



# Implementa SST programa de Estilo de Vida Saludable a personal de Guardia Estatal

Posted on 7 de mayo de 2026 by JOSE LUIS BERMUDEZ NUÑEZ

Mayo 07 de 2026

Ciudad Victoria, Tamaulipas.- Para continuar con el fortalecimiento de su salud y el rendimiento de quienes velan por nuestra seguridad, la Secretaría de Salud, a través de la Dirección de Medicina de Estilo de Vida Saludable, atendió el llamado del personal de la Guardia Estatal para otorgar una serie de actividades enfocadas a mejorar su rendimiento laboral y su salud personal.

Como parte de los proyectos del gobierno que encabeza Américo Villarreal Anaya, para implementar acciones de prevención a la salud, se aplicó este modelo de atención a más de 400 elementos de la fuerza de seguridad, a quienes se les dio capacitación especializada en fisioterapia, rehabilitación, nutrición, entre otras actividades.

La secretaria de Salud, Adriana Marcela Hernández Campos, informó que para

proteger la salud de hombres y mujeres que día a día arriesgan su integridad por la seguridad de la población tamaulipeca, esta dirección, de reciente creación, ha realizado más de 10 actividades de Estilo de Vida Saludable a este grupo de profesionales.

En estas sesiones, se incluyeron talleres sobre el comportamiento saludable, prevención de lesiones, y evaluación de riesgos de salud; se aplicó el modelo de atención individual en actividad física, nutrición, del sueño, manejo del estrés, relaciones sociales, entre otros.

Aunado a ello, se realizó capacitación especializada en fisioterapia y rehabilitación con un taller de entrenamiento físico en el que se incluye el estiramiento, relajación, respiración, movilidad y soltura; y debido a la naturaleza de su trabajo, se otorgó información sobre salud articular y prevención de lesiones.

A este grupo de participantes, se les aplicaron evaluaciones sobre el Sistema de Movimiento Funcional, para diagnosticar su calidad de movimiento y detectar áreas de mejora, además de técnicas de estiramiento para aplicar durante su jornada laboral.







 Print  PDF

Share this content: