

Impulsan cultura preventiva entre personal de Salud BCS

Posted on 17 de enero de 2025 by Diario Humano



El personal de Salud BCS se convierte en promotor del bienestar entre la población.

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. -Como parte de las acciones que lleva a cabo para impulsar los estilos de vida saludable, que contribuyen de manera significativa para prevenir enfermedades crónico-degenerativas, como es la diabetes y la hipertensión, la Secretaría de Salud de Baja California Sur inició un reto para la reducción del peso corporal con su personal de oficinas centrales, mediante la mejora de sus hábitos alimenticios y la activación física.

Es una dinámica que se emprende en este inicio de 2025 con la convicción de que el fomento de la cultura preventiva debe iniciar en las propias instituciones de salud, con la participación voluntaria y entusiasta de compañeras y compañeros que con esto buscan mejorar el funcionamiento de su organismo, al tiempo de reducir riesgos por patologías que limitan de manera progresiva la calidad de vida, señaló la titular de salud, Ana Luisa Guluarte Castro.

Acompañada por los directores de Planeación y Proyectos, así como de Administración y Finanzas, Adrián Sobarzo



Larrañaga y Luis Donaldo Ramírez Robles, la médica expresó que se emprendió la iniciativa para motivar a las trabajadoras y trabajadoras a fortalecer la toma de decisiones benéficas para su bienestar y con esto convertirlos en promotores honorarios de los hábitos de vida saludable con otros sectores de la población.

Junto con la comisionada para la Protección contra Riesgos Sanitarios, Ethna Quiroz León, Guluarte Castro detalló que, en esta actividad, coordinada por el programa de prevención de Enfermedades Cardiometabólicas, se realizó un pesaje inicial y medición de cintura a un centenar de compañeras y compañeros, quienes recibieron un plan alimenticio semanal y sugerencias de ejercitación de acuerdo a sus circunstancias personales, a fin de que reduzcan su peso corporal. Durante dos meses tendrán orientaciones y pesajes semanales para evaluar sus avances. Se premiará a la mujer y hombre que al término de este periodo logren la mayor reducción.

La convocatoria para las sudcalifornianas y sudcalifornianos es que repliquen este reto al interior de su hogar. Pueden acudir a la unidad médica de su derechohabencia para recibir consejería médica y de profesionales. En el caso de las personas sin seguridad social pueden dirigirse al centro de salud de su colonia o comunidad para recibir consulta y consejería sobre los esquemas alimenticios y de activación física que pueden seguir para prevenir el sobrepeso, la obesidad y otras patologías que están asociadas a estos factores, finalizó la servidora pública.