



GOBIERNO REGIONAL DE CAJAMARCA
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD
OFICINA DE COMUNICACIONES Y RELACIONES PÚBLICAS



“Año de la Promoción de la Industria Responsable y del Compromiso Climático”

Nota de Prensa N° 042 – 2014-GR.CAJ-DRSC/COMUNIC

DIRESA Cajamarca celebra la *Semana de Oro de Daños no Transmisibles*

- **Del 21 al 27 de julio en toda la región**

Bajo los lemas: “Toma Control de la Diabetes, Aliméntate y Vive Sano”, “No te quedes con los brazos cruzados controla tu presión”, “Lleva una vida saludable y gánale a la Hipertensión”, “Come alimentos ricos en calcio, camina con cuidado, gánale a la Osteoporosis disfruta de una vida sana”, del 21 al 27 de julio la DIRESA Cajamarca celebra la Semana de Oro de la Prevención de Daños no Transmisibles en todos los establecimientos de salud.

Esta iniciativa busca enfatizar acciones de prevención y control de diabetes e hipertensión arterial principalmente, para promover en la población la práctica de hábitos saludables como: **chequear tu salud 2 veces al año, realizar 30 minutos de actividad física al día, tomar agua 2 litros al día, comer frutas y verduras variadas por lo menos 3 veces por semana, controlar tu peso y reducir el consumo de grasas.**

Actualmente los daños no transmisibles como la diabetes e hipertensión arterial son la causa de enfermedades del riñón, pérdida de la visión, alto porcentaje de muertes por infarto; estos daños son a la vez una consecuencia de malos hábitos de las personas como la inactividad física, alimentación con excesos de grasas, azúcar y sal, fumar y beber alcohol, entre otros.

Durante la semana a nivel regional se realizarán, conferencias, sesiones y ferias informativas en espacios públicos y establecimientos de salud, además de la realización de exámenes de presión arterial y aplicación de ficha de tamizaje de factores de riesgo de éstas enfermedades gratuitamente.

Para prevenir las Enfermedades no Transmisibles, es importante que las personas acudan al establecimiento de salud para un chequeo, por lo menos 2 veces al año, ya que el diagnóstico precoz de las enfermedades permite disminuir considerablemente la morbilidad y mortalidad. Existen muchas enfermedades silenciosas que solo manifiestan molestias en etapas avanzadas, razón suficiente para realizar un chequeo médico



preventivo. No se debe esperar que la enfermedad se instale para recurrir a los servicios de salud.



A nivel mundial, uno de cada 10 adultos sufre diabetes y uno de cada tres padece hipertensión arterial. Las Enfermedades no Transmisibles (ENT) en el Perú están representados por el 58.5% de enfermedades con mayor incidencia, al mismo tiempo son estas enfermedades las que producen mayor discapacidad.

Se ha pronosticado que en los próximos 10 años, las muertes por ENT aumentarán en un 17%, perjudicando en su mayoría a poblaciones de bajos recursos, se informó.

Se agradece su difusión.

Cajamarca, 24 de julio 2014.

**DIRECCIÓN DE COMUNICACIÓN Y RELACIONES PÚBLICAS
DIRESA CAJAMARCA**