



## La formación en la Universidad de promotores de estilos de vida saludables

### The training in the university of healthy lifestyles promoters

Manuel Vento Ruizcalderón<sup>1\*</sup> <http://orcid.org/0000-0001-9416-6543>

Mayra Ordaz Hernández<sup>1</sup> <http://orcid.org/0000-0003-4729-2197>

<sup>1</sup>Universidad de Pinar del Río. Hermanos Saiz Montes de Oca. Pinar del Río, Cuba.

\*Para la correspondencia con el autor principal: [brandon@upr.edu.cu](mailto:brandon@upr.edu.cu)

**Recibido:** 15 de julio 2019

**Aceptado:** 9 de septiembre 2019

**Publicado:** 1 de noviembre 2019

**Citar como:** Vento Ruizcalderón M, Ordaz Hernández M. La formación en la Universidad de promotores de estilos de vida saludables. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2019 [citado: fecha de acceso]; 23(6): 918-932. Disponible en: <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/4141>

---

## RESUMEN

**Introducción:** se expone un análisis sobre el papel que le corresponde a la formación de promotores de estilos de vida saludables en el perfeccionamiento de la formación de los estudiantes universitarios y su relación con el desarrollo actual de la ciencia y la tecnología.

**Objetivo:** proponer una concepción pedagógica para la formación en la Universidad de promotores de estilos de vida saludables.

**Métodos:** se utilizó el método dialéctico-materialista que resulta soporte teórico, práctico y metodológico del proceso investigativo, el histórico-lógico y sistémico-estructural.

**Resultados:** se enuncian las bases teóricas de la investigación que se enmarcan desde las Ciencias de la Educación, así como el marco legal en que se asienta.

**Conclusiones:** se abordó el término estilo de vida saludable, se tuvo en cuenta su implicación en la formación de profesionales, a través de la extensión universitaria como proceso formativo donde se asienta la experiencia.

**DeCS:** FORMACIÓN; ESTILOS DE VIDA SALUDABLES; EDUCACIÓN SUPERIOR; CIENCIA; TECNOLOGÍA.

---

## ABSTRACT

**Introduction:** an analysis is presented concerning the role of training promoters of healthy lifestyles in the development of university students and its relationship with the up to date growth of science and technology.



**Objective:** to propose a pedagogical concept for the training of promoters of healthy lifestyle in the University.

**Methods:** the dialectic-materialist method that is considered a theoretical, practical and methodological support of the research process, as well as the historical-logical and the systemic-structural method were applied.

**Results:** the theoretical bases of the research that are framed from the Educational Sciences are stated, along with the legal framework in which it is based.

**Conclusions:** the term healthy lifestyle was approached, taking into account its implication in the training of professionals, throughout the university extension work as a formative process where the experience is consolidated.

**MeSH:** FORMATION; HEALTHY LIFESTYLE; EDUCATION, HIGHER; SCIENCE; TECHNOLOGY.

---

## INTRODUCCIÓN

La universidad como institución, constituye es un escenario privilegiado para la potenciación de profesionales responsables, desde el punto de vista social, en un mundo con nuevas necesidades. Entre sus desafíos actuales se encuentra influir en los acontecimientos sociales desde diferentes aristas, entre las que se encuentra la promoción de estilos de vida saludables.

La salud se reconoce como un factor de marcada relevancia en la civilización, muy ligada con el desarrollo intelectual, espiritual y social. Su historia, tanto en Cuba como en el mundo, está signada por connotados acontecimientos de distinta naturaleza, científicos, tecnológicos, sociales, culturales, educativos.

En el mundo de hoy, la promoción de estilos de vida saludables constituye un factor imprescindible para los ciudadanos, que influye de manera directa en su desarrollo social, cultural y económico, lo que ha sido en gran manera, reconocido y es un reto inaplazable para todas las universidades.

La influencia de la revolución científica, tecnológica y productiva, provoca constantes transformaciones en los procesos educativos, y por tanto, en la formación sistemática y continua de los recursos humanos, esto reafirma a la educación como condición necesaria para el desarrollo. Se hace necesario considerar también la formación de estilos de vida saludables en los estudiantes.

En las universidades cubanas el tema tiene una larga y rica trayectoria histórica, que ha tenido en cuenta la importancia no solo en la comunidad universitaria sino en los entornos territoriales donde los jóvenes interactúan. En este sentido tanto en su quehacer universitario como familiar y social, viven una etapa caracterizada por intensos procesos de aprendizaje, la búsqueda de identidad propia y cambios cognoscitivos, emocionales y sociales sin precedentes.

El Ministerio de Educación Superior (MES) en Cuba, ha trazado desde sus inicios, una política al respecto. En este sentido el proceso de extensión universitaria lidera la promoción de salud, desde un enfoque educativo en dichas instituciones. Es en ella donde se forjan actitudes valores y conductas frente a la vida, se construyen las bases de los estilos de vida saludables como parte indisoluble de la educación para la salud.

De la acción conjunta entre profesores, personal de salud y padres depende que los jóvenes en su etapa universitaria, tengan acceso y oportunidad para desarrollar estilos de vida

saludables que los acompañen durante toda su vida. De esta forma, en la relación entre ciencia, tecnología y salud encuentra grandes desafíos y enormes posibilidades.

El Presidente de la República de Cuba, Miguel Díaz Canel-Bermúdez, quien fuera Ministro de Educación Superior, en la conferencia de apertura del VII Congreso Internacional de Educación Superior Universidad 2010, expresó que "... la prioridad está dirigida a avanzar en el perfeccionamiento de la educación de las nuevas generaciones de profesionales cubanos, en la certeza de que la excelencia académica de la universidad cubana se mide a través de la estrecha relación entre ciencia y tecnología así como el papel que está signado a las universidades cubanas en dicha relación".<sup>(1)</sup>

En el IX Congreso Internacional de Educación Superior Universidad, se reafirmó, de igual manera, como política del MES, la necesidad de "perfeccionar y dinamizar el modelo de gestión de las universidades", al aseverar que la responsabilidad social universitaria que se precisa en estudiantes y profesores".<sup>(2)</sup>

La tecnología como ciencia aplicada a la vida diaria, ha influido mucho en la calidad de vida de los seres humanos y acerca más las metas, ya que a medida que pasan los años el hombre la desarrolla en su beneficio. Sin embargo, este dependerá del uso y las intenciones que tenga. En correspondencia con los propósitos del trabajo, se asume como ciencia lo considerado como actividad social, el que se expresa en "un sistema de conceptos, proposiciones, teorías, hipótesis, etc., sino también, simultáneamente, como una forma específica de la actividad social dirigida a la producción, distribución y aplicación de los conocimientos acerca de las leyes objetivas de la naturaleza y la sociedad".<sup>(3)</sup>

Desde este enfoque la ciencia está representada en la institución social, en un vínculo estrecho con diferentes esferas como la economía, la política, los fenómenos culturales y también con las necesidades de la sociedad.

La relación entre la universidad y la sociedad se genera en un mundo globalizado, donde a diario es necesario enfrentar constantes desafíos. La humanidad vive tiempos difíciles, y se encuentra en presencia de una crisis sistémica mundial, económica, alimentaria, ambiental y cultural. El impacto de la explotación del hombre y del medio ambiente trae como resultado la pérdida de la esencia del ser humano, aumenta las diferencias sociales, el deterioro de la identidad nacional y cultural, donde el hambre, las enfermedades y la extinción de las especies es cada vez más preocupante. Ante estas constantes adversidades, la formación de profesionales en Cuba tiene el reto mayor, junto a las familias y la sociedad en general, de mantener el status de la esencia de la vida y fomentar la perpetuidad de la especie, así como el desarrollo cultural de los pueblos.

En un mundo dependiente de la ciencia y la tecnología donde los procesos de producción, las fuentes de alimentación, la medicina, la educación, la comunicación o el transporte, son campos cuyo presente y futuro están ligados al desarrollo tecnológico y científico, la información es trascendental. Por otra parte, el escaso acceso a esta tiene efectos nefastos sobre la economía, pues aumenta las diferencias entre los países desarrollados y en vías de desarrollo, y agrava las situaciones de pobreza.

La extensión universitaria, se convierte a partir de su práctica, en un proceso de interacción humana, en tanto orienta sus propósitos no solo a contribuir al resto de las funciones universitarias y a la institución en sí misma; favorece la formación integral de la comunidad intra y extrauniversitaria, así como, la transformación de la sociedad mediante su propia participación en las perspectivas globales del entorno social.

En la Universidad la formación de promotores de estilos de vida saludables representa una necesidad, ya que es preciso contar con profesionales con un estilo saludable de vida desde lo personal, transmitido a la familia y la sociedad, acorde a la construcción de esta última con adelantos teóricos y científicos, por lo que una globalización de la información y de la cultura se hace necesario.

Son diversos los esfuerzos en la Educación Superior dirigidos a la asunción de estilos de vida saludables en los estudiantes, a partir de la formación de promotores estudiantiles. La Red Española de Universidades Saludables (REUS), resulta un ejemplo pues parte de una iniciativa conjunta por la promoción de la salud, como "acción comprometida a reforzar el papel de las universidades como agentes promotoras de la salud".<sup>(4)</sup>

La asunción de estilos de vida saludables permite "la adquisición de habilidades sociales y emocionales, con un desarrollo positivo, una disminución de depresión y ansiedad, también con los desórdenes de conducta, violencia, bullying e ira."<sup>(5)</sup>

Se propone una concepción pedagógica para la formación en la Universidad de promotores de estilos de vida saludables.

### **Aproximación teórica y conceptual a la formación de promotores de estilos de vida saludables en la Educación Superior**

Las bases teóricas de la investigación sobre el proceso de formación de promotores de estilos de vida saludables, se enmarcan desde las Ciencias de la Educación a partir de varias de ellas, se toma a la Pedagogía como ciencia madre y además la Sociología Educativa, Psicología Educativa, Gestión Educativa, y Didáctica, entre otras, como parte del mismo proceso.

Por consiguiente, la Universidad demanda una postura con relación a la promoción de estilos de vida saludables; que constituye centro de atención y preocupación de la sociedad en sentido general, ya que son disímiles las investigaciones que constatan el estilo de vida inadecuados en los jóvenes, como escasa práctica de ejercicios físicos, sexo sin protección, consumo de alcohol y otras drogas, alimentación inadecuada, entre otros; situación de la que Cuba no está exenta.

*"Algunos estudios realizados sobre los estilos de vida de los estudiantes universitarios han demostrado la existencia de estilos de vida poco saludables, sugiriéndose además que, durante la etapa universitaria, los estudiantes abandonan hábitos saludables y adquieren otros nocivos. No hay duda de que ciertos tipos de conductas como el tabaquismo, una dieta poco saludable, la vida sedentaria o un excesivo consumo de alcohol podrían contribuir por sí solos a aumentar la morbilidad e, incluso, la mortalidad".*<sup>(6)</sup>

Para González-González y colaboradores<sup>(7)</sup> "la nueva gran enfermedad del milenio es la obesidad, cuyo auge y rápido crecimiento se ha producido por la incidencia de la tecnología en la sociedad actual".

"El incremento del sedentarismo ocasionado por la tecnología actual, por lo que resulta primordial fomentar un uso crítico de las TIC y concienciar a las personas sobre la importancia de una vida activa".<sup>(8)</sup>

Por otra parte, "el ejercicio aumenta la autoestima y mejora el autoconcepto; de la mano de la autorrealización y un buen soporte interpersonal, pueden ser facilitadores para iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto"<sup>(9)</sup>

Duarte-Cuervo<sup>(10)</sup> enuncia que *“la práctica los conceptos de PS y entorno han sido interpretados de maneras distintas”*, criterio este que resulta coincidente con lo que se asume en el presente.

Resultan interesantes los estudios conjuntos de López-Belmonte, J.; Pozo-Sánchez, S.; Fuentes-Cabrera, A. y Fuentes-Cabrera, P. Á.,<sup>(11)</sup> que han integrado diferentes “líneas de actuación: promoción de la actividad física y el deporte; fomento de buenas prácticas alimentarias; cuidado de la higiene postural y corporal; y respeto y concienciación medioambiental, en las que se ha percibido un alto grado de participación familiar y en la creación de *“un equipo multidisciplinar externo al centro educativo, compuesto por profesionales de diversas ramas de la salud: un médico, un psicólogo, un terapeuta ocupacional, un fisioterapeuta, un nutricionista y un enfermero”*.

En este sentido son diversas las acciones de todo tipo a favor de la formación de estilos de vida saludables, y que precisan la formación de promotores como una vía de multiplicar acciones que permitan no solo la transformación en lo personal sino como responsabilidad social que cada uno de los integrantes de la comunidad universitaria debe realizar, tanto dentro como fuera del contexto universitario.

La promoción de estilos de vida saludables en las universidades tiene una larga y rica trayectoria histórica en los países de la América, los jóvenes viven una etapa caracterizada por intensos procesos de aprendizaje, la búsqueda de identidad propia, cambios cognoscitivos, emocionales y sociales, sin precedentes.

En este periodo la promoción de estilos de vida saludables encuentra grandes desafíos y enormes posibilidades. Es aquí donde se forjan actitudes valores y conductas frente a la vida y se construyen las bases de los estilos de vida.

De la acción conjunta entre profesores, personal de salud y padres depende que los jóvenes en su etapa universitaria tengan acceso y oportunidad para transformar la información sobre salud que se imparte, en conocimientos, actitudes y prácticas saludables que les permitan cuidar y proteger su salud, así como desarrollar estilos de vida saludables durante toda su vida.

Toda universidad cumple su misión social al penetrar en la cultura en que está inmersa, mediante el avance constante del saber en los temas de mayor relevancia como una necesidad para cada país.

De esta forma, las instituciones de educación superior buscan comprender los fenómenos y aportar soluciones que enriquezcan y orienten el futuro nacional y del sistema educacional. En otras palabras, la existencia misma de una universidad implica su participación en la cultura y en los procesos relevantes de la nación a la que pertenece.

Un modelo de educación, que contemple la formación integral (social y personal) del ser humano, la comunicación consigo mismo y con los demás, el manejo corporal armónico, el pensar en su salud y en la de los que lo rodean de una forma coherente, el desenvolvimiento emotivo y la expresión creativa, será pilar del nuevo paradigma de educación integral humanista.

Es evidente que a la luz del cambio educativo que se ha llevado a cabo en la educación cubana se propicia un ambiente de nuevos saberes, en un espacio de actividad y comunicación por lo que se necesita el desarrollo de la personalidad en su esfera inductora y

ejecutora, la participación activa del estudiante para lograr el tránsito de la dependencia a la independencia, desechar concepciones tradicionales que dan al traste con lo que se aspira hoy.

Las nuevas tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC), posibilitan la construcción de un nuevo espacio-tiempo social, en el que puede desarrollarse la sociedad de la información. Este nuevo espacio social se superpone a los dos primeros entornos (naturaleza y ciudad), no solo a nivel mundial (globalización), sino también desde el punto de vista regional, local, doméstico e incluso corporal.

La globalización electrónica modifica de modo profundo, la vida social y personal, debido a que irrumpe a nivel planetario, en los ámbitos regionales, locales y privados. En ello radica su fuerza, pero también las posibilidades de acción cívica en el espacio electrónico.

Un aspecto de gran significación es la integración que se logra en la actualidad entre la universidad y la sociedad, expresada en la posibilidad de que los estudiantes universitarios cubanos, en todas sus carreras, dediquen una parte importante de su tiempo de estudios a desarrollar habilidades y competencias profesionales en diferentes entidades laborales, productivas y de servicios, a todo lo largo y ancho del país. Es por esto que el estudio que se pretende precisa en los estudiantes una posición de promotor de salud, tanto en el contexto universitario, como en los escenarios donde desarrollará su labor profesional una vez se gradúe.

Un reto para la universidad cubana es desarrollar sus tres procesos sustantivos: docencia, investigación y extensión, en una constante actividad creadora e innovadora, que solucione los problemas e impulse el desarrollo de los estudiantes y de la sociedad; en tal sentido es necesario formar al estudiante como gestor de su propia salud y la de su entorno, con autonomía y protagonismo, para de esta forma desarrollarse profesionalmente desde una perspectiva científica.

La extensión universitaria como proceso sustantivo que refuerza la función social de la universidad, con sus dos principios fundamentales: identidad y participación, resulta esencial para el protagonismo del estudiante y su postura hacia la salud.

González<sup>(12)</sup> referido al proceso extensionista plantea que en buena medida se ha de lograr que la extensión universitaria se lleve a la práctica por los mismos sujetos que en ella intervienen. Se produce entonces un efecto multiplicador, actividades autodirigidas en la medida en que los que participan están más identificados con la toma de decisiones, con las valoraciones y tareas emanadas del trabajo en grupos, lo que estimula la creatividad de todos en un marco donde se sienten comprometidos y asumen responsabilidades en la ejecución.

En criterio de González<sup>(13)</sup> "se convierten de hecho en emprendedores o promotores del cambio", lo que se aviene con la concepción extensionista pretendida.

Concebir un proceso de formación para la promoción de estilos de vida saludables que se sustente desde la extensión universitaria y que tenga al estudiante como centro de esta formación para que en su papel de promotor multiplique acciones, no se realiza en aras de aumentar un número de actividades extensionistas, sino que permite la posibilidad de acercarse a la salud desde la promoción.

En el contexto universitario un proceso de formación para promover estilos de vida saludable concibe al profesor con un papel de facilitador, con una conducta eminentemente extensionista y sobre todo, con una conducta adecuada ante la salud.

Los docentes instruyen con el conocimiento que poseen, pero educan con su comportamiento y su visión del mundo, su estímulo e influencia posibilitan que los alumnos adopten una actitud de responsabilidad personal y social frente a la salud, entonces es preciso que ellos promuevan estilos de vida saludables, utilizados en el aula y fuera de ella, de esa manera enseñará que la salud es parte importante del quehacer educativo y que tienen un papel en la formación intelectual y humana.

El profesor universitario, con un papel protagónico como facilitador, constituye eje dinamizador del proceso, debe ser ejemplo dentro del grupo para lograr la multiplicación que el proceso necesita. El profesor educa con lo que es y con su propia formación. Por lo tanto, este proceso no puede ser inconsciente, sino que debe ser formada a partir de la capacitación.

El profesor es figura imprescindible entre el estudiante y sus estilos de vida; su tarea de facilitador del proceso de formación para la promoción de estilos de vida saludables, determina el encuentro del alumno con la salud. En este proceso alumno y profesor se imbrican y compatibilizan de tal forma, que, este proceso desarrolla también en el estudiante la posibilidad de convertirse él mismo en promotor de salud, al afianzar las relaciones alumno –profesor, alumno- alumno, en el proceso de formación para la promoción de estilos de vida saludables.

El proceso de enseñanza- aprendizaje es contexto para la práctica de la salud, y a entender de este autor el espacio ideal para su promoción. Es importante que se considere el papel que desempeña el profesor como conducto a través del cual los estudiantes conceptualizan, la salud dentro y fuera del ámbito universitario.

El profesor universitario precisa sistematizar o reflexionar sobre su práctica docente relacionada con la salud, de ahí que en la investigación se plantea la necesidad de recuperar la experiencia educativa de los profesores con miras a promover el interés y el compromiso hacia la salud y la promoción de ella desde el aula.

La educación como proceso organizado y dirigido a la preparación del hombre para la vida tiene un eminente carácter social y un marcado fundamento pedagógico.

La formación de promotores de estilos de vida saludables vista desde una perspectiva científica asociada a la extensión universitaria, tiene en cuenta el papel del profesor como facilitador y al estudiante como promotor y exige un replanteamiento de los componentes curriculares en torno a la misma, de forma que todas las asignaturas con un enfoque transversal, contextual y flexible.

Para lograrlo, cobra especial importancia el papel que desempeñan los proyectos, actividades, acciones y tareas extensionistas. Dichas tareas no han de plantearse como ejercicios o actividades al modo tradicional, sino como zonas de intersección entre disciplinas, como puentes que faciliten al alumnado darse cuenta de la conexión intrínseca entre los diferentes contenidos.

El profesor como facilitador del proceso debe ser capaz de relacionarse y establecer un intercambio recíproco con las instituciones de salud de la provincia, al evitar la actuación de

forma aislada y propiciar la interacción con el resto de los agentes sociales que incidan en la comunidad.

El proceso de formación de promotores de estilos de vida saludables y sus componentes personales, promueven los fines en los que los estilos de vida saludables se inscriben socialmente.

La Universidad necesita ser consciente de la función fundamental de aprendizaje que la salud ejerce en la formación de sus estudiantes, en cuanto instrumento privilegiado de comprensión, acción y evaluación, por lo que la relación con la salud debe ser una responsabilidad.

El profesor como facilitador tiene un rol protagónico, y el estudiante debe constituirse en promotor. La institución universitaria es un agente activo con una influencia crucial en la sociedad donde se encuentra enclavada e interactúa de diversas maneras. La institución a través de sus promotores estudiantiles, debe tener entre sus prioridades, iniciativas innovadoras para la promoción de estilos de vida saludables en su entorno, lo que resulta viable a partir de la extensión universitaria, si se tiene en cuenta el objetivo esencial de la extensión es promover la cultura intra y extra universitaria para contribuir a su desarrollo.

La teoría y la práctica son dos partes de esta formación de los futuros estudiantes universitarios que no pueden separar, así como no pueden separarse los aspectos de adquisición y expresión de los conocimientos.

Resulta necesario destacar que un factor importante para el funcionamiento adecuado de la sociedad y que constituye el cimiento del desarrollo del proyecto social, es la asunción individualizada y personalizada de cada ciudadano en formación de los principios que se sustentan como nación. No se pueden olvidar los valores primordiales del proyecto social, que solo serán elementos identitarios, si pasan a formar parte de la subjetividad de cada cubano y en este sentido se han determinado los objetivos de la presente investigación.

Por ello en virtud de su conexión con el quehacer práctico, todo conocimiento científico tiene una relación directa con el destino de los hombres. De esta manera se explica que la actitud frente a la ciencia constituye a la vez una actitud frente al hombre y por ende, un aspecto moral. De ahí que la actividad científica debe orientarse por el reconocimiento del individuo como valor supremo, pues es precisamente el ser humano, su vida, bienestar y salud, cultura y libertad, quien le confiere sentido real a la ciencia.

Dicho planteamiento es asumido en la formación de promotores de estilos de vida saludables que se propone, la que está concebida desde el diálogo de saberes, la identidad y la participación como principios generales de la extensión universitaria.

Resulta imprescindible la relación que existe entre la salud, el valor que se otorga a los estilos de vida sanos, como se ha demostrado, tanto en el desarrollo de los hábitos y estilos de vida como en la mejora de la salud, y la especial influencia de los factores psicosociales asociados al entorno del joven universitario. De tal manera que esta se relaciona con las desigualdades sociales antes que, con las barreras de acceso tecnológico, por lo tanto, es una forma de exclusión social; es decir es la segregación que existe entre las personas, comunidades, estados, que utilizan las TIC como parte fundamental de su vida cotidiana y quienes no tienen acceso a ellas, o aunque las tengan, no saben cómo o para qué utilizarlas.

La utilización de las TIC como parte de las estrategias cotidianas de trabajo es un desafío para los promotores de salud. Para hacer frente en forma exitosa a esto, es imprescindible

comprender que ellas son solo herramientas, no un fin en sí mismas, ya que el objetivo fundamental del accionar de los docentes son los estudiantes, es decir favorecer el perfeccionamiento de la formación profesional de sus educandos. Ello también significa preparar al profesor para que adquiera las habilidades necesarias que le permita dar solución creativa a los problemas, que desafíe los cambios mediante su capacidad para aprender de manera permanente, que sea flexible para desempeñar el rol que le corresponde como facilitador.

Las creencias y los conocimientos de los docentes sobre su promoción, los modos de comunicación, así como las nuevas realidades sociales, afectan la salud. Se precisan nuevos espacios de promoción de estilos de vida sanos, de tal modo que la sociedad exige un modelo de salud diferente y unas nuevas estrategias de promoción de salud.

### **Marco legal y contextual**

La presente investigación sobre el proceso de formación para la promoción de estilos de vida saludables da respuesta a las necesidades de desarrollo cultural de la comunidad universitaria de la Universidad de Pinar del Río (UPR), a partir de la extensión universitaria y tributa al perfeccionamiento de este proceso sustantivo de la universidad.

Tiene como documentos rectores el Programa Nacional de Extensión Universitaria para la Educación Superior Cubana (2004), el Modelo de Gestión para la Extensión Universitaria (2002) así como los Programas Nacionales de Prevención (ITS/VIH y sida, Tuberculosis, Drogas)

La extensión tiene como fin promover la cultura y asume como método la promoción cultural, el estudio se centra en una concepción pedagógica.

A inicios del año 1990 y hasta mediados de 1997, comienza a aplicarse en Cuba una metodología para la formación de promotores entre las personas que vivían con VIH/sida la cual había sido utilizada con anterioridad en otros países de la región, sin embargo, no lograba los resultados esperados.

Solo a partir de 1997, es que el MINSAP comienza un proceso de contextualización de las acciones que se ejecutaban e iniciaron el desarrollo de capacitaciones ajustadas a la realidad social, con el fin de preparar a este grupo de personas sobre el tema del VIH/sida y contribuyeran a lograr mayor calidad e impacto en las comunidades y sectores más afectados. A partir de esta fecha y hasta la actualidad, la formación de promotores de salud ha sido una dirección de trabajo del Centro Nacional de Prevención de las ITS/VIH/sida, (CNP ITS/sida), así como del Centro Nacional de Educación Sexual (CENESEX), pertenecientes al Ministerio de Salud Pública de la República de Cuba, quienes han ejecutado sus acciones fuera de las instituciones escolares.

Esto conllevó a que, en ese mismo año se aprobara y pusiera en práctica el Programa Nacional de Promoción de Salud en el MES, el que incluye, entre sus ejes temáticos, la promoción de salud y dentro de ella la prevención de las infecciones de transmisión sexual, el VIH/sida y las drogas, al constituir este último un programa nacional también de salud que se incluyen en este gran proyecto nacional.

A partir de este momento, se elaboran los programas y estrategias de capacitación y entrenamiento para facilitarles a los estudiantes temas sobre las Drogas y VIH/sida, que los prepararan para la vida.

En el año 2003 se inicia el proyecto nacional "Fortalecimiento de la respuesta nacional multisectorial o Respuesta ampliada a la epidemia para la prevención y atención de la epidemia del VIH/sida en la República de Cuba", auspiciado por el Fondo Mundial para la lucha contra el sida, la tuberculosis y la malaria, en el que participaron más de veinte organismos y organizaciones, entre ellos el Ministerio de Educación Superior, lo que constituyó una potencialidad para promover aún más, la promoción de salud en las instituciones del país.

Este proyecto complementa y profundiza la preparación para la vida social, familiar y sexual de los jóvenes con el objetivo principal de promover una sexualidad responsable que contribuya a la prevención del VIH/sida, Drogas y la Tuberculosis.

Esto implicó en la Universidad la creación de espacios que permitieron la formación de promotores de salud para la prevención de las ITS y el VIH/Sida, Drogas y Tuberculosis, como parte de las acciones previstas del proyecto nacional, lo que contribuía al desempeño de la responsabilidad social por parte de los jóvenes ante la salud.

Sin embargo, en consideración del autor de esta investigación, son insuficientes las iniciativas desarrolladas, pues los jóvenes necesitan modificar sus estilos de vida, desde un buen comportamiento ante la salud y a nivel social, de ahí la necesidad de formar promotores capacitados en estilos de vida saludables que permitan la multiplicación de estos saberes en la universidad cubana.

La UPR ha consolidado su trabajo, desde su fundación, en todos los ámbitos, en específico desde el campo de la extensión universitaria, se ha impulsado el desarrollo sociocultural dentro y fuera de sus marcos, a partir del funcionamiento de proyectos sociales, donde juega un papel importante el proyecto educativo como una herramienta de participación y autodesarrollo estudiantil. Ha desplegado, además, una labor ardua por formar egresados competentes e integrales que respondan a las exigencias sociales de su profesión.

Cuba ha tenido un interés marcado en este sentido y la universidad se ha integrado a ellos, en resumen, algunas de los más importantes avances se podrían enumerar de la forma siguiente:

- Existe un Programa Nacional de Salud dirigido por el Ministerio de Salud Pública que incluye a instituciones y organismos implicados.

La UPR se integra al programa del que el MES forma parte, a tal efecto la extensión universitaria se constituye en coordinadora de la salud y de esta forma, instrumenta acciones para su promoción, desde la experiencia de la investigadora, se evidencia que las acciones no forman parte de una estrategia específica para este proceso, sino que se materializan en actividades por un motivo específico o fecha señalada. Tales actividades concentradas en el denominado "*Peña Condonéate*", que se realiza con carácter mensual, son gestionadas desde el departamento de extensión y adolecen del necesario protagonismo de estudiantes y docentes.

Se ha dinamizado y puesto en práctica la consultoría de VIH/Sida y Drogas, que ofrece servicios de consejería cara a cara a toda la comunidad universitaria.

Los medios de comunicación, radio, televisión, prensa escrita y digital, han incrementado los espacios dedicados a las actividades de promoción de salud, foros, congresos, cursos, talleres y todo tipo de convocatorias. Diversas instituciones financian la visita de importantes personalidades del mundo, gracias a la cobertura periodística la población conoce de sus ideas y propuestas.

La universidad se integra desde esta perspectiva, al propiciar eventos a este fin tanto coordinadora como coauspiciadora de espacios de reflexión y foros teóricos, en este sentido juega un papel fundamental la Facultad de Humanidades, no obstante, no es suficiente el protagonismo de la Universidad a escala local con relación a la salud.

Aunque existe la plataforma para su promoción de salud, en la intranet universitaria no hay un grupo integrado que tenga a su cargo su promoción, difusión de la salud.

- El Estado ha incrementado las acciones de formación de promotores de estilos de vida saludables en el sector educativo.

En observaciones realizadas a actividades extensionistas por la salud promovidas por el departamento de extensión, la promoción de estilos de vida saludables puede lograr formación de promotores estudiantiles.

- Se ha logrado generar un clima social de salud.

La universidad posee amplias relaciones a las instituciones de salud a todos los niveles, con la que coordina acciones y eventos de conjunto a favor de la salud y de la cultura en salud en general.

### **Principales problemas**

Analizada la perspectiva nacional y local sobre la formación de promotores de estilos de vida saludables en la UPR, se aplicó un diagnóstico que permitió en, sentido general, identificar las principales limitaciones y potencialidades de este proceso en dicho centro de educación superior.

- Existe un consenso general acerca de la importancia de la salud en la formación cultural general de los estudiantes.
- Es insuficiente la representación del tema de la salud y su promoción en los perfiles de formación profesional de las carreras.
- Persiste una visión reduccionista con relación al papel de la extensión universitaria asociado a la salud, como un conjunto de actividades que son ejecutadas desde su dirección.
- No existe una participación real de otras estructuras como las facultades, departamentos, colectivos de carrera y de año, con grandes potencialidades para la promoción de salud.
- Desconocimiento de las potencialidades de la formación de promotores de estilos de vida saludables como método de la extensión para la formación lectora de los estudiantes.
- Falta de protagonismo de estudiantes y profesores desde las formas organizativas de la gestión de la extensión (Programas, proyectos, actividades, acciones y tareas) hacia la salud.
- No se promueve la salud con un fin en sí misma, ni se le otorga el valor suficiente a la salud social en la formación profesional de los estudiantes universitarios.
- No se potencia la labor extensionista del profesor como facilitador hacia la salud dentro y fuera del contexto universitario.
- No se explotan las posibilidades de la promoción de la salud como práctica social contextualizada.

La entrevistas realizadas a profesores de la UPR evidencian la necesidad de integrar los conocimientos y habilidades con que se pretende dotar al estudiante en la práctica donde va a desarrollar dichos conocimientos y habilidades, un alto índice de profesores reconocen que no se hace una buena promoción de los determinantes de la salud desde el aula, solo se

hace alusión a elementos teóricos y no a las experiencias del contexto donde se desarrollan, por lo que la salud necesita permearse de esa realidad cercana, cotidiana, donde el alumno va a realizar desarrollarse profesionalmente. Contextualizar la salud implica la formación de la identidad ciudadana de estudiantes, entender la promoción de estilos de vida saludables como una práctica social contextualizada implica integrar los conocimientos más avanzados a la realidad concreta, es decir, qué hacer con lo que se aprende desde este proceso formativo para transformar su entorno inmediato.

## **Promoción y divulgación**

La sociedad que se encamine por los derroteros del desarrollo social sostenible basado en el conocimiento, donde la educación de todos, no de algunos, se conciba como educación continua o educación para toda la vida.

Por lo cual la investigación tiene su aplicación práctica en una estrategia que contempla tres acciones dirigidas a implementar en la práctica educativa la concepción del proceso de formación de promotores de estilos de vida saludables, con relación al perfeccionamiento de la formación general de los estudiantes universitarios.

- Direccionar la implementación del proceso de formación de promotores de estilos de vida saludables en la carrera de Ingeniería Informática de la UPR a partir del diseño del Programa de Formación para la Promoción de la Salud.

Inclusión del Programa de Formación de Promotores de Estilos de Vida Saludables como complemento dentro del Programa de Extensión Universitaria de la UPR, para su instrumentación en el año académico y brigada a partir de las particularidades propias de cada uno de ellos.

Desde esta perspectiva el Programa de Formación de Promotores de Estilos de Vida Saludables, se integra al Programa de la Extensión Universitaria de la UPR, como expresión de las relaciones causales sujetas a ley en este proceso de formación y sus funciones son las siguientes:

El programa abarca a toda la comunidad universitaria (directivos, docentes, trabajadores, investigadores, estudiantes) y a miembros de la comunidad extrauniversitaria. Incluirá acciones particulares dirigidas a líderes de proyectos extensionistas desde los colectivos de carrera, departamentos y años, las áreas centrales y las brigadas estudiantiles de la FEU. Serán objeto de atención particular los promotores de las instituciones culturales universitarias, así como los líderes comunitarios y promotores socioculturales que desde sus ámbitos de actuación establezcan relaciones de proyecto con diferentes áreas de la Universidad o viceversa.

De esta manera los principales logros del programa han estado en:

1. Consolidación de los espacios existentes, así como la creación de otros que potencien la formación de promotores de estilos de vida saludables, dirigida estudiantes y profesores de la carrera de Ingeniería Informática de la UPR.
2. Potenciación de investigaciones, creación de grupos estudiantiles de investigación, donde se integren a estudiantes con el fin de crear equipos multidisciplinarios en función de la formación de promotores de estilos de vida saludables.
3. Creación de nuevos espacios extensionistas en la universidad y en entornos comunitarios encaminados a la formación para la promoción de la salud, que tributen a la formación de los estudiantes universitarios y de la comunidad universitaria en general. Como por ejemplo peñas, conferencias, charlas, intercambios con

- personalidades de esta ciencia, exposiciones, ferias, intercambio de experiencias, entre otros.
4. Desarrollo de talleres extensionistas de formación de promotores estudiantiles orientado a formar a los estudiantes como promotores que propicien la multiplicación de actividades acciones y tareas extensionista de dentro y fuera del contexto universitario.
  5. Desarrollo de campañas por la salud en espacios diversos y plataformas para la divulgación y promoción de experiencias.
  6. Reactivación y creación de nuevos espacios asociados a "Día Mundial de Lucha contra el Sida", Día Mundial de lucha contra la Tuberculosis", "Día Mundial sin fumar", las campañas contra la obesidad, entre otras, que permita la inserción de los estudiantes como protagonistas de las acciones a desarrollar, y que contribuya a su formación.
  7. Promoción en la página webs de la Universidad de enlaces que permitan conocer presente, pasado y futuro de la salud a nivel autonómico, nacional o internacional, como por ejemplo los ya desarrollados para compartir documento previo registro.
  8. Realización de actividades diversas como círculos de salud, talleres de creación, presentaciones de libros en diferentes fechas por parte docentes, artistas, entre otros.
  9. Perfeccionamiento del proceso de formación de promotores de estilos de vida saludables en la UPR, a partir de la capacitación al colectivo pedagógico.

La capacitación al colectivo pedagógico, constituye una acción que se fundamenta en la necesidad de dinamizar las acciones estratégicas específicas a desarrollar en las dimensiones curricular y extracurricular, del proceso de formación de promotores de estilos de vida saludables.

Integración de Instituciones que tiene a la salud como centro, dentro y fuera del contexto universitario en Consultoría de Promoción de Estilos de Vida Saludables. De manera que la Consultoría de Promotores de Estilos de Vida Saludables sirva como un espacio de interrelaciones, de asesoramiento y capacitación.

Esta línea estratégica pretende posicionar a la universidad en el lugar que le corresponde para estrechar vínculos sobre un aspecto de la realidad tan necesario en la formación cultural de los jóvenes, como una vía para estrechar los vínculos entre universidad sociedad, así como brindar una respuesta más efectiva a las exigencias que demanda la sociedad de los futuros profesionales.

## **CONCLUSIONES**

La ciencia y la tecnología como procesos sociales son esenciales en cualquier proceso universitario, su relación no consiste solo en apropiarse de conocimientos científicos específicos sino también de una capacidad reflexiva sobre las interrelaciones entre ciencia, tecnología y sociedad y el aporte que como profesionales se puede hacer.

En la actualidad se le atribuye gran interés a la promoción de estilos de vida saludables, lo que constituye un tema ligado al desarrollo intelectual, espiritual y social de los individuos. Un proceso formativo dirigido a este fin en la universidad, dentro de una propuesta integrada y sistémica en la extensión universitaria que contribuya al perfeccionamiento de esta función sustantiva y de la Educación Superior, tiene que estar pensada en esa relación indisoluble que une a la ciencia, la tecnología y la sociedad, dada la importancia de preparar a los futuros profesionales.



Se sistematizan en este trabajo los principales problemas que afectan el proceso de formación de promotores de estilos de vida saludables y a la labor del profesor como facilitador, lo que no se limita al aula sino a su función extensionista y se desarrolla por lo tanto en diferentes escenarios.

### **Conflicto de intereses**

Los autores declaran que no existe ningún conflicto de intereses.

### **Contribución de los autores**

Los autores contribuyeron de igual medida en la confección del estudio.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. Díaz-Canel M. La universidad por un mundo mejor. Conferencia inaugural del VII Congreso Internacional de Educación Superior Universidad; 2010.
2. Alarcón R. La universidad socialmente responsable. Conferencia inaugural del IX Congreso internacional de Educación Superior Universidad 2014. La Habana; 2014.
3. Núñez Jover J. La Ciencia y Tecnología como procesos sociales. La Habana: Editorial Félix Varela; 1999.
4. Red Española de Universidades Saludables (REUS). La Universidad como entorno promotor de salud. [Internet] abril de 2016 [citado 01/09/2019]. Disponible en: <https://www.unisaludables.es/es/>
5. Otáñez Ludick JE. Efectos de los estilos de vida saludables en las habilidades sociales en jóvenes. VERTIENTES Revista Especializada en Ciencias de la Salud [Internet]. 2017 [citado 01/09/2019]; 20(2): [aprox. 6p.]. Disponible en: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/vertientes/article/download/67161/59021>
6. Duarte-Cuervo CY. Comprensión e implementación de la promoción de la salud en instituciones de educación superior en Colombia. Rev. Salud Pública. [Internet]. 2015 [citado 01/09/2019]; 17(6): [aprox. 12p.]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v17n6.44713>
7. González CS, Gómez del Río N, Navarro-Adelantado V. Programa de intervención educativa para el tratamiento de la obesidad infantil basado en videojuegos activos. Revista da FAEEBA - Educação e Contemporaneidade [Internet]. 2016 [citado 01/09/2019]; 25(47): [aprox. 20p.]. Disponible en: <http://revistas.uneb.br/index.php/faeeba/article/view/4577/2859>
8. Diego-Cordero R, Fernández-García E, Badanta Romero B. Uso de las TIC para fomentar estilos de vidas saludables en niños/as y adolescentes: el caso del sobrepeso. Revista Española de Comunicación en Salud, RECS [Internet]. 2017 [citado 01/09/2019]; 8(1): [aprox. 8p.]. Disponible en: <https://e-revistas.uc3m.es/index.php/RECS/article/view/3607>
9. Sancassiani F, Pintus E, Holte A, Paulus P, Moro MF, Cossu G, et al. Enhancing emotional and social skills of the youth to promote their wellbeing and positive development: A systematic review of universal school-based randomized controlled trials. Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health [Internet]. 2015 [citado 01/09/2019]; 11(Suppl M2): [aprox. 19p.]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25834626>



10. Cecilia MJ, Atucha NM, García-Esta J. Educ Estilos de salud y hábitos saludables en estudiantes del Grado en Farmacia Med [Internet]. 2018 [citado 01/09/2019]; 19(S3): [aprox. 8p.]. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-educacion-medica-71-articulo-estilos-salud-habitos-saludables-estudiantes-S1575181317301468>
11. López-Belmonte J, Pozo-Sánchez S, Fuentes-Cabrera A, Fuentes-Cabrera PÁ. Liderazgo de un grupo de trabajo saludable en una cooperativa educativa. Magis. Revista Internacional de Investigación en Educación [Internet]. 2019 [citado 01/09/2019]; 12(24): [Aprox. 15p.]. Disponible en: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/MAGIS/article/download/25497/21972>
12. González M. Un modelo de gestión del proceso extensionista en la Universidad de Pinar del Río. Tesis en opción al título de Dr. en Ciencias de la Educación. La Habana; 2002.
13. González GR. Gestión de la extensión universitaria. Una propuesta desde la Universidad de Pinar del Río. Ponencia presentada en el Congreso Universidad. La Habana; 2002.

