

Jesús Isaac Flores Sánchez

Daniela Guadalupe Frutos Najera; Karem Vianey Rodríguez, Kenia Rubí Chontal Romero, Jason Miguel Aragón Castillo, Dorancy Yailín González González.  
1- 6 Universidad de Montemorelos

**Introducción:** Las universidades saludables buscan que su plan de estudios cuente con un enfoque en la promoción de la salud para mejorar la calidad de vida de la comunidad. Por esta razón los espacios universitarios son un excelente escenario para fomentar e impulsar cambios en las conductas de salud de sus individuos a través de la implementación de su plan estratégico educativo.

**Objetivo:** Promover el modelo de salud institucional a través del desarrollo e implementación de iniciativas, proyectos y políticas para la promoción de salud en el campus de la universidad de Montemorelos, involucrando a los estudiantes con su participación.

**Métodos:** El departamento de UM Saludable se creó en 2016 con el propósito de: fomentar y desarrollar el modelo de salud institucional el cual se caracteriza por promover el desarrollo del bienestar integral desde una cosmovisión de promoción de salud a la persona, el prójimo y el medio ambiente, a través del proyecto educativo el cual integra un plan curricular formal y no formal. Esta unidad depende de la vicerrectoría académica y cuenta con un director y miembros de diferentes áreas del conocimiento entre ellos profesionistas en salud pública, mercadotecnia, pasantes de servicio social de medicina, terapia física y psicología clínica, además de un grupo de estudiantes voluntarios. Dentro de la creación e

implementación de programas y actividades se abordan los temas de ejercicio, nutrición, salud mental, responsabilidad social, salud espiritual y cuidado ambiental.

**Resultados:** Como resultados de estos esfuerzos se han establecido cinco ferias de salud, redes sociales en Facebook e Instagram con más de 1900 seguidores y 650 publicaciones. Seis ponencias por expertos en áreas de la salud hablando de: prevención del suicidio, estrés, higiene dental, cuidado de la vista y alimentación. Dos campañas de salud mental y bucodental con la participación de 600 alumnos. Todas las noches participan 880 alumnos que se dividen en 35 grupos de ejercicio, además de 12 talleres de autocuidado en los que la comunidad estudiantil se ha involucrado mediante mecanismos de participación social.

**Conclusiones:** La implementación y desarrollo del departamento de Universidad saludable ha traído grandes beneficios y aprendizajes para todos.



Bibliografía: Arroyo, H. V. (2018). El movimiento de universidades promotoras de la salud. Revista Brasileira em Promoção da Saúde, 31(4). <https://doi.org/10.5020/18061230.2018.8769>

Lara, R. M., Santos Ávila, F., Lara, B., Verdugo, J. C., Palomera, A., & Valadez, M. D. (2008). Evaluación de la percepción de calidad de vida y el estilo de vida en estudiantes desde el contexto de las Universidades Promotoras de la Salud. Rev Educ Desa, 5(8), 5-16.

V.-Arroyo, H. (2017). Mirada al Movimiento Iberoamericano de Universidades Promotoras de la Salud. HORIZONTE SANITARIO, 16(3). <https://doi.org/10.19136/hs.a16n3.2010>