

IIDCA - Noticias

<https://www.iidca.net/>

Hábitos Saludables: La panacea en Singapur.



Hábitos Saludables: La panacea en Singapur.

Singapur cuenta con un sistema de salud de clase mundial, en el que conviven costos

bajos y una excelente calidad de servicio, ha sido clasificado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como el mejor de Asia, por delante de Hong Kong y Japón.

Con un costo de salud pública del 33%, servicios de primera línea mundial, atención médica pública y privada de bajo costo y alta calidad que permite que nadie se quede sin cobertura y con planes subsidiados para que el 100% de los singapurenses tengan servicios de calidad.

Si bien es una de las principales economías emergentes mundiales, la visión está puesta en ofrecer a los ciudadanos prevención y cura del más alto nivel a residentes y extranjeros, los cuales estos últimos son un motor en la economía nacional.

En Singapur, el Health Promotion Board fomenta un enfoque holístico para llevar un estilo de vida saludable. Algunas de las prácticas saludables promovidas incluyen:

Actividad física: Diversos programas que invitan a divertirse y estar siempre activo

Alimentación saludable: Fomentar alimentos naturales, sin procesar, frutas, verduras, granos, etc.

Mental Well-being: Cuidar el bienestar mental de la población, fomentar actividades para reducir el stress y motivar a combinarlo con la actividad física y la alimentación.

Bajo esos tres ejes fundamentales, Singapur consiguió reducir sus costos de salud pública y mejorar la calidad de vida de sus ciudadanos.

Link to Original article: <https://www.iidca.net/noticias-news/habitos-saludables-la-panacea-en-singapur?elem=309028>