, Cancer.gov, CDC.gov, AACR.gov, Obesity.org.

¿Hasta que los  
**kilos**  
nos alcancen?

#QueKilos



@QueKilos



@QueKilos



@QueKilos

**DR. SIMÓN BARQUERA, MD, MS, PhD.**  
**DIRECTOR EJECUTIVO**

**CENTRO DE INVESTIGACIÓN EN NUTRICIÓN Y SALUD,  
INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA.**

¿Hasta que los  
**kilos**  
nos alcancen?

Simón Barquera



Una introducción, desde la ciencia, sobre el aumento  
de la obesidad y la manera de enfrentar esta epidemia



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



# ¿Hasta que los kilos nos alcancen?

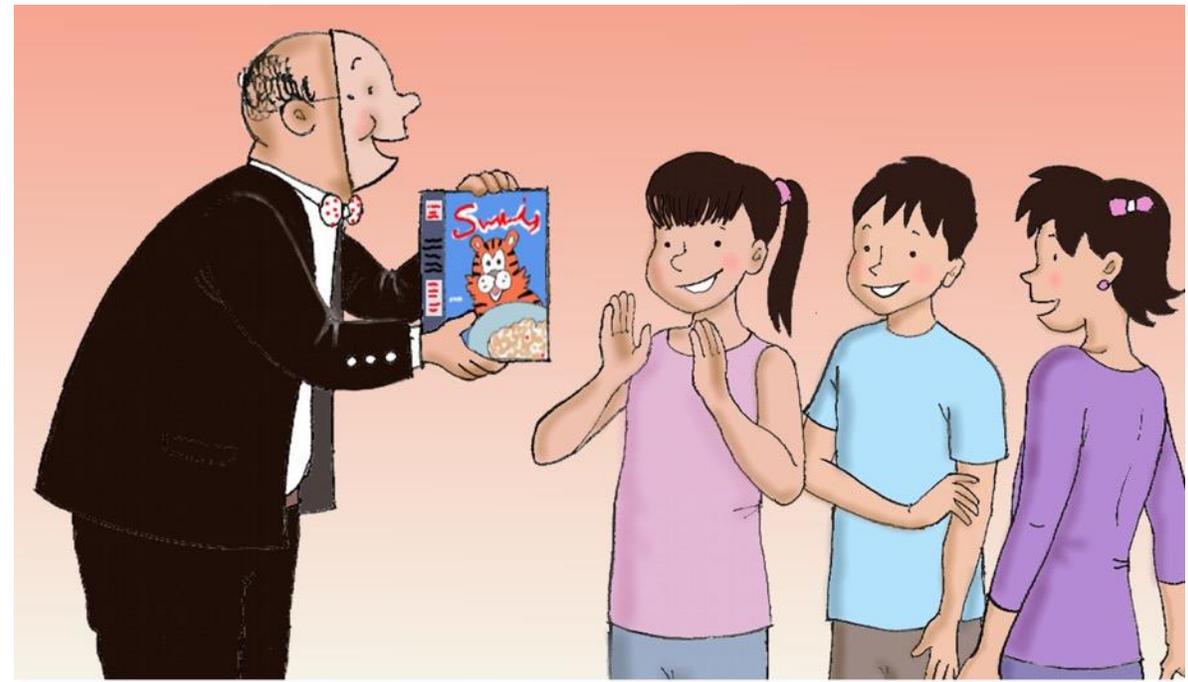
¿Hasta que los  
**kilos**  
nos alcancen?

- **Objetivo:** acercar al público joven, a entender la relación entre la obesidad y las enfermedades crónicas con la alimentación y los estilos de vida
- **Estructura:** 12 capítulos con la metáfora de un reloj que avanza rápidamente hacia las 12 horas, ilustrando que el tiempo se está acabando ante la epidemia mundial de obesidad y ECNT
  - LN. Isabel Valero
  - LN. Ximena Zárate
  - CInyS-INSP



- Revisión de posturas, artículos científicos, documentos, notas periodísticas, información de redes sociales, etc.
- Ley del impuesto a bebidas azucaradas y alimentos ultraprocesados.
- Etiquetado de alimentos y bebidas ultraprocesadas.
- Postura “*Tratar la obesidad seriamente*”.
- Políticas relacionadas con actividad física.

¿Hasta que los  
**kilos**  
nos alcancen?



- Declaración de conflicto de intereses.
- Regulación en entornos escolares y cautivos.
- Creación y reforzamiento de entornos saludables.
- Fortalecimiento a los sistemas alimentarios.
- Difusión de información científica de forma responsable a través de redes sociales.

Hasta que los  
**kilos**  
nos alcancen?





# Intervención educativa

Centro de Investigación en Nutrición y Salud  
del Instituto Nacional de Salud Pública

# Intervención educativa



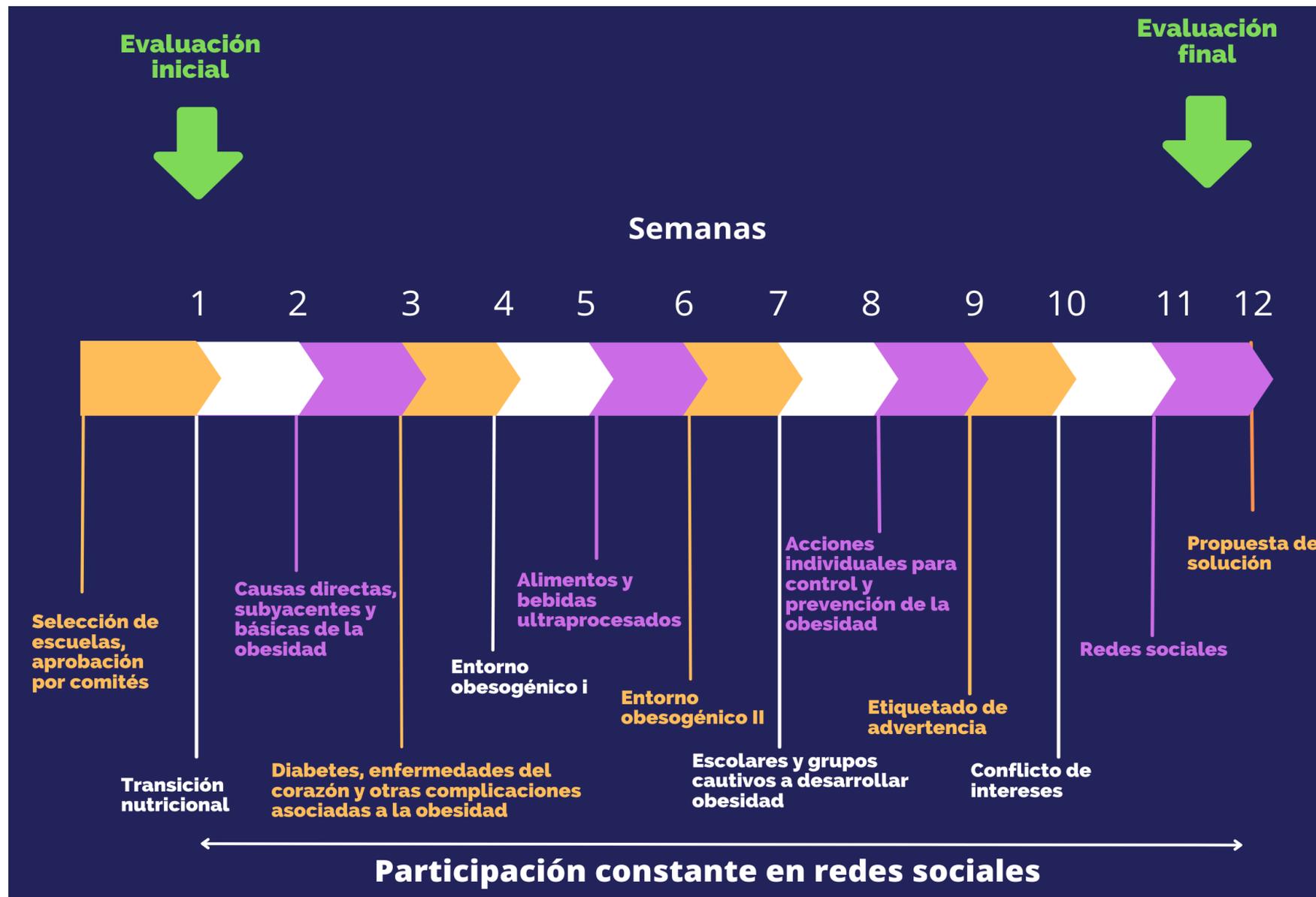
- **Objetivo:** incrementar conocimientos en materia de nutrición en estudiantes de educación básica y sus docentes a través de una intervención educativa digital basada en el libro *¿Hasta que los kilos nos alcancen?* (1000-2000 adolescentes).

- 12 sesiones virtuales en aulas de clase
- Acompañadas por docentes
- Actividades en equipos y premiación
- Material avalado por organismos de salud nacionales e internacionales
- Estrategia para más de 50 aulas de clase
- Constancia de participación para docentes



# Temas semanales

¿Hasta que los  
**kilos**  
nos alcancen?



# Actividad final

En equipos los estudiantes crean un video, meme, tiktok sobre el contenido revisado

Cada profesor/a elige al mejor de su clase

Se premian a los 20 mejores

¿Hasta que los  
**kilos**  
nos alcancen?



# El gobierno de la ciudad de México inició el retiro de saleros en los restaurantes

4 de abril de 2013



Programa  
-Sal  
+SALUD  
Bájale a la sal

EL PUNTO  
CRÍTICO  
INFORMACIÓN ÚTIL PARA LA TOMA DE DECISIONES

Información útil para la  
toma de decisiones

NACIONALES INTERNACIONALES METRÓPOLI OPINIÓN DEPORTES VIDA Y ESTILO CARICATURAS

## Inicia campaña para quitar saleros de restaurante en el DF

CIUDAD · CREATED: 04 APRIL 2013



El Gobierno del Distrito Federal (GDF) puso hoy en marcha la campaña "Menos sal, más Salud", en la que los restauranteros retirarán los saleros de las mesas como una medida para concientizar sobre los daños que ocasiona el abuso en el consumo de este condimento.

Al anunciar esta medida, el titular de la Secretaría de Salud local, Armando Ahued, explicó que la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda una ingesta de cinco gramos, pero en México se consumen hasta 11 gramos diariamente.

En este sentido exhortó a los representantes de la industria alimentaria mexicana para que sumen a la prevención de la hipertensión, a través de disminuir la sal en sus productos.

Ahued Ortega también llamó a las amas de casa para que retiren los saleros de la mesas de sus hogares, ya que -dijo- "es una mala costumbre la que hemos adoptado, incluso antes de probar los alimentos les ponemos sal".

Subrayó que esta es una medida de concientización que ya se ha hecho en otros países como Estados Unidos, Argentina e Inglaterra, pero en caso de que alguien solicite el salero en los restaurantes no se le negará.

Agregó que esta acción se reforzará a través de tomar la presión arterial en las estaciones del Sistema de Transporte Colectivo (STC) Metro y con otras campañas sobre alimentación sana y ejercitación física diaria.

# El tabaco contamina el planeta y nuestros pulmones: *crear ciudades libres de humo y aumentar impuestos al tabaco.*

**DISFRUTEMOS DEL AIRE FRESCO EN LUGARES CERRADOS SIN HUMO DE TABACO**

Los niños que respiran el humo de tabaco padecen más enfermedades respiratorias como asma, bronquitis y neumonía.

Respirar aire sin humo de tabaco nos beneficia a todos.

**PORQUE TODOS RESPIRAMOS LO MISMO**

0800 703 7033

This advertisement features a family of five (a man, a woman, and three children) sitting at a table in a restaurant, enjoying a meal. The text is in Spanish and promotes smoke-free environments. It includes a logo for 'Sin Humo' and a phone number.

Visita nuestro micrositio:

- <https://www.insp.mx/control-tabaco>
- <https://www.insp.mx/control-tabaco/sma>

O Ministério da Saúde adverte:  
EM GESTANTES, FUMAR PROVOCA PARTOS PREMATUROS E O NASCIMENTO DE CRIANÇAS COM PESO ABAIXO DO NORMAL.

0800 703 7033

This advertisement shows a premature baby in a hospital bed with medical equipment. The text is in Portuguese and warns about the risks of smoking during pregnancy. It includes a 'no smoking' symbol and a phone number.

O Ministério da Saúde adverte:  
ELE É UMA VÍTIMA DO TABACO. FUMAR CAUSA DOENÇA VASCULAR QUE PODE LEVAR A AMPUTAÇÃO.

0800 703 7033

This advertisement shows a man sitting in a wheelchair. The text is in Portuguese and states that smoking causes vascular disease that can lead to amputation. It includes a 'no smoking' symbol and a phone number.

O Ministério da Saúde adverte:  
FUMAR CAUSA CÂNCER DE BOCA E PERDA DOS DENTES.

0800 703 7033

This advertisement shows a close-up of a person's teeth, which appear to be in poor health. The text is in Portuguese and warns that smoking causes oral cancer and tooth loss. It includes a 'no smoking' symbol and a phone number.

O Ministério da Saúde adverte:  
FUMAR CAUSA CÂNCER DE LARINGE.

0800 703 7033

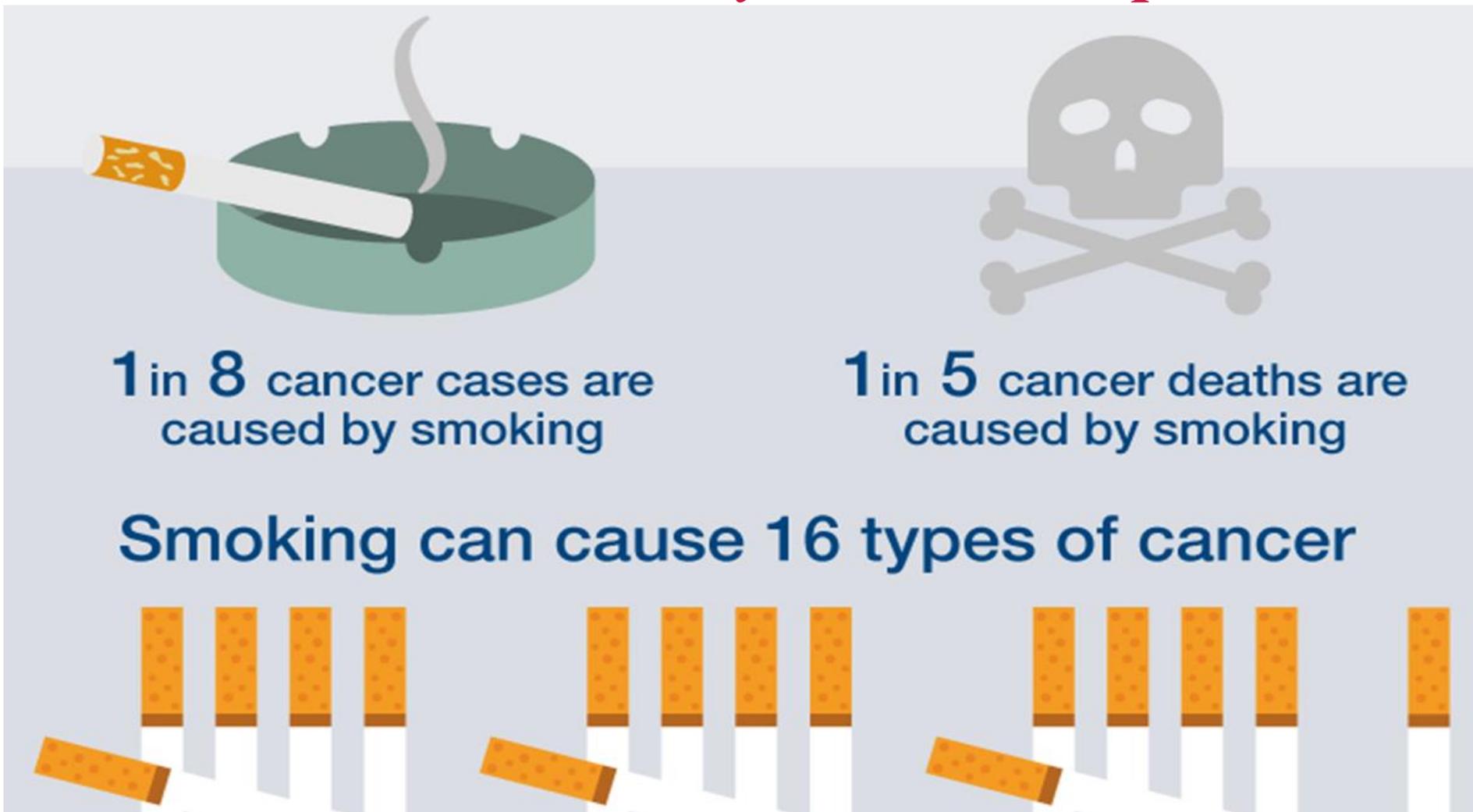
This advertisement shows a man with a tracheostomy tube in his neck. The text is in Portuguese and states that smoking causes laryngeal cancer. It includes a 'no smoking' symbol and a phone number.

O Ministério da Saúde adverte:  
FUMAR CAUSA IMPOTÊNCIA SEXUAL.

0800 703 7033

This advertisement shows a lit cigarette with smoke rising from it. The text is in Portuguese and warns that smoking causes sexual impotence. It includes a 'no smoking' symbol and a phone number.

# El tabaco contamina el planeta y nuestros pulmones: *crear ciudades libres de humo y aumentar impuestos al tabaco.*



# INSP en la Comisión Estatal contra las Adicciones de Morelos y mesa espejo del Programa “*Juntos por la Paz*” a nivel Estatal

Líneas de consumo de sustancias: Desarrollamos investigación, formación de recursos humanos y abogacía con autoridades de gobierno y la sociedad civil\*

Grupo de investigación de Salud Mental y Adicciones (SMA): Desarrollamos investigación, formación de recursos humanos y abogacía con autoridades de gobierno y la sociedad civil\*

Acciones a nivel de municipios y localidades de Cuernavaca (Talleres preventivos con niños padres, de familia y mujeres en situación de riesgo o vulnerabilidad)

Estrategias de tamizaje de salud mental y adicciones en nivel de escuelas secundarias y preparatorias.

Formación de recursos humanos (becas) para profesionales de gobiernos municipales y estatales en el tema de prevención y control de tabaco.

TOBACCO CONTROL IN MEXICO AND LATIN AMERICAN COUNTRIES COURSE-WORKSHOP 2022, 21<sup>st</sup> EDITION 15<sup>th</sup> - 19<sup>th</sup> August. Cuernavaca, Morelos, Mexico. (40 hours)

# Concurso estatal de cartel y video

## “*Conmemoración día mundial sin tabaco*”

31 de mayo 2022

Dirigido a niñ@s y adolescentes de primarias, secundarias y Prepas de los Municipios del Estado de Morelos



### Día Mundial Sin Tabaco de 2022:

«El tabaco, una amenaza para nuestro medio ambiente»

La campaña tiene por objetivo sensibilizar al gran público sobre el impacto ambiental que tiene el tabaco, desde su cultivo y producción hasta su distribución, sin olvidar los residuos que genera.

- Convocatoria del concurso el 25 de abril 2022.
- Premiación: Día Mundial sin Tabaco- 31 de mayo de 2022.

# Colaboración Ayuntamiento de Cuernavaca – Instituto Nacional de Salud Pública

- Impulsar un programa de uso eficiente del agua incluyendo la operación de al menos una planta de tratamiento.
- Asesoría en mejores prácticas de salud ambiental municipal.
- Implementación de intervenciones educativas para prevenir obesidad en adolescentes.
  - Incorporación de un programa piloto en restaurantes: **bájale a la sal**
- Implementación de ferias de la salud mental contra las adicciones.
- Realización conjunta de un evento en el día mundial contra el tabaquismo.





# Día Mundial de la Salud 2022

## Nuestro planeta, nuestra salud

Las mejores prácticas en salud municipal

Eduardo Lazcano Ponce / 8 de abril 2022