



Sistema de Atención Integral a la Salud
Universidad Veracruzana



Universidad Veracruzana
Secretaría de Administración y Finanzas



Te invitamos a la sesión educativa: **Activando tu salud**

De acuerdo con estadísticas de la Organización Mundial de la Salud, (OMS) más de una cuarta parte de la población adulta mundial (1 400 millones de adultos) no alcanza un nivel suficiente de actividad física.

La disminución de la actividad física se asocia en parte a la inactividad durante el tiempo de ocio y al comportamiento sedentario en el trabajo y en el hogar.

Teniendo en cuenta que en todo el mundo, alrededor de una de cada tres mujeres y uno de cada cuatro hombres, no realizan suficiente actividad física para mantenerse sanos; los países y las comunidades deben adoptar medidas que ofrezcan a las personas más oportunidades de incrementar la actividad física.

Lo anterior requiere un esfuerzo colectivo e interdisciplinario que involucre acciones para favorecer la salud. Es por eso que el SAISUV región Orizaba-Córdoba se suma a la iniciativa “activando la salud”, con acciones encaminadas a la promoción de la misma, con rutinas de actividad física y sesión informativa.

Los esperamos el miércoles 23 de agosto del 2023 a las 11 horas en la explanada de Vicerrectoría de la región Orizaba-Córdoba.

Más información
www.uv.mx/saisuv/