



## ¡Promovemos una vida más saludable en las comunidades de Cajabamba!

*Estilos de vida saludables para prevenir enfermedades*

*Por: Oficina de Comunicaciones*

Los Puestos de Salud de [#Sitacocha](#), [#Marcamachay](#), [#ElHuayo](#) y [#Colcabamba](#) vienen realizando importantes actividades educativas en sus comunidades e Instituciones Educativas, enfocadas en la promoción de una alimentación saludable, todo esto, dentro del marco de celebraciones por el Día Mundial de la Alimentación Saludable .

A través de charlas, dinámicas participativas y talleres, se ha sensibilizado a niños, jóvenes y padres de familia sobre la importancia de consumir alimentos nutritivos, evitar el exceso de azúcares y grasas, y mantener buenos hábitos alimenticios.

En las escuelas, se han desarrollado sesiones interactivas con apoyo de docentes, donde los estudiantes aprendieron a identificar alimentos saludables y a preparar refrigerios balanceados.

En las comunidades, se realizaron visitas domiciliarias y ferias informativas, fomentando el consumo de productos locales como quinua, papa, verduras frescas y frutas de temporada.

¡Gracias al compromiso del personal de salud y la participación activa de la población, seguimos construyendo comunidades más sanas y conscientes!

[#GobiernoRegionalCajamarca](#)

[#DiresaCajamarca](#)

[#RedIntegradaDeSaludCajabamba](#)