



Programa:

“Control del Sobrepeso y la Obesidad”

La OMS señala que *“El sobrepeso y la obesidad son el quinto factor principal de riesgo de defunción en el mundo.”* *“Además, el 44% de la carga de diabetes, el 23% de la carga de cardiopatías isquémicas y entre el 7 y el 41% de la carga de algunos cánceres son atribuibles al sobrepeso y la obesidad.”*

Teniendo en cuenta que el sobrepeso y la obesidad provocan un aumento de la morbi/mortalidad, disminución de la esperanza de vida y afecta negativamente a la calidad de vida, la Diputación de Cáceres va a realizar una campaña de promoción de la salud que ayude a disminuir la prevalencia del sobrepeso y la obesidad entre sus trabajadores y trabajadoras.

Desarrollo de las sesiones presenciales:

- **Día 13 de Mayo de 2022: Charla " Hábitos Saludables, para la prevención y control del sobrepeso y la obesidad"** Salón de Actos Pintores 10, de 12.00 a 14 h. **dirigida a todo el personal** de la Diputación de Cáceres.

Por cuestiones de aforo, para poder asistir deberá remitir correo electrónico a prevencion@dip-caceres.es antes del día 12 de mayo de 2022. Si existieran más peticiones que aforo disponible, se seleccionará por orden de entrada de la petición y se informará a las personas que no puedan acudir presencialmente, así mismo, se les remitirá mail con el contenido de la sesión, (pudiendo igualmente solicitar la inclusión en la campaña).

Al acabar esta charla se entregará un modelo de solicitud en el programa terapéutico de sobrepeso y obesidad (consistente en valoración individualizada, prescripción de dietas, recomendación ejercicio físico y seguimientos de evolución durante un año). **Se citará a los solicitantes para valoración entre el 18 y el 19 de mayo. Si existieran más solicitudes que plazas disponibles en el programa la selección se realizará en orden descendente de su Índice de Masa Corporal (unos de los valores utilizados para medir el grado de sobrepeso y obesidad).**

- **Día 20 de Mayo de 2022: 1ª Sesión "Programa Terapéutico Sobrepeso y Obesidad"** Salón Actos Pintores 10, de 12 a 14 h. **Dirigido a trabajadores/as con sobrepeso y obesidad** que hayan sido seleccionados para participar en el programa terapéutico de pérdida de peso.
- **Se realizarán controles de peso, composición corporal y valoración de dieta al menos mensualmente hasta mayo de 2023.**

Para acudir a estas sesiones deberá recabar la autorización del responsable de su Servicio/Dpto. o Dependencia.

En Cáceres a fecha de firma electrónica

