

BUAP estrena programa para el bienestar integral de sus trabajadores

El Ciudadano · 31 de mayo de 2023

El proyecto tiene como meta fomentar la cultura de prevención y cuidado de la salud



En un ambiente entusiasta y lleno de energía, la **rectora de la BUAP, María Lilia Cedillo Ramírez**, inauguró el programa Bienestar Integral en Beneficio de la Salud del Trabajador Universitario (BIBeS TU), el cual busca fomentar una **cultura de prevención y cuidado de la salud**, en aras de un mejor desempeño laboral.

Te puede interesar: BUAP y Funsalud trabajarán en proyectos conjuntos

En compañía de directores de unidades académicas y de dependencias administrativas, la **doctora Cedillo Ramírez celebró la apertura de esta actividad**, ya que externó su preocupación por la salud de los universitarios.

“Hacía falta un programa como éste, que nos motive a cuidarnos y a hacer del deporte y la actividad física un hábito; ahora es una realidad”

María Lilia Cedillo Ramírez

Rectora de la BUAP

En el inicio de BIBes TU, el **director de Recursos Humanos, Sandro Reyes Soto**, subrayó la **importancia del programa**: “salud no significa la ausencia de enfermedad; más bien es un conjunto del estado físico, emocional, mental y laboral. Hoy gracias al apoyo de la Rectora presentamos esta actividad para el bienestar de los trabajadores”.

Los más de 500 administrativos reunidos en la Arena BUAP, directores, funcionarios universitarios y la rectora de la BUAP **realizaron una activación física como muestra de las dinámicas incluidas en BIBes TU**, ejercicios de cardio box y baile fitness, por ejemplo, con una duración de 30 minutos.

Programa BIBes TU

BIBes TU beneficiará a **más de 750 trabajadores de la Torre de Gestión Académica y Servicios Administrativos**.

Además de la actividad física, en nivel básico y avanzado, el programa incluye **mediciones de peso y talla, toma de glucosa y presión arterial**, un Test de Ruffier para identificar la frecuencia cardiaca y la condición física, así como diagnósticos posturales y ergonómicos.

Se trabajará de igual manera en **diagnósticos emocionales y mentales**, así como diversos talleres con apoyo de las facultades de Enfermería, Psicología y Medicina.

Al evento asistieron los titulares de la Coordinación General de Atención a los Universitarios, **Jorge Avelino Solís**; de Deporte y Cultura Física, **José Miguel López Serrano**; y de Gestión, **Juan Antonio Cruz Moctezuma**; además los vicerrectores de Docencia y de Investigación y Estudios de Posgrado, **Jaime Vázquez López e Ygnacio Martínez Laguna**, respectivamente, así como directores de unidades académicas y dependencias administrativas.

Foto: BUAP

Recuerda suscribirte a nuestro boletín

➡ <https://t.me/ciudadanomx>

📧 elciudadano.com



Fuente: El Ciudadano