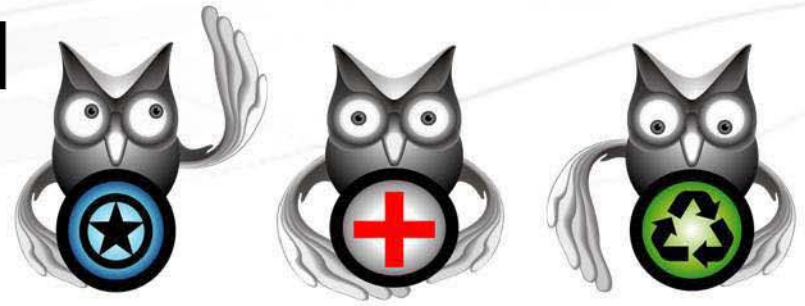




Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



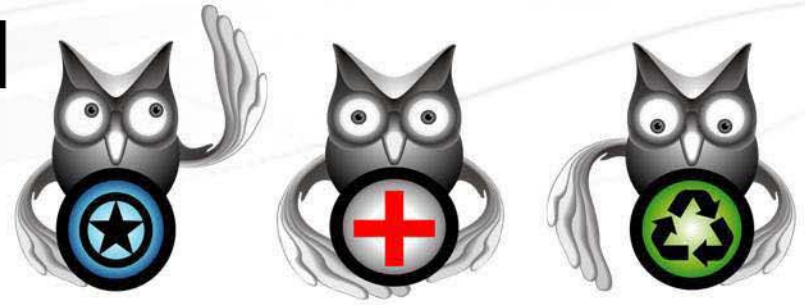
Estado nutricional de los empleados UCA

Con el propósito de evaluar y conocer el estado nutricional de los empleados de la UCA, estudiantes de la Maestría en Salud Pública, como parte de su trabajo de graduación, realizaron de enero a marzo de 2008 una investigación sobre este tema con una muestra de 245 personas.

En esta edición del boletín del Comité, te presentamos los resultados más importantes de dicho estudio.

Nutrición de empleados UCA

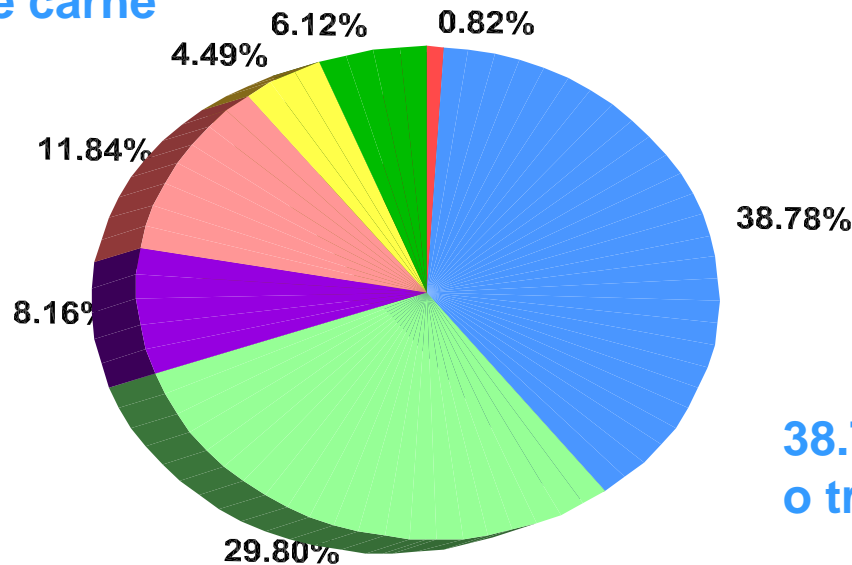
Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



Dieta de los empleados de la UCA

Como primer eje de análisis, en el estudio se analiza el consumo de alimentos, entre los que destacan la carne, leche, huevos y pupusas; y de líquidos como el agua.

Consumo de carne



Cada cuanto consume carne?

- Todos los días
- 2 a 3 veces por semana
- 1 vez por semana
- 1 vez por mes
- 2 veces por mes
- Nunca
- Otro

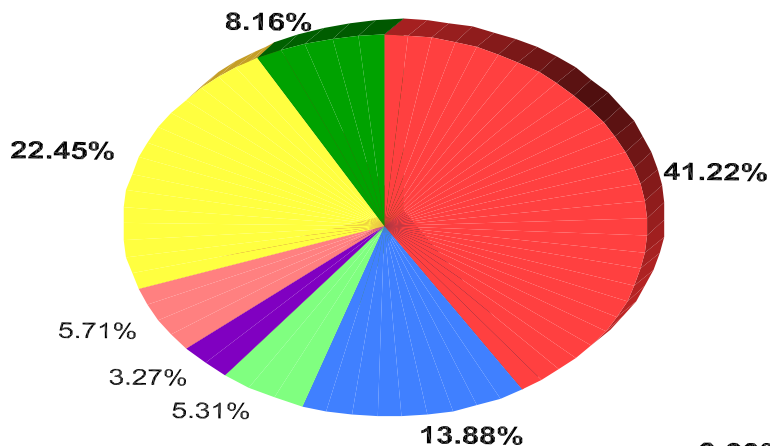
Pies show counts

38.78% consume carne dos o tres veces por semana

Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



Consumo de leche



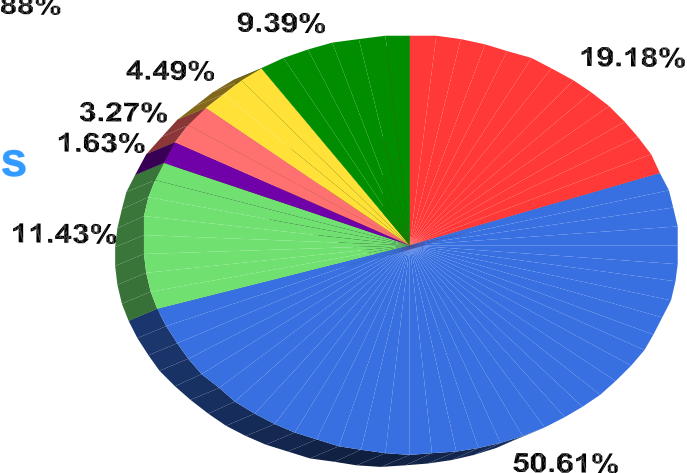
Cada cuanto consume leche?

- Todos los días
- 2 a 3 veces por semana
- 1 vez por semana
- 1 vez por mes
- 2 veces por mes
- Nunca
- Otro

Pies show counts

41.22% toma leche todos los días

Consumo de huevos



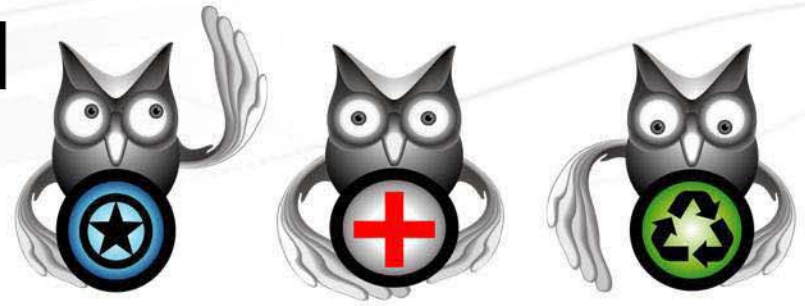
Cada cuanto consume huevo?

- Todos los días
- 2 a 3 veces por semana
- 1 vez por semana
- 1 vez por mes
- 2 veces por mes
- Nunca
- Otro

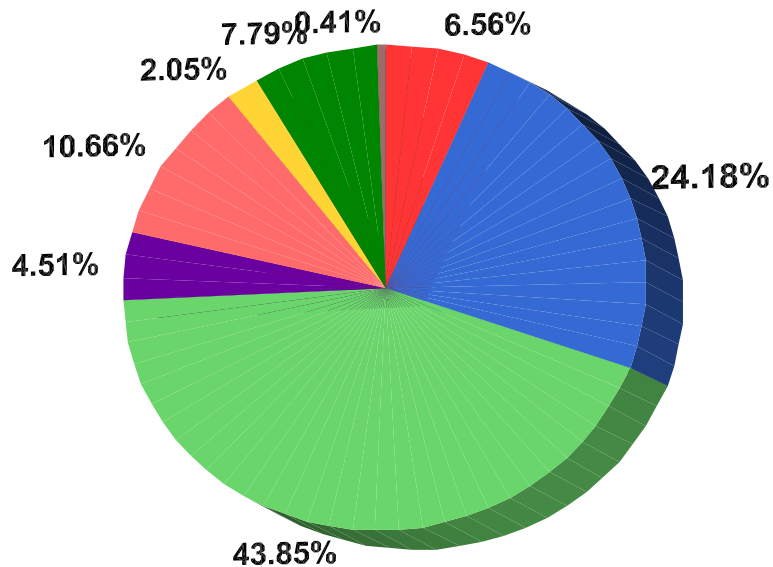
Pies show counts

50.61% come huevos 2 ó 3 veces por semana

Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



Consumo de pupusas



Cada cuanto consume pupusas?

- Todos los días
- 2 a 3 veces por semana
- 1 vez por semana
- 1 vez por mes
- 2 veces por mes
- Nunca
- Otro
- 9

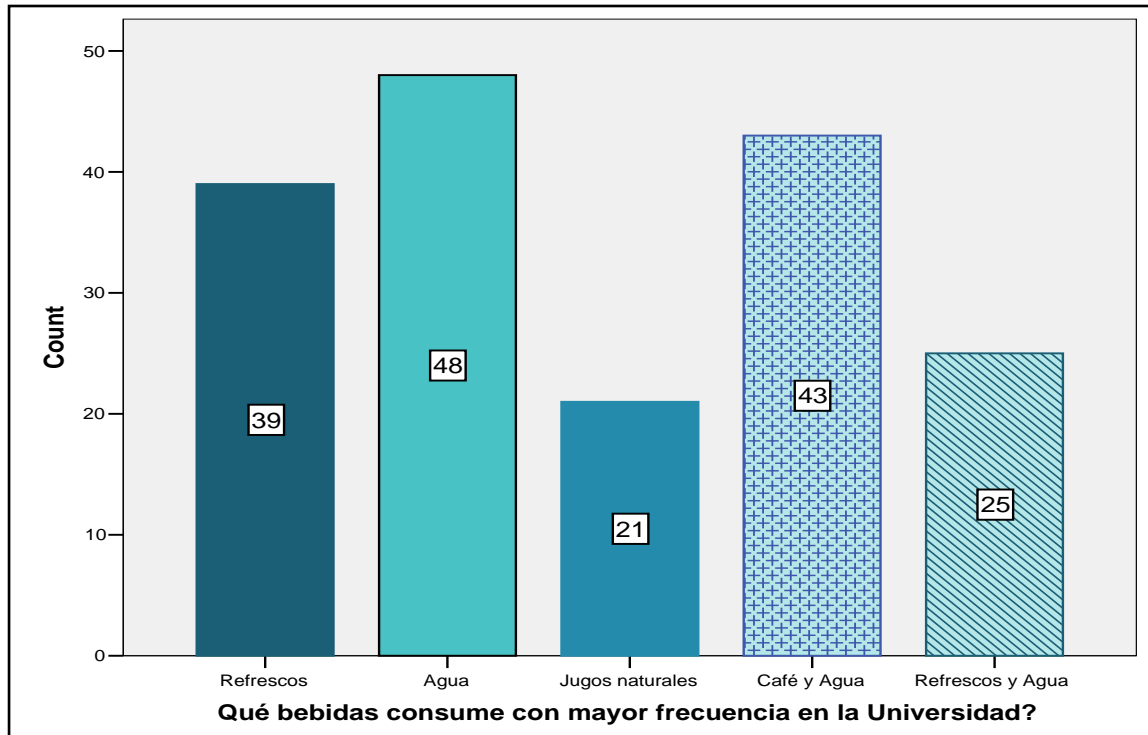
Pies show counts

43.85% come pupusas una vez por semana

Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



Consumo de agua (dentro de la Universidad)



El **48%** consume agua, esto es importante para evitar enfermedades en los riñones.

Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



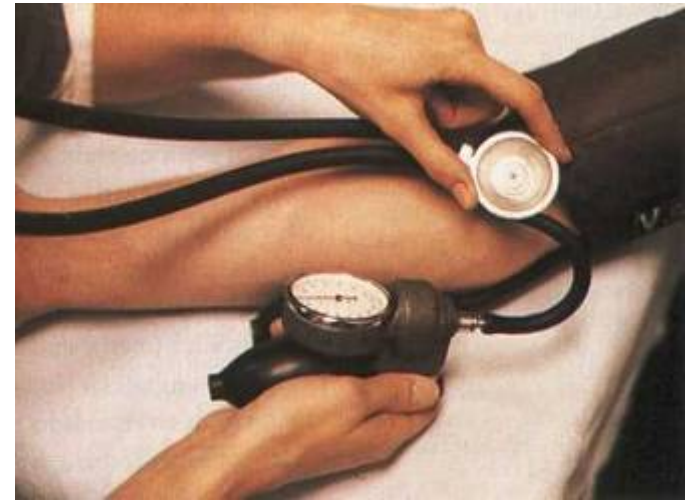
Patologías diagnosticadas relacionadas con el estado nutricional

Sobrepeso: Es la alteración nutricional más común en los empleados de la Universidad, sobre todo en los miembros del área administrativa y del género masculino. Lo cual implica que de existir otros factores, como el tabaquismo o el alcoholismo, los riesgos de padecer alguna enfermedad crónica aumentan.

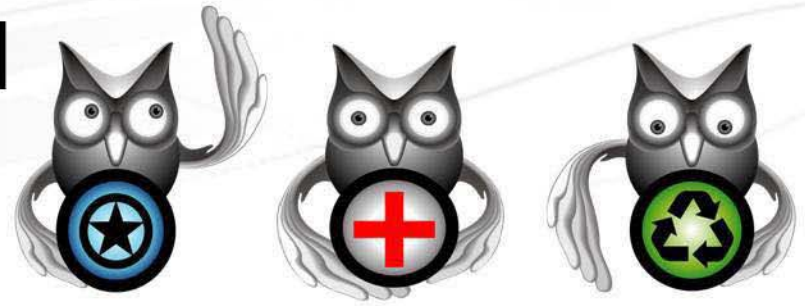
Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



Prehipertensión: El estudio revela que el 15% de la población estudiada se ubica dentro de la categoría de prehipertensos. Este grupo, de no acatar las medidas preventivas, podría desarrollar hipertensión arterial.



Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



Bomberos españoles imparten capacitación

Miembros del cuerpo de bomberos de España compartieron con los Subcomités y el personal de Mantenimiento de la Universidad diversos consejos y estrategias de atención en caso de emergencias. Entre los temas que se desarrollaron destaca la inmovilización de personas que han sufrido algún accidente: cómo colocarles el collarín y la manera correcta de trasladarlas. La actividad se realizó el 1 de diciembre del año pasado, en el auditorio del ICAS.



Comité en acción

Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



Charla sobre cáncer de mama



El 26 de febrero, en el auditorio del Edificio de Aulas “D”, cerca de 100 empleadas de la UCA recibieron una charla sobre el cáncer de mama: consecuencias, síntomas y prevención. La charla fue impartida por Evelyn Fátima de Chacón, ginecóloga de la Clínica UCA.

En la actividad, las asistentes tuvieron la oportunidad de resolver sus dudas e inquietudes sobre esta mortal enfermedad.

Comité en acción

Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



¿Sabías que padecer hipertensión arterial depende de tus hábitos de vida?

La hipertensión arterial, o tensión arterial alta, es una condición médica caracterizada por una elevación de la presión de la sangre por encima de los 140/90 mm Hg , lo que causa que el corazón trabaje con más fuerza. Con el tiempo, la hipertensión arterial puede dañar los vasos sanguíneos del cuerpo y producir derrames cerebrales, ataques y fallas del corazón, aneurisma arterial e insuficiencia renal.

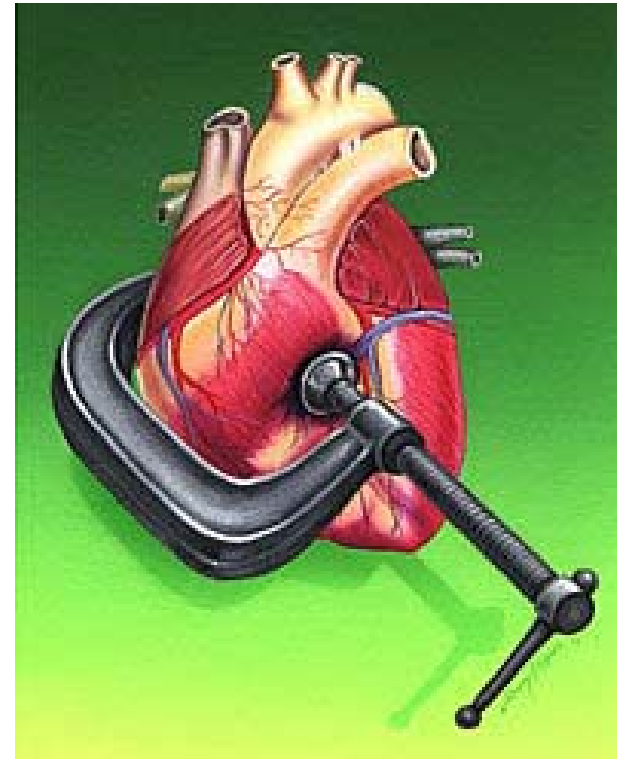
¿Sabías que...?

Comité de Seguridad, Salud y Ambiente



Entre los principales factores de riesgo se encuentran

- Alto consumo de sal.
- Modo de vida sedentaria.
- Fumar cigarrillos.
- Abuso del alcohol.
- Dieta saturada en grasas.
- Obesidad.
- Estrés.
- Causas genéticas.



¿Sabías que...?

**¡Eduquémonos en prevención de
riesgos y enfermedades
laborales!**

**Generemos una cultura de
prevención**

