

PLAN DE UNIVERSIDAD SALUDABLE  
UNIVERSIDAD DE ALMERÍA  
(PLUS-UAL)



*Aprobado en Consejo de Gobierno de 26 de noviembre de 2020*



# ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN .....	2
2. JUSTIFICACIÓN DEL PLUS-UAL .....	3
2.1 Programa de Gobierno del Rector de la UAL.....	3
2.2 Plan estratégico de la UAL.....	4
2.3 UAL - Red Española de Universidades Saludables (REUS/REUPS) .....	4
2.4 UAL - Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).....	5
3. MISIÓN Y VISIÓN DEL PLUS-UAL.....	6
4. ANÁLISIS DAFO.....	6
5. OBJETIVOS DEL PLUS-UAL.....	6
6. LÍNEAS ESTRATÉGICAS DEL PLUS-UAL.....	8
7. ÁREAS DE LA UAL COMPROMETIDAS CON LA GESTIÓN DE LA SALUD .....	9
7.1 Formación de profesionales en el área de la Salud.....	9
7.2 Investigación en el área de la Salud.....	12
7.3 Universidad Saludable de la UAL: Coordinación y Gestión.....	12
8. GESTIÓN DE UNIVERSIDAD SALUDABLE EN LA UAL.....	13
9. DIVULGACIÓN DEL PLUS-UAL.....	19



# PLAN DE UNIVERSIDAD SALUDABLE

## DE LA UNIVERSIDAD DE ALMERÍA (PLUS-UAL)

### 1. INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud, en 1986, en la Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud, estableció como una de las cinco áreas de acción prioritarias para promocionar la salud la “*creación de entornos que apoyen y favorezcan la salud*”. Los entornos se establecieron como aquellos lugares o contextos sociales donde las personas desarrollen su actividad diaria e interactúen con factores que puedan afectar a su salud y bienestar.

La Universidad reúne las características de estos entornos porque es una institución y un espacio educativo y de trabajo donde se desarrollan simultáneamente tareas docentes, investigadoras y de gestión; además, está especialmente abierto, conectado y comprometido con la sociedad de su entorno y generalizado al más amplio contexto (local, regional, autonómico, nacional e internacional).

Este Plan de Universidad Saludable de la Universidad de Almería (en adelante, PLUS-UAL) nace del compromiso del Sr. Rector, nombrado como tal el día 23 de julio de 2019. En la estructura del Equipo de Gobierno ha asignado las competencias relacionadas con la salud al *Vicerrectorado de Deportes, Sostenibilidad y Universidad Saludable (VIDESUS)*, instrumentándose a través del *Secretariado para la Universidad Saludable*, el *Secretariado de Deportes*, el *Secretariado de Sostenibilidad*, el *Secretariado de Prevención de Riesgos y Salud Laboral*, la *Unidad de Atención Psicológica* y el *Equipo de Seguridad*.

El concepto “Universidad Saludable” es amplio, complejo, multidimensional, abarcando aspectos como la alimentación, actividad física y deportiva, salud mental, prevención sobre hábitos tóxicos, educación sexual y afectiva, seguridad vial, etc.



Además, el proyecto de Universidad Saludable pretende traspasar el Campus y orientarse hacia la sociedad almeriense, a través de la cooperación e intercambio mutuos con las distintas instituciones, asociaciones y población general.

Con la creación del Secretariado para la Universidad de Saludable en Septiembre de 2019, la Universidad de Almería muestra su aspiración y compromiso de convertirse en un Campus saludable a través de infraestructuras y espacios necesarios y, muy especialmente, la promoción y formación en salud de toda la comunidad universitaria, para la adquisición de hábitos y estilos de vida que repercutan en una buena salud y calidad de vida.

Este PLUS-UAL define el modelo a seguir para conocer y fomentar las actuaciones de la UAL en materia de salud, dentro del concepto de “Universidad Saludable”. Se trata de un plan transversal, ya que las acciones recogidas y los responsables de las mismas pertenecen a distintas áreas y colectivos de la Universidad de Almería.

## 2. JUSTIFICACIÓN DEL PLUS-UAL

### **2.1 Programa de Gobierno del Sr. Rector de la UAL, Prof. Dr. D. Carmelo Rodríguez Torreblanca**

Este PLUS-UAL se enmarca en los ámbitos y objetivos que a continuación se relacionan del Programa de Gobierno del Sr. Rector:

#### *Ámbito 2. “Un Buen Gobierno”*

- Objetivo 3: Hacer de nuestra Universidad un espacio comprometido con la responsabilidad social.

#### *Ámbito 3. “Comprometidos con las personas”*

- Objetivo 16: Fomentar y apoyar la práctica deportiva y las actividades culturales como parte de la formación integral.
- Objetivo 32: Incrementar la calidad de vida y la satisfacción laboral de los trabajadores.



### Ámbito 9. “*Un campus Sostenible y Saludable*”

- Objetivo 66. Transformar nuestro campus en un lugar de trabajo amable, sostenible y seguro.
- Objetivo 68. Desarrollar un Plan de Universidad Saludable.

### Ámbito 10. “*Proyección Cultural y Fomento del Deporte*”

- Objetivo 73. Fomentar los hábitos saludables mediante la práctica deportiva.

## 2.2 Plan estratégico de la UAL

El PLUS-UAL se enmarca dentro de la estrategia “*Creación de un entorno favorable de trabajo, mediante la adaptación de medidas encaminadas a la conciliación de la vida laboral y familiar, así como el fomento de prácticas saludables y deportivas*”. Dicha estrategia corresponde al objetivo 2 “*Mejorar los niveles de motivación, compromiso, desarrollo y satisfacción del personal*” de la línea estratégica 1 “*Las personas*”. ([Plan Estratégico de la UAL](#))

## 2.3 UAL - Red Española de Universidades Saludables (REUS/REUPS)

En fecha de 22 de septiembre de 2008 se constituyó la Red Española de Universidades Saludables (REUS), recientemente renombrada como Red Española de Universidades Promotoras de Salud (REUPS), con el objetivo de reforzar el papel de las Universidades como entidades promotoras de la salud y el bienestar de sus estudiantes, su personal, y de la sociedad en su conjunto. ([Web de la REUS](#))

La REUS/REUPS está formada por un conjunto de instituciones comprometidas con la promoción de la salud en el entorno universitario. Es una iniciativa en favor de la salud en la que actualmente participan universidades de toda España, La Conferencia de Rectores de Universidades Españolas (CRUE), los Ministerios con competencias en Sanidad, Educación y Deporte, y algunas Estructuras Autonómicas de Salud Pública.



La UAL adoptó un compromiso firme a la hora de adherirse como miembro nato a la REUS/REUPS, que surge del Grupo de Trabajo de Universidades Saludables de la Comisión Sectorial CRUE-Sostenibilidad.

## 2.4 UAL - Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)

En 2015, 193 Jefes de Estado de países miembro de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) aprobaron la resolución “*Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*”, que recoge 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) y 169 metas.

Las actividades desarrolladas en la UAL relacionadas con el ámbito de Universidad Saludable pueden contribuir a la consecución de los siguientes ODS ([Web de los ODS](#)):



Objetivo 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.



Objetivo 12: Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles.



Objetivo 17: Revitalizar la Alianza Mundial para el Desarrollo Sostenible.

En el *Plan de Acción para la implementación de la Agenda 2030 del Gobierno de España*, ([Plan de Acción Agenda 2030 Gobierno España](#)) se señala que:

- Contribución a los 17 Objetivos: “... las universidades ponen a disposición de la Agenda 2030 sus recursos, aptitudes, así como su espacio de influencia al servicio de un



*desarrollo global sostenible no sólo respecto al ODS 4 sino a los 17 objetivos planteados”*

- La Universidad y las empresas actores clave: *“...La Universidad es un actor clave para promover el desarrollo humano sostenible. Su responsabilidad en el ámbito de la educación, desarrollando un pensamiento crítico e incorporando los principios y valores del desarrollo sostenible, inclusivo e igualitario, es indudable”.*

Por todo ello, la Universidad de Almería tiene el compromiso de contribuir directa y/o indirectamente a estos ODS.

### **3. MISIÓN Y VISIÓN DEL PLUS-UAL**

El PLUS-UAL tiene como MISIÓN contribuir a la promoción, prevención, mantenimiento y mejora de la salud de la comunidad universitaria de la UAL y de la sociedad en general, mediante dos líneas de actuación:

1ª La Educación para la Salud.

2ª La Promoción de entornos y hábitos de vida saludables.

La VISIÓN de este Plan es convertir a la Universidad de Almería en un referente de entorno que apoye y favorezca la salud.



#### 4. ANÁLISIS DAFO

##### Debilidades

- Antecedentes irregulares de actuaciones específicas en este ámbito.
- La complejidad del ámbito universitario, conlleva la dificultad de la coordinación para este área.
- Carencia de formación continua específica para este ámbito.

##### Amenazas

- Situación de pandemia actual.
- Ámbito muy amplio, dificultad para atenderlo en todas sus dimensiones, dificultad para priorizar.
- Multiplicidad de visiones, opiniones, sensibilidades, intereses, para este ámbito.

##### Fortalezas

- La existencia del Vicerrectorado de Deportes, Sostenibilidad y Universidad Saludable es una evidencia del compromiso firme con la salud del actual Gobierno de la UAL.
- La UAL dispone de recursos y capacidad para constituirse como referente de hábitos saludables para el entorno universitario y sociedad en general.
- Unidad de Deportes, Unidad de Atención Psicológica y Servicio de P.R.L. muy consolidados y proactivos.
- La Facultad de Ciencias de la Salud, la Facultad de Psicología y la Facultad de Ciencias de la Educación de la UAL forman profesionales en el ámbito de la Salud y vienen desarrollando iniciativas y actividades en este área.

##### Oportunidades

- Interés general en el área, tanto del entorno universitario como de la sociedad en su conjunto.
- Ámbito muy amplio y transversal.
- Posibilidad de colaborar con entidades y organismos externos para lograr sinergias y acometer acciones de Promoción y Educación para la Salud tanto de la comunidad universitaria como de la sociedad en general.

#### 5. OBJETIVOS DEL PLUS-UAL

El objetivo general del PLUS-UAL es la promoción y educación para la salud de la comunidad universitaria de la UAL y de la sociedad en general.

Se adoptan como objetivos específicos de este Plan los indicados por el Grupo de Trabajo de Universidades Saludables de la Comisión Sectorial CRUE-Sostenibilidad ([Grupo de Trabajo Universidades Saludables CRUE](#)), que son los siguientes:





- Potenciar la universidad como entorno promotor de la salud de la comunidad universitaria y de la sociedad en su conjunto.
- Fomentar la investigación y la docencia en promoción de la salud.
- Favorecer el intercambio de experiencias en promoción de la salud.
- Promover y favorecer el trabajo conjunto entre los organismos de salud pública, las instituciones comunitarias y las universidades.
- Consensuar líneas estratégicas y de trabajo para llevar a cabo un proyecto de universidad promotora de salud.
- Posibilitar la elaboración y el desarrollo de proyectos comunes en las líneas estratégicas de la Red.
- Potenciar la participación internacional.
- Fomentar la oferta de servicios y actividades dirigidas a promocionar la salud de la comunidad universitaria y la sociedad en general.
- Identificar los activos en salud en la Comunidad Universitaria.
- Fomentar la participación de los miembros de la Comunidad Universitaria en materia de salud.

También se adoptan como objetivos específicos de este PLUS-UAL todas las metas del Objetivo 3, las metas 12.1, 12.3, 12.4 y 12.5 del Objetivo 12 y la meta 17.7 del Objetivo 17 del Plan de Acción del Gobierno de España para la implementación de la Agenda 2030 de la ONU. ([Plan de Acción Agenda 2030 Gobierno España](#))

ODS 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades



Meta 3.1: Reducción de la tasa de mortalidad materna.



Meta 3.2: Eliminar la mortalidad infantil.



Meta 3.3: Poner fin a las enfermedades transmisibles.



Meta 3.4: Reducción de las enfermedades no transmisibles y salud mental.



Meta 3.5: Prevención y tratamiento de abusos de drogas y alcohol.



Meta 3.6: Reducción de accidentes de tráfico.



Meta 3.7: Garantía de acceso a la salud sexual y reproductiva, y a la planificación familiar.



Meta 3.8: Lograr la cobertura universal y acceso a medicamentos.



Meta 3.9: Reducción de muertes por contaminación química y polución.



Meta 3.A: Control del tabaco.



Meta 3.B: Apoyo a la I+D de vacunas y medicamentos esenciales.



Meta 3.C: Aumento de la financiación del sistema sanitario.



Meta 3.D: Refuerzo en la gestión de riesgos sanitarios.

## ODS 12: Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles



Meta 12.1: Aplicación marco de consumo y producción sostenibles.



Meta 12.3: Reducción del desperdicio de alimentos.



Meta 12.4: Gestión de desechos y productos químicos.



Meta 12.5: Prevención, reducción, reciclado y reutilización de desechos.

### ODS 17: Revitalizar la Alianza Mundial para el Desarrollo Sostenible



Meta 17.7: Fomento de alianzas público-privadas.

## 6. LÍNEAS ESTRATÉGICAS DEL PLUS-UAL

Las líneas estratégicas de este Plan son las indicadas por el Grupo de Trabajo de Universidades Saludables de la Comisión Sectorial CRUE-Sostenibilidad ([Grupo de Trabajo Universidades Saludables CRUE](#)):

- Favorecer una alimentación saludable en la comunidad universitaria y la sociedad en su conjunto.
- Fomentar la práctica regular de actividad física y un estilo de vida activo en la comunidad universitaria y la sociedad en su conjunto.
- Potenciar la salud emocional, mediante la gestión saludable de las emociones y las relaciones interpersonales.
- Promover campañas encaminadas a la prevención del suicidio en la Comunidad Universitaria.
- Promover la educación afectivo – sexual, favoreciendo las relaciones igualitarias.
- Promover el conocimiento y la prevención de adicciones con sustancias y comportamentales, facilitando alternativas.
- Fomentar la seguridad vial, proporcionando información de los riesgos asociados a una conducción imprudente.
- Prevenir enfermedades oncológicas mediante el fomento de adecuados hábitos de vida, así como fomentar la detección precoz.
- Fomentar un modelo de consumo saludable y sostenible en el entorno universitario.



- Favorecer una gestión sostenible y saludable del campus y entorno universitario.
- Fomentar la docencia, formación e investigación en promoción de la salud.
- Participación y colaboración entre los organismos de salud pública, las instituciones comunitarias, sociedades científicas, colegios profesionales y las universidades.
- Favorecer una gobernanza de la institución bajo el enfoque saludable y sostenible.
- De manera transversal, se pretende un cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

## **7. ÁREAS DE LA UAL COMPROMETIDAS CON LA GESTIÓN DE LA SALUD**

### **7.1 Formación de profesionales en el área de la Salud.**

Titulaciones que imparte la Facultad de Ciencias de la Salud:

- Grado en Enfermería
- Grado en Fisioterapia
- Máster en Ciencias de la Sexología
- Máster en Fisioterapia y Discapacidad
- Máster en Investigación en Ciencias de la Enfermería
- Máster en Investigación en Medicina y Ciencias de la Salud

Titulaciones que imparte la Facultad de Psicología:

- Grado en Psicología
- Grado en Trabajo Social
- Máster en Investigación en Ciencias del Comportamiento
- Máster en Psicología General Sanitaria

Otras Titulaciones impartidas por otros Centros, de otras áreas afines o relacionadas directa o indirectamente con el ámbito de Universidad Saludable.

- Grado en Biotecnología
- Grado en Ciencias Ambientales



- Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
- Grado en Ingeniería Agrícola
- Máster Ingeniero Agrónomo
- Master en Prevención de Riesgos Laborales
- Cualesquiera otras titulaciones de Grado, Máster y Doctorado relacionadas directa o indirectamente con el ámbito de Universidad Saludable.

## **7.2 Investigación en el área de la Salud.**

- Grupos de Investigación del CEINSAUAL (Centro de Investigación en Salud de la Universidad de Almería).
- Otros Grupos de Investigación del área CTS - Ciencias y técnicas de la salud.
- Otros Grupos de Investigación de otras áreas afines o relacionadas directa o indirectamente con el ámbito de Universidad Saludable.

## **7.3 Universidad Saludable de la UAL: Coordinación y Gestión.**

El Vicerrectorado de Deportes, Sostenibilidad y Universidad Saludable de la UAL (VIDESUS) es el responsable de la coordinación y gestión de la Salud en la UAL ([Web Vicerrectorado de Deportes, Sostenibilidad y Universidad Saludable](#)). En este sentido, el VIDESUS coordina los siguientes órganos:

- Secretariado de Universidad Saludable.
- Secretariado de Deportes.
- Secretariado de Sostenibilidad.
- Secretariado de Prevención de Riesgos Laborales.
- Unidad de Atención Psicológica.
- Equipo de Seguridad.



## **8. GESTIÓN DE UNIVERSIDAD SALUDABLE EN LA UAL**

Las competencias de *Universidad Saludable* le corresponden al VIDESUS por delegación del Rector. No obstante, al objeto de hacer partícipe a la comunidad universitaria en la toma de decisiones en este ámbito, este PLUS-UAL ha sido elaborado por la Comisión de Universidad Saludable de la UAL (SALUAL), en la que están representados todos los órganos institucionales relacionados con la salud y los representantes de los estudiantes, PDI y PAS.

Para el ejercicio de estas competencias, de manera continuada se llevan a cabo actuaciones tanto por el VIDESUS como por los Secretariados y demás órganos del Vicerrectorado. Estas actuaciones quedan recogidas en el Plan de Acción anual del Gobierno de la UAL, y de ellas se rinde cuentas al finalizar cada año natural.

### Secretariado de Universidad Saludable

Universidad Saludable desarrolla y coordina las actuaciones de promoción y educación para la salud dirigidas a toda la comunidad universitaria, para la adquisición de hábitos y estilos de vida que repercutan en una buena salud y calidad de vida.

Enlace Web del Secretariado de Universidad Saludable:

<https://www.ual.es/vida-universitaria/upsalud>

### Secretariado de Deportes

UAL Deportes se encarga de planificar y organizar el programa de actividades físico-deportivas de la UAL. Asimismo, gestiona el uso de las instalaciones deportivas.

Enlace Web del Secretariado de Deportes:

<https://www2.ual.es/serviciodeportes/>



### Secretariado de Sostenibilidad

La UAL asume el reto de reducir su impacto ambiental negativo y adquiere el compromiso de contribuir al avance del desarrollo sostenible de la sociedad.

Enlace Web del Secretariado de Sostenibilidad:

<http://www2.ual.es/sostenibilidad/>

### Servicio de Prevención de Riesgos Laborales

El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales es un órgano de apoyo técnico y asesoramiento en materia de seguridad y salud laboral.

Enlace Web del Servicio de Prevención de Riesgos y Salud Laboral:

<http://cms.ual.es/UAL/universidad/serviciosgenerales/prevencion/index.htm>

Dependiente de éste se encuentra el Comité de Seguridad y Salud (CSS), de gran importancia en la toma de decisiones en estas materias.

### Unidad de Atención Psicológica

La Unidad de Atención Psicológica presta servicio de atención psicológica a los miembros de la comunidad universitaria (especialmente estudiantes) que requieren esta atención.

Enlace Web de la Unidad de Atención Psicológica:

<https://www.ual.es/vida-universitaria/atepsico>

### Equipo de Seguridad

Seguridad de la UAL se encarga de la protección y autoprotección de los bienes muebles e inmuebles, así como de las personas dentro del Campus.



Enlace al Directorio de Seguridad y Salud en la UAL:

<http://cms.ual.es/UAL/universidad/serviciosgenerales/prevencion/Pagina/DIRECTORIOBASICO>

### Comisión de Universidad Saludable de la Universidad de Almería (SALUAL)

Composición, Funcionamiento y Funciones:

- Vicerrector de Deportes, Sostenibilidad y Universidad Saludable
- Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud
- Decana de la Facultad de Psicología
- Director de Secretariado de Sostenibilidad
- Directora de Secretariado de Universidad Saludable
- Director de Secretariado de Deportes
- Director de Secretariado de Prevención de Riesgos Laborales
- Directora de la Unidad de Atención Psicológica
- Responsable de Vigilancia de la Salud del Servicio PRL
- Director del Departamento de Enfermería, Fisioterapia y Medicina
- Dos PDI
- Dos PAS
- Dos Estudiantes

La Comisión de Universidad Saludable “SALUAL” será presidida por el Vicerrector de Deportes, Sostenibilidad y Universidad Saludable o persona en quien delegue. Contará para su funcionamiento con un secretario, que actuará con voz y sin voto, y que será el Jefe del Servicio responsable de los procedimientos operativos de Sostenibilidad y Universidad Saludable.

El funcionamiento de esta Comisión se ajustará a los principios generales del régimen de convocatorias y adopción de acuerdos de la ley 40/2015.





Funciones: Adoptar acuerdos sobre cualquier asunto incluido en el ámbito de Universidad Saludable en la UAL para, si procede, su posterior remisión al Consejo de Gobierno de la UAL para su aprobación.

## GESTIÓN DE LA SALUD EN LA UAL EN SITUACIÓN DE EMERGENCIA SANITARIA

La Universidad de Almería y en especial el VIDESUS y todas sus áreas, sin perjuicio de las acciones que lleven a cabo para la promoción de la Salud en situación de “normalidad”, ante una situación de emergencia sanitaria como la actual, debida a la pandemia de la COVID-19, priorizarán con carácter de urgencia la programación y ejecución de todas aquellas acciones que colaboren en la seguridad y salud de la comunidad universitaria y de la ciudadanía en general.

## PROCEDIMIENTO OPERATIVO DE *UNIVERSIDAD SALUDABLE*

Este procedimiento tiene por objeto recoger y analizar de manera racional y ordenada todas las actuaciones que se realicen en el ámbito de la salud, dentro del concepto de “Universidad Saludable”, por las distintas áreas implicadas del VIDESUS. El ciclo de este procedimiento es anual y el resultado del proceso será la elaboración del *“Informe anual de Universidad Saludable”*.

Dicho informe se realizará finalizado cada ejercicio y contemplará:

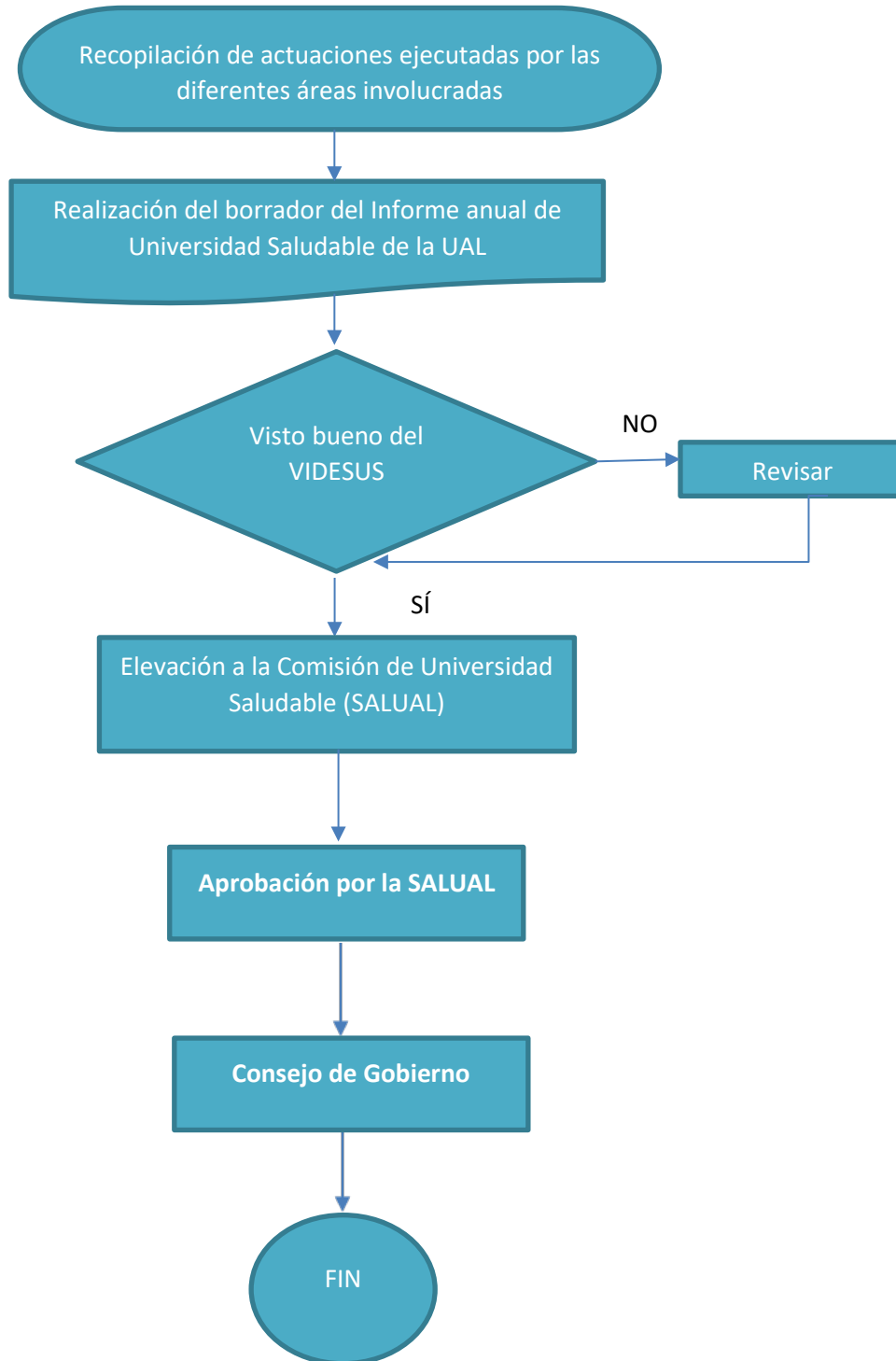
- Las actuaciones realizadas por los distintos Secretariados y áreas del VIDESUS implicados.
- Los objetivos conseguidos.
- El análisis de los resultados y propuestas de acciones para el ejercicio siguiente.
- La contribución de las acciones realizadas para la consecución de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), Agenda 2030.



Responsabilidad de las acciones: Las actuaciones a ejecutar en materia de promoción y educación para la salud previstas en cada anualidad corresponden a los responsables de la acción. El VIDESUS realizará el seguimiento de la ejecución de todas las acciones a través del Secretariado de Universidad Saludable.



### FLUJOGRAMA DEL PROCEDIMIENTO OPERATIVO DE *UNIVERSIDAD SALUDABLE*





## **CERTIFICACIÓN DE LA CALIDAD DE LA GESTIÓN ISO 9001.**

Este procedimiento operativo servirá de base para la consecución de la mencionada certificación de calidad.

### **9. DIVULGACIÓN DEL PLUS-UAL**

Se procederá a la difusión del presente PLUS-UAL a través de los distintos medios de la Universidad de Almería, incluyendo la página web de Universidad Saludable, donde contará con un enlace directo, las redes sociales de la UAL, y cualquier otro medio que se considere adecuado para este fin.