

# **SALUD PUBLICA**

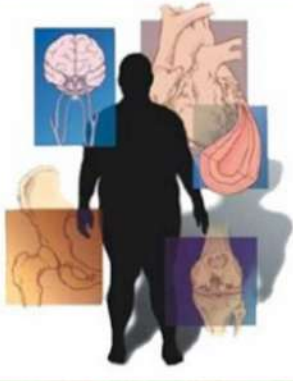
## **PREVENCION DE ENFERMEDADES DEGENERATIVAS**

*DRA. Maria Isabel Cruz López*

*Valeria Guadalupe Cano Mazariego*

## LAS ENFERMEDADES CRÓNICAS, NO TRANSMISIBLES (ENT)

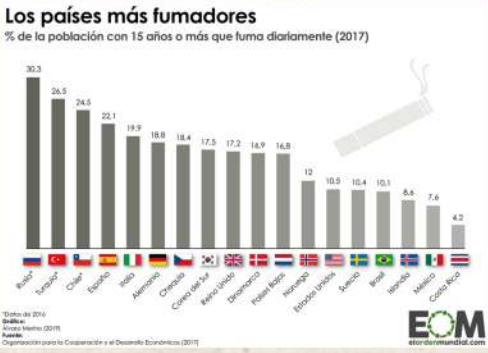
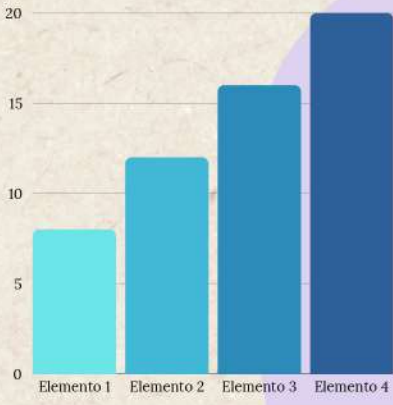
son la principal causa de muerte y discapacidad en el mundo. El término, se refiere a un grupo de enfermedades que no son causadas principalmente por una infección aguda, dan como resultado consecuencias para la salud a largo plazo



## ESTAS CONDICIONES

incluyen cánceres, enfermedades cardiovasculares, diabetes y enfermedades pulmonares crónicas

**SE PUEDEN PREVENIR MEDIANTE** la reducción de los factores de riesgo comunes, tales como el consumo de tabaco, el consumo nocivo de alcohol, la inactividad física y comer alimentos poco saludables



## FACTORES DE RIESGO

- El tabaco se cobra más de 7,2 millones de vidas al año, y se prevé que esa cifra aumente considerablemente en los próximos años.
- Unos 4,1 millones de muertes anuales se atribuyen a una ingesta excesiva de sal/sodio

## PREVENCIÓN

puedes adoptar un estilo de vida saludable, como comer bien, hacer ejercicio, mantener un peso saludable y dejar de fumar

