



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

# UCR lanza novedosos circuitos biosaludables

Usuarios podrán cargar su celular con la energía generada a partir de su propio ejercicio físico

29 ABR 2016 Vida UCR



Los circuitos biosaludables están instalados en diferentes lugares de la Sede Rodrigo Facio y también en las demás sedes de la Universidad de Costa Rica (foto Laura Rodríguez).

Con el objetivo de promover los **estilos de vida saludable y de brindar espacios adecuados para el ejercicio y la recreación**, la Universidad de Costa Rica lanzó un novedoso sistema de circuitos biosaludables, este jueves 28 de abril.

Se trata de **espacios verdes en los cuales el usuario puede hacer ejercicio, descansar, leer, compartir con sus allegados** e incluso cargar su celular a partir de la energía generada por sus propios movimientos y por la luz solar.

Estos circuitos biosaludables de la UCR **son únicos en el mundo**, ya que cuentan con máquinas que han sido adaptadas por especialistas de las Ciencias del Movimiento Humano y de Ingeniería de esta universidad, a las **necesidades biomécanicas de los costarricenses**.



La actividad de lanzamiento se realizó este jueves 28 de abril a las 10:00 a.m. en el circuito biosaludable ubicado entre la Facultad de Bellas Artes y la Escuela de Artes Musicales (foto Laura Rodríguez).

Como parte de las novedades, además de cargar dispositivos móviles, estas máquinas también cuentan con un conjunto de luces que le indican al usuario la intensidad de su rutina de ejercicio.

Para cumplir con estas últimas dos funciones, los circuitos biosaludables **toman la energía del sol y convierten cada minuto de ejercicio en minutos de carga para celulares y en luz**, gracias a un sistema eléctrico creado por los estudiantes Sofía Álvarez y Alonso Salas.

Según el M.Sc. Juan Manuel Camacho, promotor de los circuitos biosaludables y funcionario de la Unidad de Promoción de la Salud de la UCR, esta iniciativa tiene como fin incentivar a la población universitaria a hacer ejercicio y a estar en movimiento.



Todos los circuitos biosaludables tienen nombres alusivos a diferentes parques nacionales, esto con el fin de que los usuarios puedan transportarse a través del ejercicio y la relajación a lugares exóticos de nuestro país (foto Laura Rodríguez).

---

“Nos dimos cuenta por medio de un estudio que la comunidad universitaria es muy sedentaria y que sólo **el 30% de esta población** realiza algún tipo de ejercicio, entonces decidimos unir a diferentes instancias para crear espacios que fueran atractivos para la gente y en los cuales además de ejercitarse las personas puedan venir a **recrearse y relajarse**” dijo Camacho.

Los circuitos saludables **forman parte de las acciones que emprende la institución para promover la movilidad activa** tanto dentro de la UCR como en el ámbito nacional. El proyecto es impulsado por la **Unidad de Promoción de la Salud, la Oficina de Servicios Generales y la Vicerrectoría de Administración** de la Universidad de Costa Rica.

Además de la creación de los circuitos biosaludables, la UCR ha enfocado sus esfuerzos y políticas institucionales hacia el mejoramiento de los espacios verdes y la infraestructura universitaria, esto con el fin de que cada vez más, la comunidad interna y nacional puedan disfrutar y apropiarse de los espacios públicos que ofrece la institución.



Durante el acto de inauguración, la vicerrectora de Vida Estudiantil, la M.Sc. Ruth De la Asunción Romero manifestó que por medio de este tipo de iniciativas la UCR abre sus puertas a la comunidad nacional y es coherente con sus políticas de promoción de estilos de vida saludable (foto: Laura Rodríguez).

---

“Hemos hecho muchos esfuerzos por humanizar el campus universitario, esto con el fin de que las personas puedan disfrutar plenamente de todos los espacios que la UCR ofrece para el ejercicio, para caminar, andar en bici, estudiar y estar con los amigos; **hemos eliminado espacios de parqueo para darle más espacio al peatón con la milla verde**, hemos reforzado la seguridad y la iluminación y también hemos mejorado las aceras, es decir que como administración hemos entendido que la comunidad universitaria necesita de ciertas facilidades para movilizarse y estar activo” manifestó Oscar Molina, jefe de la Oficina de Servicios Generales.

Los circuitos biosaludables están ubicados en todas las sedes de la UCR y cuentan con una fuente de agua, bancas para descansar y las máquinas están rotuladas con las instrucciones sobre su adecuado uso.

Usted puede encontrar más información sobre los tipos de ejercicio que pueden realizar en estas máquinas en [este enlace](#) .



El M.Sc. Juan Manuel Camacho es el promotor principal de la iniciativa de los circuitos biosaludables; él manifestó que a futuro, se le integrarán a este proyecto otros sistemas eléctricos que le darán facilidades de uso a las personas con discapacidad (foto Laura Rodríguez).

[Tatiana Carmona Rizo](#)  
Periodista Oficina de Divulgación e Información  
[jessica.carmonarizo@ucr.ac.cr](mailto:jessica.carmonarizo@ucr.ac.cr)

**Etiquetas:** [circuitos](#), [biosaludables](#), [ejercicio](#), [energía](#), [limpia](#), [salud](#), [movimiento](#), [comunidad](#), [universitaria](#).