

'Sedentarismo y obesidad: la epidemia del siglo XXI', tema central de las III Jornadas de Salud



Escrito por CAD

viernes, 01 de abril de 2011



- La sede de la UNED reunirá el jueves de la próxima semana, 7 de abril, a diferentes médicos y profesores especialistas en la materia

- Los interesados en asistir tienen de plazo para apuntarse hasta el miércoles

La Consejería de Sanidad y Consumo, mediante el Grupo de Trabajo de Obesidad del Plan de Salud, ha organizado la tercera edición de las Jornadas de Salud, dedicadas este año a la relación entre 'Sedentarismo y obesidad: la epidemia del siglo XXI'. Se desarrollarán el jueves de la próxima semana, 7 de abril, en la sede de la UNED y en ellas se darán cita médicos y profesores especialistas en la materia, según ha adelantado el Ejecutivo local a través de un comunicado de prensa.

El programa de ponencias incluye la presentación de los resultados del estudio de la prevalencia de la obesidad infantil en Ceuta, que expondrá José M^a Sánchez Romero, jefe de servicio de Prevención y Promoción de la Salud de la Consejería y médico especialista en medicina preventiva y salud pública.

'Un comprimido de actividad física durante toda la vida: Reflexiones y sugerencias' es el título de la charla que pronunciará Miguel Jiménez Martín, licenciado y doctor en educación física y profesor de bases biológicas y fisiológicas del movimiento en la Facultad de Educación y Humanidades.

Isaac José Pérez López, también licenciado y doctor en Educación Física, además de profesor del departamento de educación física y deportiva de la Universidad de Granada, hablará de la promoción de hábitos saludables desde el ámbito educativo.

La última intervención será la de José Antonio Moreno Vázquez, vicedecano de Ordenación Académica y Planes de Estudio de la Facultad de Ciencias de la Salud y coronel médico director del Hospital Militar, y disertará sobre invertir en salud haciendo ejercicio físico.

Los interesados en asistir tienen de plazo para apuntarse hasta el miércoles de la semana que viene, día 6 de abril. Deben inscribirse por correo electrónico haciendo constar nombre y apellidos, DNI., domicilio, teléfono, profesión y centro de trabajo en cualquiera de estas direcciones: yvaca@ceuta.es, utbc@ceuta.es o mjandreu@ceuta.es. La Universidad de Granada concede un crédito por la asistencia. Para más información, pueden consultar www.ceuta.es/sanidad.

Plan de Salud y obesidad

El Plan de Salud 2008-2011 de la Consejería de Sanidad y Consumo presenta entre sus principales objetivos disminuir la prevalencia del sobrepeso y la obesidad de su población infantil y adulta. De ahí la puesta en marcha de un programa sanitario que la Ciudad coordina junto con el INGESA y las facultades de Ciencias de la Salud y Educación y Humanidades.

Como en el resto del país, la obesidad y el sobrepeso asociado al sedentarismo constituyen en Ceuta un problema de primer orden en salud pública sobre el que es necesario actuar con urgencia puesto que, lejos de disminuir, crece.

Para combatirlo, es necesario diseñar estrategias de actuación que permitan la detección de individuos en riesgo para efectuar un diagnóstico temprano y abordar el problema de manera integral.

Datos

Según la Organización Mundial de la Salud, más de 1.000 millones de adultos en el mundo tienen sobrepeso y de ellos, 300 millones son obesos. Estos datos explican por qué se conoce este problema como la epidemia del siglo XXI.

La situación es "preocupante" ya que el exceso de peso está asociado con enfermedades crónicas cardiovasculares, con la

hipertensión, la diabetes y con ciertos tipos de cáncer. El 15% de los adolescentes españoles son obesos, lo que convierte a España en el país de Europa con mayor prevalencia. El sedentarismo y los malos hábitos alimenticios son las principales causas.

Hacer ejercicio habitualmente reduce la presión sanguínea, los niveles de colesterol y triglicéridos y ayuda a controlar la ansiedad y los efectos del estrés. Asimismo, contribuye a controlar la diabetes y el exceso de peso. Por tanto, una persona sedentaria tiene más riesgo de desarrollar obesidad, aterosclerosis, hipertensión y enfermedades respiratorias.

Según algunos estudios, en los países más desarrollados entre el 60% y el 85% de los adultos no practican suficiente ejercicio. Otra consecuencia de la confluencia de sedentarismo y exceso de grasa corporal es la aparición del llamado Síndrome Metabólico. Por ello, debemos aunar esfuerzos para mejorar los hábitos de vida saludables de nuestra sociedad.

Agregar esto a



Sea el primero en comentar el artículo

Escribir Comentario

- Por favor, mantenga el tópico de los mensajes en relevancia con el tema del artículo.
- Lenguaje inapropiado será borrado.
- Por favor, no use los comentarios para promocionar su sitio, ese tipo de mensajes serán removidos.
- Asegúrese de *Recargar* la página para mostrar un nuevo código de seguridad antes de clicar 'Enviar', en caso de haber ingresado un código incorrecto.
- Ediciones Ceitil, SL no se responsabiliza de los comentarios publicados por los lectores.
- Las IP de todos los mensajes son guardados ante la posibilidad de cualquier requerimiento judicial.

Nombre:

Comentario:

Código:*

68144

Enviar

Powered by AkoComment Tweaked [Special Edition](#) v.1.4.6
AkoComment © Copyright 2004 by Arthur Konze - www.mamboportal.com
All right reserved

[Cerrar ventana](#)