

IPS FISIO S.A.S.

Nombre de la experiencia exitosa



Hábitos saludables.

¿En qué consiste la experiencia?

Se hizo una caracterización del personal para evidenciar riesgos psicosociales, osteomusculares y nutricionales. Luego se diseñó y ejecutó un plan de acción para cada una de las esferas: mental, nutricional y física.

- Mental: intervenciones individuales por parte de nuestro equipo de psicología, publicaciones y charlas para todo el personal, con el fin de abordar los aspectos más importantes en el equipo. Entre estos el manejo del estrés y del tiempo.
- Nutricional: medición de la composición corporal y bioimpedancia para hacer un plan de manejo.
- Física: evaluación y adecuaciones de cada puesto de trabajo y teletrabajo, implementación de pausas activas dirigidas por nuestro grupo de fisioterapia, capacitación para minimizar riesgos y exámenes ocupacionales.

¿Qué se resolvió o se está resolviendo?

Obtener calidad de vida dentro y fuera de las áreas laborales, que se vea reflejada en la esfera mental y física.

¿Hace cuánto lo están haciendo?

Dos años.

¿Cuáles son los resultados y la efectividad?

- Batería de riesgo psicosocial aplicada a 92 personas.
- Personas con riesgo psicosocial: 11.
- Apoyo en esfera mental individual: 3.
- Esfera nutricional
 - Personas con sobrepeso 60.5 %
 - Personas sedentarias 47 %
 - Personas con riesgo cardiovascular intermedio o elevado 42 %
 - Personas con exceso en porcentaje de grasa 92.1 %

Reconocimiento SURA

Al bienestar y competitividad en las empresas