



# Concluye “lluvia de frutas” en centros de salud de Montes de Oca

21 JUL 2011 Salud



Con señas y buen humor, el mimo instó a las personas a consumir más frutas y vegetales cada día. Laura Rodríguez Rodríguez

Una **campaña de salud llamada “lluvia de frutas”** se realizó en los Centros de Salud del cantón de Montes de Oca durante el mes de junio y las primeras semanas de julio del presente año, con el propósito de fomentar hábitos de alimentación saludable en las personas que acuden a los servicios de estos centros.

La campaña se desarrolló el 14 de junio en el Núcleo de San Rafael, el 22 de junio en Vargas Araya, el 29 de junio en Lourdes, el 4 de julio en San Pedro y el 11 de julio en el Núcleo

ubicado en la Facultad de Odontología de la UCR, los cuales **son atendidos por el Programa de Atención Integral en Salud (PAIS) de la UCR.**

Cada semana hubo una “lluvia de frutas” en un núcleo diferente, donde un estudiante de la Escuela de Artes Dramáticas vestido de mimo fue el encargado de interactuar con las personas, entregarles frutas e información para mejorar su alimentación de una forma sencilla.



Una fruta y un minidesplegable con consejos para una buena nutrición fueron entregados a niños y adultos de los centros de salud Laura Rodríguez Rodríguez

El personal de todos los centros de salud se sumó a la campaña con camisetas alusivas que presentaban **el lema “Entusiasmo para vivir mejor”**. Una de ellas es Marjorie Pérez, funcionaria del área de registros médicos del Núcleo de Vargas Araya, quien comentó que las y los usuarios mostraron mucho interés por la actividad.

### **Lucha contra la diabetes y la hipertensión**

La “lluvia de frutas” es parte de [una campaña del Programa Integral de Atención Integral de Salud \(PAIS\)](#) para fomentar estilos de vida saludable en el cantón de Montes de Oca, la cual se inició en julio del 2009 y abordó tres grandes temas: Alternativas para vencer el sedentarismo, opciones para practicar actividad física y hábitos de alimentación saludable.

Esta iniciativa se llevó a cabo con **apoyo de la Oficina de Divulgación e Información de la UCR**, con el propósito de combatir la alta incidencia de la Diabetes Mellitus y la Hipertensión Arterial, dos enfermedades crónicas que se ubican entre las principales

causas de consulta en el Área de Salud de Montes de Oca, y de mortalidad debido a sus complicaciones crónicas.

La Licda. Katia Fernández y la M.Sc. Johanna Rodríguez, organizadoras de la actividad, destacaron la buena acogida que ha tenido esta iniciativa entre el personal de salud y las y los pacientes, además del interés que han mostrado otras organizaciones y entidades como la Caja Costarricense de Seguros Social (CCSS). Fernández apuntó que durante la “Lluvia de frutas” se aplicó un cuestionario entre las personas que presenciaron la campaña, el cual permitirá evaluar el impacto de esta iniciativa y sus etapas anteriores.



Vecinas del centro de Salud de Vargas Araya se mostraron interesadas en la iniciativa (foto Laura Rodríguez).



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

**Etiquetas:** [campana](#), [programa atención integral de salud](#), [estilos de vida saludable](#).