



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

# PAIS impulsa campaña para mejorar estilos de vida en Montes de Oca

1 DIC 2010 Salud



Para el 2011 se trabajará con el tema de alimentación saludable que se implementará mediante actividades en los EBAIS (diseño Laura Castro).

El Programa de Atención Integral en Salud (PAIS) de la UCR prepara la tercera etapa de una campaña de comunicación que busca contribuir a mejorar la salud de los habitantes de Montes de Oca.

Consejos para vencer el sedentarismo y lugares seguros para practicar actividad física fueron los primeros temas que abarcó la campaña, con el propósito ofrecer información

que ayude en la reducción de la hipertensión y la diabetes mellitus, que son las principales enfermedades que afectan a la población.

Afiches, volantes, mupis y cuñas radiofónicas, protagonizadas por un personaje colorido, se han utilizado para llevar a la población consejos sencillos y alternativas que pueden poner en práctica en sus hogares.



La Lic. Johanna Rodríguez, funcionaria del PAIS, presentó los resultados de las dos primeras fases de la campaña (foto Laura Rodríguez).

Para el 2011 la campaña continuará con el tema de alimentación saludable, en esta ocasión se trabajará directamente en los EBAIS para ofrecer a los usuarios información sencilla que les ayude a alimentarse sanamente.

En el foro *Entusiasmo para vivir mejor: Estrategias para la difusión de Estilos de Vida Saludables en Montes de Oca* que se realizó el 26 de octubre, se presentaron los avances de esta iniciativa que se viene implementando desde el 2010.

La Lic. Johanna Rodríguez, miembro del equipo organizador, destacó el objetivo general de la campaña es promover estilos de vida saludables que contribuyan con el mejoramiento de la calidad de vida de los habitantes de Montes de Oca, mediante una campaña de difusión masiva con participación interinstitucional.

Esta iniciativa ha contado con el apoyo de la Oficina de Divulgación e Información de la UCR, la Escuela de Educación Física y la Escuela de Nutrición de la UCR, la Municipalidad y el Comité Cantonal de Deportes de Montes de Oca y de Asociaciones comunales.



Materiales informativos con consejos para vencer el sedentarismo se distribuyeron de casa en casa y en los EBAIS del cantón de Montes de Oca (diseño Laura Castro).



[Katzy O'Neal Coto](#)  
Periodista Oficina de Divulgación e Información  
[katzy.oneal@ucr.ac.cr](mailto:katzy.oneal@ucr.ac.cr)