

La Pontificia Universidad Javeriana como un escenario para la promoción de la salud

MARÍA CONSTANZA GRANADOS¹

LUZ HELENA ALBA²

NELCI ASTRID BECERRA³

Resumen

La Pontificia Universidad Javeriana inició el proceso de convertirse en una universidad saludable en 2003. El proceso lo ha realizado en tres fases: en la preparación, se discutió el marco conceptual y se creó el equipo asesor; la puesta en operación incluyó la obtención de información sobre el perfil de riesgo y la situación de salud, la articulación de las diferentes instancias universitarias, la integración a los currículos y la ejecución de acciones específicas de promoción y prevención de la educación para el autocuidado; en la fase de consolidación, se planteó la formulación de políticas institucionales y la implementación de un sistema de evaluación permanente. La generación de una cultura saludable no depende únicamente de las personas y, por esta razón, ha sido fundamental trabajar en la estructura, las políticas y las decisiones estratégicas. Éste es un proyecto construido con la participación de la comunidad universitaria y con el que se espera mejorar los estilos de vida y reforzar valores como la solidaridad y la responsabilidad.

Palabras clave: promoción de la salud, entornos saludables, estilos de vida, universidad.

Title

The Pontificia Universidad Javeriana: a suitable setting for health promotion

Abstract

The Pontificia Universidad Javeriana started a process to become a healthy university in 2003. The process was defined in three phases: preparation that includes building a framework and establishing a multidisciplinary advisory team; implementation that includes

-
- 1 Coordinadora del programa “Universidad saludable”, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, D.C., Colombia.
 - 2 Médica familiar, coordinadora académica, Consultorios Médicos Universitarios, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, D.C., Colombia.
 - 3 Médica familiar, Consultorios Médicos Universitarios, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, D.C., Colombia.

Recibido: 15-09-2008

Revisado: 20-01-2009

Aceptado: 25-02-2009

gathering information about risk profiles and health situation, articulating university departments and faculties, integrating self-care education into academic curricula, and developing specific health promotion and preventive activities; consolidation phase, the last one which includes corporate health promotion policy formulation and implementation of evaluation systems. Promoting a new culture depends not only on people's behavior but on political stewardship, infrastructure, and suitable strategies properly coordinated. Healthy University's success depends on the participation of the entire community; it is expected to improve lifestyles by reinforcing values such as solidarity, and responsibility.

Key words: Health promotion, health environmental, life style, university.

Introducción

La promoción de la salud, tal y como ha sido definida por la Organización Mundial de la Salud, se entiende como “el proceso de permitir a las personas que incrementen el control de su propia salud la y mejoren”; esta definición plantea como viable el llevar a cabo una estrategia que armonice los intereses individuales de búsqueda de un futuro más saludable con los entornos en donde esto es posible[1].

A nivel internacional, muchas universidades se han apropiado del enfoque de escuela saludable por el convencimiento de que “la salud se crea y se vive en el marco de la vida cotidiana, en los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo”, asumiendo que la salud es tanto el resultado

de los cuidados que uno se dispensa a sí mismo y a los demás, como el producto de lo que sucede en los ambientes en donde nos desenvolvemos, en este caso particular, en el escenario universitario[2, 3].

La incorporación de este enfoque en la Pontificia Universidad Javeriana parte de la aceptación de una visión integral e interdisciplinaria de la formación del ser humano, en donde resulta válido asumir la responsabilidad que como institución tiene de garantizar un entorno sano y de favorecer el desarrollo de conocimientos, actitudes y prácticas para el cuidado de sí mismo y para la prevención de conductas de riesgo. Este proceso supone, también, la realización de un análisis crítico y reflexivo sobre los valores, conductas, condiciones sociales y estilos de vida que influyen en el comportamiento de las personas, buscando fortalecer los aspectos favorecedores de la salud y del desarrollo humano. Esta iniciativa se ha construido favoreciendo la participación de los integrantes de la comunidad educativa en la toma de decisiones que protejan la salud, alentando la construcción de ciudadanía y democracia, y reforzando la solidaridad, el espíritu de comunidad y los derechos humanos[4].

El reto de constituirse en una universidad promotora de la salud comienza en el año 2003 y hasta el momento se han hecho avances que

nos proponemos resumir en este documento, como una forma de reflexionar sobre el camino recorrido pero, sobre todo, con el objetivo de motivar la participación de todos los miembros de la comunidad universitaria en aras de seguir construyendo estrategias encaminadas a mejorar nuestra calidad de vida.

Proceso de la Pontificia Universidad Javeriana para convertirse en universidad saludable

Una universidad saludable es aquella que mediante la distribución social del conocimiento, adelanta acciones estratégicas y sostenidas que fomentan la salud y la participación activa de la comunidad universitaria en la búsqueda de una mejor calidad de vida. Así, el favorecimiento de estilos de vida saludables y de una cultura de autocuidado, el propender por entornos sanos, y favorecer la investigación y docencia en este sentido, constituyen funciones sustantivas de los centros de educación superior comprometidos con este propósito[5].

La Pontificia Universidad Javeriana está conformada por cerca de 32.000 personas que conviven en un contexto educativo que busca estimular cambios positivos en la conducta de las personas para contribuir a mejorar su salud. El grupo mayoritario lo conforman los estudiantes que se encuentran en una etapa de la vida cuando aún es

posible influenciar los estilos de vida que luego practicarán en el ámbito familiar, social y laboral[3]. El profesorado y los empleados administrativos y de servicios son agentes de salud en potencia que podrían influir positivamente en la salud de los jóvenes. La universidad integra, por tanto, a una comunidad muy diversa, con valores, creencias e intereses diferentes, pero, con ambientes físicos, psíquicos y sociales comunes, en los que la institución ha asumido el reto de favorecer la salud. El proceso de fortalecimiento de la universidad como promotora de salud ha movilizado la participación de distintas instancias, dinamizadas desde el programa *Universidad saludable*, una instancia de la Vicerrectoría del Medio Universitario. La institución ha asumido que la promoción de la salud es una prioridad y, por tanto, su estructura, sus políticas y sus decisiones estratégicas están encaminadas a este fin[6].

El proceso se ha organizado en tres etapas (figura 1).

La primera es una fase de preparación y organización de una estructura favorable para un abordaje participativo e interdisciplinario. La creación de un marco conceptual, el establecimiento de canales de comunicación efectivos, sólidos y bidireccionales, y la conformación de equipos en los cuales confluyen diferentes perspectivas y desde los cuales se han liderado

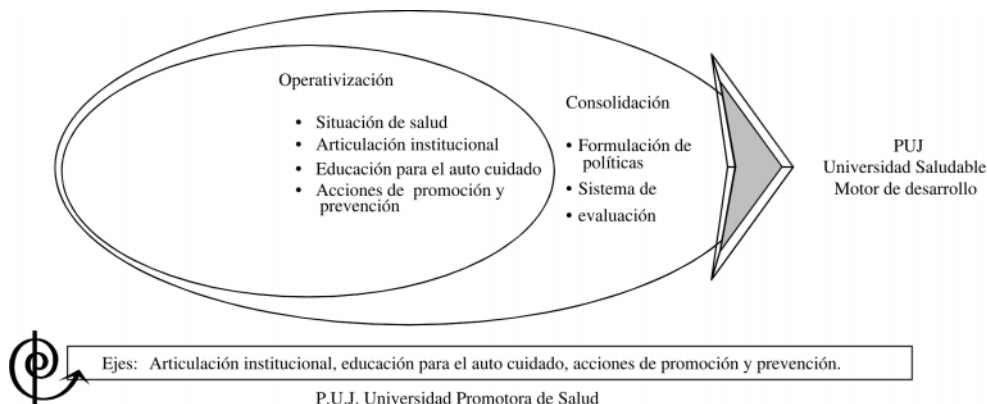


Figura 1. Etapas del proceso de universidad saludable.

procesos y acciones específicas, constituyeron la etapa inicial. En esta etapa, se logró la conformación de un equipo asesor del programa *Universidad saludable*, que incluye miembros interesados en el tema de la salud con capacidad de tomar decisiones y favorecer acciones en sus facultades, centros de la Vicerrectoría del Medio Universitario y la dirección general de recursos humanos, lo que ha garantizado representatividad y participación de las distintas instancias de la universidad[7].

La segunda etapa o fase de operación se inició en el año 2007 y plantea como meta principal conocer el perfil de riesgo y la situación de salud de los miembros de la comunidad educativa, articular el quehacer de las distintas dependencias universitarias que trabajan por la salud, diseñar estrategias para integrar la promoción de la salud a los currículos profesionales con el fin de mejorar la educación para

el autocuidado, y la organización de actividades específicas de promoción y prevención. El proceso se ha fortalecido con el apoyo de equipos externos, especialmente con la Red de Universidades Promotoras de Salud (REDUPS), cuyos lineamientos han orientado nuestro proceso. Otro punto de trabajo en esta etapa se relaciona con garantizar la permanencia de todas las personas en el régimen de seguridad social colombiano y contar con una póliza de accidentes para los estudiantes, procurando así la cobertura total en salud de todos ellos.

La tercera etapa o fase de consolidación incluye la formulación de políticas saludables institucionales sustentadas en procesos de investigación, acción, caracterización y priorización de los riesgos ya identificados, y el diseño de un sistema de evaluación permanente que garantice la retroalimentación del proceso y el logro de los objetivos propuestos[8].

Ejes de acción

Las actividades desarrolladas en el proceso de convertir la universidad en un escenario que proteja la salud, se han organizado en tres ejes: de articulación institucional, de educación para el autocuidado y de actividades específicas de promoción y prevención.

Eje de articulación institucional.

En éste se ha trabajado en ampliar el concepto de salud, desde una perspectiva exclusivamente biológica, a una que considere las dimensiones psicológicas, sociales, culturales y espirituales del ser humano.

Como iniciativa de la rectoría en el año 2003, se propuso reconocer, hacer visibles e integrar todas las acciones de las diferentes instancias universitarias en favor de la promoción de la salud, buscando la articulación y el trabajo en equipo[9]. Como estrategia de integración, se creó un directorio de servicios en pro de la salud y el bienestar, en versiones tanto física como virtual, que permite orientar al usuario y a los distintos miembros del equipo. Las acciones adelantadas en este eje han permitido la promulgación de políticas institucionales que dan cuenta del compromiso de la universidad en el proceso.

Eje de educación para el autocuidado. El trabajo en este eje ha estado encaminado a ofrecer una for-

mación cada vez más integral, incorporando dentro de los currículos elementos formativos en torno al cuidado de la salud. Existe en este sentido una materia electiva abierta a todos los estudiantes llamada *Apostarle a la vida*. Su objetivo es aportar elementos teórico-prácticos que contribuyan a que los estudiantes se apropien de su existencia y de sus decisiones, y trabajen en la construcción colectiva de una cultura más saludable en la que se promueva la apropiación y la responsabilidad frente a la propia salud y al cuidado de los otros.

Otras materias electivas son *Ecología para todos*, ofrecida por la Facultad de Estudios Ambientales y Rurales, y *Universidad saludable*, electiva en la línea de trabajo comunitario de la Facultad de Odontología en la cual se diseñan estrategias que favorezcan la salud oral de los estudiantes. Desde la Facultad de Enfermería se ofrece *Bioseguridad y autocuidado* y próximamente será abierta la electiva de *Alimentación saludable*, como iniciativa de la carrera de nutrición.

Otros espacios abiertos a todos los miembros de nuestra comunidad educativa, y no sólo a los estudiantes, incluyen el programa de formación como brigadistas, que pretende capacitar a las personas para prevenir y actuar en caso de que se presente una emergencia dentro de la Universidad. En este curso se pretende formar líde-

res con capacidad de movilizar en sus compañeros dinámicas de participación y apropiación, frente a la construcción de entornos saludables y la incorporación de prácticas y actitudes solidarias en favor del cuidado mutuo.

De forma complementaria, se ofrece el curso de *Primer respondiente (primera respuesta para la atención inicial de una emergencia) (sic)*, organizado por la Secretaría Distrital de Salud de Bogotá, en el cual se capacita a las personas para la atención inicial de eventos agudos de enfermedad o trauma.

Un espacio de formación adicional es el programa de movilidad vial, organizado con el apoyo del *Fondo de Prevención Vial Nacional*, en donde se promueven hábitos de movilidad seguros para fortalecer la conciencia de la responsabilidad en la disminución de los accidentes de tránsito ocasionados por hábitos riesgosos como pasajeros, peatones o conductores en cualquier tipo de vehículo. Trabajamos con el lema: *Juntos pensando en nuestro aporte para disminuir la accidentalidad vial*. En este espacio de formación, la participación de los estudiantes ha sido fundamental y se ha evidenciado el impacto de las estrategias de comunicación diseñadas por los mismos jóvenes.

Eje de actividades específicas de promoción de la salud y prevención

de la enfermedad. El punto de partida para este eje fue la consecución de información sobre los perfiles de riesgo y la situación de salud de nuestra población. Las fuentes utilizadas han sido encuestas sobre los estilos de vida dirigidas a todos nuestros estudiantes, cuestionarios para identificar perfiles de riesgo en los pacientes atendidos en los consultorios universitarios e información obtenida de proyectos de investigación adelantados por las facultades. Esta información nos permitió establecer planes de intervención a nivel individual, por grupos de riesgo y acciones dirigidas a la comunidad como grupo.

En el ámbito individual la apertura de los consultorios médicos universitarios se ha constituido en el escenario de acción primordial, pues, si bien crear un espacio médico dentro de la universidad en donde se dé respuesta a los problemas del nivel básico de atención fue una motivación, la posibilidad de ofrecer servicios organizados de medicina preventiva se convirtió en la razón de ser de esta iniciativa.

El programa de mantenimiento de la salud es la estrategia utilizada para organizar las actividades de promoción de la salud y prevención de la enfermedad; muchas de estas acciones, a su vez, han sido aplicables a grupos especiales y a la comunidad universitaria en general[10]. La planificación

de actividades se realiza teniendo en cuenta el momento de la vida en el cual se encuentran la persona y su familia, considerando factores biológicos, de su estado psicológico y aquéllos relacionados con su contexto sociocultural y ambiental, y teniendo en cuenta sus estilos de vida. Este perfil individual construido determina la inclusión de actividades específicas, entre las cuales se consideran el asesoramiento médico con técnicas educativas apropiadas, la detección temprana de enfermedades prevalentes, la utilización de medicamentos con fines preventivos y la actualización del esquema de inmunizaciones. La intervención de los riesgos identificados en la historia clínica se realiza de manera concertada

con cada persona, teniendo en cuenta la mejor evidencia científica disponible y considerando su costo-efectividad (figura 2).

Es importante tener en cuenta que el manejo de la enfermedad se ha constituido en la puerta de entrada para el programa de mantenimiento de la salud y la consulta misma es una oportunidad para elaborar el perfil de riesgo particular que, como se mencionó, orienta la planificación de las actividades por realizar como parte del programa de mantenimiento de la salud.

Si bien muchas de las acciones propuestas para cada persona ten-



Figura 2. Actividades individuales del programa de mantenimiento de la salud.

drán algún efecto en el entorno cercano, también se han desarrollado, como se mencionó, intervenciones dirigidas a grupos específicos, ampliando la propuesta de mantenimiento de la salud a poblaciones especiales y al ámbito universitario en general. Tal es el caso de la clínica para dejar de fumar, propuesta que surge en respuesta a la alta prevalencia de consumo de cigarrillo en nuestra universidad, y motivada en el deseo de apoyar a todas las personas fumadoras que deseen parar el consumo. Propuestas adicionales en proceso de desarrollo incluyen el programa de prevención de cáncer de cuello uterino y el dirigido a la detección temprana de cáncer de mama.

Las acciones a nivel de toda la comunidad educativa incluyen la estrategia de control del tabaco, los programas dirigidos a estimular la realización de actividad física (*Javeriana*

activa, organizado por el Centro de Formación Deportiva), la asesoría nutricional permanente brindada por el Centro de Orientación Nutricional de la Facultad de Ciencias, el mejoramiento de la oferta de alimentos saludables en el campus y la creación de escenarios de esparcimiento que desestimen la ingestión de alcohol (*Terraza coctel*). Además, muchas de las acciones generales se han ofrecido a la comunidad a través de una estrategia denominada *Semanas de la vida saludable*, iniciativa encaminada a reunir todas las actividades favorecedoras de la salud, organizadas por distintas instancias de la universidad. Igualmente, como parte de esta estrategia están disponibles actividades del programa de mantenimiento de la salud que pueden ofrecerse globalmente (inmunizaciones, detección temprana de hipertensión arterial, sobrepeso y obesidad, cáncer de cuello uterino, etc.) (figura 3).

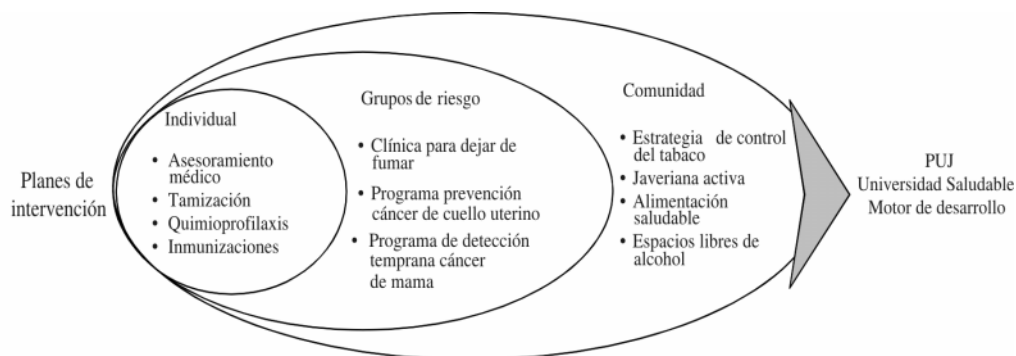


Figura 3. Planes de intervención del programa de mantenimiento de la salud.

Consideraciones finales

La Pontificia Universidad Javeriana asumió el compromiso de convertirse en una institución promotora de la salud[8]; el trabajo participativo y la articulación de acciones han permitido que este proyecto sea percibido como un esfuerzo de todos y con repercusiones positivas para la comunidad universitaria en general. En el proceso ha sido posible identificar, caracterizar y priorizar nuestro perfil de riesgo, de tal forma que las acciones específicas realizadas han sido planeadas teniendo en cuenta nuestra situación de salud particular.

Se ha realizado un trabajo de educación para el autocuidado, que busca contribuir con el desarrollo de conocimientos, prácticas y actitudes positivas para el mejoramiento de los estilos de vida, y que permita lograr una modificación real de aquellos comportamientos que afectan negativamente la salud. Igualmente, se espera que las personas perciban un entorno cada vez más favorecedor de su salud y sean conscientes del compromiso institucional frente al objetivo de alcanzar el máximo nivel de bienestar posible para todos.

Los retos hacia el futuro están relacionados con el fortalecimiento del sistema de evaluación del programa de *Universidad saludable*, que permita una retroalimentación ágil y clara de

las acciones hasta hoy ejecutadas, y el seguimiento de los avances frente a la situación de salud actual; se pretende progresar en la formación de profesionales íntegros, capaces de trabajar en equipos interdisciplinarios y comprometidos con la búsqueda de soluciones a las problemáticas que enfrenta nuestra nación, e integrarnos con otras universidades del país que también están en este proceso.

La vida universitaria en el campus se ha transformado y de la mano de esta transformación esperamos observar cambios más profundos, de fondo, no sólo hacia estilos de vida más saludables, sino encaminados a la creación de una cultura del respeto, la responsabilidad y el amor por la vida.

Bibliografía

1. Epp J. Lograr la salud para todos: un marco para la promoción de la salud. En: *Organización Panamericana de la Salud. Promoción de la salud: una antología*. Primera edición. Washington, D.C. OPS; 1996;25-36.
2. Lange I, Vio F, Grunpeter H, Romo M, Castillo M, Vial B. *Guía para universidades saludables y otras instituciones de educación superior*. Primera edición. Santiago de Chile: Ministerio de Salud; 2006.
3. Muñoz M, Cabieses B. Universidades y promoción de la salud: ¿cómo alcanzar el punto de encuentro? *Rev Panam Salud Pública*. 2008;24:139-46.

4. Granados MC. Nuestro proceso de fortalecimiento como universidad saludable. Bogotá, D.C. Pontificia Universidad Javeriana; 2007. 20 febrero de 2009. Disponible en: http://www.javeriana.edu.co/medio/salud_integral/.
5. Restrepo H, Málaga H. *Promoción de la salud: cómo construir vida saludable*. Primera edición. Bogotá, D.C. Editorial Médica Internacional; 2001.
6. Granados MC. *Informe de gestión: programa de universidad saludable*. Bogotá, D.C. Pontificia Universidad Javeriana; 2006.
7. Granados MC. *Informe de gestión: programa de universidad saludable, evaluación del proceso seguido en el año 2007*. Logros y retos. Bogotá, D.C. Pontificia Universidad Javeriana; 2007.
8. Granados MC. *Informe de gestión: programa universidad saludable 2008*. Bogotá, D.C. Pontificia Universidad Javeriana; 2008.
9. Remolina G. *Carta de la rectoría de la Pontificia Universidad Javeriana al Vicerrector del Medio Universitario*. Bogotá, D.C. Pontificia Universidad Javeriana R-865, 2003.
10. Alba L. *Programa de mantenimiento de la salud*, Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá, D.C. Pontificia Universidad Javeriana; 2007.

Copyright of *Universitas Médica* is the property of Pontificia Universidad Javeriana and its content may not be copied or emailed to multiple sites or posted to a listserv without the copyright holder's express written permission. However, users may print, download, or email articles for individual use.