

INFORME DE JORNADAS DE SALUD AÑO 2023

La Dirección de Recursos Humanos ha venido desarrollando una serie de actividades correspondientes a prevención de enfermedades y mejora de la salud de nuestros colaboradores, con las siguientes actividades:

-Se han realizado diferentes jornadas como parte de las actividades del programa de salud ocupacional y bienestar:

JORNADA	Cantidad Colaboradores Alcanzados
Oftalmológica	74
Pruebas Covid	87
Vacunación DT	67
Tipificación y donación de Sangre	12
Vacunación Covid	8
Jornada de analíticas y sonografía	128
Total	376

SEMANA DEL BIENESTAR

Con el objetivo de desarrollar un ambiente de salud y armonía. Del 12 al 22 de septiembre, celebramos la Semana del Bienestar, compartiendo la importancia de esta semana, ofreciéndoles a los colaboradores:

- Espacios de salud mental y física
- Ambientes educativos y terapéuticos
- Especialistas
- Actividades de felicidad y de integración laboral y Familiar.

Con los siguientes objetivos:

1. Crear espacios laborales y familiares con colaboradores más felices y con menos estrés.
2. Aportar herramientas que contribuyan al mejoramiento de la salud mental y física de los colaboradores, de manera que faciliten el manejo de los conflictos en sus relaciones laborales y familiares.
3. Crear vínculos saludables entre los colaboradores que favorezcan un ambiente laboral y familiar funcionales.
4. Descubrir acciones de mejora del bienestar de los colaboradores.

A continuación, detallamos las actividades realizadas.

Capsulas informativas.

A través de los canales de comunicación del ministerio, se compartieron capsulas informativas con los siguientes temas:

La Salud Mental

Salud de tu corazón
Importancia de la Pausa Activa
Control de las emociones
Importancia del Grounding
Promoción de la Sala de Bienestar
Prevención del Dengue
Prevención de Covid-19 y/ o Influenza
Prevención de Covid-19 y/ o Variante JN-1

De igual forma se realizaron actividades orientadas a integrar y promover hábitos de vida saludables a los colaboradores del ministerio, estas fueron:

Charla “Prevención integral de la Salud”

En el marco de la Semana del Bienestar, se realizó la charla “Prevención Integral de la Salud”, impartida por las doctoras de nuestro dispensario médico Arisleida Aponte y Juana Sánchez, para todos los colaboradores de nuestra institución.

Esta charla se realizó con el objetivo de dar a conocer diferentes herramientas y elementos con los que contamos en nuestro entorno diario que nos ayudan a prevenir y detener enfermedades y llevar una vida más sana.

Esta actividad se llevó a cabo el martes 19 de septiembre a las 2:00 p.m., en el Salón Multiusos del ministerio.

Conmemoración día Contra la Lucha de Cáncer de Mama y Charla Importancia de la Detección Temprana (19 de Octubre)

- Jornada Medica Contra Cáncer de Mama (24 y 25 de octubre)

El martes 24 y miércoles 25 se realizó una jornada médica para todos los colaboradores de este ministerio, a fines de continuar con las medidas preventivas contra el Cáncer de mama. Dicha jornada conto con dos ciclos: el primer paso fue la toma de muestra para análisis médicos como perfil lípido, perfil tiroideo, hemograma, glicemia y marcadores tumorales, el segundo paso fue una sonomamografía. La jornada fue canalizada a través de ARS SENASA, quienes asignaron al Laboratorio CGE y tuvimos una asistencia de 177 colaboradores.

Charla Importancia de la Detección Temprana (20 de Octubre)

El viernes 20 de octubre en continuación con las acciones en pro a la lucha de cáncer de mama, se realizó una Charla de Bienestar como Estilo de Vida la misma fue impartida por el Sr. Eugenio Ríos, él cual cuenta con una Certificación Internacional Especialista en Running y Trail Running, certificación en Valoración Fisiológica y nutrición en el corredor, él mismo enfatizó en el cambio de estilo de vida y la constancia en los buenos hábitos contamos con una asistencia de 38 colaboradores.

- **Taller Vivencial Bienestar Integral (25 de Octubre)**

Para el cierre de las actividades y acciones relacionadas con la conmemoración de la lucha contra el cáncer en el mes de octubre, realizamos un taller con la Psicóloga Transpersonal Sra. Yubia Valette, la cual creo un espacio de cuidado y bienestar diseñado para cada uno de nuestros colaboradores donde exploramos diferentes aspectos de la salud y bienestar desde una perspectiva integral, enfocándonos en el equilibrio de tu mente, cuerpo y espíritu. El taller contó con el auspicio de la Fundación Pañoletas e impactamos a 30 colaboradores.

-El Comité de Emergencias y el Comité Mixto de Salud y Seguridad en el Trabajo realizaron sus encuentros correspondientes a fin de elaborar el plan de trabajo para este año 2023 EN MARZO 2023 y en junio 2023 como apertura de la temporada ciclónica donde se definieron los roles de cada departamento ante el paso de una tormenta y un huracán.

Simulacro de evacuación

El miércoles 25 de octubre realizamos con éxito en un lapso de 4 minutos el simulacro de sismo sin presentarse ninguna incidencia y/o contratiempo cumpliendo así con la planificación estatal estipulada.

Reuniones:

- Reunión de Brigadistas

El jueves 12 de octubre se realizó una reunión con todos los brigadistas de este ministerio con fines de refrescar los conocimientos en temas de medidas de las rutas de salida y la estructura del edificio, así como, trazar las pautas que se implementaron en el simulacro nacional llevado a cabo el miércoles 25 de octubre.

- Reunión Brigadistas Primeros Auxilios

El lunes 23 de octubre se realizó una reunión con los brigadistas de primeros auxilios para refrescar los conocimientos en temas de tratamiento y atención primaria a los colaboradores, estos recibieron un botiquín con los insumos necesarios para las emergencias que puedan surgir.



¡Ven a nuestra Jornada Mé

Pasos a seguir:

- 1 **Presentarse en ayunas** para hacerse las analíticas (perfil lipídico, perfil tiroideo, hemograma, glicemia, marcadores tumorales).
- 2 **Registrarse al llegar** (traer cédula, carné del socio y carné de empleado).
- 3 **Usar ropa cómoda para la sonomamografía** (de ser mayor de 40 años y de sexo femenino o tener el historial médico).

Seguros que no tendrán cobertura



La Dirección de Recursos Humanos
tiene el honor de invitarle a la charla

CÁNCER DE MAMA

Importancia de la detección temprana,
impartida por:



Doctor Elvin Castillo
Oncólogo

Fecha: jueves 19 de octubre de 2023
Hora: 9:00 a. m.
Lugar: Lobby del Ministerio