

CIRCULAR Nº 16 SGYA / 2024

Para su conocimiento	Producido por:
Señores: SUBSECRETARIOS, DIRECTORES, DIRECTORES/ SUBDIRECTORES DE HOSPITALES CENTRALIZADOS Y DESCENTRALIZADOS/ CORDINADORES DE AREAS SANITARIAS Y DIRECTORES DE CENTROS DE SALUD	SUBSECRETARÍA DE GESTIÓN Y ADMINISTRACION MENDOZA, 02 DE SEPTIEMBRE DE 2024.-

ASUNTO: DESAYUNOS, MERIENDAS Y COLACIONES

En base a la recomendación realizada por la Dirección de Prevención y Promoción de la Salud dependiente de la Subsecretaría de Gestión de Salud, adjunta como ANEXO, en donde se prevé:

“...En función de las recomendaciones de alimentación saludable, se sugiere incorporar frutas frescas en la dieta diaria de los trabajadores de la salud en lugar de las actuales opciones de infusiones con carbohidratos refinados de alto índice glucémico y/o infusiones solas. Esta iniciativa está respaldada por evidencia científica y criterios epidemiológicos que destacan los múltiples beneficios de las frutas para la salud.

*Las frutas son una fuente excelente de **vitaminas esenciales**, como la vitamina C y la vitamina A, y minerales como el potasio y el magnesio. Estos nutrientes son cruciales para el buen funcionamiento del sistema inmunológico, la salud de la piel, la visión y la regulación de la presión arterial. Además, las frutas contienen **antioxidantes** que protegen el cuerpo contra el daño oxidativo y la inflamación, reduciendo **junto a otros factores de la dieta y modos de vida**, el riesgo de las enfermedades crónicas como el cáncer y las enfermedades cardiovasculares. Las frutas también son ricas en fibra dietética, lo que ayuda a mantener la salud digestiva, mejorando la sensación de saciedad y favoreciendo el desarrollo de una flora intestinal equilibrada y saludable. En comparación con alimentos ricos en carbohidratos refinados, las frutas tienen un bajo contenido calórico, lo cual puede contribuir a prevenir la obesidad, un factor de riesgo para diversas enfermedades crónicas...”*

Se solicita a los administradores de las instituciones dependiente del Ministerio de Salud y Deportes y a los Servicios de Nutrición, que se reemplacen las infusiones e infusiones con carbohidratos que actualmente se distribuyen entre el personal, en los desayunos, meriendas y/o colaciones por la incorporación de frutas frescas, en pos de colaborar en el cuidado de la salud de los trabajadores y de la prevención de enfermedades.

CIRCULAR Nº 16 SGYA / 2024

ANEXO

MINISTERIO DE SALUD Y DEPORTES



MENDOZA

Mendoza, 20 de Agosto de 2024

A LA SEÑORA
SUBSECRETARIA DE GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN
CDORA SABRINA CAVELLO.-

Nos dirigimos a ud para solicitarle considere la iniciativa enmarcada en el **Plan Provincial de Prevención y Promoción de la Salud**. En función de las recomendaciones de alimentación saludable, se sugiere incorporar frutas frescas en la dieta diaria de los trabajadores de la salud en lugar de las actuales opciones de infusiones con carbohidratos refinados de alto índice glucémico y/o infusiones solas. Esta iniciativa está respaldada por evidencia científica y criterios epidemiológicos que destacan los múltiples beneficios de las frutas para la salud.

Las frutas son una fuente excelente de **vitaminas esenciales**, como la vitamina C y la vitamina A, y **minerales** como el potasio y el magnesio. Estos nutrientes son cruciales para el buen funcionamiento del sistema inmunológico, la salud de la piel, la visión y la regulación de la presión arterial. Además, las frutas contienen **antioxidantes** que protegen el cuerpo contra el daño oxidativo y la inflamación, reduciendo **junto a otros factores de la dieta y modos de vida**, el riesgo de enfermedades crónicas como el cáncer y las enfermedades cardiovasculares. Las frutas también son ricas en **fibra dietética**, lo que ayuda a mantener la salud digestiva, mejorando la sensación de saciedad y favoreciendo el desarrollo de una flora intestinal equilibrada y saludable. En comparación con alimentos ricos en carbohidratos refinados, las frutas tienen un bajo contenido calórico, lo cual puede contribuir a prevenir la obesidad, un factor de riesgo para diversas enfermedades crónicas.

Diversos estudios epidemiológicos indican que la mayoría de las personas no consume la cantidad recomendada de frutas. La Organización Mundial de la Salud resalta que un bajo consumo de frutas y verduras está asociado con una mayor incidencia de enfermedades crónicas no transmisibles, como enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, diabetes y ciertos tipos de cáncer.

La exposición diaria a alimentos saludables es esencial para mejorar los hábitos alimentarios. La inclusión diaria de frutas en los desayunos, comidas y meriendas puede fomentar una mayor aceptación y preferencia por estas, reemplazando gradualmente opciones menos saludables. Para apoyar esta iniciativa, implementaremos programas educativos para informar sobre los beneficios de las frutas y cómo incorporarlas de manera atractiva en la dieta diaria.

Agradecemos su apoyo y colaboración en la implementación de esta iniciativa que contribuirá al bienestar y la salud de nuestro recurso humano.

Atentamente, *Equipo de ECNT :*


Dr. SANTIAGO ORRICO
Jefe del Progr. Prov. de Prevención y Detección Precoz de Cáncer de Cuello de Útero y Mama
MINISTERIO DE SALUD - MENDOZA


Dra. MARCELA VIVIANA PRALAPANÈ
COORDINADORA PROVINCIAL
Programa Regional Múltiples Quasitricas
Ministerio de Salud,
y Deportes


Lic. YANINA A. MAZZARESI EPELMAN
Dir. de Prevención y Promoción de la Salud
Ministerio de Salud y Deportes


Dr. Gustavo Cimino
Médico Cirujano
No. 97817


Dra. ROSA B. IBARRA
Mat. 2285
COORDINADORA DE PROGRAMA
Educativo de Asist. a Pers. con Diabetes
DIPPS - MSOSYD - GOBIERNO DE MENDOZA





Gobierno de la Provincia de Mendoza
República Argentina

Nota

Número:

Mendoza,

Referencia: CIRCULAR N° 16 SGYA / 2024

A: Sabrina Virginia Cavello (SGYA),

Con Copia A:

De mi mayor consideración:

El documento fue importado por el sistema GEDO con un total de 2 pagina/s.

Sin otro particular saluda atte.