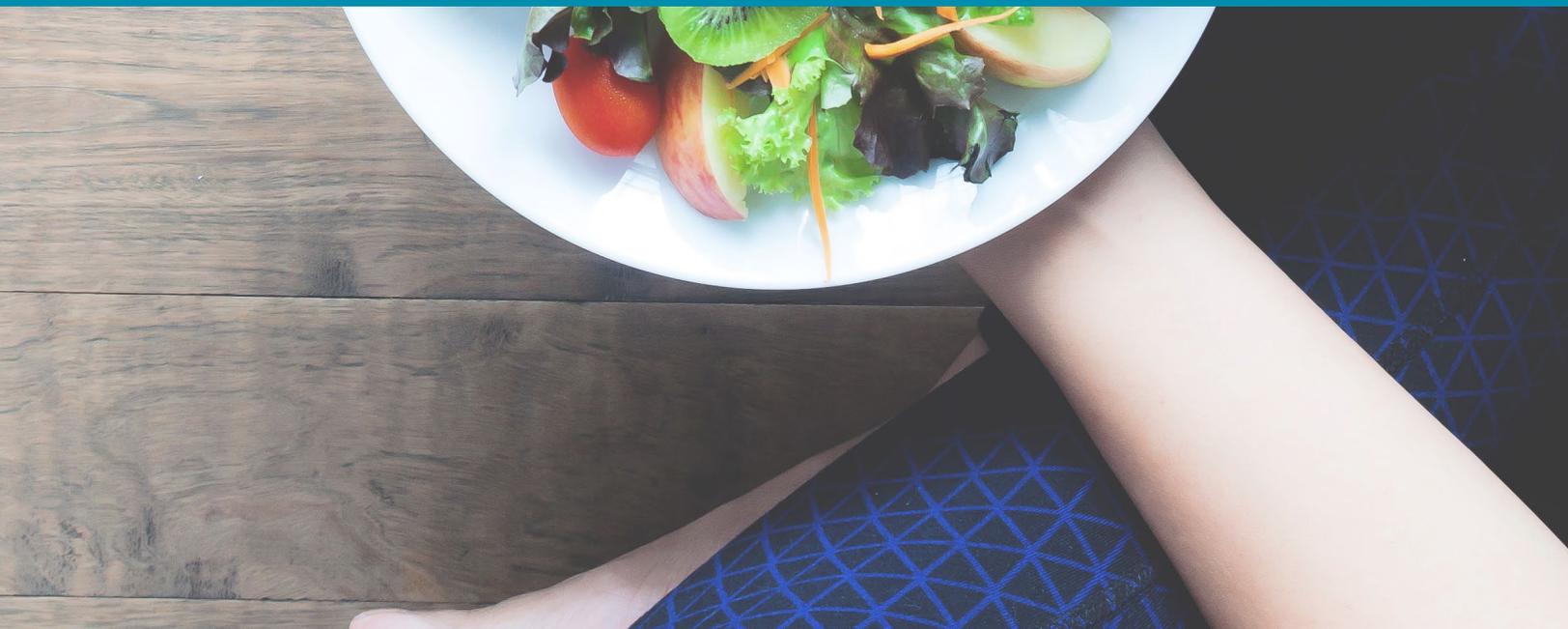


100 % ACTITUD = 100 % SALUD



NOTICIAS CELASI-URL

DR. BYRON MARTÍNEZ

Coordinador de Promoción

Centro Landivariano de Salud Integral «Pedro Arrupe, S. J.» (Celasi)

El Centro Landivariano de Salud Integral «Pedro Arrupe, S. J.» (Celasi) continúa trabajando y buscando las herramientas fáciles que permitan ofrecer a la comunidad landivariana pautas para un estilo de vida saludable que facilite el logro de una salud integral. En esta oportunidad, queremos informarle acerca de las actividades que se han realizado durante este primer ciclo del 2020, las cuales tienen como objetivo primordial buscar la salud, mediante la promoción de hábitos que benefician y modifican de manera positiva el estilo de vida, a fin de mejorar la calidad de vida. Con esto, el Celasi busca brindar, como siempre, una atención con alta calidad humana y científica, que contribuya a la excelencia en la formación integral, con los valores que sustenta la misión de la Universidad Rafael Landívar.

Nuestra primera actividad en enero fue la Jornada de Donación de Sangre, con el apoyo del Banco Nacional de Sangre del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS); durante la actividad, se recolectaron sesenta unidades de sangre, las cuales se donaron a los hospitales nacionales de Chimaltenango y Antigua Guatemala.

Durante febrero, iniciamos las visitas a los campus y sedes de la URL. El campus de Zacapa fue el primero en donde

se realizó la evaluación médica, nutricional y psicológica a estudiantes becados, se impartió el taller «Manejo de estrés y calidad de vida» a las y los colaboradores, y se llevó a cabo la feria de salud con la colaboración de estudiantes de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud. La segunda visita fue al campus de Cobán, donde se impartió también el taller «Manejo de estrés y calidad de vida» a colaboradores, y se realizó la evaluación médica, nutricional y psicológica a estudiantes becados. Durante los próximos meses, continuaremos con las visitas a los campus y sedes, esto dentro del proyecto de universidad saludable.

Otra de las actividades relevantes que dio inicio durante febrero, es la evaluación médica, nutricional y psicológica, además de un control de estudios de laboratorio como glicemia pre prandial (niveles de azúcar en sangre en ayunas), perfil de lípidos -que incluye colesterol total, HDL, LDL, triglicéridos y riesgo cardiovascular- a las y los colaboradores del Campus Central; esto con el objetivo de conocer el perfil de salud de los trabajadores, los factores de riesgo a los que están expuestos y la forma en que estos pueden afectar su desempeño laboral. Con los resultados obtenidos, se les proveerá de las herramientas y lineamientos para la construcción o reconstrucción de estilos de vida saludables acordes a la realidad nacional y sus condiciones socioeconómicas y culturales. La mejora de estos estilos de vida influye directamente en el rendimiento laboral y tiene un impacto positivo en el entorno, una vez los mismos sirvan como modelos de réplica en los ámbitos familiares y laborales. Así, se fortalece y se trabaja activamente en la construcción de una comunidad universitaria saludable.

Cabe destacar que durante febrero se iniciaron actividades de información sobre la enfermedad por coronavirus COVID-19, en las que se hizo énfasis en dar a conocer los síntomas y cómo prevenir esta enfermedad que ya es una pandemia, por lo que debemos estar informados y mantener la calma para combatir estratégicamente este problema.

En marzo, se tuvo la oportunidad de contar con la colaboración y apoyo del personal de la Unidad Nacional del Enfermo Renal Crónico (UNAERC), para la realización de tres videos informativos sobre el cuidado del riñón; esto como parte de las actividades de la conmemoración del Día Internacional del Riñón, contribuyendo en relación al tema de salud renal, dando información valiosa sobre el cuidado, síntomas y formas de prevenir la enfermedad renal en Guatemala, que se ha incrementado de una manera elevada.

Durante marzo, se continuó con las visitas a campus y sedes de la URL: en esta oportunidad fue el campus de Huehuetenango, donde se llevaron a cabo actividades de prevención en salud que beneficiaron tanto a estudiantes como a colaboradores, motivando a la realización de actividad física, alimentación saludable y llevar una buena salud mental.

Actualmente, estamos trabajando con el acompañamiento de estudiantes y colaboradores en informar sobre la prevención de la COVID-19: el área de psicología está dando atención y seguimiento a estudiantes y colaboradores con consultas en línea y un grupo de apoyo de personas que están o fueron afectadas por la COVID-19, el área nutricional está brindando apoyo con talleres y consultas en línea, y el personal de la sede del Celasi dentro del Campus Central brinda atención presencial y consultas médicas.

