



INABIE presenta panorama de salud de colaboradores evaluados durante jornada para prevención de factores de riesgos

Santo Domingo.- El Instituto Nacional de Bienestar Estudiantil (INABIE), presentó el panorama general de salud de los colaboradores que fueron evaluados con el programa “INABIE Saludable 2022”, iniciado el pasado 7 de noviembre en la sede de la institución con el objetivo de prevenir factores de riesgos al desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles.

El director ejecutivo del INABIE, Víctor Castro, externó el interés de la institución para que todos los trabajadores participen en las actividades que se estarán desarrollando para orientarlos y ayudarlos a tener una buena salud.

“En INABIE estamos trabajando una cultura de bienestar físico y mental que colabore con la buena salud de nuestros colaboradores, debemos mantenernos fuertes y en salud para seguir brindando los servicios con calidad a nuestros estudiantes”, explicó Castro.

Mediante el programa “INABIE Saludable 2022”, ejecutado por la Dirección de Formulación y Evaluación Nutricional en coordinación con la Dirección de Recursos Humanos y el apoyo de la Dirección Tecnología y el Departamento de Comunicaciones, fueron evaluados 332 servidores públicos, siendo el 61% mujeres y un 39% hombres, a quienes se le realizaron pruebas para determinar sus antecedentes de salud de acuerdo al índice de masa corporal (IMC), talla, nivel de glicemia, fuerza prensil, presión arterial, calidad del sueño y la alimentación.

Las estadísticas arrojadas evidencian la posibilidad de que el 37% de los colaboradores desarrollen enfermedades crónicas no transmisibles como diabetes, síndrome metabólico, presión arterial alta, entre otras condiciones como el estrés elevado en consecuencia de un estilo de vida distanciado de la buena nutrición y patrones de conductas relacionados con la salud. Además, un 72% del personal evaluado presenta sobrepeso y obesidad.

Dirección Ejecutiva adoptará medidas

La presentación de los datos obtenidos fue desarrollada por la encargada de Formulación y Evaluación Nutricional Dra. Ana Carolina Báez a la Dirección Ejecutiva, que dispuso la adopción de una serie de medidas para contrarrestar la situación que es similar a lo que se evidencia en las tendencias del país y el mundo.

Además, la encargada del Departamento de Nutrición, Dra. Yomaira Tejeda, compartió con los participantes las recomendaciones para ayudarlos a tener un mejor estilo de vida que les permita mantener y mejorar su estado actual de salud.

Por su parte, nutrióloga clínica y especialista en rehabilitación celular, Eva Nicole González, expuso durante la charla algunas pautas primordiales para tener una alimentación saludable a partir del consumo de vegetales, frutas, víveres, entre otros alimentos fuera de los que son los ultraprocesados y que hacen daño al organismo.

Asimismo, la psicóloga clínica y médico del Departamento de Gestión de Salud Escolar del instituto, Dra. Dilia Javier, explicó a los presentes los estragos generados por el estrés y cuales actividades se pueden practicar para disminuir los niveles de lo que definió como una reacción de cada cuerpo humano ante ciertas situaciones amenazantes que se puedan presentar durante el día.

Las charlas educativas y conferencias sobre la alimentación, estilo de vida saludable y estrés, se desarrollaron los días 14, 15 y 16 de noviembre en la sede del órgano de bienestar.