



## **ACG105/7: Aprobación de la adhesión de la Universidad de Granada a la Red Española de Universidades Saludables (REUS)**

---

- Aprobado en la sesión extraordinaria de Consejo de Gobierno de 15 de abril de 2016

# RED ESPAÑOLA DE UNIVERSIDADES SALUDABLES

## PROYECTO/PLAN

### 1. Nombre del Proyecto / Plan:

Plan UGR Saludable.....  
.....

### 2. Especificar dentro de qué líneas estratégicas se sitúa:

- |  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| a. Entornos universitarios que promuevan la salud  | <input checked="" type="checkbox"/> |
| b. Incorporación en los planes de estudio universitarios de formación en promoción de la salud a nivel de grado y postgrado. | <input type="checkbox"/>            |
| c. Investigación en promoción de la salud  | <input type="checkbox"/>            |
| d. Participación y colaboración entre los organismos de salud pública, las instituciones comunitarias y las universidades.   | <input checked="" type="checkbox"/> |

### 3. Resumen:

La Universidad de Granada, a través del Plan UGR Saludable, pretende promocionar la cultura del bienestar mediante la implicación de todos los sectores universitarios en acciones de promoción de la salud y de la calidad de vida. Se conforma de actuaciones con elevado grado de transversalidad promoviendo entornos y hábitos destinados a la instauración de un estilo de vida sano y una Universidad sostenible y respetuosa con el medio ambiente.

El Plan UGR Saludable se proyecta en el desarrollo de programas concretos (programa Eco-UGR; Programa de prevención y salud activa y Programa de deporte Universitario), con actuaciones destinadas a:

1) mejorar el Sistema de Gestión Ambiental de la Universidad, especialmente se optimizará la gestión de los residuos que producimos, fomentar la movilidad sostenible y la calidad ambiental de las zonas universitarias.

2) potenciar un Plan de salud Activa, basado fundamentalmente en la práctica de actividad física, adquisición de hábitos saludables y envejecimiento activo;

3) desarrollar los Programas de Prevención de Riesgos Laborales y Protección Radiológica, invirtiendo en la prevención de accidentes de trabajo, enfermedades profesionales y, en general, de cualquier otro daño que pudiera estar relacionado con las actividades que la Universidad desarrolla.

4) hacer de la Universidad de Granada una Universidad referente por su oferta deportiva para todos sus sectores a través de la oferta de práctica de actividad física, respetando a su vez los principios de igualdad e inclusión social, potenciando la competición y el deporte base y utilizando la propia práctica deportiva como herramienta transversal en la educación en valores.

La puesta en funcionamiento del Plan UGR Saludable se gestiona a través del Secretariado de Campus Saludable (<http://csaludable.ugr.es>). Perteneciente al Vicerrectorado de Responsabilidad Social, Igualdad e Inclusión de la Universidad de Granada, los servicios y principales líneas de actuación son las siguientes:

- Desde el Servicio de Salud y Prevención de Riesgos (<http://ssprl.ugr.es>).
- o El Servicio de Salud ([http://ssprl.ugr.es/pages/servicio\\_salud](http://ssprl.ugr.es/pages/servicio_salud)), participa con acciones orientadas a la evaluación, prevención y vigilancia de la salud del personal. Este servicio proyecta, a través del Plan UGR Saludable, potenciar la promoción de hábitos saludables de la comunidad universitaria. Junto a las acciones propias de Salud Laboral (actuaciones asistenciales, adecuación de puestos de trabajo y fisioterapia) y de Servicios Sanitarios (vigilancia de la salud, prevención y tratamiento de los problemas de voz, dotación, mantenimiento y formación en primeros auxilios), el servicio de salud tendrá una participación importante en el Plan UGR Saludable mediante su participación en el "Programa de Prevención y Salud Activa". Este programa se conforma de actuaciones de formación y promoción de la salud (osteomuscular, patología vocal, inmunizaciones, cardiovascular, primeros auxilios y dotación de desfibriladores).
- o El Servicio Técnico de Prevención ([http://ssprl.ugr.es/pages/servicio\\_prevencion\\_riesgos\\_laborales](http://ssprl.ugr.es/pages/servicio_prevencion_riesgos_laborales)), participa con acciones orientadas al diseño y mejora de las condiciones de trabajo, con objeto de alcanzar el confort y bienestar físico, mental y social de la persona, incluyendo aquellas otras acciones destinadas a la prevención de riesgos y así evitar enfermedades y accidentes. Para su consecución, junto a la Política de Prevención de Riesgos de la UGR, la Universidad dispone de un Plan de Prevención y un Sistema de Gestión de la Prevención (ISO 9001 y OHSAS 18001:2007) que alcanza a sus centros de trabajo en las actividades de formación, investigación, administración y servicios. Su actividad se distribuye en acciones de formación, evaluación y prevención de riesgos en las siguientes áreas, todas con importantes actuaciones en el "Programa de Prevención y Salud Activa":
  - Higiene Industrial: control a la exposición a agentes químicos, biológicos y radiaciones no ionizantes.
  - Seguridad en el Trabajo: prevención y estudio de los accidentes de trabajo relacionados con las instalaciones, equipos de trabajo.
  - Ergonomía y Psicociología: diseño, carga de trabajo (física y mental), biomecánica ocupacional (manejo de pesos, hábitos posturales, movimientos repetitivos, sobreesfuerzos), organización del trabajo (capacidad física y cognitiva, ritmos de trabajo, relaciones interpersonales, estrés, etc.), adecuación al confort y bienestar del trabajador.
- El Servicio de Protección Radiológica, ([http://csaludable.ugr.es/pages/servicio\\_proteccion\\_radiologica](http://csaludable.ugr.es/pages/servicio_proteccion_radiologica)), realiza acciones de vigilancia, asesoramiento y cumplimiento de las medidas legales vigentes en la protección de la comunidad Universitaria, el público en general y el medio ambiente. Su participación con estas acciones en el "Programa Eco-UGR", permite mantener a la población alejada de los efectos nocivos de las radiaciones ionizantes que produce el desarrollo de la propia actividad docente e investigadora de la Universidad, contribuyendo al entorno sano y sostenible.
- La Unidad de Calidad Ambiental [http://csaludable.ugr.es/pages/unidad\\_calidad\\_ambiental](http://csaludable.ugr.es/pages/unidad_calidad_ambiental). Se encarga principalmente del mantenimiento del certificado ISO 14001 del Sistema de Gestión Ambiental en todos los centros, así como del control operacional de los aspectos ambientales de la Universidad (emisiones atmosféricas, gestión de residuos urbanos y peligrosos, aguas residuales, compras, control de consumos, emergencias ambientales y movilidad); la formación y sensibilización ambiental; las comunicaciones ambientales, la coordinación de las colaboraciones con otras instituciones en materia ambiental y la participación en las acciones de movilidad sostenible, siendo uno de los grandes actores en el desarrollo del "Programa Eco-UGR".
- El Centro de Actividades deportivas (<http://cad.ugr.es>), desarrolla acciones de gestión, implementación, sensibilización y promoción de la práctica deportiva (bien de forma autónoma, dirigida o reglada en formato torneo/competición), en el entorno Universitario, de sus familias y de la sociedad en general. Sus actuaciones, que conforman gran parte del "Programa de Deporte Universitario", junto a las del Centro de Estudios Olímpico de la UGR, promocionan también el uso de la transversalidad del deporte para la educación en valores.
- El Gabinete de Calidad de Vida y Envejecimiento ([http://csaludable.ugr.es/pages/gabinete\\_calidad\\_de\\_vida\\_y\\_envejecimiento](http://csaludable.ugr.es/pages/gabinete_calidad_de_vida_y_envejecimiento)), participa de todos los proyectos enunciados mediante el desarrollo de programas de promoción de la salud y de la actividad física dirigidos a la población Universitaria de mayores de 50 años y jubilados. Estos programas se vehiculizan con acciones concretas coordinadas con el alumnado del aula de formación abierta de la UGR y la Facultad de Ciencias del Deporte, gestionadas a través del Centro de Actividades Deportivas.

Adicionalmente a las acciones coordinadas desde el Secretariado de Campus Saludable, la Universidad de Granada, participa de otras actuaciones relacionadas con la prevención, promoción y/o investigación en

salud de la comunidad universitaria que desarrolla a través de otros servicios. Por ejemplo, dependiente del Vicerrectorado de Estudiantes y Empleabilidad, y orientado a este sector universitario, la UGR cuenta con el Gabinete Psicopedagógico y el Gabinete de Orientación para la Salud, donde que ofrece información, asesoramiento y formación a los estudiantes en diferentes dimensiones, entre las que se incluye la personal (<http://ve.ugr.es>). También como complemento a esta propuesta, desde la perspectiva de la investigación, la UGR cuenta con un importante activo de los grupos de investigación en materia de salud. En esta misma línea, también es necesaria una breve mención al Campus de Excelencia Internacional (CEI- Biotic Granada <http://biotic.ugr.es>). El campus Biotic-Granada es un proyecto orientado a conseguir la calificación de Campus de Excelencia Internacional. Parte de cuatro grandes áreas estratégicas candidatas a ser reconocidas como excelentes internacionalmente: Biosalud, Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), Sistema Tierra y Patrimonio y Cultura; pero se centra en las dos primeras, Biosalud y TIC, sobre la base de una amplia Agregación Estratégica en la que, junto con la UGR, en el primer nivel de participación, intervienen la Agencia Estatal Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) y el Parque Tecnológico de Ciencias de la Salud (PTS). La UGR también dispone de una Cátedra de Salud, dependiente del Vicerrectorado de Extensión Universitaria, así como y otras alianzas con Centros de Investigación en Biotecnología, tales como el Centro de Investigaciones Biomédicas, GENYO, .... entre otros, poniendo de manifiesto "la salud" como una de sus líneas prioritarias de investigación. Otras empresas privadas (ROVI, Neuron Bio, etc), y públicas, como el Servicio Andaluz de Salud con el nuevo hospital Universitario, se han ubicado en el Campus Universitario de la Salud, haciendo del este campus un verdadero vínculo de empresas relacionadas con la salud. ....

---

---

#### 4. Objetivos:

##### 1- Programa Eco-UGR:

- Eliminar y cuando esto no sea posible, minimizar el impacto ambiental de las actividades de la Universidad de Granada
- Controlar y asegurar que la UGR no emite radiaciones ni sustancias radiactivas que afecten o contaminen a las personas y al medio ambiente
- Sensibilizar y hacer partícipe a la población Universitaria de la política de protección y sostenibilidad del medio ambiente

##### 2- Programa de Prevención y Salud Activa:

- Promocionar hábitos saludables en todos los miembros de la comunidad universitaria.
- Mejorar el conocimiento y el control de los factores de riesgo cardio-vascular en los empleados de la Universidad
  - Mejorar la salud osteo-articular en los trabajadores de la UGR
  - Mejora de la seguridad integral de los Campus, edificios e instalaciones y de la prevención de enfermedades relacionadas con el trabajo.
  - Facilitar instalaciones, espacios y conocimientos que permitan el empoderamiento y adquisición de buenos hábitos de las personas que integran la Comunidad Universitaria

##### 3- Programa Deporte Universitario:

- Potenciar la práctica deportiva en todos los sectores de Universidad de Granada
  - Acercar el deporte universitario a la Sociedad Granadina.
  - Facilitar el acceso al uso de la bicicleta como transportes alternativo o uso deportivo.
  - Coordinar actuaciones con diferentes entidades granadinas en aras de ser referentes de la promoción de hábitos saludables y de la práctica de ejercicio físico como motor de una mejor calidad de vida.
    - Crear y afianzar una estructura de voluntariado deportivo, en coordinación con "UGR Solidaria".
    - Incrementar la presencia de la UGR en competiciones Universitarias oficiales federadas
    - Mejorar la infraestructura deportiva de la UGR.....
- .....

**5. Población Diana y Cobertura:**

La población a la que van dirigidas todas nuestras actuaciones es a la Comunidad Universitaria (estudiantado, personal docente e investigador y personal de administración y servicios, como también a la unidad familiar) y comunidad no Universitaria.....  
.....  
.....

¿Se contempla la participación de la población? Si  No

¿Cómo?

La participación y/o repercusión de la población se remite fundamentalmente a los programas relacionados con el medio ambiente (Eco-UGR) y el deporte. En este sentido,

- Los proveedores y contratistas asociados directa o indirectamente a la Universidad de Granada se verán implicados siempre que incluyan cláusulas ambientales en los pliegos de contratación.

- Siendo motor de conductas respetuosas con el medio ambiente y promoción de la salud en la población, por ejemplo a través de las acciones de sensibilización ambiental que se realicen en la ciudad, incrementando esa participación /repercusión a medida que las acciones sostenibles de la Universidad repercutan e incidan en la sociedad de que formamos parte.

- Mediante la oferta de práctica de actividad física a la población, valorando en la oferta la conciliación y la diversidad.

- Mediante la organización y participación en eventos deportivos abiertos a la participación popular en la ciudad y en su área metropolitana, en colaboración con Ayuntamientos , la Diputación y las ciudades autónomas de Ceuta y Melilla.....  
.....  
.....  
.....

**6. Actividades Principales a Desarrollar:**

Las actividades se estructuran en tres programas: Programa Eco-UGR; Programa de prevención y Salud Activa

1) Programa eco-UGR.

Destinado a la prevención y mejora de la protección del medio ambiente con medidas de reducción de la contaminación. Esta reducción repercutirá en la prevención y reducción de la incidencia de enfermedades relacionadas con la insalubridad ambiental y la creación de ambientes de trabajo propicios para la salud. La UGR desarrollará planes de actuación a través de la Unidad de Calidad Ambiental y del Servicio de Protección Radiológica, centrados en la mejora de infraestructuras, en el control y la optimización de las instalaciones, así como en la introducción de campañas destinadas a la concienciación y cambios de hábitos entre los usuarios (energéticos, residuos, transportes, etc.)

Actividades:

a. Gestión de residuos: Elaboración y ejecución de los protocolos de Gestión de residuos urbanos y asimilables a urbanos (clasificación en origen y reciclaje), de residuos peligrosos, tanto químicos como

biosanitarios, control de la gestión de residuos radiactivos, de residuos especiales (residuos de aparatos eléctricos y electrónicos, residuos de construcción y demolición y cualquier otro que pudiera surgir derivado de la actividad universitaria).

b. Campañas temáticas de concienciación, algunos de los temas propuestos son: ahorro energético, ahorro de agua, reducción de la cantidad de residuos generados, compras sostenibles, movilidad y todos los relacionados con la minimización del impacto ambiental de la actividad universitaria y de la vida fuera de la Universidad.

c. Acciones solidarias relacionadas con el medio ambiente: Siempre que sea posible se dará prioridad a acciones ambientales que tengan repercusiones sociales, frente a otras que no lo tengan, por ejemplo, recogidas de tapones para campañas sociales. Cesión de residuos a gestores autorizados con fines sociales, tipo ONG's o empresas de inserción social, frente a gestores autorizados privados.

d. Bioseguridad (protección de las personas y entorno ante agentes, factores y riesgos de origen biológico).

e. Movilidad sostenible y Calidad del Aire. Destinado a fomentar la concienciación sobre la necesidad de evolucionar hacia un modelo de movilidad más sostenible, seguro y equitativo. Para ello realizarán acciones relacionadas con el transporte público; Campañas de sensibilización hacia transportes alternativos; potenciación de la bicicleta (diseño de apps sobre rutas eficientes; aparcamientos de bicis; campañas de promoción de la bici eléctrica, etc); Cursos de conducción eficiente de turismos, etc.); Actividades de Cultura y Salud (Día sin tabaco, Rutas culturales, de ciencia, etc.). Muchas de estas acciones se coordinan por el grupo de Movilidad Activa de la UGR y se gestionan a través del Centro de Actividades Deportivas.

f. Voluntariado ambiental (Oficina Verde): se encargarán de realizar campañas de sensibilización relacionadas con los aspectos ambientales de la Universidad o con los hábitos generales de los estudiantes. Participarán en los programas ya aprobados por la Universidad y en definitiva, lanzarán el proyecto Oficina Verde de divulgación y sensibilización ambiental de la comunidad universitaria. Esta oficina, coordinada por la Unidad de Calidad Ambiental, estará formada íntegramente por estudiantes universitarios matriculados en cualquier grado o posgrado de la Universidad de Granada.

g. Cooperación con otras instituciones e integración en redes profesionales con contenido ambiental, tales como la Comisión Sectorial CRUE-Sostenibilidad y la Red Andalucía ECOCAMPUS de la Junta de Andalucía.

## 2) Programa de Prevención y Salud Activa.

Destinado a mejorar y preservar el estado de salud y calidad de vida mediante la prevención del riesgo, la promoción de la práctica de actividad física y deporte y la incorporación de hábitos saludables en la vida del universitario. Para ello desarrollará planes de actuación a través del Servicio de Salud y Prevención de Riesgos Laborales que se coordinarán puntualmente con otros servicios (Centro de Actividades Deportivas y el Gabinete de Calidad de Vida y Envejecimiento). Las pautas de actuación incluirán la adecuación de las infraestructuras, de la oferta y la demanda, variedad de servicios y campañas de formación e información.

### Actividades:

a) Plan de Formación y de Promoción de la Salud (se puede complementar con el programa de Deporte Universitario detallado más abajo). Su objetivo será el de implementar, sensibilizar y promocionar la salud y la práctica de actividad física en el entorno Universitario, de sus familias y de la sociedad granadina en general.

- Actuaciones en formación. Anualmente se organizarán actividades formativas destinadas a todos los sectores universitarios. El tipo y contenido de la actividad, en algunos casos serán fijos, como las destinadas a la adecuación de los puestos de trabajo para preservar la salud de los trabajadores, o formación en el uso de desfibriladores, y otras adecuados a las necesidades detectadas. Por ejemplo, para el curso 2015-2016, se prevé:

- Curso de formación en hábitos saludables.
- Cursos de formación en primeros auxilios.
- Cursos de formación en primeros auxilios y desfibriladores automáticos.
- Prevención de patologías osteomusculares
- Prevención de la fatiga vocal

- Actuaciones en sensibilización. Campañas de sensibilización hacia la adquisición y mantenimiento

de conductas sanas y sostenibles tales como placas de recomendación del uso de las escaleras, información sobre espacios libres de humo, etc.

- Programas de prevención de la salud

- Programas de prevención de las enfermedades cardiovasculares.

1) Prevención primaria:

a. Evaluación individual de los principales factores de riesgo cardiovasculares, con información y consejo individualizado orientado a la promoción, dirigido a los empleados de la universidad.

b. Campaña para la deshabituación tabáquica y de cannabis, dirigida a toda la comunidad universitaria, pero especialmente a los alumnos.

2) Prevención secundaria:

a. Seguimiento y control de las patologías y factores de riesgo cardiovasculares.

b. Tratamiento específico e individual del hábito tabáquico (en empleados de la universidad).

c. Seguimiento y prescripción de dietas hipolipemiantes (en empleados de la universidad).

d. Seguimiento y control de la diabetes, hipertensión y obesidad (en empleados de la universidad).

e. Tratamiento del hábito tabáquico y cannabis en alumnos con una estrategia de grupo.

- Programa de primeros auxilios y actuación ante parada cardíaca.

1) Dotación de botiquines en todos los servicios, departamentos y laboratorios de la universidad.

2) Implantación de Desfibriladores automáticos en los centros de más afluencia.

3) Formación en primeros auxilios (Dirigido a toda la comunidad universitaria)

4) Formación en el uso de Desfibriladores Automáticos (dirigido toda la comunidad universitaria).

- Programa de prevención de la patología vocal.

1) Prevención primaria:

a. Difusión individualizada de hábitos fonosaludables.

b. Cursos-taller de prevención de la fatiga vocal.

c. Evaluación individualizada del riesgo de patología vocal.

2) Prevención secundaria:

a. Tratamiento foniatríco individualizado de la patología vocal.

- Programa de prevención de la patología osteomuscular.

1) Prevención primaria:

a. Información individualizada a la población laboral sobre ejercicio físico, como sentarse, manejo de pesos y en la realización de movimientos repetidos.

2) Prevención secundaria:

a. Tratamiento fisioterapéutico de patologías osteomusculares.

b. Curso-taller para la adquisición del hábito de hacer ejercicio adecuado para la prevención de patologías de espalda.

- Programa de prevención de enfermedades infecto-contagiosas: Inmunización contra las siguientes enfermedades (población contratada): Hepatitis B, Tétanos-Difteria, Gripe.

- Programa de prevención de riesgos laborales:

- Mejora de la seguridad integral de los Campus, edificios e instalaciones a través de las evaluaciones de riesgos y la efectiva implantación de planes de emergencia y autoprotección. Prevención de accidentes e incidentes en la comunidad universitaria.

- Mejora de las condiciones ambientales y de prevención contra las enfermedades que producen la exposición a agentes químicos, biológicos y físicos (ruido, calor-frío y radiación no ionizante) y de enfermedades relacionadas con trastornos músculo esqueléticos.

- Mejora del clima socio-laboral incidiendo en la prevención de factores de riesgo psicosocial. Implantación del Plan contra el Acoso en la UGR.

- Adaptación del puesto de trabajo.

- Formación e Información sobre la prevención y la difusión de la cultura preventiva a la comunidad universitaria (ssprl.ugr.es)

- Integración y difusión de la prevención y de la promoción de la salud en empresas y

servicios externos contratados por la UGR.

b) Calidad de Vida: En este apartado se incide en el desarrollo directo de dos de las grandes parcelas que conforman la calidad de vida: la alimentación y la salud mental.

- “Come bien”. Una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular es un elemento fundamental de la buena salud. Se prevé colaboración con empresas del sector en aras de promocionar hábitos de comida sanos, así como la promoción del producto de la vega Granadina. Con el programa “Come bien”, se trataría de contribuir a mejorar el estado de salud de la población a través de la nutrición mediante la formación y divulgación del conocimiento de los profesionales de la UGR y empresas del sector a los colectivos (por ejemplo, se están coordinando actuaciones con Merca Granada en los Comedores Universitarios y en las jornadas de recepción de estudiantes relacionadas con la composición de la dieta y características de los productos de la Vega).

La Universidad de Granada dispone de un Servicio de Comedores Universitarios dotado con personal y cocina propios y distribuido en 4 comedores por los campus universitarios (comedor Campus Centro, Campus de Cartuja, Fuentenueva y Aynadamar). Los comedores sirven más de 7000 menús diarios de comida “saludable y equilibrada” a la comunidad universitaria a un precio final de 3,50 €, resultado de la financiación en más de un 40% por la UGR. El impacto potencial de la dieta sobre la salud de las personas es indudable, por lo que la educación para evitar el “mal comer” (comida rápida, bocadillos y falta de fruta) en la población estudiantil, la más desprotegida en este campo, es una tarea obligatoria. El servicio de comedores de la UGR cumple con la norma ISO-9001:2008 sobre la calidad de su servicio. Los menús son de elaboración propia y se dispone información detallada de su composición en la web, como también de consejos nutricionales, recetarios, etc. (<http://http://www.ugr.es/~scu>)

- “Piensa bien”. Análisis de los factores de riesgo psicosocial, relacionados con el trabajo y su organización, que afectan a la salud psicológica de los trabajadores de la UGR.

- Programa de gestión de las emociones, estrés, ansiedad, etc., lo que se prevé principalmente través de acciones propias de formación (inteligencia emocional y control de las emociones), en colaboración y coordinación con Formación del PAS y la Unidad de Calidad, Innovación y Prospectiva.

- Programa de prevención de adicciones (fomentar y sensibilizar sobre la complejidad de las drogodependencias para que los miembros de la comunidad universitaria puedan gestionar sus conductas de manera responsable en el ámbito académico, laboral y de ocio. El alcance de esta labor llega tanto a estudiantes como a trabajadores. Se prevé la potenciación/inicio de programas de deshabituación del cannabis para los estudiantes, así como de información sobre drogas blandas y/o derivación a centros de referencia si es necesario. Realización de Jornadas-cursos-información sobre el consumo de sustancias nocivas (drogas, tabaco y alcohol) para los trabajadores de la Universidad.

- Participación activa en el protocolo de prevención del acoso en la UGR.

- Acciones psicosociales encaminadas a factores de riesgo psicosocial como:

- Doble presencia
- Exigencias psicológicas cognitivas
- Exigencias psicológicas cuantitativas
- Exigencias psicológicas emocionales
- Previsibilidad
- Estima
- Calidad del liderazgo
- Posibilidad de relación social
- Conflicto de rol
- Inseguridad sobre el futuro
- Apoyo social de los compañeros
- Apoyo social de los superiores
- Claridad de rol
- Sentimiento de grupo
- Esconder emociones
- Control de los tiempos a disposición
- Influencia
- Sentido del trabajo
- Compromiso
- Posibilidades de desarrollo

- "Universidad cardio-protégida". Dotación de desfibriladores en los centros y campañas de información y formación del personal para su correcto uso. Protocolos de actuación. Elaboración y publicidad de un mapa de ubicación de dispositivos en la UGR.

### 3) programa Deporte Universitario

El objetivo principal del programa de deporte es el de "Hacer de la Universidad de Granada una Universidad referente por su oferta deportiva para todos sus sectores", a nivel del fomento de la práctica de actividad física saludable e integración social, potenciación del deporte competición y, como contenido transversal, la utilización del deporte en la educación de valores. Para ello estructura el programa de Deportes en 3 pilares que desarrollan el programa de deporte-salud, deporte-competición, y el proyecto de Programa de adecuación de la infraestructura deportiva (Centro Multideportivo Deportivo U+D).

Actividades:

a) Actividades Físicas Periódicas (<http://cad.ugr.es/actividades/index>):

- Programa Fitness: actividades deportivas orientadas a la mejora de la condición física preservando el estado de salud. La oferta puede consultarse en el siguiente enlace <http://cad.ugr.es/actividades/fitness/index>

- Actividades en la Naturaleza: Club de montaña y Club Náutico (consultar en el siguiente enlace <http://cad.ugr.es/actividades/montana/index>). Campamentos de Temporada: Multideporte, Multiaventura y Náutico.

- Danzas y baile: Danza contemporánea, Danza Africana, Danzas Urbanas y Salsa (<http://cad.ugr.es/actividades/danza-y-baile/index>).

- Programa de Actividades deportivas dirigidas a poblaciones especiales: con el programa Vida Sana se organizan actividades de acondicionamiento físico para mayores de 65 años. Algunas de estas actividades se organizan en colaboración con el Alumnado del Aula de Formación Abierta, ampliando las actividades a otras de senderismo y rutas culturales urbanas y periurbanas de la Ciudad de Granada. Está en proyecto la introducción paulatina de actividades físicas adaptada para personas con discapacidad adaptándonos a la demanda. A corto plazo se prevé que se impartan clases de tenis para discapacitados en silla de ruedas.

- Programa de Actividades deportivas dirigidas a sectores de trabajadores universitarios con sobrecarga física ligada al desempeño de sus funciones (actualmente asisten personal de comedores y personal de mantenimiento de la UGR).

- Programa Cuerpo-Mente: stretching, taichí, yoga, etc., (<http://cad.ugr.es/actividades/cuerpo-y-mente/index>).

- Programa de conciliación Familiar a través del Deporte: Escuelas Deportivas de Menores de tenis, pádel y patinaje en línea que se imparten durante el curso académico (<http://cad.ugr.es/pages/escuelas>), así como la organización de campus y campamentos de verano como actividades puntuales. Está en proyecto para el curso 2016-2017 iniciar nuevas escuelas deportivas (voleibol, balonmano, judo y taekwondo), catálogo que se irá ampliando paulatinamente y diversificando los lugares de desarrollo en función de la demanda.

- Otras actividades de interés que impartimos son: Tiro con Arco, Esgrima y Patinaje en línea de adultos (<http://cad.ugr.es/actividades/otras-actividades/index>).

- Cursos/talleres coordinados con otras actividades del Secretariado de Campus Saludable:

\* Con el grupo de movilidad activa. Talleres para fomentar la utilización de la bicicleta y la "Movilidad Activa" en la Universidad de Granada: Taller arreglo bici y taller de bikeability. (<http://cad.ugr.es/pages/eventos/eventos-deportivos-2016>).

\* Con el Gabinete de Calidad de Vida y Envejecimiento; el Aula de Formación Abierta y la Facultad de Ciencias del Deporte, se organiza el "Programa +50". Dirigido a mayores de 50 años, este programa combina el senderismo como actividad física con pinceladas culturales, de astronomía y catas de primavera de recursos vegetales para supervivencia en la naturaleza (<http://cad.ugr.es/actividades/mayores-50/index>).

b) Competiciones y Promoción Deportiva: Mediante estas actuaciones se pretende potenciar y aumentar la práctica deportiva de los estudiantes. Comprende la organización de Competiciones Internas (<http://cad.ugr.es/pages/competicion>) y Competiciones Externas (<http://cad.ugr.es/pages/competicion-externa>). La Universidad de Granada cuenta con el Club Deportivo Universidad de Granada

(<http://cad.ugr.es/clubdeportivo/>) con secciones de Balonmano femenino, Rugby femenino y masculino y Voleibol femenino y masculino. Está en fase de estudio y desarrollo la elaboración de un reglamento común con el resto de la Universidades Andaluzas para el tratamiento del deportista de élite y alto rendimiento.

c) Actividades de Formación en el Deporte: Actualmente existen acuerdos con Centros y Facultades que posibilitan la formación de estudiantes en prácticas tutorizadas y/o ella realización del Trabajo Fin de Grado (TFG) y fin de Máster (TFM). También se realizan campañas divulgativas en institutos y colegios para aumentar la participación de menores de edad en aquellos eventos que se organicen para ello.

d) Actividades populares, en colaboración con Ayuntamiento, Diputación, etc. Anualmente se organizan un número de eventos populares abiertos a toda la comunidad universitaria y no universitaria. Por ejemplo, para el curso 2015-16 están previstas las siguientes:

- I Travesía a Nado Universidad de Granada (nuevo evento 2016)
- Marcha Ciclo-Turista Universidad de Granada (nuevo evento 2016).
- II Jornadas de Pistas Abiertas "Deporte Solidario" (nuevo evento 2016).
- Taller "pon a punto tu bici" (nuevo 2016).
- Curso bikeability (nuevo 2016)

La Universidad de Granada reconoce a los estudiantes Universitarios el tiempo que dedican a la práctica deportiva en el CAD y en las competiciones internas y federadas mediante el reconocimiento de créditos ECTS segunconsta en la redacción del artículo 12, apartado 8 (Real Decreto 43/2015, de 2 de febrero, por el que se modifica el Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales, y el Real Decreto 99/2011, de 28 de enero, por el que se regulan las enseñanzas oficiales de doctorado, BOE nº 29 de 3 de febrero de 2015) sobre el reconocimiento de créditos de los alumnos universitarios según se estipula en el artículo 46.2.i) de la Ley Orgánica 6/2001 de 21 de diciembre.

---

## **7. Organización del proyecto y recursos destinados:**

El Plan UGR Saludable se proyecta mediante la ejecución de 3 programas concretos (programa Eco-UGR; Programa de prevención y salud activa y Programa de deporte Universitario), destinados a mejorar el Sistema de Gestión Ambiental de la Universidad y fomentar la calidad y sostenibilidad del medio ambiente; contribuir a instaurar hábitos saludables en la población universitaria y potenciar el envejecimiento activo; prevenir accidentes de trabajo, enfermedades profesionales mediante la instauración de una buena política en prevención de riesgos laborales; y hacer de la Universidad de Granada una Universidad referente por su oferta deportiva diversificada a todos los sectores universitarios y extrauniversitarios.

La puesta en funcionamiento del Plan UGR Saludable se gestionará a través de través del Secretariado de Campus Saludable (<http://csaludable.ugr.es>), dentro del Vicerrectorado de Responsabilidad Social, Igualdad e Inclusión de la Universidad de Granada. Dicho Secretariado es de nueva creación (Julio de 2015) y se articula con una dirección de secretariado que coordina los Servicios de Salud y Prevención de Riesgos Laborales, Protección Radiológica, la Unidad de Calidad Ambiental, el centro de Actividades Deportivas y el Gabinete de Calidad de Vida y Envejecimiento. Adicionalmente vehiculiza el funcionamiento del Grupo de Movilidad Activa de la UGR y el Centro de Estudios Olímpico, éste último en coordinación con la Facultad de Ciencias del Deporte.

Para el desarrollo de sus actividades cuenta con una partida propia en el presupuesto anual, que para el 2016 asciende a 776.614,00€. Esta cantidad no refleja la inversión adicional que se realiza desde otros sectores universitarios (Unidad técnica y otros Vicerrectorados, centros, departamentos y servicios, que directa o indirectamente colaboran o colaborarán en el desarrollo de las acciones descritas. ....

---

## 8. Evaluación prevista

### Tipo de Evaluación:

- Proceso
- Impacto
- Resultados

### Indicadores:

#### - Programa Eco-UGR:

#### Indicadores de evaluación:

- Evaluación de los procesos según la aplicación de la norma ISO-9001 y OHSAS 18001:2007
- Indicadores de cantidad de residuo retirado:

- Kg de residuos peligrosos recogidos/ mes
- Kg de papel recogidos/centro\* mes
- Kg de aceite recogidos/cafetería\*mes
- Kg de consumibles recogidos/centro\*mes
- Kg de RAEE gestionados/centro\*mes
- Kg pilas convencionales gestionadas/centro\*mes
- m<sup>3</sup> consumo de agua/centro\*mes y nº de alumnos matriculados/residentes
- Kwh consumo de energía eléctrica/centro\*mes y nº de alumnos matriculados/residentes
- litros consumo de gasóleo/centro\*mes y nº de alumnos matriculados/residentes
- m<sup>3</sup> consumo de gas natural/centro\*mes y nº de alumnos matriculados/residentes
- Kg consumo biocombustibles/centro\*mes y nº de alumnos matriculados/residentes
- Análisis de agua residual por punto de vertido
- Niveles de radiación adquiridos por medidas dosimétricas en personal y ambiente

#### - Programa Prevención y Salud Activa:

- Recuento del número de actividades formativas
- Encuestas de satisfacción.
- Evaluación del conocimiento adquirido con cuestionarios breves antes y después de la actividad formativa.
- Evaluación de la adquisición/cambio en hábitos saludables.
- Evaluación de los procesos según carta de servicios, aplicación de la norma ISO-9001 y OHSAS 18001-2007:
  - Evaluaciones de riesgo realizadas respecto a las planificadas
  - Porcentaje de planes de autoprotección y emergencia elaborados respecto al total planificados
  - Porcentaje de EPI entregados respecto al total solicitados
  - Porcentaje de actividades de prevención (ruido, prevención de enfermedades relacionadas con agentes químicos, biológicos, calidad del aire interior) realizadas respecto al total demandadas
  - Porcentaje de procesos de asesoramiento en prevención de riesgos psicosociales iniciados antes de 7 días
  - Porcentaje de incidentes/accidentes/enfermedades profesionales investigados
  - Recuento del número de empresas coordinadas
  - Número de informes elaborados en relación a la adaptación de puestos de trabajo.

#### - Programa Deporte Universitario

#### Indicadores Deporte-salud

- Número de eventos organizados con la finalidad de la promoción de la práctica deportiva y hábitos saludables y participación.
- Número de actividades nuevas creadas y ofertadas, número de participantes.
- Resultado de las encuestas el grado de satisfacción de los usuarios y las usuarias de las actividades que se oferten (ISO-9001:2008).
- Porcentaje de participantes de comunidad no universitaria.

Indicadores: Deporte-Competición

- Plantilla de utilización de las instalaciones deportivas.
- Número de participantes, equipos inscritos y modalidades deportivas participantes en las competiciones internas de la UGR.
- Número de campeonatos organizados como sede.
- Número de equipos inscritos y clasificación en competiciones federadas
- Número de licencias formalizadas.
- Número de encuentros organizados como equipo local.
- Número de alumnos en prácticas.

Indicadores: infraestructura deportiva

- Cantidad de material de nueva dotación adquirido.
- Número de espacios deportivos adecuados
- Número de actividades trasladadas los nuevos espacios deportivos .....

## 9. Datos de contacto del responsable del proyecto

Nombre y Apellidos: Teresa Maria Ortega López.....

Cargo: Vicerrectora de Responsabilidad, Igualdad e Inclusión.....

Teléfono: 958-244062/609546562.....

Fax: ..... e-mail: [vrsii@ugr.es](mailto:vrsii@ugr.es).....

Enviar este estadillo una vez completado al **ÁREA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD** del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (MSSSI), a la siguiente dirección de correo electrónico:

[promocionsalud@msssi.es](mailto:promocionsalud@msssi.es)

## **Presentación de la propuesta de la UGR en la red Española de Universidades saludables (REUS)**

La Universidad de Granada, al igual que otras muchas Universidades españolas y las Estructuras de Salud pública de las CCAA, participan de la necesidad de entornos saludables que favorezcan la promoción de la salud, tal y como se establece en la carta de Ottawa (1986). Con este objetivo, en los últimos años se ha trabajado mucho en el objetivo de lograr Universidades más saludables con diversas perspectivas, distintos enfoques, actividades y líneas de actuación. Para la consecución de este objetivo, la **constitución de una red nacional** que apoyara este proceso, se consideró como el camino más adecuado. La Red Española de Universidades Saludables (REUS) se constituyó con esta finalidad el 22 de septiembre de 2008. El Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (MSSSI), el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte y la Conferencia de Rectores de las Universidades Españolas (CRUE), apoyan y favorecen el desarrollo de esta Red, e invitan al desarrollo de los proyectos de Universidades saludables, invitando a unirse a esta Red a todas las universidades interesadas.

(<http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/promocion/UniversidadesSaludables/REUS.htm>.)

Los objetivos de la Red son:

1. Potenciar la universidad como entorno promotor de la salud de la comunidad universitaria y de la sociedad en su conjunto.
2. Fomentar la Investigación y la Docencia en Promoción de la Salud.
3. Favorecer el intercambio de experiencias en Promoción de la Salud.
4. Promover y favorecer el trabajo conjunto entre los organismos de salud pública, las instituciones comunitarias y las universidades.
5. Consensuar líneas estratégicas y de trabajo para llevar a cabo un proyecto de universidad promotora de salud.
6. Posibilitar la elaboración y el desarrollo de proyectos comunes en las líneas estratégicas de la Red.
7. Potenciar la participación internacional.
8. Fomentar la oferta de servicios y actividades dirigidos a promocionar la salud de la Comunidad Universitaria.

A través de líneas estratégicas de:

1. Creación de entornos universitarios que promuevan la salud.
2. Incorporación en los planes de estudio universitarios de formación en promoción de la salud a nivel de grado y postgrado. Investigación en promoción de la salud.
3. Participación y colaboración entre los organismos de salud pública, las instituciones comunitarias y las universidades.
4. La oferta de servicios y actividades en el campus dirigida a promocionar la salud de la Comunidad Universitaria.

Forman parte de la Red: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad como promotor e impulsor de esta red; Ministerio de Educación, Cultura y Deporte; Conferencia de Rectores de las Universidades Españolas; Universidades (actualmente 37 Universidades españolas están adheridas); Estructuras de Salud Pública de nivel autonómico.

La Universidad de Granada cuenta con una larga trayectoria de trabajo en la investigación (centros de investigación en materia biosanitaria, grupos y proyectos de investigación), formación (cuenta con la títulos de grado de grado y pos grado, como con asignaturas en otras titulaciones relacionadas directamente con la salud: Medicina, Enfermería, Fisioterapia, Terapia Ocupacional, Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Ciencias de la Educación, Nutrición, Psicología, Ciencias Ambientales, etc...) y oferta de servicios relacionados. Es especialmente en este último aspecto, en el que el actual equipo de Gobierno de la Universidad de Granada ha querido reforzar su actuación y poner de manifiesto su compromiso con preservación de salud y la promoción de hábitos saludables en la comunidad universitaria, como también con el cuidado y conservación del entorno en la que se ubica. La propuesta de inclusión de la UGR en la Red Española de Universidades Saludables, hace firme el compromiso de la UGR como Universidad Saludable y pone de manifiesto la existencia de de un proyecto de trabajo que incorpora el Concepto de Promoción de la Salud en la cultura universitaria, en su política institucional, estructura y procesos, capaz de detectar necesidades, aunar esfuerzos y recursos, así como de elaborar y /o adecuar estrategias de intervención como las que se presentan en el proyecto.