



Bienestar y Salud

La Semana del Bienestar inicia del 16 al 20 de Septiembre, bajo el lema **“Elige salud. Come bien. ¡Muévete!”**. Con el objetivo de promover estilos de vida más saludables.

Esta se organiza en muchos lugares de América con la finalidad de movilizar a múltiples actores sociales, tales como: las autoridades locales, el sector privado, organizaciones de la sociedad civil y población en general, a fin de crear conciencia sobre el peligro de las enfermedades no transmisibles y estimular a que todos/as entendamos que tenemos un papel que desempeñar.

La Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS), promueve esta semana como una instancia para recalcar la necesidad de hacer mejoras en los ambientes donde las personas:

crecen, juegan, aprenden, trabajan y viven, a fin de que adopten opciones saludables de manera sencilla.

El Ministerio de Salud Pública les invita a sumarse a las actividades que propicien el bienestar de nuestra familia y comunidad para alcanzar un nivel de vida sano que permita prevenir enfermedades cardiovasculares, hipertensión, diabetes, obesidad, cáncer y enfermedades respiratorias crónicas, entre otras.

Desarrollar prácticas de hábitos saludables como realizar ejercicio físico, comer diariamente frutas y verduras, tomar abundante agua, reducir el consumo de golosinas, disminuir la ingesta de grasas, entre otros.

Agenda

lunes 16 – domingo 22

Reunión Técnica con el equipo técnico del Programa Nacional de Zoonosis (Antirrábico) para validación técnica: Cartel de Rabia.

Participación en la conferencia sobre muertes por accidentes de tránsito, Informe regional de las Américas, Seguridad Aviar y responsabilidades.

Coordinación taller de Estrategia de Comunicación de Riesgo.

Reunión Técnica para la Elaboración del Rotafolio del Banco de Sangre.

Reunión en el Viceministerio de Salud Colectiva.

FRASE DE LA SEMANA

“La salud es la unidad que da valor a todos los ceros de la vida.”

Bernard Le Bouvier Fontenelle