



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Trabajo de la Unidad de Promoción de la Salud de la UCR viajó a sedes y recintos en el 2018

8 ENE 2019 Sedes Regionales



Taller realizado en la Sede del Atlántico para el abordaje de la salud integral en nuestras Sedes y Recintos UCR.

El abordaje de la salud integral en las Sedes y Recintos de la UCR responde a la declaratoria del Consejo Universitario de democratizar la Educación Superior prestando especial atención a la regionalización universitaria.

Como parte de este proceso, durante el 2018, la Unidad de Promoción de la Salud (UPS) incorporó en su Plan Anual Operativo un nuevo eje de trabajo enfocado en fortalecer la salud y el bienestar de la población estudiantil en el entorno de sedes y recintos de la institución.

De esta forma se impartieron talleres y charlas en temas como: **liderazgo, administración del tiempo, preparación de recetas saludables y económicas, manipulación de alimentos, manejo de emociones, gestión efectiva del estrés, actividad física y recreación, clases de zumba, teatro foro sobre sexualidad y diversidad, entre otras.** Todas las actividades fueron realizadas acorde a las necesidades específicas manifestadas por los estudiantes de las diferentes Sedes y Recintos UCR.

Para la M.Ps. Shirley Carmona, coordinadora de este trabajo en la UPS: "un importante logro fue trabajar en el posicionamiento de la salud como un valor sustantivo del éxito académico y del desarrollo personal de la población estudiantil".

Durante este proceso se realizó una construcción conjunta con los representantes de Vida Estudiantil de las Sedes y Recintos para acompañar, de manera articulada, la elaboración y ejecución de un plan de trabajo en Promoción de la Salud que apoyó e impulsó las decisiones y acciones orientadas a la gestión de la salud universitaria, como parte de un proceso integral e inclusivo, en congruencia con el eje denominado: "Trabajo en Promoción de la Salud como aporte a los procesos de regionalización universitaria" cuyo objetivo ha sido: "Facilitar la gestión o consolidación de entornos universitarios que promuevan la salud y la equidad en las diferentes Sedes y Recintos de la UCR, en sinergia y complemento al trabajo que se desarrolla desde la Red Costarricense de Universidades Promotoras de la Salud (REDCUPS)".

De este modo, inició un importante acercamiento y acompañamiento para el abordaje de la salud integral en nuestras Sedes y Recintos de manera que logremos el posicionamiento de la salud como un valor sustantivo del éxito académico y el desarrollo personal de nuestros estudiantes.

Con este fin, según el Dr. Saúl Aguilar, Jefe de la UPS: se estableció contacto con el personal administrativo de Vida Estudiantil en cada Sede o Recinto, que trabajaron en el cumplimiento de los objetivos a partir de las necesidades y los recursos establecidos para cada lugar. También se destaca el trabajo realizado con los estudiantes de residencias estudiantiles.

Para la M.Ps. Shirley Carmona el balance realizado al final de año permite evidenciar el trabajo coordinado con 6 Sedes y 10 Recintos de la UCR. La elaboración de 11 planes de trabajo de salud estudiantil con enfoque en Promoción de la Salud desarrollados a lo largo del I y II ciclo 2018 que cubre la totalidad de las Sedes y Recintos, con 44 actividades desarrolladas y 2607 estudiantes impactados. Este trabajo realizado es un logro para la comunidad universitaria.

[Sonia Vargas Cordero](#)

Periodista Unidad de Promoción de la Salud

sonia.vargas@ucr.ac.cr