

**Dirección General de Salud**  
**Dirección de Centros Comunitarios y Regulación Sanitaria**  
**Responsable: Dr. Gregorio García Hernández**  
**Dirigido a: Toda la población**



**Por tu Salud**  
*“¿Corres o Caminas?”*

Estadísticas de la Organización Mundial de la Salud pronostican que para el año 2029 mas del 70% de las **muerres por enfermedad** en el mundo estarán relacionadas con el **sedentarismo**. Mas exactamente por problemas de salud que han sido resultado de un estilo de vida pasivo, como son las enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus y obesidad.

**Por tu Salud:** es un **programa preventivo** enfocado a promover la actividad física al aire libre y la alimentación nutritiva.

- **Objetivo:**  
Fomentar estilos de vida saludable que **prevengan** a largo plazo el desarrollo de **enfermedades crónico degenerativas**, a través de la orientación por personal de Salud y Deportes.



**Informes al: 81-58-13-09 o en Jorge González Camarena # 103, Colonia Valle Dorado,  
San Nicolás de los Garza, N.L.**

**Horario de Lunes a Viernes de 8:00 a.m. a 4:00 p-m-**

Actualización 13-Feb-09