



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NAYARIT
ÁREA ACADÉMICA DE CIENCIAS DE LA SALUD
COORDINACIÓN DE LA MAESTRÍA EN SALUD PÚBLICA

Propuesta de Programa de Salud Integral Básico para los integrantes del Sindicato de Personal Académico de la Universidad Autónoma de Nayarit (SPAUAN) basado en los lineamientos de las Universidades como Promotoras de la Salud

Trabajo Recepcional para obtener el título de Maestría en Salud Pública

Área: Gerencia de Servicios de Salud

Modalidad: Proyecto de Desarrollo Institucional en Salud

Aspirante: Indira Yarazeth Bernal Cruz

Director de TRT: M.S.P. Saúl Hernán Aguilar Orozco

Codirectora: M.O. Narda Yadira Aguilar Orozco

Este proyecto fue realizado con apoyo de una beca nacional del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología



Mayo 2018

ÍNDICE

RESUMEN INFORMATIVO.....	4
Abreviaturas.....	5
INTRODUCCIÓN	6
1. DIAGNÓSTICO.....	10
1.1 Diagnóstico externo	10
1.1.2 Universidades Promotoras de Salud.....	10
1.1.2.1 Modelos de Universidades Saludables en México.....	14
1.1.3 La Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud (RMUPS) y la UAN	17
1.1.4 El papel de los sindicatos en la promoción de la salud	26
1.1.4.1 Concepto de lugar de trabajo de la Organización Panamericana de la Salud (OPS).....	29
1.1.4.2 La seguridad social y laboral según la Organización Internacional del Trabajo (OIT)	30
1.1.4.3 La Promoción de la Salud en los Lugares de Trabajo (PSLT)	30
1.1.4.4 La salud en Ley Federal del Trabajo en México.....	34
1.2 Diagnóstico interno	36
1.2.1 El Sindicato del Personal Académico de la Universidad Autónoma de Nayarit (SPAUAN).....	36
1.2.2 Las prestaciones relativas a la salud en el Contrato Colectivo 2018-201937	
1.2.3 Las acciones o servicios de salud proporcionados en el SPAUAN.....	41
2. OBJETIVOS Y PRIORIDADES.....	46
3. ESTRATEGIAS.....	48
4. PREVISIÓN DE RECURSOS	50
5. METAS E INDICADORES	52
6. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN	53
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	54
ANEXOS	59
Anexo I.....	59
Anexo II.....	63
Anexo III:.....	64
Anexo IV	69
Anexo V	72



Anexo VI: 74
Anexo VII 75
Anexo VIII 107
GLOSARIO..... 115

RESUMEN INFORMATIVO

El presente documento corresponde al Trabajo Recepcional para la Titulación (TRT) de la Maestría en Salud Pública (MSP) de la Universidad Autónoma de Nayarit, elaborado por la aspirante al grado en MSP Indira Yarazeth Bernal Cruz, en el área de salida Gerencia de Servicios de Salud, siguiendo los criterios metodológicos de la Guía General para la Titulación, bajo la modalidad de “Proyecto de Desarrollo Institucional en Salud”.

El propósito de la elaboración de este documento es presentar el trabajo realizado del TRT, en función a la institución seleccionada, su relación con la salud pública, y sus factores determinantes. Para ello se realizó con la metodología de la guía antes mencionada.

Las Universidades son el espacio público donde la promoción de la salud representa la toma de decisiones, gestión de los recursos e implementación de programas saludables necesarios para la población que en ella transita. En ese sentido, en los años recientes se ha venido desarrollando una estrategia dentro de estas instituciones denominada Universidades Saludables en las que se considera que los sindicatos constituidos por su personal, participan como coadyuvantes a la promoción de la salud a través de la ejecución de programas dirigidos a sus agremiados. Este proyecto se enfoca a realizar una propuesta para un programa de salud integral básico para el Sindicato del Personal Académico y de Trabajadores de la Universidad Autónoma de Nayarit (SPAUAN), a partir del análisis de las actividades o servicios existentes, con base en el concepto y lineamientos de las Universidades Saludables y la Promoción de la Salud.



Abreviaturas

ANUIES: Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior.

DSS: Determinantes Sociales de la Salud.

IESS: Universidad o Institución de Educación Superior Saludable o Promotora de Salud.

IMSS: Instituto Mexicano del Seguro Social.

OIT: Organización Internacional del Trabajo.

OMS: Organización Mundial de la Salud.

OPS: Organización Panamericana de la Salud.

PDI: Programa de Desarrollo Institucional.

PES: Pares Educadores en Salud.

PS: Promoción de la Salud.

PSLT: Promoción de la Salud en Lugares de Trabajo.

RIUPS: Red Iberoamericana de Universidades Promotoras de Salud.

RMUPS: Red Mexicana de Universidades Promotoras de Salud.

SPAUAN: Sindicato de Personal Académico de la Universidad Autónoma de Nayarit.

TRT: Trabajo Recepcional para Titulación.

UAN: Universidad Autónoma de Nayarit.

UPS: Universidades Promotoras de Salud.

US: Universidad Saludable.


INTRODUCCIÓN

En 1945, Henry Sigerist definió el término de Promoción de la Salud como el quehacer de la medicina bajo cuatro criterios; la promoción de la salud, la prevención de la enfermedad, el restablecimiento del enfermo y la rehabilitación. Para Sigerist la salud se promueve cuando se facilita un nivel de vida adecuado, teniendo las condiciones de trabajo, educación, cultura física, medios de descanso y recreación necesarios para el desarrollo (1). No fue hasta 1986, en la Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud, cuando Milton Terris retoma lo dicho por Sigerist donde se define de forma amplia la promoción de la salud como “El proceso de permitir a las personas aumentar el control sobre su salud y por tanto mejorarla” que incida no solamente en los estilos de vida, sino hacia las condiciones y recursos fundamentales para la salud, es decir, paz, vivienda, justicia social y la equidad” (2).

En el año 2008 Muñoz y Cabiases determinaron que las universidades pueden ser promotoras de la salud si se lo proponen; tienen el potencial para influir positivamente en la vida y condición de salud de sus miembros, protegiéndolos y promoviendo su bienestar, y pueden liderar y apoyar procesos de cambio +en la comunidad externa, a través de sus políticas y prácticas. Además, al ser organizaciones extensas y complejas, las personas que ahí trabajan o estudian les dedican gran parte de su tiempo y algunas gran parte de su vida, por lo que los determinantes de salud están regidos en gran medida por las condiciones o características sociales en las cuales esas personas viven, estudian o trabajan en la universidad (3).

El liderazgo social que tiene la universidad en materia de promoción de la salud es notable frente a otras instituciones, las universidades son comunidades en las que la autoridad es ampliamente compartida lo que facilita el trabajo colaborativo entre los diferentes actores que la constituyen.


En este ambiente de autoridad compartida, la educación para la salud se convierte en un factor protector, donde los líderes académicos de todos los sectores y



niveles universitarios tienen la responsabilidad de modificar aquellas conductas que dañen a sus integrantes, creando un efecto sinérgico y potenciando los esfuerzos que en materia de salud se promueven bajo un mismo criterio: generar una universidad saludable (4).

Las Universidades deben contribuir a promocionar y potenciar los valores que permiten el bienestar, la autonomía y el completo desarrollo de las personas que en ellas estudian y trabajan. Los términos de Universidades Promotoras de Salud (UPS), Universidad Saludable (US) y Universidad e Institución de Educación Superior Saludable o Promotora de Salud (IESS), llevan a desarrollar una cultura de organización enfocada en los valores y los principios de “ciudades saludables”, con la iniciativa de la Promoción de la Salud (PS), (5) como referencia en las entidades de Educación Superior, mediante una política institucional para el fomento y permanencia de las acciones en promoción de la salud que permitan cumplir con los siguientes componentes:

- Desarrollar políticas institucionales y normativas en beneficio a la salud y fomentar ambientes favorables.
- Desarrollar la formación profesional en la promoción y educación para la salud.
- Desarrollar acciones de investigación y evaluación en promoción de la salud.
- Fomentar acciones para la educación, alfabetización y comunicación de la salud para el desarrollo.
- Ofrecer servicios preventivos, y promoción de la salud.
- Fomentar la participación para desarrollar habilidades, liderazgo y abogacía entre la comunidad universitaria.
- Realizar acciones con alcance familiar y comunitario.
- Involucrar aquellas instituciones con el compromiso hacia la promoción de la salud que contribuyan al bienestar y calidad de vida de la comunidad universitaria y el ambiente externo (6) (7).



La práctica de la promoción de la salud bajo distintas estrategias lideradas por las universidades implica la gestión, formación de recursos, seguimiento y evaluación de los programas en salud y la creación de políticas públicas.


La base primordial del “Movimiento de las Universidades Promotoras de Salud”, emana de los principios de Salud para Todos (1978), la Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud (1986) y su aplicación en entornos saludables, específicamente en Ciudades, Municipios y Escuelas Promotoras de Salud (2).

Los entornos saludables toman auge a partir de la década de los ochenta como parte del movimiento global y regional de la Promoción de la Salud impulsado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y sus oficinas regionales incluyendo la Organización Panamericana de la Salud (OPS), con enfoques y estrategias salubristas (8).

Con esta visión se plantea la necesidad de reorientar y fortalecer estrategias que sean más efectivas en el trabajo y el papel que juegan las escuelas, sindicatos y facultades en el área de la salud para contribuir a promover estilos de vida saludables, prevenir enfermedades y empoderar a la población usuaria de información acerca de la necesidad del cuidado de su salud.

La universidad es la entidad que reúne un grupo de personas que convive diariamente y representa un papel importante en los determinantes de la salud, con conductas y condiciones que intervienen directa e indirectamente en el bienestar de la población. Los sectores que participan dentro de la universidad; trabajadores, docentes y estudiantes, juegan a su vez un importante rol en la toma de decisiones para la planeación de planes y programas que contribuyan a su bienestar.

El concepto de salud integral contenido en el movimiento Universidades Saludables, considera a los sindicatos como coadyuvantes, en virtud de la influencia que pueden tener sobre los agremiados y en el caso de los que involucran a los académicos, por su amplia capacidad de ser factores de cambio social.



La Universidad Autónoma de Nayarit fue incorporada a la Red Mexicana de Universidades Promotoras de Salud en el año 2017 y comenzó a desarrollar planes y proyectos apropiados, desde el ámbito institucional, reconociendo la importancia que desde las organizaciones sindicales se realicen acciones de salud coordinadas que puedan integrarse a un plan general, ya que los sindicatos son organizaciones que entre los derechos que logran para sus agremiados, se incluyen los relativos a la salud, expresados en diferentes prestaciones laborales y plasmados en sus contratos colectivos de trabajo.

El Sindicato del Personal Académico de la UAN, el SPAUAN, estipula en su contrato colectivo algunas prestaciones de servicios de salud que deberán ser provistas por la universidad como patrón. Por otra parte, entre los servicios que se llevan a cabo en el sindicato, fundamentalmente en su recinto, hay una oferta variada de actividades con la intención de proporcionar algún beneficio a la salud de los agremiados.

El propósito de este trabajo es realizar un diagnóstico de los servicios promovidos por el SPAUAN, para constituir a partir de ellos una propuesta de un programa de salud integral básico, integrándolas a otros proyectos, que en conjunto conformen un plan acorde a los lineamientos de las Universidades Saludables, para que contribuyan desde ese ámbito a la construcción y puesta en marcha del plan de la propia universidad.

1. DIAGNÓSTICO

1.1 Diagnóstico externo


1.1.2 Universidades Promotoras de Salud

El concepto de Universidad Promotora de la Salud se refiere “a una Universidad que de forma continua está mejorando e interviniendo sobre aquellos factores que determinan su ambiente físico y social, facilitando el acceso y potenciando los recursos comunitarios que permiten a sus miembros realizar todas sus funciones vitales y auto desarrollarse hasta su máximo potencial desde una perspectiva de apoyo mutuo” (9).

Otra definición de Universidades Promotoras de la Salud es la que plantea que “las Universidades Promotoras de la Salud/Instituciones de Educación Superior revisan sus propios sistemas, procesos y cultura internos y su influencia sobre la salud y el bienestar individual y comunitario. También asumen la responsabilidad de contribuir a mejorar la salud y bienestar de la sociedad, a través de la colaboración y el trabajo en redes (10).

Las universidades pueden ser promotoras de la salud si se lo proponen; tienen el potencial para influir positivamente en la vida y condición de salud de sus miembros, protegiéndolos y promoviendo su bienestar y pueden liderar y apoyar procesos de cambio en la comunidad externa, a través de sus políticas y prácticas (11). Además, al ser organizaciones extensas y complejas, las personas que ahí trabajan o estudian les dedican gran parte de su tiempo, y algunas gran parte de su vida, por lo que los determinantes de salud están regidos en gran medida por las condiciones o características sociales en las cuales esas personas viven, estudian o trabajan en la universidad (12).

En relación con el contexto de Universidad Saludable, se han ido conformando una serie de redes, tanto a nivel nacional como internacional, que apuestan por potenciar la Universidad como un entorno promotor de la salud de la comunidad universitaria y de la sociedad en su conjunto (13).



La promoción de salud como parte esencial de la labor extensionista se centra en lo importante más que en lo urgente, desde su ideología tiene una visión integradora y no fragmentada; se concentra en el fomento de la creatividad, más que en la simple efectividad (14).


Iniciativas como el de las escuelas saludables y las universidades promotoras de salud dan un vuelco a los paradigmas que habían privado hasta hace algunos años en el ambiente educativo, el conocimiento enciclopédico o meramente instrumental ha dado paso a una nueva forma de concebir la formación del profesional universitario a partir de la construcción de espacios que fomentan la formación integral del educando, preservando y fomentando ante todo su salud (15).

La fuerte vinculación que guarda la educación con la salud se pone de manifiesto con el doble compromiso que tienen las universidades hoy en día, pues no se trata solamente de contar con lo más avanzado de la ciencia y la tecnología, o de tener un profesorado altamente competente en su disciplina,

sino de fomentar en los alumnos una serie de habilidades sociales que les permitan tomar las mejores decisiones respecto a su propio desarrollo.

En este sentido no cabe duda que el movimiento iniciado en la década de los ochentas e impulsado por la OMS en todas las latitudes para construir "entornos saludables" y promover la salud ha sido un parte aguas en el ámbito educativo, principalmente en las universidades, como uno de los mejores canales para acercar la política pública internacional, a los espacios donde se ejecutan las acciones concretas y se vincula a la universidad con los problemas que enfrenta la sociedad, a través de un mismo fin: preservar y promover la salud de los individuos (16) (17).


Han sido distintas las estrategias que se han llevado a cabo para lograr el fortalecimiento del "Movimiento de Universidades Promotoras de la Salud", tomando en consideración a este como la construcción de una organización que influye para el cambio social y busca llevar a la acción de grandes postulados



como los de la "Carta de Bangkok para la promoción de la salud en un mundo globalizado" (18) y la Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud, la cual se considera como un analizador social de lo que está sucediendo en instituciones como las universidades que buscan generar alternativas para hacer frente a una serie de problemáticas que trae consigo la globalización y que enfrenta la comunidad universitaria vulnerando a los grupos que se desarrollan ahí.

El movimiento de universidades promotoras de salud tiene una estrategia incluyente, es decir engloba a universidades públicas y privadas, anglosajonas e iberoamericanas, convirtiéndose en un movimiento global de gran alcance a través de la generación de redes formales entre universidades, así como conferencias y declaraciones que teniendo como marco diversos congresos han llevado a cabo la elaboración de documentos sumamente importantes. La primera Conferencia Internacional de Universidades Promotoras de Salud se llevó a cabo en Lancaster, Inglaterra en 1996, con ayuda de la Organización Mundial de la Salud (OMS), bajo el enfoque de las Universidades Promotoras de Salud (UPS) hacia crear un entorno de aprendizaje y una cultura organizacional que mejore las condiciones de salud, bienestar y sostenibilidad de su comunidad, y permita que las personas logren desarrollar su pleno potencial" (19). Y para el año 2003 ya se estaba realizando el I Congreso Internacional de USP en Santiago, Chile bajo el tema "Construyendo Universidades Saludables" (20) . Como otro ejemplo de sustento a la iniciativa de las UPS fue la Carta de Edmonton para Universidades Promotoras de la Salud e Instituciones de Educación Superior, llevada a cabo en el II Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud en la Región de las Américas, el cual se efectuó en octubre de 2005 en la Universidad de Alberta en Edmonton Canadá, donde se estableció en el marco conceptual, las metas, las creencias y los principios de la iniciativa. Además se propuso una guía con compromisos de acción institucional para impulsar la iniciativa en las Universidades (21).

Posteriormente el III Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud que se realizó en octubre de 2007 en Ciudad Juárez, Chihuahua, México. El tema abordado fue el de Entornos Formativos Multiplicadores. Este evento fue



organizado por la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, y como parte de los resultados se instituyó la Red Iberoamericana de Universidades Promotoras de Salud (RIUPS) además de se propuso una acta constitutiva de la Red con el fin de dar a conocer los avances e informar a las instituciones y universidades involucradas respecto a los avances y estrategias reunidas a la fecha (anexo I) (22).

El IV Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud, se llevó a cabo en la Universidad Pública de Navarra, España en el 2009, con el tema central El Compromiso Social de las Universidades (23).

El V Congreso Internacional de UPS celebrado en San José, Costa Rica con el tema de “Comunidades Universitarias Construyendo Salud” llevado a cabo del 5 al 7 de octubre del año 2011 (20).

El VI Congreso Internacional de Universidades Promotoras de Salud, fue en el año 2013 del mes de marzo los días del 19 al 21, siendo sede San Juan, Puerto Rico (20).

En el año 2015 se llevó a cabo el VII Congreso Internacional de Universidades Promotoras de Salud e Instituciones de Educación Superior: 10 años después de la Carta de Edmonton, organizado por la Universidad de British Columbia, Canadá en colaboración de la RIUPS (24).

Y por último llevado a cabo en 2017, el VIII Congreso Iberoamericano de Universidades Promotoras de la Salud: Promoción de la Salud y Universidad, bajo la iniciativa de Construyendo entornos sociales y educativos saludables, que se llevó a cabo en el mes de junio del 27 al 29, en la Universidad de Alicante, España (25).

Cada iniciativa establecida en los congresos ha permitido el intercambio de experiencias y la aportación de una visión más amplia del rumbo hacia dónde se dirige la promoción de la salud, siendo la universidad un lugar de desarrollo para proporcionar los medios necesarios e implementando estrategias saludables para toda la comunidad universitaria.

1.1.2.1 Modelos de Universidades Saludables en México

Las universidades deben preocuparse y ocuparse en proporcionar un contexto de oportunidad para las actividades de la promoción de la salud y calidad de vida de sus trabajadores.

"La salud se promueve proporcionando un nivel de vida decente, buenas condiciones de trabajo, educación, ejercicio físico y los medios de descanso y recreación" (26).

A continuación se presentan algunos modelos de programas de universidades públicas nacionales que pertenecen a la red de universidades promotoras de salud.

El Programa Institucional de Seguridad y Salud Universitaria ejecutado por la Universidad de Colima; está enfocado a la seguridad e higiene, es una de las actividades que la institución realiza socialmente responsable para asegurar las condiciones físicas y psicológicas del personal para que sean mejores, confiables y eficientes trabajadores, estableciendo medidas para la prevención de accidentes o enfermedades de cualquier actividad que desempeña cada trabajador a fin de conservar la vida, salud e integridad física, así como evitar cualquier posible deterioro de las instalaciones, a través de las comisiones de seguridad e higiene y prevención de la salud (27). Dichas comisiones nacen con base a lo estipulado en la Ley Federal del Trabajo, las cuales se rigen de la siguiente forma:

Comisión Mixta de Seguridad e Higiene Institucional, es el organismo bipartito conformado por igual número de representantes de los trabajadores y de la Universidad de Colima, que tiene como finalidad:

- Definir las estrategias y acciones a desarrollar para la implementación y operación del Sistema de Administración de Seguridad y Salud en el Trabajo de la Universidad de Colima.


- Vigilar el desarrollo y proceso operativo de las actividades del Programa de Seguridad y Salud en el Trabajo por conducto de las Subcomisiones Mixtas de Seguridad e Higiene Delegacionales, para llevar a cabo las medidas correctivas cuando así se requiera.
- Evaluar los resultados de las actividades implementadas por las Subcomisiones Mixtas de Seguridad e Higiene Delegacionales, así como establecer los mecanismos de control y seguimiento para la mejora continua del Sistema (28).

A su vez existe la Subcomisión Mixta de Seguridad e Higiene Delegacional, cuya característica organizacional es bipartita, es decir está conformado por igual número de representantes de los trabajadores y de la Universidad de Colima, que tiene como finalidad:

- Identificar los agentes, condiciones peligrosas o inseguras y actos inseguros en los planteles, centros, institutos y dependencias de su jurisdicción.
- Investigar las causas de los accidentes y enfermedades de trabajo, de acuerdo a los elementos que les proporcione el Director General de Recursos Humanos y otros que estimen necesarios.
- Proponer a la Comisión Mixta de Seguridad e Higiene Institucional las medidas para prevenir los accidentes y enfermedades de trabajo, basadas en la normatividad en la materia.
- Dar seguimiento a la instauración de las medidas propuestas por la comisión para prevenir los riesgos de trabajo (28).

Programa de Salud implementado por la Universidad Autónoma de Zacatecas, llamado "UAZ Saludable: Universidad promotora de salud".

En este programa la Universidad Autónoma de Zacatecas "Francisco García Salinas" (UAZ) busca la preservación y cuidado de los derechos fundamentales del ser humano, contribuye a mejorar las condiciones de vida de los grupos mayoritarios a través de la educación con calidad y pertinencia social.




Su Modelo Académico UAZ Siglo XXI, ofrece respuestas concretas a las necesidades de los estudiantes de acercar su educación integral a diversos escenarios con una formación basada en competencias. En el Área de Ciencias de la Salud, el eje integrador denominado “Salud y Sociedad” cuenta con Unidades Didácticas Integrales (UDI) que van a aportar positivamente a una cultura de salud preventiva e integral, tales como: Epidemiología, Salud pública, medicina social, prevención, administración, medicina comunitaria (29).

Por su parte la Unidad Académica de Enfermería comprometida con su misión elabora el Macro Proyecto “Universidad Saludable”, para contribuir en la generación de una cultura saludable, es pionera e inicia actividades con el programa “Enfermería Saludable” que atiende a personal docente, alumnos y trabajadores administrativos de la Unidad y del Área de Ciencias de la Salud, con cuatro programas:

1. Salud física
2. Salud mental y sexual
3. Asesoría nutricional y Salud bucal
4. Adicciones: tabaco, alcohol y drogas. El programa opera desde un Consultorio de Enfermería que promueve estilos de vida saludables.

A partir de esta iniciativa y con la inquietud que toda la comunidad universitaria se beneficie de estos servicios, un grupo de Docentes Investigadores de la Unidad, en coordinación con otros centros, coordinaciones y áreas, elabora y trabaja en la Planificación Estratégica del programa.

“UAZ Saludable: Universidad Promotora De Salud” que en base a opinión de expertos y aprobación por las autoridades de la Universidad se espera entre en vigencia en un tiempo oportuno. Su misión es contribuir a formar individuos íntegros comprometidos con su entorno, favoreciendo el desarrollo humano, social y saludable, logrando con ello una cultura de prevención, auto cuidado personal y comunitario, para lograr una mejor calidad de vida (29).



La propuesta del programa establece como programas prioritarios:


1. Programa de Actividad Física: “UAZ en movimiento”
2. Programa de Nutrición: “Me veo bien, como bien, estoy bien”
3. Programa de Salud Sexual y Reproductiva: “Soy sexualmente responsable”
4. Programa de Salud mental: “Me siento en armonía”
5. Programa de Adicciones: “Yo ante las drogas”
6. Programa de Salud Bucal: “Cuido mi sonrisa”
7. Programa de atención a discapacitados
8. Programa de Cuidado del medio ambiente: “En armonía con la naturaleza”

En la UAZ, existen diversas actividades que fomentan la promoción de salud: reconocimiento de edificios libres de humo de tabaco, diagnóstico de salud de la población estudiantil, investigación relacionada con la temática, trabajo comunitario: ferias de salud, video conferencias, capacitación, participación en foros, entre otras.

Basado en lo anterior, la implementación del programa “UAZ Saludable: Universidad Promotora de Salud” constituye una plataforma sostenible e incluyente para la promoción de estilos de vida saludable en la comunidad universitaria (29).

Otro es el Programa de Salud de la Universidad Veracruzana que ofrece a sus trabajadores el programa de pláticas de Educación para la Salud y Orientación Nutricional que tiene como objetivo realizar la campaña denominada “A quitarnos un KILO de encima, la familia y la UV nos necesitan”, con este programa se pretende llegar a las dependencias académicas de manera itinerante, con temas que contribuyan a la toma de decisiones para hacer cambios de estilos de vida saludable tanto en el ámbito de la alimentación y del ejercicio, dando seguimiento a las recomendaciones de organismos internacionales para combatir el sobrepeso, la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles (17).

1.1.3 La Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud (RMUPS) y la UAN



En marzo del 2016 se llevó a cabo la primera asamblea de RMUPS, donde se dieron cita 41 universidades públicas y privadas, siendo sede la Rectoría de la Universidad Autónoma Metropolitana de México (UAM). Las entidades federativas que estuvieron representadas en el evento fueron: Aguascalientes, Baja California, Ciudad de México, Colima, Chihuahua, Guadalajara, Guanajuato, Hidalgo, Nuevo León, Querétaro, San Luis Potosí, Sonora, Tlaxcala, Veracruz y Zacatecas. El sector salud estuvo representado por la Secretaría de Salud y por el IMSS.

En la asamblea se presentó un espacio para anunciar las redes estatales de Sonora, Tabasco y Aguascalientes. Por otro lado se discutió la conformación legal de los estatutos de la RMUPS, se finalizó con la entrega de nombramientos de la Red de Universidades Promotoras de la Salud (30).

A continuación se presentan las actividades realizadas por algunas de las universidades que integran la Red de Universidades Promotoras de la Salud según el Informe de la RMUPS.

Universidad Autónoma de Tlaxcala:

La Secretaría de Autorrealización realiza acciones en torno al Programa de “Universidad Saludable” a través de las “Jornadas de Promoción de la Salud Sexual y Reproductiva” desarrolladas en las diferentes Facultades de la Universidad Autónoma de Tlaxcala, teniendo como objetivo general informar a los estudiantes sobre los métodos anticonceptivos y la responsabilidad que conlleva la educación sexual en los jóvenes. Total de alumnos atendidos: 3,222 durante el periodo de enero a marzo del 2017, se llevaron a cabo actividades con el apoyo de instituciones como: Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Tlaxcala (Consejería), Secretaría de Salud del Estado de Tlaxcala, Centro Ambulatorio para la Prevención del Sida e Infecciones de Transmisión Sexual (CAPASITS), Red por los Derechos Sexuales y Reproductivos en México (DDESER), Centro de Integración Juvenil A.C. Tlaxcala y el Comité de la Diversidad (Buscador de Sueños) A.C.


Universidad de Montemorelos

La Universidad de Montemorelos sigue buscando estrategias holísticas para promover la salud entre la comunidad universitaria. La Co - misión Institucional de Salud y la Maestría en Salud Pública realizó un diagnóstico de los criterios de escuelas promotoras de salud basado en ejes estratégicos y planes de acción para crear ambientes que propician la salud. Adicionalmente diseñó programas de promoción de salud por medio de días o campañas donde se educó y celebró la temática de salud de la OMS:

- “Creando una Cultura de Salud”: Programa institucional de promoción de salud
- “Ama a tu Corazón”: kiosco de signos vitales
- Prevención de Influenza: Campaña publicitaria
- Día Internacional del agua: Campaña publicitaria
- Día Internacional de la felicidad: Campaña publicitaria y retos en redes sociales
- Día Internacional de Salud: Feria del Día Internacional de la Salud. Promoviendo hábitos de bienestar mental y la relación de mente, cuerpo y espíritu
- Día de la madre tierra (Día del planeta): Feria Ecofest, día sin auto dentro del campus universitario y kiosco de Vegan Outreach

Programas de Ejercicio y Aptitud Física

- El programa dirigido a los estudiantes en este ciclo escolar, ofrece 48 grupos de ejercicio donde se atiende aproximadamente a 950 alumnos. Este programa incluye una evaluación clínica (antropometría) y una evaluación física al semestre.
- Programa WELLNESS: Entre los objetivos a destacar de este programa podemos resaltar la salud y el bienestar, pero sobre todo la prevención de enfermedades por medio del ejercicio físico. La Universidad de Montemorelos está desarrollando este programa con sus empleados en base a:
 - Programa de ejercicio llamado “entrenamiento funcional” que se adapta fácilmente a las diferentes capacidades físicas de las diferentes edades de los



empleados adscritos a este plan. Programas de Promoción de Salud para las comunidades


- Servicio comunitario: Se está trabajando en un proyecto a 5 años en la colonia Anita y Raúl Caballero, en Montemorelos, Nuevo León, y se ha trabajado para mejorar 5 determinantes Sociales de la Salud que son: Desarrollo Humano, Vinculación Social, Acceso a la Salud, Entorno Saludable y Fomento de la Cultura. Hasta el momento se ha beneficiado a más de 700 personas de esa comunidad y se ha trabajado en conjunto con las autoridades municipales y estatales.

Universidad Politécnica de Guanajuato (UPG)

La Universidad Politécnica de Guanajuato en coordinación con la facultad de Nutrición del Campus Celaya Salvatierra de la Universidad de Guanajuato, realizó un convenio de colaboración en donde alumnos del 8vo semestre de la carrera, pondrán en práctica sus conocimientos, llevando acabo las asesorías nutricionales con el personal docente, administrativo y alumnado de la UPG. Esto con la finalidad de desarrollar buenos hábitos alimenticios ya que es esencial para que las comidas que se realizan produzcan los beneficios esperados en nuestro cuerpo. Por tal motivo en la actualidad se han valorado alrededor de 450 personas, otorgándoles un plan alimenticio y acciones de cómo mejorar su calidad de vida. Teniendo como finalidad que la mayor cantidad de personas corrijan sus hábitos alimenticios y mejoren su estado de salud.

Universidad de Guadalajara

El Centro Universitario del Sur es el primer campus de la red universitaria de la Universidad de Guadalajara en obtener la certificación por parte de la Secretaría de Salud en dos Programas Educativos (Licenciatura en Seguridad Laboral, Protección Civil y Emergencias y la carrera Enfermería) como entorno favorable a la salud y Programa Educativo promotor de la salud. Dentro de las actividades que se realizaron fueron mediciones antropométricas y exploraciones así como detecciones gruesas a los estudiantes (agudeza: visual, auditiva y bucal. Valoración nutricional, diabetes, hipertensión arterial, trastornos de la conducta



alimentaria, depresión, drogas, nicotina y alcohol), cartilla de vacunación para verificar esquemas completos. Una vez que fueron detectados, los estudiantes del Programa Educativo de la Licenciatura de Enfermería, se refirieron para su atención y su seguimiento

Universidad Autónoma de Nayarit

La actividad iniciada en la UAN una vez integrada a la RMUPS fue el “Diagnóstico y seguimiento del estado integral de salud en estudiantes universitarios de nuevo ingreso en las áreas: clínica, odontológica, actividad física, psicoeducativa y sociocultural ambiental” con la participación Programas académicos como: Odontología, Nutrición, Cultura Física, Medicina y Químico Farmacobiólogo (QFB), así mismo también se encuentran participando cuerpos académicos como: Recursos naturales, Salud Pública, Sustentabilidad energética, Bases biomoleculares en enfermedades crónico degenerativas, Psicología de la Salud, Desarrollo curricular y Epidemiología de la Salud, entre otros que fueron sumándose.

Con el objeto de prevenir y detectar oportunamente de forma integral las áreas de oportunidad que presentan los estudiantes de nuevo ingreso del área de la salud, actualmente en la Universidad Autónoma de Nayarit estamos llevando a cabo el presente estudio que tiene como objetivo implementar un programa institucional de diagnóstico y seguimiento para el desarrollo integral para estudiantes de Odontología, Nutrición, Cultura física, Q.F.B. y Medicina, cuyo tamaño de muestra población de estudio por Unidad Académica se calculó estadísticamente, mismo que consiste en dos etapas

Etapa 1: reunión informativa con los estudiantes que participarán, a fin de socializar alcances, objetivos y bondades de éste estudio.


- Diagnosticar su estado actual de salud mediante la medición de glicemia, colesterol, triglicéridos biometría hemática y examen general de orina.
- Diagnosticar su estado nutricional mediante su IMC y hábitos alimenticios.
- Evaluar el desempeño físico: pruebas de resistencia, flexibilidad, velocidad, potencia y fuerza

- Conocer sus capacidades y áreas de oportunidad en el ámbito psicopedagógico, cuya intervención permita mejorar sus estrategias de aprendizaje.
- Determinar el índice de dientes, cariados perdidos, obturados (CPOD), el índice de higiene oral simplificado (IHOS).
- Determinar sus conocimientos y hábitos de cultura ambiental, cuyas acciones los lleve un cambio de actitud, una toma de conciencia sobre la importancia de conservar el medio ambiente.

Etapa 2: en función de los resultados obtenidos en el diagnóstico, en ésta segunda etapa se diseñarán las estrategias pertinentes, las acciones y recomendaciones, para la mejora nutricional, odontológica, de cultura ambiental y psicoeducativa en el contexto universitario, dentro de las cuales se incluirá:

1. Una feria de la salud en las unidades académicas por línea de investigación, en la cual se integrarán acciones que permitan socializar y sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia de la promoción de la salud y adquirir hábitos saludables de forma integral.
2. Posterior a ésta actividad se cerrará con un simposio en el cual asistirán en primera instancia los estudiantes que fueron parte de muestra poblacional de éste proyecto, en la cual se presentarán los resultados obtenidos así como se incluirán ponencias relacionadas con la temática de investigación del presente proyecto de investigación.
3. Finalmente producto de una reunión con profesores y profesoras participantes e institución UAN, se implementarán las acciones pertinentes que permitan dar seguimiento para el avance estratégico de la UAN hacia una Universidad Saludable.

El informe elaborado en la asamblea del año 2017 arroja de manera concreta las actividades que están ejecutando y las previsoras por cada universidad, así como su interés por ser acreedoras de la certificación, el hecho de conglomerar cada una de las actividades da un pauta para reconocer lo que se hace y lo que no,



respecto a temas de salud en la comunidad universitaria, hacia quienes se dirige y su importante beneficio hacia la salud.

La Universidad Autónoma de Nayarit es una de las 187 universidades incorporadas a la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES), misma que participa en la formulación de programas, planes y políticas nacionales así como en la creación de organismos orientados al desarrollo de la educación superior mexicana. La ANUIES agremia a las principales instituciones del país, con el fin de promover su mejoramiento integral en campos de docencia, investigación, cultura y servicios, cuenta con escuelas tanto públicas como privadas de todo el país (31).

La integración a la ANUIES, es el esfuerzo y compromiso que la UAN tiene hacia el sistema educativo, no obstante el liderazgo tiene que ser en conjunto para el desarrollo en la calidad de vida de quienes participan de manera directa e indirecta en el medio universitario, para ello involucrarla al sistema de salud ante las instituciones o asociaciones, crea un mayor compromiso para el desarrollo de la comunidad universitaria.


Dentro del Plan de Desarrollo Institucional (PDI) de la UAN se contempla la visión y misión institucional de la siguiente manera:

Misión

La Universidad Autónoma de Nayarit, es una institución pública comprometida con la formación integral de estudiantes de nivel medio superior y superior, la generación, conservación y divulgación del saber de todas las áreas del conocimiento, así como con la extensión de los servicios, la promoción de la cultura y las manifestaciones artísticas; con un alto sentido de responsabilidad social, principios y valores universitarios para el desarrollo de una sociedad sustentable, más justa, equitativa y democrática.

Visión

La Universidad Autónoma de Nayarit, es reconocida a nivel nacional por su calidad en el 2022 como una institución abierta al cambio, innovadora, transparente,




democrática, incluyente y socialmente responsable de su función como máxima casa de estudios del estado, formadora de profesionales con un profundo conocimiento disciplinar y sólida conciencia de su quehacer como ciudadanos, generadora de conocimiento, divulgadora de la cultura y promotora de la libre discusión de las ideas, su carácter público y autónomo simboliza dos referentes trascendentales de su actividad y posibilitan en gran medida su misión.

Respecto a la misión y visión se consideran los aspectos para la sostenibilidad del sistema educativo, y los principios bajo los que se rige la universidad, para la propuesta de las UPS se requiere de incluir dentro del PDI la política en donde se plasme el interés por fomentar la salud a toda la comunidad, por tanto la importancia de dirigir la misión y visión bajo los lineamientos de Universidades Saludables o Promotoras de Salud, cabe mencionar que el concepto de Universidades Saludables pretende englobar a todos los sectores que participen de forma directa e indirecta en la universidad, en la formación de entornos saludables y la adopción de estilos de vida saludables, para ello se hace el hincapié de englobar en la misión y visión también la dimensión salubrista.

En el mes de febrero del 2017, la universidad fue incorporada a la Red Mexicana de Universidades Promotoras de Salud (RMUPS) (anexo II), en esta Red se espera que la universidad pueda compartir experiencias, proyectos y acciones con el fin de impulsar el crecimiento de la Promoción a la Salud Universitaria. Además reconocer cuáles de estas acciones son de alguna manera ya trabajadas de forma aislada o bajo un programa alterno dentro de la universidad.

Con la finalidad de realizar más actividades y ejecutar las ya previstas por la universidad de forma independiente se forma el Comité de trabajo de Universidad Saludable en la UAN a fin de agrupar aquellos programas que trabajan en algún proyecto en concreto de los distintos sectores universitarios, Docentes, Estudiantes y Trabajadores; de este modo, el proyecto elaborado por sus servidores es invitado a participar de manera conjunta en la parte del sector Docente donde se reúnen los servicios y acciones realizadas en el Sindicato del



Personal Académico de la Universidad Autónoma de Nayarit específicamente dentro de la casa del jubilado.

Hoy día se continúa trabajando en la planeación e intervenciones de programas a través del apoyo de Secretaria de Docencia, donde se está elaborando el proyecto y realizando la cédula de verificación como universidad saludable (anexo III), la cual ha sido proporcionada por la RMUPS para colaborar con proyectos de intervención en los 5 ejes que se presentan a continuación:

- a) Nutrición
- b) Actividad Física
- c) Consumo de drogas (lícitas e ilícitas)
- d) Factores Psicosociales
- e) Factores Ambientales

Estos ejes son requisitos propuestos en la cédula de evaluación y se consideran cada uno de los proyectos que se están trabajando dentro de la UAN.

Se realizó una entrevista con la responsable a cargo del programa, la maestra Juana Vidales de la Paz misma que hizo la invitación a participar en este programa con el fin de contribuir en la parte docente, nos narró a detalle del cómo fue incorporada y bajo qué fin la UAN al programa de Universidad Saludable (anexo IV).

Se han realizado seminarios de presentación de proyectos en los cuáles se ha participado de manera transversal a este proyecto, por invitación de la misma Secretaría de Docencia, así mismo se ha propuesto que todas las acciones y proyectos que se realizan al interior de la universidad sea unificadas al proyecto de “Universidad Saludable”, originando la oferta a realizar el primer “Diplomado en Universidad Saludable”, mismo que tiene la finalidad de fortalecer cada uno de los proyectos que están siendo llevados a cabo de forma aislada o segmentada y se pretenden integrar en un solo programa de salud. En el proyecto participan las siguientes áreas con distintos temas como obesidad, hábitos alimenticios, conductas cognitivas, estrategias de estudio y aprendizaje, educación ambiental:

- Químico Farmacobiólogo
- Psicología

- Medicina
- Cultura Física
- Odontología
- Enfermería

El programa de Universidad Saludable al que apenas el año pasado se incorporó la UAN, como puede observarse en las actividades mencionadas, ha iniciado acciones encaminadas al sector estudiantil. Con el propósito de hacerlo extensivo a toda la comunidad universitaria, requiere necesariamente involucrar a los trabajadores y profesores.


A partir de la relación establecida con el grupo de trabajo del Programa de US de la UAN, al desarrollar la propuesta que se presenta en este documento, nos hemos integrado al equipo con la expectativa de incluir al SPAUAN en la parte docente. De igual manera, se espera integrar al sindicato de empleados y trabajadores, por el bienestar de quienes trabajan, estudian y utilizan el espacio universitario y finalmente lograr la certificación del programa.

La actual incorporación de la UAN a la Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud permitirá compartir con otras universidades las experiencias en el área de la salud y los proyectos y las acciones encaminadas a impulsar el crecimiento de la Promoción a la Salud Universitaria. La máxima casa de estudios como miembro a esta red, se proponen los objetivos principales:

- Unirse al ejercicio nacional de Promoción a la Salud Universitaria,
- Establecer bases interinstitucionales de apoyo y colaboración;
- Convertirse en una institución promotora de la salud, y
- Contribuir al desarrollo humano y social en el marco de sus funciones políticas y programas (32).

1.1.4 El papel de los sindicatos en la promoción de la salud

Los sindicatos de trabajadores se pueden definir como:


- 
- a) Gremiales: formados por trabajadores de una misma profesión o especialidad.
 - b) De empresa: conformados por los trabajadores de una misma empresa.
 - c) Industriales: formados por los trabajadores de diversas empresas.
 - d) Nacionales de industria: conformados por trabajadores de una o más empresas de una misma rama industrial, pero con la característica de tener instalaciones en dos o más entidades federativas (33).

Los sindicatos de trabajadores universitarios están formados por trabajadores que prestan servicio únicamente en la universidad. En un sindicato universitario no pueden agruparse trabajadores de diversas universidades (34).

Los sindicatos en cada universidad pueden ser de personal académico, personal administrativo y de institución, si se agrupan a trabajadores académicos y administrativos. (35), son quienes proporcionan los medios hacia la promoción de la salud, dentro de sus funciones destaca alcanzar la equidad sanitaria. Su acción se dirige a reducir las diferencias en el estado actual de la salud y asegurar la igualdad de oportunidades, proporcionar los medios que permitan a toda la población desarrollar al máximo su salud potencial. Esto implica definir una base firme en un medio que la apoye mediante el acceso a la información y desarrollo de aptitudes, oportunidades y empoderamiento, para el logro de los objetivos. Las personas no podrán alcanzar su plena salud potencial a menos que sean capaces de asumir el control de todo lo que determine su estado de salud. Esto se aplica igualmente a hombres y mujeres (36).

El sindicato y el contrato colectivo representan dos de las más grandes figuras del derecho laboral, las cuales otorgan a los trabajadores seguridad en la defensa de sus derechos y la obtención de mejores condiciones de trabajo en la relación obrero patronal (37).

En la interpretación del contrato colectivo se toman en consideración las finalidades señaladas en los artículos 2°, 3° y 353-J de la Ley Federal del Trabajo, los cuales tienden a conseguir el equilibrio entre la justicia social en las relaciones de trabajo para que concuerden con la autonomía, la libertad de cátedra e



investigación y los fines propios de la Universidad en condiciones laborales dignas y decorosas para el trabajador y su familia, sin distinción alguna (38).

Los sindicatos en algunos países en desarrollo son tan importantes y cuentan con tanto poder político como en los países desarrollados, Su influencia en la eficiencia económica, el crecimiento y la distribución es, probablemente, más determinante que en el contexto de los países desarrollados. Más aún, la evidencia a la fecha sobre la intervención de los sindicatos en los salarios de países en desarrollo sugiere magnitudes que, por lo general, es mayor que las encontradas en países desarrollados (39).

Un sindicato en México puede ser iniciado por trabajadores sin la necesidad de existir una elección formal de representantes. En el sector privado, un grupo de veinte trabajadores (en la empresa, ocupación o industria) puede empezar un sindicato. Una vez registrado ante la Junta de Conciliación y Arbitraje (o la Secretaría del Trabajo y Previsión Social, dependiendo de la jurisdicción), el sindicato posee figura legal y puede tomar parte en negociaciones contractuales con el patrón (39).

La conformación de convenios con lo que refiere a la libertad sindical y la protección del derecho de sindicación, relativo al derecho de sindicación y de negociación colectiva, destaca la participación de los trabajadores mediante sindicatos dando el reconocimiento de las organizaciones sindicales como interlocutores representativos y confiables por parte de los trabajadores afiliados a las mismas (40).

En el entendido de promoción de la salud a partir del concepto de Movimiento de Universidades Promotoras de Salud, tomaremos éste como referente para adoptar medidas en las que los sindicatos colaboran como coadyuvantes de la promoción de la salud. Para esto es importante definir que un sindicato es conocido como el espacio o lugar de trabajo donde sus integrantes conviven, se desenvuelven y encuentran servicios para satisfacer sus necesidades (41). A continuación se toma como referente la definición de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) para definir el lugar de trabajo.

1.1.4.1 Concepto de lugar de trabajo de la Organización Panamericana de la Salud (OPS)

La OPS considera al lugar de trabajo como un entorno prioritario para la promoción de la salud en el siglo XXI. La salud en el trabajo y los ambientes de trabajo saludables se encuentran entre los bienes más preciados de personas, comunidades y países.

Un ambiente de trabajo saludable está dirigido a los responsables de la toma de decisiones a nivel gubernamental, empresarial e industrial, a los sindicatos y las asociaciones de empleadores, las asociaciones profesionales, las organizaciones no gubernamentales y la comunidad, con el fin de poder trabajar juntos para contribuir a dar un mayor posicionamiento a la Promoción de la Salud en el Lugar de Trabajo (PSLT) en las agendas nacionales y locales (42).

La PSLT incluye la realización de una serie de políticas y actividades en los lugares de trabajo, diseñadas para ayudar a los empleadores y trabajadores en todos los niveles, a aumentar el control sobre su salud y a mejorarla, favoreciendo la productividad y competitividad de las empresas, contribuyendo al desarrollo económico y social de los países (13).

1.1.4.2 La seguridad social y laboral según la Organización Internacional del Trabajo (OIT)

El derecho a la seguridad social que tiene los trabajadores, ha sido promovido desde 1919 en que surgió la OIT como un derecho humano (43). En especial acerca de la seguridad y salud en el trabajo, puntualiza los cuatro pilares en los que se fundamenta:


- “La formulación, puesta en práctica y revisión periódica de una política nacional sobre seguridad y salud laboral, que exprese la voluntad de llevar adelante medidas coherentes respecto a la aplicación real y efectiva de esta política.
- La promoción del diálogo social por medio de la participación, colaboración y cooperación, plena y en todos los niveles, de los actores sociales laborales.
- La definición de las funciones, responsabilidades, deberes y derechos de cada uno de los participantes sociales laborales.
- El desarrollo y la difusión de los conocimientos, educación, formación e información en materia de seguridad y salud laboral” (43).

Así pues, establece claramente la responsabilidad de las empresas e instituciones de proporcionar seguridad y bienestar a sus trabajadores, a través de medidas adecuadas para la promoción de la salud, la prevención de los accidentes de trabajo, las enfermedades ocupacionales y la reparación integral del daño (43).

1.1.4.3 La Promoción de la Salud en los Lugares de Trabajo (PSLT)


La PSLT se basa en los siguientes principios fundamentales:

El principio de carácter integral se refiere a los programas de PSLT, reconocen el efecto combinado de los factores personales, ambientales, organizacionales, comunitarios, sociales e informativos sobre el bienestar del trabajador. Utilizando como marco de referencia la Carta de Ottawa, sobre la Promoción de la Salud de



la OMS, la misma OMS adaptó al contexto de salud y trabajo, dentro de la Iniciativa de Trabajo Saludable (44). Por tanto, las intervenciones correspondientes a la PSLT para el ambiente de trabajo pueden incluir las siguientes áreas:

- a) Construir políticas públicas de trabajo saludable: para todos los sectores de la vida productiva internacional, nacional y local: Definiciones políticas y operativas por parte de todos los actores sociales interesados en fomentar, promover y proteger la salud de los trabajadores, mediante la expedición de normas, reglamentos, planes y programas que conduzcan a ello.
- b) Crear ambientes favorables en el sitio de trabajo: partiendo del concepto integral del puesto de trabajo, sin admitir barreras en su alcance, se debe incluir la clara identificación de las condiciones y medio ambiente de trabajo, los procesos productivos y la identificación de necesidades de los trabajadores, así como del ambiente general y las poblaciones circunvecinas a la empresa, que permitan orientar las soluciones para el adecuado control de los riesgos del trabajo, realizando acciones tales como modificaciones para eliminar los factores de riesgo para la salud y la seguridad en el entorno físico, cambios en la forma de organizar el trabajo, etc.
- c) Fortalecimiento de la organización y participación de la comunidad trabajadora y general: a través de los comités o comisiones de salud y seguridad conjuntas entre empleadores y trabajadores, y de la acción comunitaria a nivel intersectorial, en materia de condiciones del ambiente general, de trabajo, de vivienda, de educación y de vida, entre otros.
- d) Desarrollo de habilidades y responsabilidades personales y colectivas: relacionadas con la gestión de la salud, la seguridad, el autocuidado y el desarrollo personal de los trabajadores, sus organizaciones y las comunidades a su rededor para proteger y mejorar la salud: fundamentados en estilos de trabajo y de vida saludable, en la búsqueda de mejores condiciones y calidad de vida laboral, personal, familiar y comunitaria, tales como la capacitación sobre los factores de riesgo en el ambiente físico, los métodos para protegerse



y fomentar comportamientos saludables en el trabajador, como son el abandono del hábito de fumar, una mejor alimentación y la práctica periódica de ejercicios físicos.


- e) Reorientar los servicios de salud ocupacional y otros servicios de salud: para incluir la promoción de la salud y todos sus aspectos relacionados dentro de sus agendas y lograr un mayor acceso del trabajador a los servicios de salud primaria, preventiva y ocupacional. Pretende trascender el horizonte clínico del servicio para buscar las soluciones en materia de Promoción de la Salud de los Trabajadores y de prevención de la enfermedades, encaminados a la mejor protección de su salud y de sus grupos familiares (44).

Estas intervenciones constan de carácter participativo y empoderador; promoviendo la participación de los trabajadores y directivos, a menudo a través de la organización de comités de salud, seguridad e higiene ocupacional. La participación en las decisiones que afectan su salud, brinda una mayor seguridad a los trabajadores, en su capacidad para hacer cambios en su vida y desarrollar habilidades para la promoción y protección de la salud. Además, permite que ellos puedan tener y desarrollar sus propias iniciativas en este campo (45).

Las intervenciones son a nivel multisectorial y multidisciplinaria, esto permite la participación a todos los actores sociales interesados de los diferentes sectores, tales como el gobierno, las empresas y lugares de trabajo, los sindicatos, el sector de la salud, las instituciones de enseñanza superior, las organizaciones no gubernamentales, la comunidad y otras entidades (34).

Para lograr su sostenibilidad, la promoción y la protección de la salud en los lugares de trabajo, debe convertirse en parte integral de la gestión y organización de la empresa o lugar de trabajo y de la organización comunitaria que la rodea (46).

La misión general de la iniciativa es la de contribuir al mejoramiento del ambiente de trabajo físico y psicosocial, el estado de salud, la capacidad para tener valores




y estilos de vida y de trabajo más saludables y el bienestar general de los trabajadores, con el fin de avanzar hacia el desarrollo sostenible con equidad y justicia social.

Los objetivos específicos son los siguientes:

- a) Sensibilizar a los responsables de la toma de decisiones a nivel del gobierno, las empresas y lugares de trabajo, los sindicatos, las organizaciones de empleadores y de trabajadores, las instituciones públicas y privadas de seguridad social y la comunidad, sobre la importancia de la promoción de la salud en el sitio de trabajo.
- b) Fortalecer la capacidad técnica e institucional de los países para formular, ejecutar y evaluar políticas y programas eficaces que promuevan los lugares de trabajo saludables.
- c) Crear un sistema de información en materia de promoción de la salud, que facilite el proceso de evaluación y construcción continua de mejoras, y fortalezca los sistemas nacionales e institucionales de vigilancia epidemiológica ocupacional (44).

La iniciativa ha identificado a los siguientes actores como pares o colaboradores esenciales para el éxito de la implementación de la misma:

- a) Gobierno. Se prevé que las oficinas gubernamentales (por ejemplo, ministerios de trabajo, de salud y del medio ambiente, de seguridad social, de economía, de industria, de comercio y de planificación), dotadas de una mayor capacidad de PSLT, podrán establecer un marco político más eficaz, abogar por los programas de PSLT y proporcionar asistencia técnica. A los especialistas en salud ocupacional y promoción de la salud se les instará a participar en el componente de la iniciativa relacionado con la evaluación de riesgos en el sitio de trabajo. Otros actores clave son los representantes de las instituciones públicas y privadas de la seguridad social, encargados de la prestación de




servicios de salud, preventivos, primarios y de rehabilitación para los trabajadores (47).

- b) Empresas y lugares de trabajo. La iniciativa se dirigirá a los lugares de trabajo del sector productivo y de servicios, como posibles ejecutores de las iniciativas para lograr lugares de trabajo saludables. La mayor sensibilización de este grupo se hará sobre costos y beneficios de los lugares de trabajo saludables y las correspondientes guías para su ejecución. Deberían priorizarse sectores económicos en los cuales las condiciones de salud y seguridad son más críticas en cada país (mayor tasa de accidentalidad, mayor morbilidad de enfermedad profesional o sectores reconocidos internacionalmente como críticos) (48).
- c) Sindicatos y organizaciones de trabajadores. Los representantes de sindicatos y organizaciones de trabajadores participarán en la formulación y ejecución de los proyectos sobre PSLT. Ellos pueden desempeñar una función clave impartiendo adiestramiento a sus miembros y asegurándose que la PSLT forme parte de los valores básicos de las empresas y de los convenios laborales entre trabajadores y empleadores.
- d) Instituciones públicas y privadas de seguridad social. Se formulará un plan de acción específico para las instituciones públicas y privadas de seguridad social a fin de facilitar su participación como promotoras de la iniciativa del lugar de trabajo saludable en sus empresas afiliadas. Así mismo, se fortalecerá su rol en la promoción de la salud y la prevención de la salud, además de la compensación y la rehabilitación. Varias instituciones públicas y privadas de la región han puesto en marcha programas innovadores de PSLT y participarán activamente en la configuración de este componente de la iniciativa (42) .

1.1.4.4 La salud en Ley Federal del Trabajo en México

En la Constitución Federal se reconoce el derecho de los obreros y empresarios para coaligarse en defensa de sus intereses, ya sea en sindicatos o asociaciones, conforme a la fracción XVI del apartado A del artículo 123.



Por su parte la Ley Federal del Trabajo dispone que sindicato es: “la asociación de trabajadores o patrones, constituida para el estudio, mejoramiento y defensa de sus respectivos intereses” (49).

Referente a Salud en la Ley Federal de Trabajo se abordan los siguientes apartados: en el Título IV de los Derechos y Obligaciones de los Trabajadores y de los Patrones del Capítulo I “Obligaciones de los patrones”.

Artículo 132.- Son obligaciones de los patrones: (de acuerdo a la promoción y servicios de salud), se toman en cuenta lo siguientes:

XVII. Cumplir el reglamento y las normas oficiales mexicanas en materia de seguridad, salud y medio ambiente de trabajo, así como disponer en todo tiempo de los medicamentos y materiales de curación indispensables para prestar oportuna y eficazmente los primeros auxilios.

XVIII. Fijar visiblemente y difundir en los lugares donde se preste el trabajo, las disposiciones conducentes de los reglamentos y las normas oficiales mexicanas en materia de seguridad, salud y medio ambiente de trabajo, así como el texto íntegro del o los contratos colectivos de trabajo que rijan en la empresa; asimismo, se deberá difundir a los trabajadores la información sobre los riesgos y peligros a los que están expuestos.

XIX. Proporcionar a sus trabajadores los medicamentos profilácticos que determine la autoridad sanitaria en los lugares donde existan enfermedades tropicales o endémicas, o cuando exista peligro de epidemia.

XIX Bis. Cumplir con las disposiciones que en caso de emergencia sanitaria fije la autoridad competente, así como proporcionar a sus trabajadores los elementos que señale dicha autoridad, para prevenir enfermedades en caso de declaratoria de contingencia sanitaria.

XXV. Contribuir al fomento de las actividades culturales y del deporte entre sus trabajadores y proporcionarles los equipos y útiles indispensables (50).

1.2 Diagnóstico interno

1.2.1 El Sindicato del Personal Académico de la Universidad Autónoma de Nayarit (SPAUAN)

Inicialmente se acordó una reunión con el Secretario de Organización para exponerle el proyecto y solicitar el permiso para realizar las entrevistas a cada encargado de los servicios o actividades de salud vigentes que se lleven a cabo. De igual forma se notificó al Secretario General y una vez obtenida la autorización para la ejecución del proyecto, ellos mismos proporcionaron la información general y se hicieron cargo de presentar a cada uno de los responsables de los servicios para la aplicación de las entrevistas a profundidad.


Las actividades de Promoción de la Salud que se ofrecen en el sindicato, se efectúan en las instalaciones de “La Casa del Jubilado”, poniendo a disposición del personal agremiado y al público externo diversos servicios de atención en salud.

El SPAUAN se conforma de un total de 2457 trabajadores activos de los cuales 1396 son hombres y 1064 son mujeres, de acuerdo a su estatus laboral dentro de la universidad del total de estos, 1845 se encuentran con base de los cuales son 1076 son hombres y 769 mujeres. De los que están bajo la modalidad de contrato son 615 de los cuáles 317 son hombres y 295 son mujeres. Jubilados actualmente son 862 de los cuáles 623 son hombres y 236 son mujeres, las tablas de estos datos se encuentra en el anexo V. Cabe mencionar que la información fue proporcionada de manera personal por el Secretario de Organización del sindicato, en lo subsecuente se procedió a realizar las entrevistas.

A continuación se presentan los ejes rectores del sindicato del SPAUAN dentro de su Plan de Desarrollo 2018-2019.

Misión SPAUAN

“Propiciar las mejores expectativas de desarrollo académico, profesional y personal del maestro universitario, mediante la implementación de programas de formación, actualización, vinculación, extensión y de investigación; con ello se



tendrá un profesorado de calidad que coadyuvará al logro pleno de la Acreditación y Certificación de los Programas y Procesos de la Universidad Autónoma de Nayarit, y justificar la necesidad permanente de mejores condiciones laborales en nuestro Contrato Colectivo de Trabajo” (51).

Visión SPAUAN

“Perpetuar un proyecto de vida de alta calidad humana al maestro universitario en un contexto integral de desarrollo humano, privilegiando su entorno profesional y familiar y del cual emane en forma perenne la sabiduría hacia las nuevas generaciones del personal docente, reflejado en la calidad profesional de los egresados de la Universidad Autónoma de Nayarit” (52).

Como podemos analizar dentro del eje de misión y visión señalan calidad de vida humana y contemplan un contexto integral mismos donde los programas de salud proporcionados solventan este propósito. Así mismo el sindicato cuenta con sus propios objetivos particulares de los cuales se destacan en lo que a seguridad y salud refiere:

- Vigilancia al respeto del Contrato Colectivo del Trabajo
- Vigilar permanentemente la atención oportuna de los servicios médicos universitarios con calidad técnica y humana.


1.2.2 Las prestaciones relativas a la salud en el Contrato Colectivo 2018-2019

Contrato Colectivo SPAUAN 2018-2019

A continuación se describen las cláusulas contenidas en el capítulo IX; de las prestaciones de la previsión social, en lo que a salud refiere.

Cláusula 131. El derecho a la salud de los trabajadores académicos

“La universidad reconoce el derecho a la salud de los trabajadores académicos a su servicio. Para los trabajadores que ingresaron a laborar hasta el día 31 de enero del año 2004, la Universidad se obliga a cubrir la totalidad de las prestaciones que contempla este beneficio y además el pago que por concepto de



honorarios médicos, medicinas equipo de aplicación médica y hospitalización tanto para sí, como para su cónyuge o concubina (o), hijos y padres que dependan económicamente del trabajador académico, para todo aquél trabajador académico que sea beneficiario de los Servicios Médicos Universitarios (52)”.

En caso de fallecimiento del trabajador académico, la universidad se obliga a seguir proporcionando el servicio médico a la viuda (o) así como a los hijos menores de edad, siempre y cuando no pertenezcan a otro régimen de seguridad social.

Para el personal académico cuyo ingreso a laborar sea a partir del día 1 de enero del año 2005, la universidad se obliga a proporcionar Seguridad Social a través de la inscripción al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), y para el caso de fallecimiento incapacidad etc., se registrarán por lineamiento aplicable en dicho instituto.


Cláusula 132 El derecho del personal académico a los beneficios de la seguridad social a través de su inscripción al Instituto Mexicano del Seguro Social.

La universidad realizará las gestiones necesarias para incorporar al personal académico a los derechos de la seguridad social a través de su inscripción al IMSS, con reconocimiento de antigüedad y demás beneficios que se establecen en el contrato (52).

Para fines de lo anterior, la UAN y el SPAUAN convienen en la integración de la Comisión Mixta de Previsión Social, la que integrará el expediente correspondiente y lo presentará a las autoridades educativas nacionales en demanda del presupuesto necesario.

Cláusula 133. Reglamento de los servicios médicos universitarios

En tanto se logre la incorporación a la seguridad social, en lo que a atención médica del personal académico se refiere y para cumplir con lo establecido en este capítulo, la comisión Mixta de Previsión Social, en un plazo de 90 días máximo después de la firma del presente contrato deberá elaborar el Reglamento



de los servicios médicos universitarios, ismo que debe ser aprobado y firmado por SPAUAN y la Universidad, en un lapso no mayor a 30 días.

La comisión Mixta deberá integrarse con seis miembros, tres de ellos del SPAUAN (Secretario de Previsión Social del Comité Central Ejecutivo y dos más que designará el Secretario General del SPAUAN. Tres por la UAN, que serán designados por el Rector, que serán responsables de elaborar, revisar y supervisar el cumplimiento del Reglamento de Servicios Médicos Universitario.

Cláusula 137. Pago de los gastos de hospitalización, cirugía, atención médica y medicamentos.


La universidad se obliga a cubrir por conducto de su dependencia de servicios médicos al aviso del Sindicato, los gastos de hospitalización, cirugía y atención médica general, así como el servicio de cirugía bucal y a fin de que el trabajador académico o su familiar dependiente, sean dados oportunamente, este beneficio será para los académicos que hubieren ingresado al servicio de la institución antes del día 1 de enero del año 2005 (52).

Cláusula 138. Gratuidad de anteojos, aparatos ortopédicos, auditivos, lentes de contactos, prótesis no dentales y sillas de ruedas.

Cuando por prescripción médica el trabajador académico requiera de anteojos y toda clase de aparatos ortopédicos y auditivos la Universidad se obliga a proporcionarlos gratuitamente y de buena calidad, en igualdad de condiciones para la prescripción de uso de lentes de contacto, asimismo esta prestación será extensiva al cónyuge o concubina, hijos y padres que dependan económicamente del trabajador académico previa comprobación.

Asimismo, la Universidad proveerá a los trabajadores académicos que por prescripción médica lo requieran y por una sola vez, sillas de ruedas y prótesis no dental o relacionada con el aspecto estético de la persona.

Cláusula 139 Farmacia Universitaria



La universidad se obliga a establecer una farmacia universitaria en la que proporcionen al personal académico los medicamentos por prescripción médica.

Establecer dentro del reglamento de servicios médicos que el cuadro básico de medicamentos cubra satisfactoriamente la prescripción tanto del médico familiar como el especialista, en caso de que no se tengan los medicamentos prescritos se procederá a subrogar estos.

La universidad se compromete a instalar de inmediato los botiquines de primeros auxilios en los centro de trabajo donde se carece de ellos, y del mismo modo vigilar y supervisar su funcionamiento cada dos meses con el fin de asegurar que contenga el material básico para brindar este servicio.


Cláusula 140. Inscripción individual al Seguro Social para atención médica de tercer nivel, para el personal académico que sea beneficiado de los Servicios Médicos Universitarios.

La universidad quedará obligada para el caso de que no haya incorporado a la seguridad social de manera colectiva al personal académico, a inscribir individualmente a los trabajadores académicos que requieran atención médica de tercer nivel, en el IMSS, de conformidad con la normativa de dicho instituto.

Cláusula 147. Seguro de vida colectivo

La universidad se obliga a entregar al Sindicato, en cuatro partidas trimestrales, el monto financiero correspondiente al costo del seguro de vida colectivos, contratado para los trabajadores académicos, que comprende las sumas garantizadas en la póliza del seguro entre el sindicato, la UAN y la aseguradora que brinda el servicio (52).

En caso de que la UAN no cubra en tiempo el pago de la prima por seguro de vida, pagará el monto financiero correspondiente a los beneficiarios del trabajador fallecido.



En las cláusulas anteriores se describen los compromisos establecidos formalmente dentro Contrato Colectivo de Trabajo en lo que a salud corresponde, mismas que se actualizaron para el periodo 2018-2022.

1.2.3 Las acciones o servicios de salud proporcionados en el SPAUAN


En el SPAUAN se ha llevado a cabo proyectos o acciones encaminadas a mejorar la salud de los agremiados, la mayoría de ellas en las propias instalaciones del sindicato. Estos servicios nacen con el fin de ofrecer servicios de salud a los integrantes del SPAUAN, pero más tarde se convierte en servicios abiertos al público externo.

Para cumplir con el propósito de este trabajo, se realiza un diagnóstico previo de las actividades que se ejecutan en la actualidad, a partir del cual se diseña la propuesta, basada en lo existente con sugerencias de mejora si fueran necesario y complementada con otras a implementarse dentro de un programa básico de salud integral, particularmente para los integrantes de este sindicato y coadyuvante de la estrategia de Universidad Saludable.

El diagnóstico interno se basa en el análisis de los resultados obtenidos por cada entrevista realizada. Se citó a cada responsable del servicio con la intención de programar las entrevistas, mismas que fueron guiadas por medio de un formato de preguntas generales previamente diseñadas, pero no restrictivas ni exhaustivas, dando la oportunidad para que el personal contestara de manera abierta y espontánea; cada pregunta fue asociada a un indicador (anexo VI).

A través de estas preguntas se conocería el servicio y sus actividades, a quiénes van dirigidos, desde hace cuánto tiempo se realizan, si es permanente o temporal, quiénes participan, quién lo financia, cuáles son los costos por tratamiento, si forma parte de un programa de la organización o es institucional, si está documentado, cómo se difunde, cuáles son los beneficios para la comunidad, entre otras.

Se realizaron un total de 12 entrevistas, de las cuales 10 corresponden a cada encargado del servicio y 2 más a encargados y/o representantes de la “Casa del Jubilado”.



Las entrevistas fueron grabadas con autorización de los informantes y su transcripción se puede consultar en el anexo VII.

A continuación, se describen las actividades correspondientes a cada servicio, mismos que se encuentran dentro de las instalaciones de la casa del jubilado.

Servicio dental

Ofrece los siguientes tratamientos;

- Diagnóstico
- Limpiezas dentales
- Operatoria dental (resinas y amalgamas)
- Prótesis total y removable
- Radiografía periapical
- Extracciones

-Cada tratamiento tiene un costo simbólico para la recuperación de materiales e insumos y en cuanto a pagos por laboratorio el paciente cubre el costo.

Servicio de nutrición

Ofrece:

- Citas de diagnóstico, tratamiento, y control de peso.
- Clase de activación y zumba
- Talleres de cocina saludable

Terapia Tradicional China

Realiza procedimientos de:

- Acupuntura
- Ozonoterapia

Psicología

- Terapia familiar e individual

- Talleres de motivación

Médico general

Ofrece consultas generales

- Provee recetas y algunos medicamentos.

Actividades deportivas

Realizan las siguientes actividades en torneos y jornadas de activación

- Semanas deportivas
- Torneos relámpago
- Coordinación de actividades deportivas para trabajadores por facultades

Cabe señalar que este servicio cuenta con una oficina dentro de la casa, y que algunas sus actividades se llevan a cabo fuera de sus instalaciones pero dentro de la propia universidad, en caso de eventos externos hacen uso de espacios independientes a la universidad.

Terapias alternativas

Lleva a cabo los siguientes tratamientos:

- Aromaterapia
- Masajes de relajación
- Reflexología

Terapia física y rehabilitación

Realiza tratamientos de:

- Rehabilitación
- Terapias para el manejo del dolor

Oftalmología

Ofrece servicios de:

- Diagnóstico y adaptación de anteojos.

Taekwondo

- Artes marciales

A manera de síntesis los resultados obtenidos en la matriz (anexo VII) de los distintos aspectos abordados en las entrevistas aplicadas se puede señalar lo siguiente:

Los manuales de procedimiento o documentos que sustenten las actividades que ofrece cada servicio no existen dado que todos estos se ejecutan en función a la organización interna de cada servicio, sin un documento a seguir y de forma aislada.


Permanencia: de los entrevistados el servicio con mayor tiempo es de aproximadamente 8 años mientras que el más nuevo tiene aproximadamente año y medio, sus actividades se realizan de forma permanente a partir de que surgieron.

Difusión: la mayoría de los entrevistados coinciden que faltan medios para hacer llegar a información a usuarios de la prestación de estos servicios y por ello creen que la baja demanda corresponde a la deficiencia de promoción del servicio.

Educación para la salud: los servicios de nutrición y psicología implementan talleres semanales con el fin de proveer información a sus usuarios a través de herramientas elaboradas por el mismo servicio, el resto elabora únicamente folletos con diseño propio y que entrega únicamente en consulta.

Sujetos a algún plan existente: el responsable de cada servicio comentó que no existe un plan o modelo en el cual basen su atención en salud, ni tampoco un plan particular en el que fundamenten el objetivo de sus servicios.

Infraestructura: la mayoría de los servicios mencionó tener las condiciones necesarias para desarrollar sus actividades, mientras que la minoría comenta haber tenido que adaptarse a la infraestructura.



Seguimiento y Evaluación: ninguno de los servicios lleva a cabo un seguimiento en cuanto a sus actividades, por tanto no someten a evaluar las acciones que realizan.

Se obtuvo inicialmente que no existe ningún plan o programa en el que se base la atención de sus servicios, ni tampoco un seguimiento de las actividades que se realizan. Solamente un servicio (medicina tradicional china), comentó que entregó al Secretario General del Sindicato la propuesta de establecer un programa permanente de servicios para el público general, pero que no continuó con el proceso para lograr aprobar esta propuesta por lo que no se concretó.

Aquí es donde la iniciativa de la propuesta de diseñar un programa integral, nos permite organizar los servicios de atención en salud existentes, que pone a disposición el SPAUAN y fortalecer con sustento el objetivo y prioridades del programa integral, donde los servicios operen individual y colectivamente para ir en busca del beneficio social.

Cabe señalar que para el sustento del programa integral que se pone a consideración, se siguieron los lineamientos de la Universidades Saludables como marco teórico, con el fin de organizar los servicios e impulsar las acciones que el sindicato realiza como responsable de la promoción y el mejoramiento de la salud de sus agremiados.

2. OBJETIVOS Y PRIORIDADES

Objetivo General: Proponer la integración de los servicios de salud que actualmente ofrece el Sindicato de Personal Académico de la Universidad Autónoma de Nayarit con el objetivo de integrar los servicios en el programa de salud básico integral basado en los lineamientos de Universidad Saludable.

Respecto a los 5 ejes que rigen la ejecución de programas en las universidades saludables en la actualidad se acoplan los siguientes servicios del SPAUAN que se ofertan, así como existen ejes que no se toman en cuenta por lo cual se considera propio implementar aquellos que no existen:

Ejes de Universidad Saludable	Servicio o Acción SPAUAN	Programa-propuesta por Universidad Saludable
Nutrición	Nutrición	<ul style="list-style-type: none"> • Alimentación saludable • Centros de venta de alimentos saludables • Contar con entorno agradable y limpio
Actividad física	Actividades deportivas Taekwondo	<ul style="list-style-type: none"> • Práctica deportiva como complemento de la formación integral • Activación física como prevención de la obesidad y enfermedades crónico degenerativas
Consumo de Drogas (lícitas e ilícitas)	No existe	<ul style="list-style-type: none"> • Espacio libre de humo de tabaco (ELHT) • Detección de factores de riesgo para el consumo de drogas ilícitas

		<ul style="list-style-type: none"> • Convivencia docente sin alcohol
Factores psicosociales	Psicología	<ul style="list-style-type: none"> • Manejo del estrés • Sexualidad responsable • Estilos de comunicación de resolución de conflictos
Factores ambientales	No existe	<ul style="list-style-type: none"> • Separación y manejo de residuos • Temas de reforestación • Transitar el espacio sustentable
Otros (ofertados por SPAUAN)	Servicio dental Terapia física Medicina tradicional Médico General Oftalmología	<ul style="list-style-type: none"> • Los programas que no conllevan a una de estas líneas de intervención anteriores, fortalecen el Programa de Salud Integral Básico

3. ESTRATEGIAS

Las estrategias constan de estructurar el diseño de un programa que integre todos los servicios ofrecidos por el sindicato bajo el siguiente orden:

1- Establecer el concepto del programa

Se trata de que cada servicio establezca a su vez el objetivo y su función particular, para englobar uno general del programa.

2- Organización (Documentar actividades, a través de proyectos individuales)

Que exista un respaldo de todas las actividades que se realizan y evaluar periódicamente estas, con el fin de conocer si inciden en el objetivo general del programa y determinar el número y población beneficiada con estas actividades.

3- Incorporar actividades actuales y previstas

Innovar aquellas actividades que generan un cambio positivo, e incorporar nuevas para cumplir con los ejes faltantes respecto a la cédula de verificación, procurando la evaluación periódica de estas propiamente.

4- Definir o discriminar servicios al personal agremiado o público en general

Describir cuáles servicios son exclusivos al gremio y público externo o en su caso si no hay distinción externarlo.


5- Desarrollo del programa

Implementar el programa de salud integral básico, en caso de la modalidad de este proyecto no se ejecuta, sin embargo se toma a consideración.

6- Difusión (medios físicos, digitales, verbales)

Hacer uso de todos los medios necesarios para informar acerca de los servicios que prestan en la “casa” y además usar herramientas para promover la Educación para la Salud, con el fin de promover estilos de vida saludables.

7- Seguimiento y Evaluación del programa



Que sea evaluado anualmente, establecer su permanencia y continuidad.

8. Incorporación al proyecto de universidad saludable encabezado por la UAN ya que trabaja bajo estos principios de universidad saludable o promotora de salud.

4. PREVISIÓN DE RECURSOS

En lo que respecta a la previsión de recursos, se opta por trabajar con el personal actualmente activo; considerando los días que prestan servicios y los horarios fijados para la atención en los servicios. Se consideran aquellos que se proponen para el servicio integral del mismo modo. Dichas actividades o servicios se llevarán a cabo en la casa del jubilado, lugar proporcionado por el sindicato para la

A continuación se presenta el número y perfil o característica del recurso humano encargado de los servicios de salud y horarios actuales.

SERVICIO	CARACTERÍSTICAS DEL O LOS RESPONSABLE	NO. DE RECURSOS HUMANOS	HORARIOS
Dental	Cirujano Dentista	3	Lunes a Viernes 9:00am – 2:00pm 5:00pm – 8:00 pm
Nutrición	Nutrióloga	1	Lunes a Jueves 9:00 am – 1:00 pm Martes y Jueves 7:00am - 8:00am 5:00 pm – 6:00pm
Terapia tradicional China	Médico Cirujano	1	Lunes a Viernes 8:00 am – 2:00pm 4:00 pm – 8:00 pm
Psicología	Psicóloga	1	Lunes a Jueves 4:00 pm – 8:00pm
Médico General	Médico Cirujano	2	Lunes a Viernes 9:00am – 2:00pm 4:00pm - 8:00 pm
Actividades Deportivas	Lic. en entrenamiento físico	1	Lunes a Sábado 9:00 – 2:00 pm 4:00 – 7:00 pm
Terapias alternativas	Egresado del Centro de Estudios Técnicos Superiores del Álica (CETSA)	1	Lunes a Viernes 9:00am – 2:00pm 5:00pm – 8:00 pm
Terapia física	Lic. En cultura física y Deporte	1	Lunes a Viernes 8:00am – 1:00



y rehabilitación			
Oftalmología	Médico especialista en Oftalmología	1	Lunes a Viernes 8:00am – 1:00
Taekwondo	Instructor en Artes Marciales	1	Lunes- Miércoles-Viernes 6:00 pm- 9:00pm

5. METAS E INDICADORES

Meta:

Incremento del número de usuarios a cada uno de los servicios

Difusión del programa

Incorporar la propuesta del programa al proyecto de US de la UAN

Incorporar al próximo Plan de Desarrollo Institucional

Indicador:

Número de usuarios por año en cada servicio

Medios físicos y digitales a la comunidad universitaria

Cédula de verificación

Gestión de la propuesta

Calidad de vida del usuario

Reportes periódicos de las actividades

Calidad de vida del usuario

Avances del usuario en las actividades que realiza

6. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Conforme a los lineamientos de Universidad Saludable, las estrategias están dirigidas a la organización de las actividades actuales en proyectos documentados y la incorporación de nuevos complementarios y pertinentes:

1. Documentación de cada actividad que se ofrece a la fecha, en un formato de proyecto común, enmarcado teóricamente en el concepto de universidad saludable, con una estructura que defina: Propósito; beneficiarios potenciales y capacidad de atención, actividades, metas; calendario, horarios, duración, costos, material y equipo requerido.
2. Difusión. Hacer uso de todos los medios necesarios para informar acerca de los servicios que se prestan y además usar herramientas para promover la Educación para la Salud, con el fin de promover estilos de vida saludables.
3. Seguimiento y evaluación. Cada proyecto debe ser evaluado anualmente, para establecer su permanencia y continuidad.
4. Incorporación al Programa de Universidad Saludable.

La evaluación se llevara a cabo anualmente y constará del apoyo de la cédula de verificación propiamente, misma que se encuentra en construcción ya que recientemente se está trabajando en su evaluación y aquí es donde se toman aspectos pertinentes a considerar respecto al sindicato y sus agremiados


7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Garrido Amable O, Vargas Yzquierdo J, Garrido Amable G, Amable Ambrós ZM. Rol de la universidad en la promoción y autocuidado de salud. *Revista de Ciencias Médicas*. 2015 septiembre-octubre; 19(5).
2. World Health Organization. The Ottawa Charter for Health Promotion. [Internet].; 1986 [citado 2016 septiembre 16]. Disponible en:
<http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>
3. Arroyo HV. Una Nueva Mirada al Movimiento de las Universidades Promotoras de Salud en las Américas. [Online].; 2009 [cited 2016 octubre 10]. Disponible en:
http://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=1543:universidades-saludables&Itemid=711
4. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Red Española de Universidades Saludables REUS. [Online].; s/f [cited 2016 noviembre 10]. Disponible en:
<http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/promocion/UniversidadesSaludables/REUS.htm>
5. Lange I, Vio F. Guía para universidades saludables y otras instituciones de educación superior. primera ed. Gruntpeter H, Romo M, editors. Santiago: OMS/OPS; 2006.
6. Organización Mundial de la Salud. OPS. [Online].; 2015 [cited 2016 septiembre 10]. Disponible en:
http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10669%3A2015-about-health-promoting-universities&catid=7790%3Aabout&Itemid=41389&lang=es
7. Alayo M, Bambarén E, Gueiler M, Sueiro F. Guía universidades saludables Lima: Comisión de Comunidades Saludables del Consorcio de Universidades; 2013.
8. Organización Panamericana de Salud. Universidades Saludables. [Online].; 2009 [cited 2016 octubre 10]. Disponible en:
http://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=1543:universidades-saludables&Itemid=711
9. Granados MC. Evaluación de los procesos de fortalecimiento de las IES/universidades como promotoras de salud, redes nacionales y procesos de certificación. In Presentación de la guía de universidades saludables por el Consorcio de Universidades; 2013; Lima. p. Ponencia.
- 10 Del Huerto M. La Extensión Universitaria como vía para fortalecer los vínculos Universidad-

- . Sociedad desde la. Revista Cubana de la Salud Pública. 2007 abril-junio; 33(2).
- 11 Granados MC. Experiencias internacionales en escuelas y universidades. In Ippolito-Shepherd I. . Universidades promotoras de salud. Un reto que abre posibilidades para el desarrollo humano. Experiencias en la Pontificia Universidad Javeriana. Buenos Aires: Paidós; 2010. p. 283-294.
 - 12 Muñoz J. Análisis de la Situación de Salud de los Estudiantes de la Universidad de Almería según el método PRECEDE-PRCEED. Un proyecto de Educación para la Salud. Tesis doctoral. Almería: Univesidad de Almería, Depatamento de Neurociencia y Ciencias de la Salud; 2009. Report No.: 84-89315.
 - 13 Romero A, Gallardo C, Peñacoba C. Cómo promocionar la salud y el biesar en la comunicad . universitaria. Revisgta Iveroamericana de Psicología y Salud. 2013 julio; 4(2).
 - 14 Becerra Heraud S. Universidades saludables: una apuesta a una formación intergral del . estudiante. Revista de Psicología PUCP. 2013 s/f; 31(2).
 - 15 Pimentel B. El papel de las Univesidades Saludables Hoy. [Online].; 2015 [cited 2016 mayo 20. . Disponible en: <http://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/icsa/n2/e1.html>
 - 16 EuroHPU. European Health Promoting Universities. [Internet].; 2013 [cited 2016 noviembre 28. . Disponible en: <http://www.eurohpu.aau.dk/>
 - 17 Universidad Veracruzana. Sistema de Atención Integral a la Salud. [Online].; 2016 [cited 2016 . marzo 22. Disponible en: <https://www.uv.mx/saisuv/general/programa-de-platicas-de-educacion-para-la-salud-y-orientacion-nutricional/>
 - 18 World Health Organization. The Bangkok Charter for Health Promotion in a Globalized World. . [Online].; 2005 [cited 2016 octubre 10. Disponible en: http://www.who.int/healthpromotion/conferences/6gchp/bangkok_charter/en/.
 - 19 Red Española de Universidades Saludables. REUS. [Online].; 2013 [cited 2016 noviembre 28. . Disponible en: <http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/promocion/UniversidadesSaludables/REUS.htm>.
 - 20 Organización Panamericana de la Salud. Acerca de las Universidades Promotoras de Salud. . [Online].; 2015 [cited 2016 octubre 12. Disponible en: http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10669%3A2015-about-health-promoting-universities&catid=7790%3Aabout&Itemid=41389&lang=es.
 - 21 Panamerican Health Organization. The Edmonton Charter for Health Promoting Universities and Institutions of Higher Education. [Online].; 2005 [cited 2016 octubre 10. Disponible en Disponible en http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10755%3A2015-edmonton-charter-health-institutions&catid=7793%3Aresources&lang=en.

- 22 Organización Panamericana de la Salud. Acta Constitutiva de la Red Iberoamericana de la . Universidades Promotoras de la Salud. [Online].; 2007 [cited 2018 junio 12. Disponible en: <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2012/2007-ActaConstitutivaRIUPS.pdf>.
- 23 Universidad Pública de Navarra. IV Congreso Internacional de Universidades Promotoras de . Salud. [Online].; 2009 [cited 2016 octubre 12. Disponible en: <http://www.fundacion.unavarra.es/universidadsaludable/>.
- 24 Organización Mundial de la Salud. Universidades Promotoras de Salud. [Online].; 2015 [cited . 2017 junio 19. Disponible en: http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10690%3A2015-vii-international-congress-health-promoting-universities-10-years-edmonton-charter&catid=7791%3Anews-events&Itemid=41388&lang=es.
- 25 Universitat d'Alacant. VIII Congreso Iberoamericano de Universidades Promotoras de la Salud. . [Online].; 2017 [cited 2017 junio 30. Disponible en: <https://web.ua.es/es/congreso-iupsalud-alicante2017/viii-congreso-iberoamericano-de-universidades-promotoras-de-la-salud.html>.
- 26 Castro J. Promoción de la salud. A diez años de la Carta de Ottawa: ¿salud-mercancía o derecho . social? SAGE. 1997 mayo; 3(2).
- 27 Universidad de Colima. Universidad de Colima. [Online].; s/f [cited 2016 agosto 5. Disponible . en: <https://www.ucol.mx/trabajadores/desarrollo-humano.htm>.
- 28 Universidad de Colima. Modelo de Universidad Saludable PREVENIMSS Colima. [Online].; 2014 . [cited 2017 agosto 5. Disponible en: <http://www.anuiesrco.org.mx/sites/default/files/images/sesionordinaria012014/mesatrabajo5/victor-angel-zepeda-pamplona-ucol-anuies-rco-presentacion.pdf>.
- 29 Organización Panamericana de la Salud. OMS/OPS. [Online].; 2009 [cited 2016 marzo 22. . Disponible en: http://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=1543:universidad-es-saludables&Itemid=711.
- 30 Organización Panamericana de la Salud. OPS/OMS. [Online].; 2016 [cited 2017 noviembre 10. . Disponible en: https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=article&id=1079:opsoms-acompana-a-universidades-publicas-y-privadas-que-participan-en-la-reunion-de-la-red-de-universidades-promotoras-de-la-salud&Itemid=499.
- 31 Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. ANUIES. [Online].; . s/f [cited 2016 noviembre 10. Available from: <http://www.anuies.mx/anuies/acerca-de-la-anuies>.
- 32 Universidad Aut6nom de Nayarit. UAN-Medios. [Online].; 2017 [cited 2017 abril 2. Disponible . en: <http://www.uan.edu.mx/comunicados/la-uan-se-incorpora-a-la-rmups>.

- 33 Consejo Sindical Unitario de América Central y Caribe. Tipos de sindicatos de trabajadores. [Internet e].; 2011 [citado 2016 marzo 20. Disponible en: <http://www.isacc-instituto.org/es/boletines/articulos/227/>
- 34 Chapman C. El abuso del derecho de asociación en la creación de sindicatos. Revista de Derecho. 2004; 22.
- 35 Dávalos J. El Sindicalismo Universitario. In Alberto PA. El sindicalismo en la UNAM, cifras, hechos y datos. México: Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial; 2004. p. 253-266.
- 36 Universidad Autónoma Metropolitana. Biblioteca. [Internet].; 2015 [citado 2016 junio 12. Available from: <http://parquedelavida.co/index.php/el-parque/banco-de-conocimiento/item/112-carta-de-ottawa-para-la-promocion-de-la-salud-canada-1986>
- 37 Universidad de Costa Rica. Natlex. [Internet.]; 1996 [citado 2016 marzo 25. Disponible en: <http://www.ilo.org/dyn/natlex/docs/WEBTEXT/44102/65002/s95cri02.htm>
- 38 STUAC. Sindicato de Trabajadores de la U. A. de C. [Internet].; 2016 [citado 2016 mayo 12. Disponible en: <http://infos.com.mx/stuac/>
- 39 Fairris D. ¿Qué hacen los sindicatos en México? Estudios Ecológicos. 2007 julio-diciembre; 22(2).
- 40 Organización Internacional del Trabajo. OIT Publicaciones. [Internet].; 2000 [citado 2016 abril 22. Disponible en: http://www.ilo.org/global/publications/ilo-bookstore/order-online/books/WCMS_375636/lang--es/index.htm
- 41 Laurent V. ¿Cómo vincular la lucha por la igualdad con la lucha por la salud en el trabajo? Un debate indispensable para el movimiento sindical en Europa? Revistas Científicas Complutense. 1999; 14(14).
- 42 Organización Mundial de la Salud. OMS. [Internet].; 2016 [citado 2016 marzo 10. Disponible en: http://www.who.int/occupational_health/publications/promocion/es/
- 43 Organización Internacional del Trabajo. OIT. [Internet].; 2013 [citado 2016 abril 10. A Disponible en: <http://www.ilo.org/americas/lang--es/index.ht>
- 44 OMS. Estrategia de promoción de la Salud en los lugares de Trabajo de América Latina y el Caribe. [Internet].; 2000 [citado 2016 marzo 15. Disponible en: http://www.who.int/occupational_health/publications/promocion/es/
- 45 Chirinos Portillo LM. Formas de participación de los sindicatos de trabajadores en Seguridad y Salud en el Trabajo. Revista Gaceta Laboral. 2013; 19(2).
- 46 Chirinos portillo LM. Formas de participación de los sindicatos de trabajadores en Seguridad y Salud en el Trabajo. Gaceta Laboral. 2013 mayo-agosto; 19(2).
- 47 Junta de Andalucía. emasagra. [Intenet].; 2016 [citado 2016 mayo 31. Disponible en:

- 
- . http://www.emasagra.es/ESP/26_5354.asp
- 48 Figueroa , D.. Promoción de la Salud. Experiencias internacionales en escuelas y universidades.
. In Figueroa , D.. Impacto de la salud universitaria en la educación superior: la experiencia de Cuba. Buenos Aires: Paidós; 2010. p. 269-282.
- 49 Santos H. Biblioteca virtual UNAM. [Intenet].; 2016 [cited 2016 10 marzo. Disponible en:
. <http://biblio.juridicas.unam.mx/libros/libro.htm?l=915>
- 50 Diario Oficial de la Federación. Secretaria del Trabajo y Previsión Social. [Online]. México; 2015
. [citado 2016 mayo 12. Disponible en:
http://www.stps.gob.mx/bp/micrositios/reforma_laboral/ref_lab.html
- 51 SPAUAN. Sindicato de Personal Académico y Trabajadores de la Universidad Autónoma de Nayarit. [Intenet].; 2017 [citado 2017 septiembre 10. Disponible en:
<http://www.spauan.org.mx/identidad#vision>
- 52 Sindicato de Personal Académico de la Universidad Autónoma de Nayarit. Contrato Colectivo.
. [Internet].; 2018 [citado 2019 marzo 1. Disponible en:
http://www.spauan.org.mx/d/a/Contrato_Colectivo_SPAUAN_2016-2017.pdf

ANEXOS

Anexo I

ACTA CONSTITUTIVA DE LA RED IBEROAMERICANA DE UNIVERSIDADES PROMOTORAS DE LA SALUD

CONSIDERANDO:

- Que la Promoción de la Salud es un campo de acción basada en disciplinas sociales y de la salud, con bases teóricas y evidencia científica.
- Que en Octubre del 2003 un grupo de 31 universidades de los países de la región de las Américas y de España, acudieron a la convocatoria de la Pontificia Universidad Católica de Chile en la Primera Reunión de Universidades Promotoras de la Salud con el compromiso de impulsar la extensión de la Iniciativa Universidades Promotoras de la Salud (UPS) y trabajar en Red.
- Que desde esa primera reunión, 17 universidades chilenas se conformaron en una Red Chilena, en enero 2006, en la Universidad de Los Lagos-Puerto Montt y que en agosto de mismo año se inaugura el Portal de la Red.
- Que en Abril del 2004 un grupo de 28 universidades mexicanas se reunieron en la Universidad Autónoma de la Ciudad de Juárez y conformaron la Red Mexicana de UPS.
- Que desde esa conformación la Red Mexicana de UPS un grupo coordinador se reunió en las universidades de San Luis Potosí y de Guanajuato, para preparar el plan de trabajo de dicha red y organizar el Primer Congreso de UPS realizado en el Puerto de Veracruz, México, en Mayo 2006.
- Que en Octubre del 2005 la Universidad de Alberta en Edmonton, Canadá convocó la Segunda Reunión de UPS, donde se elaboró y adoptó la Carta de Edmonton¹ y se propuso la creación de una red de UPS.
- Que el Consorcio Interamericano de Universidades y Centros de Formación de Personal en Educación para la Salud y la Promoción de la Salud (CIUEPS), actualmente conformado por 62 universidades de la región de las Américas y con participación de aliados de universidades de España.
- Que del 3-6 de Octubre del 2007, se realizó la Tercera Reunión de Universidades Promotoras de la Salud en la UACJ, con la participación de 25 universidades de siete países.

¹ Carta de Edmonton para la Promoción de la Salud publicada en la Guía para Universidades Saludables y Otras Instituciones de Educación Superior, Ministerio de Salud, Santiago de Chile, Anexo 2, páginas 43-49, (2006) www.redups.cl

- Que la Organización Panamericana de la Salud, tanto desde su Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud en Washington, DC, como desde su Oficina de la Frontera México-Estados Unidos.
- Que todos los participantes en estas reuniones de intercambio y trabajo académico confirman y se adhieren a los principios, valores y propuestas de Promoción de la Salud en y por la Universidad, uniéndose diversas iniciativas de salud pública (Promoción de la Salud, Universidades Promotoras de la Salud, entre otros)

En vista de lo antes mencionado las universidades y otras instituciones que participaron en esta Tercera Reunión, la OPS, la AMESP y el CIUEPS, acuerdan cuanto sigue:

Artículo 1.- Objetivos

- Impulsar la implementación y evaluación de la Iniciativa Universidades Promotoras de la Salud.
- Difundir la Carta de Edmonton y las otras Cartas y Declaraciones de Promoción de la Salud.
- Diseminar el conocimiento, las metodologías y experiencias de Promoción de la Salud al interior de las instancias de la universidad así como a la comunidad.
- Intercambiar las experiencias y las lecciones aprendidas para vigilar por mayor efectividad los trabajos de las UPS.
- Contribuir al fortalecimiento de las capacidades institucionales de las universidades e Instituciones de Enseñanza Superior en la formación de recursos humanos interdisciplinarios, en Promoción de la Salud.

Artículo 2: Áreas de colaboración y cooperación

- Mantener el Sitio Web y hacer los links de cada universidad, asegurando que la información de cada institución este lo mas actualizada posible
- Desarrollar, adaptar y diseminar criterios y guías sobre UPS
- Desarrollar cursos presenciales y a distancia sobre Promoción de la Salud en colaboración con CIUPES
- Preparar materiales, libros de texto y documentos para la enseñanza de la Promoción de la Salud en colaboración con CIUPES
- Preparar proyectos de investigación así como de capacitación y formación de los recursos humanos en Promoción de la Salud
- Documentar, sistematizar y publicar/diseminar las experiencias y el conocimiento

Artículo 3: Mecanismo de comunicación, trabajo en red y difusión de la información

Web de cada universidad
 Internet, correo electrónico
 Reuniones cada dos años
 Participación en reuniones de las Redes Nacionales

Artículo 4: Función de la Red

Participar en la organización de las Reuniones Internacionales bianualmente
Promover el reclutamiento y la adhesión de nuevas UPS como miembros de la Red
Mantener la documentación de las Reuniones y actividades de las UPS
Vigilar el cumplimiento de los criterios para ser una UPS
Proveer apoyo para el monitoreo y evaluación de las experiencias de las UPS
Diseminar las experiencias y lecciones aprendidas con las UPS

Artículo 5: Sobre los miembros

Los miembros fundadores son las universidades e Instituciones participantes en esta tercera reunión, se anexa directorio.
Los miembros a partir de la fundación de esta Red serán incorporados a su solicitud por escrito a los coordinadores de dicha Red.
Las universidades miembros se comprometen impulsar la creación y desarrollo de las Redes Nacionales; implementar la Iniciativa UPS en cada país; evaluar, documentar, sistematizar, publicar, diseminar las experiencias de cada UPS; contribuir a diseminar la información, conocimientos, experiencias de Promoción de la Salud en cada país; actualizar su información en la pagina Web de cada institución.

Artículo 6: Coordinación entre los miembros de la Red

Formar un grupo coordinador compuesto por representantes de las Redes Nacionales de los países que tienen red así como los organizadores de las Reuniones internacionales

Artículo 7: Auditoria

Toda labor de auditoria sobre los recursos que llegase a administrar la Red bajo el presente acuerdo se llevará a cabo por las instancias para ello designadas por los Coordinadores de la Red, siguiendo prácticas habituales .Copias de las auditorias serán entregadas a las Universidades Miembros, a su solicitud.

Artículo 8: Vigencia, modificación y terminación

La presente Acta entrará en vigor en la fecha de su firma por los participantes. Podrá modificarse mediante acuerdo de los participantes expresado por escrito. Asimismo, cualquiera de las universidades participantes podrá darse de baja a la presente Red, mediante notificación escrita y razonada a los Coordinadores cursada con (60) días de antelación.

EN FE DE LO CUAL, los suscritos presentes, firman la presente Acta en Ciudad Juárez, Chihuahua, México el día 6 de Octubre del 2007.



M. José Mercedes Márquez
Organizador de la Tercera Reunión de
Universidades Promotoras de la Salud
Presidente de la Red Mexicana de
Universidades Saludable


Maestra Mónica Muñoz Serrano
Organizadora de la Primera Reunión de
Universidades Promotoras de la Salud
Directora del Programa Universidad
Saludable Pontificia Universidad
Católica de Chile



Dr. Hiram Arroyo Acevedo
Universidad de Puerto Rico y Consorcio
Interamericano de Universidades y Centros
de Formación de Personal en Educación
para la Salud y Promoción de la Salud (CIUEPS)



Dra. María Teresa Cepqueira
Jefa, Organización Panamericana de
la Salud, Oficina Frontera México-
Estados Unidos



Dra. Ana Ansa Ascarce
Universidad Pública de Navarra, Pamplona España
Organizadora de la Cuarta Reunión de
Universidades Promotoras de la Salud



2019/2
Víctor N. Zepeda Pamplona
UNIVERSIDAD DE NAVARRA
MEXICO

Firma de Participantes del III Congreso de Universidades Promotoras de la Salud
Ciudad Juárez, Chihuahua
Octubre 6, 2007


Piedad María Pedraza
Universidad de la Costa Bucaramanga


Juan José Gálvez
OEA/PAHO/OPS
Bogotá, Colombia


Rommel Santacruz Torres
Universidad Panamericana de Hgo.


Piedad Huerta
Org. Panamericana
de la Salud / OPS


Mariana A. Guerrero Laguna
Servicio de Salud de Veracruz
Universidad de Kalapa



Cd. de México, 24 de Febrero de 2017.

Primer Asamblea Nacional 2017.

La **RED MEXICANA DE UNIVERSIDADES PROMOTORAS DE SALUD** a través de su mesa directiva, hace **CONSTAR** que la

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NAYARIT

Ha sido aceptada como miembro de esta Red con el objetivo de unirse al ejercicio Nacional de Promoción a la Salud Universitaria, estableciendo las bases interinstitucionales de apoyo y colaboración para convertirse en una Institución Promotora de Salud, contribuyendo al desarrollo humano y social en el marco de sus atribuciones, funciones políticas y programas.

Agradecemos sus aportaciones en la construcción, fortalecimiento y divulgación de esta Red.

MPC. MARIA DEL CARMEN RODRIGUEZ JUAREZ
UNIVERSIDAD AUTONOMA DE AGUASCALIENTES
PRESIDENCIA

MSP. JOSÉ LUIS CASTILLO HERNÁNDEZ
UNIVERSIDAD VERACRUZANA
VICEPRESIDENCIA

LIC. LILIANA VIZCARRA ESQUER
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE SONORA
SECRETARIA ADMINISTRATIVA

Anexo III:

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



UNIVERSIDADES PROMOTORAS DE LA SALUD



CÉDULA DE EVALUACIÓN

FOLIO INCORPORACIÓN _____

DATOS DE LA INSTITUCIÓN				
Nombre de la institución				
Domicilio	Calle y No.	Colonia	Jurisdicción	
Municipio	Localidad			
teléfono	correo	Página web		
Nombre y cargo del responsable institucional de la evaluación		Datos de contacto (número telefónico y correo electrónico)		
Nombre y cargo del responsable del programa, proyectos asociados a Universidades Promotoras de la Salud		Datos de contacto (número telefónico y correo electrónico)		
Nombre de responsable de la visita de evaluación		Datos de contacto (número telefónico y correo electrónico)		

CARACTERIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN						
Tipo de recinto que evalúa (seleccione y especifique)	Media Superior	Campus	Facultad	Escuela	Sede	Otro (especifique)
Número de Visita	Primera	Segunda	Tercera	Cuarta	Final	
Fecha (día/mes/año)						
FECHA DE VALIDACIÓN (día/mes/año)						
Total de población impactada por la validación en el recinto que se evalúa						
No. Estudiantes			No. de Académicos			
No. de Funcionarios			No. de trabajadores			
Observaciones:						

1. CRITERIOS DE ENTORNOS FAVORABLES A LA SALUD

	CUMPLE	CALIFICACIÓN	OBSERV.
1. Contar con un programa de becas:	1		
a) Académicas			
b) Alimentarias			
c) Económicas			
2. Disponibilidad de agua corriente y para el consumo humano en las áreas comunes de convivencia, por medio de instalaciones como:			
a) Bebederos	1		
b) Dispensadores de agua	1		
c) Algún otro recurso físico para dicho objetivo	1		
3. Contar con las instalaciones apropiadas para el manejo adecuado de los residuos:			
a) Contenedores cerrados y en un lugar lejano	1		
b) Contenedores para residuos orgánicos e inorgánicos	1		
c) Contenedores específicos para residuos biológicos e infecciosos si fuera necesario	1		
4. Contar con instalaciones adecuadas para realizar actividad física y deporte, dentro de la instalación o a través de acuerdos o convenios con instituciones o empresas.			
a) Pista (s)	1		
b) Cancha (s) deportiva (s)	1		
c) Aparatos al aire libre	1		
d) Gimnasio	1		
e) Alberca	1		
f) Estadio	1		
5. Contar con un programa de activación física de por lo menos 30 minutos diarios y en el que participen estudiantes, docentes y personal.	1		
6. Contar con espacios libres de humo de tabaco.	1		
7. Certificada como espacio 100% libre de humo de tabaco.	1		
8. Mantenimiento del plantel y de las instalaciones sanitarias en condiciones funcionales e higiénicas.			
a) Instalaciones hidrosanitarias en condiciones de funcionamiento adecuado y con los insumos necesarios: papel y jabón	1		
b) Se realiza la limpieza diaria y por turno del plantel	1		
c) Se dispone de buenas condiciones de iluminación (natural y artificial)	1		
d) Existen condiciones adecuadas de ventilación	1		
e) Los vidrios de puertas y ventanas se encuentran en condiciones adecuadas	1		
9. Contar con la infraestructura necesaria para personas con capacidades diferentes.	1		
Las cafeterías de la IES:			
10. Están certificadas por la Secretaría de Salud sobre el manejo de alimentos.	1		
11. Ofrecen menús de baja densidad calórica y alto valor nutricional como primera opción.	1		
12. 4 días a la semana se elabora un menú en el que se ofrecen alimentos asados o cocidos -no fritos-	1		
13. El menú del día incluye un componente de cada área del plato del buen comer.	1		
14. Se elaboran menús en los que se utilizan insumos orgánicos de producción local o de la posta universitaria.	1		
15. Ofrecen al menos una opción de menú diferente por día, es decir, seis menús a la semana.	1		
16. En el menú cuenta con una descripción del contenido nutricional	1		
17. Cuentan con despachador o bebedero con filtro para fomentar el consumo de agua natural sobre otras bebidas.	1		
18. Separan los desperdicios que se generan, mínimo en: orgánicos e inorgánicos.	1		
19. Cuenta botes de basura con bolsa y tapa.	1		
20. Se utilizan cubiertos y loza no desechables para el consumo de alimentos.	1		
SUBTOTAL	33	35.875	

2. CRITERIOS DE ACCESO A LOS SERVICIOS DE SALUD:

	CUMPLE	CALIFICACIÓN	OBSERV.
21. 80% o más de estudiantes con acceso a servicios médicos.	1		
22. Contar con atención médica preventiva periódica (mínimo 2 veces durante la formación profesional) que incluya:			
a) Revisión de las cartillas de salud activas	1		
b) Valoraciones clínicas para detectar infecciones de vías respiratorias agudas, infecciones de transmisión sexual y otros transmisibles de acuerdo a la estación del año y región del país.	1		
c) Valoraciones clínicas para detectar problemas de agudeza visual, auditiva, violencias, adicciones y otros riesgos para la salud de acuerdo a las prioridades locales	1		
23. 80% o más de las y los trabajadores con seguridad social.	1		
24. Contar con acceso permanente y gratuito a métodos para prevenir el embarazo no deseado y las Infecciones de Transmisión Sexual entre:			
a) Estudiantes	1		
b) Docentes	1		
c) Trabajadores	1		
SUBTOTAL	8	9.859	

3. CRITERIOS DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y DESARROLLO DE COMPETENCIAS :

	CUMPLE	CALIFICACIÓN	OBSERV.
25. Mostrar una formación transversal en promoción de la salud dentro del currículo académico de las diversas profesiones, crear la asignatura y líneas de investigación en promoción de la salud.	1		
26. Contar con un programa de promoción de la salud y sus determinantes, que difunda en sus diferentes medios de comunicación material educativo referente a los determinantes de la salud con énfasis en:	1		
a) Salud Física (alimentación correcta, higiene personal y bucal, actividad física)			
b) Saneamiento básico y entornos físicos			
c) Salud Sexual			
d) Salud mental			
e) Adicciones (sustancias, desorden alimentario, redes sociales, conductas riesgosas, relaciones destructivas y dependientes, etc.)			
f)Sustentabilidad ambiental			
g) Prevención de accidentes			
27. Contar con un programa de promoción de la salud que realice acciones de capacitación en promoción de la salud con enfoque de determinantes sociales de la salud en forma permanente por medio de:			
a) Talleres	1		
b) Cursos (seminarios, diplomados)	1		
c) Congresos	1		
d) Simposios	1		
28. Contar con un programa de promoción de la salud para formación de promotoras y promotores de la salud entre:			
a) Estudiantes	1		
b) Docentes	1		
c) Trabajadores	1		
d) Salud mental			
e) Adicciones (sustancias, desorden alimentario, redes sociales, conductas riesgosas, relaciones destructivas y dependientes, etc.)			
f)Sustentabilidad ambiental			
g) Prevención de accidentes			
29. Contar con un programa de formación en "Habilidades para la vida" dirigido a docentes y estudiantes.	1		
30. 80% o más de los estudiantes que participan en actividades artísticas y/o deportivas, y/o de vinculación entre la universidad y la sociedad.	1		
31. Contar con programas de promoción e inclusión cultural.	1		66
SUBTOTAL	12	25.066	



CÉDULA DE EVALUACIÓN

4. CRITERIOS DE PROCESOS COLEGIADOS DE GOBIERNO:

	CUMPLE	CALIFICACIÓN	OBSERV.
32. Cuentan con normativas y políticas institucionales para propiciar una cultura universitaria y un ambiente favorable a la salud.	1		
33. Los documentos de visión misión y valores de la Universidad hace referencia al marco ideológico de las Universidades Promotoras de la Salud.	1		
34. Cuenta con un área de coordinación o que lidera el concepto y las acciones relativas al movimiento de Universidades Promotoras de Salud	1		
a) La educación para la salud y desarrollo de competencias	1		
d) Participación social en salud	1		
c) Entornos favorables a la salud	1		
35. Cuenta con presupuesto del Plan Operativo Anual (POA) de la institución, destinado a las acciones necesarias para la promoción de la salud.	1		
36. Han realizado, acciones de modificación de la infraestructura y reingeniería en beneficio de la salud en las instalaciones universitarias	1		
SUBTOTAL	8	9.2	

5. CRITERIOS DE COORDINACIÓN INTERSECTORIAL Y PARTICIPACIÓN SOCIAL:

	CUMPLE	CALIFICACIÓN	OBSERV.
37. Contar con un diagnóstico de salud de los estudiantes.	1		
38. Contar con un diagnóstico de salud del personal.	1		
39. Contar con un comité de promoción de salud conformado por representantes de los diferentes sectores de la comunidad universitaria (estudiantes, docentes, directivos, personal administrativo, etc.)	1		
40. Realizan análisis de las necesidades de salud de la comunidad universitaria	1		
41. Realizan acciones de abogacía en salud	1		
42. Llevan a cabo iniciativas intersectoriales universitarias en beneficio de la salud	1		
43. Contar con un convenio con el sector salud para el apoyo en las acciones de Promoción de la Salud.	1		
a) IMSS			
b) ISSSTE			
c) otros			
44. Contar con acuerdos, bases de colaboración o convenios para promover la salud con otras instituciones académicas, gubernamentales y de la sociedad civil.	1		
45. Desarrollan acciones con alcance familiar y comunitario	1		
46. Cuentan con políticas o bien han impulsado su creación y aprobación para el mejoramiento de la salud de la comunidad universitaria y de la sociedad en general	1		
SUBTOTAL	10	20	

TOTAL

	100	
--	------------	--



CÉDULA DE EVALUACIÓN

OBSERVACIONES

EVALUADO

Firma : _____

Nombre : _____

Cargo : _____

EVALUADOR

Firma : _____

Nombre : _____

Cargo : _____

Fecha

Anexo IV

Entrevista a la representante del programa de Universidad Saludable de la UAN

Indira Bernal: Buen día maestra me puede decir su nombre completo y cargo dentro de la Universidad Autónoma de Nayarit

Maestra Juana Vidales: mi nombre completo es Juana Edelia Vidales Vidales Paz, y mi profesión es Licenciatura en Química Clínica, el cargo dentro de la UAN es maestra de tiempo completo, impartiendo la materia de Bioquímica.

Indira Bernal: ¿cómo supo del Proyecto de Universidades Promotoras de Salud?

Maestra Juana Vidales: conocí el proyecto de Universidades Promotoras de Salud cuando asistí a un congreso de Salud Pública en Cuernavaca y motivada por todo lo que escuché que implicaba la Universidad Promotora de Salud, que esto fue en el 2010 hace 8 años, me di a la tarea de tratar de convencer a las autoridades administrativas y sobre todo al rector para que trabajáramos en el sentido de poder formar parte de esa Red, sin embargo pues esa iniciativa no tuvo eco y finalmente no se pudo hacer nada. Por ello platicando con la Dra. Martha Mercado y comentándole la iniciativa de volver a hacer esta propuesta se platicó con la Dra. Norma Galván, actual secretaria de Docencia, ella nos escuchó y le pareció muy buena la idea de poder incorporarnos a esa Red.

Indira Bernal: ¿en qué año se dio la iniciativa para incorporar a la UAN?

Maestra Juana Vidales: en noviembre del año pasado fue cuando se hizo una red nacional para poder integrar de manera llamémosle oficial ante notario todas las universidades que se interesaban a formar parte a la Red de Universidades Saludables, en este caso se pidió, bueno más bien nos mandaron un documento donde el recto tenía que firmarlo y tenía que ir ya sea él o una persona en su representación a esta asamblea de universidades Promotoras de Salud, en este caso fue en noviembre del 2017 en Aguascalientes y yo asistí a la reunión en representación del rector. La universidad ya estaba integrada a partir de febrero del mismo año.

Indira Bernal: ¿qué sucedió después de estar incorporada la UAN a la Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud?

Maestra Juana Vidales: el proyecto se le presentó a la Dra. Norma Galván, pero realmente no era un proyecto de Universidad Saludable, yo tuve la iniciativa de formar una línea de investigación que está registrada, que fue de inicio un proyecto integral de diagnóstico para estudiantes de nuevo ingreso en diferentes dimensiones desde lo nutricional, psicopedagógico, deportivo, clínico de cultura física y prácticamente este fue el inicio de lo que es el proyecto en la UAN.

Indira Bernal: ¿en dónde se aplicó inicialmente este proyecto?

Maestra Juana Vidales: este proyecto de diagnóstico integral se aplicó en estudiantes de nuevo ingreso tuvo un muestreo inicial y abarcó las unidades

académicas de Medicina, Enfermería, Nutrición, QFB y Cultura Física. El proyecto inicial estuvo formado por una lista de maestros, de docentes, de investigadores que fueron tanto de Odontología en este caso la Dra. Irene, la Dra. Gaby Corona, de la línea de Nutrición a estuvo trabajando la Dra. Yérica Sillas, la maestra Norma Bañuelos y la maestra Alejandrina. La parte de cultura física, la trabajaron los maestros Eliot y Eliud, de cultura física y también apoyados por una serie de maestros que en este momento no recuerdo todos sus nombre, pero del cual también estuvo enterado y apoyando el maestro Zeus.

En el psicopedagógico fue pues la maestra Martha Mercado con otro grupo de maestras, quienes estuvieron evaluado los estudiantes de nuevo ingreso, y en lo que fue cultura ambiental se estuvo trabajando con el maestro Murray, la Dra. Lupita que es su esposa la Dra. Arminda de Odontología, y una servidora.

Debido a los costos para el diagnóstico clínico la estrategia a seguir fue convocar a estudiantes que quisieran titularse a través del análisis de laboratorio en este caso se muestrearon estudiantes de medicina y de QFB, ya no fue posible seguir muestreando a las otras unidades académicas debido a la falta de recurso, lo que se les midió fue colesterol, triglicéridos y una glicemia en ayunas.

En este proyecto también nos apoyó para la parte estadística la maestra Nayeli de QFB y el Dr. Juan Carlos Bautista de investigación.


Indira Bernal: el equipo de trabajo ¿qué actividades realiza actualmente?

Maestra Juana Vidales: El lineamiento que sigue la UAN como referente a las Universidades Promotoras de Salud justamente lo que se está haciendo ahorita es un Diplomado para de esta manera poder integrar el programa que el Rector nos está pidiendo, a la par de esto, estamos revisando la cédula de verificación que la Secretaría de Salud ha diseñado para poder certificarse como Universidad Saludable.

Las actividades que reconoce la Universidad Promotora de Salud dentro de la UAN como promotora, pues realmente ahorita no existe un reconocimiento como tal ya que se está trabajando y de alguna manera se está integrando un documento donde se puedan evidenciar todas aquellas actividades que de manera aislada o atomizada en favor de la salud se están llevando a cabo dentro de la UAN, entonces el ejercicio principal es juntamente integrar un documento donde podamos visualizar qué es lo que realmente en este momento la universidad está llevando a cabo para la promoción de la salud.

Olvidé comentar también que otra línea de investigación es Espacios Libres de Humo y en este caso las investigadoras son las del cuerpo de Toxicología, que es la Dra. Aurora García Rojas, la Dra. Brisia, la Dra. Martitha y no recuerdo el nombre de la otra investigadora, pero en sí es el cuerpo de toxicología las que están realizando el trabajo de Espacios Libre de Humo de Tabaco.

Indira Bernal: ¿podría hablarme más acerca del Diplomado que se está llevando a cabo?



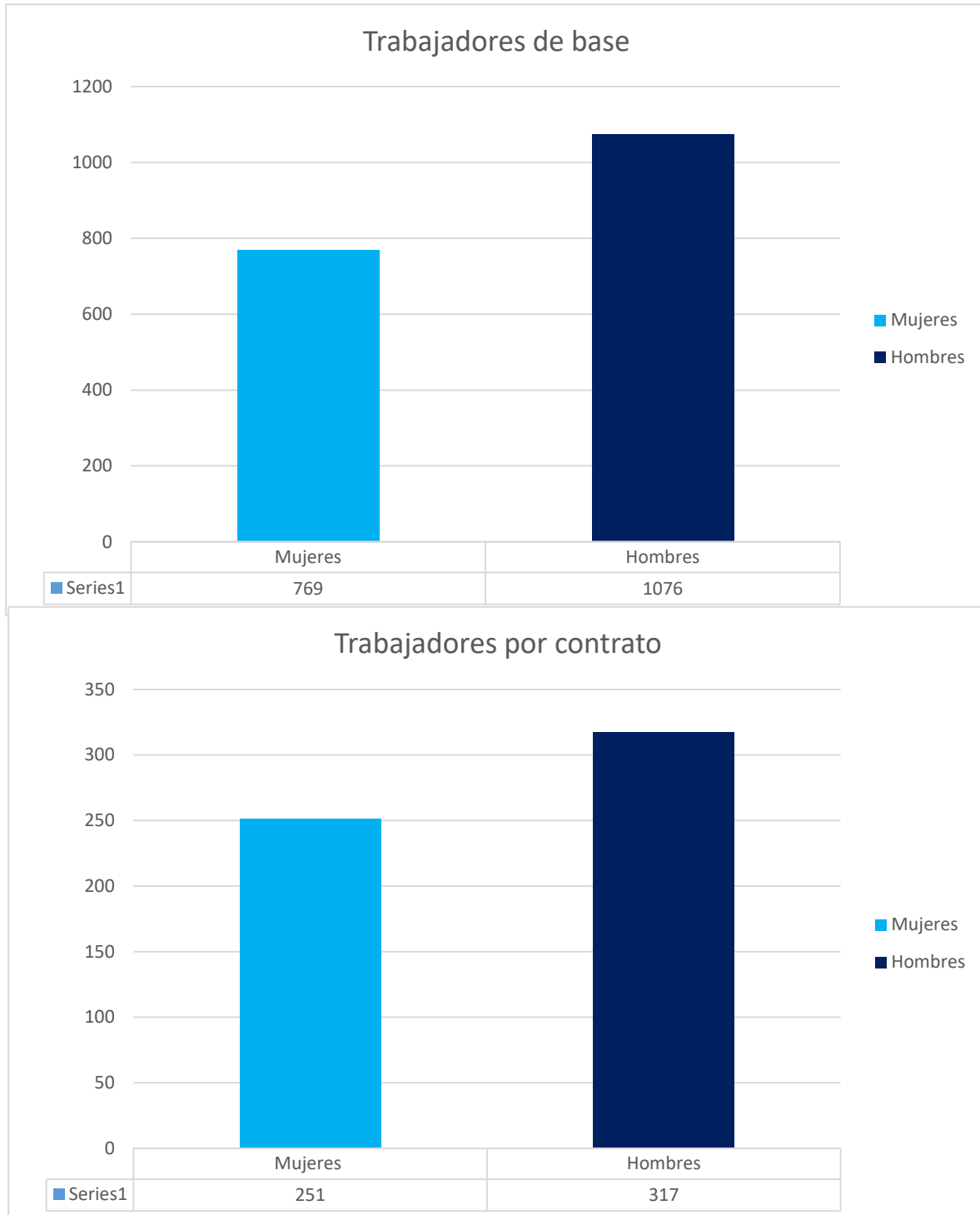
Maestra Juana Vidales: el diplomado que acabamos de iniciar termina en septiembre y tiene una serie de actividades referentes a conferencias, talleres, análisis de la cédula de verificación, poder hacer un diagnóstico con base en la cédula de qué aspectos actualmente ya cumple la universidad y también las actividades que se tienen como conferencias, recorridos, van en post de podernos sensibilizar aún más y motivarlos para seguir con este proyecto que es tan importante para la universidad, para todos los sectores, porque de hecho, el proyecto de universidad saludable, abarca docentes, administrativos, trabajadores y estudiantes, entonces el impacto es muy bueno ya que el objetivo primordial pues va a ser sensibilizar tanto en la cuestión ambiental, como en la de salud, de deporte, de diversos aspectos para que la comunidad universitaria vaya mejorando su salud y todos estos indicadores actuales que existen respecto a de sobrepeso, a tabaquismo, embarazo, manejo inadecuado de residuos sólidos, residuos peligrosos, las condiciones no adecuadas de la venta de alimentos se mejore.

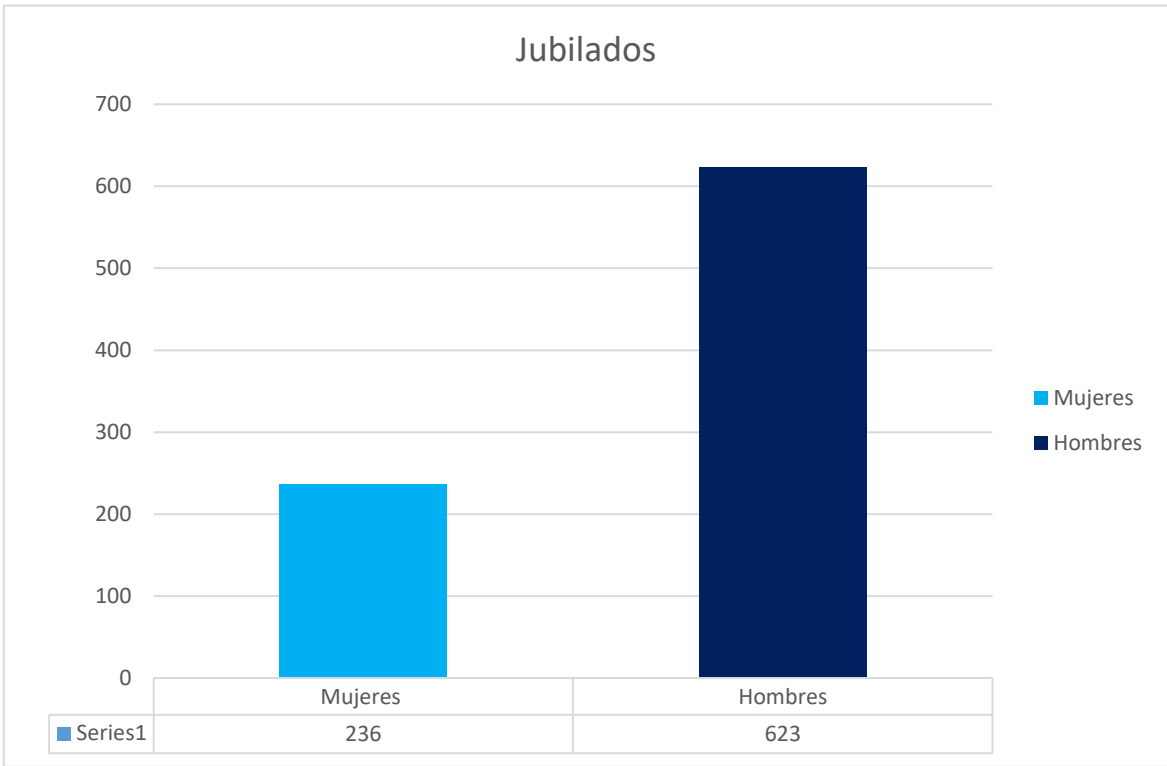
Indira Bernal: maestra pues agradecerle por su apoyo y participación, al aportar a este trabajo con la información proporcionada, pero sobre todo liderar esta iniciativa y ejecutarla en beneficio a la UAN y a quienes pertenecemos a ella.

Maestra Juana Vidales: por todo esto yo sí agradezco sinceramente, y mi reconocimiento a la Dra. Norma Galván por abrirnos las puertas a este proyecto, que ya tenía algo de tiempo que lo queríamos iniciar, fue e la administración pasada, pero pues no tuvimos e eco, sin embargo ahorita tenemos mucho apoyo y estamos trabajando por pate de la universidad de manera conjunta con la maestra Maritza Espiricueta, con el maestro Guillermo González y con el Maestro Chacón, ellos fueron asignados junto conmigo por parte de la maestra Norma Galván para ejecutar, planear y realizar todo lo que se requiera respecto a Universidad Saludable de la misma manera también el apoyo que he recibido por parte de la Dra. Norma Galván definitivamente ha sido crucial y muy importante para poder llevar a cabo este proyecto.

Anexo V

Gráficas por sexo de trabajadores activos, por contrato y jubilados del SPAUAN.





Anexo VI:

Indicadores correspondientes a las preguntas de la entrevista a profundidad (elaboración propia).

GUÍA DE PREGUNTAS	INDICADOR
¿Cuál es su nombre, edad y formación?	Identificación responsable
¿Cuál es el nombre del programa, proyecto o acciones que usted lleva a cabo para las personas agremiadas?	Identificación proyecto
¿Con qué propósito se realiza?	Propósito
¿Las acciones que usted efectúa las considera encaminadas a procurar el bienestar del personal académico agremiado? ¿Por qué?	Relación con bienestar
¿En qué consisten?	Acciones
¿Forman parte de un plan o programa general? ¿Cuál?	Integración
¿Ese plan o programa es propio del sindicato o forma parte de otros de mayor amplitud, como de los Servicios de Salud de Nayarit (SSN), el Instituto Nacional de Atención a las Personas Adultas Mayores (INAPAM), por ejemplo? ¿Cuál?	Transectorialidad
¿Es un plan o programa del sindicato? ¿Cuál?	Autoría propia
¿Es un programa específico e independiente de cualquier otro?	Autonomía
¿Es igual o adaptado de alguno ya conocido?	Adaptación
¿Es un diseño propio?	Originalidad
¿Está plasmado en algún documento?	Documentado
¿Se ha presentado ante las instancias sindicales pertinentes para su aprobación?	Presentación oficial
¿Ha sido aprobado formalmente?	Aprobación formal
¿Desde cuándo se ejecuta?	Inicio
¿Es permanente o se ofrece por temporadas?	Temporalidad
¿Cuál es su duración en días o meses?	Calendarización
¿Se ofrece diaria o alternadamente?	Frecuencia
¿Quiénes participan van avanzando en niveles o etapas?	Complejidad
¿A cuántas personas ha beneficiado, ya sea en total o en promedio por algún período, como un año natural?	Beneficiarios por período
¿De qué edades son la mayoría de los beneficiarios, si se pensara en grupos etarios como de 25 a 29, 30 a 34 y así?	Beneficiarios por edad
¿Pensaría que participan por igual hombres y mujeres, o hay predominio de algún sexo? ¿Cuál?	Beneficiarios por sexo
¿Acostumbra preguntarle a los beneficiarios su parecer acerca de esta actividad?	Realimentación
¿Le han sugerido mejoras y las ha tomado en cuenta? ¿Sí o no, por qué?	Decisiones participativas
¿Cuenta con los elementos requeridos para llevar a cabo las acciones de la mejor manera?	Factibilidad
¿Considera que ha logrado el propósito con el que fueron diseñadas?	Efectividad
¿Qué cambios le realizaría para mejorarlo, si se requirieran?	Propuestas de mejora
¿En su opinión, estas acciones deben ser restringidas al personal agremiado o debieran hacerse extensivas a la comunidad universitaria en general?	Cobertura
¿Estas acciones forman parte o pudieran hacerlo, de programas o proyectos internos más complejos?	Complementariedad interna
¿Tiene conocimiento de proyectos similares o complementarios en el nivel de la Universidad o fuera de ella?	Complementariedad externa

Anexo VII

Transcripción de las entrevistas a profundidad

Entrevista a titular del servicio de Psicología

Indira Bernal: Buen día, su nombre completo por favor

Psicóloga Liliana Orozco: mi nombre es Liliana Orozco Altamirano

Indira Bernal: ¿Qué edad tiene?

Psicóloga: 31 años

Indira Bernal: ¿Qué formación tiene?

Psicóloga Liliana Orozco: Soy licenciada en psicología y tengo una maestría en educación

Indira Bernal: ¿egresada de dónde?

Psicóloga Liliana Orozco: de aquí de la UAN

Indira Bernal: **Indira Bernal:** ¿también de la maestría?

Psicóloga Liliana Orozco: No, es de la Autónoma de Guadalajara, la UAG

Indira Bernal: Licenciada, ¿cuál es el nombre del programa o acciones que lleva a cabo para las personas que pertenecen a este sindicato?

Psicóloga Liliana Orozco: bueno eh... mi puesto aquí es como psicóloga, se le da atención psicológica pues a toda aquella persona que lo requiere, niños, jóvenes adultos, adultos mayores

Indira Bernal: ¿Cómo es el diagnóstico de las personas que requieren de esta atención?

Psicóloga Liliana Orozco: bueno pues necesita atención psicológica toda aquella persona que no se sienta bien consigo misma, que cree que necesite algún cambio, que no esté contento con las cosas que esté haciendo o en cómo las está haciendo, que le provoque algún conflicto, entonces a las personas que llegan es buscando ese apoyo

Indira Bernal: Le comentaba si tiene nombre el programa del servicio del cuál usted está a cargo

Psicóloga Liliana Orozco: No

Indira Bernal: Pero tiene un propósito ¿podría decirme cuál es?

Psicóloga Liliana Orozco: La salud mental y emocional de los pacientes

Indira Bernal: ¿considera que las acciones que realiza en este servicio están encaminadas hacia el bienestar del personal académico y agremiado?

Psicóloga Liliana Orozco: ¿Cómo?

Indira Bernal: Es decir, la atención que usted brinda a sus pacientes, procura el bienestar de los mismos.

Psicóloga Liliana Orozco: Sí

Indira Bernal: ¿de qué forma?

Psicóloga Liliana Orozco: Porque tener salud o la salud significa en el aspecto emocional, mental, físico, y bueno aquí nos enfocamos a la salud mental, del paciente por ejemplo, tenga algún conflicto emocional que le provoque frustración, entonces no le permite en el trabajo llevar un buen desempeño, el estrés laboral, problemas con sus hijos, mucho casos de adultos que tienen problemas con sus hijos en cuanto al comportamiento,

Indira Bernal: ¿el servicio es para el público general o sólo personal agremiado?

Psicóloga Liliana Orozco: Para ambos

Indira Bernal: ¿En qué consiste este servicio, atención por consulta o maneja algún taller?

Psicóloga Liliana Orozco: Aquí en la casa del jubilado es atención personalizada o familiar en algunos casos, estoy impartiendo también talleres y pláticas a alumnos de secundaria, estuve trabajando en la ETI, impartiendo pláticas y talleres con los chicos de ahí y bueno...en el siguiente semestre mi intención o dentro del programa que quiero hacer es ir a la prepa #1 y a la prepa #13

Indira Bernal: ¿eso es por parte del sindicato propiamente o se lo solicitan por parte de las escuelas secundarias?

Psicóloga Liliana Orozco: No, bueno...es por parte del sindicato, es una propuesta de mi parte, lo platicué con...este...yo he trabajado mucho con secundarias, entonces mi experiencia es con secundaria y prepa, también he trabajado con prepas, comentándolo con el contador que si podía ir a algunas secundarias a dar pláticas, pues muy contento con eso y él me propuso que pudiera ser también prepa 1 y prepa 13, porque tenemos muchos problemas con los muchachos

Indira Bernal: Muy bien... licenciada estas acciones ¿forman parte de algún plan o programa general?

Psicóloga Liliana Orozco: No, es un programa incluso el otro día estaba platicando con el doctor general de aquí mismo y vamos a unirnos para ir a impartir pláticas, algo que esté relacionado con los dos, vamos a planear estas pláticas para trabajar juntos y él vea cierta problemática desde el aspecto médico, y yo desde el aspecto psicológico

Indira Bernal: entonces este plan apenas se va a formar

Psicóloga Liliana Orozco: Sí, lo queremos iniciar en el siguiente semestre, algo que me comentaba también el contador era trabajar con FEUAN, lo platicaba yo con él es trabajar con chicos de apoyo, a chicos de apoyo que, a chicos que poya la FEUAN para entrar después... se me fue el nombre

Indira Bernal: es de ¿apoyo adicional?

Psicóloga Liliana Orozco: de apoyo adicional algo así... este en cuanto a las estrategias de estudio, yo soy profesora de DHP para la UAN y no sé si te acordarás de esta materia...(risas)

Indira Bernal: Sí...(risas)

Psicóloga Liliana Orozco: este...entonces como es una materia que doy en primer semestre se nos complica mucho trabajar con chicos que llegan de apoyo adicional porque muchas veces llegan ya en octubre, noviembre ya para finalizar el semestre, entonces eh...pues muchos ya no pasan porque no entregan los trabajos, porque como ya quedaron pero ahí se quedan ya no empeñan por salir adelante, son pocos los alumnos responsables, entonces le comentaba yo al contador que yo veo esa gran problemática con alumnos de apoyo adicional y me gustaría implementar un programa, pues más que un programa serían pláticas de... seguimiento...este.... para algunos, a lo mejor a los que más problemas presenten académicamente

Indira Bernal: Eso entonces estaríamos hablando que ya estaría abarcando a la comunidad estudiantil

Psicóloga Liliana Orozco: Sí

Indira Bernal: ya no propiamente ni del gremio ni externo, como lo menciona en general, sino también ya involucrar a la comunidad universitaria desde todas sus entidades

Psicóloga Liliana Orozco: así es

Indira Bernal: Este servicio que usted brinda en el +área de psicología desde cuándo se ejecuta?

Psicóloga Liliana Orozco: no tengo conocimiento desde hace cuándo, yo ingresé en octubre del año pasado, en el 2016, todavía no cumpla un año aquí, creo que ya había servicio con otra persona, pero no sé desde hace cuánto.

Indira Bernal: y... este servicio ¿se ofrece permanentemente o es por temporadas?

Psicóloga Liliana Orozco: no, es permanente, bueno sólo en el período vacacional no, hay otra psicóloga por la mañana, que cubre pocos horarios por la mañana y yo estoy por la tarde.

Indira Bernal: ahora que menciona los horarios, ¿cuáles son y qué días?

Psicóloga Liliana Orozco: bueno pues oficialmente de 4 a 8 pero hay personas que requieren a veces a las 3, hay ocasiones en que aquí estamos 8:30 y que llegan más tarde, oficialmente de 4 a 8

Indira Bernal: de lunes a viernes

Psicóloga Liliana Orozco: no, de lunes a jueves porque yo los viernes tengo clases....pero esas en este semestre, se va a estar modificando por mi horario de clases el próximo semestre, pero pues de igual forma se acopla uno con los pacientes como todo es directo se contactan conmigo, entonces ya nos ponemos de acuerdo con el horario, si el paciente puede en la mañana, pues se acomoda en la mañana, si puede en la tarde, viendo lo que se le facilite a él, y dentro de lo que se pueda.

Indira Bernal: muy bien licenciada, de las personas que han acudido a la atención, en promedio de un año, aproximadamente ¿cuántas personas asisten?

Psicóloga Liliana Orozco: lo que pasa es que....pues varía mucho pues porque un paciente puede durar mucho, varias semanas, porque el tratamiento no es de 2 o 3 sesiones, hay pacientes que desertan, algunos pues por cuestiones económicas, familiares, varía muchísimo, eh...hay algunos que duran mucho otros poco...(risas)...

Indira Bernal: algún número aproximado? ¿20 o 30 pacientes que vengan al año por decir un aproximado?

Psicóloga Liliana Orozco: amm...pues yo creo a lo mejor 30, no me he puesto a sacar la estadística

Indira Bernal: y de ¿qué edades son los que regularmente o con frecuencia acuden al servicio?

Psicóloga Liliana Orozco: amm...pues la mayoría son mujeres, este...

Indira Bernal: eso ya responde a mi siguiente pregunta....

Psicóloga Liliana Orozco: yo creo que un 90% son mujeres, madres de familia y ese gran porcentaje es también con problemas con sus hijos, y bueno también me toca trabajar con los niños, con los niños y los padres

Indira Bernal: entre qué edades aproximadamente

Psicóloga Liliana Orozco: bueno con adultos entre los 30 y 40 años y los niños desde 5 años hasta 12 años

Indira Bernal: ¿acostumbra preguntarle a sus pacientes qué piensan acerca de este servicio?

Psicóloga Liliana Orozco: mmm... no, yo lo relaciono con su asistencia a sus consultas, incluso ellos mismos me recomiendan, pasan los datos a otras personas, para que asistan

Indira Bernal: ¿tiene algún costo?

Psicóloga Liliana Orozco: Sí, es una cuota de recuperación es \$50 y realmente me parece muy económico, incluso en lo privado esta consulta llega hasta en los \$500 o \$600 por lo menos \$200

Indira Bernal: ¿usted cuenta con todos los elementos necesarios para llevar a cabo la consulta?, es decir desde infraestructura, insumos, etc.

Psicóloga Liliana Orozco: este...bueno yo creo que si por mi estuviera tendría muchas más cosas, que a lo mejor eso ya es lo ideal, igual y un sillón más cómodo para el paciente, pero bueno dentro del servicio creo que se puede dar así como está, tengo algunos juegos para los niños, si se necesita material me lo entregan, pero creo que si necesitara algunas cosas más ya sería por más comodidad

Indira Bernal: si requiriera de algunas modificaciones ¿cuáles serían?

Psicóloga Liliana Orozco: ¿modificaciones de qué tipo?

Indira Bernal: de espacio, el lugar...

Psicóloga Liliana Orozco: por ejemplo quizá una alfombra, a veces me siento en el piso con los niños, pero es mucho más cómodo con alfombra, y los sillones si hubiera más sillones cómodos, amplios

Indira Bernal: en su opinión este servicio ¿cree que deba restringirse?

Psicóloga Liliana Orozco: psicóloga: para mí la demanda en público en general Yo creo que si hubiera mucha más demanda delimitaríamos a cierto número, Pero hay hasta ahorita espacio para atender a todos

Indira Bernal: considera que este servicio de programas o proyectos los más complejos?

Psicóloga Liliana Orozco:....mm cómo?

Indira Bernal: como atenciones por ejemplo masivos, en grupo dónde se haga difusión a toda la comunidad Universitaria y que pudieran formar parte de un plan universitario o institucional

Psicóloga Liliana Orozco: Pues sí podría ser si hay espacio creo que antes había a mí no me ha tocado yo me he enfocado en otras cosas de lo que yo más Tengo experiencia y me gusta trabajar pero si ha habido

Indira Bernal: usted sabe si hay en algunos otros proyectos similares o complementarios en la universidad acerca de la atención en psicología

Psicóloga Liliana Orozco: Sí, sí hay creo que hay en vinculación lo que le llaman "SPAUNANSITO" creo que también ahí hay este pues ahí talleres psicología en el área de sociales y humanidades

Indira Bernal: eso sólo lugares que conoce usted, de acuerdo al plan o programa usted se basa en alguno como los que existen en Secretaría de Salud o en INAPAM, IMSS o en alguna otra institución, acerca de talleres que se estén haciendo por parte de estas instituciones para sus usuarios que se pudieran hacer aquí también y se pudieran adaptar

Psicóloga Liliana Orozco: yo creo que sí se podría desconozco Cuáles son esos programas, pero igual si se tuvieron que implementar aquí no habría ningún problema De hecho hay con los que no se puede trabajar porque se pueden enfocar más emitir lo haces a mí porque ya necesitan las especializadas en ese aspecto personas con problemas de drogadicción

Indira Bernal: y en el caso de aquí la atención la mayoría de sus pacientes pertenece al gremio o son del público externo.

Psicóloga Liliana Orozco: la mayoría son del público externo podríamos decir que el 60%

Indira Bernal: y estas personas como se enteran que aquí se ofrece la atención

Psicóloga Liliana Orozco: Bueno tengo yo un amigo que trabaja en el Dif y allá Pues tienen menos espacio Entonces yo le di mis datos los pacientes por falta de espacio a lo mejor que sean casos más especializados y que tengan que ser también hay pacientes que son remitidos por otros pacientes de la atención y algunos otros que se enteran de la atención por los mismos trabajadores de aquí.

Indira Bernal: licenciada entonces esto de los servicios comentado algunos de sus compañeros que la difusión también se ha hecho vía física o por medio digital usted utiliza alguna estrategia para promover el servicio?

Psicóloga Liliana Orozco: Bueno tengo unos trípticos que le entregué a los directivos de prepa 1 y prepa 13, y Cuando vean alguna problemática nos puedan remitir al alumno

Indira Bernal: este tríptico fue elaborado por usted o alguien se lo sugirió?

Psicóloga Liliana Orozco: información es mía y fue elaborado físicamente por personal del SPAUAN


Indira Bernal: eso fue por iniciativa propia para darle difusión al servicio entonces

Psicóloga Liliana Orozco: Pues fue iniciativa de SPAUAN y la licenciada Samanta y yo lo conformamos, pero si nos sirve para dar difusión a este servicio y pues las redes sociales el Facebook y bueno yo como maestra de DHP a mis alumnos les comento.

Indira Bernal: bueno licenciada le agradezco el haber respondido a cada una de mis preguntas en el caso que existiera algún en vacío o alguna pregunta que quedará sin responder yo regresaría nuevamente para solicitarle me respondiera o que quedara claro alguna situación que a lo mejor en el momento de interpretar no quedará muy conciso, entonces en la parte del programa retomando que no existe un programa como tal por ende no se ha presentado nada las autoridades ni a los responsables o a los tomadores de decisiones. Una vez que yo tenga mi trabajo concluido me gustaría regresar para mostrarle los resultados del diagnóstico que he estado realizando, para crear estrategias y crear un programa general donde estén organizadas las actividades y la atención que se ofrece por parte el SPAUAN.

Psicóloga Liliana Orozco: Sí pues aunque no existe un programa como tal se piensa elaborarlo en el siguiente semestre en cuanto a qué días para la atención que se va a dar aquí de forma personalizada o bien las pláticas que se van a dar en forma de taller en cada una de las prepas el siguiente semestre

Indira Bernal: muy bien licenciada pues muchas gracias



Psicóloga Liliana Orozco: de nada y pues yo espero haber respondido a sus preguntas adecuadamente, cumplir con lo que se requiere y si existiera alguna duda aquí estaré.

Entrevista a titular del servicio de Medicina General

Indira Bernal: martes 27 junio del 2017, nos encontramos con el doctor José Ignacio Guzmán Lerma, ¿Qué edad tiene doctor?

Dr. José Ignacio: 26 años

Indira Bernal: ¿qué formación tiene?

Doctor José Ignacio: soy médico general egresado de la Universidad Autónoma de Nayarit

Indira Bernal: ¿Dr. este servicio tiene algún programa o algún proyecto de acción específico para las personas que vienen aquí y a la atención?

Dr. José Ignacio: estamos enfocados primeramente en el maestro jubilado, que por eso está aquí en las instalaciones, Aunque es un poco raro que vengan aquí porque tienen los servicios médicos de la Universidad Autónoma de Nayarit, y aquí para el mismo mantenimiento de la casa del jubilado se pide una cuota de recuperación por el servicio ya sea dental, médico, psicológico, etc. es por eso que ellos prefieren ir allá puesto que es gratuito

Indira Bernal: ahora que toca lo del costo, ¿aproximadamente cuál es el costo mínimo o mayor?

Dr. José Ignacio: es de \$50 la consulta médica y de todo ya sea de dental, bueno de venta ya sea dependiendo del material que utilicen, pero aquí conmigo son \$50, con el Dr. homeópata es igual.

Indira Bernal: ah sí, ellos ya me lo comentaron, Pero entonces aquí en el área de Medicina general el costo ¿sí es de \$50?

Dr. José Ignacio: Sí así es

Indira Bernal: ¿y en cuanto a algún costo de los medicamentos que provee o no provee medicamentos?

Dr. José Ignacio: yo proveo este, salubridad apoya con medicamentos constantemente a través del doctor Adán, si yo tengo el medicamento yo se los facilito, se los doy, y si no les doy la receta para que ellos lo adquieran pero por lo general trato de dárselos yo.

Indira Bernal: ¿el doctor Adán es quién gestiona los insumos de medicamentos para poder tener usted aquí en su apartado o en su anaquel medicamentos a la mano?

Dr. José Ignacio: Él es quien lo ha hecho últimamente

Indira Bernal: ¿y los medicamentos aquí se clasifican por prioritarios o son medicamentos que solamente le pueden ofrecer los servicios de salud?

Dr. José Ignacio: no, son de los más básicos que podemos tener aquí, de antibiótico tenemos sólo cefalosporinas y analgésicos y apenas hace un mes acabamos de meter anticonceptivos, eso es un proyecto nuevo que tenemos que nos ayudó la enfermera Olivia, no sé si la conozcas, ella dio la idea y pues ella gestionó con el departamento de vinculación social de aquí de la universidad y estamos recibiendo, este, el apoyo de anticonceptivos naturales, inyectados, este y preservativos Y aunque en este momento no tenemos también se puede gestionar el implante subdérmico Y eso es para atraer a otro tipo de pacientes más jóvenes que hay que recordar que no nada más los maestros grandes este la única planta docente de la universidad últimamente hay muchos maestros jóvenes que también pueden hacer uso de nuestros servicios, al igual que sus parejas.

Indira Bernal: así es, ¿entonces existe un proyecto o un programa como tal?

Dr. José Ignacio: no tiene nombre, se nos ocurrió nada más empezar a traer anticonceptivos para atraer a gente joven

Indira: entonces ¿está documentado en algunos sitios o en algún documento donde se haya presentado la solicitud ante las autoridades para que lo sustenten?

Dr. José Ignacio: no

Indira Bernal: entonces iniciativa propia

Dr. José Ignacio: Sí así es

Indira Bernal: ¿aquí en el área de Medicina general manejan algún programa que se base en algún otro que ya hayan hecho por ejemplo en el IMSS, ISSSTE o salubridad? ¿O es un programa que es interno?

Dr. José Ignacio: No mira, creo que es en noviembre cuando se hace la semana de salud aquí en el sindicato dónde nos enfocamos más en hacer detecciones, se les manda llamar se les hace una invitación a todos los maestros y por lo general siempre hay una buena respuesta de acuerdo a las detecciones como son el colesterol, los triglicéridos, hipertensión arterial y por lo general en esa semana viene personal de salubridad y del IMSS apoyarnos en esas tareas y también se detecciones de ginecología, oftalmología, etc. pero casi siempre vamos de la mano con esas instituciones.

Indira Bernal: entonces un programa como tal de ustedes, no ¿verdad?

Dr. José Ignacio: no

Indira Bernal: muy bien doctor, ¿las acciones que usted efectúa las considera encaminadas a procurar el bienestar del personal agremiado?

Dr. José Ignacio: claro que sí

Indira Bernal: ¿por qué doctor?

Dr. José Ignacio: la mayoría del personal agremiado de nuestro sindicato tiene una edad de 50 para arriba lo que indica que tiene un alto porcentaje de padecer enfermedades crónicas degenerativas, eso es lo que más nos importa nosotros, al contador y al personal de salud del sindicato. Tener en control a las personas con enfermedades crónicas degenerativas como diabetes, hipertensión, dislipidemias, etc.

Indira Bernal: muy bien doctor y ¿En qué consisten estas acciones, es decir, qué servicios se ofrecen?

Dr. José Ignacio: nosotros los invitamos siempre las detecciones, a mí me gustaría que hubiera más afluencia, pero no es tanta como a mí me gustaría, en el momento en el que llegan yo siempre les mandé a hacer estudios de laboratorio, les hago su detección de tensión arterial, se les hace su "dextrostix", y dependiendo de los resultados son las acciones que se deben de manejar, cada paciente pero por lo general son nada más detecciones, es una consulta general que se divide en dos o tres visitas y ya pues se hace el seguimiento.

Indira Bernal: muy bien, ¿Entonces desde cuándo Se ofrece este servicio?

Dr. José Ignacio: este servicio tiene aquí 2 años más o menos

Indira Bernal: ¿y usted tiene los dos años trabajando aquí?

Dr. José Ignacio: Sí nada más que yo estaba en la tarde, pero me cambia la mañana porque siento que en este turno es mejor población, en la tarde Hay muchísimos menos pacientes menos gente que viene aquí al sindicato.

Indira Bernal: ¿y este programa, Bueno este servicio de Medicina general los días?

Dr. José Ignacio: de lunes a viernes, sábados y domingos no

Indira Bernal: ¿es permanente el servicio?

Dr. José Ignacio: Este mira pues cuando son vacaciones el departamento de servicios médicos cierra el servicio a veces dejan guardias, pero ya tienen algunos años que no hacen guardias, cuando hacían guardia yo era el que me quedaba haciendo guardia pero desde que ya no se hace aquí en el sindicato nos quedamos nosotros ofreciéndole el mismo servicio a la población en redes sociales, en carteles, en las unidades académicas, para que los maestros sepan que vamos a estar aquí y que si hay alguna urgencia o alguna necesidad que tengan de atención médica vamos a estar aquí y por lo general si hay una buena respuesta de las personas que vienen a consulta, eso ya lo hacemos de aquel lado porque es donde más rápido llegan, y sí porque técnicamente muchos maestros el único servicio médico con el que cuentan es el de servicios médicos y hay periodos vacacionales de casi 3 semanas actividades y no se puede dejar tres semanas sin servicio médico al maestro y a sus familiares entonces por eso siempre ya tenemos 3 años aproximadamente que todos los periodos vacacionales nos quedamos de guardia.

Indira Bernal: me había comentado que tenía 2 años el servicio

Dr. José Ignacio: sí, aquí yo sí, Pero antes trabajaba en la vinculación social, pero aunque trabajaba ahí, venía aquí a hacer las guardias, pero ya después me vine para acá y aquí sí tengo 2 años.

Indira Bernal: ¿a cuántas personas cree que ha beneficiado en un año Por ejemplo?

Dr. José Ignacio: en un año Pues la verdad Muy pocas unas 30 personas, sí, unos 30 maestros, Aunque nosotros dejamos bien claro que aquí no es nada más para los maestros Aunque nosotros dejamos bien claro que aquí no es nada más para los maestros, es para el público en general nada más que yo creo que por las instalaciones, muy difícil que el público en general reconocimiento de esta clínica y no se ha hecho tampoco la publicidad adecuada para que se dé a conocer, A mí también me gustaría que lo que son los maestros jóvenes tengan conocimiento de esto porque los maestros jóvenes no tienen acceso a servicios médicos del 2000 y algo para acá esos que entran no tienen los médicos entra en directo seguro social entonces se difunde entre la población grande de lo que es el personal docente pero los jóvenes no se enteran pueden obtener un servicio médico aquí a ahorrarse las filas del seguro social y que les podemos dar un servicio de buena calidad, donde les podemos tanto gestionar medicamento, estudios de laboratorio como tratamiento, igual También me gustaría mucho llegar a con lo que respecta a los anticonceptivos a los estudiantes de las preparatorias de aquí de Tepic Por lo pronto para empezar, para evitar muchos casos de embarazos no deseados en adolescentes, pero creo que la difusión no ha sido la correcta.

Indira Bernal: ahora que toca el tema de la difusión, ¿usted elaboró estos trípticos?

Dr. José Ignacio: si yo los hice

Indira Bernal: es por iniciativa entonces de usted

Dr. José Ignacio: no, no fue mía, no recuerdo de quién pero se me hizo una muy buena idea y todo realizamos nuestro tríptico.

Indira Bernal: muy bien, con información de los servicios que ustedes ofrecen verdad, ¿Y estos trípticos son entonces dados a la población en general?

Dr. José Ignacio: sí

Indira Bernal: ¿hay entonces algún otro medio de difusión además de los trípticos?

Dr. José Ignacio: las redes sociales, y también se le han entregado información por ejemplo esos trípticos a los delegados de las unidades académicas, pero pues ya que ellos los entreguen no depende de nosotros.

Indira Bernal: muy bien doctor, aproximadamente la mayoría de los beneficiarios en grupos etarios por ejemplo de 20 a 29 o de 30 a 34, aproximadamente de qué edad son que frecuentan este servicio

Dr. José Ignacio: como de 40 en adelante

Indira Bernal: ¿se pensaría entonces que tiene más hombres que mujeres o vienen por igual?

Dr. José Ignacio: como de 2 a 1, hombres

Indira Bernal: ¿Como de dos hombres por una mujer, entonces?

Dr. José Ignacio: así es

Indira Bernal: ¿acostumbra preguntarles a los beneficiarios su parecer acerca de los servicios que usted ofrece?

Dr. José Ignacio: no

Indira Bernal: ¿le han sugerido algunas mejoras a tomar en cuenta?

Dr. José Ignacio: No tampoco

Indira Bernal: cuenta con los elementos para poder llevar a cabo el servicio es decir todo lo que conlleva, infraestructura , insumos, todo lo que son las herramientas necesarias para poder ofrecer el servicio?

Dr. José Ignacio: no Pero tenemos convenios con el departamento de vinculación para por ejemplo cuando me llega una maestra para hacerle su Papanicolaou, aquí yo no tengo las laminillas ni la cama de exploración ni las herramientas de exploración, entonces tengo manera con mis compañeros de vinculación donde hay se hace eso, aquí todo lo demás sí se puede realizar.

Indira Bernal: Porque aquí sí es una detección que ofrecen, el Papanicolaou?

Dr. José Ignacio: Ajá

Indira Bernal: muy bien entonces hacen como alianza con el departamento de vinculación, hacen en equipo, ¿considera que se ha logrado el propósito del diseño de este servicio?

Dr. José Ignacio: sí Considero que se ha logrado Pero qué se podría hacer muchísimo más todavía, para lo que se creó sí se ha estado utilizando si ha habido pacientes y ha habido beneficiarios, pero a mí me gustaría tasa de pacientes más alta, más grande

Indira Bernal: si se pensara en algún cambio para mejorarlo, ¿cuál cree usted que sería?

Dr. José Ignacio: difusión

Indira Bernal: ¿y cómo lo haría doctor?

Dr. José Ignacio: asegurándonos que la información que hayamos tratado de llevar realmente llegue más que nada en las redes sociales de cada unidad

académica, me gustaría este tipo de proyectos entregárselos a las preparatorias más que nada a los alumnos, que los delegados de cada unidad académica le hagan ver a sus maestros jóvenes que aquí tienen una opción más que nada porque es cierto que los maestros ya veteranos, van a preferirse ir a los servicios médicos el tiempo que aún estén en servicio, pero no sé si te has fijado que hay unos polos muy Opuestos en la edad de los docentes de la universidad, Hay unos que están a punto de jubilarse y están los que son jóvenes de 25 a 30 años entonces que muchas veces tomados en cuenta para este tipo de servicios o de información, no se les explica, no se les informa y no se les difunde, entonces me gustaría que los delegados tuvieron más en cuenta que a su personal joven feliz y era saber que este tipo de servicios existen.

Indira Bernal: así es, entonces cree que, en su opinión, esas acciones deben ir dirigidas no solamente para el gremio si no también que son la comunidad Universitaria

Dr. José Ignacio: Así es también para la comunidad Universitaria, maestros, trabajadores y estudiantes y también público en general, y sus familiares


Indira Bernal: ¿estas acciones cree usted que podrían formar parte de algún programa o de algún proyecto más complejo?

Dr. José Ignacio: sí para poder tener un proyecto más complejo necesitamos, una tasa de pacientes más alta así no tiene caso realizar campañas la difusión correcta y solamente van a venir cinco pacientes en una semana en la que vamos hacer detección de calidad visual, o de audiometría, mientras no venga tanto paciente, mientras no estén conscientes de que estamos aquí realizando este servicio pues no tendría caso, mejor ya que tengamos una mejor difusión lo creo conveniente.

Indira Bernal: tiene conocimiento de algunos proyectos similares complementarios en la universidad que se conozcan, ya usted me marcó ahorita, me hizo mucha referencia a lo que son los servicios médicos de vinculación, ¿Pero algún otro proyecto?

Dr. José Ignacio: Sé que están los programas de rehabilitación deportiva para los equipos de la universidad, desconozco quién esté a cargo de ellos, en el sindicato de trabajadores también tienen así como yo estoy aquí, la doctora Ruth no sé si la conozcas, ella tiene a su cargo el servicio de para los trabajadores, pero ahí ya está más enfocado a trabajadores, torio y ella sí tiene bastante de pacientes pero son puros trabajadores. y nada más que sepa yo, no sé si conozcas el departamento de vinculación, no sólo son las oficinas que están frente al Parián, son 5 clínicas repartidas en todo Tepic, ahí yo he trabajado y ahí se brindan los servicios de medicina general, tanto con médico de base como pasante, odontología, psicología y creo que nada más, pero eso sí están más que nada orientados a la población en general que a la comunidad Universitaria, es como la manera en que la universidad contribuye con la sociedad, están localizadas en colonias como Reforma o como le dicen la taberna, indeco, en el centro...

Indira Bernal: creería entonces usted que por la ubicación geográfica o la localización de estos servicios hay más demanda, que si por ejemplo ustedes estando aquí en la casa del jubilado. al principio ya he entrevistado me han comentado que era una atención al maestro jubilado, es que se fue abriendo o fue dando la apertura al público en general de manera que ahora se atiende también



al público en general e inclusive en algunos servicios viene más gente de fuera que de la misma universidad, y pues para esto quizá a lo mejor por el enfoque que se estaba dando y por qué es la casa del jubilado la que está ofreciendo el servicio, aunque es bien conocido que ya se brinda el público en general, la intención de esta entrevista también pues es recabar toda esa información y hacer llegar este producto como un diagnóstico de los servicios y acciones que se están efectuando a través del sindicato y si los servicios están bajo algún proyecto o sin hacen principalmente de iniciativa propia de parte del encargado en este caso pues es usted, con la finalidad de este diagnóstico nosotros poder crear una propuesta, una propuesta que llegue a las autoridades para la creación de un programa un proyecto que sustente las actividades que ustedes están ofreciendo y están realizando, con ello comentando lo que es la difusión, promoción de la salud y prevención de enfermedades, mi trabajo pues prácticamente se basa en eso, dar un diagnóstico momento es ver quizá que se estaba haciendo mal, qué cosas se pueden fortalecer, me gustaría tener una segunda visita doctor para mostrarle el producto de mi trabajo, yo quedé muy formalmente en regresar con cada uno y explicarles pues las recomendaciones que se me van a hacer en base a lo que yo voy a presentar una vez entregado esto a las autoridades pues ver y darle seguimiento, porque es un servicio explotado que debe ser también difundido y que por mi parte como estudiante de posgrado en salud pública también le daré difusión. Entonces doctor le agradezco que haya respondido todas mis preguntas.

Dr. José Ignacio: gracias a ti, Indira.

Entrevista a titular del servicio de Terapia Física y Rehabilitación

Indira Bernal: 16 de junio del 2017 con el licenciado Omar Jalil Zamora Bañuelos encargado del área de terapia física ¿qué edad tiene?

Lic. Omar Zamora: 23 años

Indira Bernal: ¿cuánto tiempo tiene ofreciendo el servicio?

Lic. Omar Zamora: 2 años

Indira Bernal: ¿cuál es su formación?

Lic. Omar Zamora: la carrera es profesional al asociado

Indira Bernal: ¿egresado de dónde?

Lic. Omar Zamora: egresado de aquí de la Universidad Autónoma de Nayarit

Indira Bernal: ¿de qué programa académico?

Lic. Omar Zamora: del de ciencias de la salud

Indira Bernal: ¿usted maneja algún proyecto o programa que se lleve a cabo aquí para las personas agremiadas?

Lic. Omar Zamora: pues no eh... se inició el proyecto con tal de ofrecer un servicio al público universitario en su mayoría jubilados no hay ningún programa como tal o sea se revisa al paciente este y en base a este se le da un diagnóstico y se les realiza su terapia y su tarea en casa para la rehabilitación, no manejamos la verdad ningún tipo de programa

Indira Bernal: podemos encontrar en ningún documento entonces alguna parte en la que se haga la referencia a los servicios que se dan aquí...

Lic. Omar Zamora: todo salió por la necesidad de ocupar este espacio que viene siendo la casa del jubilado y te digo ofrecer un servicio más allá de los servicios médicos puesto que ya no los estaban atendiendo como era entonces por eso se fue anexando cada área en específico precisamente pensando en ellos aunque ya nuestro mayor público aquí es ajeno a la universidad

Indira Bernal: ¿viene gente del público externo?

Lic. Omar Zamora: Si

Indira Bernal: ¿las acciones que usted realiza en el servicio, considera que están encaminadas a procurar el bienestar de los usuarios que acuden?

Lic. Omar Zamora: si

Indira Bernal: ¿por qué?

Lic. Omar Zamora: este.... porque, es algo básico estudiar para mejorar la calidad de vida...

Indira Bernal: En qué consisten estas acciones que usted realiza es decir, servicios que usted ofrece

Lic. Omar Zamora: primeramente escuchar las necesidades de la persona con quién estás ofreciendo tu servicio una valoración y en su mayor posibilidad atenderlo como se merece y rehabilitarlo caso de que tenga una mejor calidad de vida...niño, ya sea adolescente o un paciente de la tercera edad, con nosotros la finalidad es recuperar en su mayor posibilidad la independencia del paciente

Indira Bernal: ¿y cómo se llaman los servicios que usted ofrece?

Lic. Omar Zamora: lo que viene siendo la terapia física se utilizan medios físicos como calor, viene siendo termoterapia, frío, medios físicos, ultrasonido, láser, infrarrojo

Indira Bernal: ¿cuenta usted con todas las herramientas para para efectuar su servicio?

Lic. Omar Zamora: sí

Indira Bernal: muy bien... usted me dijo que no existe como tal un programa en el cuál se base este servicio, sin embargo internamente ¿este servicio se fundamenta en alguna iniciativa del sindicato como propuesta?

Lic. Omar Zamora: cuando estás en la carrera hace la planificación te enseñan a dar cada tipo de instrumentos y medios físicos con sus indicaciones y condiciones obviamente, entonces tu fijas un plan de acuerdo a la necesidad de cada paciente entonces por eso te digo que no es un plan tal cual, en cuanto a la rehabilitación si hay un plan de acuerdo a las patologías que se presenten y se realiza el diagnóstico, la rehabilitación consiste en el trabajo muscular y cadenas cinéticas de la persona y ya sí se necesita un plan elaborado con base en libros...

Indira Bernal: este servicio se ofrece por temporadas o es permanente?

Lic. Omar Zamora: es permanente

Indira Bernal: Cuáles son los horarios y los días de atención del servicio?

Lic. Omar Zamora: de 8 de la mañana a 2:00 de la tarde de lunes a viernes....martes y jueves de 5 a 7:30

Indira Bernal: ¿a cuántas personas cree que ha beneficiado en promedio durante un año?

Lic. Omar Zamora: aproximadamente a 40 personas

Indira Bernal: ¿al año?

Lic. Omar Zamora: si al año, porque más o menos el período de tiempo que se lleva una persona para rehabilitarla al 100% o llevarla al límite de la rehabilitación es de uno o dos meses dependiendo la cantidad de citas que se le haya asignado

Indira Bernal: ¿de qué edades son la mayoría de sus de los usuarios que acuden a este servicio?

Lic. Omar Zamora: he tenido desde los 13 años hasta mi paciente más adulto ha sido de 65 años

Indira Bernal: pensaría que participan por igual hombres por mujeres

Lic. Omar Zamora: en su mayoría son mujeres

Indira Bernal: ¿usted acostumbra preguntarle a sus pacientes acerca de la actividad que usted realiza le parece buena o hay cosas por mejorar?

Lic. Omar Zamora: fíjate que no nunca he preguntado

Indira Bernal: ¿y a usted le han sugerido algunas mejoras?

Omar: no

Indira Bernal: ¿Usted cree que las instalaciones están adaptadas de acuerdo a las necesidades desde la infraestructura hasta los insumos o ha tenido algún problema para poder llevar a cabo su consulta porque le falte alguna herramienta para poder realizar su servicio?

Lic. Omar Zamora: no, hasta el momento si estoy abastecido

Indira Bernal: ¿algún paciente tiene que comprar externo para poder atenderse?

Lic. Omar Zamora: no, todo es de aquí

Indira Bernal: ¿cuál es tratamiento o servicio que usted ofrece de menor y mayor costo?

Lic. Omar Zamora: de menor costó \$150 y de mayor \$250

Indira Bernal: ¿cuáles son estos tratamientos?

Lic. Omar Zamora: el de menor costo la terapia física básica incluido o así le llamamos lo básico viene siendo calor, tense y ultrasonido, y la de mayor costo es cuando ya se trabaja con el paciente aquí en los ejercicios y aparte se le pone un vendaje neuromuscular y depende de la cantidad que se utilice del vendaje, porque el vendaje por rollo es de 5 metros tiene un costo de \$250

Indira Bernal: aproximadamente ¿Cuántas citas en promedio requiere una persona por ejemplo que viene a terapia física básica?

Lic. Omar Zamora: dependiendo, lo más común lumbalgia alrededor de 8 sesiones

Indira Bernal: ¿y en cuanto a la terapia de vendaje neuromuscular?

Lic. Omar Zamora: yo pienso que un 75% de mis pacientes a eso vienen regularmente aparte del tratamiento básico, requeriría dependiendo la lesión o precisamente no siempre vienen a que les dé una terapia básica no que nada más vienen a que les dé una cinta se puede utilizar tanto para lesiones para prepararlos para alguna actividad física por ejemplo deporte de alto rendimiento

Indira Bernal: ha pensado en hacer algún documento en donde se plasme iniciativas que usted tiene o los servicios que usted ofrece para presentarlo a las autoridades para su aprobación?

Lic. Omar Zamora: actualmente estamos elaborando lonas, trípticos y folletos, y creo que la próxima semana ya estaremos repartiendo en las instalaciones universitarias y al público en general no nos vamos a limitar nada más público universitario, claro que el servicio tiene un poco de menor costo personal universitario es decir un descuento

Indira Bernal: aparte del servicio de terapia física hay algún taller o clase sobre prevención y salud?

Lic. Omar Zamora: cada 6 meses, se viene un programa prevenimss que se implementa...es un acuerdo con salubridad a las brigadas de tres días a detecciones de mastografías, Papanicolaou y triglicéridos

Indira Bernal: son invitados por ustedes?

Lic. Omar Zamora: no, es un convenio con el sindicato

Indira Bernal: ah, bien y se llevan aquí acabo?

Lic. Omar Zamora: sí, cada seis meses y me parece que se va a hacer un proyecto en este verano donde se va a implementar lo que viene siendo planificación familiar.

Indira Bernal: los servicios por parte del IMSS son exclusivamente al gremio o al público en general?

Lic. Omar Zamora: en su mayoría vienen del público universitario docentes y administrativos

Indira Bernal: y cuál sería su participación ahí, hay intervención de su parte?

Lic. Omar Zamora: durante ese período de los tres días nada más se regalan lo que es la terapia física y rehabilitación y se da la información con el fin de promocionar

Indira Bernal: dentro de la universidad conoce algún otro lugar donde se ofrece este mismo tipo de servicio? terapia física...

Lic. Omar Zamora: si hay dos, uno que está en la pista no me acuerdo cómo se llama la clínica otra pertenece al SETUAN que está enfrente al mesón de los deportes, ese nació de nuestra facultad, era como nuestro espacio para nuestras

prácticas, posteriormente el traumatólogo que era el encargado salió y quedó otra persona egresada pero se lo apropió me parece que SETUAN.

Indira Bernal: este servicio es único y exclusivo para trabajadores de SETUAN?

Lic. Omar Zamora: no, también es para público en general nada más en éste no se cobra es por medio de una cuota voluntaria, porque se maneja en su mayoría entonces no puedes hacer un costo tal cual.

Indira Bernal: tengo entendido que aquí se maneja el servicio de pago directo en caja, ustedes no manejan el dinero propiamente

Lic. Omar Zamora: No.... si todo va en mejora de nuestro servicio y dependiendo las necesidades cada cita se van renovando o se van surtiendo los materiales, de hecho los costos no son excesivos nada más es para recuperación son como cuota de recuperación.

Indira Bernal: para finalizar, habría la posibilidad de que existiera un formato o un plan donde se plasme cada una de las actividades que usted realiza

Lic. Omar Zamora: Claro que sí

Indira Bernal: muy bien, pues muchas gracias por su tiempo y en caso de que se requiera algún dato, yo estaré regresando a consultarlo si es necesario, gracias.

Entrevista a titular del servicio de Taekwondo

Mi nombre es Saúl Lomelí Correa

Indira Bernal: ¿Qué edad tiene?

Maestro Saúl Lomelí: tengo 39 años

Indira Bernal: ¿Cuál es su formación?

Maestro Saúl Lomelí: soy químico fármaco biólogo, pasante en maestría de ciencias forenses y tres veces cinta negra en taekwondo, hapkido y haidong gumdo.

Indira Bernal: ¿egresado de dónde?

Maestro Saúl Lomelí: de la Universidad Autónoma de Nayarit, en QFB

Indira Bernal: muy bien ¿y la maestría?

Maestro Saúl Lomelí: en el Instituto de Ciencias Jurídicas de Nayarit

Indira Bernal: muy bien maestro Saúl, ¿Cuál es el nombre del programa o proyecto que usted lleva a cabo para las personas que vienen o acuden al servicio?

Maestro Saúl Lomelí: sí, ha estado madurando, porque inicialmente comenzábamos con el puro taekwondo, pero ahora ya estamos ofertando las otras dos, estoy poniéndole el nombre de Gimnasio de Artes Marciales porque son tres artes marciales que vienen de Corea, y como estamos dentro de las instalaciones pues sería casa del jubilado SPAUAN.

Indira Bernal: ¿Existe algún documento por ejemplo de esta área o este programa que se haya presentado ante ciertas autoridades y se haya previamente autorizado o es algo que nace por iniciativa propia?

Maestro Saúl Lomelí: es meramente por iniciativa propia, este proyecto se le dio a conocer al dirigente hace 3 años o un poco más en donde le estaba dando la propuesta de ofertar los conocimientos de su servidor hacia la población activa y a los familiares de ellos y más adelante los servicios al personal jubilado, le comentaba al maestro Camilo hace poco que ahora derivado de una arte Marcial que se llama hapkido, otra opción que se llama hapkisen, que ese arte Marcial lo está promoviendo el presidente de la global hapkido federation, que está en Corea y está promoviendo este arte Marcial para todas las personas que en su momento fueron competidores y que derivado del tiempo y la edad misma, este arte Marcial está enfocado para esas personas o para personas que ya definitivamente están jubiladas y que no pueden hacer mucha actividad física pero se requiere otro tipo de activación física enfocado para ese tipo de personas, y yo le estaba comentando al maestro Camilo que estamos ya por terminar una capacitación para ese arte Marcial en particular que se llama hapkisen, y que inicialmente se va a ofertar en toda la república con cierto número de grupos y entrenadores de la asociación a la cual yo pertenezco que se llama Chen ku hoi. Y uno de los maestros que radica en Jalisco Guadalajara, es él director de la global hapkido federation, y es el representante de México en esa asociación y el que se mantiene en contacto directo con el presidente que está en Corea y él está viniendo a hacer capacitaciones aquí a México, y vamos a terminar la capacitación yo creo que en este año y para el año próximo ofertar esa arte Marcial.

Indira Bernal: ¿y entonces esa arte Marcial pertenece ya a un proyecto que viene derivado del hapkido, con la intención de ofrecerlo a personas exclusivamente que hayan sido activos y que en su momento se retiraron y que quieran volver a retomarlo?

Saúl: así es

Indira Bernal: Entonces es como bajar un plan a nivel internacional Se podría decir verdad, como adaptarlo aquí

Maestro Saúl Lomelí: así es, yo he sido de las personas que siempre busca estar activo y capacitándose en todo momento, ahorita en la actualidad aquí en Nayarit soy el único que está certificado internacionalmente en las tres artes marciales.

Indira Bernal: ¿esta certificación en donde las obtuvo?

Maestro Saúl Lomelí: a través de la asociación que te comento, que esta tiene el aval del Kukiwon, el cual es el aval del taekwondo a nivel mundial, que certifica que realmente está capacitado para enseñar el taekwondo y la misma asociación esta enlazada con el maestro que le digo Luis Manuel Portillo Cuevas Qué es el presidente aquí en México de global hapkido federation, y esta asociación nos certifica a nosotros, y la última es el maestro Yang que es el presidente de aquí en México de la Federación Mexicana de haidong gumdo, a través de él nos certifica internacionalmente por la global haidong gumdo federation, y pues tengo la certificación internacional de las 3.

Indira Bernal: ¿Cuánto tiempo tiene usted realizando etas actividades?

Maestro Saúl Lomelí: tenemos aquí en la casa del jubilado como tres o cuatro años ya,

Indira Bernal: ¿ha habido respuesta por parte del personal jubilado y por parte del público en general a estas actividades?

Maestro Saúl Lomelí: ha habido poca respuesta y coincido con el maestro Camilo porque no se le ha dado la difusión concreta en particular para el arte Marcial que yo imparto.

Indira Bernal: ¿En qué instalaciones se llevan a cabo estas actividades?

Maestro Saúl Lomelí: se llevan a cabo en la planta alta de aquí de la casa del jubilado

Indira Bernal: ¿de qué día a qué día?

Maestro Saúl Lomelí: estamos del lunes, miércoles y viernes, a partir de las 6pm hasta las 9pm

Indira Bernal: considera que estas actividades que realiza están encaminadas al bienestar de las personas que acuden

Maestro Saúl Lomelí: sí, así es

Indira Bernal: ¿le gustaría o tendría la intención de hacer un documento en donde estuvieran registradas las actividades o ya tiene un registro de las actividades que realiza?

Maestro Saúl Lomelí ¿cómo sería eso?

Indira Bernal: ¿es decir las actividades que usted realiza son periódicas o son temporales, maneja algún calendario de estas actividades o...?

Maestro Saúl Lomelí: ah sí, manejamos un calendario en todo el año 3 meses viene el maestro a nivel república, que es el maestro Chong inhim, que reside en Jalisco, a validar el conocimiento que nosotros ofrecemos a la población que lo requiera

Indira Bernal: bien, él viene como a vigilar entonces, y a darle seguimiento a las actividades que usted promueve a varios que vienen aquí, muy bien, ¿conoce algún diseño de algún proyecto parecido a este aquí en el estado alguna otra institución?

Saúl: no

Indira Bernal: ¿no sabe de ninguna otra institución que lo maneje?

Maestro Saúl Lomelí: no ninguno, Nosotros somos la asociación que manejamos el taekwondo y el hapkido origen y ahora también el haidong gumdo, creo que en el estado somos la única escuela que ofrece las tres artes marciales.

Indira Bernal: ¿y a qué edades se podría decir qué beneficia esta actividad?

Maestro Saúl Lomelí: a partir de los 6 años en adelante ya es una buena edad para que el practicante asimila el conocimiento y desarrollar las cualidades y habilidades en el cuerpo y en la mente

Indira Bernal: muy bien, ¿quienes participan en la actividad avanzan por niveles o etapas?

Maestro Saúl Lomelí: así es, sería por grados, cada tres meses se presenta la oportunidad para avanzar de grado, y demostrar las habilidades y conocimientos que adquirieron en el gimnasio y ya cuando viene el maestro el certifica que realmente está preparado para avanzar de nivel.

Indira Bernal: ¿y estas aprobaciones se pueden hacer por usted O tiene que venir el certificador?

Maestro Saúl Lomelí: tiene que venir el certificador en persona

Indira Bernal: ¿pensaría que estas actividades participan por igual hombres y mujeres o hay un predominio de algún sexo?

Maestro Saúl Lomelí: pareciera que es exclusivo sólo para los varones quizá por las películas, la historia o no sé, pero sin embargo es más efectivo para las mujeres, pero por usos y costumbres se da más la práctica en varones que en mujeres

Indira Bernal: ¿usted acostumbra preguntarles a los beneficiarios su parecer sobre esta actividad?

Maestro Saúl Lomelí: ¿en qué momento?

Indira Bernal: es decir, acerca del cambio o la toma de decisión de ellos al venir, si ha habido un cambio en ellos o un beneficio

Maestro Saúl Lomelí: regularmente pregunto, y antes de comenzar los padres me dan la noticia de que han notado un cambio en sus hijos, Que son más ordenados, más obedientes, gasta la energía que tienen que gastar en el entrenamiento y no en la casa y están muy contentos los padres que vienen.

Indira Bernal: cuenta que la mayoría de los beneficiarios pueden comenzar entre los 5 y 6 años, ¿Pero entre qué y qué edades es el grupo que usted tiene a cargo?

Maestro Saúl Lomelí: ahorita tenemos alrededor de 10 chicos y es un grupo muy homogéneo en relación a las edades Ahorita hay chicos desde los 10 ó 15 años, otros que vienen de la universidad qué les doy la facilidad de entrenar aquí.

Indira Bernal: ¿usted también le da al grupo de universitarios?

Maestro Saúl Lomelí: así es

Indira Bernal: ¿el espacio es allá en la pista?

Maestro Saúl Lomelí: sí

Indira Bernal: muy bien, ¿entonces para personal jubilado todavía no existe un grupo?

Maestro Saúl Lomelí: no, todavía no existe un grupo, estamos en preparación de un programa para ellos

Indira Bernal: si es para atraer esa nueva arte Marcial que me comentaba, verdad, para los jubilados

¿Cree usted que cuenta con la infraestructura requerida para llevar a cabo Estas actividades?

Maestro Saúl Lomelí: en un 70% sí, hacen falta algunos otros implementos pero eso igual y a lo mejor en su momento lo podemos solicitar con el dirigente.

Indira Bernal: ¿qué cambios podría hacer para mejorar esta actividad o para decir estamos óptimos en el servicio? ¿La difusión era una de ellas verdad?

Maestro Saúl Lomelí: así es la difusión, y quizá de repente poder implementar algunas cortinas para que no entre tanto el frío en invierno ir adquiriendo algún material deportivo

Indira Bernal: ¿para calentamiento y todo eso, verdad? ¿Tiene algún costo esta actividad maestro?

Maestro Saúl Lomelí: sí mire yo cuando Me comentan los padres o el interesado sobre el costo, yo les comento que regularmente costo por inscripción y mensualidad en una escuela particular fuera de la universidad oscila entre los 300 y \$600 quizá hasta \$800 porque es un deporte caro, sin embargo yo recibí información de la universidad y busco implementar esa dinámica pues para apoyar la economía de los padres, en ese sentido se implementó el proyecto de cobrar lo más mínimo necesario, en este momento estamos cobrando \$120 de inscripción, y \$120 de mensualidad y es lo más barato que va a encontrar en cualquier escuela, ninguna escuela va a ofrecer ese precio es realmente solamente simbólico, esto se hace con el pretexto de que no sea lo económico el hecho de que no traigan a los jóvenes o a los interesados a empezar esta actividad, Y eso no significa que es pobre la clase sino que para que realmente llegue la población y se interese

Indira Bernal: tiene conocimiento de proyectos similares implementados en la universidad, usted ahorita es el encargado de esta actividad en la universidad en lo que es en el óvalo allá en la pista, entonces allá en la pista existe este proyecto perteneciente a la propia universidad

Maestro Saúl Lomelí: sí, allá a los alumnos no se les cobra


Indira Bernal: y por ejemplo en este grupo el de los universitarios, ellos pues podría decirse que también son parte de aquí de la universidad de la casa del jubilado, ¿Existe algún otro en alguna otra facultad o conoce de algún otro?

Maestro Saúl Lomelí: están los de karate ellos entrenan fuera de la universidad en el INCUFID

Indira Bernal: ¿pero son parte verdad?

Maestro Saúl Lomelí: así es, son parte de la universidad, también están los del box, que también entrenan fuera de la universidad, creo que en un gimnasio que está por la Colonia venceremos me parece

Indira Bernal: a lo que hemos platicado este servicio no va dirigido especialmente a los jubilados aunque se encuentra en la casa del jubilado, pero se pretende que en algún momento dar ese servicio, bajar esa propuesta para poder llegar con los



métodos necesarios y sea de interés porque muchas veces pensamos que es sólo para gente joven, muchas gracias por su tiempo maestro.

Entrevista a titular del servicio de Nutrición

Indira Bernal: jueves 22 de junio del 2017, me puede decir su nombre completo por favor doctora

Dra. Inocencia de la Paz: Inocencia de la Paz Orozco

Indira Bernal: ¿Qué edad tiene?

Dra. Inocencia de la Paz: 54 años

Indira Bernal: ¿Qué formación tiene?

Dra. Inocencia de la Paz: soy médico general y mi posgrado es en nutrición

Indira Bernal: ¿de dónde es egresada?

Dra. Inocencia de la Paz: la formación en la universidad autónoma de Guadalajara y en la maestría de la universidad del valle de Atemajac la UNIVA

Indira Bernal: muy bien gracias Dra. Usted es responsable de qué área?

Dra. Inocencia de la Paz: del consultorio nutricional de la casa del jubilado y también soy responsable de la actividad física que se realiza aquí

Indira Bernal: ¿cuál es el nombre del programa o proyecto que usted realiza dentro de la casa del jubilado? en el área de nutrición y actividades físicas

Dra. Inocencia de la Paz: si pues de hecho estamos buscando la salud del maestro jubilado de una forma integral

Indira Bernal: ¿manejan algún proyecto o algún plan, basado en algún otro existente?

Dra. Inocencia de la Paz: bueno iniciamos así como un proyecto de salud, estuvimos trabajando con alrededor de unos 60 maestros y los estuvimos evaluando su estado nutricional por espacio de un año y los estuvimos monitoreando bioquímicamente, aunado con la actividad física, entonces iniciamos precisamente como proyecto, y posteriormente a los administradores de la casa les gustó el trabajo, y fue como nos quedamos como un programa permanente en atención al adulto...al maestro jubilado, y bueno finalmente esta atención se da a la apertura a la sociedad en general, porque los mismo maestro solicitaban la atención a sus familiares y amigos y bueno finalmente queda como eso, pues un programa que no sólo es al maestro sino al público en general...se da una cuota de recuperación

Indira Bernal: ¿en qué consiste esa cuota?

Dra. Inocencia de la Paz: bueno en lo que es la consulta las personas pagan....el maestro jubilado no paga nada, pero si es ajeno a la universidad o incluso maestros en activo ellos pagan la consulta en \$150 y si es en la activación física es igual el maestro jubilado no paga y el resto de las personas pagan una mensualidad de \$150

Indira Bernal: Dra. ¿Con qué propósito se realizan estas actividades?

Dra. Inocencia de la Paz: bueno, yo creo que no es desconocido de nadie que finalmente nuestra sociedad está cursando con un problema de salud muy serio, no solo local sino nacional y bueno estamos ocupando de los primeros niveles a nivel mundial, estamos hablando particularmente de lo que son la enfermedades crónico degenerativas, la mayoría de mis pacientes son pacientes o maestros jubilados con cáncer, que son diabéticos, hipertensos que si bien es cierto habían sido tratados desde el aspecto médico, farmacológicamente, no habían tenido esa dirección desde el ámbito nutricional, entonces ¿qué es lo que hace la nutrición

en una persona en esas condiciones? hay algunas dietas terapias que vienen y tratan la enfermedad o bien y coadyuvan el tratamiento farmacológico, entonces la calidad de vida que tiene el maestro jubilado o paciente es impresionante a la hora de tener apego a un plan nutricional

Indira Bernal: Muy bien Dra. las acciones que usted realiza las considera encaminadas a procurar el bienestar

Dra. Inocencia de la Paz: desde luego

Indira Bernal: ¿En qué consisten estas acciones? ¿Se elabora un plan?

Dra. Inocencia de la Paz: bueno primeramente yo no puedo desarrollar un plan sino hago un buen diagnóstico, aquí en este espacio lo que hacemos es hacer antropometría, ¿qué significa eso?, bueno no sólo es el peso y talla para sacar IMC, la mayoría de profesionales de salud se basa en el IMC, yo le apuesto a conocer la composición corporal de mi paciente, porque a lo mejor yo tengo un paciente con IMC normal pero tiene una composición corporal inversa, eso significa que tiene grandes depósitos de grasa y una pobreza en masa muscular, en ese sentido entonces no tengo un paciente normal aunque el IMC me diga que está normal, entonces vamos mucho más allá de conformarnos con el peso y la talla, entonces nosotros hacemos tipometría y en función de eso hay una serie de fórmulas donde nosotros podemos conocer la composición corporal del paciente entonces hay algunos parámetros donde se maneja el peso ideal, bueno no es algo que yo como profesional esté buscando, siempre busco el peso saludable, significa que yo puedo tener un paciente pesado pero en función de la masa que debe trasminar, la masa magra, lo que tratamos de hacer al conocer la composición corporal es quitar factores de riesgo entonces al disminuir la masa grasa y aumentar la magra eso significa que mi paciente pueda estar pesado pero sin factores de riesgo

Indira Bernal: ¿este plan forma parte de algún programa general? o ¿hay un programa a nivel universitario?

Dra. Inocencia de la Paz: no, es propio de la casa del jubilado, bueno ¿cómo es que yo he logrado dar a conocer este programa? bueno al principio nadie sabía que existía el consultorio clínico nutricional en la casa, entonces lo que yo hacía, tomaba mi agenda y en la primera reunión que había de jubilados, me presentaban pero yo de manera personal me presentaba, bueno llega a tal grado, hablando de mi caso en mi experiencia, basta con ver a la persona, y yo ya estaba haciendo un diagnóstico, entonces yo me acerqué a muchos que desde mi perspectiva nada más a ojo de buen cubero estaba viendo ya un problema de salud y bueno afortunadamente muchos de ellos mejoraron su calidad de vida, así fue como yo empecé a darles a conocer, me presentaba y me ponía a disposición de ellos, aceptaban a venir el espacio y los agendaba y empezábamos un control de hecho yo evalué a los maestros cada mes, a lo mejor hay algún profesional que los vea cada semana, cada quince días, pero a mí me gusta darles su espacio para que pueda ver de manera evidente los cambios y no sentir el estrés de que vas a venir a la semana y no notar el cambio, entonces en ese sentido nos veíamos cada mes y bueno esto fue lo que empezó a hacer una publicidad de boca a boca, muchas veces podemos publicar en carteles o en el face, pero mi mayor publicidad fue de boca a boca, ósea la satisfacción que fue encontrando el paciente en el manejo y eso fue lo que nos dio a conocer

Indira Bernal: ahora que menciona la difusión y publicidad, en la casa del jubilado ¿existen los medio para poder difundir o solamente se ha hecho de esta forma como lo menciona?

Dra. Inocencia de la Paz: bueno la casa del jubilado tiene un face que a través de él se publican todas las actividades que se realizan pero también yo tengo mi propio face y tengo como 2 mil amigos, entonces también eso es muy benéfico, particularmente para mí actividad, entonces a lo mejor igual en este momento mi consultorio no esté tan lleno, pero por esta cuestión por la docencia y que me hizo ausentarme durante un semestre, entonces eso hizo que la consulta bajara porque de pronto me hablaban y los horarios que ellos querían que se les atendiera pues yo tenía clases y cosas por el estilo pero este...yo creo que es suficiente con que vuelva a publicarlo en mi face porque yo sé que hay muchas personas que desean regresar de nuevo a ser evaluados

Indira Bernal: Muy bien Dra. ¿existe algún documento donde se encuentre plasmado los lineamientos que debe seguir, es decir existe un programa como tal de nutrición en casa del jubilado donde se organizan las actividades que usted realiza o todas las iniciativas que usted tiene? y que haya sido presentado a las autoridades del SPAUAN

Dra. Inocencia de la Paz: no, bueno yo tengo mis archivos y en el momento en el que la autoridad me lo solicite yo tengo mi base de datos, donde tengo el seguimiento de cada uno de los pacientes y puedo hacerlo de manera gráfica, o si lo quieren de manera personal, o grupal, en el momento en el que se me indique está esa base de datos

Indira Bernal: ¿alguna vez le ha presentado este trabajo?

Dra. Inocencia de la Paz: no como tal, porque...bueno algunos de ellos hasta han sido mis pacientes y conocen de mi desempeño, pero no como tal llevarlo, pero no sería para mí difícil el poder hacer el concentrado y plasmarlo en un power point y hablar de lo que hemos hecho en estos últimos 5 años aquí en casa de jubilado

Indira Bernal: ¿ese es el tiempo que lleva aquí trabajando?

Dra. Inocencia de la Paz: Sí, hace 5 años

Indira Bernal: ¿el servicio está de manera permanente o por temporadas?

Dra. Inocencia de la Paz: es permanente tenemos evidencia no solo en la base de datos, también tenemos gráfica en imágenes, tenemos evidencia en video porque bueno hubo un tiempo en el que TVUAN nos grababa nuestras actividades, y hay algunas evidencias de lo que hemos estado haciendo durante este tiempo

Indira Bernal: ¿cuál es el horario de estas actividades?

Dra. Inocencia de la Paz: es diario de lunes a viernes en lo que es la activación física tenemos el horario diario de 7 a 8 de la mañana y de 5 a 6 de la tarde y en lo que es la consulta, bueno esa es bajo agenda, porque como decía pues voy a dar clases y eso tiene que ser programado

Indira Bernal: ¿participa alguien más en estas actividades o sólo usted?

Dra. Inocencia de la Paz: soy única si, bueno he tenido la fortuna de tener chicos que vienen y hacen prácticas aquí conmigo y ya he tenido 3 generaciones de particularmente nutrición deportiva y entonces ellos trabajan con los equipos propios de aquí del SPAUAN, los evalúan les diseñan su plan de alimentación y les dan seguimiento durante el tiempo que están en práctica

Indira Bernal: ¿a cuántas personas cree que ha beneficiado en promedio de un año?

Dra. Inocencia de la Paz: no pues yo creo que hubo años muy productivos, yo creo que más de 100, bueno hablando nutricionalmente porque de activación otros 100 años, porque digamos que es fluctuante porque es por temporadas, aunque ahorita pus estamos un poquito más bajos.

Indira Bernal: ¿pensaría que participan por igual hombre que mujeres?

Dra. Inocencia de la Paz: yo creí que iba ser como diferente, primeramente creí que trabajar con el adulto mayor iba a ser muy difícil trata de modificar el estilo de vida, porque yo decía bueno tanto tiempo, toda la vida con ese hábito y este...y yo creía que no iba a ser tan fácil, entonces me maravillé, me he ido sorprendiendo en todos estos años del gran apego que ellos tienen al modificar su estilo de vida, porque ellos quieren modificar, y es impresionante como han hecho cambios para lograr el objetivo, lo que yo siempre hago, soy muy apasionada, trato de enamorarlos, yo les digo que su cuerpo está diseñado para vivir 120 años y aquí apenas llevan la mitad de la vida les falta la otra mitad, y que tenemos que trabajar por ello, entonces así es como fluyo a la hora de la entrevista a la hora de la activación a la hora de que me invitan a alguna conferencia esa es la forma en la que trato de llegarles yo, en ese sentido me ha sorprendido la respuesta que se tiene al cambio de estilo de vida

Indira Bernal: entonces sería por igual tanto hombres como mujeres

Dra. Inocencia de la Paz: sí, porque la mayoría de nosotros queremos a este tiempo vivir más, queremos tener calidad no queremos no queremos vivir y que nos traigan en carretilla verdad, entonces pues ser independientes por eso yo diría que es por igual

Indira Bernal: ok gracias Dra. ¿usted acostumbra preguntarle a los beneficiarios su parecer acerca de las actividades que realizan, tanto en nutrición como en actividad física?

Dra. Inocencia de la Paz: pues mira así como una pregunta tan llana no, yo creo que esa pregunta me la responden desde el momento en el que regresa a la siguiente sesión, porque significa que está convencido, que le ha gustado mi trabajo y que por esa razón regresó a la siguiente evaluación, se mantiene en activo, yo creo que esa pregunta saldría sobrando cuando ellos me responden todos los días cuando vienen

Indira Bernal: ¿y...le han sugerido algunas mejoras que se hayan tenido que tomar en cuenta, en cuanto a las actividades físicas? a lo mejor quizá por instalaciones

Dra. Inocencia de la Paz: buen sí, en el sentido del equipo, hemos estado mejorando, bueno aquí en el SPAUAN invierte en nosotros y si yo solicito tengo alguna necesidad me lo cubre el sindicato y bueno no sé si has subido al área de arriba, tenemos mucho equipo nuevo, nos acaban de proveer con barras, estamos también por reemplazar las ligas porque ya se rompieron, siempre están al pendiente de nosotros en ese sentido

Indira: usted cuenta entonces con los elementos requeridos para poder llevar a cabo sus actividades

Dra. Inocencia de la Paz: sí, bueno algo que busco potenciar en el alumno son cuatro aptitudes físicas; es la fuerza, la flexibilidad, la resistencia y la condición

cardio pulmonar, entonces hemos diseñado un proyecto, un plan de tratamiento donde un día durante la hora estamos tratando de potenciar esa aptitud física, porque si logro que mis alumnos puedan tener esas 4 aptitudes puedo decir que ellos pueden reaccionar ante el peligro, si bien es cierto durante la parte fisiológica el hombre o el ser humano pierde masa muscular, eso es por fisiología en ese sentido trato de aumentar lo que es la masa muscular aunque por cierta fisiología la vamos a perder, es cierto que no vamos a dejar de envejecer pero si podemos retratar el proceso

Indira Bernal: muy bien dra. ¿considera entonces que se ha logrado el propósito de esta actividad?

Dra. Inocencia de la Paz: sí, porque fíjate que dentro de los primeros maestro que estuvimos evaluando, hay un maestro que siempre poníamos de ejemplo porque en el primer año, el me aumentó como 8 kilos de músculo, y bueno todo mundo lo veía y decía ¡wow! te has quitado como 20 años ósea porque físicamente se notaba pero particularmente en su rendimiento, ellos forman parte en el equipo de básquet ball entonces lo que ellos hacían conmigo, ese entrenamiento les permitía tener una mayor capacidad física durante la competencia, bueno han logrado traer durante 2 años consecutivos un trofeo a la casa del jubilado, y bueno de alguna manera me han hecho sentir muy bien porque decían es lo que nosotros entrenamos contigo, esa es la parte de la preparación física, que sin quererlo sin pretenderlo, lo hacíamos cada vez más potente, más fuerte, más resistente

Indira Bernal: excelente Dra. ¿usted considera realizar algún cambio para mejorar las actividades que está realizando?

Dra. Inocencia de la Paz: yo creo que tendría que ver más bien con mi horario, es o que yo creo que podría cambiar, en cuanto a continuar preparándome, eso nadie lo frena, porque me gusta el mantenerme en continua educación estar siempre a doc a la necesidad de mis alumnos, de mis pacientes y a lo mejor algo que tendría que cambiar es la música, porque me dicen de repente que cambie la música, porque de hecho es un factor motivacional, por ahí estaremos hablando con las autoridades para realizar ese cambio

Indira Bernal: Dra. en su opinión ¿estas acciones deben ser restringidas únicamente al personal agremiado?

Dra. Inocencia de la Paz:: no, es abierto, bueno de hecho desde que estamos aquí hace 5 años es abierto a toda la comunidad

Indira Bernal: ¿y... estas acciones forman parte de algún otro programa más complejo dentro de la universidad?

Dra. Inocencia de la Paz: bueno no hemos vinculado, pero creo que de alguna manera inconscientemente debe der estar vinculado con algún proyecto que ya se esté realizando por allá, algo que unos maestros me mencionaban lo que es en relación a los servicios médicos, igual sé que hay médicos, sé que hay nutriólogos, sé que hay otras actividades u otras áreas de actividad física dentro de la universidad, pero bueno, nosotros tratamos de enfocar nuestro trabajo y adaptarlo a la necesidad del maestros jubilado... ehh... bueno de pronto cuando se integran personas jóvenes a la clase donde vienen maestro jubilados es impresionante ver como ellos se sorprenden de ver como ellos tienen una capacidad que ni los propios jóvenes y bueno de pronto lo tomamos como a broma cuando estamos

durante la clase...¿dónde entrenas? en el mejor gimnasio, en el de la casa del jubilado, dicen ¿con los viejitos? y yo les digo, invítenlos, díganles que se vengan con los viejitos y bueno cuando vienen a tomar una clase se sorprende completamente (risas)... porque bueno algo que yo aprendí durante toda mi trayectoria como entrenador fitness, yo tengo 10 certificaciones en esta área, aprendimos a manejar clases multinivel ¿qué significa eso?, bueno significa que en una misma clase puedes tener desde alumnos en nivel básico hasta avanzado y que cada quien va a estar trabajando en su nivel y nadie va a parar durante la clase

Indira Bernal: eso permite tener de todas las edades


Dra. Inocencia de la Paz: así es, de todos los colores y sabores (risas)

Indira Bernal: Dra. ya para finalizar así como menciona servicios y programas alternos dentro de la universidad, ¿creería usted que pueden ser complementarios a este o bien seguir trabajando de manera particular? externar el programa a nivel, estudiantil, docentes y trabajadores universitarios

Dra. Inocencia de la Paz: si claro, pues de hecho aquí tengo algunos trabajadores del otro sindicato, de otras instituciones, del Seguro social, salubridad, de la SEP, tengo alumnos que también son jubilados de otras instituciones, y bueno yo creo que nuestro proyecto viene a vincularse de manera inconsciente por proyectos que ya está planteando la universidad pero particularmente creo que si podemos darle ese enfoque, no porque yo sea la que esté al frente yo siempre he dicho que lno es insuficiente, que debe haber personas preparadas quizá con esa pasión con la que lno maneja las cosas, pero que si con la seriedad con que se toma la actividad que yo realizo...algo que busco con cada persona que ingresa al espacio, es ...busco que consiga la salud y si la tiene, pues mantenerla ¿por qué? bueno porque existen tantos nuevos instructores o personas que manejan la actividad física, que se han vuelto moda, que en general no cuidan la integridad del usuario porque yo he visto cada locura que hacen, si supieran lo que están haciendo con su articulación del tobillo, de rodilla, de lumbares, que no están procurando el evitar la lesión, bueno entonces algo que siempre estoy cuidando es la alineación, la postura, a lo mejor ellos ni cuenta se dan pero no pierdo detalle en cada uno, aun cuando yo he tenido... mi experiencia no es ahora que estoy aquí en casa del jubilado , yo he tengo un espacio en Tuxpan, ya tenemos 18 años de ser instructor y yo tenía grupos de 40 personas en cada horario y aun así yo podía tener ojos puestos en cada uno de mis alumnos y estar cuidando cada una de sus posiciones y era increíble que me decía “pero cómo me vio si estoy hasta el fondo” pues por eso tenía una tarima para tener ojos para todos, porque si no era mi responsabilidad si algo les sucedía, o sea la salud de esas personas están puestas en mis manos y siempre que yo esté, voy a cuidar esa parte, y espero que tengas oportunidad de venir un día por la tarde, tengo una niña que tiene parálisis cerebral y ella hace la actividad junto con su mamá y las otras personas, y ella ha mejorado mucho desde que llegó, siempre estamos buscando empatar este trabajo pero en la condición que cada uno de los alumnos en articular

Indira Bernal: Así es, que la acción del servicio crece en función de la persona que viene

Dra. Inocencia de la Paz: exactamente muy importante es individualizarlas



Indira Bernal: bueno Dra. muy interesante y pues agradezco su atención, en caso de que exista algún detalle, que falte de información, estaré regresando de ser necesario, gracias por su tiempo, la intención a su vez era conocer si existe un documento del cual se base este servicio, además de para poder presentarlo a las autoridades correspondientes y quizá buscar las mejoras para el diseño y organización de las actividades en caso de que no existiera, y bueno a su vez dar a conocer los servicios que aquí se está dando...

Dra. Inocencia de la Paz:...y si se requiere que te proporcione mi base de datos igual lo podemos hacer, para mí es muy valioso incluso que lo podamos publicar y sacar algún artículo de mi trabajo...

Indira Bernal: muy interesante Dra. le agradezco por su disponibilidad y el acceso que me permite entrar aquí a su consultorio, a su espacio de trabajo y también le tomaré la palabra para ver la actividad y tomarla a ver si tengo la condición

Dra. Inocencia de la Paz: vas a disfrutarlo mucho vas a ver...

Indira Bernal: muchas gracias Dra.

Entrevista a titular del servicio de Actividades Deportivas

Indira Bernal: Buen día cuál es su nombre completo

Lic. Brenda Piña: Brenda Josefina Piña Méndez

Indira Bernal: ¿Qué edad tiene?

Lic. Brenda Piña: 45 años

Indira Bernal: ¿qué formación tiene?

Lic. Brenda Piña: Licenciatura y especialidad en entrenamiento deportivo

Indira Bernal: ¿Cuál es el nombre del programa o proyecto que realiza usted aquí para las personas del gremio?

Lic. Brenda Piña: en lo que yo estoy es la comisión de deportes del comité personal académico de la universidad

Indira Bernal: ¿y Con qué propósito se realiza?

Lic. Brenda Piña: con el propósito de que tengan una mejor y mayor convivencia, mejora de salud y un mayor rendimiento en su trabajo

Indira Bernal: ¿las acciones que usted realiza las considera encaminadas al bienestar del personal agremiado?

Lic. Brenda Piña: claro que sí, porque el deporte va acompañado o es una de las prioridades principales actividades para mantener un cuerpo sano

Indira Bernal: ¿En qué consisten estas actividades?

Lic. Brenda Piña: trabajamos en las cuestiones de activación física, con los deportes de confort: voleibol, básquetbol fútbol y se tiene propuesto un equipo de la práctica del cachibol en específico para maestros mayores de 50 años

Indira Bernal: ¿estas actividades forman parte de un programa o de un proyecto en general?

Lic. Brenda Piña: el programa que se maneja aquí como el comité general o comité central ejecutivo, es parte de lo que se propuso a los maestros agremiados a dicho comité

Indira Bernal: ¿este plan es propio del sindicato o forma parte, por ejemplo de otros servicios de Nayarit o de algún instituto como el INAPAM?

Lic. Brenda Piña: no es propio del sindicato

Indira Bernal: muy bien, ¿es un programa específico e independiente de cualquier otro?

Lic. Brenda Piña: sí, es independiente

Indira Bernal: tengo entendido que aquí también realizan actividades físicas, ¿es complementario o cada uno va manejando...?

Lic. Brenda Piña: se maneja diferente, lo que pasa es que aquí nosotros nos manejamos por torneos, se hacen torneos anuales de los deportes de conjunto, la activación física esa sí se hace diario y es con otro grupo de maestros, los cuales trabajan la actividad física o la activación física y la mayoría son jubilados, claro que también tenemos maestros activos y público en general

Indira Bernal: ¿esta actividad está plasmada en algún documento que lo sustente y que haya sido presentado a las autoridades de aquí del SPAUAN?

Lic. Brenda Piña: en el comité general a nosotros nos piden un plan de trabajo y es el que se les presenta

Indira Bernal: ¿y ha sido aprobado previamente?

Lic. Brenda Piña: : así es

Indira Bernal: ¿Y desde cuándo se ejecuta este plan o cuánto tiempo llevan haciendo estas actividades?

Lic. Brenda Piña: Bueno a mi cargo es el primer año, la administración pasada la trabajé con el maestro Quezada, cuál era el encargado de deportes aquí en el sindicato, ahora tiene una adecuación y adaptación diferente se le dio otro giro

Indira Bernal: ¿entonces estaríamos hablando que esta área de deportes cuánto tiempo tendría aproximadamente aquí en el sindicato ejecutándose?

Lic. Brenda Piña: pues desde que se inició el sindicato, puesto que es una planilla que se tiene que conformar por comisión de deportes así como las otras secretarías

Indira Bernal: ¿Entonces es permanente este plan o se ofrece solamente por temporadas

Lic. Brenda Piña: es permanente

Indira Bernal: ¿los torneos llevan su calendarización o como son?

Lic. Brenda Piña: Eso sí son por temporadas llevan una calendarización especial, y duran de 3 a 4 meses los torneos

Indira Bernal: ¿se ofrecen diaria o alternadamente los servicios?

Lic. Brenda Piña: las actividades, lo que viene siendo la activación física eso sí se realiza a diario, y es la nutrióloga la que lleva a cabo esta actividad.

Indira Bernal: esta actividad encabezada por la nutrióloga es dependiente de aquí o es de fuera?

Lic. Brenda Piña: es una propuesta que se hizo aquí en la casa del jubilado para los maestros jubilados

Indira Bernal: pero no es propia entonces del área de deportes?

Lic. Brenda Piña: no, es una iniciativa personal

Indira Bernal: y quienes participan entonces por ejemplo en estas actividades del área de deportes creen que han avanzado por niveles o por etapas?

Lic. Brenda Piña: De hecho sí, el nivel competitivo cada año es mayor, cada año se hace una convivencia, de hecho esto inició como convivencia no como competencia porque una de las partes fundamentales del sindicato es unir a los maestros, antes era sólo para personal docente pero de unos años hasta la fecha se ha incluido personal administrativo y manual, entonces hay una mayor comunicación entre docentes y administrativos Y eso ha llevado a que estos torneos cada vez sean más competitivos y que tengan mayor número de equipos participando.

Indira Bernal: **Indira Bernal:** ¿Entonces si ha habido respuesta este programa?

Lic. Brenda Piña: Sí así es de hecho este año no se iba a realizar por las cuestiones económicas Qué nos pasó aquí en la universidad, pero llevó a cabo y fue un torneo Relámpago se le llamó ahora, porque duró mes y medio

Indira Bernal: ¿Aproximadamente a cuántas personas cree que ha beneficiado en un promedio de un año con estas actividades?

Lic. Brenda Piña: Pues es que si estamos hablando en el Torneo deportivo solamente imagínate que en básquetbol se inscribieron equipos 10 integrantes, entonces ya estamos hablando ahí de 110 personas nada más por básquetbol, en voleibol se inscribieron también 11 equipos y son también 10 integrantes entonces no sé arriba de 500 personas quizá la verdad.

Indira Bernal: más o menos, ¿ el grupo de edad de las personas que acuden con mayor frecuencia, grupos etarios Se podría decir que asisten más de 30 34 años o de 40 a 44?

Lic. Brenda Piña: Mira las actividades lo que vienen siendo diarias de activación física ahí si vienen siendo yo creo entre los 40 y los 60 años más o menos, y a las actividades de deportes de Conjunto porque las dividimos en categorías, lo que son la Master y la libre, en la Master nosotros manejamos a partir de 45 años, pero llegamos a tener maestros de hasta 60 años jugando Entonces yo creo que cubrimos muchos grupos porque en la libre se inscribieron jóvenes administrativos que eran como de unos 27 o 30 años.

Indira Bernal: ¿pensaría que asisten igual hombres y mujeres o hay predominio de algún sexo en las actividades?

Lic. Brenda Piña: no yo creo que estamos parejos

Indira Bernal: ¿acostumbra preguntarles a los beneficiarios su parecer acerca de Estas actividades o torneos que se realizan?

Lic. Brenda Piña: Sí de hecho siempre hacemos una retroalimentación con todos ellos, para ver la manera en la que podamos mejorar o que podemos de más en las actividades o torneos que realizamos

Indira Bernal: ¿alguno le ha sugerido algunas mejoras?

Lic. Brenda Piña: algunos nos sugirieron más que mejoras fue incluir otro deporte por ejemplo el cachibol que en esta ocasión ya se incluyó en el programa, y están por aprobárnoslo ya para hacer nuestro equipo de cachibol representativo de aquí del sindicato.

Indira Bernal: ¿usted cuenta con todos los elementos requeridos para llevar a cabo Estas actividades?

Lic. Brenda Piña: con la gran mayoría, sí

Indira Bernal: ¿ha considerado que el propósito se ha cumplido conforme al diseño, es decir se hace el diseño del torneo o la planeación para el torneo y los eventos deportivos, y se ha logrado este propósito?

Lic. Brenda Piña: este torneo no se había planeado de esta forma cómo se hizo en la cuestión económica a fin de cuentas se logró lo que se tenía planeado, un número mayor de participantes, se incrementó casi el 50% de los equipos a los del año pasado.

Indira Bernal: realizaría algunos cambios en el plan del diseño de este programa?

Lic. Brenda Piña: sí me gustaría que fuera un poquito más largo


Indira Bernal: en su opinión, estas acciones deben ser restringida sólo al personal agremiado o también pueden ser comunidad Universitaria?

Lic. Brenda Piña: de hecho que sea para toda la comunidad Universitaria así como se ha estado dando hasta ahorita, porque ya al meter jóvenes creo que sería un poco más competitivo y nos darían menos participación a los que estamos ya más grandes

Indira Bernal: ¿este actividades podrían formar parte de un programa o proyectos más complejos?

Lic. Brenda Piña: sí

Indira Bernal: ¿conoce en la universidad algunos proyectos complementarios como éste?



Lic. Brenda Piña: sí, yo tengo contacto con otras universidades como viene siendo la comisión de deportes y la secretaría de deportes y ahorita estamos trabajando en conjunto con otra universidad para ver mejoras en esta comisión, ahorita estamos trabajando con la UDG

Indira Bernal: ¿este tipo de actividades que realizan tienen algún costo?

Lic. Brenda Piña: los torneos no se cobran, son gratuitos, al contrario se les proporciona material continúa a todos los equipos participantes sean administrativos o docentes y uniformes

Indira Bernal: esta gestión de recursos materiales y de proporcionarles a los participantes el uniforme se hace directamente con el sindicato o se hace a nivel universidad?

Lic. Brenda Piña: es directamente con el secretario de finanzas de aquí del sindicato, todo es interno

Indira Bernal: bueno Brenda Le agradezco mucho su participación y el haber respondido mis preguntas. ¿Quisiera aportar algo más referente al servicio?

Lic. Brenda Piña: no, pues nada más invitar a dar más difusión y a que participen en estas actividades

Indira Bernal: de acuerdo, muchas gracias Brenda

¿En qué consisten?	¿Efectúa las considera encaminadas a procurar el bienestar del personal académico acreditado?	¿Con qué propósito se realiza?	¿Cuál es el nombre del programa, proyecto o acciones que usted lleva a cabo para las personas acreditadas?
Acciones	Relación con bienestar	Propósito	Identificación proyecto
Se ofrece consulta diagnóstica y rehabilitación	Porque el servicio que se ofrece va dirigido a la salud	Esta enfocado a la atención al jubilado	No cuenta con un nombre
Se ofrece diagnóstico y la rehabilitación	Porque podemos resolver problemas y mejorar su salud	Con la finalidad de atender problemas bucodentales	No cuenta con un nombre
La valoración diagnóstica y plan alimenticio	Porque el paciente mejora su calidad de vida	En orientar un plan nutricional	No cuenta con un nombre
Se aplica acupuntura y ozonoterapia entre otras	Porque mucha veces el paciente busca nuevas opciones	En ofrecer servicios alternativos la sociedad	No cuenta con un nombre
valoración y rehabilitación, la recuperación de la independencia física	Porque contribuye a mejorar su calidad de vida	Mejorar la calidad de vida de las personas	No cuenta con un nombre
Realizar torneos y actividades deportivas	Porque el deporte acompaña a la salud de las personas	Tener mayor convivencia, mejorar la calidad de vida y rendimiento en el trabajo	Actividades deportivas
Hay desde masajes relajantes, aromaterapias, reflexología	Porque les ayuda a mejorar su malestar	Para mejorar la calidad de vida de las personas	No cuenta con un nombre
Revisión de agudeza visual para adaptación de lentes	si	Para apoyo a maestros jubilados principalmente	No cuenta con un nombre
Atención personalizada o familiar, talleres y pláticas a los estudiantes	Porque tener salud o la salud significa en el aspecto emocional, mental, físico	La salud mental y emocional de los pacientes	No cuenta con un nombre
Ofrecer artes marciales	Si, por su activación	Con la idea que realicen deporte	Gimnasio de Artes Marciales
			Nutrición
			Terapia Tradicional China
			Terapia Física y rehabilitación
			Actividades deportivas
			Terapias alternativas
			Oftalmología
			Psicología
			Taekwondo

¿Ha sido aprobado formalmente?	ante las instancias sindicales pertinentes	¿Está plasmado en algún documento?	¿Es un diseño propio?	¿Es igual o adaptado de alguno ya conocido?	específico e independiente de	¿Es un plan o programa del sindicato? ¿Cuál?	de Salud de Nayarit (SSN), el Instituto	parte de un plan o programa general?
Aprobación formal	Presentación oficial	Documentado	Originalidad	Adaptación	Autonomía	Autoría propia	Transsectorialidad	Integración
No aplica	No	No	No aplica	No aplica	No aplica	No aplica	No a ninguno	Es un plan propio
No aplica	No	No	No aplica	No aplica	No aplica	No aplica	No a ninguno	No
no aplica	no	no	Es plan propio	no aplica	Independiente	Del sindicato propiamente	No a ninguno	Es un plan propio
No	No	No	No aplica	No aplica	No aplica	No aplica	No a ninguno	NO
no aplica	no	no	no aplica	no aplica	no aplica	no aplica	No a ninguno	No
Sí	Sí	Sí, por medio de calendario de actividades	Sí	Es adaptado	Es independiente	Del sindicato propiamente	No es propio del sindicato	Sí al del gremio
No	si	Se diseñó un documento hace mucho	No aplica	No aplica	No aplica	No aplica	No a ninguno	No
no	no	no	no aplica	no aplica	es independiente	no aplica	No a ninguno	No
No	No	No	Es sugerido por autoridades sindicales	NO contribuye a ninguno en particular	Es independiente	Del sindicato propiamente	No aplica	Es un plan propio
no	Hace 3 años se presentó pero no se formalizó	No	No	Casi igual	Específico al internacional	Proximamente	Es de la Hapkid Federation	Es iniciativa propia

mejoras y las ha tomado en cuenta? Decisiones participativas	a los beneficiarios su parecer	hombres y mujeres, o hay	beneficiarios, si se pensara en edad	ya sea en total o en promedio por período	participan van avanzando en niveles	¿Se ofrece diaria o alternadamente?	duración en días o meses o	permanente o se ofrece por temporada	¿Desde cuándo se ejecuta?
Realimentación	Beneficiarios por sexo	Beneficiarios por edad	Beneficiarios por período	Complejidad	Frecuencia	Calendarización	Temporalidad	Inicio	
No, nunca	No	Hombres	de 40 años en adelante	30 al año aproximadamente	Sí, en sus terapias	De lunes a viernes	Anual	Solo en vacaciones	Hace 3 años aproximadamente
No, nunca	No, nunca	Por igual	No sabe	30 al 6 años aproximadamente	Sí, con el tratamiento	De lunes a viernes	Anual	Es permanente	Hace 6 años aproximadamente
Sí, n material y equipo	No	Por igual	entre los 50 y 60 años	100 aproximadamente	Sí, en su cambio físico	Es por agenda	anual	permanente	hace 6 años aproximadamente
No	No	Por igual	Entre los 40 y 60 años	Desconoce	sí	De lunes a viernes	Anual	Es permanente	Hace 5 años aproximadamente
No, nunca, ma? ¿Si o	No, nunca	Mujeres	No sabe	40 aproximadamente	Sí, en sus terapias,pa en	De lunes a viernes	Anual	Es permanente	hace 3 años aproximadamente
Si, incluir cachibol	Si	Por igual	Entre los 40 y 60 años	500 aproximadamente	Si	Por calendarización	anual	permanente	A su cargo 2 años
Sí, por el espacio	sí	Por igual	Entre los 30 y 50 años	30 aproximadamente	Sí	De lunes a viernes	anual	Es permanente	Hace 3 años aproximadamente
Si, me sugieren descuento	Si	Por igual	Entre 40 y 60 años	Desconoce	Sí	De lunes a viernes	no aplica	se sabe está en prueba	Hace 6 meses aproximadamente
Sí, por el espacio	NO, lo relaciona a su asistencia	Mujeres	Entre 30 y 40 años	aproximadamente al año	Si, en sus terapias	De lunes a viernes	Anual	Es permanente	Hace casi 2 años
Sí, de espacio	Sí, por grados	Hombres	Entre los 10 y 15 años	Desconoce	Sí, por grados	Lunes, miércoles y viernes	Anual	Es permanente	Hace 4 años aproximadamente

complementarios en el nivel de la Universidad o fuera de ella?	o pudieran hacerlo, de programas o	al personal agremiado o debieran	le realizaría para mejorarlo, si se	logrado el propósito con el que fueron	elementos requeridos para llevar a cabo las acciones de la
Complementariedad externa	Complementariedad interna	Cobertura	Propuestas de mejora	Efectividad	Factibilidad
Algunos en actividades deportivas	Si, pero antes se requiere la difusión	A toda la comunidad universitaria	Difusión	Si	No, pero tiene convenios con vinculación
Si, en "SPAUANSITO" y en Servicios Médicos	Si pueden formar parte de un plan	Al público en general	Difusión, espacio en infraestructura mejoraría	Si	No siempre
Si, en Servicios Médicos	Si por supuesto	A público en general	difusión y horario de atención	Si	Si
No	si	Al público en general	La Difusión	Si	Si
Si, en SETUAN y en la pista olímpica universitaria	Si pueden formar parte de un plan	Al público en general	Difusión	Si	Si cuento con los necesario
Si por parte de la comisión de deportes hay convenio con otras universidades	Si	A toda la comunidad universitaria	Si, que fuera más tiempo	Si	Con la mayoría
Desconoce	Si	Al público general	El espacio y la difusión	Si	Si
En servicios médicos creo en Puerta de Hierro	Si	Al público en general	El espacio, conseguir un lugar más amplio	si	Si
Si, en vinculación existe este servicio	Si	No	Difusión	Si	No totalmente
Si en el INCUFID	Si	Al público en general	Difusión, infraestructura y materiales faltantes	Si	no totalmente, falta adimplementos







GLOSARIO


Educación para la salud: comprende las oportunidades de aprendizaje creadas conscientemente que suponen una forma de comunicación destinada a mejorar la alfabetización sanitaria, incluida la mejora del conocimiento de la población en relación con la salud y el desarrollo de habilidades personales que conduzcan a la salud individual y de la comunidad (53).

Empoderamiento para la salud: en promoción de la salud, el empoderamiento para la salud es un proceso mediante el cual las personas adquieren un mayor control sobre las decisiones y acciones que afectan a su salud (53).

Promoción de la Salud: es el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud para mejorarla. es una estrategia para el desarrollo de la salud, el logro de la equidad, democracia y justicia social. La Promoción de la Salud no es una actividad aislada, pues involucra un proceso social y político más allá de acciones dirigidas a individuos, buscando la modificación de condiciones sociales, ambientales, económicas y su repercusión en el contexto individual y global (53).

Prevención en Salud: significa promover el bienestar de las personas a través de acciones anticipatorias del desarrollo de enfermedades, tras la reducción de riesgos para la salud. Se determinan 3 tipos de prevención: primaria, que reduce un factor de riesgo para una enfermedad; secundaria, que diagnostica precozmente una enfermedad, reduce la duración y busca el tratamiento efectivo; y terciaria, que previene las secuelas, complicaciones y promueve la rehabilitación de la persona y su futura reinserción social (54).

Universidad Promotora de la Salud: tiene una cultura organizacional guiada por los principios de la Promoción de la Salud (PS), apoyada en su política institucional que fomenta y mantiene acciones promotoras de la salud. Se refiere a




universidades o instituciones de educación superior cuyo proyecto educativo y laboral incluye la PS para mejorar la calidad de vida de sus miembros a través de un desarrollo humano saludable, apostando por el rol modelador y diseminador de sus integrantes (5).

Entorno Universitario Saludable: el enfoque de entornos saludables expande la PS hacia ambientes donde las personas se desarrollan diariamente, procurando la participación comunal y el uso de los recursos locales. Promover la salud en la universidad entrega un escenario para mejorar la salud de los jóvenes e influir en aquellos que serán agentes de salud. Para ello la universidad debe conocer, apoyar y fortalecer estilos de vida saludable para todos los miembros de la comunidad, incluyendo profesorado y personal administrativo (5).

Comunidad Universitaria: constituida por estudiantes, académicos y personal administrativo, quienes cumplen un rol imprescindible en el proceso enseñanza-aprendizaje, siendo responsables de orientar y apoyar las estrategias educativas de la institución (54).

Misión de las universidades: el carácter formativo y de liderazgo de las universidades les permite participar activamente en cambios sociales locales y externos. La misión social de la universidad se asocia directamente a su rol formativo y participativo de estos cambios a través de la formación integral de las personas. También promueven el conocimiento en áreas de mayor relevancia social y ética, conforme a las necesidades locales y globales (54).

Roles de las Universidades: las universidades son instituciones de enseñanza superior que tienen un rol primariamente formativo. Sin embargo, el vínculo directo de la universidad con el contexto y cultura en donde se desarrolla, le confiere un rol central en el apoyo a los cambios sociales y culturales, a través de la generación de conocimientos, y al desarrollo de políticas públicas y sociales. Las UPS pueden desarrollar su labor cuando responden a la problemática de salud y educación del país, generan e intercambian conocimiento en PS, orientan y



apoyan la educación para el autocuidado y los estilos de vida saludables, y son agente de cambio para la PS (54).

Responsabilidad social de las universidades: las universidades pueden influir positivamente en las condiciones de vida y salud de las personas que allí trabajan o estudian. La universidad aporta a la comunidad a través del desarrollo de iniciativas académicas, investigación y programas de acción cívica para potenciar el cambio social (54).


Determinantes Sociales de la Salud (DSS): son las condiciones sociales en las cuales las personas viven y trabajan, y que afectan a su salud. La condición humana es un reflejo de cómo vivimos en sociedad y la salud es una expresión constante de justicia social, elemento esencial para el progreso de las sociedades (55).

Modelo de DSS: este modelo señala tres niveles: el macro/contextual, el individual y el intermediario que presenta principalmente el efecto en salud de factores psicosociales, materiales y biológicos interactuantes con el entorno (54).

Programa de educadores pares educadores en salud (PES): es un miembro que “teniendo similar edad y estatus grupal, enseña y comparte valores, conductas e información en salud” (54).

Sindicatos: este término se refiere a las organizaciones sindicales debidamente afiliadas a las Federaciones signatarias, Sindicatos Adherentes, y Sindicatos no Federados. Las asociaciones de profesores, siempre que cumplan con los requisitos establecidos, en materia sindical, en el Decreto con Rango, Valor y Fuerza de Ley Orgánica del Trabajo y Los Trabajadores (33).

El diccionario de la Lengua Española señala que el sindicato es “toda asociación formada para la defensa de intereses económicos o políticos comunes a todos los asociados” (49).



Trabajadores universitarios: Este término se refiere a trabajadores Docentes y de Investigación, Administrativos y Obreros, de las instituciones de educación universitaria, incluyendo los Núcleos y Extensiones en los cuales se imparta la educación universitaria (33).

Instituciones de educación universitaria: Este término se refiere a los Institutos Universitarios de Tecnología, Colegios Universitarios y Universidades Nacionales. Estas instituciones de educación universitaria, podrán establecer en su ámbito regional o nacional: Extensiones y/o Núcleos Universitarios (33).