



SEG-0101

ACUERDO SUPERIOR N° 115 DE 2021
(28 de julio de 2021)

“POR MEDIO DEL CUAL SE APRUEBA LA POLÍTICA DE UNIVERSIDAD SALUDABLE”.

El Consejo Superior de la Universidad del Pacífico, en uso de sus facultades legales y constitucionales, en especial las conferidas en los artículos 28 y 29 de la Ley 30 del 28 de diciembre de 1992 y el artículo 19 de los Estatutos de la Universidad del Pacífico y,

CONSIDERANDO

Que, mediante la Ley 65 de 1988 se creó la Universidad del Pacífico, como un ente Universitario Autónomo de carácter público.

Que, el artículo 69 de la Constitución Política de Colombia preceptúa: *“Se garantiza la Autonomía Universitaria. Las Universidades podrán darse sus directivas y regirse por sus propios estatutos, de acuerdo con la ley. La ley establecerá un régimen especial para las Universidades del Estado”.*

Que, de acuerdo al artículo 3º de la Ley 30 de 1992, el Estado, de conformidad con la Constitución Política de Colombia y con la presente ley, garantiza la autonomía universitaria y vela por la calidad del servicio educativo a través del ejercicio de la suprema inspección y vigilancia de la Educación Superior.

Que, la Ley 30 de 1992 desarrolló en su artículo 28 la autonomía universitaria, facultando a las universidades para darse sus estatutos y reglamentos.

Que, el concepto de salud ha adquirido diferentes connotaciones desde que la Organización Mundial de la Salud en 1947 la definió como "el estado de bienestar completo en los aspectos físicos, mentales y sociales del ser humano y no solo la ausencia de enfermedades y padecimientos". El sentido actual en la concepción de salud y de enfermedad ha implicado una atención a los factores psicosociales que afectan a los sistemas corporales, lo cual altera la vulnerabilidad del individuo ante los procesos patológicos. Además, este giro ha originado que se preste gran atención al concepto de estilo de vida y, específicamente, a los hábitos relacionados con la salud, como principales determinantes de la calidad del bienestar

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002
E-mail: info@unipacifico.edu.co
Página Web: www.unipacifico.edu.co
Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

psicológico y físico. En este nuevo concepto de salud, se destaca que no solo los comportamientos que las personas realizan, sino que además se contempla el ambiente como determinante de la salud.

Que, la propuesta de *universidad saludable* tiene como base un concepto de salud integral, el cual es producto de las relaciones armónicas internas y externas que cada persona logra mantener consigo mismo, con los demás y con el medio ambiente.

Que, una Universidad Promotora de la Salud es aquella que se compromete con la creación de un entorno y una cultura que fomente la salud y bienestar integral de todos sus miembros: estudiantes, docentes y funcionarios, la Universidad del Pacífico busca incorporar la Promoción de la Salud a su proyecto educativo y laboral, con el fin de propiciar el desarrollo humano y mejorar la calidad de vida, además se busca que la comunidad Universitaria actué como promotores de conductas saludables en sus familias, y en la sociedad en general.

Que, desde Bienestar Universitario se vienen detectando diferentes problemáticas que afectan el bienestar individual y colectivo de los integrantes de la comunidad universitaria mostrándonos un panorama que atenta contra el proyecto de bienestar humano integral en el medio universitario.

Que, dentro de las problemáticas identificadas está el aumento de las adicciones, especialmente en la población estudiantil, afectaciones emocionales con conductas de aislamiento, depresión, ideaciones suicidas, alteraciones en la salud mental, así como en la salud sexual y reproductiva, nutricional, física, deterioro del entorno físico y ambiental del campus universitario y de las sedes de la institución.

Que, aunque desde los inicios de la Institución se han implementado diferentes estrategias y actividades para atender estas complejas problemáticas se requiere impulsar una apuesta institucional que transforme la cultura y el entorno universitario en una "*Cultura de Universidad Promotora de la Salud*", en la cual estén comprometidos y participen activa y responsablemente todos y cada uno de sus integrantes.

Que, en sesión extraordinaria asincrónica de fecha 23 de julio de 2021 culminada el día 28 de julio de 2021, el Consejo Superior de la Universidad del Pacífico aprobó la Política de Universidad Saludable.

Que, en virtud de lo anteriormente expuesto,

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

ACUERDA

ARTÍCULO PRIMERO: Aprobar la Política de Universidad Saludable de la Universidad del Pacífico.

ARTÍCULO SEGUNDO: El documento de Política de Universidad Saludable de la Universidad del Pacífico estará anexo al presente Acuerdo, y es parte integral del mismo.

ARTICULO TERCERO: El presente Acuerdo rige a partir de la fecha de su publicación.

Dada en Buenaventura, a los 28 días del mes de julio del año 2021.

PUBLIQUESE, Y CÚMPLASE

RAQUEL DÍAZ ORTIZ
Presidenta

HAROLD ENRIQUE COGOLLO LEONES
Secretario Técnico

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002
E-mail: info@unipacifico.edu.co
Página Web: www.unipacifico.edu.co
Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

POLÍTICA DE UNIVERSIDAD SALUDABLE



Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

CONTENIDO

POLÍTICA DE UNIVERSIDAD SALUDABLE	1
INTRODUCCIÓN	2
ANTECEDENTES	4
Universidades Internacionales promotoras de salud	6
Universidades nacionales promotoras de salud	9
UNIVERSIDAD DEL PACÍFICO	11
OBJETIVOS	11
OBJETIVO GENERAL	11
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	11
LINEAMIENTOS	11
PROGRAMAS DE LA POLÍTICA DE UNIVERSIDAD SALUDABLE DE LA UNIVERSIDAD DEL PACÍFICO	12
PROGRAMA DE FOMENTO DE LA SALUD MENTAL	13
PROGRAMA FORTALEZCO MIS HABILIDADES PARA LA VIDA	13
PROGRAMA DE 0 ADICCIONES EN LA UNIPACIFICO.	13
Introducción	13
Definiciones	13
ESTRATEGIAS PARA PREVENIR EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	13
ESTRATEGIAS PARA PREVENIR EL CONSUMO DE ALCOHOL	13
ESTRATEGIAS PARA PREVENIR EL CONSUMO DE TABACO	13
ESTRATEGIAS PARA PREVENIR LOS JUEGOS DE AZAR	13

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002
E-mail: info@unipacifico.edu.co
Página Web: www.unipacifico.edu.co
Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

INTRODUCCIÓN

El concepto de salud ha adquirido diferentes connotaciones desde que la Organización Mundial de la Salud en 1947 la definió como "el estado de bienestar completo en los aspectos físicos, mentales y sociales del ser humano y no solo la ausencia de enfermedades y padecimientos"¹. El sentido actual en la concepción de salud y de enfermedad ha implicado una atención a los factores psicosociales que afectan a los sistemas corporales, lo cual altera la vulnerabilidad del individuo ante los procesos patológicos. Además, este giro ha originado que se preste gran atención al concepto de estilo de vida y, específicamente, a los hábitos relacionados con la salud, como principales determinantes de la calidad del bienestar psicológico y físico². En este nuevo concepto de salud, se destaca que no solo los comportamientos que las personas realizan, sino que además se contempla el ambiente como determinante de la salud.

Para el Ministerio de Salud (MINSA, 2010), la promoción de la salud es "un proceso que busca desarrollar habilidades personales y generar mecanismos administrativos, organizativos y políticos que faciliten a las personas y grupos tener mayor control sobre su salud y mejorarlo". La promoción de la salud se lleva a cabo en muchos espacios diferentes y se parte de la base que "la salud es construida y vivida por las personas en su ambiente cotidiano, donde ellas trabajan, aprenden, juegan y aman"³ Es por ello que las universidades tienen una fuerza potencial para influir positivamente en la vida y la salud de sus miembros. Son instituciones en donde las personas pasan una parte importante de sus vidas y pueden incidir en la formación de sus estilos de vida, llevándolos a ser personas autónomas, reflexivas, críticas, con responsabilidad frente a sí mismos y ante los demás.

¹ Taylor, 2007

² Oblitas, 2010; Organización Mundial de la Salud [OMS], 2002

³ Lange, I. & Vio, F. (2006) *Guía para Universidades Saludables y otras instituciones de educación superior*. Santiago: Productora Gráfica Andros Limitadas. Recuperado de http://www.eligevivirsano.cl/wp-content/uploads/2012/01/Guia-Universidades-Saludables_INTAOPS.pdf

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

La propuesta de *universidad saludable* tiene como base un concepto de salud integral, el cual es producto de las relaciones armónicas internas y externas que cada persona logra mantener consigo mismo, con los demás y con el medio ambiente⁴

Una Universidad Promotora de la Salud es aquella que se compromete con la creación de un entorno y una cultura que fomente la salud y bienestar integral de todos sus miembros: estudiantes, docentes y funcionarios, la Universidad del Pacífico busca incorporar la Promoción de la Salud a su proyecto educativo y laboral, con el fin de propiciar el desarrollo humano y mejorar la calidad de vida, además se busca que la comunidad Universitaria actúe como promotores de conductas saludables en sus familias, y en la sociedad en general⁵

Desde Bienestar Universitario se vienen detectando diferentes problemáticas que afectan el bienestar individual y colectivo de los integrantes de la comunidad universitaria mostrándonos un panorama que atenta contra el proyecto de bienestar humano integral en el medio universitario.

Dentro de las problemáticas identificadas está el aumento de las adicciones, especialmente en la población estudiantil, afectaciones emocionales con conductas de aislamiento, depresión, ideaciones suicidas, alteraciones en la salud mental, así como en la salud sexual y reproductiva, nutricional, física, deterioro del entorno físico y ambiental del campus universitario y de las sedes de la institución.

Aunque desde los inicios de la institución se han implementado diferentes estrategias y actividades para atender estas complejas problemáticas se requiere impulsar una apuesta institucional que transforme la cultura y el entorno universitario en una “*Cultura de Universidad Promotora de la Salud*”, en la cual estén comprometidos y participen activa y responsablemente todos y cada uno de sus integrantes.

MARCO NORMATIVO

Constitución política de 1991 Recoge y sintetiza la legislación ambiental existente hasta ese momento y hace aportes sustantivos, los cuales quedan consignados en el Título II, Capítulo 3 en donde menciona “Los derechos colectivos y del ambiente” en el artículo 67 determina que la educación “formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y

⁴ Machado, J. (2001). La universidad saludable. *Revista de Ciencias Humanas*, 26. Recuperado de <http://www.utp.edu.co/~chumanas/revistas/revistas/rev26/machado.htm>

⁵ Red chilena de universidades promotoras de la salud, 2010.

Universidad del Pacífico



SEG-0101

a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente". Y en el artículo 79 consagra el derecho de todas las personas a disfrutar de un ambiente sano.

Decreto 1075 de 2015 donde se destacan los siguientes aspectos relacionados con el sector salud y educación: - En relación con el contenido del reglamento o manual de convivencia este debe contemplar las reglas de higiene personal y de salud pública que preserven el bienestar de la comunidad educativa y la conservación individual de la salud.

Ley 115 de 1994 –Ley General de Educación-, hace explícito el papel del sector educativo en los temas relacionados con la salud, el ambiente y los estilos de vida define la educación como un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes; señala las normas generales para regular el Servicio Público de la Educación que cumple una función social acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad.

Ley 9 de 1979. "Por la cual se dictan Medidas Sanitarias que incluyen aquellas que aplicarán a las instalaciones de los establecimientos educativos". El Título IV Saneamiento de Edificaciones establece las normas sanitarias para la prevención y control de los agentes biológicos, físicos o químicos que alteran las características del ambiente exterior de las edificaciones hasta hacerlo peligroso para la salud humana. Para los efectos del saneamiento de las edificaciones, en la clasificación se encuentran: Establecimientos educativos y cuartelarias.

Ley 1549 de 2012 fortalece la institucionalización de la Política Nacional de Educación Ambiental, desde su instalación efectiva en el desarrollo territorial, a partir de la consolidación de estrategias y mecanismos en ámbitos locales y nacionales en materia de sostenibilidad, en escenarios intra, interinstitucionales e intersectoriales del desarrollo nacional; y en el marco de la construcción de una cultura ambiental para el país. Se define la educación ambiental como un proceso dinámico y participativo, orientado a la formación de personas críticas y reflexivas, con capacidades para comprender las problemáticas ambientales en sus contextos (locales, regionales y nacionales); al igual que para participar activamente en la construcción de apuestas integrales (técnicas, políticas, pedagógicas y otras), que apunten a la transformación de su realidad, en función del propósito de construcción de sociedades ambientalmente sustentables y socialmente justas[2].

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

Resolución 1164 de 2002 Plan de Gestión Integral de Residuos Hospitalarios y Similares PGIRH: Documento diseñado por los generadores, los prestadores del servicio de desactivación y especial de aseo, el cual contiene de una manera organizada y coherente las actividades necesarias que garanticen la Gestión Integral de los Residuos Hospitalarios y Similares.

Ley 1972 de 2019 "por medio de la cual se establece la protección de los derechos a la salud y al medio ambiente sano estableciendo medidas tendientes a la reducción de emisiones contaminantes de fuentes móviles y se dictan otras disposiciones". En su artículo 12. Se refiere al fomento de la participación ambiental. El Ministerio de Ambiente en conjunto con el Ministerio de Salud fomentarán la participación de Universidades y el sector privado, para propiciar la investigación y la generación de alternativas para mejorar la calidad de aire, disminuir concentraciones contaminantes en el aire y prevenir sus efectos en la salud. De igual manera la implementación de sistemas de seguimiento y monitoreo a la calidad del aire.

Ley 09 de 1979 Establece las normas sanitarias en lo que se relaciona a la salud humana y los procedimientos y las medidas que se deben adoptar para la regulación, legalización y control de las descargas de residuos y materiales que afectan o pueden afectar las condiciones sanitarias del Ambiente.

Ley 697 de 2001 Mediante la cual se fomenta el uso racional y eficiente de la energía, se promueve la utilización de energías alternativas y se dictan otras disposiciones. Declárase el Uso Racional y Eficiente de la Energía (URE) como un asunto de interés social, público y de conveniencia nacional, fundamental para asegurar el abastecimiento energético pleno y oportuno, la competitividad de la economía colombiana, la protección al consumidor y la promoción del uso de energías no convencionales de manera sostenible con el medio ambiente y los recursos naturales.

Resolución 0627 de 2006, Con el propósito de enfrentar el problema de la contaminación sonora en Colombia, el Ministerio de Ambiente, Vivienda y Desarrollo Territorial establece la norma nacional de emisión de ruido para todo el territorio nacional. La norma manifiesta por primera vez en el país, los estándares máximos permisibles de emisiones de nivel de ruido expresado en decibeles.

Decreto 4741 de 2005 Por el cual se reglamenta parcialmente la prevención y manejo de los residuos y desechos peligrosos en el marco de la gestión integral.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

Resolución 1841 de 2013. Plan Decenal de Salud Pública – PDSP 2012-2021, le apuesta al abordaje integral de los determinantes sociales en salud y plantea en su Dimensión de Salud Ambiental, el componente de Hábitat Saludable cuenta con la estrategia de Entornos Saludables: busca contribuir a la seguridad humana, el desarrollo humano sustentable y la equidad en salud, mediante acciones que influyan sobre los determinantes de la salud bajo esquemas operativos participativos organizados alrededor de entornos específicos, como la vivienda, la escuela, el espacio público, el entorno laboral, ecosistemas estratégicos sostenibles, y bajo enfoques que privilegian a la familia y la comunidad.”

Resolución 0429 de 2016; Por medio de la cual se adopta la Política de Atención Integral en Salud, desarrollando un marco estratégico y operativo con el fin de generar condiciones de la salud de la población. En el marco operativo se establecen los componentes del Modelo Integral de Atención en Salud donde se define la Regulación de Rutas Integrales de Atención en Salud, RIAS. Las RIAS son una herramienta obligatoria que define a los integrantes del Sector salud (Entidad territorial, EAPB, prestador) y de otros sectores, las condiciones necesarias para asegurar la integralidad en la atención a partir de las acciones de cuidado que se esperan del individuo, las acciones orientadas a promover el bienestar y el desarrollo de los individuos en los entornos en los cuales se desarrolla, así como las intervenciones para la prevención, diagnóstico, tratamiento, rehabilitación de la discapacidad y paliación.

Resolución 3280 de 2018 “Por medio de la cual se adoptan los lineamientos técnicos y operativos de la Ruta Integral de Atención para la Promoción y Mantenimiento de la Salud - RPMS y la Ruta Integral de Atención en Salud para la Población Materno Perinatal y se establecen las directrices para su operación”. Para la implementación de las intervenciones colectivas se deberán ejecutar de manera integrada e integral en el entorno educativo, trascendiendo el abordaje por temas o intervenciones separadas o aisladas. Las intervenciones en este entorno son un conjunto de procedimientos y actividades que buscan el bienestar y protección de la salud de la comunidad educativa, con el objetivo de desarrollar o fortalecer factores protectores para la salud e identificar y gestionar el riesgo en salud de los integrantes de la comunidad educativa.

Ley 30 de 1986 del Congreso de la República. Por la cual se adopta el Estatuto Nacional de Estupefacientes

Resolución 1075 DE 1992. Las entidades públicas realizarán campañas específicas, tendientes a fomentar la prevención y el control de la farmacodependencia, el alcoholismo y el tabaquismo, dirigidas a sus trabajadores.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002
E-mail: info@unipacifico.edu.co
Página Web: www.unipacifico.edu.co
Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

Ley 1566 del 2012. Por la cual se dictan normas para garantizar la atención integral a personas que consumen sustancias psicoactivas y se crea el premio nacional Entidad Comprometida con la Prevención del Consumo, Abuso y Adicción a Sustancias Psicoactivas"

Ley 4225 de 1992. Por la cual se adoptan unas medidas de carácter sanitario al Tabaquismo.

Ley 1335 de 2009. (antitabaco) Disposiciones por medio de las cuales se previenen daños a la salud de los menores de edad, la población no fumadora y se estipulan políticas públicas para la prevención del consumo del tabaco y el abandono de la dependencia del tabaco del fumador y sus derivados en la población colombiana.

Resolución 2646 de 2008. Por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés.

Ley 643 de 2001. Se establece la Destinación específica de la renta (Derechos de Explotación) a la financiación de los servicios de salud pública.

La Constitución Política de Colombia de 1991 (art. 336) le concedió al Estado la explotación del Monopolio Rentístico de los Juegos de Suerte y Azar, es decir, le otorgó la posibilidad exclusiva de derivar rentas por la operación de esta actividad; las cuales deben ser destinadas a un fin social prevalente. Asimismo, no limitó las posibilidades de explotación a ciertos juegos.

LEY 1554 DE 2012: Por la cual se dictan normas sobre la operación y funcionamiento de establecimientos que prestan el servicio de videojuegos y se dictan otras disposiciones.

Ley 181 de 1995: por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

ANTECEDENTES

A continuación, se presenta un recorrido histórico de una serie de eventos que permitió el desarrollo de la promoción de la salud y la evolución de la promoción de la salud enfocada a entornos saludables que, da vida a las Universidades Promotoras de Salud como un espacio potencial para contribuir al desarrollo y la calidad de vida de sus integrantes.

La OMS en la Asamblea Mundial de la Salud desarrollada en 1977 en Ginebra, Suiza, formula el planteamiento «Salud para Todos en el Año 2000», que tenía como meta lograr que en el año 2000 todos los ciudadanos tuvieran un grado de salud que les permitiera tener una vida social y económicamente productiva. Para el año siguiente, En 1978, en la Conferencia Internacional de Alma Atá se declara que la atención primaria de salud, como función central del sistema nacional de salud y parte integrante del desarrollo social y económico, es la clave para alcanzar esa meta.

En 1986, tiene lugar la Primera Conferencia Global sobre Promoción de la Salud, en la cual, surge el concepto de promoción de la salud y se emite la Carta de Ottawa (Canadá)⁶, donde se logró un acuerdo para organizar la promoción de la salud en cinco grandes líneas de acción, las cuales son las directrices para ayudar a orientar las acciones en promoción de la salud:

- la elaboración de una política pública sana.
- la creación de ambientes favorables.
- el reforzamiento de la acción comunitaria.
- el desarrollo de aptitudes personales.
- la reorientación de los servicios sanitarios.

La Segunda Conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud (Adelaida, 1988), planteó una serie de estrategias recomendadas para una acción de política pública saludable, estableciendo como objetivo principal, crear un entorno de apoyo que permita a las personas llevar una vida saludable.

⁶ *Carta de Ottawa para la promoción de la salud, 1986.*

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002
E-mail: info@unipacifico.edu.co
Página Web: www.unipacifico.edu.co
Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

En la misma línea, La Tercera Conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud, desarrollada en Sundsvall, en 1991, hace un llamamiento a las personas de todas partes del mundo para que participen activamente en la creación de entornos más favorables para la salud. El camino para seguir, radica en convocar a todos los sectores a unir esfuerzos para contribuir a la creación de entornos de apoyo para la salud⁷.

La Conferencia Internacional de Promoción de la Salud realizada en Bogotá (Colombia), en 1992, responde a la problemática específica de las naciones latinoamericanas, reconociendo la relación entre salud y desarrollo, planteando que el desafío de la promoción de la salud en América Latina consiste en transformar las relaciones excluyentes conciliando los intereses económicos y los propósitos sociales de bienestar para todos, así como en trabajar la equidad social, indispensable para la salud y el desarrollo⁸.

La Cuarta Conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud reunida en Yakarta⁹, en 1997, brindó la oportunidad de reflexionar sobre lo que se ha aprendido en cuanto a la promoción efectiva de la salud, concluyendo que la promoción de la salud es una inversión clave ya que la salud es esencial para el desarrollo social y económico. La promoción de la salud, a través de la inversión y la acción, tiene un marcado impacto en los determinantes de la salud contribuyendo significativamente a la reducción de las inequidades en salud.

La Quinta Conferencia Mundial de Promoción de la Salud desarrollada en Ciudad de México¹⁰, en el año 2000, se concentró en lograr una mayor equidad a partir de un examen del aporte realizado por las estrategias de promoción de la salud para mejorar la salud y la calidad de vida de las personas que viven en circunstancias adversas. Más de 20 años después de la Carta de Ottawa en 1986, muchas cosas han cambiado en el mundo, incluido el impacto de la globalización.

La sexta Conferencia Mundial de Promoción de la Salud en Bangkok (Tailandia, 2005)¹¹ se convocó para enfrentar este desafío y aprovechar mejor las oportunidades presentadas para la promoción de la salud en el siglo XXI. Producto de esta conferencia se encuentra la

⁷ Declaración de Sundsvall sobre entornos de apoyo para la salud.

⁸ Conferencia Internacional De Promoción De La Salud, Santa Fe de Bogotá

⁹ Declaración de Yakarta sobre la promoción de la salud líder en el siglo XXI.

¹⁰ Quinta Conferencia Mundial de Promoción de la Salud. Promoción de la salud: hacia una mayor equidad.

¹¹ Sexta conferencia mundial sobre promoción de la salud.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

Carta de Bangkok (2005)¹² la cual identifica acciones, compromisos y promesas requeridas para abordar los determinantes de la salud en un mundo globalizado a través de la promoción de la salud.

En la séptima Conferencia Mundial sobre Promoción de la Salud celebrada en Nairobi (Kenia) en el 2009¹³, se enfatiza que la salud y el desarrollo enfrentan amenazas sin precedentes como la crisis financiera, el calentamiento global, el cambio climático y las amenazas a la seguridad entre otros.

La Octava Conferencia Mundial sobre Promoción de la Salud realizada en Helsinki (Finlandia) en 2013¹⁴, retoma el planteamiento mediante el cual se asume que las políticas formuladas en todos los sectores pueden tener un profundo efecto en la salud de la población y la equidad en salud, desarrollando entonces el tema principal, «Salud en todas las políticas».

Posteriormente, en Shanghai (China), se desarrolla la Novena Conferencia Mundial sobre Promoción de la Salud, titulada *Promover la salud en los Objetivos de Desarrollo Sostenible: salud para todos y para la salud*¹⁵. Esta edición de conferencia posiciona a la promoción de la salud dentro de la agenda 2030, reafirmando el planteamiento que se ha estado trabajando, donde promover la salud es fundamental para el logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, marcará un nuevo rumbo para los próximos 15 años.

Además es importante conocer que en el año 1993, se firmó la Carta Universitaria sobre Desarrollo Sostenible, por parte de la red europea de universidades para la sostenibilidad, en donde planteó que “las universidades están llamadas a cumplir un rol de liderazgo para desarrollar una educación interdisciplinaria y éticamente orientada hacia el desarrollo sostenible” y se comprometen entre otros principios de acción a implementar la ética ambiental y programas de educación ambiental al interior de la institución.

En este mismo año, se firmó la Declaración de Kyoto sobre Desarrollo Sostenible, por parte de la Asociación Internacional de Universidades – IAU, en donde se invitó a las universidades a “revisar sus propias operaciones para reflejar las mejores prácticas de desarrollo

¹² *Carta de Bangkok para la promoción de la salud en un mundo globalizado.*

¹³ *Resumen: Séptima Conferencia Mundial sobre Promoción de la Salud.*

¹⁴ *Octava Conferencia Mundial sobre Promoción de la Salud.*

¹⁵ *Novena Conferencia Mundial sobre Promoción de la Salud.*

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

sostenible" e igualmente, recomendó a las universidades formular su "Plan de Acción" orientado a la protección del medio ambiente y la construcción del desarrollo sostenible mediante 10 puntos entre los que sobresalen: La formulación de su política ambiental y la promoción de prácticas de consumo. (IAU, 1993). Años más tarde se plantea "integrar los principios, valores y prácticas del desarrollo sostenible en todos los aspectos de la educación y la enseñanza" (UNESCO 2004). Como consecuencia de lo anterior se adopta

entre los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) aprobados en 2015, el ODS 3 se refiere a la salud y bienestar y establece Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.

También es importante conocer los avances de La Unión Internacional para la Promoción y Educación de la Salud (UIPES)¹⁶ que es una organización no gubernamental que apoya acciones que capacitan a las personas para controlar su propia salud y que promuevan sociedades saludables, a través de la educación; dentro de estas acciones se destacan dos eventos:

La conferencia mundial de promoción de la salud de la UIPES 2016, la cual examinó los avances, compartió estrategias y resultados de la investigación y la reflexión sobre las prácticas y políticas innovadoras que promueven la salud y la equidad.

La Conferencia Mundial de la UIPES sobre promoción de la salud 2019, cuyo objetivo fue proporcionar una oportunidad para demostrar la contribución de la promoción de la salud a la salud de la humanidad, el logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y reconocer la forma en que los Objetivos de Desarrollo Sostenible contribuyen a mejorar la salud y el bienestar.

La OPS en el Plan de Acción sobre Promoción de la Salud en el Contexto de los ODS (2019-2030) insta a tomar medidas para promover la salud y el bienestar que vayan más allá de centrarse en el comportamiento individual hacia una amplia gama de intervenciones sociales y ambientales. Este Plan también enfatiza en la necesidad de promover la equidad y la inclusión, con un enfoque específico en género, etnia, interculturalidad y discapacidad. Igualmente, destaca la necesidad de que los países de las Américas trabajen con otros

¹⁶ Unión Internacional para la Promoción y Educación de la Salud (UIPES).

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

sectores utilizando un enfoque de salud en todas las políticas con el fin de fortalecer las capacidades para abordar los determinantes sociales de la salud¹⁷.

Universidades Internacionales promotoras de salud.

Las Instituciones de Educación Superior (IES) son espacios para fomentar la salud y el bienestar de quienes allí conviven o se relacionan, al convertirlas como entornos saludables.

La primera Conferencia Internacional de Universidades Promotoras de Salud tuvo lugar en Lancaster, Inglaterra en 1996, donde se propone las Universidades Promotoras de Salud buscando crear un entorno y una cultura organizacional que mejore las condiciones de salud, bienestar y sostenibilidad de la comunidad, y permita que las personas logren desarrollar su pleno potencial¹⁸.

En la región panamericana el proceso que dio lugar a este movimiento de Universidades Promotoras de Salud inicia en 2003 con la conceptualización realizada por el Ministerio de Salud de Chile, el cual presenta la «Guía para universidades saludables y otras instituciones de educación superior»¹⁹, en la cual se abordan los conceptos de universidad saludable y los diferentes temas relacionados con la salud integral de las personas que estudian o trabajan, resaltando como temas estratégicos para el trabajo en promoción de la salud en las universidades, los relacionados con factores psicosociales, aspectos ambientales, el tipo de alimentación, la práctica de actividad física, el consumo de alcohol, drogas y tabaco, entre otros.

En octubre de 2005, en Edmonton (Canadá), se desarrolló el Segundo Congreso Internacional en la Región de las Américas, cuyo producto fue la Carta de Edmonton; Este es un documento que plasma el rol de las universidades como corporaciones que ejercen un impacto sobre la salud y el bienestar de los individuos y por lo tanto tienen la capacidad para influir en los tomadores de decisión, actúan como catalizadores para el cambio y motivan el diálogo, local, regional y global sobre Promoción de la Salud; además contribuyen a la creación del conocimiento en relación a la salud pública y promoción de la salud en un mundo globalizado.²⁰

¹⁷ *Estrategia y el Plan de Acción para la Promoción de la Salud 2019-2030*

¹⁸ *Universidades Promotoras de Salud*.

¹⁹ *Guía para universidades saludables y otras instituciones de educación superior*.

²⁰ *Carta de Edmonton para universidades promotoras de la salud e instituciones de educación superior*.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

Un aporte importante de esta reunión es plantear que el carácter de saludable de una universidad funciona como un faro orientador y que la voluntad institucional por avanzar en este sentido, hace referencia al concepto que se introduce en este momento de *Universidades Promotoras de Salud*, concibiendo estas como aquellas que optan por procesos transversales de desarrollo institucional basados en la apuesta por la Promoción de la Salud.

En 2007 como resultado del III Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud en Ciudad Juárez (México), se constituye La Red Iberoamericana de Universidades Promotoras de Salud (RIUPS) que dentro de sus objetivos tiene dinamizar la participación de las universidades y su compromiso con el fortalecimiento del movimiento de Universidades Promotoras de la Salud²¹. A partir de esta reunión, inicia el funcionamiento de la RIUPS como una instancia que convoca y orienta a las redes nacionales de universidades promotoras de salud, incentivando procesos colaborativos y trabajo en red.

El IV Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud realizado en España en 2009, aprueba la Declaración de Pamplona y está a su vez establece que es necesaria la colaboración técnica para implementar las Estrategias de Promoción de la Salud en el ámbito universitario con el fin de difundir el conocimiento y la metodología y en fomentar el intercambio de experiencias entre los países²². Un aporte muy importante de esta reunión fue el planteamiento de tres ejes comunes para avanzar en los procesos:

- Transversalización de la formación en promoción de la salud incluyendo alternativas para aportar conocimientos y desarrollar habilidades a nivel de promoción de la salud en todas las carreras técnicas y profesionales.
- Investigación desde la cual se generarán conocimientos en promoción de la salud y que permitiera la cualificación de estrategias para promoverla.
- Participación de estudiantes, que los vinculara como actores clave en los procesos de fortalecimiento de las universidades como promotoras de salud.

El V Congreso Internacional y I Congreso Nacional de Universidades Promotoras de la Salud, realizado en Costa Rica en 2011; en este se establece la Declaración de Costa Rica, en la cual se busca fortalecer el papel de las universidades como agentes de cambio de la sociedad en general, contribuyendo al desarrollo de una estrategia dinamizadora del movimiento de universidades promotoras de la Salud que favorezca entornos más saludables en las

²¹ Red Iberoamericana de Universidades Promotoras de Salud (RIUPS).

²² IV Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud Universidad Pública de Navarra.

Universidad del Pacífico



SEG-0101

universidades iberoamericanas²³, En esta conferencia se visibiliza de manera notable la participación de los estudiantes.

Posteriormente, en el 2013 en San Juan de Puerto Rico, en el marco del VI Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud se realizó la declaración conmemorativa de los diez años del Movimiento de Universidades Promotoras de la Salud en la Región de las Américas (2003-2013), basada en los diez principios y aspiraciones orientadoras en las cuales las universidades que conforman la RIUPS se comprometen con el avance, el fortalecimiento y la articulación del Movimiento de Universidades Promotoras de la Salud tanto en sus entornos universitarios como en su proyección a la sociedad nacional e internacional²⁴.

De igual manera, como resultado de la Conferencia Internacional para la Promoción de la Salud en Universidades e Instituciones de Educación Superior, (Canadá, 2015), se produce la Carta de Okanagan, la cual realiza un llamado a la acción de las universidades y otras instituciones de educación superior, sobre la base de dos ejes de actuación: la incorporación de la salud en todas las actuaciones empresariales, académicas y culturales de los campus; y el liderazgo y la colaboración en actuaciones dirigidas a la promoción de la salud localmente y globalmente²⁵. Además, se hacen apuestas muy importantes en relación con la responsabilidad de las universidades frente al futuro, la sostenibilidad del planeta y al rol transformador de la educación.

En la Declaración de Alicante se incorporan los planteamientos del VIII Congreso Iberoamericano de Universidades Promotoras de Salud sobre la Promoción de la Salud y la Universidad, celebrado en el año 2017, el cual busca la construcción y desarrollo de entornos sociales y educativos saludables, desde una perspectiva de participación plena, integral, integrada e integradora por parte de todos los miembros de la comunidad universitaria²⁶. Se reitera la importancia de la participación en estos procesos, en especial la de los estudiantes y se reconoce la necesidad de posicionar entornos de enseñanza y aprendizaje de transformación que permitan e inspiren a los estudiantes, profesores y directivos para convertirse en ciudadanos y líderes saludables y comprometidos tanto a nivel local como a nivel global.

²³ Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud «Comunidades Universitarias Construyendo Salud», Costa Rica.

²⁴ Diez para la década en el Movimiento de Universidades Promotoras de la Salud.

²⁵ Carta de Okanagan.

²⁶ Declaración de Alicante sobre la Promoción de la Salud y Universidad.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

Recientemente, en el año 2019 se desarrolló el IX Congreso Iberoamericano de Universidades Promotoras de la Salud en la ciudad de Monterrey, México, bajo el lema «Concertación política, social y universitaria por la salud y la equidad», reafirmando el compromiso con los valores y las estrategias de la Promoción de la Salud en las Universidades y su rol como agentes de cambio de la sociedad²⁷.

Universidades nacionales promotoras de salud

En el 2010, se funda en Colombia la Red Colombiana de Instituciones de Educación Superior (IES) Promotoras de Salud (REDCUPS)²⁸, dando respuesta al movimiento internacional de Universidades Promotoras de Salud que inspira la decisión de las Instituciones de Educación Superior y Universidades Colombianas de favorecer el paso a la acción de la Carta de Ottawa de 1986. Esta red, entonces, asume inicialmente un reto a nivel de articulación de esfuerzos, con la expectativa de que éste permitiría a las (IES) en Colombia, avanzar en el tema de Promoción de Salud, proyectarse a nivel internacional, optimizar recursos a favor del fortalecimiento de la capacidad y cualificación de procesos y, avanzar en un proyecto común que permita fortalecer la posibilidad de aportar desde las Universidades a la salud en el país.

Considerando los determinantes sociales de la salud (DSS), la equidad y el desarrollo humano sostenible que afectan la salud, el bienestar y la calidad de vida de los integrantes de las instituciones de educación superior (IES) y la necesidad de generar y fortalecer esfuerzos para el desarrollo de una cultura institucional de Promoción de la Salud. La organización general de REDCUPS, se plantea unos Ejes transversales:

- Participación de estudiantes, que busca dinamizar la participación de estudiantes en aporte al proceso de fortalecimiento de las IES / Universidades como promotoras de salud en Colombia.
- Investigación, enfocado en la recuperación de investigaciones relacionadas con la promoción de la salud y abrir posibilidades para sumar experiencias, aprendizajes y desarrollar procesos articulando esfuerzos y experiencias que aporten al proceso nacional.

²⁷ IX Congreso Iberoamericano de Universidades Promotoras de la Salud.

²⁸ Red Colombiana de Instituciones de Educación Superior (IES) promotoras de Salud (REDCUPS).

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

- Transversalización, en el cual, se formalicen espacios que favorezcan el desarrollo de habilidades y la apropiación de conocimientos sobre promoción de la salud en el proceso de lograr que en la formación de los técnicos y profesionales en el país.

Sumado a lo anterior, Colombia cuenta con una hoja de ruta que encamina las acciones gubernamentales hacia el ideal de salud de los colombianos, el Plan Decenal de Salud Pública (PDSP) 2012–2021²⁹, el cual busca lograr la equidad en salud entendida como la «ausencia de diferencias entre grupos sociales, innecesarias, evitables e injustas». Una de las líneas operativas, es la Promoción de la salud, la cual reúne las acciones que debe liderar el territorio, para desarrollarlas por medio de proyectos dirigidos a la construcción o generación de condiciones, capacidades y medios, necesarios para que los individuos, las familias y la sociedad en su conjunto, logren intervenir y modificar los determinantes sociales de la salud y así las condiciones de calidad de la vida. A su vez, esta línea incluye las acciones de formulación de políticas públicas, movilización social, generación de entornos saludables y de capacidades sociales e individuales, participación ciudadana y educación en salud.

En el marco de la promoción de la salud, el Ministerio de Salud y Protección Social, a través de la Dirección de Promoción y prevención, actualmente adelanta la estrategia de salud pública *Colombia Vive saludable*³⁰, que plantea políticas públicas e intervenciones que permitan la transformación de los estilos de vida, donde el entorno físico, social y económico, se convierte en un espacio fundamental para enfocar las acciones de intersectorialidad y gobernanza de los territorios, con el fin de contribuir a la disminución de la inequidad en salud de la población y al mejoramiento de su calidad de vida, mediante la actuación sobre los determinantes estructurales de la salud, reto planteado en el PDSP y los ODS.

Las metas a las cuales va dirigida esta estrategia se encuentran orientadas dentro del Plan Decenal de Salud Pública 2012–2021, y van dirigidas a incrementar el consumo de alimentación saludable en la población general, reducir la prevalencia de consumo de tabaquismo, incrementar las recomendaciones de actividad física, reducir consumo nocivo de alcohol y posponer la edad promedio de inicio de consumo de este. La estrategia

²⁹ Plan Decenal de Salud Pública, PDSP, 2012–2021.

³⁰ VIII Sesión de la comisión intersectorial de salud pública, Bogotá, 10 de junio de 2019. Estrategia intersectorial. «Colombia vive saludable». Dirección de Promoción y Prevención Ministerio de Salud y Protección Social.

Universidad del Pacífico



SEG-0101

Nacional *Colombia Vive Saludable* será entonces el punto de partida del trabajo en promoción de la salud en el país y, por ende, supone una cooperación de todos los sectores con el fin de generar entornos saludables que favorezcan el desarrollo adecuado de las comunidades.

Entornos Laborales Saludables: Fundamentos y Modelo de la OMS Contextualización, Prácticas y Literatura de Apoyo. En 2007 la Asamblea Mundial de la Salud, de la Organización Mundial de la Salud lanzó el plan global de acciones para la salud de los trabajadores (GPA), 2008-2017, con el objetivo de proporcionar a los estados miembros, nuevos ímpetus para la acción. Está basado en el documento de 1996: "Estrategia Global de Salud Ocupacional para Todos" de la Asamblea Mundial de la Salud; la Declaración de Stresa sobre la Salud de los Trabajadores (2006); el Marco Promocional de la Convención sobre Salud Ocupacional y Seguridad de la OIT (Convención No. 187 de la OIT) (2006), la Carta de Bangkok sobre Promoción de la Salud en un Mundo Globalizado (2005) la cual también provee de importantes puntos de orientación. El Plan Global de Acción establece cinco objetivos. 1. Diseñar e implementar políticas para normar la salud de los trabajadores. 2. Proteger y promover la salud en el lugar de trabajo. 3. Promover la implementación y el acceso a los servicios de salud ocupacional. 4. Proporcionar y comunicar las evidencias de acción y práctica. 5. Incorporar la salud de los trabajadores en otras políticas. En este contexto, el modelo de la OMS proporciona un marco teórico flexible y adaptable a diversos países, ambientes de trabajo, y culturas. La OMS desarrollará guías prácticas específicas para sectores, empresas, países y culturas, en conjunto con los colaboradores de la OMS, expertos y partes interesadas. Los principios delineados en este documento se basan en la revisión sistemática, tanto del concepto ambiente de trabajo saludable en la literatura global, como de las políticas y prácticas para la mejora de 1 OIT, Datos Sobre Seguridad en el Trabajo, abril 2005. 2 Nota de Prensa OIT/OMS, El Número de Accidentes y Enfermedades Relacionadas al Trabajo Continúa Incrementándose. La OIT y la OMS se unen para hacer un llamado a desarrollar estrategias preventivas. 28 de abril de 2005. 3 OMS, 2006^a. Prevención de Enfermedades A través de Entornos Saludables. Hacia una estimación de la tasa de enfermedades ambientales. Autores A. Prüss-Ustün and C. Corvalan.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Impulsar y fortalecer la participación de la comunidad universitaria, en el desarrollo de acciones de promoción de la salud, educación para la salud, autocuidado y auto monitoreo, para mantener, mejorar o recuperar la salud, el bienestar y la calidad de vida a nivel individual y colectivo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Promover la salud mental de la comunidad Universitaria
2. Promover la salud y la actividad física en la comunidad universitaria
3. Promover el bienestar ambiental dentro del campus Universitario.

LINEAMIENTOS

Una Universidad Saludable es aquella que desde una postura institucional dinamiza un proceso interno encaminado a la articulación de experiencias y recursos en favor del desarrollo humano y la calidad de vida de los miembros de su comunidad universitaria, le apunta a favorecer cambios culturales en favor de la salud, la equidad y la inclusión.

Por salud universitaria se entiende que es una disciplina de carácter multidisciplinario, que tiene la finalidad de prevenir en, y desde, las comunidades universitarias las enfermedades, discapacidades, minusvalías y el deterioro ambiental; a la vez que promueve el aprendizaje significativo para el autocuidado en salud, el cuidado del entorno y el desarrollo de habilidades para la vida a partir de la ética profesional y el compromiso social de los profesionales.

Si bien es cierto que la Universidad del Pacífico, viene desarrollando diferentes acciones encaminadas a promover espacios universitarios saludables, se requiere la construcción de unos lineamientos claros a partir de la caracterización de la comunidad universitaria en temas de salud física y emocional, identificar y sistematizar todas aquellas acciones que se han adelantado y avanzar en la construcción de una cultura participativa donde todos sus miembros hagan parte de la implementación de esta política.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

La Universidad del Pacífico concibe “la Universidad saludable como aquella que promueve conocimientos, habilidades y destrezas a todos los miembros de la Comunidad Universitaria sobre el autocuidado de su salud física y mental, incorporando hábitos de vida saludable, procurando una Universidad auto sostenible en el tiempo”.

La universidad abordará la política de universidad saludable desde 3 perspectivas, la salud mental, la salud física y la salud ambiental y en cada una diseñará programas.

PROGRAMAS DE LA POLÍTICA DE UNIVERSIDAD SALUDABLE DE LA UNIVERSIDAD DEL PACÍFICO EN LA LÍNEA DE SALUD MENTAL

LA SALUD MENTAL: Según la OMS, se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad, para la Universidad del Pacífico la Salud Mental es que sus miembros puedan disfrutar los placeres de la vida cotidiana, gozar sus entornos individuales, familiares, sociales y puedan contribuir con el desarrollo de la región.

Para desarrollar esta línea de acción se implementarán los siguientes programas:

PROGRAMA DE FOMENTO DE LA SALUD MENTAL:

La universidad del Pacífico propende para que sus miembros gocen de una adecuada salud mental ya que esto es sinónimo de bienestar, armonía, conocimiento de sí mismo. Por esta razón se crea este programa con el objetivo de realizar unas series de actividades que tienen que ver con la promoción y prevención de la salud especialmente la salud mental que permita la identificación, el reconocimiento y el empoderamiento de los miembros de la Comunidad Universitaria como principales responsables de su propia salud.

Definiciones:

Emociones: Según Freud, la emoción contiene dos elementos distintos: por un lado, las descargas de energía física; por otro lado, ciertos sentimientos (percepciones de las acciones motrices que se producen y sentimientos de placer o desagrado que dan a la emoción sus características esenciales.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002
E-mail: info@unipacifico.edu.co
Página Web: www.unipacifico.edu.co
Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

Violencia: según la OMS define la violencia como: El uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones.

Pensamiento: según Vygotsky ha sido definido como si ocurriera en dimensiones distintas a la objetiva. El pensar estaría conformado por procesos internos no susceptibles de observación. ... Vygotsky enfatizó la paulatina intervención de instrumentos en la estructuración de la conducta del pensar, principalmente el lenguaje.

Lenguaje: Vygotsky afirma que el lenguaje es fuente de la unidad de las funciones comunicativas y representativas de nuestro entorno y es una función que se adquiere a través de la relación entre el individuo y su entorno.

Factores protectores de la salud mental: Según la OMS, son aquellos recursos personales, sociales, institucionales y del ambiente (biológicos, psicológicos y socioculturales) que favorecen el desarrollo del ser humano y aumentan su resiliencia o capacidad para sobreponerse a los distintos contratiempos o tragedias a las que se enfrenta e incluso salir fortalecido de la experiencia.

Estilos de vida saludable: Según la (OMS) define un estilo de vida saludable como el resultado de una serie de hábitos que permiten “un estado de completo bienestar físico, mental y social”.

Entornos saludables: Según la OMS, Un entorno de trabajo saludable es aquel en el que los trabajadores y jefes colaboran en un proceso de mejora continua para promover y proteger la salud, seguridad y bienestar de los trabajadores y la sustentabilidad del ambiente.

IMPLEMENTACIÓN

La Universidad del Pacífico tiene diseñadas las siguientes estrategias para la implementación de este Programa en particular.

1. ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN:

- Realizar campañas permanentes de sensibilización y de difusión sobre la promoción de la salud mental para toda la comunidad universitaria.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

- Garantizar que la universidad cuente con sus espacios laborales en óptimas condiciones que favorezcan la salud mental de toda la comunidad universitaria.
- Propiciar espacios que faciliten el diálogo, asesoría y orientaciones individuales y grupales para la comunidad universitaria en la detección de riesgos individuales y familiares.
- Crear redes de apoyo con la participación activa de la Comunidad Universitaria para la identificación de riesgos.
- Institucionalizar la semana de la salud mental con la participación activa de toda la Comunidad Universitaria.
- Implementar el fortalecimiento del equipo psicosocial de Bienestar Universitario con énfasis en profesiones de las áreas de psicología y trabajo social.
- Implementar una línea de tele orientación como un espacio de ayuda permanente a las personas que presenten problemas de salud mental. debido a la ocurrencia de eventos de intento de suicidio consumados, violencias dentro de la Universidad y SPA como medida de prevención.
- Implementar la actualización continua del talento humano en nuevos métodos, técnicas y tecnologías pertinentes y aplicables en la promoción y prevención de la salud mental.

2. ESTRATEGIAS DE SEGUIMIENTO:

- Elaborar acciones de monitoreo y seguimiento en la gestión del proceso y resultado de la atención en salud mental que permitan evidenciar el logro de los objetivos planteados.

PROGRAMA DE TRASTORNOS MENTALES

La universidad del Pacífico con este programa busca crear estrategias de promoción y prevención, también fortalecer la red de alianzas estratégicas con entidades externas que faciliten intervenciones con miras a favorecer los factores protectores en la disminución de los riesgos de la salud mental de los miembros de la Comunidad Universitaria.

Para garantizar que el programa tenga su impacto se hará un monitoreo y seguimiento que lleve al bienestar en la salud mental de la comunidad Universitaria.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

Definiciones:

Trastornos mentales: Según la OMS, es una alteración de tipo emocional, cognitivo y/o comportamiento, en que quedan afectados procesos psicológicos básicos como son la emoción, la motivación, la cognición, la conciencia, la conducta, la percepción, la sensación, el aprendizaje, el lenguaje, etc. Lo que dificulta a la persona su adaptación al entorno cultural y social en que vive y crea alguna forma de malestar subjetivo.

Paranoia: Según la OMS, es un trastorno mental por el cual las personas tienen un profundo miedo y desconfían de las otras personas. Una persona paranoide puede creer sin motivo que la gente está tratando de dañarla.

Suicidio: es definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como el acto deliberado de quitarse la vida.

Estrés: Según la OMS define el estrés como «el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción». ... Ante una situación de estrés, el organismo tiene una serie de reacciones fisiológicas que activan el eje hipófiso-suprarrenal y el sistema nervioso vegetativo.

ARL: Es el conjunto de entidades públicas y privadas, normas y procedimientos, destinados a prevenir, proteger y atender a los trabajadores de los efectos de las enfermedades y los accidentes que pueden ocurrirles con ocasión o como consecuencia del trabajo que desarrollan.

EPS: Significa Entidad Promotora de Salud y es la encargada de promover la afiliación al sistema de seguridad social.

IPS: Son las Instituciones Prestadoras de Servicios. Es decir, todos los centros, clínicas y hospitales donde se prestan los servicios médicos, bien sea de urgencia o de consulta.

Implementación

La Universidad del Pacífico tiene diseñadas las siguientes estrategias para la implementación de este Programa en particular.

1. ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN:

- Realizar campañas de sensibilización y difusión para la comunidad universitaria sobre los trastornos mentales.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

- Desarrollar la Caracterización de los problemas que afectan la salud mental de la Comunidad Universitaria que permitan la creación de unas actividades que apunten a las necesidades prioritarias.
- Garantizar que el personal que se vincule a la Institución pase por un proceso de selección donde se administre pruebas psicológicas, médico ocupacional entre otras para la idoneidad de aptitudes en pro de una Universidad más saludable.

2. ESTRATEGIAS DE SEGUIMIENTO:

- Crear una ficha para las personas identificadas con problemas o trastornos mentales que faciliten la revisión y evaluación de la problemática.
- Realizar la Remisión a las entidades competentes para la atención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de los casos identificados.
- Realizar gestiones o acciones de seguimiento a los casos identificados.
- Incluir en el contrato la obligación de cumplir con esta política.

PROGRAMA DE 0 ADICCIONES EN LA UNIPACIFICO.

La Universidad del Pacífico es consciente de que el alcoholismo, la drogadicción, el abuso de sustancias alucinógenas y el tabaquismo por parte de la Comunidad Universitaria, tienen efectos adversos en la capacidad de desempeño y que afectan seriamente la salud, al generar sensaciones y emociones diversas, como preocupación, rechazo y temor, entre otras; además, tiene severas consecuencias sociales.

Por tal razón se crea este programa que tiene como objetivo preparar a los miembros de la Comunidad universitaria como promotores de estilos de vida saludable que nos permitan reducir los factores de riesgo que propician conductas de dependencia.

Definiciones

Adicción o Dependencia: según la OMS es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación.

Sustancia Psicoactiva o droga es toda sustancia que, introducida en el organismo, por cualquier vía de administración, produce una alteración del funcionamiento del sistema nervioso central y es susceptible de crear dependencia, ya sea psicológica, física o ambas. Además, las sustancias psicoactivas, tienen la capacidad de modificar la conciencia, el

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

estado de ánimo o los procesos de pensamiento de la persona que las consume según la OMS.

Abuso de Sustancias Psicoactivas (SPA): Un modelo problemático de uso de una sustancia psicoactiva caracterizado por un consumo continuado, a pesar de que el sujeto sabe que tiene un problema social, laboral, psicológico o físico, persistente o recurrente, provocado o estimulado por el consumo recurrente, en situaciones en las que es físicamente peligroso.³¹

Auto-cuidado: Obligación de toda persona de velar por el mejoramiento, la conservación y la recuperación de su salud personal y la salud de los miembros de su hogar, evitando acciones y omisiones perjudiciales, y cumpliendo las instrucciones técnicas y las normas obligatorias que dicten las autoridades competentes³².

Dependencia de sustancias psicoactivas: Implica una necesidad imperiosa incontrolable (física o psicológica) que tiene una persona de ingerir una determinada sustancia psicoactiva para encontrarse bien o para no sentirse mal³³.

Fomento de estilos de vida saludables: Conjunto de actividades, intervenciones y programas dirigidos a las personas, cuyo objeto es orientar el desarrollo o fortalecimiento de actitudes y hábitos que favorezcan la salud y el bienestar de la población³⁴.

Alcoholismo: Según la OMS es un trastorno que tiene causa biológica primaria y una evolución natural previsible, lo que se ajusta a las definiciones aceptadas de cualquier enfermedad.

Tabaquismo: Según la OMS es una enfermedad adictiva crónica que evoluciona con recaídas. La nicotina es la sustancia responsable de la adicción, actuando a nivel del sistema nervioso central.

Ludopatía: Según La OMS es un trastorno caracterizado por la presencia de frecuentes y reiterados episodios de participación en juego de apuestas, los cuales dominan la vida del/la

³¹Tomado de: Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas (NIDA, 2010). Principios de tratamiento para la drogadicción. Una guía basada en investigaciones. (37)

³² ibis.

³³ ibis.

³⁴ ibis.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

enfermo/a en perjuicio de sus valores y obligaciones sociales, laborales, materiales y familiares.

la OMS reconoce el "desorden ocasionado por videojuegos" como "patrón de comportamiento recurrente o persistente" hacia los videojuegos online u offline, que hace a la persona "perder el control sobre el juego, creciendo la prioridad otorgada al juego sobre otros intereses de la vida y actividades diarias", además de "la continuación" de este comportamiento" a pesar de que tengan lugar "consecuencias negativas"

La universidad del Pacifico tomando como referencia la Resolución No. 1075 de 1992, Resolución 2646 de 2008 realizará una serie de actividades para la prevención y el control.

Implementación

La Universidad del Pacifico tiene diseñadas las siguientes estrategias para la implementación de este Programa en particular.

1. ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN

- Desarrollar actividades de sensibilización y de capacitación que buscan la creación de hábitos y estilos de vida saludables en relación con el daño que causan el cigarrillo, bebidas alcohólicas, sustancias psicoactivas y los juegos de azar que afectan la salud del individuo y su entorno.
- Crear las ZOE (zonas de orientación y espacios de escucha) con toda la participación de la Comunidad Universitaria.
- Gestionar las remisiones de los casos detectados a las entidades de Salud del Distrito.
- Realizar seguimiento de los casos remitidos a nivel Distrital, Departamental y Nacional para verificar las acciones oportunas y efectivas de las Entidades prestadoras de Salud.

2. ACTIVIDADES DE CONTROL

- Prohibir fumar en el interior de las instalaciones de la Universidad, así como en el interior de los vehículos de propiedad o que prestan un servicio a la entidad.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

- Prohibir a los miembros de la comunidad universitaria el presentarse al cumplimiento de sus actividades, obligaciones, funciones o tareas bajo el efecto de bebidas alcohólicas, sustancias psicoactivas u otras que afecten directamente las actividades a realizar.
- Prohibir el ingreso a las instalaciones de la entidad a los miembros de la comunidad Universitaria, contratistas o visitantes, que estén bajo el efecto de bebidas alcohólicas o sustancias psicoactivas.
- Prohibir el consumo y la comercialización de bebidas alcohólicas y sustancias psicoactivas, tanto en las instalaciones de la Universidad como en las actividades que la Universidad promueve o lidere por fuera de las instalaciones.
- Prohibir bajo todo concepto, ayuda ni material “educativo” proveniente de las tabacaleras o de asociaciones o instituciones vinculadas a las mismas
- Prohibir la publicidad de entidades que comercialicen con algún tipo de sustancia o elemento que causen adicción al interior de la Universidad.
- Establecer sanciones disciplinarias o pedagógicas a quienes incumplan la política por parte de los miembros de la comunidad Universitaria, en las que se pudieran incluir sanciones, finalización de la matrícula y/o la terminación del contrato; Para los estudiantes de acuerdo al reglamento estudiantil en el Capítulo XIV régimen disciplinario en los artículos del 74 al 86.
- Remitir al Comité disciplinario(funcionarios) y Consejo académico (estudiantes).

PROGRAMAS DE LA POLÍTICA DE UNIVERSIDAD SALUDABLE DE LA UNIVERSIDAD DEL PACÍFICO EN LA LÍNEA DE ACCIÓN DE SALUD FÍSICA

LA SALUD FÍSICA: según la OMS La Salud se define como un estado de bienestar físico y no simplemente la ausencia de enfermedad o debilidad; **para la Universidad del Pacífico la Salud Física es que todos sus miembros gocen de un bienestar físico, a través de la práctica del deporte, danza, yoga, meditación y creen hábitos alimenticios sanos.**

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002
E-mail: info@unipacifico.edu.co
Página Web: www.unipacifico.edu.co
Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

para desarrollar esta línea de acción se implementarán los siguientes programas:

PROGRAMA UNIVERSIDAD EN MOVIMIENTO

Este programa busca el mejoramiento y conservación de las capacidades, aptitudes y actitudes motrices de los miembros de la Comunidad Universitaria, por medio de la práctica de actividades físicas, deportivas y recreativas; además, busca aportar al desarrollo integral, al autocuidado y al adecuado aprovechamiento del tiempo libre de la comunidad universitaria soportado en La Constitución Nacional, Artículo 52: "Reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre, la Ley 181. Artículo 4. "El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre.

Definiciones

Actividad física: Es cualquier movimiento corporal intencional producido por los músculos esqueléticos que determina un gasto energético. Incluye al deporte y al ejercicio, pero también a las actividades diarias como subir escaleras, realizar tareas en el hogar o en el trabajo, trasladarse caminando o en bicicleta y las actividades recreativas³⁵.

Ejercicio físico: Es la actividad física estructurada, planificada y repetitiva realizada con el objetivo de mantener o mejorar la condición física³⁶.

Deporte: Según la Carta Europea del Deporte, se entiende por deporte todo tipo de actividades físicas que, mediante una participación organizada o de otro tipo y el cumplimiento de los reglamentos, tengan por finalidad la expresión o la mejora de la condición física o psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o el logro de resultados en competiciones de todos los niveles. A diferencia del ejercicio moderado, el deporte busca rendimiento, resultados deportivos, por eso a veces se llegan a extremos de la capacidad humana que ponen en riesgo la salud³⁷.

³⁵https://www.paho.org/uru/index.php?option=com_docman&view=download&slug=guia-de-actividad-fisica-msp-compressed&Itemid=307

³⁶ ibis

³⁷ ibis

Universidad del Pacífico



SEG-0101

Actividades recreativas: son aquellas acciones que permiten que una persona se entreteenga o se divierta. Se trata de actividades que un individuo no realiza por obligación, sino que las lleva a cabo porque le generan placer.

Sedentarismo: El sedentarismo es la conducta en la que predominan actividades que requieren bajo gasto de energía. Por ejemplo, estar sentado o acostado, ver televisión, jugar videojuegos, estar frente a la computadora, etcétera). Son sedentarias aquellas personas que la mayor parte del día llevan adelante actividades que exigen poco o ningún movimiento³⁸.

Inactividad Física: es cuando una persona no alcanza las recomendaciones mínimas actuales de actividad física para la salud dadas por la OMS

La OMS recomienda que

- Los adultos de 18 a 64 años deben acumular un mínimo de 150 minutos semanales de actividad física aeróbica moderada, o bien un mínimo de 75 minutos semanales de actividad aeróbica vigorosa, o bien una combinación equivalente de actividad moderada y vigorosa.
- los niños y adolescentes de 5 a 17 años deben acumular una hora diaria de actividad física moderada a intensa
- La actividad aeróbica se debería realizar en sesiones de 10 minutos, como mínimo.
- Para obtener mayores beneficios, los adultos deberían incrementar esos niveles hasta 300 minutos semanales de actividad aeróbica moderada, o bien 150 minutos de actividad aeróbica vigorosa cada semana, o bien una combinación equivalente de actividad moderada y vigorosa.
- Deberían realizar ejercicios de fortalecimiento muscular de los grandes grupos musculares dos o más días a la semana³⁹.

La Universidad del Pacífico promoverá estrategias que permitan concientizar a todos los miembros de la comunidad universitaria sobre la Importancia y Beneficios de la Actividad Física tanto a Nivel físico, social y Psicológico.

Implementación

³⁸ ibis

³⁹ file:///D:/Users/Usuario/Downloads/manual-universidades-saludables_2012%20(2).pdf

Universidad del Pacífico



SEG-0101

La Universidad del Pacífico tiene diseñadas las siguientes estrategias para la implementación de este Programa en particular.

1. ESTRATEGIAS EDUCATIVAS

- Realizar campañas permanentes de los beneficios de la Práctica regular de Actividad Física
- Divulgar la Importancia de realizar actividad Física a través de los medios de comunicación de la Institución.
- Motivar el uso de otros medios de transporte para el traslado a la Universidad como caminar, bicicleta, entre otros.

2. ESTRATEGIAS RECREATIVAS.

- Realizar una Rumba Deportiva en cada semestre dirigida a toda la comunidad Universitaria.
- Realizar como mínimo tres Caminatas por la Salud cada semestre dirigida a toda la comunidad Universitaria.
- Desarrollar una Caminata Recreativa en el periodo intersemestral dirigida a docentes y administrativos.
- Organizar Juegos Interprogramas en las disciplinas deportivas con las que cuenta la Universidad, en el segundo semestre de cada año.
- Mantener el Servicio del Gimnasio dirigido a toda la Comunidad Universitaria.
- Implementar las Pausas activas para los funcionarios y estudiantes.
- Ofertar diferentes programas deportivos y culturales para todos los miembros de la Comunidad Universitaria.
- Institucionalizar el último viernes de cada mes de 5:00 a 6:00 pm para que toda la Comunidad Universitaria participe en el Programa “Universidad en Movimiento”.

3. ESTRATEGIAS COMPETITIVAS

- Conformar Diferentes grupos representativos de deporte y cultura tanto para estudiantes como docentes y administrativos.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

- Participar en las competencias o eventos organizados por Ascun.
- Participar en los Torneos o Eventos Distritales que organice la Universidad o que nos Inviten.
- Participar en los Torneos o Eventos Locales, Regionales, Nacionales e Internacionales que organicen otras Instituciones y que aporten al desarrollo de nuestra Universidad.

PROGRAMA CUIDANDO TU SALUD.

Debido a los cambios en los estilos de vida se han aumentado condicionantes como el sedentarismo, la mala alimentación que son determinantes para adquirir enfermedades crónicas no transmisibles; por ende, este programa busca prevenir y controlar estas enfermedades en la comunidad Universitaria ya que estas son la causa principal de enfermedad y muerte prematura en el mundo.

a través de este programa buscamos mejorar las condiciones de salud de miembros de la comunidad universitaria que han desarrollado estas enfermedades o condiciones que son determinantes para adquirir estas enfermedades al identificar a los miembros de la comunidad universitaria que las padezcan y poder hacer grupos con características similares, donde se implementaran las estrategias buscando mejorar las condiciones de salud y realizar un seguimiento a estas condiciones con un equipo interdisciplinario liderado por el médico de la institución además de contar con enfermera, fisioterapeuta, psicólogo e instructores de deporte, también se harán alianzas con entidades del distrito que puedan apoyar este programa.

Definiciones

Enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT): Según la OMS son afecciones de larga duración con una progresión generalmente lenta. Entre ellas destacan: las enfermedades cardiovasculares (por ejemplo, los infartos de miocardio o accidentes cerebrovasculares); el cáncer; las enfermedades respiratorias crónicas (por ejemplo, la neumopatía obstructiva crónica o el asma); y la diabetes.

Obesidad: La obesidad y el sobrepeso se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. Una forma simple de medir la obesidad es el índice de masa corporal (IMC). Una persona con un IMC igual o superior a 30 es considerada obesa y con un IMC igual o superior a 25 es considerada con sobrepeso.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

El sobrepeso y la obesidad son factores de riesgo para numerosas enfermedades crónicas, entre las que se incluyen la diabetes, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer.

Hipertensión: Según la OMS la hipertensión, también conocida como tensión arterial alta o elevada, es un trastorno en el que los vasos sanguíneos tienen una tensión persistentemente alta, lo que puede dañarlos. Cada vez que el corazón late, bombea sangre a los vasos, que llevan la sangre a todas las partes del cuerpo. La tensión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de los vasos (arterias) al ser bombeada por el corazón. Cuanto más alta es la tensión, más esfuerzo tiene que realizar el corazón para bombear.

Diabetes: La diabetes es una enfermedad crónica que aparece cuando el páncreas no produce insulina suficiente o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que produce. La insulina es una hormona que regula el azúcar en la sangre. El efecto de la diabetes no controlada es la hiperglucemia (aumento del azúcar en la sangre), que con el tiempo daña gravemente muchos órganos y sistemas, especialmente los nervios y los vasos sanguíneos.

Dislipidemias: También conocidas como hiperlipidemias son trastornos en los lípidos en sangre caracterizados por un aumento de los niveles de colesterol o hipercolesterolemia e incrementos de las concentraciones de triglicéridos (TG) o hipertrigliceridemia.

Implementación

La Universidad del Pacífico tiene diseñadas las siguientes estrategias para la implementación de este Programa en particular.

1. ESTRATEGIAS DE DETECCIÓN:

- Identificar enfermedades crónicas no transmisibles y factores predisponentes a estas enfermedades a través de los exámenes de ingreso a los estudiantes de primer semestre y los exámenes de reintegro.
- detectar enfermedades crónicas no transmisibles y factores predisponentes a estas enfermedades, Por medio de los exámenes médicos ocupacionales realizados a los funcionarios y docentes.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

- Identificar los miembros de la comunidad universitaria que padeczan de estas enfermedades o tengan factores de riesgo a través de la atención del área de salud.

2. ESTRATEGIAS DE CONTROL:

una vez identificado los miembros de la comunidad universitaria con una de estas enfermedades se clasificarán en las diferentes enfermedades para llevar a cabo las estrategias.

- Crear una ficha para cada persona identificada con alguna de estas enfermedades con el objetivo de controlar la evolución de cada persona.
- Desarrollar charlas sobre la enfermedad que padece y los riesgos que trae para su salud.
- Organizar prácticas de actividad física dirigida tanto grupal como individual para mejorar las condiciones de salud.
- Realizar consultas de seguimiento.
- Incluir en el contrato la obligación de cumplir con esta política.

PROGRAMA UNIPACIFICO SALUDABLE

a través de este programa la Universidad busca desarrollar intervenciones que ayuden a los miembros de la comunidad universitaria a poner en práctica conductas saludables y modificar conductas inadecuadas, además de tratar de incidir en la formación de sus estilos de vida, llevándolos a ser personas autónomas, reflexivas, críticas, con responsabilidad frente a sí mismos y ante los demás que pongan en práctica el autocuidado como herramienta fundamental para la conservación de la salud.

definiciones

Jornadas de Promoción y Prevención: Las jornadas de Promoción y Prevención son un conjunto de actividades, atenciones y servicios de salud cuyo objetivo principal es lograr que nuestra comunidad universitaria logre mantener y mejorar su salud y calidad de vida mediante acciones y prácticas que optimicen su bienestar.

Infecciones de transmisión sexual: también conocidas como **enfermedades de transmisión sexual (ETS)**, son un conjunto de afecciones clínicas infectocontagiosas que se transmiten de persona a persona por medio del contacto sexual, Sin embargo, pueden transmitirse

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002
E-mail: info@unipacifico.edu.co
Página Web: www.unipacifico.edu.co
Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

también por uso de jeringas contaminadas o por contacto con la sangre o con otras secreciones, y algunas de ellas pueden transmitirse durante el embarazo, durante el parto o la lactancia, desde la madre al hijo.

Cáncer: es un proceso de crecimiento y diseminación incontrolados de células. Puede aparecer prácticamente en cualquier lugar del cuerpo. El tumor suele invadir el tejido circundante y puede provocar metástasis en puntos distantes del organismo, un porcentaje importante de cánceres pueden curarse mediante cirugía, radioterapia o quimioterapia, especialmente si se detectan en una fase temprana.

Salud sexual y reproductiva: según la OMS La salud sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad. Requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.

Implementación

La Universidad del Pacífico tiene diseñadas las siguientes estrategias para la implementación de este Programa en particular.

1. ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN

- Realizar 1 Minga de la salud cada semestre.
- Desarrollar Jornadas de promoción y prevención en salud tales como prevención del cáncer de cuello uterino, cáncer de mama, infecciones de transmisión sexual y embarazo no deseados.
- Celebrar el día mundial de la actividad física y la salud el día 06 de abril o el día hábil que la institución determine.
- Realizar Actividades de salud sexual y reproductiva.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

PROGRAMAS DE LA POLÍTICA DE UNIVERSIDAD SALUDABLE DE LA UNIVERSIDAD DEL PACÍFICO EN LA LÍNEA DE ACCIÓN DE SALUD AMBIENTAL

LA SALUD AMBIENTAL: La Salud Ambiental se define de manera general como la interacción y los efectos que, para la salud humana, representa el medio en el que habitan las personas, para la Universidad del Pacífico la Salud Ambiental.

PROGRAMA AMBIENTE SALUDABLES Y SEGUROS

La OMS subraya que el medio ambiente y la salud están incluidos en los "efectos patológicos directos de las sustancias químicas, la radiación y algunos agentes biológicos, como los efectos con frecuencia indirectos en la salud y el bienestar derivados del medio físico, psicológico, social y estético en general, comprendida la vivienda, el desarrollo urbano, el uso del terreno y el transporte".

La salud ambiental según la Organización Mundial de la Salud –OMS es "aquella disciplina que comprende aquellos aspectos de la salud humana incluida la calidad de vida y el bienestar social, que son determinados por factores ambientales físicos; químicos, biológicos, sociales y psico-sociales. También se refiere a la teoría y práctica de evaluar, corregir, controlar y prevenir aquellos factores en el medio ambiente que pueden potencialmente afectar adversamente la salud de presentes y futuras generaciones".

Por eso, la relación entre la salud pública y el medio ambiente requiere especial atención. Es decir, fomentar un contexto más saludable intensificando la prevención y el cuidado ambiental, así como también adoptar estrategias para revisar las amenazas medioambientales a la salud.

Para la Universidad del Pacífico se hace necesario controlar y prevenir los factores de riesgo e incluir factores promotores de salud y bienestar garantizando la existencia de entornos

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002
E-mail: info@unipacifico.edu.co
Página Web: www.unipacifico.edu.co
Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

físicos adecuados y la creación de un ambiente de bienestar emocional y social positivo, por lo que este programa busca un ambiente universitario en armonía con la naturaleza que fomente el desarrollo sostenible que brinde todas las condiciones para mantener o mejorar las condiciones de salud de todos sus miembros. Por lo anterior el programa ambientes saludables y seguros busca la preservación de un medio ambiente sano que proteja la salud de la comunidad universitaria, Mejora la calidad del aire al interior del campus e intensificar la luz natural, el uso de materiales no tóxicos en la construcción y adecuación, El uso eficiente de la energía y el agua, el Manejo del ruido al interior de la Universidad y la Sostenibilidad ambiental de la región.

definiciones

Entorno saludable: son aquellos que apoyan la salud y ofrecen a las personas protección frente a las amenazas para la salud, permitiéndoles ampliar sus capacidades y desarrollar autonomía respecto a la salud. Comprenden los lugares donde viven las personas, su comunidad local, su hogar, su lugar de trabajo y esparcimiento, incluyendo el acceso a los recursos sanitarios y las oportunidades para su empoderamiento.

Desarrollo sostenible: Se refiere a la satisfacción de «las necesidades de la generación presente sin comprometer la capacidad de las generaciones futuras para satisfacer sus propias necesidades». (Informe titulado «Nuestro futuro común» de 1987, el desarrollo sostenible consta de tres pilares, trata de lograr, de manera equilibrada, el desarrollo económico, el desarrollo social y la protección del medio ambiente.

Residuos hospitalarios y similares: Sustancias, materiales o subproductos sólidos, líquidos o gaseosos, generados por una tarea productiva resultante de la actividad ejercida por el generador. De conformidad con la clasificación establecida en el decreto 2676 de 2000.

Residuos peligrosos: Residuos producidos por el generador con alguna de las siguientes características: infecciosos, combustibles, inflamables, explosivos, reactivos, radiactivos, volátiles, corrosivos y/o tóxicos; los cuales pueden causar daño a la salud humana y/o al medio ambiente. Así mismo se consideran peligrosos los envases, empaques y embalajes que hayan estado en contacto con ellos. (Resolución conjunta Ministerio de Ambiente y de Salud, Resolución 1164 de 2002).

Iluminación: Es una parte fundamental en el acondicionamiento ergonómico de los lugares. Si bien, el ser humano tiene una gran capacidad para adaptarse a las diferentes calidades

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002
E-mail: info@unipacifico.edu.co
Página Web: www.unipacifico.edu.co
Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

lumínicas, una deficiencia en la misma puede producir un aumento de la fatiga visual y una reducción en el rendimiento.

Ventilación: es uno de los elementos fundamentales en cualquier entorno académico y una de las principales medidas de prevención de riesgos para garantizar un entorno saludable y de confort para la comunidad universitaria.

Agua potable: también conocida como agua apta para el consumo de los seres humanos es el agua que puede ser consumida sin restricción para tomar o preparar alimentos.

Desinfección: proceso químico que mata o erradica los microorganismos sin discriminación al igual como las bacterias, virus o protozoos impidiendo el crecimiento de microorganismos patógenos en fase vegetativa que se encuentren en objetos inertes.

Ruido: es la sensación auditiva inarticulada, generalmente desagradable. En el ámbito de la comunicación sonora, se define como ruido a todo sonido no deseado que interfiere en la comunicación entre las personas o en sus actividades.

Sonido: consiste en una energía residual que provoca una variación de la presión que se transmite y propaga, por ondas longitudinales y vibrátiles, a través de un medio sólido, líquido o gaseoso. Este fenómeno físico puede ser escuchado por el hombre cuando esas ondas presionan a través de las moléculas del aire (o de otro medio elástico) sobre nuestro sistema auditivo externo.

Contaminación acústica: hace referencia al ruido (entendido como sonido excesivo y molesto), provocado por las actividades humanas (tráfico, industrias, locales de ocio, aviones, barcos, entre otros) que produce efectos negativos sobre la salud auditiva, física y mental de los seres vivos.

Desarrollo Sostenible: es el proceso mediante el cual se trata de satisfacer las necesidades económicas, sociales, de diversidad cultural y de un medio ambiente sano de la actual generación, sin poner en riesgo la satisfacción de las mismas a las generaciones futuras

Desarrollo sustentable: es el proceso por el cual se preserva, conserva y protege solo los Recursos Naturales para el beneficio de las generaciones presentes y futuras sin tomar en cuenta las necesidades sociales, políticas ni culturales del ser humano.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

Ecosistemas: Se entiende a la comunidad de seres vivos cuyos procesos vitales están relacionados entre sí. El desarrollo de estos organismos se produce en función de los factores físicos del ambiente que comparten.

Implementación

La Universidad del Pacífico tiene diseñadas las siguientes estrategias para la implementación de este Programa en particular.

1. ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN:

- Garantizar agua las 24 horas del día, como el agua no es potable se debe señalizar que no es apta para el consumo humano y por ende debe garantizar agua potable para el consumo de la comunidad Universitaria.
- Implementar el plan ambiental.
- Adecuar los espacios del campus universitario y sus sedes para que cuenten con iluminación, ventilación y manejo del ruido adecuados.
- Revisar y adecuar los espacios para la inclusión de los miembros de la comunidad universitaria con habilidades diversas.
- Garantizar que todos sus espacios se encuentren limpios, desinfectados y fumigados para procurar la buena salud de los miembros de la comunidad universitaria.
- Diseñar el plan de concientización a toda la comunidad universitaria de la importancia del mantenimiento del aseo en todas las áreas de la Universidad.
- Diseñar el plan de mantenimiento y revisiones periódicas de las instalaciones del Campus Universitario y de las sedes de la Universidad; Además de nuevas construcciones para mejorar las condiciones de la comunidad universitaria.
- Implementar la Política de cero papel en la Universidad.
- Instar a la comunidad educativa de la Universidad del Pacífico a una actuación responsable que respete el bienestar y una convivencia armónica.
- Implementar jornadas de capacitaciones y sensibilizaciones sobre la importancia de disminuir los altos decibeles de ruidos en el campus.
- Ubicar mensajes de reflexión sobre el silencio fomentando el respeto entre los miembros de la comunidad universitaria.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

2. ESTRATEGIAS DE CONTROL:

- Planificar los horarios de aquellas actividades fuera del aula que generen cualquier **ruido** externo.
- Colocar protectores en las patas de las sillas y los escritorios.
- Elaborar mapas de ruido para establecer control directo en los espacios más afectados por la contaminación acústica.

PROGRAMA ESPACIOS LIBRES DE HUMO

Para la Universidad es muy importante implementar este programa para dar cumplimiento a la ley 1335 de 2009, además de reconocer que el tabaco no solo daña la salud de las personas que fuman sino también la de los que los rodean. El humo de tabaco está compuesto por más de 7.000 compuestos químicos, entre los que se encuentran: monóxido de carbono, nicotina, cianuro, alquitranes, arsénico, irritantes y tóxicos. Contiene también más de 60 sustancias que producen cáncer.

El consumo de tabaco es uno de los principales factores de riesgo para varias enfermedades crónicas, como el cáncer y las enfermedades pulmonares y cardiovasculares. A pesar de ello, su consumo está muy extendido en todo el mundo. Según la Organización Mundial de la Salud, el tabaco es una de las mayores amenazas para la salud pública que ha tenido que afrontar el mundo. Mata a más de 7 millones de personas al año, de las cuales más de 6 millones son consumidores directos y alrededor de 890 000 son no fumadores expuestos al humo de segunda mano.

Este es la principal causa de enfermedad y mortalidad prevenible y evitable en el mundo ya que el nivel de exposición al humo ambiental del tabaco implica un riesgo para la salud, ya que no existe una dosis umbral segura. Además, hay una clara relación dosis-respuesta: a mayor exposición, mayor daño. Los adultos no fumadores expuestos al humo ajeno tienen entre un 30 y 40% mayor riesgo de cáncer de pulmón e infarto agudo de miocardio.

De esta manera, para que la Universidad del Pacífico logre ser una Universidad saludable debe lograr que sus ambientes sean 100% libres de humo ya que es la única medida eficaz

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo
Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002
E-mail: info@unipacifico.edu.co
Página Web: www.unipacifico.edu.co
Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

para proteger a todas las personas de los devastadores efectos de la exposición al humo de tabaco y constituyen una de las medidas de mayor impacto para reducir los efectos del tabaquismo.

definiciones:

Espacios libres de humo: son espacios donde no está permitido fumar en ninguna de sus partes (como pasillos, escaleras, bares, ni ningún otro lugar cerrado) ni siquiera con separación estructural, ni falsas soluciones como la ventilación o los purificadores de aire.

Humo de tabaco ajeno o humo de tabaco ambiental: El humo que se desprende del extremo ardiente de un cigarrillo o de otros productos de tabaco generalmente en combinación con el humo exhalado por el fumador.

Fumar: El hecho de estar en posición de control de un producto de tabaco encendido independientemente de que el humo se esté inhalando o exhalando en forma activa.

Tabaquismo: Según la OMS es una enfermedad adictiva crónica que evoluciona con recaídas. La nicotina es la sustancia responsable de la adicción, actuando a nivel del sistema nervioso central.

Lugares públicos: Todos los lugares accesibles al público en general, o lugares de uso colectivo, independientemente de quién sea su propietario o del derecho de acceso a los mismos.

Humo de segunda mano: también conocido como humo de tabaco en el ambiente es el humo exhalado por un fumador y el humo que proviene de la punta de un cigarrillo, pipa o cigarro encendidos.

Implementación:

La Universidad del Pacífico tiene diseñadas las siguientes estrategias para la implementación de este Programa en particular.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

1. ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN:

- Garantizar que en la Universidad del pacifico sus espacios estén libres de humo.
- Señalar todos los espacios de la universidad como Institución libre de humo.
- Concientizar a todos los miembros de la comunidad de lo nocivo que es el consumo del tabaco y su exposición al humo de segunda mano.

2. ACCIÓNES DE CONTROL:

- No se permitirá que ningún miembro de la comunidad universitaria ingrese al campus universitario y sus sedes consumiendo cigarrillo.
- Dentro de los espacios del campus universitario y sus sedes no se permitirá el consumo de cigarrillo.
- Miembro de la comunidad universitaria que sea detectado consumiendo cigarrillo por primera vez se le hará un llamado de atención y si su conducta es reiterativa se procederá como lo manifiesta el reglamento estudiantil en el capítulo XIV régimen disciplinario desde el artículo 74 al 86 y de acuerdo a la ley 1335 de 2009.

PROGRAMA ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Una alimentación no saludable es la que tiene una ingesta aumentada de calorías y de algunos componentes (sodio, azúcares, grasas saturadas y trans), que generan hipertensión, colesterol elevado, diabetes y sobrepeso o la ingesta insuficiente de otros (vitaminas, minerales, fibras y grasas poliinsaturadas), que reducen el riesgo de enfermedades cardiovasculares y cáncer. La baja ingesta de frutas y verduras ocasiona el 19% de los cánceres del tubo digestivo, el 31% de la enfermedad coronaria y el 11% de la enfermedad cerebrovascular. El incremento del consumo de alimentos procesados y ultra procesados ha sido sin duda un factor determinante en el incremento de la obesidad, la diabetes, y las Enfermedades Cerebro Vasculares.

Por lo que la Universidad del Pacífico a través de este programa busca que la comunidad Universitaria aumente el consumo diario de frutas y verduras, disminuya el consumo de sal y aumente el consumo de agua, logrando así una alimentación equilibrada y variada para prevenir enfermedades crónicas como obesidad, diabetes, hipertensión, cáncer y un mejor rendimiento académico.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia



SEG-0101

Definiciones:

Alimentos: según la OPS es toda sustancia elaborada, semielaborada o natural, que se destina al consumo humano, incluyendo las bebidas, el chicle y cualesquiera otras sustancias que se utilicen en la fabricación, preparación o tratamiento de los alimentos.

Alimentación saludable: según la OMS es aquella que proporciona los nutrientes que el cuerpo necesita para mantener el buen funcionamiento del organismo, conservar o restablecer la salud, minimizar el riesgo de enfermedades, garantizar la reproducción, gestación, lactancia, desarrollo y crecimiento adecuado. Para lograrlo, es necesario el consumo diario de frutas, verduras, cereales integrales, legumbres, leche, carnes, aves y pescado y aceite vegetal en cantidades adecuadas y variadas.

Medidas de sanidad: según el INVIMA son un conjunto de actuaciones aplicadas por la autoridad sanitaria para prevenir, mitigar, controlar o eliminar un evento que origine riesgos que afecten la salud de la población.

Implementación

La Universidad del Pacífico tiene diseñadas las siguientes estrategias para la implementación de este Programa en particular.

1. ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN:

- Concienciar a la comunidad Universitaria de la importancia de adquirir buenos hábitos alimenticios.
- Capacitar frente a la normatividad de sanidad y alimentos saludables a las personas que están al frente de las cafeterías de la Institución.

2. ESTRATEGIAS DE CONTROL:

- Garantizar que las cafeterías de la institución brinden alimentos saludables.
- Velar por que todas las cafeterías de la institución cumplan con todas las normas de sanidad estipuladas por el gobierno.
- Restringir el ingreso a vendedores ambulantes no autorizados dentro de la Institución.

Universidad del Pacífico

Campus Universitario Km 13 Vía al Aeropuerto barrio el Triunfo

Teléfono: (2)2405555 Ext. 3001 - 3002

E-mail: info@unipacifico.edu.co

Página Web: www.unipacifico.edu.co

Buenaventura – Valle del Cauca - Colombia