

>PROMOPREVE <

Newsletter de Promoción de la Salud y
Prevención de la Enfermedad



Suscripción (alta/baja) en:
edusalud@carm.es



Edita: Servicio de Promoción y Educación para la Salud
Dirección General de Salud Pública y Adicciones
Consejería de Salud

Día Mundial del Cáncer 4 de febrero

El número de cánceres diagnosticados en España este año se estima que alcanzará los 279.260 casos, según el informe “Las cifras del cáncer en España 2023”.

Tabaco, alcohol y obesidad continúan siendo algunos de los factores de riesgo más importantes y evitables relacionados con el cáncer.

No existe un nivel seguro de consumo de alcohol. Además, se produce un efecto sinérgico con el consumo de tabaco, y, al combinarse, el riesgo de desarrollar carcinomas orales, de orofaringe o de esófago se multiplica por 30.

[Leer más](#)

EN ESTE NÚMERO:

1 / ACTIVOS EN SALUD PARA LA CIUDADANÍA

Actualización de recomendaciones para la población de actividad física.

Actividad física y salud de 3 a 6 años. Guía para familias.

2 / NOVEDADES PARA PROFESIONALES

Orientaciones didácticas para la acción comunitaria.

Curso virtual de la OMS para intervenciones breves en tabaquismo en atención primaria.

1 / ACTIVOS EN SALUD PARA LA CIUDADANÍA



Actualización de las recomendaciones para la población de actividad física

Numerosos estudios demuestran la importancia de ser activo físicamente y reducir el sedentarismo. Ambos factores tienen una influencia clara en la mejora de la salud y el bienestar, en la prevención de las enfermedades crónicas y en el aumento de la esperanza de vida.

Estas recomendaciones tienen el objetivo de dar a conocer a la población cual es la cantidad, intensidad, frecuencia y duración de la actividad física que beneficia la salud. Se basan en las recomendaciones existentes a nivel internacional, y en la evidencia científica, teniendo como objetivo final que toda la población sea más activa físicamente.

[Leer más](#)



Actividad física y salud de 3 a 6 años. Guía para familias

Esta guía ha sido elaborada en el marco de colaboración entre el Ministerio de Educación y Formación Profesional y el Ministerio de Sanidad, con el objeto de dotar a las familias de un instrumento, de orden eminentemente práctico, que les sirva para comprender mejor cómo promover la actividad física y salud, durante el periodo que va desde los tres a los seis años de edad.

[Leer más](#)

2 / NOVEDADES PARA PROFESIONALES

Orientaciones didácticas para la acción comunitaria



Esta guía es un material didáctico de apoyo a la Guía de Acción Comunitaria para ganar salud y pretende aportar claves, potenciar actitudes y desplegar habilidades para dar respuesta a las necesidades de aprendizaje y facilitar el desarrollo de acciones formativas en acción comunitaria.

Además, forma parte del compromiso adquirido de refuerzo de la orientación comunitaria dentro del Marco Estratégico para la Atención Primaria y Comunitaria y da respuesta al objetivo 9.2 del Plan de Acción de Atención Primaria 2022-2023.

[Leer más](#)

Curso virtual de la OMS para intervenciones breves en tabaquismo en atención primaria

El curso está abierto y disponible en el Campus Virtual de la Organización Panamericana de la Salud. Al ser un curso de autoaprendizaje, los participantes pueden regular sus tiempos y momentos de dedicación. Incluyendo el tiempo estimado para completar los módulos y el examen final. Tiene un total de 6 horas.

[Disponible en este enlace](#)