



Código del programa

P07

Nombre del programa

Promoción de hábitos saludables en centros universitarios*Línea estratégica relacionada*

LE1.- Promoción de hábitos de vida saludable mediante intervenciones en políticas y entornos y dinamización de activos comunitarios para la salud

Objetivos estratégicos a los que contribuye

OE1.1. Incrementar los niveles de lactancia materna y el consumo de alimentos saludables en detrimento de los no saludables

OE1.2. Aumentar los niveles de actividad física y disminuir los hábitos sedentarios

OE1.3. Incrementar las horas y la calidad del sueño en la población

OE1.4. Incrementar la percepción de calidad de vida y de bienestar emocional

OE1.5. Incrementar la percepción de satisfacción con las relaciones sexuales para todas las partes, independientemente de su sexo, orientación o identidad sexual

OE1.6. Disminuir el tiempo dedicado al uso de aparatos electrónicos, en detrimento del tiempo dedicado a familiares y amistades

OE1.7. Incrementar las recomendaciones a la ciudadanía sobre activos comunitarios que facilitan una vida saludable

Objetivos del Programa

1. Incluir la promoción de hábitos saludables en las actividades curriculares o extracurriculares de los centros universitarios.
2. Sensibilizar y formar a profesorado y alumnado universitario en la promoción de hábitos para una vida saludable.
3. Fomentar que los centros universitarios sean espacios saludables.

Descripción del Programa

En este programa se abordan las acciones para fomentar los hábitos saludables en los centros universitarios.

Medidas y acciones a desarrollar

1. Revitalización del proyecto de Red Andaluza de Universidades Promotoras de Salud (RAUS) y su vinculación a la Red Española de Universidades Saludables (REUPS)
2. Promoción de la adscripción de los Centros universitarios a programas de promoción de hábitos saludables.
3. Sensibilización y formación del alumnado en promoción de la salud durante la etapa universitaria como activos en salud en su futura carrera profesional y personal.
4. Sensibilización y formación del personal administrativo de servicio y personal docente investigador en promoción de la salud desde sus distintas disciplinas.
5. Creación de salas de lactancia materna al menos en cada campus universitario.
6. Promoción de menús saludables en los comedores universitarios, en base a la normativa o recomendaciones vigentes
7. Oferta de una carta de productos / menús saludables y sostenibles en estos centros, en base a la normativa o recomendaciones vigentes y siguiendo el patrón de dieta mediterránea, por parte de las empresas responsables de restauración y de mantenimiento de máquinas expendedoras de alimentos y bebidas envasadas.
8. Fomento y apoyo a la realización de ejercicio físico en las Universidades Andaluzas, como medida positiva, apoyando por ejemplo las ligas deportivas universitarias.





9. Implantación de la figura de la persona mediadora en salud en la Universidad, contando con el alumnado a través de las redes sociales.
10. Sensibilización y formación de la comunidad universitaria en actividades que incrementen la calidad de vida y el bienestar emocional (por ejemplo, prácticas de meditación/mindfulness.)
11. Fomento de la adhesión de las universidades a la estrategia *Fast track (libre de VIH)* para el abordaje de la salud sexual, en aquellos municipios que forman parte de la misma.
12. Fomento de la reducción en el tiempo de uso de aparatos electrónicos en favor de ocio saludable mediante reducción de costes de la oferta cultural, social y deportiva para la comunidad universitaria.
13. Identificación de activos para la salud en los entornos universitarios e inclusión de los mismos en el mapa de activos para la salud que desarrolla la Consejería de Salud y Consumo.
14. Implantación de planes de movilidad sostenible en los centros universitarios.
15. Instalación y mantenimiento de fuentes de agua potable de la red de abastecimiento en estos centros, incorporando de manera visible la leyenda «*El agua potable procedente de la red de abastecimiento es saludable y sostenible*».
16. Campañas de sensibilización entre la comunidad universitaria sobre la importancia del fomento de hábitos saludables.

Población destinataria

Estudiantes universitarios.

Indicadores claves de realización

- Nº de acciones estructuradas y planificadas para promover hábitos de vida saludable en el alumnado, personal administrativo de servicio y personal docente investigador de los centros universitarios.
- Nº de materiales informativos y divulgativos sobre hábitos saludables elaborados y difundidos entre el alumnado, personal administrativo de servicio y personal docente investigador de centros universitarios.

Indicadores claves de resultados (alcance)

- Porcentaje de universidades ubicadas en Andalucía adscritas a la Red Andaluza de Universidades Promotoras de Salud (RAUS) tras su revitalización.
- Porcentaje de centros universitarios con oferta alimentaria de cualquier tipo que han implantado medidas para proporcionar una oferta alimentaria saludable y sostenible en base a las evidencias y normativas vigentes.

Organismo responsable de su implantación y seguimiento

- Consejería de Salud y Consumo
- Universidades andaluzas

Organismos y entidades colaboradoras

- Consejería de Universidad, Investigación e Innovación
- Vicerrectorados con competencias en el desarrollo de actuaciones de promoción de salud.
- Consejo del alumnado de las universidades

Temporalización

2024-2030

Presupuesto

Las medidas y acciones previstas se financiarán con los presupuestos propios de los organismos públicos responsables del programa.

