

## Universidad Promotora de la Salud UBB impulsa estilos de vida saludables en Dirección de Vialidad de Ñuble

**Equipo compuesto por la académica del Departamento de Nutrición y Salud Pública, Gloria Cárcamo, y estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, realizaron una evaluación del estado nutricional y brindaron una charla informativa y de orientación a funcionarios de la repartición pública, sobre la necesidad de adoptar estilos de vida saludable para prevenir la aparición de enfermedades crónicas y otros problemas de salud.**



Un grupo de 26 funcionarios de la Dirección de Vialidad de Ñuble accedió a una evaluación de su estado nutricional junto a una breve consejería en relación a estilos de vida, alimentación y actividad física, con el fin de reducir el consumo de sal, de alimentos altos en grasa, y la excesiva cantidad de hidratos de carbono en la dieta.

La actividad se dio en el marco del Programa Universidad Promotora de la Salud UBB, y fue dirigida por las académicas Orieta Segura Badilla, directora del programa, y por la académica Gloria Cárcamo Vargas. Las tareas propiamente tales fueron realizadas por estudiantes de la carrera de Nutrición y Dietética.

Según explicó el analista de prevención de riesgos de la Dirección de Vialidad de Ñuble, Francisco González Mège, el grupo de funcionarios seleccionado presentó problemas en la Evaluación Preventiva realizada por la Asociación Chilena de Seguridad, evidenciando IMC, triglicéridos, presión arterial y glicemia fuera de los parámetros normales.



En la oportunidad se destacó que el mantener una buena calidad de vida depende, entre otras cosas, de los estilos de vida que cada uno asume.

“La Universidad del Bío-Bío, en su calidad de universidad pública y estatal, se posiciona como agente promotor de la salud, el bienestar y la calidad de vida, en el marco de la política de promoción de la salud del Ministerio de Salud de Chile. Es así como desde hace algunos años venimos realizando acciones de difusión y promoción de la salud no sólo en nuestra Universidad, sino en distintos espacios públicos y también asesorando a algunas instituciones que nos han pedido orientaciones en esta materia”, explicó la directora del Programa Universidad Promotora de la Salud UBB, académica Orieta Segura Badilla.



En esta línea el programa se ha propuesto promover la participación activa de la comunidad universitaria de la UBB en el desarrollo de estrategias tendientes a mejorar la calidad de vida al interior de ella y en su vinculación con el medio a través de un enfoque familiar y la formación de los estudiantes de pregrado de la UBB para su futuro liderazgo laboral.

La necesidad de adoptar estilos de vida saludable también se relaciona con el fenómeno del envejecimiento progresivo de las personas, y por tanto, la calidad de vida de las personas mayores. El poder tener una buena calidad de vida, depende de cuan bien las personas mayores puedan prevenir las limitaciones funcionales, la desnutrición y las enfermedades crónicas, para lo cual los estilos de vida juegan un rol trascendente.