

UNIVERSIDAD SALUDABLE EN LA ESCUELA LATINOAMERICANA DE MEDICINA

Durante los últimos 2 años se ha desarrollado una serie de proyectos, investigaciones y encuestas con el interés de mejorar la salud de la población estudiantil y trabajadora de la Escuela Latinoamericana de Medicina. Ahora agrupadas en un gran proyecto, se cuenta con la participación de los 2 800 estudiantes de la Universidad y sus 1 500 trabajadores, dirigidos por la junta estudiantil de países, la rectoría, directivos y secciones sindicales.

Seis son los proyectos integrados. El primero es el de salud mental y acciones contra las adicciones, para lograr percepción de riesgo e intervenciones contra las adicciones y por una comunidad terapéutica. Un segundo proyecto está relacionado con el tabaquismo: por una comunidad libre de humo y fumar cero, con el objetivo de ofrecer capacitación a promotores, educación sanitaria y, con el compromiso de todos, declarar departamentos y áreas libres de humo. La tercera intervención está vinculada con el sedentarismo y acciones de deporte. "Muévete, actíivate, andando", en todas las formas originales y masivas, con inclusión de las pausas activas al finalizar actividades. Un cuarto proyecto consiste en la estrategia de mejoramiento ambiental y de la higiene en general de estudiantes y trabajadores, con la inclusión de políticas saludables en la Universidad. El quinto está relacionado con la sexualidad y las acciones por la prevención de las infecciones de transmisión sexual y el VIH/sida. Este se enfoca en la capacitación, formación de pares, venta y distribución libre de condones, protección personal y la

diversidad sexual con la inclusión de todos. Para el sexto proyecto, las intervenciones están dadas en adquirir una cultura alimentaria e influir en el mejoramiento de la cocina y productos a ofrecer, así como la apertura de comedores vegetarianos, que cambian los estilos de vida al respecto.

Todos los proyectos se integran en la Residencia Estudiantil, en la Extensión Universitaria, en la Comunicación Interinstitucional, para de manera sostenible y entusiasta incorporar elementos de evaluación, validación e indicadores que muestren los cambios hacia una salud personal y colectiva superior. Este proceso conduce a la consolidación e incorporación de conocimientos para profesores, estudiantes y trabajadores, sirve de herramienta de estudio y trabajo futuro, y favorece un ambiente integrador y saludable. Asimismo, la institución se integra de forma activa al movimiento de Universidades Saludables de Cuba, la Región y al llamado de la Oficina Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud, como nuevas formas de desarrollar la promoción de la salud con la inclusión de políticas institucionales en esta etapa de objetivos de desarrollo sostenibles para el 2030.

Dr. Luis Estruch Ranaño, Dr. C.
Coordinador general del proyecto
Escuela Latinoamericana de Medicina
lestruchr@elacm.std.cu