



Jornada de Charlas sobre hábitos y estilos de vida saludable en el contexto laboral

Dpto. de Promoción de Estilo de Vida Saludable.
APS - Ministerio de Salud de la Pcia. del Neuquén
Lic. Graciela Becker/Lic. Samuel García

Qué es un Lugar de Trabajo Saludable:

Aquél donde se tienen en cuenta temas de salud, seguridad e higiene y cuyo entorno físico y psicosocial favorece un estilo de vida saludable en sus trabajadores

Objetivos:

Generales

- Revalorizar el espacio laboral como fuente y espacio de salud física, mental, emocional y social de los trabajadores.
- Contribuir a disminuir los factores de riesgo de enfermedades no transmisibles en los trabajadores.

Específicos

- Mejorar las estrategias de comunicación para la promoción de la salud de acuerdo a la problemática y necesidades de sus trabajadores
- Promover la cesación tabáquica en los trabajadores. Fortalecer la estrategia de empresa 100% libre de humo
- Sensibilizar acerca de mejora en los hábitos alimentarios en el trabajo y por extensión en el hogar.
- Disminuir el tiempo sedente mediante la implementación de las pausas laborales activas y una vida con mayor actividad física en general en los trabajadores
- Promover hábitos de cuidado de la salud general y bucal en particular



Destinatarios: Personal BPN

Modalidad: Virtual - Plataforma del BPN

Días y Horarios: Martes - Jueves de 14 a 15 hs. (3 primeras semanas de Sep/2020)

Cronograma:

SEMANA 1	
<u>Martes 1 de Septiembre</u> Presentación de la Estrategia de Entorno Laboral Saludable. Lic. Graciela Becker Promoción de la salud en el contexto de las tres pandemias. Dr. Gabriel Tarducci Promoción de la Alimentación Saludable. Lic. Samuel Garcia	<u>Jueves 3 de Septiembre</u> Prevención de Enfermedades Crónicas. Dra. Romina Lujan La alimentación en el contexto de la nueva normalidad. Trabajo en casa, comida en casa.
SEMANA 2	
<u>Martes 8 de Septiembre</u> Promoción de la Actividad Fisca Prof. Guillermo Santamaría Comentarios y observaciones a cargo del Dr. Tarducci.	<u>Jueves 10 de Septiembre</u> Promoción de Ambientes libre de humo. Dr. Santiago Hasdeu Comentarios y observaciones a cargo del Dr. Tarducci
SEMANA 3	
<u>Martes 15 de Septiembre</u> Promoción de Salud Bucal Dra. Graciela Perotti Comentarios y observaciones a cargo del Dr. Gabriel Tarducci	<u>Jueves 17 de Septiembre</u> La promoción de la salud desde una mirada integral: contribución de la empresa a la salud y la calidad de vida de los integrantes de su comunidad. Visión Integradora de Temas Dr. Gabriel Tarducci



GOBIERNO
DE LA PROVINCIA
DEL NEUQUÉN

NEUQUÉN
PROVINCIA

JUNTOS
PODEMOS
MÁS

50 AÑOS
1970-2020
PLAN
DE SALUD
NEUQUÉN

MINISTERIO DE SALUD

Antártida Argentina 1245 Ed. 3 | Neuquén capital | (0299) 449-5590/91
www.saludneuquen.gob.ar