



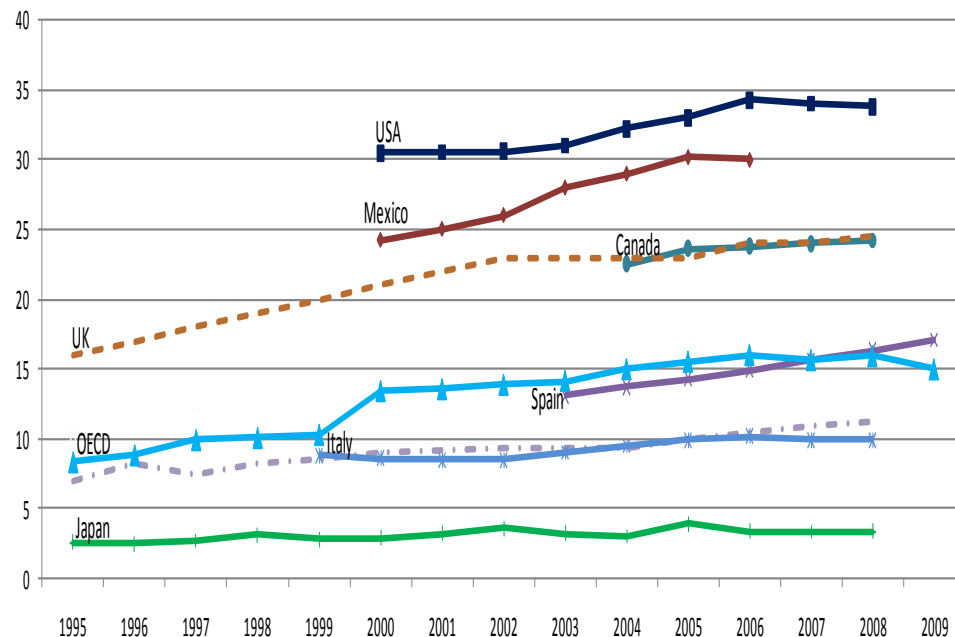
5 PASOS POR TU SALUD

WWW.5PASOS.MX



- El sobrepeso y la obesidad representan del **8% al 15% de la carga de la enfermedad a nivel mundial**^{1/}
- Las condiciones socioeconómicas y ambientales, así como los cambios en los estilos de vida afectan a todos, sin embargo los grupos vulnerables, son los más afectados^{1/}
- **Costo Estimado en 20 años 47,000 billones de dólares** (incluye costos de Salud Mental)
- Global Economic Burden of NCDs
- From Burden to Best Buys

Población obesa en países seleccionados pertenecientes a la OCDE: autoreporte y diagnóstico médico % de la población total^{2/}





Obesidad en México



SALUD



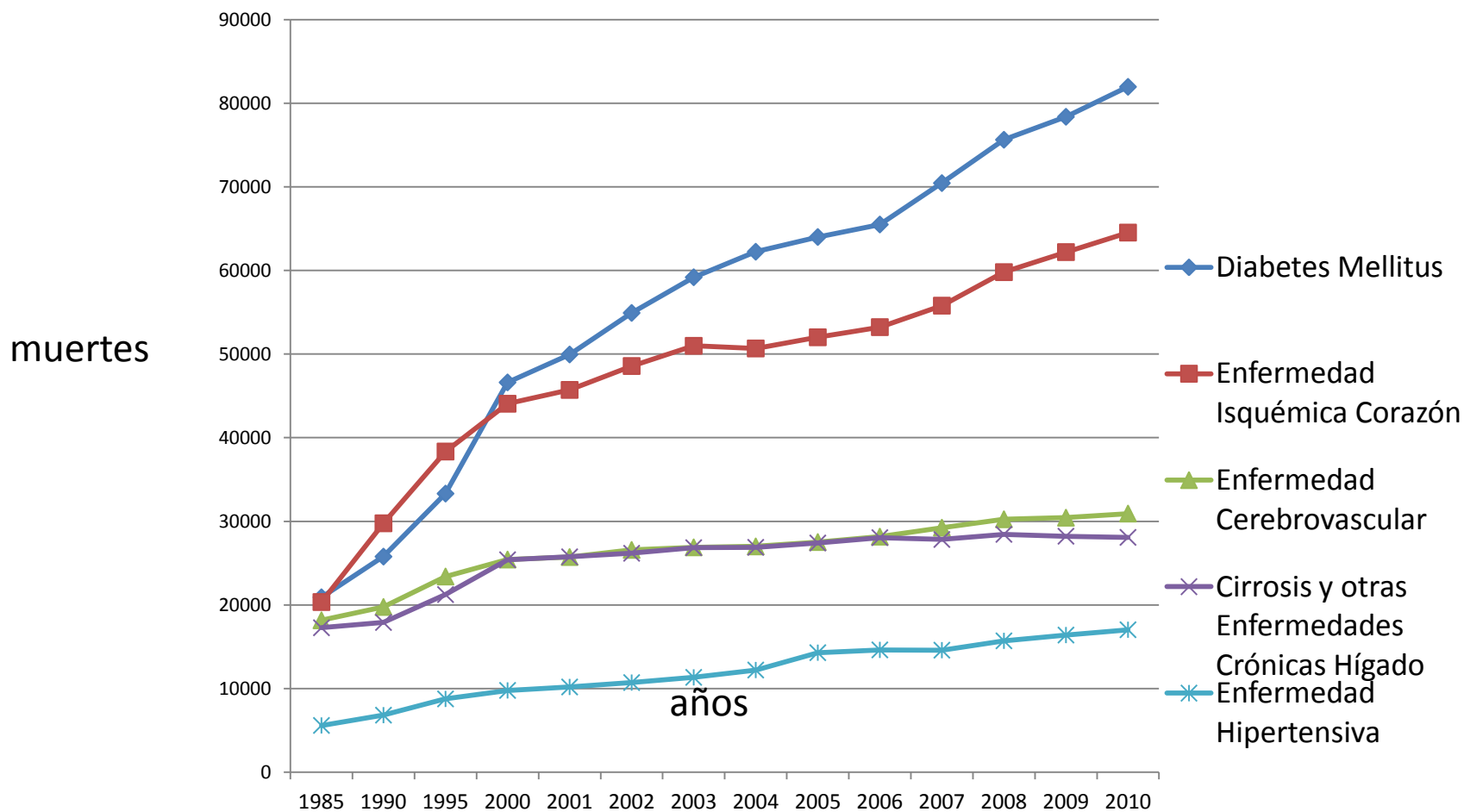
- La **prevalencia** en adultos se ha **triplicado** desde 1980.
- **Tres de cada diez niños** presentan obesidad.
- **7% a 11% de las muertes prematuras** son causadas por enfermedades crónicas relacionadas con la obesidad
- La atención en salud por enfermedades crónicas relacionadas con la obesidad cuesta el **0.3% del PIB** y el **13% del gasto total en salud**. (2008).
- Cerca del **90%** de los casos de diabetes son atribuibles al sobrepeso y la obesidad.
- En el 2008, **46 mil familias sufrieron** alguna enfermedad relacionada con la obesidad (est. 2017: 68 mil familias)

El costo del sobrepeso y la obesidad



ECNTs: Mortalidad 1985-2010

SALUD

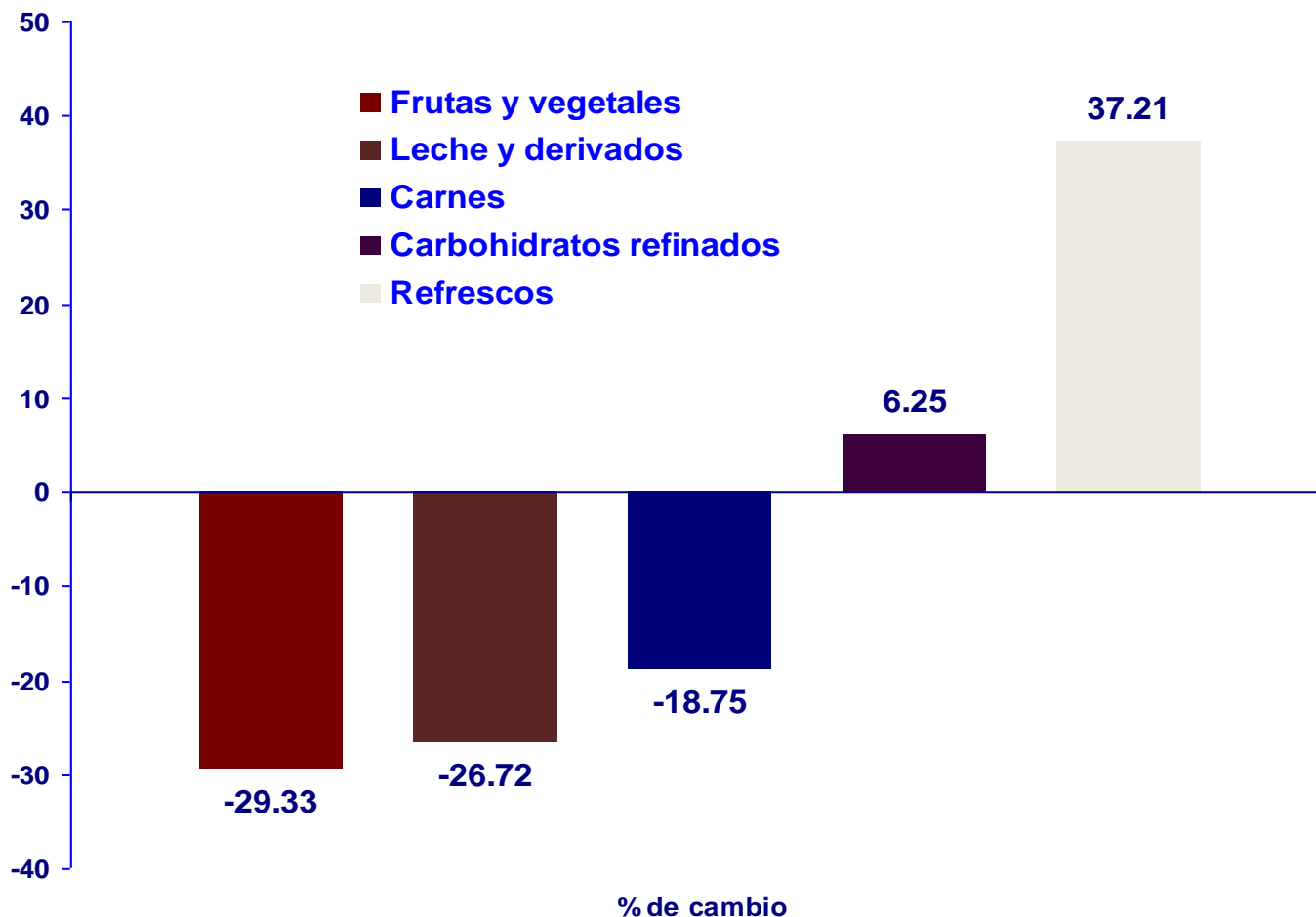


Diabetes y Enfermedades Cardiovasculares
Más de 80 mil muertes por diabetes en 2010



Cambios en el Gasto en Alimentos entre 1986 y 1998: ENIGH*

SALUD



* Análisis de la Encuesta Nacional de Ingreso y Gasto en los Hogares (ENIGH), INEGI.
Fuente : Rivera-Dommarco J, Barquera et al. Public Health Nutrition, 2002: 5(1A), 113-122



La evidencia para política pública apunta a la necesidad de combinar intervenciones

SALUD

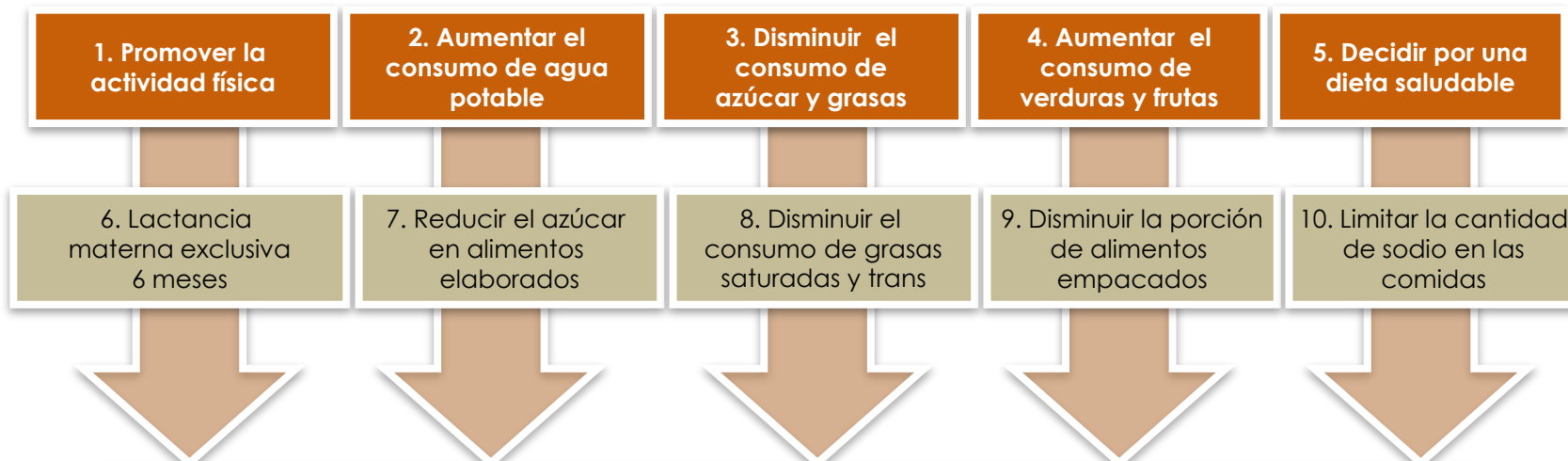
Costo por año de vida saludable (AVISA) ganado atribuible a las intervenciones para reducir la obesidad*



Costo-efectividad a 10 años

metodología desarrollada en México (OCDE, Fit not Fat)

La obesidad es un problema complejo cuya dimensión rebasa al sector SALUD



Con acciones dirigidas a reducir la obesidad en las que participan todos los órdenes de Gobierno, industria y sociedad

- Revertir, en niños de 2 a 5 años, el crecimiento de la prevalencia del sobrepeso y la obesidad a niveles menores a los del año 2006
- Detener, en el 2012, en la población de 5 a 19 años, el avance en la prevalencia del sobrepeso y la obesidad
- Desacelerar el crecimiento de la prevalencia del sobrepeso y la obesidad en población adulta





actíVate!

Paso 1: 30 minutos de actividad física diariamente en adultos

~~60 minutos en niños y adolescentes~~

toma AGUA

Paso 2: 6 a 8 vasos de agua simple al día

come Verduras y frutas

Paso 3: 5 raciones de verduras y frutas al día

míDETE

Paso 4: Mídete físicamente y emocionalmente Conoce tu peso, talla, estado emocional. Mídete en lo que comes, tomas. No tabaco. No a las drogas. Sexo seguro. Toma tu medicina prescrita (11 for health, Fifa). No violencia. Respeta a la mujer. Menos sal. lactancia materna. Usa tu cartilla nacional de salud. Afíliate al seguro popular

COMPARTE

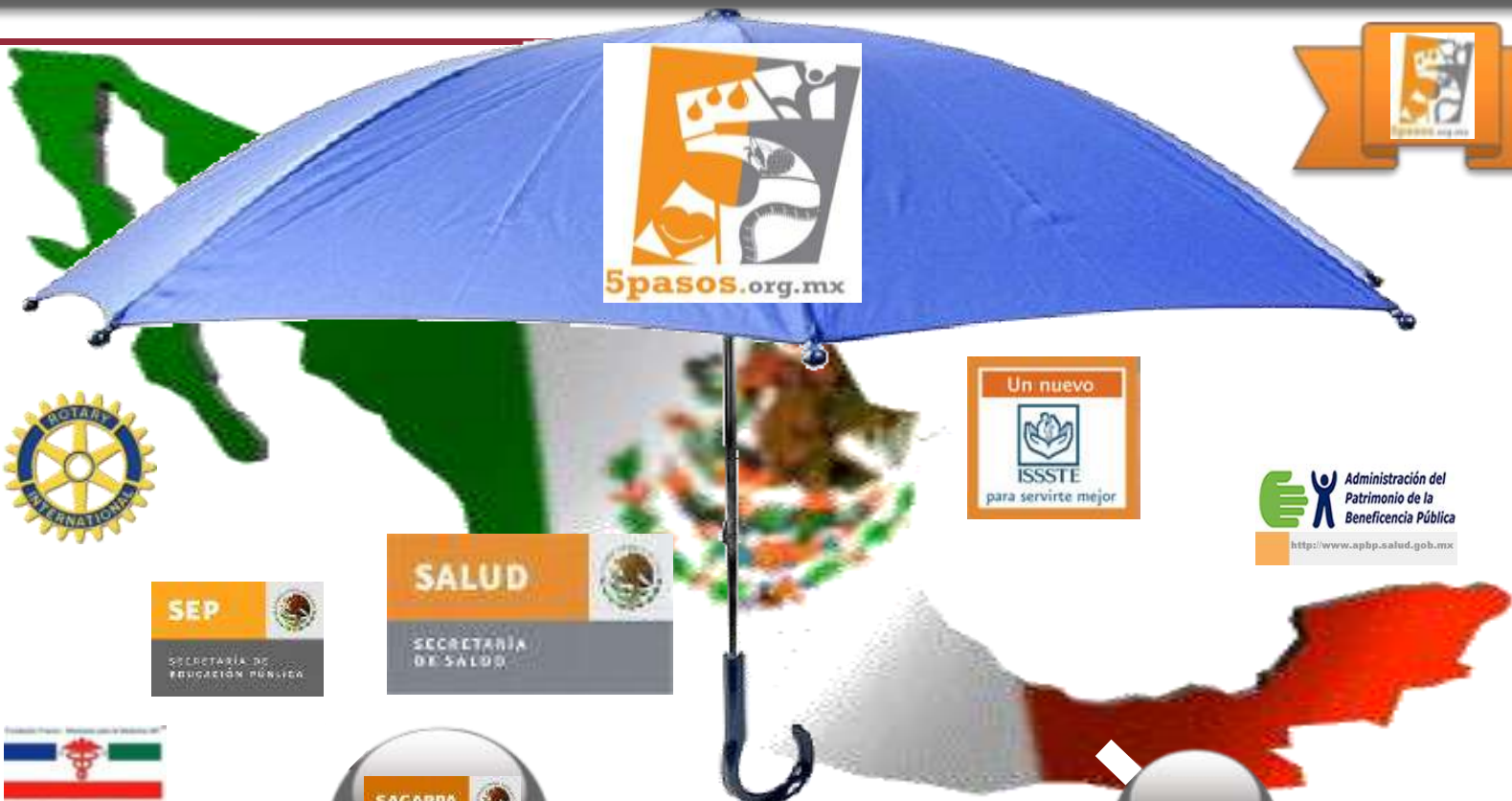
Paso 5: Comparte con familia y amigos
Fair Play



¿Cómo trabajar en Equipo?

SALUD

Servicios Estatales de Salud y los ayuntamientos, coordinarán las acciones con los otros sectores y organismos no gubernamentales.





Evolución del Programa

SALUD

2007

Estrategia Nacional de prevención de ECNT y Ob.

2008

Comienzo del Programa

2009

32 proyectos 21 estados

2010

Más de 200 proyectos 22 estados

2011

6 Secretarías 5 Pasos, 11 estados como estrategia estatal 5 pasos para el fin del año

Modelo Internacional

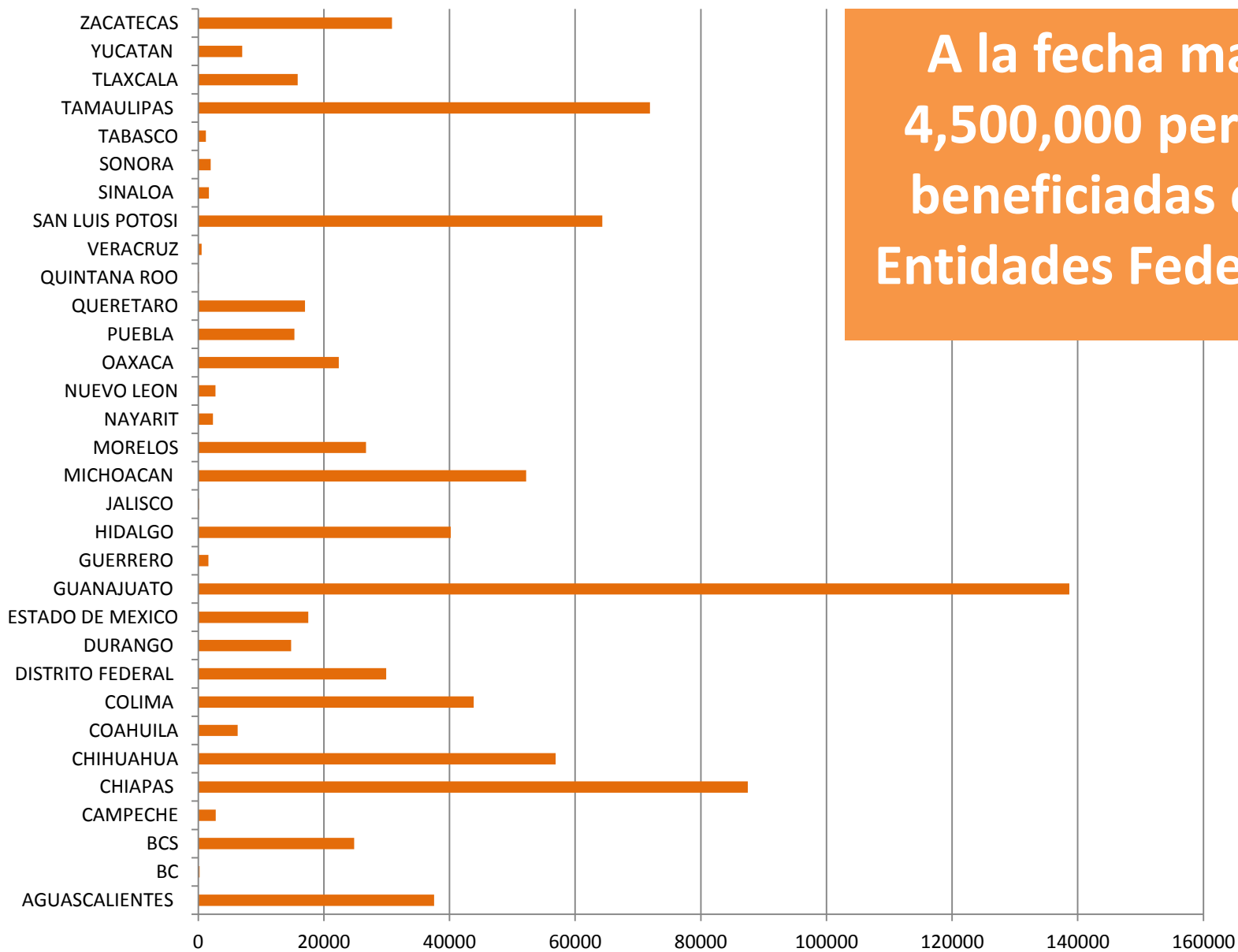
Cuba, Nicaragua, Costa Rica, Colombia, Aruba, Marruecos, Chile





Beneficiarios 5 pasos por Entidad Federativa

SALUD



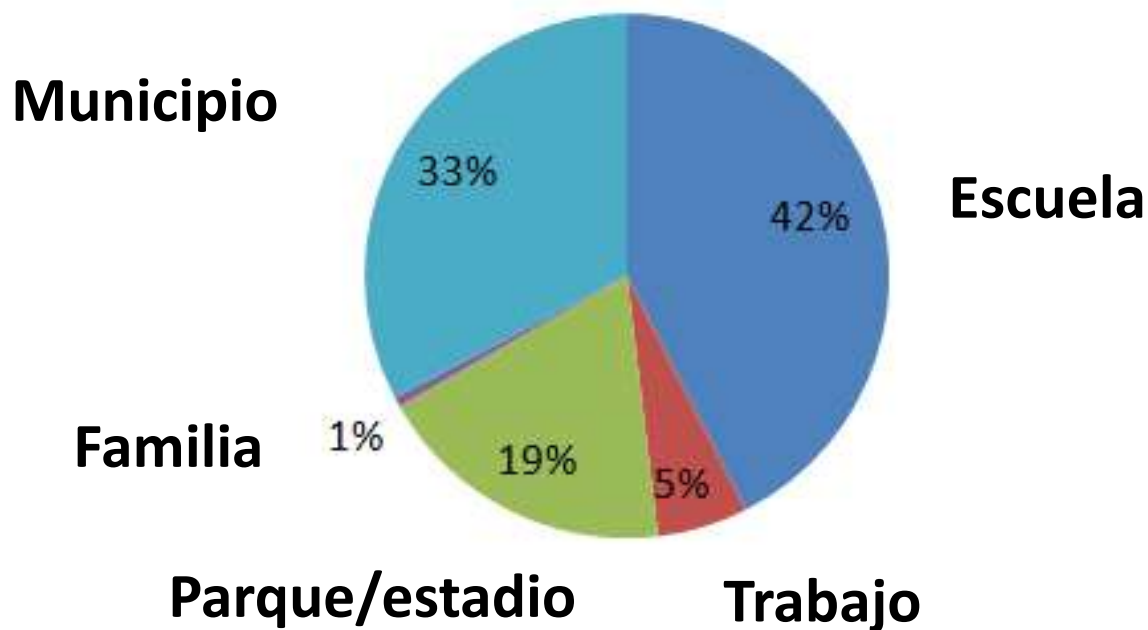
A la fecha más de 4,500,000 personas beneficiadas en las Entidades Federativas

No. de personas



Acciones en los diferentes entornos SALUD

Porcentaje de las acciones en los diferentes entornos



- **2 Spots de radio y 6 de televisión**
- 440 canales de televisión y 750 radiodifusoras
- Llegando aproximadamente a **70 millones de personas**





Campaña mídete

SALUD

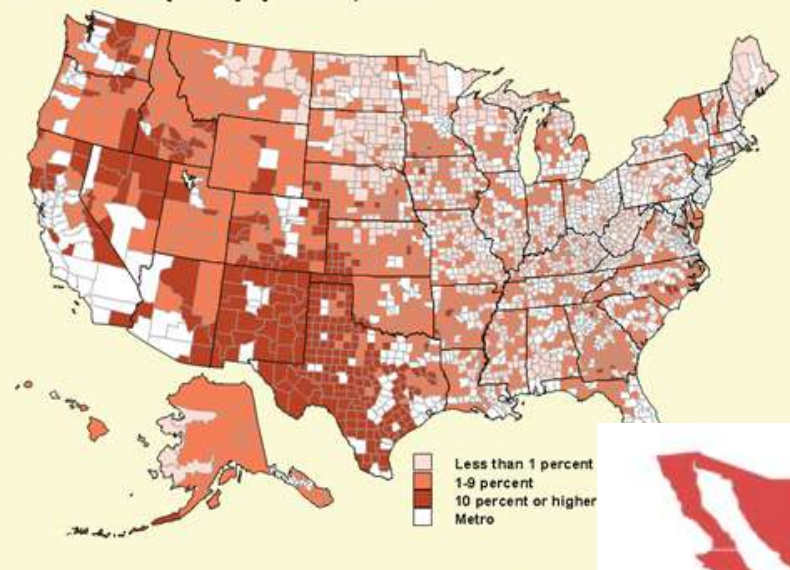



- Intervenciones Integrales
- 35 millones de personas a la semana
- 9,500 mediciones
- Todos los meses de Abril



El artículo cuarto de la constitución Mexicana: Todo mexicano tiene derecho a la salud (desde 1983)

Nonmetro Hispanic population, 2000

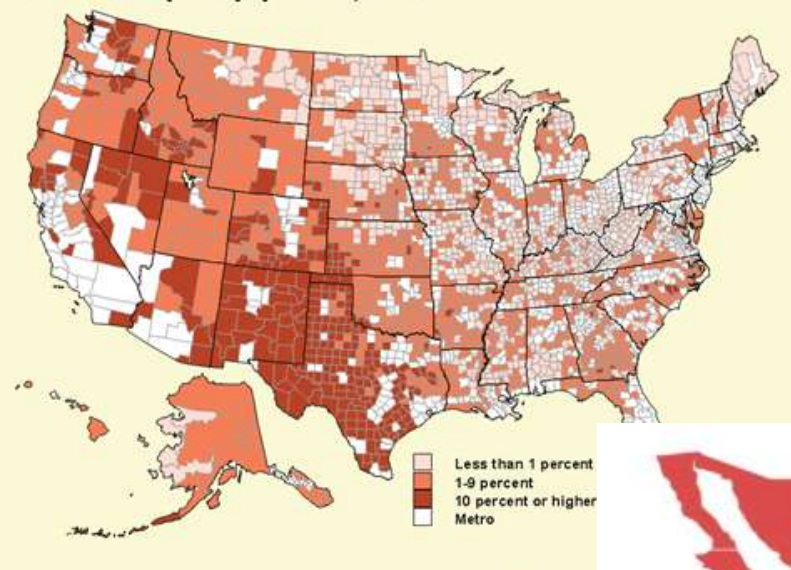


- 
- 32 Estados y los Servicios de Salud estan decentralizations
 - 112 millones de habitantes
 - Taza de natalidad 18 por 1,000
 - **Mas de 12 millones de Mexicanos viven en estados unidos**



El artículo cuarto de la constitución Mexicana: Todo mexicano tiene derecho a la salud (desde 1983)

Nonmetro Hispanic population, 2000



- 32 Estados y los Servicios de Salud estan decentralizations
- 112 millones de habitantes
- Taza de natalidad 18 por 1,000
- **Mas de 12 millones de Mexicanos viven en estados unidos**





Cambio en el estilo de Vida

- Sedentarismo
- Hacinamiento
- Alto consumo de grasas saturadas (fast food)
- Consumo de alcohol, tabaco y drogas ilegales

Cambio en el entorno

- Aislamiento social
- Ausencia de apoyo familiar y social
- Riesgos laborales
- Desconocimiento de idioma, cultura y forma de vida en E.E.U.U.
- Conducta sexual de alto riesgo

Condiciones de Salud

- Obesidad
- Diabetes
- Enfermedad mental y adicciones
 - Accidentes de trabajo
 - VIH/SIDA
- Otras enfermedades de transmisión sexual (ITS)

La salud pública tiene externalidades positivas para toda la comunidad





- Intervenciones Integrales
- Sensibilidad Cultural, intercambio de experiencias
- Experiencia Los Ángeles
- 5 Pasos – Piloto NY



- ➔ La obesidad es un problema serio por sus implicaciones médicas, sociales y económicas
- ➔ Ésta y otras enfermedades crónicas tienen que entenderse como resultado de los estilos de vida de la población
- ➔ Es necesario un acercamiento integral e intersectorial que trascienda a los espacios cotidianos de todas las poblaciones
- ➔ Resulta fundamental fortalecer la promoción de la salud y el proceso educativo para modificar conductas



Coordinación Nacional Programa 5 Pasos por Tu Salud

- ❖ DR. J. ARMANDO BARRIGUETE
- ❖ Mtra. LORETO ALDUNATE
- ❖ Lic. THALIA PORTENY
- ❖ Mtra. GLORIA CERVANTES
- ❖ LN. ERIKA MERCADO

www.5pasos.mx

5pasos@salud.gob.mx



Gracias

conacro@salud.gob.mx

5pasos@salud.gob.mx

www.5pasos.mx