

TITULO DE LA PONENCIA

**PLAN DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN PARA LA SALUD INTEGRAL PARA EL  
MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA DE LA COMUNIDAD DEL ITCR**

**ANTECEDENTES:**

1. En la primera fase de la segunda etapa del IV Congreso Institucional el plenario acordó seleccionar para la segunda etapa las ponencias # 26 y # 33 tituladas:
  - “Articulación de un plan de capacitación institucional para el mejoramiento de la salud integral y la calidad de vida en el trabajo y el estudio de la comunidad en el ITCR”, la cual se aprobó con 262 votos a favor, 37 votos en contra y 50 abstenciones.
  - “Salud Integral en la Comunidad TEC”, la cual se aprobó con 210 votos a favor, 101 votos en contra y 36 abstenciones.
2. De acuerdo con lo dispuesto por el Reglamento del IV Congreso Institucional aprobado por la Asamblea Institucional Representativa, en la sesión No. 93 del 27 de setiembre del 2017 y publicado en la gaceta No. 483 del 04 de octubre de 2017, corresponde a la Comisión Organizadora del IV Congreso Institucional la conformación de las mesas de trabajo.
3. La Comisión Organizadora del IV Congreso Institucional procedió a integrar en las mesas de trabajo a un miembro de la Comisión Organizadora, en quien recae la coordinación, cuatro docentes, de los cuales uno proviene de los campus tecnológicos locales o centros académicos, un funcionario administrativo, dos representantes estudiantiles y un representante por cada ponencia que sea analizada en esa mesa.
4. La designación de los miembros de la mesa de trabajo se hizo mediante sorteo entre los congresistas que se inscribieron en ese proceso, salvo cuando no se contaba con congresistas inscritos, en cuyo caso se hizo la rifa según el padrón de congresistas.

5. La mesa de trabajo número tres estuvo integrada por:
- María Gabriela Roldán Villalobos, coordinadora
  - Miriam Brenes Cerdas, representante docente
  - Andrea Gómez Jiménez, representante docente
  - Alejandra Jiménez Romero, representante docente
  - Karina Corella Esquivel, representante docente (CTSC)
  - Sofía Brenes Meza, representante administrativo
  - Robert Cerdas Bermúdez, representante estudiantil
  - María Elena Gutiérrez Rodríguez, representante estudiantil
  - Paola Acuña Ávalos, ponente
  - Camila Delgado Agüero, ponente
  - Laura Queralt Camacho, ponente
  - Patricia Zúñiga Calderón, ponente
6. Las ponencias 26 y 27 comparten el eje de salud integral, prevención y promoción de la salud asociadas al trabajo y al estudio, así como calidad de vida; por este motivo, la mesa unificó ambas ponencias con el objetivo de desarrollar acciones de manera integral para la comunidad institucional.
7. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1946), la salud integral se define como un conjunto de factores biológicos, emocionales y espirituales que contribuyen a un estado de equilibrio en el individuo en el aspecto físico, mental y social. De acuerdo con esta definición, la salud no es solo la ausencia de enfermedad, sino una condición de desarrollo humano que cada persona debe cuidar y conservar. Bajo esta línea, la promoción y prevención en salud son dos conceptos inseparables y complementarios.
8. Para efectos de la propuesta, la prevención se definirá como las medidas destinadas no solamente a prevenir la aparición de la enfermedad, tales como la reducción de los factores de riesgo, sino también a detener su avance y a atenuar sus consecuencias una vez establecida (OMS,1988). Por su lado, el establecimiento de estrategias para la promoción de la salud ofrece medios a las personas para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Se trata por tanto de un concepto que acentúa los recursos sociales y personales, así como las aptitudes físicas (Carta de Ottawa, 1986).
9. El movimiento internacional de las Universidades Promotoras de Salud (UPS), con el apoyo de la Organización Panamericana de la Salud (OPS), tienen por objetivo que las universidades desarrollen e institucionalicen normativas que promuevan la construcción de espacios de trabajo y estudio saludables. Las UPS desde 2003 han logrado posicionarse en América como una instancia de apoyo político y estratégico en el tema de salud.

10. En el año 2002, la Universidad de Costa Rica, la Universidad Nacional de Costa Rica, el Instituto Tecnológico de Costa Rica y la Universidad Estatal a Distancia conformaron la Red Costarricense de Universidades Promotoras de la Salud (REDCUPS), con el propósito de desarrollar políticas, estrategias y planes de acción a través de programas que incorporen la promoción de la salud al proyecto educativo y laboral, así como el desarrollo humano y la calidad de vida de las comunidades universitarias.
11. Como resultado de los esfuerzos de esta red en nuestro país, en las universidades estatales se destinan recursos para el mejoramiento de las condiciones de salud, el bienestar, el aprendizaje y el desarrollo humano sostenible de las comunidades universitarias.
12. El TEC, través de diferentes programas, servicios e iniciativas ha coadyuvado con el mejoramiento de la calidad de vida de estudiantes y funcionarios. Lo anterior, está vinculado con la existencia de políticas generales y específicas en la materia, aprobadas por el Consejo Institucional en Sesión Ordinaria No. 3016, Artículo 11, del 29 de marzo de 2017. Publicado en la Gaceta del Instituto Tecnológico de Costa Rica No.461 del 30 de marzo de 2017, las cuales indican:

<b>Políticas Generales 2015-2019</b>	<b>Políticas específicas 2019</b>
<b>Política 4:</b> Se planificarán y ejecutarán los procesos académicos, vida estudiantil y apoyo a la academia orientados a favorecer el impacto positivo sobre la salud integral y el ambiente.	4. Se fortalecerá el desarrollo y mejoramiento continuo de los sistemas de gestión de los procesos institucionales, que incluyan los aspectos de ambiente, calidad, seguridad, salud integral y equidad.
<b>Política 5:</b> Se potenciará el desarrollo del profesorado en aspectos pedagógicos y propios de su disciplina para alcanzar la excelencia académica desde una perspectiva humanística y multidisciplinaria.	5. Se fortalecerá la formación del profesorado en los aspectos propios de su disciplina, pedagógicos y en materia de derechos humanos.
<b>Política 6:</b> Se incrementará la formación, capacitación y superación del personal para alcanzar la excelencia desde una perspectiva humanística que contemple el compromiso con la	6. Se fortalecerá la formación, capacitación y entrenamiento que contemple las necesidades de las dependencias, a partir de las prioridades Institucionales.

Formato presentación de ponencias seleccionadas  
IV Congreso Institucional

<p>equidad, el ambiente y una cultura de paz.</p>	
<p><b>Política 8:</b> Se desarrollarán estrategias que contribuyan a mejorar el acceso, la vida estudiantil, la formación integral y el éxito académico para los estudiantes del ITCR, procurando la equidad de condiciones para las poblaciones vulnerables y de bajo nivel socioeconómico.</p>	<p>8.1 Se crearán y fortalecerán los programas existentes para el acceso, la formación integral, el bienestar estudiantil, la permanencia óptima y la graduación exitosa de los estudiantes.</p> <p>8.2. Se desarrollarán acciones en la comunidad Institucional, para lograr una vida estudiantil integral e impulsar la equidad, igualdad de oportunidades, libertad de expresión, diversidad, respeto a la cultura y al origen étnico, de manera que se logre articular y atender las necesidades del estudiante en su contexto socio cultural.</p>

13. En la institución, los servicios o dependencias que han desarrollado iniciativas para incidir en la salud integral de la comunidad son:

- El Departamento de Recursos Humanos: Programa de Capacitación Interna y atención de casos específicos en la temática de clima organizacional.
- El programa de Voluntariado “VolunTEC”, así como los grupos culturales, artísticos y deportivos de la Escuela de Cultura y Deporte, que existen en todos los Campus y Centros Académicos.
- El Departamento de Orientación y Psicología: el programa de liderazgo estudiantil “IntegraTEC”; el programa de atención psicológica y asesoría psicoeducativa individual o grupal; el programa de servicios para estudiantes con discapacidad y necesidades educativas; y los espacios formativos grupales
- La Comisión Institucional de Salud Ocupacional
- El Programa Institucional de Equiparación de Oportunidades
- La Oficina de Equidad de Género: atención individual en consultas relacionadas con violencia de género y hostigamiento sexual.
- La Unidad Institucional de Gestión Ambiental y Seguridad Laboral (GASEL)
- La Clínica de Atención Integral en Salud: programa de drogodependencia y alcoholismo, servicio de atención médica individual y grupal, Programa de Salud Sexual y Reproductiva; y los espacios formativos grupales.

Adicionalmente, existen también otras iniciativas informales como el Grupo de Alcohólicos Anónimos (AA), el grupo voluntario de baile de funcionarios, los grupos deportivos, entre otros.

### **CONSIDERANDO QUE:**

1. Debido al incremento de situaciones y padecimientos relacionados con la salud integral (ver anexo 1), la institución tiene nuevos retos en la toma de decisiones para promover la salud individual y colectiva para la comunidad TEC, fundamentados en los datos recolectados de diferentes programas y servicios. Sin embargo, no todas las situaciones son abordadas por nuestros servicios o bien, hay necesidades que aún siguen sin ser conocidas por los profesionales de la institución.
2. Los datos institucionales arrojan que se hace necesaria una articulación entre las distintas dependencias, ya que los esfuerzos se han realizado o se realizan de manera independiente y disgregada, y no necesariamente responden a una necesidad claramente identificada. Además, estos esfuerzos no llegan de igual manera a todos los campus y centros académicos.
3. El TEC requiere desarrollar un plan que identifique las necesidades en el tema de prevención y promoción para la salud asociado al trabajo y al estudio, y que articule en todos sus campus y centros académicos los esfuerzos de programas y servicios existentes, así como que evalúe el impacto de las diferentes acciones.
4. La institución opera con fondos públicos y esto implica el compromiso para que el uso de los mismos se realice de forma eficiente y eficaz. Por lo tanto, es necesario repensar otras alternativas de gestión en la dimensión de la formación personal y profesional, que optimicen la utilización de los recursos, la reducción de tiempo en la ejecución de iniciativas y lograr un mayor alcance de las mismas; más aún si se considera el crecimiento de la comunidad en los últimos años.

### **SE PROPONE AL PLENARIO DEL IV CONGRESO INSTITUCIONAL**

1. Instruir al Consejo Institucional para que nombre una comisión permanente de trabajo interdisciplinario y profesional, integrada por representantes de Campus y Centros, afines en su labor con la temática de la salud integral que pertenezcan a las siguientes dependencias:

Formato presentación de ponencias seleccionadas  
IV Congreso Institucional

- Un representante del Departamento de Recursos Humanos.
- Un representante docente de la Escuela de Cultura y Deporte.
- Un representante de la Clínica de Salud Integral.
- Un representante del Departamento de Orientación y Psicología.
- Un representante de cada Campus y Centro Académico, quien será el enlace con los programas, servicios y dependencias respectivos.
- Un representante estudiantil designado por la FEITEC.
- Un representante de la Unidad de Gestión Ambiental y Seguridad Laboral.
- Un representante de la Oficina de Equidad de Género.

Esta comisión tendrá como objetivos:

- a) Realizar un diagnóstico de necesidades en el tema de prevención y promoción para la salud asociado al trabajo y al estudio.
  - b) Que a partir de este diagnóstico se articule un plan permanente para la prevención y promoción de la salud integral de la comunidad institucional, que promueva y desarrolle espacios para la educación, prevención, promoción y tratamiento de la misma, en concordancia con su ámbito de acción. Dicho plan se desarrollará optimizando los programas y servicios que ya funcionan en la comunidad institucional. Para ello, es probable que se desarrollen metodologías alternativas acorde a las necesidades detectadas, de forma que se aprovechen y fortalezcan las capacidades instaladas, sin obviar la posibilidad de buscar apoyo en alianzas estratégicas con otras instancias de salud locales y nacionales.
2. Los miembros de la comisión serán nombrados por un periodo de dos años y podrán ser nombrados por varios periodos consecutivos.
  3. La comisión presentará su plan de trabajo a inicios de cada año y un informe de las labores realizadas al final del mismo al Consejo Institucional.

Formato presentación de ponencias seleccionadas  
IV Congreso Institucional

4. La comisión evaluará cada dos años el impacto de las acciones realizadas, en coordinación con las dependencias correspondientes.

Integrantes de la Mesa de Trabajo

Nombre	Firma
María Gabriela Roldán Villalobos, coordinadora	
Miriam Brenes Cerdas, representante docente	
Andrea Gómez Jiménez, representante docente	
Alejandra Jiménez Romero, representante docente	
Karina Corella Esquivel, representante docente (CTSC)	
Sofía Brenes Meza, representante administrativa	
Robert Cerdas Bermúdez, representante estudiantil	
María Elena Gutiérrez Rodríguez, representante estudiantil	
Paola Acuña Ávalos, ponente	
Camila Delgado Agüero, ponente	
Laura Queralt Camacho, ponente	

Patricia Zúñiga Calderón, ponente

## ANEXO 1

### Datos servicios institucionales relacionados con salud integral

- **Consulta médica por año de la Clínica de Atención Integral en Salud del Campus Tecnológico Central en el período 2013 – 2017:**

Tabla 1. Población total de estudiantes, funcionarios y registro de consulta médica 2013-2017, Sede Central.

Año	2013	2014	2015	2016	2017
No. de consultas médicas	14687	17844	20761	19634	17372

Fuente: Clínica de Atención Integral en Salud, 2017

- **Incapacidades del ITCR registradas por el Departamento de Recursos Humanos en el período 2013-2017:**

Tabla 2. Incapacidades registradas por el Departamento de Recursos Humanos 2013-2017

Incapacidades ITCR	2013	2014	2015	2016	2017
Total Incapacidades	1510	1454	1513	1606	1642

Fuente: Departamento de Recursos Humanos, 2018.

- **Consultas reportadas por la Clínica de Atención Integral en Salud del Campus Tecnológico Central en el período 2013-2017:**

Tabla 3. Motivos de consulta reportados por la Clínica de Salud Integral 2013-2017

MOTIVO	2013	2014	2015	2016	2017
Relacionados con la Salud Mental	18	33	86	77	60
Enfermedades de las vías respiratorias	689	714	564	548	577
Enfermedades Cardiovasculares	56	31	47	50	46
Enfermedades del Aparato Digestivo	31	23	11	20	34
Enfermedades del aparato musculo esquelético	0	0	16	22	36
TOTALES	794	801	724	717	753

Fuente: Estadísticas expediente médico digital. Clínica Salud Integral, 2017

- **Registro de consultas del área de nutrición con funcionarios período 2016-2017:**

Formato presentación de ponencias seleccionadas  
IV Congreso Institucional

Tabla 4. Motivos de consulta área de nutrición (funcionarios)

	Año 2016	Año 2017
Patología presentada	Funcionarios	Funcionarios
Sobrepeso y obesidad	16	20
Dislipidemias	8	18
Bajo peso	1	2
Hipertensión arterial	4	3
Diabetes mellitus y pre-diabetes	9	9
Síndrome metabólico	2	2
Gastritis-Síndrome intestino irritable	4	4
Valoración de atletas	1	2
Valoración de hábitos alimentarios	0	0
Ovario poliquístico	0	1
Hígado graso	2	--
Enfermedad celiaca	1	1
Enfermedad Tiroides	4	5
Anemia	1	1
Alergia alimentaria	1	1
Total pacientes atendidos	54	69

Fuente: Clínica Atención Integral en Salud, 2017

- **Consulta médica, servicio de psicología clínica y programa de drogodependencia y alcoholismo Clínica de Atención Integral en Salud (Campus Tecnológico Central y Campus Tecnológico Local San José)\*:**

Tabla 5. Cantidad de pacientes atendidos según motivo de consulta 2014-2017

Motivo de consulta	2014	2015	2016	2017
Depresión	26	98	88	69
Trastorno mixto de ansiedad y depresión	180	182	247	179
Ansiedad	140	189	195	117
Intento de autoeliminación	4	9	10	11
<b>TOTALES</b>	<b>350</b>	<b>478</b>	<b>540</b>	<b>376</b>

Fuente: Clínica de Atención Integral en Salud, 2017

\* Campus Tecnológico de San Carlos, Centro Académico de Limón y Centro Académico de Alajuela no cuentan con estos servicios

- **Consultas del programa de asesoría psicológica y atención psicoeducativa del Departamento de Orientación y Psicología:**

Tabla 6. Motivos de consulta relacionados con salud mental Programa de Asesoría Psicológica y Atención Psicoeducativa 2015-2017, Sede Cartago, Centro Académico de San José, Centro Académico de Alajuela.

Motivo de consulta años 2015 – 2017	Año	Cartago	CASJ	CAA	Total
Depresión	2015	87	7	1	95
Ansiedad	2015	107	4	0	111
Riesgo de Autoeliminación	2015	8	0	0	8
Intento de Autoeliminación	2015	5	0	0	5
Autoeliminación	2015	0	0	0	0

Fuente: Informes de labores Departamento de Orientación y Psicología, años 2015 – 2017, Sedes Cartago, Centro Académico de San José y Centro Académico de Alajuela.

- **Inversión del Fondo Solidario de Desarrollo Estudiantil (FSDE) en el área de salud física y mental periodo 2015-2017:**

Tabla 7. Ayudas económicas brindadas por el FSDE relacionadas con salud mental 2015-2017

Rubro	Año 2015	Año 2016	Año 2017
Salud	¢14.045.900	¢5.344.250	¢ 7.992.294

Fuente: Vicerrectoría de Vida Estudiantil y Servicios Académicos, 2017

- Número de consultas relacionadas con violencia de la Oficina de Equidad de Género en todos los Campus Tecnológicos y Centros Académicos se ha período 2013-2017:

Formato presentación de ponencias seleccionadas  
IV Congreso Institucional

Tabla 8. Clasificación por motivo de consulta área de violencia 2013-2017

Motivo de consulta	2013	2014	2015	2016	2017
Hostigamiento Sexual	23	28	33	28	22
Abuso sexual	3	1	3	6	11
Acoso Laboral	24	28	42	30	18
Violencia sexual	3	1	5	7	8
Maltrato estudiantil	6	2	9	10	5
Violencia de pareja	42	22	34	23	31
Violencia/ discriminación de género	3	-	2	-	10
Violencia intrafamiliar	21	4	12	15	26
Discriminación orientación sexual	7	8	6	11	9
Acecho dentro del campus	-	-	-	-	1

Fuente: Oficina de Equidad de Género, 2018

- Usuarios del programa de servicios para estudiantes con discapacidad y necesidades educativas (PSED-NE):

Formato presentación de ponencias seleccionadas  
IV Congreso Institucional

Tabla 9. Usuarios del PSED 2015-2017, Sede Cartago, Centro Académico de San José, Centro Académico de Alajuela, Centro Académico de Limón.

Año	Semestre	Cartago	Centro Académico de San José	Centro Académico de Alajuela	Centro Académico de Limón
2015	I S	135	17	6	0
	II S	129	14	5	0
2016	I S	144	15	11	0
	II S	138	14	9	0
2017	I S	174	16	8	1
	II S	159	14	9	1

Fuente: Departamento de Orientación y Psicología, Informe de labores Programa de Servicios para estudiantes con Discapacidad y Necesidades Educativas, años 2015, 2016, 2017.