

Obesidad

Programa del Ayuntamiento de Madrid para mejorar la salud y la calidad de vida de los madrileños

MADRID, 01 (SERVIMEDIA)

El **Ayuntamiento de Madrid** ha elaborado la "Estrategia Gente Saludable", un proyecto de una duración de cinco años con el que pretende prevenir las **enfermedades** antes de que aparezcan y elevar el nivel de **salud** y calidad de vida de los madrileños, fundamentalmente de las personas más vulnerables, como los mayores, los jóvenes y los niños.

"Lo que pretendemos es promocionar la salud para evitar precisamente el número de enfermedades que los madrileños padecemos en un número superior al de la media nacional, como por ejemplo, pueden ser casos de ansiedad, estrés, sobrepeso, hipertensión, enfermedades de carácter cardiovascular, etcétera.", explicó Pedro Calvo, delegado de Seguridad y Movilidad.

Para ello, según Calvo, la "Estrategia Gente Saludable" promueve hábitos saludables, "no sólo desde el punto de vista de la salud, sino también desde el punto de vista de la alimentación, o los hábitos saludables como por ejemplo caminar o hacer ejercicio físico".

Según el Estudio de la Salud de la Ciudad de Madrid, el 70% de las muertes en Madrid se ocasionan por enfermedades cardiovasculares y respiratorias, cáncer, diabetes, osteoporosis y otras patologías, un porcentaje que, a juicio del Consistorio, se podría prevenir mediante el fomento de estilos de vida más saludables, y de entornos sociales y físicos más adecuados.

Ese es el objetivo de la "Estrategia Gente Saludable", un proyecto que incluye nueve programas entre los que destaca uno interactivo "on line", "Caminar es saludable", en el que a través de "www.madridsalud.es" se planifican rutas a pie por la ciudad y se traduce ese paseo en calorías consumidas, además de informar sobre las tablas de valores calóricos de los alimentos y una lista de menús saludables.

Los otros programas se refieren a Alimentación y Actividad Física; Salud Sexual y Reproductiva; Envejecimiento Activo y Saludable; Prevención y Promoción de la Salud en el Ámbito Educativo; Salud Materno-Infantil; Prevención y Control del Tabaquismo; Programa de Desigualdades Sociales; Psicohigiene, y Entorno Urbano y Salud.

Estos programas dedican sus esfuerzos a la prevención de la **obesidad** y la diabetes, el tabaquismo, los embarazos no planificados, la ansiedad, la depresión y el estrés, sin olvidar a los mayores y situaciones de maltrato y violencia, entre otras áreas.

200.000 TEST DE DIABETES

La diabetes, una patología que supone un riesgo entre 2 y 4 veces mayor de **enfermedad** coronaria y una pérdida de 12 a 14 años de vida, señala el Consistorio, cuenta con una estrategia específica dentro de la "Estrategia Gente Saludable". Unos 200.000 madrileños se someterán durante los próximos cinco años al test de Findrisc para valorar su riesgo de padecer diabetes y, de ellos, más de 12.000 recibirán una atención específica de alto riesgo, según el Ayuntamiento. En el ámbito escolar, dentro de este programa se llevarán a cabo actividades de educación para la salud dirigidas a facilitar estilos y hábitos de vida saludables, como el correcto cepillado dental; prevenir el consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias; prevenir accidentes, y mejorar la alimentación, entre otras.