

## Hospital de Santa Cruz: Comprometidos con el bienestar de equipo y comunidad

Ello se refleja en diversas actividades que organiza su club deportivo, como el cuarto torneo de tenis de mesa que comenzó esta semana.

**C**onscientes de la importancia de la actividad física como parte integral del bienestar de sus funcionarios, el Hospital de Santa Cruz ha dado inicio al cuarto torneo de tenis de mesa, organizado por su club deportivo institucional. El evento comenzó este lunes 9 de junio, convocando a trabajadores de diversas áreas que comparten el interés por el deporte y la vida saludable.

"La actividad física regular -como practicar deportes- es fundamental para mantener un estilo de vida sano. Su práctica ayuda a prevenir enfermedades no transmisibles, controlar el peso, mejorar la salud cardiovascular, desarrollar la musculatura y promover un mejor descanso. Por ello valoramos e incentivamos a los funcionarios del hospital a que se mantengan activos y practiquen deportes, ya que así se fortalecen ellos y también contribuyen a estar más activos en su vida diaria y laboral", resaltó el director del hospital, Dr. Sebastián Urzúa.

La autoridad añadió que, además, el deporte tiene un impacto positivo en la salud mental. Actividades como el tenis de mesa requieren concentración y foco en el momento presente, lo que contribuye a reducir el estrés y mejorar el estado de ánimo general.

Desde la dirección del establecimiento destacaron además que "el compromiso del Club Deportivo del Hospital y del Comité Paritario, organizadores de este torneo, con quienes seguiremos incentivando la participación en este tipo de instancias, ya que jornadas como ésta son esenciales para fortalecer un entorno laboral saludable, motivador y comprometido con la salud integral", dijo el Dr. Urzúa.

Respecto a ello, el secretario del club deportivo, Omar Silva, indicó que "el directorio de nuestro club deportivo que dirige el Dr. Mario Bustamante, en conjunto con el hospital y el comité paritario ha organizado esta actividad deportiva que inició el lunes 9 de junio y que finaliza

