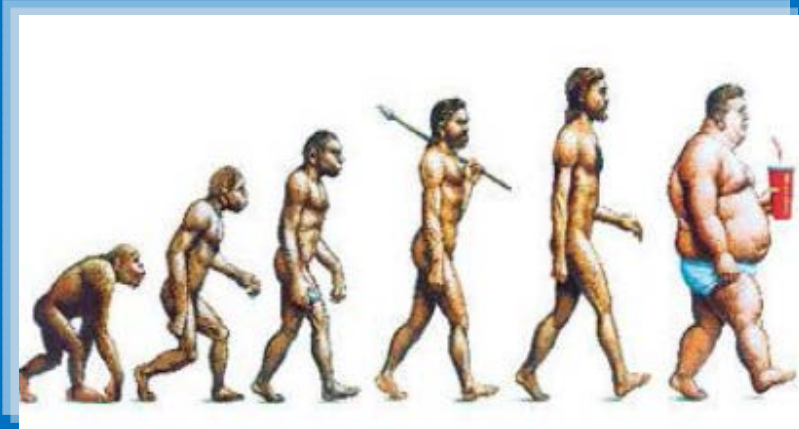
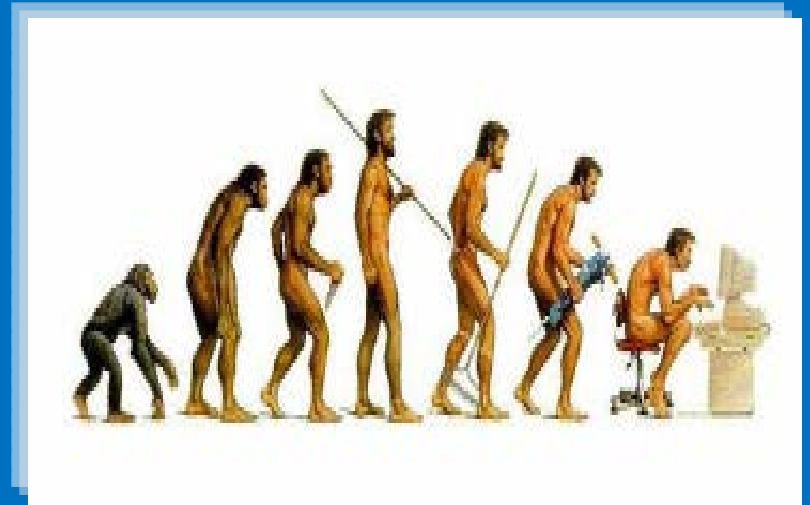


La interacción de este genoma antiguo “**ahorrador**” con un ambiente donde **abundan** los alimentos calóricos y .....



...**prevalece** un sedentarismo extremo



.....lleva rápidamente a la **Obesidad** y a la **Sarcopenia** y como consecuencia a una disrupción homeostática en nuestro sistema biológico que se traduce en un fenotipo “**enfermo**” conocido como **Síndrome metabólico**.

# SÍNDROME METABÓLICO



- + **Diabetes Tipo 2 ó Tolerancia a la Glucosa disminuida.**
- + **Obesidad**
- + **Dislipidemia**
- + **Hipertensión Arterial**

**EL CUARTETO MORTAL**

*DeFronzo, Ferrannini. Diabetes Care 1991; 14 (3): 173-94*

# **PROMOCIÓN DE VIDA SALUDABLE Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICAS**

**Se debe Abordar;**

**Factores de riesgo como:**

- Nutrición y Actividad Física**
- Daños de el Alcohol**
- Tabaco**
- Medio ambiente y seguridad alimentaria**
- Inequidades en salud**
- Salud mental**
- Prevención de lesiones**

# **PROMOCIÓN DE VIDA SALUDABLE Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICAS**

- El esfuerzo mayor esta en el aspecto preventivo y especialmente en los factores dietéticos y en el incremento de la actividad física.
- El estado, las organizaciones no gubernamentales y la sociedad desde el interior deben intervenir haciendo usos de las normas existentes en defensa del consumidor para ser intermediarios entre la oferta publicitaria alimentaria y la necesidad de proteger y educar a la población respecto a los alimentos cuyo consumo excesivo puede generar enfermedades crónicas.

# **PROMOCIÓN DE VIDA SALUDABLE Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICAS**

## **ACTIVIDAD FÍSICA**

**Estudio realizado en España en el 2006, estimo que por cada Euro invertido en forma exclusiva en promoción deportiva se produce un ahorro aproximado de 50 euros en gastos de salud acumulados en 15 años.**

# **PROMOCIÓN DE VIDA SALUDABLE Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICAS**

## **ALIMENTACIÓN SALUDABLE**

**La alimentación poco saludable junto con la falta de actividad física, son causa de la aparición de enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y determinados tipos de cáncer que contribuyen sustancialmente a la carga mundial de mortalidad y discapacidad.**

**“Declaración de Viena sobre nutrición y enfermedades no transmisibles en el contexto de salud 2020”**

# **PROMOCIÓN DE VIDA SALUDABLE Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICAS**

Reunión cumbre de la asamblea general de la organización de las Naciones Unidas (ONU) del 2011 sobre la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles:

- Las enfermedades crónicas constituyen un importante obstáculo para el desarrollo socio económico, favorecen la pobreza y representan una amenaza para el logro de los **“Objetivos del Milenio”**.
- Se estableció el objetivo global **“25 para el 25”**; es decir reducir un **25%** la mortalidad preventiva asociada a las enfermedades no transmisibles para el año **2025**.

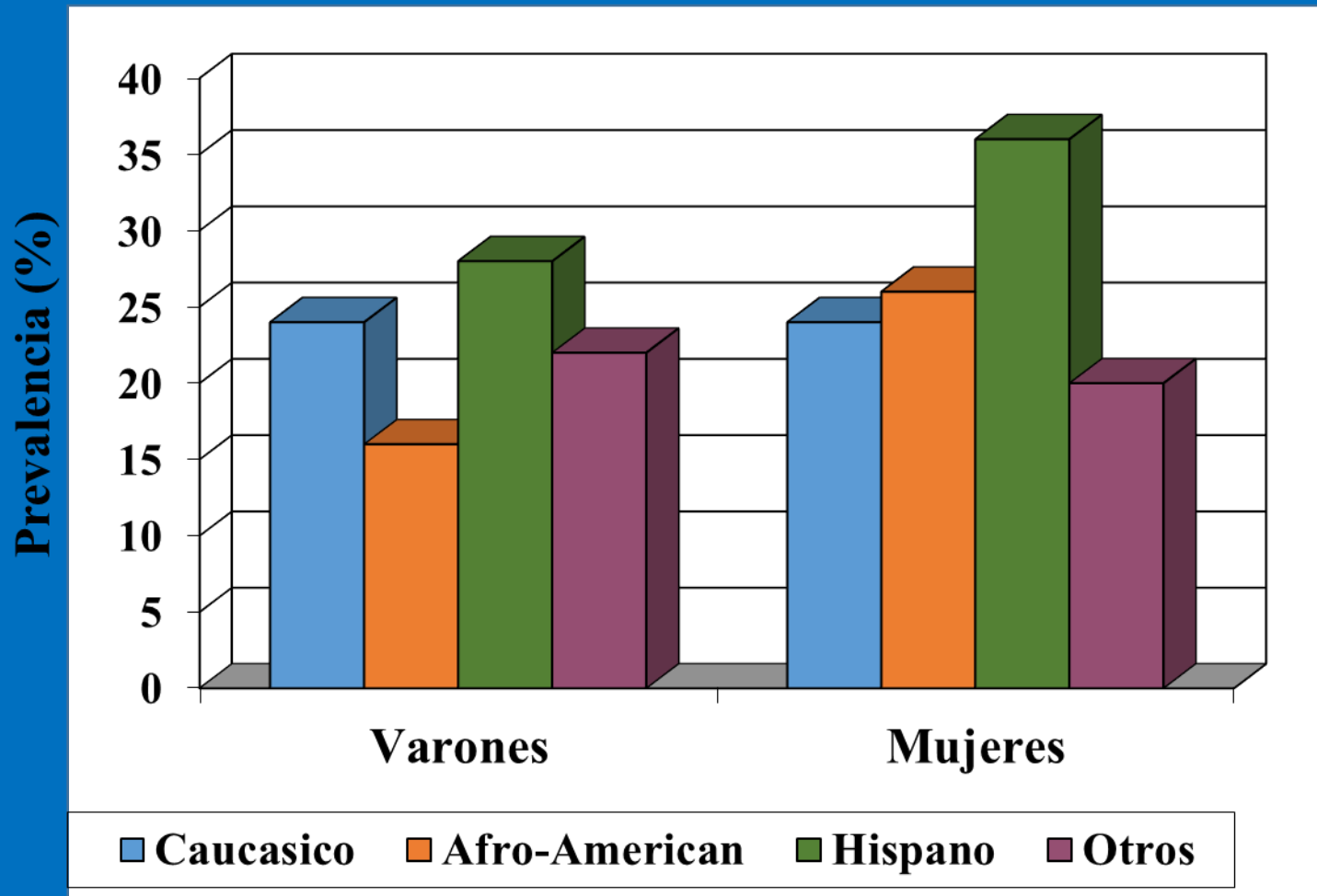
# **PROMOCIÓN DE VIDA SALUDABLE Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICAS**

**Promover un envejecimiento saludable y activo;**

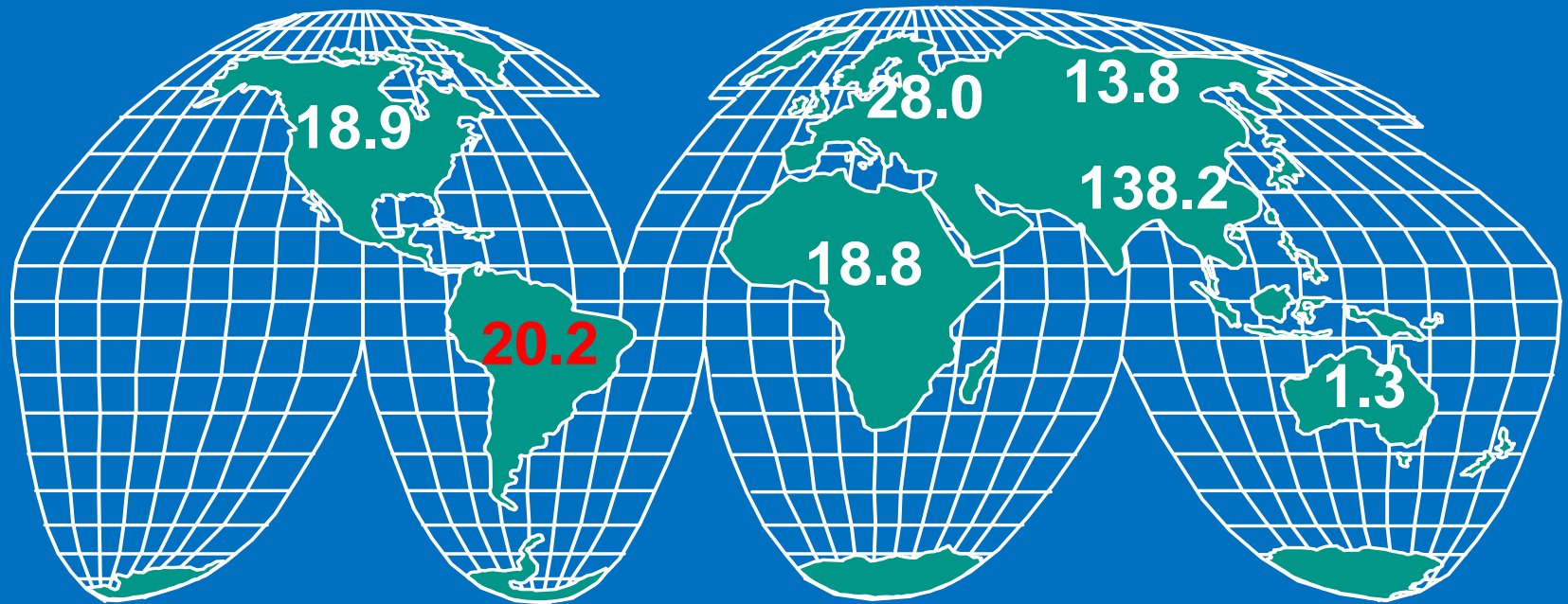
- La buena salud añade vida a los años**
- En la declaración de Río del 2013: El desarrollo de una cultura del cuidado de la salud en respuesta a la revolución de la longevidad.**
- Promoción de la actividad física**
- Precaución de caídas**
- Prevención del aislamiento social y maltrato**



# PREVALENCIA SIND. METAB. - RAZA



# PREVALENCIA DIABETES MELLITUS

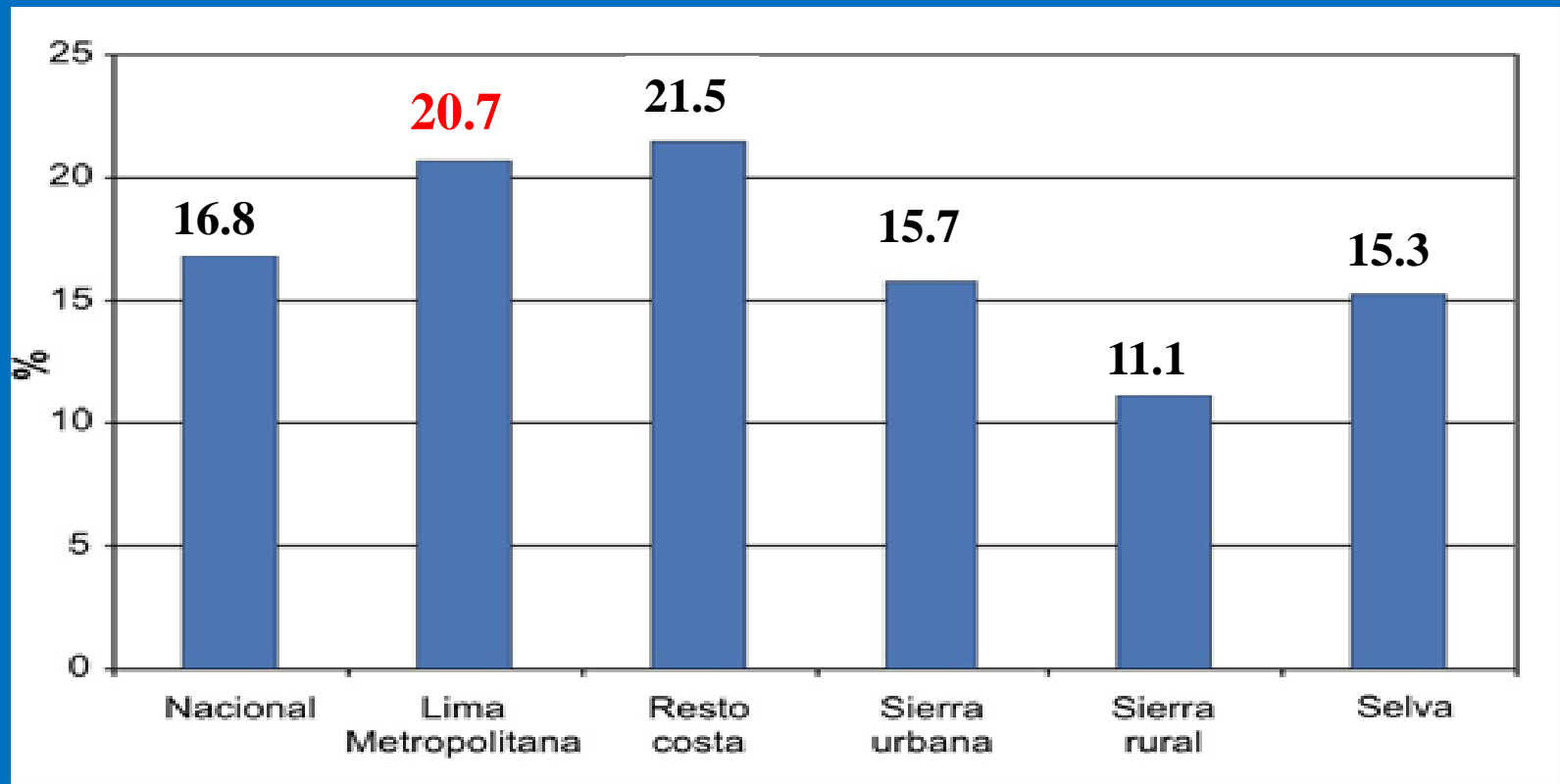


Prevalencia de Diabetes en el 2010 (000's)

Instituto Internacional de Diabetes

# EL SÍNDROME METABÓLICO EN ADULTOS EN EL PERU

Prevalencia de síndrome metabólico, en diversas regiones según criterios ATP III



Pajuelo, J. y col. An Fac Med Lima (2007); 68(1)

# PREVALENCIA de S.M. en PERÚ

**16.8%**

**Hombres: 7.2%**

**Mujeres: 26.4**

**2006 (1)**

**25.8%**

**Hombres: 16.6 %**

**Mujeres: 34.3%**

**2009 (2)**

**LIMA**

**14.9%      20%**

**2005      2008**

**LAMBAYEQUE**

**28 %**

**2005**

**TRUJILLO**

**16.1%**

**2009**

1. Pajuelo J. y col. An Fac Med. Lima 2007
2. Cárdenas Q.H. y col. Rev. Esp. Salud Pública 2009
3. Seclén 2005.
4. Est. CAMELA.
5. Soto V. Rev. Per. Sal. Pública
6. Glarreta C. y col. Act. Med. Per. 2009

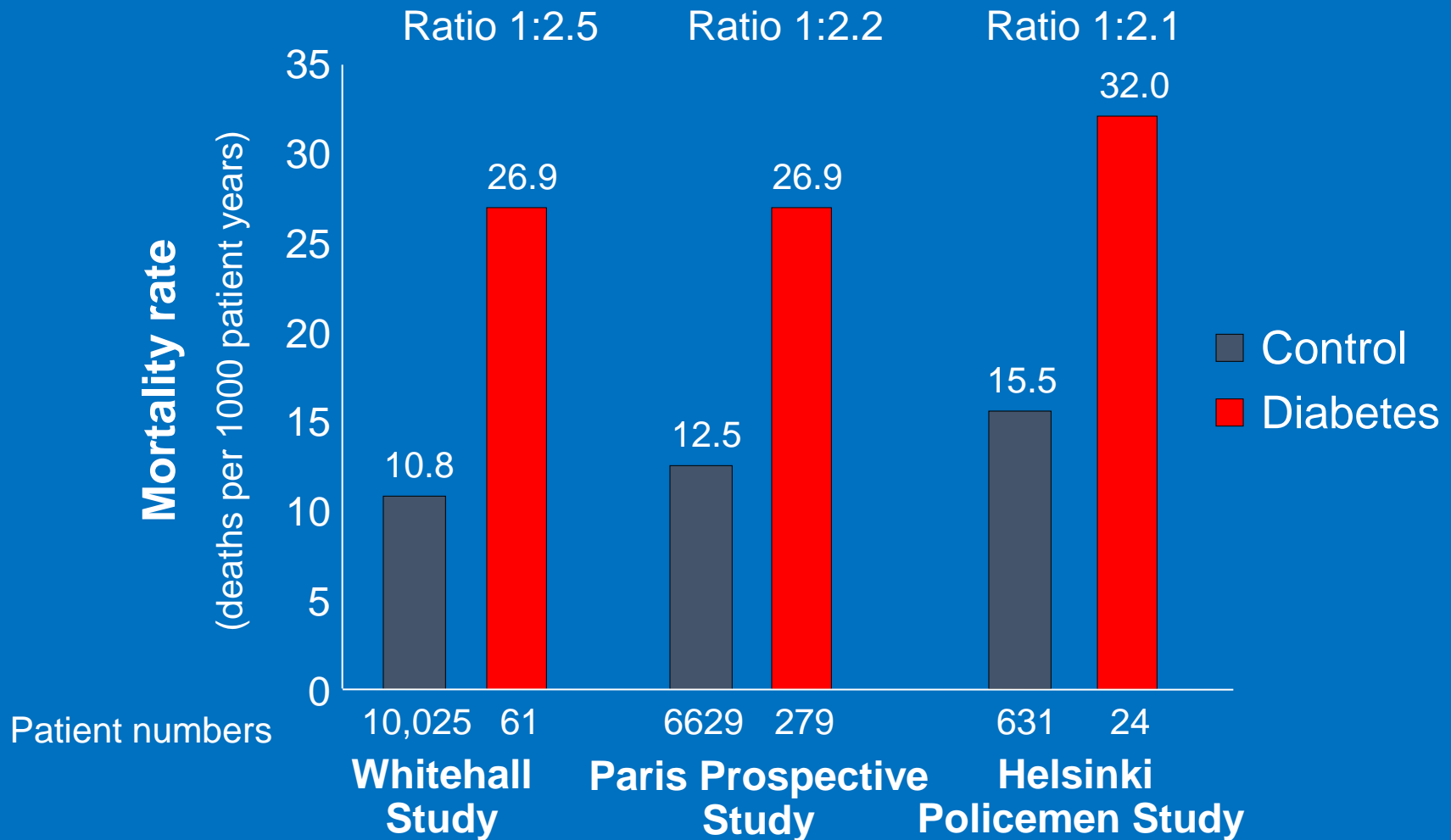
# MORBI-MORTALIDAD DIABETES

- DIABETES MELLITUS :

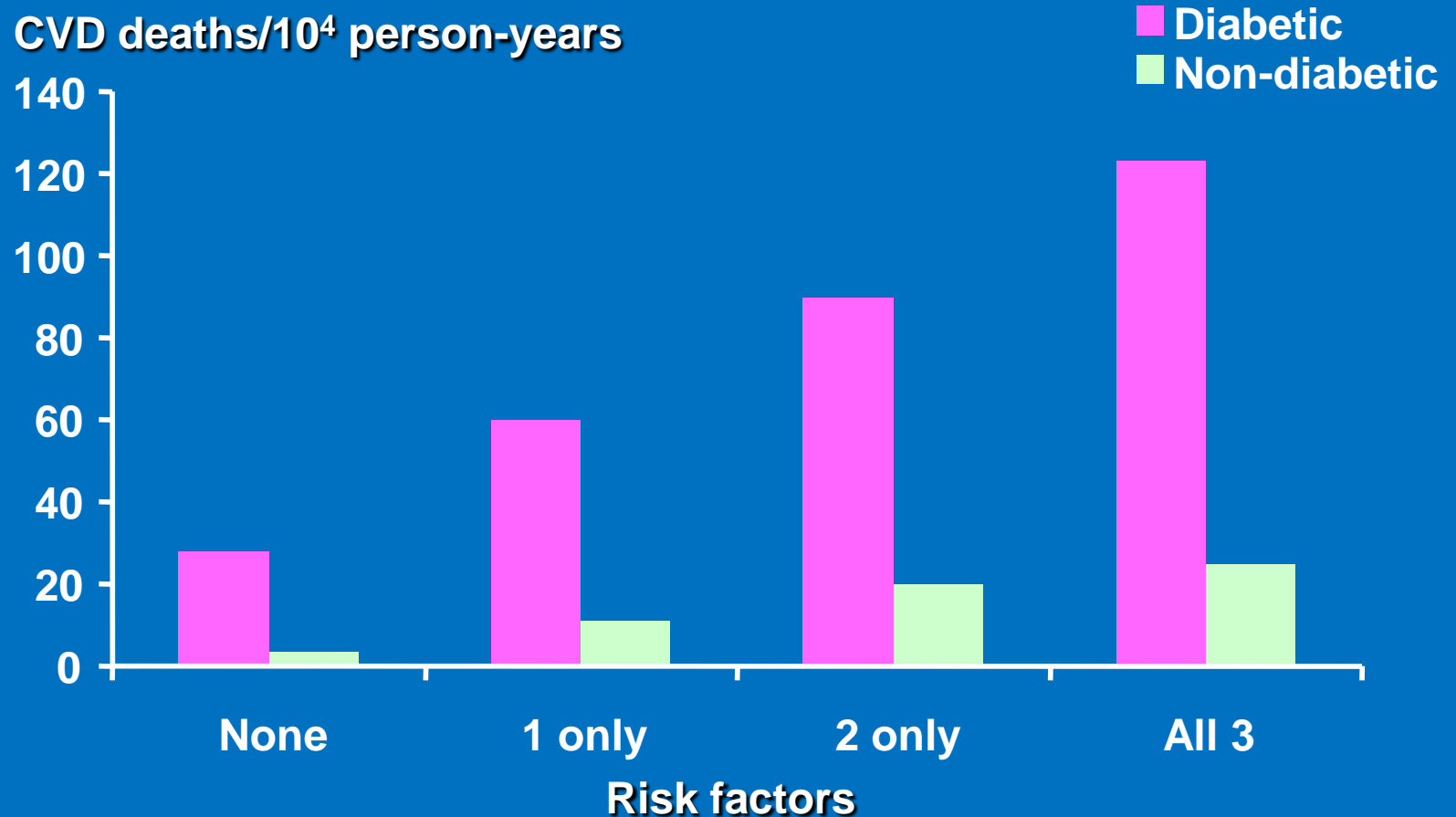
- Sexta causa de Muerte en el Mundo.
- Menor expectativa de Vida 5 - 10 años.
- Enfermedad Cardiovascular 2 – 4+
- Primera causa de Ceguera , Insuf. Renal, Amputaciones e Impotencia Sexual .

- Diabetes Statistics. Octob 95 . NIDDK publication NIH 96-3926

# Tasa Mortalidad : Diabeticos vs No-Diabeticos



# MORTALIDAD CARDIOVASCULAR DIABETES



■ Raised serum cholesterol, raised systolic blood pressure, cigarette smoking

Stamler et al (1993)