

## ANTECEDENTES.

La **obesidad** es una **enfermedad crónica, que afecta a todos los grupos poblacionales**, es tan común como la diabetes tipo 2, la hipertensión arterial y las enfermedades cardiovasculares que han pasado a ser las primeras causas de muerte. Los factores ambientales que contribuyen al desarrollo de obesidad son múltiples, siendo los más destacados la **sobrealimentación y el sedentarismo**.

Las localidades de **San Francisco y el Rodeo** pertenecientes al **Municipio de Jilotlán de los Dolores** no están exentas de este problema ya que en una encuesta de salida se encontró que el **50% de la población** presenta este problema.



## OBJETIVOS.

### General:

✓Promover la orientación alimentaria y la actividad física en las localidades de San Francisco y el Rodeo, con el fin de disminuir la obesidad en todos los grupos de edad de esta población.

### Específicos:

- ✓Realizar diagnóstico nutricional de la población integrada al proyecto con el fin de obtener un panorama previo a la intervención.
- ✓Realizar capacitación por grupo de edad a través de talleres con metodología participativa sobre la alimentación saludable.
- ✓Promover la realización de actividad física en los diferentes grupos de la población.
- ✓Promover la creación de huertos familiares en la población.



## ACTIVIDADES.



## RECURSOS EMPLEADOS.

- Promotores Voluntarios, personal de salud, Integrantes del comité de salud, personal del DIF Municipal y Ayuntamiento Municipal.
- La inversión total fue de \$500.000.00

## CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

- El proyecto conto con indicadores internos de evaluación y una evaluación externa.

## RESULTADOS.

- Impacto en la salud de los participantes en todas las edades, por medio de las acciones ejecutadas a través del proyecto.

## CONCLUSIÓN.

Se comprobó una vez mas , que el método mas efectivo para el desarrollo de habilidades y cambio de hábitos es involucrar a los ciudadanos en el aprendizaje a través de experiencias activas y participativas.