



## Universidad Nacional de Salta

Facultad de Ciencias de la Salud

Av. Bolivia 5.150- CP 4.400- Salta Capital

República Argentina

1.983-2.023 "40 Años de Democracia"



RESOLUCION -CD- N°

# 979-23

05 DIC 2023

Salta,  
Expediente N° 12.749/23

**VISTO:** La propuesta de Actividad denominada "Día Mundial de la Lucha contra la Obesidad" bajo el lema **Cambiando las perspectivas: hablemos sobre la obesidad**, presentada por la Lic. Patricia Zelaya; y,

### CONSIDERANDO:

Que la actividad tiene como objetivos concientizar, informar y movilizar a la población, acerca de la Obesidad como enfermedad y su prevención, utilizando el poder de la conversación y la actividad física como herramienta para evitar la misma.

Que está destinada a la Comunidad Universitaria.

Que cuenta con informe de la Dirección de Posgrado y Carrera Docente y de la Secretaria de Posgrado, Investigación y Extensión al Medio.

Que la Comisión de Docencia, Investigación y Disciplina en despacho n° 353/23 aconseja aprobar la mencionada actividad.

**POR ELLO:** y en uso de las atribuciones que le son propias,

### EL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

(En Sesión Ordinaria N° 19-23 realizada el 21-11-23)

### RESUELVE

**ARTÍCULO 1.-** Tener por aprobada la Actividad Breve denominada "Día Mundial de la Lucha contra la Obesidad" bajo el lema **Cambiando las perspectivas: hablemos sobre la obesidad**, que se realizó el 15 de Noviembre del Corriente año.

**ARTÍCULO 2.-** Establecer que la actividad se desarrolló según lo estipulado en el ANEXO de la presente.

**ARTÍCULO 3.-** Hágase saber, publíquese en el Boletín Oficial y comuníquese con copia a: Lic. Patricia Zelaya, Secretaria de Posgrado, Investigación y Extensión al Medio y siga a la Dirección General Administrativa Académica – Dirección de Posgrado y Carrera Docente a sus efectos.

D.G.A.A.
gnd
HMC
MA

Mgs. D. ESTELA OLA CASTRO  
Secretaría de Posgrado  
Facultad de Ciencias de la Salud - UNSa



Lic. CARLOS ENRIQUE PORTAL  
Decano  
Facultad de Ciencias de la Salud - UNSa



# Universidad Nacional de Salta

## Facultad de Ciencias de la Salud

Av. Bolivia 5.150- CP 4.400- Salta Capital

República Argentina

1.983-2.023 "40 Años de Democracia"



RESOLUCION -CD- N°

979-23

Salta,

05 DIC 2023

Expediente N° 12.749/23

### ANEXO

#### SERVICIO "EL TELEFONO DE LA SALUD"

#### PROYECTO DIA MUNDIAL DE LA LUCHA CONTRA LA OBESIDAD

NOVIEMBRE 2023

#### Introducción:

Cada 12 de noviembre se celebra en todo el mundo el "Día Mundial contra la Obesidad", con el objetivo de concientizar a las personas sobre el terrible daño que produce al organismo una dieta alta en grasa y azúcares.

Este año 2023 la campaña tiene como lema "Cambiando las perspectivas: hablemos sobre la obesidad" y busca utilizar el poder de la conversación para corregir las concepciones equivocadas que rodean la obesidad y actuar efectivamente de forma colectiva.

La obesidad es una acumulación anormal de grasa que puede acarrear otras enfermedades que son nocivas para el organismo. La obesidad y el sobrepeso suelen ser el resultado de un desequilibrio entre las calorías ingeridas y las calorías gastadas, y se caracterizan por la acumulación anormal o excesiva de grasa en el cuerpo humano.

Según la Organización Mundial de la Salud, ambas condiciones configuran una epidemia y es por esta razón que se celebra este día para prevenir y revertir estas dolencias que afectan a la mitad de la población en todo el mundo.

La obesidad es el primer paso para otras patologías como hipertensión arterial, diabetes tipo II, índices elevados de colesterol y triglicéridos, problemas osteoarticulares, riesgo de padecer cáncer, apnea del sueño y problemas cardiovasculares.

La única manera de prevenir la obesidad es llevando una dieta alimenticia mucho más sana y no apostar por la conocida comida rápida, que posee todos los elementos para generar obesidad mórbida.

Además de una buena alimentación, es necesario que las personas tengan una rutina de ejercicio que les permita evitar la acumulación de grasa producto del sedentarismo.

Muchas personas en el mundo comen relativamente sano, pero aún se ven atacadas por una acumulación de grasa, sobre todo en la parte baja de abdomen. Esto se debe



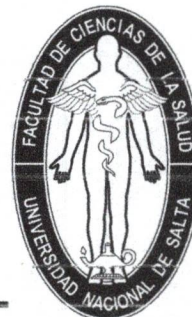
## Universidad Nacional de Salta

### Facultad de Ciencias de la Salud

Av. Bolivia 5.150- CP 4.400- Salta Capital

República Argentina

1.983-2.023 "40 Años de Democracia"



RESOLUCION -CD- N°

979-23

05 DIC 2023

Salta,  
Expediente N° 12.749/23

principalmente a largas jornadas de trabajo sentados en un escritorio frente a la computadora. La falta de ejercicio también puede producir sobrepeso.

**MODALIDAD.** Presencial

**TITULO:** "MOVIDA EN CONMEMORACION AL DIA MUNDIAL DE LA OBESIDAD 2023"

**Equipo de trabajo:**

**Dirección:**

Lic. Patricia Zelaya - DNI: 16.753.428 - Email: patzelaya@yahoo.com.ar

**Coordinadores:**

Lic. Inés Mendoza - DNI: 25.078.566 - Email: inesmendoza.nutricion@gmail.com

Lic. Pablo Ríos - DNI: 34.328.220 - Email: riospabloalejandro@gmail.com

**Colaboradores:**

Romina Ojeda - DNI: 37.087.946 - Email: romiojeda2707@gmail.com

Jenifer Anahí Reinaga - DNI: 38.031.004 - Email: jennifereinaga@gmail.com

**Fecha:** 15/11/2023 de 09 a 12 hs.

**Lugar:** Predio de la Universidad Nacional de Salta

**Destinatarios:** Comunidad Universitaria

**Fundamentación de la propuesta:**

La obesidad es una enfermedad compleja que consiste en tener una cantidad excesiva de grasa corporal, no es solo un problema estético. Es un problema de salud que aumenta el riesgo de padecer enfermedades cardíacas, diabetes, presión arterial alta y determinados



# Universidad Nacional de Salta

## Facultad de Ciencias de la Salud

Av. Bolivia 5.150- CP 4.400- Salta Capital

República Argentina

1.983-2.023 "40 Años de Democracia"



RESOLUCION -CD- N°

979-23

05 DIC 2023

Salta,  
Expediente N° 12.749/23

tipos de cáncer.

### Objetivos:

#### Objetivo General:

Concientizar, informar y movilizar a la población, a cerca de la obesidad como enfermedad y su prevención, utilizando el poder de la conversación y la actividad física como herramientas para evitar la misma.

#### Objetivos específicos:

- Brindar información por medio de redes sociales (post, reels) sobre la obesidad.
- Recolectar información de los participantes sobre el conocimiento de la enfermedad.
- Fomentar la práctica de actividad física, con la colaboración de profesores de educación física y la participación de la comunidad universitaria.
- Entregar snack saludable, promoviendo una alimentación sana.

### Metodología:

Actividad a realizar de manera presencial en el predio de la Universidad Nacional de Salta, con la comunidad universitaria.

Uso de redes sociales para brindar información sobre la obesidad.

Encuesta grabada por medio de un ping-pong de preguntas y respuestas, para recabar información sobre el nivel de conocimiento de los participantes sobre la temática.

Con la presencia de profesores de educación física se brindará información sobre la importancia de la actividad física y se realizará un concurso con premios para los participantes.

### Contenidos:

Obesidad. Lema de la fecha.

Definición e información en general de la enfermedad. Formas de prevenirla.

Importancia de la actividad Física para prevenir la obesidad.



# Universidad Nacional de Salta

Facultad de Ciencias de la Salud

Av. Bolivia 5.150- CP 4.400- Salta Capital

República Argentina

1.983-2.023 "40 Años de Democracia"



RESOLUCION -CD- N°

# 979-23

Salta, 05 DIC 2023  
Expediente N° 12.749/23

**Formas de evaluación y/o aprobación del curso:** por la cantidad de participante al evento.

**Certificación:** certificación para el director, coordinadores y colaboradores.

## Bibliografía

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/obesity/symptoms-causes/syc-20375742>  
<https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad#:~:text=D%C3%ADa%20Mundial%20de%20la%20Obesidad%20%2D%204%20de%20marzo&text=En%202023%2C%20la%20campañ%C3%B1a%20tiene,actuar%20efectivamente%20de%20forma%20colectiva.>  
<https://hospitalprivado.com.ar/blog/actualidad/dia-mundial-de-la-obesidad-2023.html>

D.G.A.A
gnd
HMC
MA

Mgs. D. ESTELA OLA CASTRO  
Secretaría de Postgrado  
Facultad de Ciencias de la Salud - UNSa



Lic. CARLOS ENRIQUE PORTAL  
Decano  
Facultad de Ciencias de la Salud - UNSa