

Promueve Gobierno Estatal hábitos de vida saludable en más de 180 entornos laborales

Posted on 2 de julio de 2023 by Diario Humano



Mediante el acercamiento que tiene el programa de Promoción de la Salud con diversas empresas

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. -A través de su programa de Promoción de la Salud, la secretaría estatal del ramo fomenta la implementación de medidas para la prevención de enfermedades infecciosas y crónico-degenerativas en más de 180 micro empresas de los cinco municipios, con la finalidad de que logren su certificación como entornos laborales saludables.

Es un esquema que de manera prioritaria impulsa los estilos de vida saludable con las y los trabajadores de pequeños comercios y prestadores de servicios, con la perspectiva de que reduzcan con esto las posibilidades de desarrollar padecimientos como la diabetes y la hipertensión y disminuyan riesgos por afecciones respiratorias y diarreicas, señaló la responsable del programa de Alimentación y Activación Física, Isabel Moreno de la Peña.

Es una estrategia federal que se retoma en Baja California Sur con la perspectiva de que desde los centros de trabajo se refuerce la cultura del autocuidado, indicó la servidora pública al explicar que en la primera fase se hace un diagnóstico general de la salud de las y los colaboradores, así como de las condiciones de sanidad en los establecimientos, a fin de definir un plan de intervenciones preventivas a desarrollar durante seis meses.

Dentro de estas medidas de vida saludable destaca la asesoría nutricional para el personal, con el planteamiento

de que priorice la ingesta de alimentos saludables, realice ejercicio diario y moderado, evite o reduzca el consumo de productos dañinos como son las bebidas alcohólicas, el tabaco y otras, a fin de que mejoren el funcionamiento del cuerpo y eviten con esto la presencia de patologías, abundó.

Además en este acercamiento con pequeñas empresas se les convoca a que mantengan la disponibilidad de alcohol-gel para seguir fomentando la desinfección frecuente de manos entre sus usuarios y trabajadores, al tener en cuenta que este hábito es fundamental para prevenir infecciones respiratorias y diarreicas agudas, al tiempo en que se les alienta para que desarrollen acciones continuas de higiene en áreas de uso común que favorezcan el cuidado de la salud, dijo Moreno de la Peña.