Instan a hispanos aprovechar alta de demanda de empleos en enfermería

Por: Redacción
editorial@noticiali.com

En el marco de la Semana Nacional de Enfermeras que se celebra del 6 al 12 de mayo, y ante la creciente demanda por enfermeras y enfermeros hispanos en los Estados Unidos, la Asociación Nacional de Enfermeras Hispanas (NAHN-National Association of Hispanic Nurses) e Hispanic Communications Network-La Red Hispana pusieron en marcha su cuarta campaña anual bilingüe para facilitar recursos y orientación a los estudiantes de preparatoria interesados en una carrera de alta demanda, de valor social y bien remunerada.

Con alcance nacional, la campaña multimedia en video, radio y redes sociales como Facebook y Twitter pone a disposición de las nuevas generaciones no sólo una hoja de ruta para acercarse al mundo de la enfermería, sino también las historias personales de jóvenes latinas y latinos que con esfuerzo y dedicación están logrando el éxito personal y profesional en la enfermería.

"Es una gran fuente de inspiración escuchar las historias de estudiantes de enfermería, nos recuerdan a todos, las poderosas razones por las que decidimos convertirnos en enfermeras, en especial la satisfacción de hacer la diferencia en la vida de nuestros pacientes", señaló la ex presidente de NAHN, Angie Millán, con más de 25 años de experiencia como enfermera titulada en el área de Los Ángeles, California.

(Foto: Hispanicsinnursing.org)

Campaña bilingüe facilita recursos y orientación a estudiantes de preparatoria interesados en la enfermería.

La nueva campaña enfatiza la importancia de que las latinas y latinos con interés en una carrera en enfermería aprovechen las oportunidades para hacer trabajo como voluntarios, busquen becas de estudios superiores y tomen cursos de matemáticas y ciencias tan pronto como sea posible en la escuela preparatoria (High School).

Bella Mercado, quien se graduó recientemente del Colegio de Enfermería, es una de las estudiantes, que comparte su historia personal de inspiración con el trabajo de la Madre Teresa de Calcuta, con los niños enfermos, más necesitados y vulnerables de la India. "La escuela de enfermería es una de las cosas más difíciles que he hecho en mi vida, pero ahora que terminé... estoy tan emocionada con lo que voy a hacer en la enfermería", comenta Bella en uno de los videos de la campaña. Los reportajes están disponibles en www.hispanicsinnursing.org y en www.carrerasenenfermeria.org.

"Me conmovieron las historias de los estudiantes y cómo se sintieron inspirados por el apoyo que reciben de los miembros de la organización (NAHN). Son las historias que queremos mostrar para que otros estudiantes sepan que no están solos y que existe un banco de mentores personales", señaló la vice presidenta de La Red Hispana, Mercy Padilla.

La Conexión de Mentores es una herramienta de NAHN para el reclutamiento y la retención de la fuerza de trabajo hispana en el campo de la enfermería. De acuerdo con cifras de NAHN, más de medio millón de puestos de trabajo en el área de enfermería estarán disponibles en los próximos años.

El estilo de vida saludable reduce riesgo de cáncer o diabetes

Por: Redacción
editorial@noticiali.com

Montar bicicleta o jugar tenis son uno de los deportes más recomendables para beneficiar nuestra salud, especialmente porque mejora la resistencia física y contribuye a ganar velocidad, fuerza y excelentes reflejos, siempre que se practique con prudencia y moderación.

Según el Dr. Mauricio León Rivera, director médico del Centro Detector del Cáncer y cirujano oncólogo de la Clínica Ricardo Palma, existen varios estudios científicos que corroboran que las personas que practican deporte aumentan en un 47% su expectativa de vida, lo mismo ocurre con entrenamientos de aeróbicos y/o natación, aunque el beneficio es menor.

Por ejemplo, luego de analizar los resultados de más de 8500 personas de una investigación de la Universidad de Oxford realizada en algunos países europeos entre 1994 y 2008 publicada en marzo del 2017 se concluyó que las personas que dijeron que no hacían ningún deporte tenían un riesgo de muerte por cualquier razón 47% mayor que aquellos que jugaron deportes de raqueta, 28% mayor para nadadores, 27% menor para los adeptos a los aeróbicos y gimnasia y 15% para los ciclistas.

En ese sentido, el especialista dijo que con dos o tres veces a la semana que se practique deporte y mejor si es de raqueta como el tenis, bádminton, squash o el frontón, deporte nacido oficialmente en el Perú en 1945, las condiciones saludables del individuo mejorarán notablemente ya que mejora la circulación, anima tanto al corazón como al cerebro, es una fuente inminente de liberación de estrés, desarrolla el crecimiento corporal y estimula el sistema motriz.

Cabe mencionar, que hacer actividad física moderada como parte de un estilo de vida saludable reduce el riesgo de cáncer y de otras enfermedades crónicas, como las enfermedades cardíacas, la diabetes o la hipertensión arterial. El sedentarismo puede además ocasionar aumento considerable del peso corporal, que a su vez incrementa el riesgo de este tipo de enfermedades o diferentes tipos de cáncer como de endometrio, riñón, mama, esófago, tiroides, próstata, colon o recto, siendo la obesidad responsable del 10 al 20% de cáncer en general.

(Foto: CDC)

Practicar deportes, como montar bicicleta, fortalece nuestro organismo contra muchas enfermedades.