


<p style="text-align: center;">Buena Práctica de Promoción de la Salud en el Trabajo</p>	
<p style="text-align: center;">Promoción de la salud a los profesionales</p>	<p style="text-align: center;">Diciembre/2014</p>
<p>Descripción de la tarea</p>	

Muchos profesionales demandaban consejos sobre hábitos de vida saludables, sobre todo en los temas relacionados con la actividad física, la nutrición, el tabaquismo y la prevención de enfermedades profesionales. No existía ninguna actividad organizada para dar respuesta a esta demanda, y se intentaba dar respuesta derivando al profesional hacia la Unidad que se entendía estaba cualificada para su atención (U Deshabituación Tabáquica, U Nutrición, UPRL, Vigilancia de la Salud, etc).

Solución adoptada

Se ha desarrollado una actividad formativa de 10 horas de duración en donde se tocan aspectos tales como: deporte y salud, nutrición saludable, higiene postural y deshabituación tabáquica. Para ello se ha realizado un taller teórico práctico en donde los profesionales han hecho tablas de ejercicio físico, han practicado técnicas de higiene postural y han aprendido aspectos básicos sobre la nutrición saludable y el tabaquismo.

En la actividad han participado: Médico Preventivista, Médico Nutricionista, Médico Neumólogo, Enfermero, Técnico de PRL Ergonomía y Técnico PRL Higiene Industrial.

Resultados o consecuencias de la implantación de la Buena Práctica

Los profesionales han manifestado su satisfacción y se repetirá en 2015 una nueva edición.

Estado en el que se encuentra la Buena práctica

Finalizada y en condiciones para su continuidad

Autoría: MIGUEL PICHARDO CABRERA. UPRL 3-5 Área Hospitalaria Juan Ramón Jiménez