



## OFICIALIZA ACUERDO DE LA JUNTA DIRECTIVA QUE APRUEBA PROGRAMA "UNIVERSIDAD SALUDABLE"

PUNTA ARENAS, octubre 11 de 2016.

### DECRETO N°22/SU/2016

#### VISTOS:

Las Atribuciones que me confieren el D.F.L. N° 035 del 03/10/81; el D.F.L. N° 154 de 11 de Diciembre de 1981, el Decreto N°325 del 1 de Agosto de 2014, del Ministerio de Educación y el Decreto T/R N° 074 de 25 de marzo de 2010 de la Universidad de Magallanes.

#### CONSIDERANDO:

1. El Acuerdo N°2/3/2016 de la Sesión Ordinaria N°3/2016, del Consejo Académico, de fecha 5 de mayo de 2016.
3. El Acuerdo N°9/6/2016 de la Sesión Ordinaria N°6/2016, de la Junta Directiva, de fecha 3 de octubre de 2016.

#### DECRETO:

**OFICIALIZASE** en la Universidad de Magallanes, programa "**Universidad Saludable**", dependiente de la Unidad de Responsabilidad Social Universitaria de la Vicerrectoría de Vinculación con el Medio, cuyo propósito es desarrollar acciones y programas destinados a entregar condiciones de estudio y trabajo que promueva la salud, el bienestar y calidad de vida de la comunidad educativa. Para lograr ese objetivo se trabajará en **4 Áreas Temáticas**:

AREAS	COMPONENTES
Gestión institucional	1.1.Politica Institucional 1.2.Indicadores de Gestión 1.3.Calidad de Vida Laboral 1.4.Calidad de Vida Estudiantil 1.5.Aspectos curriculares y formación Académica 1.6.Vinculación con el medio
Comunicación y participación	2.1.Comunicación efectiva 2.2.Participación Social
Entornos Saludables	3.1.Infraestructuras espacios estudiantiles 3.2 Infraestructura espacios estudiantiles 3.3 Seguridad 3.4. Manejo de residuos 3.5. Entornos inclusivos, necesidades especiales
Estilos de vida	4.1. Factores protectores psicosociales 4.2. Salud sexual y reproductiva 4.3.Alimentación saludable 4.4. Actividad física 4.5. promoción de factores protectores y prevención de consumo de drogas

## **DESARROLLO DE LAS TEMATICAS**

### **1. Gestión institucional**

Procesos organizacionales y administrativos desarrollados por la institución.

#### **1.1. Política Institucional**

Dentro de los procesos administrativos y organizacionales existirá un compromiso de la Institución como Promotora de Salud, la que se materializará en el nuevo PDEI, a través de su misión y visión. (2016).

Se oficializará el Comité de Universidad Saludable, garantizando las horas disponibles para las diversas acciones (2016). Este estará constituido por representantes de todos los estamentos, incluyendo el comité paritario, la Dirección de Asuntos Estudiantiles, Recursos Humanos, estudiantes, carreras del área de la salud, Psicología, Educación Física entre otros. Además garantizará la promoción de salud, promoviendo los entornos laborales saludables a través de sus aspectos físicos y psicosociales y promoverá los estilos de vida saludable en toda la comunidad educativa.

#### **1.2 Indicadores de Gestión**

Evaluación de financiamiento regular para todos los ámbitos (Factores psicosociales, salud sexual y reproductiva, aspectos de alimentación saludable, actividad física, promoción de factores protectores y prevención del consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.)

#### **1.2. Calidad de vida estudiantil**

A partir del año 2017 durante el período de inscripción de asignaturas, se aplicará una encuesta a todos los estudiantes, con la finalidad de contar con el Perfil de ingreso de estudiantes respecto a condición de salud (hábitos de actividad física, alimentación, consumo, etc.).

Se potenciará la Consejería de Salud Mental en la Dirección de Asuntos Estudiantiles realizando actividades individuales y grupales.

#### **1.3. Calidad de Vida Laboral**

Se aplicarán instrumentos evaluativos a los puestos de trabajo de funcionarios con la finalidad de obtener datos objetivos de la situación actual y se incorporarán pausas laborales saludables (2016).

En conjunto con el comité paritario se aplicará la normativa para determinar factores de riesgos psicosociales, según lo establecido por el Minsal. (2016).

#### **1.4. Aspectos curriculares y de formación académica**

Incluir en asignaturas genéricas núcleos temáticos con respecto a estilos de vida saludable. Ello se realizará conjuntamente con Dirección de Docencia, a partir del año 2017.

#### **1.5. Vinculación con el medio**

Estudiantes y docentes potenciarán las actividades de promoción que se realizan actualmente a través de las prácticas.

### **2. Comunicación y participación**

Se propician elementos y patrones comunicacionales que fomenten la promoción de la salud.

## **2.1. Comunicación efectiva**

Incluir estrategias comunicacionales, orientadas a sensibilizar sobre factores protectores y de riesgo asociado a los estilos de vida, a través de la creación de página web o link. (2016)  
Crear cápsulas informativas que se difundan a través de TV UMAG y televisores que se encuentran al interior de la Institución. (2016)

## **2.2. Participación Social**

Realizar foros y/o Seminarios, a estudiantes, académicos y funcionarios con respecto a la temática de estilos de vida saludable (2017).

## **3. Entornos Saludables**

La Institución promoverá la salud y el bienestar integral de estudiantes, académicos y funcionarios protegiéndolos de amenazas y riesgos que pudieran afectar su salud.

### **3.1. Infraestructura espacios estudiantiles**

Evaluación de espacios según Decreto Supremo 289/89 del Ministerio de Salud (2017)

### **3.2. Infraestructura espacios laborales**

Evaluación de espacios según Decreto Supremo 594/99

### **3.3 Seguridad**

Elaboración de protocolos de emergencia de atención a estudiantes (2017)

Fortalecimiento de la unidad de prevención de riesgos y el comité paritario. (2016)

### **3.3. Manejo de residuos**

El comité se coordinará con la Unidad encargada de ésta temática, para dar cumplimiento a las normativas existentes.

### **3.4. Entornos inclusivos, necesidades especiales**

De acuerdo a lo establecido en la Unidad de Responsabilidad Social Universitaria, existirá un trabajo de apoyo al programa de inclusión a los estudiantes en situación de discapacidad, considerando también a los funcionarios que se encuentran en esta situación.

## **4. Estilos de vida**

Promoción de conductas saludables.

### **4.1 Factores protectores psicosociales**

Se realizarán consejerías en DAE con equipo multidisciplinario.

### **4.2 Salud sexual y reproductiva**

A través de actividades de educación y promoción se abordará esta temática con talleres y charlas. Indicador 2 por semestre.

### **4.3 y 4.4 Alimentación saludable y actividad física**

En conjunto con la Corporación Municipal de Punta Arenas se llevará a cabo el programa VIDA SANA, que tiene como propósito contribuir a reducir la incidencia de factores de riesgo de desarrollar diabetes mellitus Tipo II y ECV en Adultos y a través de una intervención en los hábitos de alimentación y actividad física.

El grupo objetivo estará constituido por 50 personas, distribuidas entre estudiantes académicos y funcionarios entre 18 y 64 años, afiliados a FONASA y que cumplan con los siguientes criterios de inclusión: Diagnóstico nutricional de sobrepeso, Diagnóstico nutricional de obesidad, Perímetro de cintura aumentado, Diagnóstico de pre-diabetes o pre-hipertensión.

**El detalle del programa es el siguiente:**

Intervención	Nro. sesiones	Profesional a cargo	Actividad
Atención individual	1	Médico	Examen físico Evaluación nutricional + plan de alimentación Enfoque de cambio de hábitos alimentarios.
	5	Nutricionista	
Intervenciones grupales	2	Psicólogo	Enfoque de cambio de hábitos alimentarios.
	5	Dupla Nutricionista- Psicólogo	
Actividad física	144 Sesiones de 60 minutos o 96 sesiones de 90 minutos por 12 meses	Profesor de educación física Terapeuta de actividad física Kinesiólogo.	Ejercicios metabólicos guiados.
Exámenes bioquímicos de glicemia y perfil lipídico.	2 (al inicio y al final del programa)	Enfermera- TENS	Toma de muestras

Considerando que este programa solo incluye usuarios de FONASA, y con la finalidad de no excluir a quienes pertenezcan al sistema de ISAPRES, la UMAG se compromete a cancelar el copago de los exámenes bioquímicos. El resto de las prestaciones serán costo 0, todos los profesionales pertenecen a la Corporación Municipal de Punta Arenas y serán potenciados por estudiantes de último año de las carreras de Nutrición y Dietética, Kinesiología, Educación Física, Psicología y Enfermería, con la participación de los respectivos docentes, realizando un trabajo interdisciplinario.

Esta actividad se inicia el segundo semestre del 2016.

**5. Promoción de factores protectores y prevención del consumo de drogas**

La Unidad de Responsabilidad Social Universitaria realizará diferentes acciones de acuerdo a programa que ha establecido.

Con el compromiso de llevar a cabo un programa y establecer indicadores claros de acuerdo a la situación actual, plan de intervención y normativas establecidas por el Ministerio de Salud, podremos acreditarlos como Institución promotora de Salud

**ANÓTESE Y COMUNÍQUESE,**

**JUAN OYARZO PÉREZ, Rector de la Universidad**  
**RUTH ORTIZ SUAZO, Secretario de la Universidad**

Lo que transcribo a usted para su conocimiento,



*Ruth Ortiz S. 2*

**RUTH ORTIZ SUAZO**  
**SECRETARIO DE LA UNIVERSIDAD**

JOP/ROS/cyr

DISTRIBUCIÓN: Rectoría - Vicerrector de Administración y Finanzas - Secretaría de la Universidad - Contraloría UMAG - Dirección de Administración y Personal - Decanos y Director Instituto de la Patagonia - Directores Departamentos y Escuelas - Dirección de Docencia - Dirección de Administración y Personal - Dirección de Bibliotecas - Unidad de Análisis Institucional - Dirección de Asuntos Estudiantiles - Tesorería - Centros Universitarios - Oficina de Partes.