

Inician cursos, talleres y diplomados del SUAM 2022-B

“La epidemia de enfermedades crónicas no transmisibles y el rol de los estilos de vida saludables”, la conferencia inaugural

Este lunes el doctor Héctor Raúl Pérez Gómez, infectólogo del Hospital Civil de Guadalajara (HCG), fue el ponente de la conferencia inaugural de los cursos, talleres y diplomados del Sistema Universitario del Adulto Mayor (SUAM) 2022-B, con el título de “La epidemia de enfermedades crónicas no transmisibles y el rol de los estilos de vida saludables”, en el auditorio Carlos Ramírez Ladewig, del [Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades \(CUCSH\), sede La Normal](#). [1]

El infectólogo dijo que las funciones esenciales que debería de atender la salud pública son: proteger, promover y restaurar el bienestar de la sociedad. Y enfatizó sobre el aumento de la expectativa de vida en nuestro país: “Ha mejorado de manera importante; hace más de cinco décadas el promedio de vida era de alrededor de 50 años, ahora es de 78 para las mujeres y 76 para los hombres”, informó.

Sin embargo, en México 60 por ciento de las muertes son provocadas por enfermedades crónicas no transmisibles como hipertensión, obesidad, padecimientos pulmonares crónicos, diabetes, cardiovasculares y cáncer.

“Es significativo resaltar que 32.8 por ciento de las y los mexicanos tiene obesidad; y 8 por ciento de niños y niñas presentan obesidad severa, que es el equivalente a la obesidad mórbida en adultos”, expuso Pérez Gómez.

Dijo que cada año hay aproximadamente 195 mil casos nuevos de cáncer en el país, principalmente de mama, próstata y colon. Otro padecimiento al que se debe prestar atención son las enfermedades ligadas a la contaminación y el cambio climático, ya que cada año, en el mundo, 7 millones de personas pierden la vida de manera prematura debido a ciertas partículas respiradas en el aire que provocan enfermedades pulmonares.

“Según la Organización Mundial de la Salud se espera que entre los años 2030 y 2050 mueran 200 mil personas por enfermedades relacionadas con el cambio climático”, subrayó.

Pérez Gómez recomendó evitar el alto consumo de alcohol, tabaco y drogas, así como realizar actividad física, dormir adecuadamente, llevar una dieta balanceada y una atención adecuada en la salud mental para prevenir estas enfermedades crónicas no transmisibles.

Estuvieron presentes el Rector del CUCSH, doctor Juan Manuel Durán Juárez; el Coordinador del SUAM, doctor Javier García de Alba y el maestro Jorge Hugo Vázquez, miembro del Consejo Académico del SUAM, quienes hablaron sobre el papel del adulto mayor en la sociedad y el regreso presencial del sistema luego de que la pandemia del COVID-19 lo impidiera.

“El día de hoy estamos regresando, y llevamos alrededor de siete mil egresados del sistema desde que inició, en 2013. (...) Los 30 cursos que tenemos tienen que ver con salud física, actividad literaria, talleres de inglés y computación; cursos del uso del smartphone y de recreación, y culturales”, expresó Durán Juárez, quien destacó que la parte central del sistema es la formación integral del adulto mayor y la transmisión de conocimientos por parte de docentes de la UdeG.

Atentamente

“Piensa y Trabaja”

**“2022, Guadalajara, Hogar de la Feria Internacional del Libro y Capital Mundial del Libro”
Guadalajara, Jalisco, 22 de agosto de 2022**

Texto: Frida Cruz Valdivia

Fotografía: Fernanda Velazquez

Etiquetas:

[Héctor Raúl Pérez Gómez](#) [2]

[Juan Manuel Durán Juárez](#) [3]

[Javier García de Alba](#) [4]

[Jorge Hugo Vázquez](#) [5]

URL Fuente: <https://www.comsoc.udg.mx/noticia/inician-cursos-talleres-y-diplomados-del-suam-2022-b>

Links

[1] <http://www.cucsh.udg.mx/>

[2] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/hector-raul-perez-gomez>

[3] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/juan-manuel-duran-juarez>

[4] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/javier-garcia-de-alba>

[5] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/jorge-hugo-vazquez>