



Terapia Ocupacional al día

BOLETÍN INFORMATIVO No. 32

28 de octubre de 2022

PROGRAMA DE TERAPIA OCUPACIONAL DE LA UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

Continúan trabajando por la mujer silera



El programa de Terapia Ocupacional de la Universidad de Pamplona en el marco del proyecto de interacción social denominado "Habilidades de afrontamiento, resiliencia y salud mental en la mujer Silera" desarrolló una jornada psicoeducativa dirigida a los estudiantes del colegio Luis Ernesto Puyana y a las mujeres de Silos.

El proyecto reunió a más de 150 niñas de sexto a undécimo grado, quienes participaron de las actividades lúdico recreativas preparadas por los estudiantes de Terapia Ocupacional y dos de Psicología, con el objetivo de reflexionar sobre el papel de la resiliencia en la vida de la mujer y la importancia de tomar buenas decisiones. Para ello se realizaron juegos tradicionales y dos obras

teatrales que trataron temas de empoderamiento, hipersexualidad en la población infantil, resiliencia

vida de una manera responsable a través de la toma de buenas decisiones, sin prisas o por presión social. De manera simultánea en el parque principal del municipio se llevó a cabo una actividad productiva y expresiva productiva con un grupo de mujeres adultas para promover en ellas, una ocupación y alternativa mediante la cual pueden adquirir mayor independencia económica y reconocimiento social.

y proyección ocupacional.

Durante el encuentro, las niñas y jóvenes expresaron sus puntos de vistas y reconocieron la importancia de salir adelante, aunque se presenten adversidades y dificultades. Además de sensibilizarse sobre cómo disfrutar de cada etapa de

Hasta el momento la iniciativa ha sido exitosa puesto que ha logrado llamar la atención de la población cumpliendo con sus propósitos de favorecer buenos hábitos y rutinas y generar oportunidades ocupacionales.



PROGRAMA DE TERAPIA OCUPACIONAL

Realizan actividades para fomentar la salud laboral en el Hospital San Juan de Dios de Pamplona



que actividades podemos hacer en caso para manejar el estrés, estrategias dentro del espacio de trabajo para prevenir enfermedades crónicas o laborales”.

Por otra parte, los estudiantes del programa de Nutrición que también apoyaron la iniciativa explicaron como a través de una alimentación sana se puede cuidar el funcionamiento del corazón.

Cabe destacar que la participación en estas jornadas se afianza y estrechan los lazos entre el escenario de práctica y la universidad, además de contribuir con la salud de quienes cuidan a los pamploneses.

Con el apoyo de los estudiantes de la práctica de Salud Pública de Terapia ocupacional de la Universidad de Pamplona, se desarrolló una jornada de prevención de riesgos cardiovasculares y prácticas del autocuidado a través de hábitos estilo de vida saludables, dirigida el 14 de octubre de 2022, al personal de planta y contratistas de la E.S.E. Hospital San Juan de Dios de Pamplona.

actividad, “se manejó lo concerniente a la higiene postural y los procesos mentales superiores, relacionados con la memoria, el aprendizaje, entre otros.

También se brindó información sobre como se debe realizar el descanso y el sueño dentro de nuestros períodos laborales,

Fotografías (Cortesía del Hospital San Juan de Dios)

El espacio fue organizado por la oficina de Seguridad y Salud en el trabajo de la institución sanitaria con el fin de incentivar en los trabajadores la salud mental y laboral, la higiene postural, pausas activas y el cuidado del corazón por medio de la alimentación.

La profesora del programa de Terapia Ocupacional María Fernanda Camaro, explicó los temas abordados dentro de la

