

Caminata para celebrar el Día Mundial del Corazón

El Día Mundial del Corazón se celebró el pasado domingo 27 de septiembre con una caminata denominada **“Corazones Sanos”**. La Asociación Salvadoreña de Cardiología, el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, el Ministerio de Educación, el Instituto Salvadoreño del Seguro Social, la Alcaldía de San Salvador y la OPS/OMS El Salvador se unieron para auspiciar la caminata, en la que participaron también institutos educativos, laboratorios farmacéuticos y el Colegio Médico.



Parte del personal de la OPS/OMS El Salvador, listo para comenzar a caminar.

Las celebraciones dieron inicio con un acto protocolario a los pies del monumento a El Salvador del Mundo, lugar de donde partieron los caminantes hacia el Monumento a la Justicia del Bulevar Constitución. Ambos monumentos están separados por unos dos kilómetros. Los funcionarios de la Representación de la OPS/OMS en El Salvador participaron en esta caminata, varios de ellos junto con sus familiares. La Oficina además apoyó las actividades con la donación de 150 camisetas para los participantes.

La caminata **“Corazones Sanos”** terminó con la Feria de la Salud Cardiovascular. La Feria ofreció actividades encaminadas a la educación de la población sobre hábitos y estilos de vida

<http://www.ops.org.sv>

Representación de la OPS/OMS en El Salvador 73 Avenida Sur #135, Colonia Escalón, San Salvador.
Teléfonos: (503) 2223-5582 | (503) 2279-4231 | (503) 2298-3491 | (503) 2298-3306
Copyright © 2009, OPS / OMS Representación de El Salvador.



Trabaje con el corazón

saludables que ayudan a reducir los factores de riesgo de las enfermedades cardiovasculares. Así, todos los asistentes tuvieron acceso a toma de presión sanguínea y medición azúcar en sangre de forma gratuita, al igual que clases de baile y aeróbicos y orientación nutricional.

La celebración ha sido el punto de partida para impulsar acciones que promuevan hábitos saludables en el lugar de trabajo. El tema para este año es "***Trabaje con el corazón***", basado en la premisa de que un lugar de trabajo que fomenta los hábitos saludables efectivamente ayuda a reducir las enfermedades cardíacas y los accidentes cerebrovasculares.


Según la Federación Mundial del Corazón, los programas de bienestar laboral no deben ser necesariamente caros o complejos. Pueden ser tan simples como ofrecer información a los trabajadores –como folletos sobre los factores de riesgo de las enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares- prohibir el consumo de tabaco en las instalaciones de trabajo, promover buenos hábitos alimenticios y fomentar el ejercicio durante los descansos. 



Imagen del comienzo de la Caminata. La Dra. Rivas-Loría es abordada por los medios de comunicación.

<http://www.ops.org.sv>

Representación de la OPS/OMS en El Salvador 73 Avenida Sur #135, Colonia Escalón, San Salvador.
Teléfonos: (503) 2223-5582 | (503) 2279-4231 | (503) 2298-3491 | (503) 2298-3306
Copyright © 2009, OPS / OMS Representación de El Salvador.



**Imagen de la Caminata
“Corazones Sanos”**



**Al final de la Caminata hubo
clases de aeróbicos en el
marco de la Feria de la Salud
Cardiovascular.**

<http://www.ops.org.sv>

Representación de la OPS/OMS en El Salvador 73 Avenida Sur #135, Colonia Escalón, San Salvador.
Teléfonos: (503) 2223-5582 | (503) 2279-4231 | (503) 2298-3491 | (503) 2298-3306
Copyright © 2009, OPS / OMS Representación de El Salvador.