

En Magallanes

Seremi de Energía implementó sala de pausa laboral activa

● El proyecto dotó de equipamiento destinado a generar bienestar y salud laboral para sus funcionarios a través de elementos capaces de disminuir el sedentarismo, contribuyendo al fortalecimiento y relajación de extremidades y articulaciones críticas del cuerpo que se ven sobreexigidas producto del trabajo en oficina.

Crónica

periodistas@elpinguino.com

La seremi de Energía, comenzó la implementación de la sala de pausa laboral activa, luego que el equipo regional se adjudicara los fondos que entrega el área de Bienestar del Ministerio para financiar, entre otras iniciativas, las que mejoren ambientes de trabajo y fomenten la salud laboral de sus funcionarios.

En este sentido fue que el responsable del proyecto, el periodista de la repartición, Maximiliano Martínez, presentó la idea de dotar a la oficina con una serie de implementos para la realización de actividad física en entornos laborales, agregando un componente recreacional.

“La idea fue fortalecer no sólo la salud física sino también la mental; es por ello que decidimos, además de adquirir colchonetas, bandas elásticas y un balón de pilates, por nombrar algunos, un tablero de ajedrez para ejercitar la mente”, detalló el profesional a cargo.

Según Martínez, el proyecto busca no sólo salud individual, sino también colectiva. “Queremos evitar lesiones fortaleciendo tanto la salud física como la de las relaciones laborales y el clima organizacional de nuestra oficina para que ello repercuta positivamente en nuestros usuarios”, detalló.

El profesional de las comunicaciones aprovechó la oportunidad para agradecer la instancia propiciada por el Ministerio de Energía que, me-

dante su equipo de Bienestar, ayudó desde el primer minuto a concretar la idea.

“Como encargado del proyecto y miembro del equipo estamos contentos y agradecidos por la motivación que recibimos de parte de los funcionarios de Bienestar y, al mismo tiempo, por el respaldo que nuestro seremi Sergio Cuitiño le dio a la iniciativa”, contó Martínez.

Asimismo, el titular regional de Energía, Sergio Cuitiño, valoró el proyecto “por sus efectos integrales en materia de salud física y mental; lo cual trae como consecuencia, disponer de ambientes laborales más sanos y orientados a promover el autocuidado”, subrayó la autoridad.

Cuitiño recaló que para el Ministerio de Energía es de gran interés impulsar instancias que apunten al mejoramiento de la calidad de vida y laboral de todos sus funcionarios.

“Esta sala representa ese espíritu de manera concreta y permanente; y es por ello que ha recibido el apoyo de la Seremi y el financiamiento del Ministerio, lo cual permite vislumbrar un gran impacto para el mejoramiento de la calidad de vida y abrir la posibilidad de que la idea sea replicada en otros servicios, dado lo sencillo, rápido y económico que resulta materializarla”, precisó el seremi Sergio Cuitiño.

Capacitación kinesiológica

Junto a la adquisición de implementos para actividad física y ocupacional, el proyecto contempló que el kinesiólogo Esteban Muñoz, ofreciera



CEDIDA

La seremi de Energía, comenzó la implementación de la sala de pausa laboral activa, luego que el equipo regional se adjudicara los fondos que entrega el área de Bienestar del Ministerio.

una capacitación introductoria al manejo de los dispositivos deportivos, sus beneficios y ejercicios prácticos para fortalecer y evitar lesiones en zonas críticas de las articulaciones y la estructura musculoesquelética en general.

“Como iniciativa, la encuentro muy buena, en la medida en que la sala y los implementos

sean usados con perseverancia”, sostuvo y añadió: “hasta donde sé, esta idea no está aplicada en ninguna otra repartición pública de la región. Creo que, por los bajos costos de cada implemento, replicar esta idea en ambientes laborales es súper beneficioso para los trabajadores, quienes sólo tienen que tener motivación y constancia”.