



### DATOS GENERALES.

Santiago Papasquiaro, municipio ubicado al noroeste del estado de Durango y el cual benefició a 2000 habitantes repartidos en 11 comunidades rurales con este proyecto.

### ANTECEDENTES.

Los últimos años la epidemia del sobrepeso y la obesidad ha sido factor el aumento de las enfermedades crónicas, siendo la población adulta mayor la más afectada.

### OBJETIVO.

Educar en estilos de vida saludables para lograr un mejor control metabólico en los que padecen enfermedades crónicas y prevenirlas en la población general.



### ACTIVIDADES.

Se formaron comités de salud en las 11 comunidades rurales, se llevaron a cabo pláticas y talleres de nutrición, de actividad física y médicas, capacitaciones a todos los asistentes en antropometría, toma de tensión arterial y glucosa capilar. Se formó un Grupo de Ayuda Mutua de pacientes con enfermedades crónicas en cada comunidad para fijarse metas de tratamiento (reducción de peso, control de tensión arterial y glucosa en ayuno)

### RECURSOS.

El proyecto se llevo a cabo por un Médico, un Nutriologo y un Activador Físico, se apoyó a cada comunidad con báscula, es t a d i m e t r o , esfigmomanómetro, glucometro y tiras reactivas.

**RESULTADOS.** Reducción de peso del 3% en promedio, un control metabólico en el 70% de los enfermos crónicos. Así como una gran aceptación del proyecto por cada comunidad. (27 palabras)

**CONCLUSIÓN:** Estos proyectos tienen un impacto directo sobre la calidad de vida de cada persona beneficiada.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

Registro mensual de metas de tratamiento en Grupos de Ayuda Mutua y encuesta de evaluación entre la población general.

Título del cartel: "Prevención y atención de las enfermedades crónicas en el adulto mayor"

Autor: Jesús Alberto Núñez De la Rosa

Eje temático: Alimentación saludable y actividad física, sobrepeso y obesidad

Cargo: Coordinador del proyecto

Municipio: Santiago Papasquiaro

Entidad Federativa: Durango Presidente Municipal: José Manuel Rivera Carrasco

