

# I Convención Estrategia NAOS

Madrid 27-28 marzo 2007

A stylized, high-contrast illustration in shades of green, orange, and white. It depicts several figures engaged in physical activity: a woman in a red dress performing a dance or exercise move, a person in a white shirt and dark pants jumping rope, and a young boy in a white tank top and shorts running. In the foreground, there is a cluster of fresh fruit, including whole oranges and two sliced peaches. The background is filled with large, stylized green leaves and abstract shapes, creating a vibrant and healthy atmosphere.

# PASEA

Ramón Medina González-Redondo

PROGRAMA GALEGO  
DE ACTIVIDADES SAUDABLES,  
EXERCICIO E ALIMENTACIÓN



¿ De que enfermamos, sufrimos  
y morimos ?

¿ Que factores intervienen en el  
proceso ?



- ¿ Está suficientemente informada la población ?
- ¿ Están realmente convencidos de que lo que decimos es cierto ?
- ¿ Tienen asumida la necesidad de cambiar ?
- ¿ Están preparados para actuar, para cambiar su estilo de vida ?



# ¿Como podemos contribuir a cambiar estilos de vida?

*“Ayudando a poner a disposición de los individuos y la comunidad instrumento que les permita ser agentes activos en la promoción y protección de su propia salud”*



# *PASEA*

## **Estrategia NAOS en Galicia** **Otras de estilos de vida saludables**

- **Alimentación y nutrición**
  - Dieta atlántica
  - Lactancia materna – déficit de yodo
- **Ejercicio físico**
- **Tabaco**
- **Otras (alcohol, sexualidad, ....)**



# *PASEA*

## *Ámbitos de actuación*

- **Familiar**
- **Escolar**
- **Municipal**
- **Sanitario**
- **Industrial y comercial**
- Laboral
- Medios de comunicación
- Ocio
- Servicios sociales



## ESTRATÉGIAS

Investigación y vigilancia

Participativa

Informativa / comunicación

Educativa/formativa

Legislativa

Asistencial (SERGAS)

### Estilos de vida

Alimentación  
Inadecuada

Sedentarismo

Tabaquismo

.....

E. Cardiovasculares

Cáncer

EPOC

Diabetes



## Investigación y vigilancia

Encuesta sobre hábitos alimentarios

SICRI (Sistema de información sobre conductas de riesgo)

Auditoría de H<sup>a</sup> clínicas, Ianus, CMBD, registro de mortalidad





## Informativa y de comunicación

1. Documento técnico del programa PASEA
2. Página web ...,
3. Participación en eventos para relanzamiento PASEA
4. Campaña informativa para los ayuntamientos
5. Proyecto "E por qué?" (Programa de TV)
6. Edición anual carpetas salud infantil / Folletos lactancia / Consumo yodo
7. Revista "saudiña"



## Educativa/formativa

1. Plan Valora (salud, m.ambiente, consumo, vial, paz-igualdad)
2. Campaña "Ummm peixe" (promoción consumo pescado)
3. Desayunos saludables
4. Recreos movidiños
5. Proyecto Perseo (AESAN)
6. Asesoría a comedores escolares y de restauración colectiva
7. Formación de personal sanitario, docentes, agentes de salud, madres, padres y cuidadores.



## Participativa

1. Comisión técnica asesora
2. Grupos de expertos (Dieta atlántica, LM, déficit de yodo)
3. Convenio USC (Asesoría Programa y Servicio asesoría sobre dietas)
4. Convenio INEF (Asesoría Programa y S. asesoría sobre ejercicio físico)
5. Conv. C. de Educación (P. Perseo / Valora / Comedores escolares)
6. Conv. C. de Pesca de promoción consumo pescado
7. Plataforma de patrocinadores y esponsors (Carpa de la Salud)
8. Red de centros promotores de vida saludable
9. Cofinanciación de programas con municipios **ACTIVA**



## Legislativa

1. Seguimiento de acuerdos auto-regulación con industria alimentaria en Galicia. Facilitar posibles nuevos acuerdos
2. Decreto de Comedores Escolares con medidas de protección y promoción de la salud, higiene alimentaria y consumo de dietas equilibradas y saludables
3. Máquinas expendedoras en ámbito escolar



## Asistencial (SERGAS)

1. Coordinación con el SERGAS
2. Guías y protocolos:
  - Obesidad
  - Alimentación y actividad física saludable
  - Embarazo, lactancia y suplementos de yodo
  - Guía de salud infantil
3. Formación