

FADE saludable, un balance positivo

CERCA DE 1.000 PERSONAS DE 70 EMPRESAS HAN PARTICIPADO EN LA INICIATIVA DURANTE EL PRIMER AÑO DE SU PUESTA EN MARCHA, QUE SE CUMPLE AHORA

M. S. Oviedo

Con el webinar “cuidando nuestro corazón”, en el que la doctora Estrella Jiménez explicó los beneficios de mantener un estilo de vida activo y la importancia de una dieta variada, la Federación Asturiana de Empresarios (FADE), y Mercadona pusieron el 22 de noviembre el punto final por este año al programa “FADE Saludable”, en el que han participado cerca de 1.000 personas de un total de 70 empresas asturianas.

Con esta iniciativa, FADE y Mercadona quieren contribuir a la divulgación del concepto de la empresa saludable, inspirado en el modelo de ambiente de trabajo saludable de la OMS, un modelo que combina tanto la protección como la promoción de la salud definiéndola como “estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedades o afecciones”. La actividad física en la empresa repercute en la salud de los trabajadores y también en la mejora del clima laboral, la reducción del estrés y los estados de ansiedad, la rebaja del absentismo, la retención del talento, la mejora la productividad y el rendimiento y el refuerzo del sentimiento de pertenencia a la empresa, además de contribuir a la mejora de la responsabilidad social corporativa de las compañías que ponen en marcha estos pla-



ACTO DE ENTREGA DE LAS DONACIONES DEL DESAFÍO VIRTUAL SOLIDARIO. | LNE

nes. Además del patrocinio de Mercadona, FADE cuenta para esta iniciativa con la colaboración de Unicaja Banco, Tartiere Auto, CAPSA Food, OTEA, ALSA, EDP, ISASTUR, IMOMA, Seresco, Gijón Impulsa, Química del Nalón, Oquendo, DuPont, ESIPE, Grupo Pic, Take Fruit, Las Caldas Clinic Sport Health & Wellness, y QuoFitness. El ciclo de webinarios comenzó en marzo. La psicóloga Elena Alameda enseñó a identificar las manifestaciones del estrés y cómo afecta a mente y cuerpo, y dio unas pautas para neutralizar sus efectos en el organismo. En abril se inició una colaboración

con la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC), dedicando un webinar a destacar la importancia del cribado y estilo de vida saludable en la detección precoz del cáncer de colon. En junio, junto a AECC, se abordó cómo prevenir el cáncer de piel, con los consejos de la dermatóloga dra. Cayetana Maldonado, el farmacéutico Pelayo del Pozo (vocal de Dermofarmacia en el Colegio de Farmacéuticos de Asturias) y José Menéndez Oliva, paciente de melanoma de piel. En septiembre, la doctora Ana Sandoval, explicó cómo la genética clínica es capaz de leer y traducir nuestro libro de ins-

trucciones único y singular, y convertirlo en medidas preventivas y terapéuticas personalizadas. A lo largo del año en la web www.fade-saludable.es se habilitaron diferentes espacios de consulta para aclarar dudas sobre el cuidado de la salud.

Desafío virtual. En junio se celebró el desafío virtual solidario, con actividades: como caminar, correr, pedalear y hacer una marcha en familia. Más de 300 inscritos aportaron 1.530 euros a la Asociación Down Asturias. La Fundación EDP apoyó la iniciativa aportando 1 euro por cada kilómetro registrado, un total de 9.476 euros donados a la Fundación Banco de Alimentos de Asturias, la Cocina Económica de Oviedo y el Comedor Social de las Siervas de Jesús.

Golf y recetas. El Real Club de Golf de La Barganiza acogió en septiembre la II edición del Torneo de Golf AFA Formación #FADE-saludable. FADE Saludable también promovió un concurso de recetas que ganó la “Musakka Árabe”, creada por Rosa Alonso. Todas las recetas recibidas participaron en un sorteo de productos de Mercadona, en el que resultó agraciada la receta “La sopa de mi vida” de Ana Moreno. Además, el primer jueves de cada mes se publicó en la web una receta saludable en consonancia con la época del año y los alimentos de temporada.

Objetivos

Con esta iniciativa, FADE y Mercadona quieren contribuir a la divulgación del concepto de la empresa saludable. Este concepto está inspirado en el modelo de ambiente de trabajo saludable de la OMS, un modelo que combina tanto la protección como la promoción de la salud definiéndola como “estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedades o afecciones”.

La actividad física en el ámbito de la empresa repercute, no solo en la propia salud de los trabajadores, sino también en la mejora del clima laboral, la reducción del estrés y los estados de ansiedad, la rebaja del absentismo, la retención del talento, la mejora la productividad y el rendimiento y el refuerzo del sentimiento de pertenencia a la empresa, además de contribuir a la mejora de la responsabilidad social corporativa de las compañías que ponen en marcha estos planes.

Además del patrocinio de Mercadona, FADE cuenta para esta iniciativa con la colaboración de Unicaja Banco, Tartiere Auto, CAPSA Food, OTEA, ALSA, EDP, ISASTUR, IMOMA, Seresco, Gijón Impulsa, Química del Nalón, Oquendo, DuPont, ESIPE, Grupo Pic, Take Fruit, Las Caldas Clinic Sport Health & Wellness, y QuoFitness.

STEAM: profesiones de futuro, profesiones de mujer

FADE ENTIENDE QUE PROMOCIONAR ESTOS ESTUDIOS ES EFICAZ PARA OFRECER UN FUTURO MEJOR A LOS JÓVENES

M. S. Oviedo

Los conocimientos relacionados con las competencias STEAM, las siglas en inglés de Science (Ciencia), Technology (Tecnología), Engineering (Ingeniería), Arts (Arte) y Mathematics (Matemáticas), son la base de multitud de empleos hoy en día y lo serán aún más en el futuro. Esto se traduce en un incremento en la demanda de profesionales en todas las disciplinas, tanto científicas como tecnológicas.

A pesar de las puertas que abren estos estudios, al descenso general del número de alumnos que cursan carreras STEAM se une la escasa presencia femenina. Por eso, FADE entiende que promocionar los estu-



LETICIA BILBAO, DIRECTORA DE DESARROLLO EMPRESARIAL DE FADE, PRESENTÓ A TAMARA FERNÁNDEZ EN EL IES DE LA ERÍA. | LNE

dios STEAM es un medio eficaz para disminuir las altas tasas de paro juvenil y ofrecer a los jóvenes un mejor futuro laboral.

Además de una campaña en medios de comunicación y redes sociales, FADE ha celebrado talleres con estudiantes de ESO del IES La Ería de Oviedo, el CODEMA de Gijón y el IES La Fresneda, en Siero. En La Ería, el 28 de octubre participó de Tamara Fernández, ingeniera mecánica y socia fundadora de Ingeniacity. Tamara compartió con los estudiantes sus experiencias en ingeniería avanzada y sus aplicaciones en diferentes sectores: náutico, automoción y robótica. Especial interés suscitó la explicación de su diseño de un alerón para coches de competición.

La invitada en el CODEMA, el 3 de noviembre, fue Carla Álvarez, ingeniera de telecomunicaciones y responsable de Desarrollo de Negocio en E+ Ingeniería. Carla explicó los últimos avances en telecomunicaciones y las oportunidades que se abren a los licenciados en esta disciplina STEAM: big data, ciberseguridad, bioingeniería. También compartió con los asistentes su otra faceta: la de piloto de rallys. El 9 de noviembre, en el IES de la Fresneda, en Siero, Lidia Parra, consultora senior en CTIC, enseñó las pautas para que

los alumnos elaboren por equipos un proyecto de empresa tecnológica y lo presenten en formato vídeo.

Las propuestas más ingeniosas y mejor trabajadas se seleccionaron para ser defendidas hoy viernes en el acto del cierre del programa Fade-

LAS MEJORES PROPUESTAS SERÁN DEFENDIDAS HOY EN EL ACTO DE CIERRE DEL PROGRAMA

Massteam, en el que también participan Mariel Díaz, CEO y cofundadora de Triditiv; Susana Pascual, CEO de PixelsHub, e Isabel Santos, socia y socia y directora de desarrollo de negocio en Táctica TIC. FADE cuenta para este programa con el apoyo de CTIC Centro Tecnológico y su metodología propia-CTIC Smartkids-que permite lograr un aprendizaje activo y participativo en el ámbito de las competencias STEAM.