

Inaugura UdeG Centro de Acondicionamiento Físico para mejorar salud de mil 200 trabajadores

Tendrá aparatos para ejercicio y actividades cardiovasculares, y habrá asesorías para mejorar la salud física y mental

El Rector General de la Universidad de Guadalajara (UdeG), doctor Ricardo Villanueva Lomelí, inauguró este lunes 23 de noviembre el Centro de Acondicionamiento Físico que estará a disposición de los mil 200 trabajadores administrativos y de servicio que laboran en el edificio de Rectoría General y que deseen mantenerse en forma.

El gimnasio, ubicado en el piso -2 de dicho edificio, forma parte del Sistema Institucional de Seguridad, Salud y Medio Ambiente (SISSAMA) de esta Casa de Estudio, y cuenta con aparatos para realizar ejercicio, un área para práctica de yoga, baile o rutinas cardiovasculares; además de regaderas, vestidores y baños para hombres y mujeres.

“Para la UdeG ha sido importante tener una relación con nuestros sindicatos, coordinarnos más allá del contrato colectivo y que seamos más sensibles y pensemos en las necesidades del día a día de nuestros trabajadores. Lo que inauguramos hoy es una señal de que cuando nos sumamos todos podemos pensar en proyectos y transformar un área que era una bodega en un espacio digno que impacte en la salud de nuestro personal”, declaró el Rector General.

La Coordinadora General de Recursos Humanos, maestra Celina Díaz Michel, dijo que el gimnasio atenderá a 840 personas cada semana, tanto para el área de ejercicio y clases, además de asesorías nutricionales.

“No es un gimnasio tradicional. Este Centro de Acondicionamiento Físico nace con la idea de atender recomendaciones que hacen cada vez con más fuerza la Organización Mundial de la Salud, la Organización Internacional del Trabajo y las normas federales como la 035, que entró en vigor de manera obligatoria el mes pasado y que tiene que ver con fomentar patrones saludables para control y seguimiento de enfermedades cardiovasculares”, explicó.

Especialistas darán seguimiento a los trabajadores con diabetes, hipertensión o sobrepeso; se orientará en estilos de vida saludables y fomento de la salud física y mental, añadió.

Anunció que en los próximos días pondrán a disposición de los trabajadores una aplicación mediante la cual podrán hacer cita de 6:00 a 22:00 horas para acudir al gimnasio y mantener las medidas de sana distancia durante la pandemia.

El espacio será sanitizado de manera constante y los usuarios deberán de usar cubrebocas, utilizar gel antibacterial y toallas desinfectantes para evitar contagios.

Los interesados pueden pedir informes en el teléfono 33-3134-2210, extensiones 12210 y 12209.

Atentamente "Piensa y Trabaja"

"Año de la Transición Energética en la Universidad de Guadalajara"

Guadalajara, Jalisco, 23 de noviembre de 2020

Texto: Mariana González-Márquez

Fotografía: Fernanda Velazquez

Etiquetas:

[Ricardo Villanueva Lomelí](#) ^[1]

URL Fuente:

<https://comsoc.udg.mx/noticia/inaugura-udeg-centro-de-acondicionamiento-fisico-para-mejorar-salud-de-mil-200-trabajadores>

Links

[1] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/ricardo-villanueva-lomeli>