

Diagnóstico de activos en salud en la universidad realizado por el alumnado

Sandín Vázquez, M.(*); (**); Katsioulas, R.(**) (**); Ortega, M.(**) (**)
maria.sandin@uah.es; rafaelakat@gmail.com; myriam.ortega@uah.es

(*) Departamento de Departamento de Cirugía y Ciencias Médicas y Sociales. Universidad de Alcalá (España)

(**) Grupo de Universidad Promotora de Salud. Universidad de Alcalá (España)

(***) Oficina Ecocampus de participación, análisis e iniciativas ambientales. Universidad de Alcalá (España)

Palabras Clave: Diagnóstico comunitario, activos en salud, alumnado, Universidad Promotora de Salud.

Resumen:

Introducción: Una universidad promotora de la salud incorpora el fomento de la salud a su proyecto, con el fin de propiciar el desarrollo humano y mejorar la calidad de vida, influyendo así en entornos laborales y sociales. Por otro lado, un activo para la salud se puede definir como cualquier factor o recurso que potencie la capacidad de los individuos, de las comunidades y poblaciones para mantener la salud y el bienestar. El objetivo de este estudio es realizar un diagnóstico de activos en salud por los estudiantes de la Universidad de Alcalá, explorando su concepto de salud, hábitos de vida, y factores del entorno universitario influyentes.

Material y método: Estudio cualitativo exploratorio, con 17 entrevistas semiestructuradas en 9 delegaciones de estudiantes de la Universidad de Alcalá. Las entrevistas abordaron: Concepto de Salud; Calidad de Vida; Hábitos de salud; Factores del entorno universitario positivos y negativos para la salud; Activos para la salud (Propuestas de mejora). Fueron grabadas en audio, tras firmar el consentimiento informado, y transcritas para su posterior análisis.

Resultados: La visión de salud y de calidad de vida de los estudiantes es integral, equilibrando lo físico y mental, y teniendo en cuenta la satisfacción en ámbitos como el laboral, personal, social, económico. Sus hábitos saludables son la actividad física y la alimentación, junto con realizar hobbies y tener buenas relaciones sociales. Como negativo, la falta de tiempo, que les produce estrés. El elemento del entorno universitario que destacan como clave, son las relaciones personales en la universidad, tanto entre estudiantes como la interacción con el profesorado. Respecto a los activos en salud, el recurso que el alumnado percibe como una mejora para su bienestar sería fomentar la participación y la vida universitaria, así como mejorar los horarios y la organización de los estudios.

Conclusiones: El alumnado tiene un concepto muy global e integral de salud, en el que la vida universitaria influye de una manera muy determinante. Tanto la organización del tiempo que pasan en la universidad como las relaciones con compañeros y profesorado son elementos clave que influyen en su salud y bienestar, por lo que habrá que trabajar en su mejora, para conseguir que la universidad sea un centro promotor de la salud y de calidad de vida.