

Los campus cuidan la alimentación y las emociones de sus estudiantes - elEconomista.es - 14/11/2019

SALUD

Los campus cuidan la alimentación y las emociones de sus estudiantes

Noelia García MADRID.

Las universidades son entornos que apoyan la salud y por eso cuentan con una Red Española de Universidades Saludables (REUS) formada por un conjunto de Instituciones comprometidas con la promoción del bienestar de la comunidad educativa. Según los principios de constitución de esta red de trabajo, los centros docentes, además de ser motor de investigación y formación de los profesionales del futuro, son entornos vivos donde interactúan factores ambientales, organizativos y personales que afectan a la salud y al bienestar.

Para considerarse saludable una universidad debe adquirir un compromiso global de cara a la salud y desarrollar su potencial como agente promotor de la salud, el bienestar y la calidad de vida. Sus líneas de actuación comprenden la alimentación saludable, la salud emocional, la educación afectiva-sexual, la prevención del VIH, las adicciones con sustancias, las adicciones sin sustancias, la seguridad vial, la prevención oncológica, la actividad física, las rutinas ocupacionales saludable y ocio y el tiempo libre saludable, entre otras cuestiones.

Agentes promotores

La Universidad de Almería, miembro de la REUS, ha creado un Secretariado de Universidad Saludable, integrado en el Vicerrectorado de Deportes, Sostenibilidad y Universidad Saludable. A partir del conocimiento aportado por las experiencias previas desarrolladas en este ámbito, se pretende llevar a cabo un *Estudio de situación y necesidades en materia de salud de la comunidad universitaria*. Además, han obtenido la certificación para su campus de "espacio cardiosaludable" y han el Aula de Alimentación Saludable Mediterránea, en colaboración con la RAMAO (Real Academia de Medicina de Andalucía Oriental).

Desde la Universidad de Granada indican que "para considerarse saludable, una universidad debe adquirir un compromiso global de cara a la salud y desarrollar su potencial como agente promotor de la salud, el bienestar y la calidad de vida de quienes en ella estudian y trabajan. Una universidad saludable ha de ser un entorno que proteja y favorezca la salud, promoviendo conocimientos y habilidades



ISTOCK

Contribución al bienestar

La REUS ha elaborado dos documentos de consenso que la Conferencia de Rectores de las Universidades Españolas (CRUE) ha aprobado este año: el 'Pliego de prescripciones técnicas para máquinas vending y restauración' y la 'Declaración de universidades como centros promotores de salud'. Se pretende que estos criterios, sugerencias o recomendaciones pueden ser útiles para las Universidades españolas, otros centros educativos y asimismo contribuirán a fomentar la promoción de hábitos saludables. Además, en su declaración, la CRUE destaca que la función primordial de las universidades en docencia, investigación, innovación, proyección social y cultural, representa un marco idóneo para contribuir notablemente a la promoción de la salud y al bienestar de la población, un compromiso ineludible de todas las universidades españolas.

orientados a que los estudiantes y trabajadores adquieran estilos de vida saludables, proporcionando las infraestructuras y espacios necesarios, y favoreciendo la socialización y las actividades de ocio saludables".

Los hábitos saludables no empiezan en el entorno universitario, sino mucho antes. Uno de cada tres niños españoles tiene problemas de exceso de peso, según la revista *Jama Pediatrics*. Por ello, muchas iniciativas de gobiernos autonómicos empiezan en las aulas. La consejera de Salud, Nekane Murga, dentro de su Estrategia de Prevención de la Obesidad Infantil en Euskadi, ha presentado una campaña de información dirigida al ámbito familiar, escolar y sanitario sobre cómo realizar una alimentación saludable.

Además, han ampliado las ayudas económicas dirigidas a AMPAs así como a las cooperativas de enseñanza para desarrollar proyectos participativos orientados a la promoción de la actividad física entre el alumnado, como la creación y dinamización de caminos escolares, la transformación de patios en espacios de juego, aprendizaje y movimiento, y la realización de actividades en familia, medidas todas ellas orientadas a crear un ecosistema escolar saludable.

La estrategia contempla el estudio de medidas para reducir el acceso a alimentos poco saludables, potenciar alimentos y actividades. Asimismo, quieren no solo quieren gravar los alimentos poco saludables sino también "facilitar" la distribución y el consumo de los que sí lo son. Y es que encontrar comida saludable cerca de los centros es bastante complicado. Donuts, tigretos, palmeras azucaradas, bollycaos, galletas, bolsas de patatas fritas y *snacks* están a la orden del día en las tiendas cercanas a los centros escolares.

Según un estudio de investigadores del Grupo de investigación en Salud Pública y Epidemiología de la Universidad de Alcalá sobre la disponibilidad y la accesibilidad de productos no saludables alrededor de los centros escolares de Madrid, que desvela la gran cantidad de tiendas con bollería industrial, bebidas azucaradas o alimentos altamente procesados. Localizaron a todos aquellos comercios ubicados en un radio de 400 metros y el resultado determinó que el 95 por ciento de los colegios tienen cerca alguno de estos establecimientos. Esta presencia se incrementa si se estudian los barrios de menor nivel socioeconómico de la capital española.