



Estilos de vida saludables en la Universidad: estrategias de intervención en el marco de la Red Española de Universidades Saludables.

A lo largo de estos últimos años se ha ido configurando la Red Española de Universidades Saludables (REUS), posiblemente uno de los programas de promoción de la salud centrados en entornos que más repercusión va a tener en relación a la calidad de vida de las personas que trabajan en las universidades o se forman en ellas; a menudo olvidamos que la universidad es posiblemente un entorno básico para abordar estas necesidades de salud de los diversos colectivos que conviven en ella: el grupo mayoritario lo conforma la juventud universitaria, que se encuentra en una etapa de la vida de gran importancia para la salud; en ella se desarrollan estilos de vida saludables o perjudiciales, crece la toma de decisiones autónomas, la independencia, etc. Por otra parte el profesorado y el personal de administración y servicios se consideran agentes de salud, con influencia directa en la salud del alumnado y como personas docentes y trabajadores con necesidades propias, ya que su vida se desarrolla allí durante un importante número diario de horas.

La Red Española de Universidades Saludables se constituye en 2008 con los objetivos de:

- potenciar la universidad como entorno promotor de la salud de la comunidad universitaria y de la sociedad en su conjunto;
- fomentar la Investigación y la Docencia en Promoción de la Salud y favorecer el intercambio de experiencias en Promoción de la salud;
- promover y favorecer el trabajo conjunto entre los organismos de salud pública, las instituciones comunitarias y las universidades.

Junto al trabajo en equipo con una visión multidisciplinar y transversal, un punto de apoyo importante es el contacto y el trabajo en red con otras universidades que aborden esta misma temática, tanto por el intercambio de experiencias y conocimientos como por el factor reforzador y el apoyo motivante que supone poder compartir los éxitos y dificultades con otras personas con perspectivas similares.

Evidentemente, sería adecuado que cada universidad desarrollase las características propias que marquen y supervisen el progreso de su propio proyecto, aunque deberían esforzarse por poner de manifiesto estas características que reflejen su compromiso y su inversión en salud. Junto con el compromiso asumido de potenciar la salud en la universidad, estos proyectos deben tener siempre presente de un modo especial la idea de mostrar y hacer evidentes los resultados y éxitos alcanzados para generar visibilidad, incrementando el perfil y la comprensión de las cuestiones de salud.

Poner en marcha un proyecto de este tipo implica un proceso a largo plazo, sin embargo, estas iniciativas no pueden implementarse de modo exitoso sin crear mecanismos que los permitan y capacidad para manejar e implantar el proyecto.

Es muy deseable integrar las diferentes disciplinas presentes en cada universidad y buscar el carácter transversal de las universidades saludables (tanto en cuanto a áreas de conocimiento como en cuanto a estructura organizacional). La promoción de la salud no es un asunto exclusivo de los tradicionales estudios vinculados a la sanidad, sino que es una experiencia muy enriquecedora estimular el conocimiento y la investigación en otras áreas como las ingenierías, el derecho o las humanidades, por poner algunos ejemplos, y ver qué pueden aportar a la promoción de la salud.

Todos los hechos comentados con anterioridad permiten otear el futuro con cierto optimismo y confianza en que las universidades sabrán aprovechar las oportunidades que ofrece para su propia institución y para sus trabajadores y estudiantes apostar por la promoción de la salud en la universidad.

Nos encontramos ante un momento crucial para lograr con éxito nuevos avances, especialmente aquellos que están centrados en insertar la visión de la promoción de la salud en los currícula formativos de los nuevos profesionales, debido a las reformas actuales que se están llevando a cabo en los planes de estudio en los diferentes procesos de convergencia con el Espacio Europeo de Educación Superior.

Pero además de ello, convendría destacar tres aspectos que deben ser tenidos en cuenta para realizar nuestra aportación de modo más eficiente: por una parte, aprovechando la sinergia que provoca el trabajo en red, se tendrían que homogeneizar los planteamientos básicos de lo que cabe esperar de una universidad saludable, sus características definitorias y sus modos de actuación; en otras palabras, generar unos criterios básicos acerca de qué entendemos por universidad saludable de tal modo que pueda ser identificada de modo diferenciada de otras universidades sin este compromiso por la salud.

Objetivos del encuentro:

- Establecer estrategias de actuación y colaboración entre los diferentes actores implicados, en especial para la promoción de la salud en el entorno universitario.
- Valorar la experiencia adquirida en programas de promoción de estilos de vida saludables en el entorno universitario.
- Identificar herramientas útiles para el desarrollo de acciones locales en el marco de la Red Española de Universidades Saludables (REUS).
- Debatir sobre cómo incorporar la estrategia universidad saludable en los planes estratégicos de las universidades y como ejercer abogacía con los responsables políticos y universitarios para favorecer estrategias y acciones de la REUS.
- Favorecer el desarrollo de investigación en estilos de vida y salud en universitarios y transferencia de dicho conocimiento a la sociedad.
- Potenciar la integración de conocimientos sobre estilos de vida saludables en el currículo universitario.

Coordinadores:

Antoni Aguiló Pons

Vicerector de Campus, Cooperació i Universitat Saludable

Miquel Bennasar Veny.

Director del Departament d'infermeria i Fisioterapia

Tot dos :Grupo de Investigación "Evidencia, Estilos de Vida y Salud", IUNICS, Universitat de les Illes Balears.

Begoña Merino Merino. Jefa del Área de Promoción de la Salud, Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad

Carmen Gallardo Pino. Coordinadora de la Red Española de Universidades Saludables.

Vicerrectora de Política Social, Calidad Ambiental y Universidad Saludable. Universidad Rey Juan Carlos

Resumen de participantes:

Representantes de 15 universidades

Intercambio de experiencias y proyectos relacionados con universidades saludables

fotos

