

# 10 OBJETIVOS para GANAR SALUD y BIENESTAR



01.

Promoción de hábitos de vida saludable

Incrementar los niveles de lactancia materna y el consumo de alimentos saludables en detrimento de los no saludables.



02.

Promoción de hábitos de vida saludable

Aumentar los niveles de actividad física y disminuir los hábitos sedentarios.



03.

Promoción de hábitos de vida saludable

Incrementar las horas y la calidad del sueño en la población.



04.

Promoción de hábitos de vida saludable

Incrementar la percepción de calidad de vida y de bienestar emocional.



05.

Promoción de hábitos de vida saludable

Incrementar la percepción de satisfacción con las relaciones sexuales para todas las partes, independientemente de su sexo, orientación o identidad sexual.



06.

Promoción de hábitos de vida saludable

Disminuir el tiempo dedicado al uso de aparatos electrónicos, en detrimento del tiempo dedicado a familiares y amistades.



07.

Promoción de hábitos de vida saludable

Incrementar las recomendaciones a la ciudadanía sobre activos comunitarios que facilitan una vida saludable.



08.

Fomento de responsabilidad social ante la salud por parte del sector empresarial

Incrementar el número de empresas con productos o actividades de consumo, que se comprometan a crear condiciones que favorezcan los hábitos saludables, así como un consumo justo y sostenible entre la población.



09.

Difusión y comunicación de información veraz y protección frente a mensajes y publicidad perjudiciales

Incrementar y favorecer la difusión de información sobre hábitos saludables, con contenidos relevantes, veraces y accesibles.



10.

Impulso a la gestión del conocimiento, la investigación y la innovación

Incrementar la formación y la investigación en el área de la promoción de hábitos saludables.

