

El día de ayer representantes de la cartera sanitaria nacional certificaron como “Saludable” la Universidad Católica de Santiago del Estero sede Jujuy, la primera de esta provincia en sumarse a la iniciativa, y la sexta a nivel nacional. Con esta acreditación se ven beneficiados cerca 3100 personas, entre docentes, no docentes y estudiantes.

Los cambios medioambientales y socioeconómicos de las últimas décadas, han promovido estilos de vida no saludables incluyendo el sedentarismo, la mala alimentación y el consumo de tabaco y alcohol, que se traducen en problemas de salud como las enfermedades crónicas no transmisibles, entre ellas sobrepeso, obesidad, diabetes, colesterol, enfermedades cardiovasculares y respiratorias crónicas.

La Iniciativa Universidades Saludables de la cartera sanitaria nacional tiene por objetivo alentar la adopción de estilos de vida saludables, entre ellas, la actividad física regular, la alimentación saludable, los ambientes libres de humo de tabaco. Se promueven intervenciones integrales en los sitios de estudio que contribuyen a modificar los factores de riesgo, a través de las acciones educativas y el mejoramiento de las condiciones del entorno donde las personas trabajan o estudian.

La Universidad Católica de Santiago del Estero, una de las más antiguas y prestigiosas del país, se une a otras como la Universidad Adventista del Plata en la provincia de Entre Ríos, Universidad Agustín Maza y la Universidad Nacional de Cuyo de Mendoza, la Universidad Nacional de San Juan y la Universidad Nacional del Sur de Bahía Blanca que vienen desarrollando acciones para favorecer la adopción de estilos de vida saludables

Los requisitos para certificar como universidad saludable son respetar los ambientes libres de humo; asegurar el libre acceso a la hidratación con agua segura; contar con instalaciones físicas y soportes sociales que favorecen la actividad física, contar con una oferta adecuada de alimentación saludable en los comedores, kioscos y buffets de la universidad; disponer de una oferta de actividad física, deportes para todos y recreación libre de tabaco y alcohol, accesible para estudiantes, docentes y no docentes; prohibir la venta y consumo de alcohol dentro de la universidad; y realizar periódicamente acciones destinadas a promover vida saludable en la comunidad universitaria y en el municipio o entorno social de la misma.

