



Resumen del Programa Universidad Saludable

© Copyright 2021. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua (UNAN-Managua)
Todos los derechos reservados

UNIVERSIDAD SALUDABLE

UNAN-MANAGUA

Introducción

La Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua (UNAN-Managua) como universidad pública, tiene definido en su Proyecto Institucional en todos sus niveles de formación, contribuir al desarrollo sostenible, formar profesionales y técnicos que tengan una actitud emprendedora, ética y crítica, que contribuyan al desarrollo equitativo del país y a la construcción de una sociedad humanista y en armonía con el medio ambiente.



En este marco el Programa de Universidad Saludable desde el año 2008, ha promovido un estilo de vida saludable en la comunidad universitaria, como estrategia fundamental para la concientización y sensibilización que garantice un entorno de trabajo saludable. Sin embargo, a partir del año 2020, el programa se plantea la visión de trascender a lo físico, lo mental y lo social bajo un enfoque multidisciplinario, colaborativo e inclusivo, que permita la promoción del desarrollo de competencias, habilidades y capacidades en construcción, de una cultura de salud integral, amigable, con el ambiente a través del enriquecimiento de programas de vinculación y coordinación, multidisciplinaria, interuniversitaria e intersectorial, a través de la educación ambiental para la salud, el autocuidado, el desarrollo de habilidades y competencias para mantener, mejorar y recuperar la salud, el bienestar y la calidad de vida a nivel individual y colectivo, trascendiendo a la comunidad

Marco Legal

La unidad responsable de la ejecución del programa deberá velar por el cumplimiento de las normas legales en todos los campos posibles. Las principales normas legales en la legislación ambiental y de salud del país que tienen relación con el programa, se fundamentan en la Constitución Política de la República de Nicaragua, Capítulo III Derechos Sociales, (Reformas al texto aprobado por el artículo Décimo Primero de la Ley No. 854), en su Artículo 60, establece que: Los nicaragüenses tienen derecho de habitar en un ambiente saludable, así como la obligación de su preservación y conservación. El bien común, supremo y universal, condición para todos los demás bienes, es la madre tierra; ésta debe ser amada, cuidada y regenerada. El bien común de la Tierra y de la humanidad, nos pide que entendamos la Tierra como viva y sujeta de dignidad. Pertenece comunitariamente a todos los que la habitan y al conjunto de los ecosistemas.

De acá, que el marco legal aplicable para el desarrollo de las diversas actividades realizadas en las diferentes líneas estratégicas del Programa de Universidad Saludable, corresponde a:

- ✓ La Constitución Política de Nicaragua, artículo 125, donde se establece que las universidades y centros de educación técnica superior, gozan de autonomía académica, financiera, orgánica y administrativa de acuerdo con la ley.

- ✓ Constitución Política de la República de Nicaragua. Artículo 59 Derecho a la Salud y artículo 60 Derecho al ambiente saludable.
- ✓ Código del trabajo. Ley No. 185. Título V De la Higiene y Seguridad Ocupacional y de Riesgos Profesionales. Capítulo I De la Higiene y Seguridad Ocupacional.
- ✓ Ley para el Control del Tabaco, reglamento de la ley No. 727, publicada en La Gaceta No. 151 del 10 de agosto del 2010.
- ✓ Proyecto Institucional Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua. Plan Estratégico Institucional 2015-2019 UNAN-Managua. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua.
- ✓ Resolución No. 10 del 2012 del Consejo Universitario en la que se define a la UNAN-Managua como Universidad libre de humo de tabaco.
- ✓ Reglamento para el manejo de los residuos biológicos infecciosos (RBI) de la UNAN Managua. Aprobado en Consejo Universitario, en sesión ordinaria No. 05-2015 del 8 de mayo 2015.
- ✓ Política de Extensión Universitaria 2017-2019, aprobada por el Consejo Universitario, Sesión ordinaria No 08-2017 del 28 de abril del 2017. (Área Universidad Saludable, p. 21)

Misión y Visión

Misión

Preservar los espacios e instalaciones de la universidad como ambientes y entornos saludables e inclusivos, con la participación de la comunidad universitaria, a través de la educación ambiental para la salud, el autocuidado, el desarrollo de habilidades y competencias para mantener, mejorar o recuperar la salud, el bienestar y la calidad de vida a nivel individual y colectivo trascendiendo a la comunidad.

Visión

La UNAN-Managua es una institución de educación superior pública y autónoma de referente nacional y regional, en donde el ambiente y la salud de la comunidad universitaria, trasciende a lo físico, lo mental y lo social bajo un enfoque multidisciplinario, colaborativo e inclusivo que permita la promoción del desarrollo de competencias, habilidades y capacidades para construir una cultura de ambiente saludable a través del enriquecimiento de programas de vinculación y coordinación, multidisciplinaria, interuniversitaria e intersectorial.

Objetivos del Programa

Objetivo General

Modelar institucionalmente una cultura promotora del ambiente y auto cuidado de la salud, a través de procesos transversales participativos, colaborativos e incluyentes, incorporados en el quehacer sustantivo de la Universidad, como son la formación, investigación, extensión y gestión, con el protagonismo de la comunidad universitaria, para la creación de entornos favorables.

Objetivos Específicos

- ✓ Promover valores socio ambientales, psicosociales, culturales y deportivos saludables, que favorezcan el desarrollo de actitudes responsables dentro y fuera de la universidad a través de los procesos transversales, participativos, colaborativos e incluyentes en el marco del compromiso con el desarrollo humano sostenible.
- ✓ Promover actitudes y comportamientos que propicien el bienestar integral y los estilos de vida saludables de la comunidad universitaria y su entorno.
- ✓ Promover la gestión de intercambios de experiencia nacional e internacional, investigación en la promoción de la salud, el ambiente, discapacidad, adulto mayor, hábitos alimentarios, alianzas y trabajo en redes en los procesos participativos de la comunidad universitaria.
- ✓ Consolidar el voluntariado estudiantil orientado a la ejecución de acciones de acuerdo a los ejes temáticos de la promoción de la salud y el ambiente.
- ✓ Establecer relaciones con otras universidades y centros de investigación y educación superior, impulsando su proyección internacional y facilitando la movilidad de los miembros de la comunidad universitaria.
- ✓ Contribuir a que las personas con discapacidad dispongan de oportunidades para su desarrollo en un ambiente sano, psicosocial, cultural y deportivo saludable.
- ✓ Articular acciones de educación ambiental, salud social, con la comunidad universitaria que lideren procesos de paz, participación, resolución de conflictos, convivencia, discapacidad y atención al adulto mayor.
- ✓ Difundir los ejes temáticos del programa y sus ámbitos de influencia.

Principios del Programa

Los principios y valores que condicionan el Programa Universidad Saludable están basados en los principios generales que orientan el quehacer de la UNAN-Managua; de estos se extraen los que califican para el programa:

- ✓ Compromiso social: Debe llevar a la Universidad a interactuar con una profunda actitud ética, reformulando las diferentes modalidades de acción comunitaria, observando los resultados en los distintos escenarios de intervención y el impacto en la formación de profesionales con compromiso social.
- ✓ Principio de equidad e igualdad: Entendida como la disposición de lograr la igualdad de oportunidades de desarrollo para hombres y mujeres, sin exclusión, de acuerdo con sus propias condiciones y necesidades.
- ✓ Respeto a los derechos humanos: Condición indispensable para el funcionamiento de la Institución en el trato a la comunidad universitaria y a la sociedad en general.
- ✓ Principio de respeto a la diversidad: Entendida como la capacidad de admitir las diferencias de las distintas expresiones de la diversidad entre las personas, en cuanto a opiniones, creencias, orientación sexual, preferencias, formas de vida, de género, origen étnico, forma de hablar y de actuar, apariencia física, estatus o cualquier otra.
- ✓ Respeto al medio ambiente: Es la responsabilidad humana, individual y social de proteger el mundo en el que vivimos. Este principio se basa en el imperativo de no dañar más al planeta, del que dependemos, así como en el objetivo de asegurar el bienestar de todos los seres vivos con los que compartimos en la tierra.

- ✓ Principio de tolerancia y solidaridad: Implica la aceptación y el aprecio por la diversidad cultural, el conocimiento, la actitud de apertura, la comunicación, la libertad de pensamiento, conciencia, religión y credo político que permita la armonía en la diferencia forjando una cultura de paz, amor y solidaridad por nuestros semejantes, así como el respeto a las instituciones, las leyes y autoridades.
- ✓ Responsabilidad social e institucional: Consiste esencialmente en la contribución al cuidado y conservación del ambiente, del patrimonio de la comunidad, así como contribuir a elevar la calidad de vida. Incluye también la mejora de las capacidades de sus recursos humanos, así como desarrollar un marco democrático transparente y confiable.
- ✓ Identidad institucional y sentimiento de pertinencia: Principios que tienen que ver con la forma como nos vemos colectivamente, con nuestros propósitos, cultura, tradición, condición social o ideas, lo que permite identificarnos con unos y otros, a fin de articularnos como un gran grupo.



Estructura organizativa del Programa



La implementación del programa es progresiva, por procesos, servicios, módulos temáticos en función del quehacer de cada instancia durante un periodo de diez años, a partir del año 2021 de conformidad al plan de acción establecido en el Programa y en coordinación con las distintas Unidades Académicas de la UNAN-Managua.

Estrategias de intervención para organizar las actividades del programa para la gestión del cambio.



¡A la libertad por la Universidad!

Principales acciones del Programa

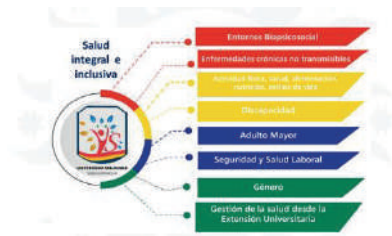
- ✓ Normativas
- ✓ Estudios e Investigaciones
- ✓ Cursos presenciales y virtuales
- ✓ Capacitaciones (Talleres, charlas, seminarios y conferencias)
- ✓ Campañas
- ✓ Ferias
- ✓ Diseño y divulgación didáctico
- ✓ Seguimiento, monitoreo y evaluación para la mejora continúa del Programa Planificación estratégica por Unidad Académica, decenal, quinquenal, anual y semestral)

Componentes del Programa

El Programa está constituido por dos grandes componentes que son Salud Integral y Ambiente en entornos Saludables.

Salud Integral incorpora las siguientes líneas estratégicas:

- Entornos Biopsicosocial (manejo de stress, salud sexual, adicciones, relaciones interpersonales, violencia intrafamiliar).
- Enfermedades crónicas no transmisibles
- Actividad física, salud, alimentación, nutrición,
- estilos de vida.
- Discapacidad
- Adulto Mayor
- Seguridad y Salud Laboral.
- Género.
- Gestión de la salud desde la Extensión Universitaria
- (comunidades saludables).



Ambiente y Entornos Saludables

- Gestión integral de residuos sólidos (Quioscos-socio ambientales, regencia química, gestión de residuos peligrosos y no peligrosos).
- Gestión integral de residuos sólidos (Quioscos-socio ambientales, regencia química, gestión de residuos peligrosos y no peligrosos).
- Gestión integral de residuos sólidos (Quioscos-socio ambientales, regencia química, gestión de residuos peligrosos y no peligrosos).
- Gestión integral de residuos sólidos (Quioscos-socio ambientales, regencia química, gestión de residuos peligrosos y no peligrosos).



Resultados Generales Esperados del Programa

- 212 acciones integrales
- 350 tareas interdisciplinarias
- 223 resultados
- 12 líneas estratégicas

Actividades desarrolladas durante el año 2020

Actividades realizadas:

Dentro del eje temático de Actividad Física:

Desarrollo del trabajo cardiovascular (aeróbico),
Desarrollo de actividades relacionadas con la fuerza y/o la resistencia muscular.
Aplicación de actividades relacionadas con la flexibilidad, relajación.
Creación de gimnasia al aire libre.



Se promovió aumento de la actividad física entre docentes y trabajadores administrativos en actividades como:

1. Gimnasia laboral: con el apoyo del Departamento de deporte se establecieron dos días a la semana para realizar actividades en las oficinas los días martes y jueves.
2. Grupo fitness: mediante la participación de docentes y administrativo se mantuvo funcionando el grupo estableciendo martes y viernes con el apoyo de deporte; resto de la semana con un promotor de cultura Juan Rivera al cual se apoyaba con una colaboración económica simbólica haciendo ejercicios aeróbicos y zumba. Las actividades se realizaban en aulas de la Facultad de Ciencias Médicas aula 2405 en horario de 12 md a 1 pm. Esta actividad se vio interrumpida por la Pandemia de Covid 19 durante el Segundo Semestre del año, con un número de participantes entre 15 a 20 entre docentes y trabajadores administrativos.
3. Participación de Caminatas Saludables, promovidas por la dirección de extensión, dirección de Deporte y la Vice rectoría.
4. Charla sobre actividad física a trabajadores de la Biblioteca en el mes de marzo 2020.

Con respecto a la salud sexual:

Ofrecer talleres, cursos, charlas o seminarios en temas relacionados a las características de la adolescencia, el riesgo preconcepcional, infecciones de transmisión sexual ITS, VIH, otras.
Dar consejerías y asesorías individuales o de pareja y comunidad universitaria.
Capacitar a los equipos promotores de Salud y grupos básicos de trabajo en temas relacionados con la sexualidad en los diferentes ciclos de vida.
Incidir en las familias más vulnerables impartiendo charlas educativas.
Divulgar mensajes educativos sobre una sexualidad responsable a través de los medios disponibles: radio base, murales, plegables, afiches, entre otros. En áreas de afluencia comunitaria.

Se han realizado actividades en el trabajo comunitario de los estudiantes en prácticas médicas comunitarias.

En 8 Centros de salud y 14 barrios se realizaron actividades de promoción de la salud con charlas, elaboración de banner y elaboración de trípticos abordando temas como prevención de cáncer cervicouterino, de cáncer de mamas, de las ITS y VIH. Además participan en conjunto con el personal de salud en Ferias de la Salud en la comunidad.



Charla en el Centro de salud Ticuantepe.



Charlas de prevención de cáncer de mamas en un puesto de salud.

Desarrollo de estilos y prácticas saludables que promuevan estilos, actitudes, comportamientos que aseguren el cuidado de la salud y mejoren la calidad de vida de la población.
Creación de ambientes y entornos saludables que promuevan espacios, entornos físicos y psicosociales que aseguren la calidad de vida.
Orientación sobre los servicios saludables en salud, educación, saneamiento, gestión de riesgos, resiliencia comunitaria

En centros escolares para el lavado de manos en apoyo a la prevención de la Pandemia de COVID 19 se realizaron charlas.



También se elaboraron materiales educativos diversos para la educación en salud de la población.



Demostraciones de lavado de manos a escolares.

Desafíos

1. La actual pandemia COVID 19, limita el número de participantes para las actividades físicas y continuar la promoción de ellas.
2. Falta de un promotor que apoye en las sesiones del grupo fitness.
3. La competencia de locales para la realización de las sesiones aeróbicas.
4. El mal estado de las instalaciones de los gimnasios al aire libre.

Actividades en función de la Pandemia COVID-19

A partir del mes de marzo, en consecuencia, con las medidas sanitarias recomendadas por la máxima autoridad en salud del país, tuvo lugar una campaña permanente de sensibilización e implementación de medidas preventivas para nuestra comunidad universitaria, ello contemplo:

Capacitación para el auto cuidado y divulgación de los protocolos para implementarlo tanto de manera presencial como a través de los distintos canales de comunicación oficiales a la comunidad universitaria. Dicha actividad estuvo encabezada por las autoridades del POLISAL, e implementada a todos los niveles.





Nuestros profesionales se integraron a equipos multidisciplinarios para el diseño de propuestas Innovadoras entorno a la pandemia.

1. Vinculación universidad-sociedad

En contribución al bienestar de la sociedad Al periodo se contribuyó en:

- 1 Jornada de donación de sangre
- Jornada de vacunación en las comunidades
- Acompañamiento en jornada preventiva a distintas comunidades
- Participación en ferias y demostración de medidas para el auto cuidado

Estas actividades contaron con el involucramiento de toda nuestra comunidad (docentes, personal administrativo y estudiantes).

Muestra de nuestra comunidad universitaria sensibilizada e incorporada a los territorios atendiendo y promoviendo la salud a los más necesitados.







Atención integral a la comunidad universitaria en las Clínicas y Laboratorios de la UNAN-Managua.









Primer Webinar Multidisciplinario para la prevención en salud del POLISAL.





Parte de la Recolecta de víveres para los más necesitados- acciones de voluntariado





Actividades educativas llevadas a distintos contextos como parte de las prácticas y actividad Académica de nuestras carreras.







Ilustración No. 1. Trabajadores recibiendo conferencia sobre COVID-19 con la participación del SILAIS-Managua



Ilustración 2. Instalación de tanque de agua para el lavado de manos



Ilustración No. 3. Encuentro con estudiantes



Ilustración No. 4 Encuentro con universitarios



Ilustración No. 5. Encuentros con universitarios



Ilustración 6. Conferencia COVID-19 y Economía Mundial. Panorama y Propuesta de futuro.



Ilustración No. 8 Taller sobre Salud Preventiva en jóvenes. Salud en mi Universidad.



Ilustración No. 9 Taller sobre Salud Preventiva en jóvenes. Salud en mi Universidad.



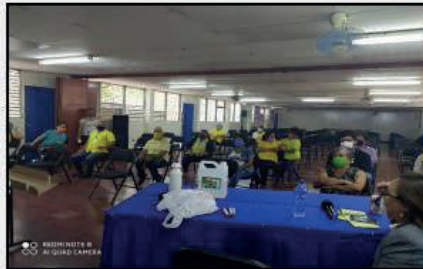
Ilustración No. 9. Taller sobre Salud Preventiva en jóvenes. Salud en mi Universidad.



Ilustración No. 10. Taller sobre Salud Preventiva en jóvenes. Salud en mi Universidad.



Ilustración No. 11. Taller sobre Salud Preventiva en jóvenes. Salud en mi Universidad.





Recolección de papelería para el reciclaje por parte del personal del Laboratorio de Biotecnología entregado a la Administración Central de la UNAN-Managua

Referencias:

- UNAN-Managua, (2020) Programa Universidad Saludable
- Facultad de Ciencias Médicas, (2020)
- Instituto Politécnico de la Salud POLISAL, (2020)
- Laboratorio de Biotecnología, (2020)
- Facultad de Ciencias Económicas, (2020)