

AUMENTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA DISMINUIR LA OBESIDAD EN PACIENTES CON SINDROME METABÓLICO

La población a beneficiar en este proyecto es de 17,654 habitantes, enfocados en grupos cautivos con enfermedades crónicas degenerativas (diabetes mellitus, hipertensión arterial, dislipidemia, obesidad y sobrepeso) con un rango de 20 a 65 años de edad.



OBJETIVO

Crear estilos de vida saludables en los habitantes de cabecera municipal de Tala, fomentando la práctica de ejercicio físico, que favorezcan la prevención, y la disminución en la incidencia de Síndrome Metabólico y sus complicaciones, mediante campañas de educación para la salud a población general y a grupos cautivos, así como a los pacientes y sus familias con la creación y mantenimiento de un parque lineal para la realización de actividad física al aire libre.

RECURSOS EMPLEADOS

Se contó con la participación de médicos, enfermeras, nutriólogas, activador físico, promotor y personal voluntario.



RESULTADOS

Actualmente acuden al parque lineal alrededor de 260 pacientes con alguna de estas enfermedades, Sobrepeso: 55, Obesidad grado I: 52, Obesidad grado II: 24, Obesidad grado III: 7, Diabetes mellitus 21, Sx metabólico 82, Hipertensión arterial 13, Dislipidemia 6, teniendo un buen resultado en el control de los pacientes.

CONCLUSIONES

Dicho proyecto ha favorecido en gran parte a la población de Tala Jalisco ya que se ha incrementado la participación de la ciudadanía asistiendo diariamente a realizar actividades al aire libre, esto beneficia no solo a los pacientes con síndrome metabólico sino a toda la población, además de que previene dichas enfermedades disminuye el sedentarismo de la comunidad ya que cuentan con un espacio libre para realizar actividad física, disminuye costos en las familias porque no tienen que acudir al gimnasio.