

## En el Día Mundial de la Diabetes, llamar a promover la activación física y la alimentación saludable

Una caminata en conmemoración por el Día Mundial contra la Diabetes, para promover la activación física y la prevención de la Salud, se llevó a cabo de la comunidad de San Pedro Alpuyec a la colonia El Montecillo, con la participación de DIF Tula, estudiantes, vecinos, autoridades bajo la coordinación de la dirección de Salud Municipal.

Antes de la caminata se inició con una activación física en la plaza comunitaria de San Pedro Alpuyec y enseguida la caminata donde participaron niñas y niños del jardín de niños "Julián Jaramillo", y alumnos y alumnas de los quinto y sexto grado de la primaria "20 de Noviembre" de esa localidad, quienes portaron cartulinas con mensajes alusivos a prevenir la diabetes; mamás de familia, el grupo de adultos mayores y del programa Prospera.

Durante el evento, la doctora Anael Cruz Cruz, titular de la dirección de Salud municipal de Tula, hizo el llamado a cambiar los estilos de vida, optar por dietas saludables para el autocuidado y fomentar la detección oportuna de la diabetes, a través de acudir a controles médicos.





Dijo que en 1991 se creó el Día Mundial contra la Diabetes como medio para aumentar la concientización global y se celebra cada año el 14 de noviembre. Se escoge esta fecha siendo el aniversario de Frederick Banting quien, junto con Charles Best, concibieron la idea que les conduciría al descubrimiento de la insulina, en octubre de 1921.

A propósito del Día Mundial contra la Diabetes, la doctora Rosa María Parra, señaló que esta enfermedad es prevenible, con buenos hábitos alimenticios y ejercicio principalmente, donde es conveniente la detección desde los 20 años de edad, ya que si se detecta a tiempo, se controla y se puede vivir digna y sanamente.

El Día Mundial de la Diabetes une a la comunidad mundial produciendo una voz potente de concientización sobre la diabetes, ya que esta enfermedad está en aumento y continuará esta tendencia a no ser que se emprenda desde ahora prevenir este enorme crecimiento.

La caminata y recorrido fue encabezada por la presidenta y directora del Sistema DIF Tula, Liliana Aguirre Mejía; así como las regidoras Guadalupe Villarreal Cervantes y Magda Angélica Chapa Trujillo y los regidores municipales Éfego Martínez Jiménez y Marcos Reyes Sánchez.



Se sumaron directivos de área del municipio además del delegado de San Pedro Alpuyecá, Jorge Arenas Linares; y se contó con la presencia de personal y autoridades de la jurisdicción sanitaria 3, al cargo de la doctora Rosa María Parra Ángeles; el enfermero Sergio Tomás Olvera Muñoz, coordinador Municipal de Salud, y los doctores Miguel Ángel García Castillo, director de UNEME EC Tula, Aarón Hereb Pérez Segovia, director del Centro de Salud de San Pedro Alpuyecá y Pedro Adalberto Cervantes Origel, director del Centro de Salud de El Montecillo.

