

San Juan de Pasto, 15 de mayo de 2017

CIRCULAR EXTERNA N° 014

PARA: EMPRESAS ADMINISTRADORAS DE PLANES DE BENEFICIOS (EAPB), INSTITUCIONES PRESTADORAS DE SERVICIOS DE SALUD (IPS), INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR.

Asunto Día Mundial de Lucha Contra la Hipertensión Arterial
*Lema: Día Mundial de Lucha Contra la Hipertensión Arterial
2017: "Conozca sus cifras de presión arterial"*

Día Mundial de Lucha Contra el Consumo de Tabaco.
Lema: Día Mundial Sin Tabaco 2017: "El tabaco, una amenaza para el desarrollo"

La administración Municipal se ha vinculado este año a la conmemoración de la lucha contra la hipertensión arterial y el día Mundial de lucha contra el consumo de tabaco, con el fin reducir las enfermedades cardiovasculares, los factores de riesgo para la salud asociados con el tabaquismo y abogar por políticas eficaces para reducir el consumo de tabaco.

En el grupo de las enfermedades cardiovasculares, la hipertensión arterial es el principal factor de riesgo de muerte y enfermedad en todo el mundo, en particular, es causa de infartos de miocardio, accidentes cerebrovasculares, insuficiencia renal, ceguera, vasculopatía periférica e insuficiencia cardíaca. Este riesgo se ve incrementado si la enfermedad coexiste con otras, en especial con la diabetes.

Según la OMS se estima que 10,3 millones de muertes en el mundo, en 2013, fueron consecuencia directa de la hipertensión. Son más de 170 millones de años de vida perdidos en el año 2013 debido a hipertensión arterial⁴. Es la 1ª causa de enfermedad en los países desarrollados; la 2ª causa de enfermedad, después del tabaquismo, en los países en desarrollo; la 1ª causa de ataque cerebrovascular e insuficiencia cardíaca; y la 2ª causa de síndrome coronario agudo. Cuatro de cada diez adultos en el mundo padece hipertensión arterial. Esta proporción aumenta con la edad: mientras en el grupo etáreo de 20 a 40 años se puede hallar hipertensión arterial en el 10% de ellos, de los 50 a 60 años esta proporción se incrementa al 50%. Una de cada 5 personas tiene prehipertensión.

Nuestro Municipio no está exento de esta problemática, teniendo en cuenta el último boletín emitido por el observatorio de enfermedades crónicas la hipertensión arterial ocupó la mayor carga de enfermedad en el Municipio de Pasto, y dentro de las enfermedades cardiovasculares es la primera causa de mortalidad. La tasa de mortalidad con causa básica de enfermedades hipertensivas fue mayor en mujeres frente a los hombres.

Así mismo el consumo de tabaco mata cada año a casi 6 millones de personas, una cifra que, según las previsiones, aumentará hasta más de 8 millones de fallecimientos anuales en 2030 si no se intensifican las medidas para contrarrestarlo. El tabaquismo es perjudicial para cualquier persona, con independencia de su sexo, su edad, su raza, su cultura y su educación. Causa sufrimiento, enfermedades y fallecimientos, empobrece a las familias y debilita las economías nacionales.

Para este año el Ministerio de Salud, invitan al desarrollo de campañas de sensibilización con el objetivo de informar, comunicar y educar a la población sobre la importancia de la prevención de enfermedades cardiovasculares, hábitos de vida saludable y promoción de políticas que favorezcan la reducción del consumo de tabaco.

En el marco del día de la hipertensión las EAPB a través de sus IPS tendrán que Realizar tamizajes a la población sana mayor de 18 años, teniendo en cuenta la meta alcanzada en el año anterior (se adjunta informe de tamizajes 2016), acompañadas de jornadas de sensibilización que abarquen los siguientes temas: dieta saludable baja en grasas, en sal y en azúcares, actividad física y reducción de la ingesta de alcohol y consumo de productos derivados del tabaco.

Para la lucha contra el consumo de tabaco se deben realizar jornadas de sensibilización con la población afiliada y trabajadores de la entidad, sobre políticas que reduzcan el consumo de tabaco, los efectos nocivos y la estrategia espacios libres de humo.

Por lo anterior se recomiendan el desarrollo de las jornadas de la siguiente manera:

- Reducción de sal, no tabaco y estilos de vida saludable (a partir del 18 de mayo hasta el 31 de mayo).
- Control de la Hipertensión, las Enfermedades Cardiovasculares, la Enfermedad Renal Crónica y la Diabetes (29 y/o 30 de mayo resaltando el control de la HTA)
- Día Mundial de la lucha contra el consumo de Tabaco (31 de mayo haciendo énfasis en los efectos nocivos de su consumo y su contribución como factor de riesgo cardiovascular y aporte en la mortalidad mundial por ENT).

Por lo anterior la Secretaria de Salud de Pasto invita a:

1. EMPRESAS ADMINISTRADORAS DE PLANES DE BENEFICIOS (EAPB): Organizar jornadas de sensibilización en hipertensión arterial (Realizar tamizajes para a identificación oportuna de personas con riesgo de hipertensión arterial), fortalecer la promoción de hábitos de vida saludable (realizar jornadas de actividad física) y fortalecer las acciones que ayuden a reducir el consumo de tabaco.
2. INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR: Organizar jornadas de sensibilización en hipertensión arterial (Realizar tamizajes para a identificación oportuna de comunidad estudiantil con riesgo de hipertensión arterial), fortalecer la promoción de hábitos de vida saludable (realizar jornadas de actividad física) y fortalecer las acciones que ayuden a reducir el consumo de tabaco dando cumplimiento al plan de acción propuesto para este año a través de la estrategia de espacios libres de humo.
3. COMUNIDAD EN GENERAL: Mantener y respetar espacios libres de humo de tabaco, Realizar actividad física de manera periódica, Consumir una dieta abundante de frutas y verduras frescas, disminuir gradualmente la ingesta de sal, cuando realice las compras, verificar la información nutricional de las etiquetas,

para encontrar las opciones más bajas en sodio; exigir en el restaurante favorito, opciones de alimentos preparados bajos en sodio, evitar el uso de saleros en la mesa, hacer uso de sazónadores y especias naturales alternativas y disminuir la ingesta de sodio, desde las etapas tempranas de la vida.

Atentamente,



DIANA PAOLA ROSERO ZAMBRANO
Secretaria de Salud

Proyecto: Ángela María Córdoba Cerón - Enfermera Dimensión Vida saludable y condiciones no transmisibles

Revisó: Susana Montufar Blanco – Coordinadora de la Dimensión Vida saludable y condiciones no transmisibles 

**PROGRAMACIÓN DÍA MUNDIAL DE LUCHA CONTRA LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL 17 MAYO Y
DÍA MUNDIAL SIN HUMO DE TABACO 31 DE MAYO**

MUNICIPIO: Pasto

RESPONSABLE DE ELABORACIÓN: Dimensión Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles

| OBJETIVO | META | INDICADORES | ESTRATEGIAS | ACTIVIDAD | FECHA | RECURSOS | RESPONSABLES |
|--|-----------------------------------|----------------------|--|--|------------------------|---|---|
| Articular acciones para planeación con los integrantes de HEVS | Programación de actividades | Reuniones realizadas | Reuniones de coordinación | <ul style="list-style-type: none"> Desarrollo de la reunión Organización de la propuesta para presentación a los actores sociales del Municipio. | 16 de mayo | <ul style="list-style-type: none"> Talento humano Lista de asistencia | <ul style="list-style-type: none"> Funcionarios dimensión VS-CNT y Pasto Deporte |
| Emitir circular desde la Secretaría de salud con lineamientos dirigidos a EAPB, IPS e Instituciones Universitarias | Entrega y difusión de la circular | Circular entregada | Entrega de circular a sus dependencias | Difusión de la circular por los diferentes medios | Durante el mes de mayo | <ul style="list-style-type: none"> Papelería Talento humano | <ul style="list-style-type: none"> Secretaría de salud Dimensión Vida Saludable – Condiciones No Transmisibles |

