

Formación de estudiantes universitarios como promotores de salud, bajo un enfoque constructivista MEX-001 Campus/Entornos Saludables

Ganador a nivel nacional

La Facultad de Estudios Superiores Zaragoza de la Universidad Nacional Autónoma de México (FES Zaragoza, UNAM), establece como política, la implementación del modelo de Universidad Promotora de Salud. Es así que se estructura el curso de Formación de estudiantes universitarios como promotores de salud, bajo un enfoque constructivista.

Los objetivos de este programa son: identificar los factores determinantes de la formación, para el autocuidado de los alumnos de licenciatura, promover un entorno seguro y de aprendizaje saludable, que fomente el desarrollo de una cultura de salud integral, favorecer estilos de vida saludables en la comunidad estudiantil, a partir del autocuidado y finalmente, conformar redes estudiantiles multidisciplinarias, que realicen actividades de promoción a la salud.

Los planes y programas de estudio de las carreras relacionadas con ciencias de la salud, cuentan con contenidos temáticos de atención primaria, promoción de la salud y educación para la salud, sin embargo estos contenidos están enfocados hacia la comunidad y no promueven el autocuidado de los propios estudiantes. Por esta razón se consideró la formación de grupos multidisciplinarios para el curso de formación de estudiantes universitarios como promotores de salud, para que éste sea el espacio que les permita compartir saberes y proponer estrategias de mejoramiento de los estilos de vida, entre pares. Las carreras de Médico Cirujano y QFB, son licenciaturas que cuentan con lo que se conoce como semestre cero, tiempo en el que los alumnos recién ingresados unifican criterios y conocimientos en diferentes áreas disciplinares. A partir del 2012, se incorporó como parte del programa académico del curso propedéutico, lo que se denominó Cultura Física. Así tres días a la semana, durante una hora, realizaron actividad física dentro del Programa de Acondicionamiento Físico General, a cargo de un especialista en el área.

Entre los principales resultados destacan: la aplicación del EMA a 2176 estudiantes de nuevo ingreso, con obtención de IMC, toma de presión arterial y pruebas de aptitud física a 1582 alumnos; instalación del control de acceso vehicular y peatonal; construcción de los pasajes y foros culturales; instalación de mesas en áreas verdes y remodelación de sanitarios; instalación de plantas purificadoras y bebederos; realización de ferias de sexualidad responsable, diabetes mellitus, prevención del delito, FES Zaragoza saludable y sustentable; primera caminata por la salud; promoción de pausas activas y se establecieron los circuitos de caminata al interior de los Campus, instalación de tres módulos para la venta de alimentos saludables; y se estructura el curso de Formación de estudiantes universitarios como promotores de salud. Se les capacita como activadores físicos con reconocimiento de la CONADE.



Cecilia Mecalco Herrera
mecalcocecilia@yahoo.com.mx

