

**Las Habilidades para la Vida como modelo para una
experiencia de innovación docente en la Universidad Rey
Juan Carlos.**

**Carmen Gallardo Pino,
Cecilia Peñacoba Puente,
Ana Martínez Pérez.**

Vicerrectorado de Política Social, Calidad Ambiental y
Universidad Saludable.

Planta 5^a

Edificio Rectorado

28933 Móstoles

URJC

Resumen

Las universidades saludables no sólo deben integrarse en la comunidad, ciudad y el contexto social en el que se encuentran, sino que deben también contribuir a promocionar y potenciar los valores que permiten el bienestar, la autonomía y el completo desarrollo de la persona. En la Universidad Rey Juan Carlos (Madrid, España) trabajamos la promoción de la salud de modo transversal desde el Vicerrectorado de Política Social, Calidad Ambiental y Universidad Saludable. El programa Universidad Saludable entronca con un conjunto de iniciativas y tratados que a nivel internacional, estatal y autonómico promueven un papel

activo de las universidades en aras de un mundo más saludable, sostenible e igualitario. En el contexto del Plan de Formación en Salud dentro del Programa Universidad Saludable, algunos profesores de la universidad llevan a cabo una formación inicial en promoción de la salud, desarrollamos ahora un grupo de innovación para el análisis de estrategias didácticas adoptadas en cada contexto de aprendizaje según el modelo de Habilidades para la Vida (OMS, 1993) y la idea de responsabilidad social para la salud (Carta de Ottawa, 1986).

Responsabilidad social universitaria

Todo el proceso de cambio generado por la convergencia hacia el Espacio Europeo de Educación Superior sucede en un entorno social que considera como un valor económico la función universitaria. Es decir, la sociedad confía en que la universidad sea un medio con la suficiente calidad de formación y adaptación a las necesidades sociales como para que sea capaz de “devolver” *“ciudadanos útiles, conscientes, con*

conocimientos, habilidades, actitudes y valores” (Salgado, 2006: 70) contribuyendo así al progreso del conjunto de la población. Es en este ámbito donde cobra sentido una revisión de la *función social del docente*, dentro de la responsabilidad social de la universidad en general y más aún si ésta es de titularidad pública. En la sociedad del conocimiento parece lógico pensar la universidad como la institución por excelencia donde se genera el conocimiento para que llegue a tener en este contexto el peso específico que le corresponde.

Los docentes universitarios tenemos tres tipos de responsabilidades: investigación, gestión y docencia. La gestión parece intrínseca e inseparable de la propia institución, la investigación es uno de esos puntos donde el profesor universitario ha de unirse con la realidad y buscar cómo puede su actividad reportar algo a la sociedad del conocimiento en la que vivimos, de ahí deriva la importancia de la transferencia de resultados de la investigación. Hasta aquí parece coherente y sobradamente sabido el planteamiento, pero, ¿en qué lugar se

posicionan los profesores ante la docencia? Pues bien, los profesores hemos de tomar conciencia de que nuestra función docente es tan enriquecedora para la sociedad como la investigación, porque a través de esta función estamos preparando profesionales para que sigan aportando crecimiento y desarrollo a la sociedad. La mejor forma de cumplir esta función de manera adecuada es preparar a los alumnos para que su adaptación a la profesión sea fácil y fructífera en beneficio de toda la sociedad.

Conviene resistirnos a la simplificación de confundir la formación para el ejercicio de la profesión con un sometimiento de la universidad al poder económico del sector productivo empresarial, razonamiento que nos llevaría a reconsiderar la formación profesional que se lleva a cabo en otros niveles educativos. En este sentido, conviene diferenciar muy bien la implicación de las universidades con las empresas en materia de investigación frente a lo que deberían ser (y en términos generales, lo son) criterios exclusivamente académicos para la

organización de la docencia. Es cierto que cada una de nuestras funciones tiene tanto vocación intrínseca como extrínseca a la propia institución que determina las acciones en materia de ordenación docente o extensión universitaria, por poner dos aspectos. Pero, no es menos cierto que el actual momento de cambio permite un equilibrio entre docencia e investigación, para terminar con una tradicional e injusta infravaloración de la primera en función de la segunda. Las empresas y fundaciones que invierten parte de su capital en promover unas líneas de investigación en la universidad se implican en nuestra función investigadora diferenciando claramente que los criterios que rigen la docencia (e incluso la gestión) corresponden a decisiones puramente académicas, dicho de otro modo, una cátedra (o instituto) de investigación es un entorno de colaboración universidad-empresa, un departamento (facultad o escuela) es un escenario académico y de gestión. Por otra parte, teniendo en cuenta que algunas áreas de conocimiento pertenecientes a las humanidades o ciencias sociales se

encuentran *peor posicionadas* en términos de lógica de mercado, creemos que debe ser el criterio académico el que prevalezca en las decisiones de planes de estudio, o de competencias genéricas o específicas a adquirir.

No obstante, podríamos pensar que la universidad pervierte su tradicional significado como lugar de libre pensamiento propicio para el surgimiento de ideas alternativas, para la creatividad y el desacuerdo con lo establecido, abandonando su razón de ser y entregándose con todos sus recursos a la tarea de formar personas al antojo de la autoridad imperante en cada momento. Consideramos que no es del todo así por una sencilla razón, la formación de los estudiantes implica una preparación integral cuya primera función es *acompañarles* en su desarrollo como personas completas; es decir, ayudarles a desarrollar competencias como la capacidad de analizar e identificar problemas, la investigación, la toma de decisiones, y habilidades de interacción social y de trabajo en equipo. De tal suerte, que en contra de lo que pudiera pensarse,

queda contrarrestado un efecto de adoctrinamiento cuando se desarrolla el pensamiento crítico y la comunicación asertiva como habilidades para la vida (OMS, 1993) o competencias psicosociales incluidas en los descriptores del Tratado de Dublín de 2004, documento referencial para el Espacio Europeo de Educación Superior. Según este nuevo modelo, la universidad deberá formar a los estudiantes en los siguientes niveles:

- Conocimientos académicos de la materia en cuestión.
- Conocimientos generales.
- Habilidades y destrezas intelectuales, de comunicación e interpersonales.
- Conocimientos vinculados al mundo profesional.
- Actitudes y valores personales y profesionales.

Este conjunto de competencias son el objetivo de la educación centrada en el estudiante e implican, al menos, tres conjuntos de *saberes*: “Saber” (aprender a aprender), referido a los conocimientos directos de la profesión o materia, “Saber

Estar”, referido a las actitudes y valores tanto profesionales como personales del individuo, “Saber Hacer”, referido a las habilidades y destrezas que permitirán desarrollar la profesión, y que permitirán al individuo desarrollarse como persona en un aspecto más global de la vida. Atendiendo al Informe Delors (UNESCO-Santillana, 1996) deberíamos incluir “saber convivir” como la cuarta forma de conocimiento, aunque, como bien apunta Zabalza (2007: 42), se da la paradoja de que se trata del contenido más ausente en los procesos de formación habituales y no por ello el menos necesario.

En el referido informe Delors, titulado poéticamente “La educación es un tesoro”, se dice:

La universidad cumple una función importante a la hora de contribuir a estos cambios en la gestión del conocimiento, si bien es cierto que para ello debe diversificar su oferta:

- *Como lugar de ciencia y fuente de conocimiento que fundamenta en la investigación teórica o aplicada la formación de los docentes.*
- *Como medio de adquirir calificaciones profesionales conforme a unos estudios universitarios y a unos contenidos adaptados constantemente a las necesidades de la economía, en los que se aúnen los conocimientos teóricos y prácticos a un alto nivel.*
- *Como plataforma privilegiada de la educación a lo largo de toda la vida, al abrir sus puertas a los adultos que quieran reanudar los estudios, adaptar y enriquecer sus conocimientos o satisfacer sus ansias de aprender en todos los ámbitos de la vida cultural.*
- *Como interlocutor privilegiado en una cooperación internacional que permita el intercambio de profesores y estudiantes, y facilite la difusión de la mejor enseñanza mediante cátedras internacionales.*

De esta forma la universidad superaría la oposición que enfrenta erróneamente la lógica de la administración pública y la del mercado de trabajo. Además, encontraría de nuevo el sentido de su misión intelectual y social en la sociedad, siendo en cierto modo una de las instituciones garantes de los valores universales y del patrimonio cultural. En el Informe Delors se considera que éstas son razones suficientes para abogar en favor de una mayor autonomía de las universidades, y dicho sea de paso, de un aumento del presupuesto destinado a educación.

Por seguir abundando en el argumento, el acuerdo de Ministros de Educación con competencias sobre las universidades de la Conferencia de Bergen, 2005, concluyó que cada título de grado de cada universidad del EEES debe formar a los estudiantes para incorporarse al mercado laboral con éxito, para ejercer mayores competencias y para vivir una ciudadanía activa. Los ministros firmaron un compromiso para “defender el principio de responsabilidad pública para la educación superior”. En realidad, es este tipo de oferta educativa (y no sólo

formativa) lo que convierte a la universidad en un bien económico muy rentable para la sociedad. Ofrece a los alumnos un programa en el que no sólo se convertirán en profesionales, sino que sabrán actuar como tales ayudándoles a desarrollarse como personas, de cara a aportar una ciudadanía competente a nivel global.

Hasta ahora sólo hemos hablado de la función social del docente, pero como el lector intuirá estos objetivos educativos conllevan otra serie de funciones relacionadas con la docencia como apuntábamos escuetamente más arriba. Y es que el profesor ha de conseguir a través de su desempeño desarrollar estos objetivos, todo lo cual no puede ser llevado a cabo con el método tradicional que venimos utilizando en la docencia universitaria, esto es, las clases magistrales mediante las que el profesor explica los conocimientos teóricos a los alumnos, los estudiantes han de estudiar memorizando lo que el profesor les explica y reproducir los conceptos en un examen (que no es sino una prueba diagnóstica). Como se puede deducir de lo

anteriormente expuesto, hoy en día no se demandan “profesionales-enciclopedia” puesto que para esta función tenemos a nuestra disposición grandes avances tecnológicos y repositorios de información de gran capacidad. Cuanto las personas pueden aportar a la sociedad son habilidades para trabajar con la información, cómo manejarla, saber cómo y cuándo buscarla y qué hacer con ella, saber ponerla en relación (Salgado, 2006: 71), es decir, aplicar el saber al saber hacer, saber ser y estar en la profesión y saber convivir con el resto de la ciudadanía.

Las universidades son las encargadas de la formación de las *elites* intelectuales. De ellas surgen los profesionales y académicos que se espera tengan liderazgo en la sociedad. En ellas se deberían formar las personas -hombres y mujeres- encargadas de crear las condiciones humanas para que la responsabilidad y talentos del resto de la sociedad se desarrollen y se expresen al máximo. Por misión, las universidades están dedicadas a crear conocimiento y formar científicos, humanistas

y profesionales orientados a satisfacer las necesidades de desarrollo. Los temas como la pobreza, la desintegración social, el desarrollo del capital social y la protección de los recursos naturales (desarrollo sostenible) deberían estar en el centro de sus preocupaciones. Lo anterior, sin embargo, no ocurre así en la actualidad. Los valores como la fraternidad, la solidaridad y la responsabilidad social deberían orientar la labor académica y no sólo la competencia, la eficiencia y el éxito personal, como ha primado en los últimos años.

La Declaración de Glion - suscrita por un grupo de rectores y profesores de las más prestigiosas universidades de Europa y Estados Unidos – reconoce que “los académicos han sido lentos en aplicar sus destrezas a asuntos sociales urgentes, en parte, se supone, por su complejidad; en parte, quizá, por la falta de medios e incentivos para abordarlos, y en parte debido a que estos asuntos son controvertidos y el riesgo de fracasar es alto.” En ese marco, las autoridades, académicos y estudiantes de las universidades incorporadas al proyecto han considerado

impostergable la inclusión de las mismas en dicho ámbito. Se requiere que las universidades redefinan su relación con la sociedad y forjen nuevas alianzas fuera del campus. En concordancia con la Declaración Mundial sobre Educación Superior para el siglo XXI -aprobada en la Conferencia Mundial sobre Educación Superior organizada por UNESCO que tuvo lugar en París en octubre de 1998- los académicos que participan del proyecto chileno “Universidad: Construye País” manifestaron su interés por *visualizar una universidad socialmente responsable* (Proyecto Universidad Construye País - www.construyepais.cl) Entendían por Responsabilidad Social Universitaria la capacidad que tiene la universidad de difundir y poner en práctica un conjunto de principios y valores generales y específicos, por medio de cuatro procesos claves: Gestión, Docencia, Investigación y Extensión. Así, asumen su responsabilidad social ante la propia comunidad universitaria y el país donde está inserta. La universidad es responsable de poner en práctica los principios generales de la vida universitaria

en un entorno mayor y los valores específicos que son propios de la vida universitaria. Todos ellos deberían atravesar la Gestión y las funciones tradicionales de Docencia, Investigación y Extensión. En primer lugar, se responde ante la propia comunidad universitaria, es decir, ante los académicos, funcionarios y alumnos tanto en particular como en su conjunto. Finalmente, se comprometen a que la universidad se adelante a la demanda que el país le hará por nuevos servicios.

Un paso más allá en la responsabilidad social universitaria se encuentra en el concepto de *responsabilidad social para la salud*, que surge cuando, desde la Carta de Ottawa para la promoción de la salud (1986), se aboga por la creación de entornos que apoyen la salud. Un entorno, desde una concepción holística, hace referencia a una serie de factores ambientales, organizativos y personales propios del contexto donde las personas desarrollan sus actividades diarias. No cabe duda de que estos escenarios pueden contribuir a ser factores de riesgo en los procesos de enfermedad de las personas que conviven en

ellos, de ahí las políticas de prevención de riesgos laborales, sin ir más lejos. Desde una visión más positiva, el interés actual se centra en las cualidades que deben reunir dichos escenarios para ser promotores de la salud y el bienestar de las personas que viven en los mismos. Se han ido desarrollando diferentes proyectos protectores y promotores de la salud en determinados entornos, nuestro escenario de actuación es la universidad pero también la comunidad con la que interactuamos desde ella. La universidad es un entorno de especial interés, puesto que es un centro de trabajo, un centro educativo y, además, es una institución de especial relevancia puesto que investiga y garantiza el avance de nuestra sociedad a través de la formación de los nuevos profesionales.

Al fin, y de forma paralela, si perseguimos una educación centrada en quien aprende en lugar de enseñanza centrada en quien enseña; también optamos por una salud centrada en quien la vive, en lugar de una sanidad centrada en quien la administra. Los pasos para lograr llegar a un modelo de responsabilidad

social en salud serían los propios de la tipología de universidades saludables que presentamos en el anexo. Empezamos trabajando prevención de riesgos laborales, seguimos con la educación para la salud, promoción de la salud en sentido estricto acompañada de un empoderamiento en salud para llegar finalmente a la responsabilidad social en salud, verdadero fin último de este proceso. De ahí que los requisitos indispensables para que una universidad sea considerada una Universidad Saludable son los que siguen:

1. Voluntad y decisión política de secundar el proyecto por medio de la inclusión en el Plan estratégico, en acuerdo aprobado por Consejo de gobierno, y/o con la creación de un Vicerrectorado responsable del programa.
2. Cooperación con la Comunidad Autónoma en que se ubica la universidad, también con los ayuntamientos, y ministerios implicados.

3. Atención a toda la comunidad universitaria participando todos los colectivos implicados tanto en las tareas propias de investigación, como en docencia y gestión.

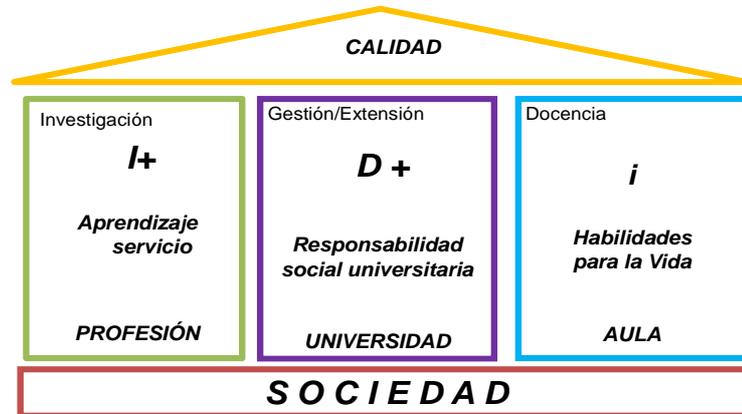
La rentabilidad de seguir avanzando en estos pasos no es inmediata, como ocurre con toda política social, se requiere del factor tiempo y no siempre somos capaces de ver los frutos. Sin embargo, a la luz de la evaluación inicial del Plan de Formación en Salud llevado a cabo en nuestra universidad, nos damos cuenta de que el primer resultado positivo es la mejora de la imagen corporativa de la URJC, por cuanto los propios trabajadores acogen con agrado que la institución se preocupe por su salud e incluya estos temas en los cursos de formación. Como nos decía una profesora, lejos de formarnos en software específico o en el EEES, “*nos tratan como personas y no sólo como trabajadores*”. Por otro lado, al encontrar un amplio consenso en un modelo como Habilidades para la Vida y en un valor como salud, teniendo el respaldo incontestable de la Organización Mundial de la Salud, de la Unesco, o de la Unión

Europea, el planteamiento parece validado y de sobra autorizado. Finalmente, al ampliar la oferta del plan de formación a la docencia, mediante el grupo de tarea formación para la innovación educativa, o mediante el aprendizaje servicio con proyectos fuera de la universidad, estamos ofreciendo un servicio público de calidad que mejora nuestra imagen como institución y transfiere resultados a la sociedad.

Los planes y programas del Vicerrectorado son reversibles puesto que van de dentro a fuera y de fuera a dentro, centrífugos y centrípetos. La responsabilidad social de una organización queda definida como una política de calidad ética orientada al desarrollo humano sostenible, basada en el diagnóstico y la gestión de todos los impactos y efectos colaterales que el funcionamiento de dicha organización puede generar tanto hacia dentro como hacia fuera de sí misma. Las tareas que nos competen como universidad pasan por las tres áreas de actuación antes mencionadas. De cara a transferir nuestra actividad desde estos tres ámbitos hasta la comunidad

universitaria y la sociedad en su conjunto, optamos por mejorar en I+D+i promoviendo la salud en los tres colectivos representados en la URJC, formando a profesores, personal de administración y servicios y estudiantes como agentes promotores de salud. El concepto de calidad total (TQC) aplicado a las universidades “enfatisa el cambio en el estilo de vida; es una filosofía dominante en donde los procesos de mejora continua y las decisiones en consenso prevalecen sobre el autoritarismo y el individualismo de la cultura tradicional” (Kaufmann, S.H. en VV.AA. *El camino a Europa del profesorado universitario*, Publicaciones UCO, Córdoba, 2005: 77).

I+D+i para la calidad en la universidad



Qué concepto de salud para la comunidad universitaria.

El programa Universidad Saludable conforma en sí mismo el eje central del trabajo del Vicerrectorado de Política Social, Calidad Ambiental y Universidad Saludable, persigue el objetivo de integrar la salud física, psicológica y social en las acciones formativas e investigadoras para una mejora de la calidad de vida de la comunidad universitaria. De ahí que su marco de actuación se centre en mejorar la calidad de vida y salud del personal de administración y servicios, del personal docente e investigador y de los y las estudiantes.

Una universidad saludable es aquella que de forma continua está mejorando su ambiente físico y social, potenciando aquellos recursos comunitarios que permiten a su población realizar todas las funciones de la vida y desarrollarse hasta su máximo potencial. Y esto tiene la implicación directa de integrar la salud y el bienestar en la cultura universitaria a todos los niveles. A nivel europeo, el programa Universidad Saludable se integra en el Espacio Europeo de Educación Superior por medio de actuaciones concretas como la valoración de iniciativas insertas en el sistema de transferencia y reconocimiento de créditos de los nuevos títulos de grado y postgrado. En el caso de España dicha valoración tiene su aplicación a través del programa Verifica de la Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Acreditación, ANECA, cuyo criterio 4 está dirigido a reconocer estos aspectos.

Todo este conjunto de iniciativas tienen razón de ser en una idea de universidad que no sólo tiene el compromiso de acreditar profesionales que se incorporen al mercado laboral

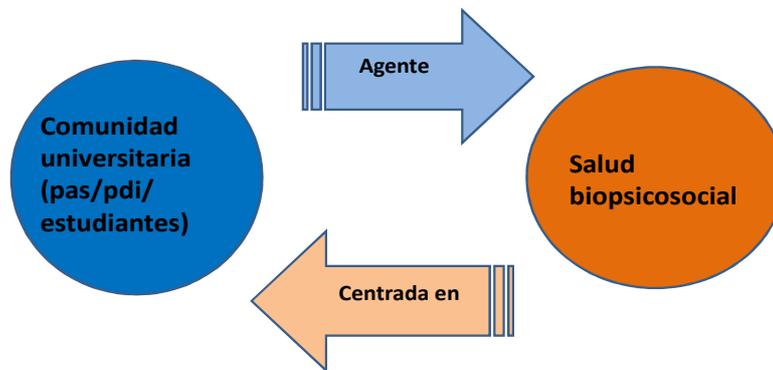
con las máximas garantías de una buena formación, sino también teniendo en cuenta que asumimos la responsabilidad social de ofertar a la ciudadanía las posibilidades de un aprendizaje a lo largo de toda la vida¹. Según este nuevo modelo, la universidad deberá formar a los estudiantes en distintos niveles: los propios conocimientos académicos de la materia en cuestión, unos conocimientos generales básicos, unas habilidades y destrezas intelectuales, de comunicación e interpersonales, y finalmente, unos conocimientos vinculados al mundo profesional, actitudes y valores personales.

El modelo Universidad Rey Juan Carlos “una universidad Saludable”, pretende lograr una universidad igualitaria, sostenible y saludable. Para ello tenemos en marcha una serie de programas: Programa de Atención a las personas con discapacidad, Programa de voluntariado, Programa Vive y Convive, directamente implicados con la igualdad de trato. Plan

¹ Estas son las directrices del Aprendizaje a lo largo de la vida –Life long learning-, según propuesta de la UNESCO y Naciones Unidas, y del Programa de aprendizaje permanente (PAP) de la Unión Europea.

de Acción Medioambiental de cara a alcanzar una mejora en la sostenibilidad de nuestro entorno. Plan de formación en salud (para pas y pdi) y Programa de promoción de la salud y el bienestar de la comunidad universitaria para promover la salud de un modo más específico en toda la comunidad universitaria.

Concepto de salud asociado a la comunidad universitaria.



2

Por qué trabajar promoción de la salud en la universidad.

La promoción de la salud tiene como fin último que la persona sea capaz de alcanzar el equilibrio saludable, que no la ausencia de enfermedad, en el día a día. Existen muchos modelos teóricos

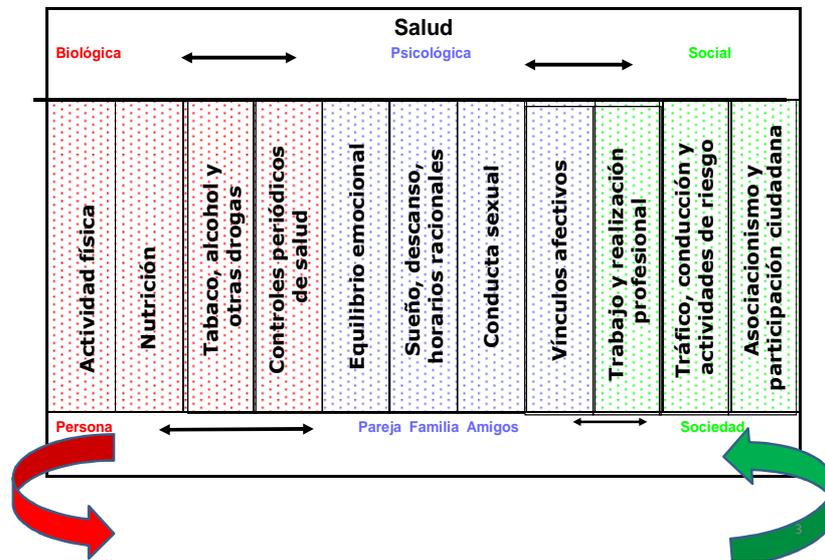
para lograr este objetivo, sin embargo, preferimos optar por un esquema de trabajo en el que lo que importa es cómo tomamos las decisiones que afectan a nuestra propia salud, partiendo del hecho de que cada persona es responsable de su propio bienestar. Ante la pregunta de cómo queremos vivir y el compromiso de hacer cuanto esté en nuestra mano para acercarnos al objetivo planteado, nos encontramos con la gran dificultad de la promoción de la salud: los resultados sólo pueden verse a largo plazo.

Necesitamos tiempo para poder ver en síntesis el producto del trabajo realizado; en ocasiones no tenemos ese tiempo. Ésta es una desventaja que en contra de lo que pudiera pensarse tiene solución. Por ejemplo, si lo vemos desde la perspectiva de la comunidad universitaria, si nos preguntáramos qué nivel sería el adecuado para saber si se ha incorporado el tema de promoción de la salud en la universidad, podríamos decir que lo primero que tendríamos que conseguir en la propia institución es una buena comunicación. Teniendo la capacidad

de comunicarnos, ya tenemos un punto importante en promoción de la salud. El eje es la comunicación, si somos capaces de comunicarnos, decirnos qué sentimos, a partir de ahí se logra promocionar la salud, entendida siempre desde la triple dimensión biológica, psicológica y social.

Dicho esto, existen una serie de aspectos que podemos tratar con los miembros de la comunidad universitaria y que se relacionan con las esferas de lo individual biológico, lo interpersonal o psicológico, y lo social. Todo cuanto atañe a la actividad física o la nutrición, va dejando paso al equilibrio emocional o los vínculos afectivos para alcanzar la dimensión más colectiva de la participación o el mismo desarrollo laboral. Dado que las esferas se dan en todas las personas de un modo interrelacionado, no podemos dejar que la imagen se quede en un plano bidimensional, el cuadro formaría una especie de cilindro con el que poder promover la salud en un sentido holista e integrado.

Promoción de la salud en la universidad: aspectos a tratar.



Modelo de Habilidades para la Vida como herramienta de innovación docente

Dentro del Plan de Formación docente para el Espacio Europeo de Educación Superior cobra importancia la tarea emprendida por un grupo de profesores de la URJC con el fin de transformar una enseñanza basada en contenidos en un aprendizaje centrado en el estudiante y en su desarrollo competencial. En este sentido,

resulta primordial aunar esfuerzos en forma de grupos de tarea-formación para la innovación docente donde sean los propios profesores los que pongan en común y contrasten los objetivos y metodología que cada uno pone en la práctica docente de la que es responsable. En el contexto del Plan de Formación en Salud dentro del Programa Universidad Saludable del Vicerrectorado de Política social, calidad ambiental y universidad saludable, algunos profesores de la universidad llevan a cabo una formación inicial en promoción de la salud. Llegados a este punto estamos en condiciones de desarrollar grupos de trabajo para el análisis de estrategias didácticas adoptadas en cada contexto de aprendizaje según el modelo de Habilidades para la Vida (OMS, 1993). Las Habilidades para la Vida constituyen un conjunto de competencias que inciden en la salud biopsicosocial de los sujetos en tanto agentes de su propio bienestar. Partimos del vínculo directo entre estas HpV y las competencias transversales descritas en cada uno de los libros blancos de los títulos de grado, esta asociación conforma un objetivo de

aprendizaje centrado en el ejercicio profesional pero también en la integración en el conjunto de la ciudadanía de pleno derecho de los estudiantes universitarios. La implantación del Espacio Europeo de Educación Superior y los nuevos títulos de grado en la URJC requieren un esfuerzo institucional interno en aras de la innovación que revierte en una formación universitaria de calidad para una mejora de las condiciones de vida de la sociedad en general (externo). En definitiva, se trata de promover la salud desde el ámbito académico formado a los profesores como agentes promotores de salud. Estamos entendiendo la salud física, psicológica y social de los miembros de la comunidad universitaria como herramienta de transformación e innovación docente.

Al poner en paralelo el desarrollo personal y el desarrollo social, conseguimos hacer converger el interés de la persona con el de la institución en la que trabaja/estudia. De tal suerte que en un mismo plan de formación en salud estamos consiguiendo mejorar la autoeficacia del docente y la calidad de la

universidad. En este contexto, se describen los resultados de una evaluación inicial llevada a cabo en el colectivo de profesores de la Universidad Rey Juan Carlos con el fin de conocer su grado de satisfacción general con su vida laboral. Los resultados nos dicen que la satisfacción de la vida laboral puede considerarse elevada, mientras que los niveles de satisfacción con su actividad diaria, su actividad investigadora, y con el tiempo libre de que dispone, especialmente con este último aspecto, son muy bajos. Fruto de esta primera evaluación se llevaron a cabo talleres de intervención sobre las principales áreas detectadas en el análisis de necesidades (inteligencia emocional, gestión del tiempo, sexualidad).

Si bien iniciamos nuestro programa centrándonos en un nivel meso atendiendo a la formación de PDI, PAS y estudiantes como agentes promotores de salud, nos vemos en la necesidad de continuar respondiendo a las demandas obtenidas de esta primera toma de contacto para seguir profundizando a un nivel micro de atención personalizada y en pequeños grupos

(Programa de promoción de la salud y el bienestar) y a un nivel macro de respuesta a la sociedad (Proyecto de aprendizaje-servicio en promoción de la salud) para atender las peticiones de colaboración de ayuntamientos, fundaciones, organismos y empresas en el contexto de la docencia y la investigación.

El nivel meso corresponde con el escenario de actuación, iniciado en el pasado curso académico, de un Plan de Formación en Salud. El programa Universidad Saludable ha desarrollado este plan para promover la salud desde dentro de la propia universidad, puesto que profesores y personal de administración tanto como estudiantes pueden convertirse en agentes promotores de salud para la mejora de la calidad de vida de la sociedad de la que participan.

- 1º) Curso 2007-08: Toma de contacto con la realidad: Análisis de la demanda y de las necesidades.
- 2º) Curso 2008-09: Nivel de profundización en la detección de necesidades de cada colectivo: Incorporación del Modelo HpV (OMS, 1993) como

estrategia para promover la salud en docencia, investigación y gestión.

- 3º) Curso 2009-10: Diversificar los niveles de actuación en promoción de la salud para dar respuesta a las necesidades detectadas.

El nivel micro se desarrollará durante el curso próximo 2009-10 mediante la creación de un Programa de promoción de salud y bienestar para canalizar las demandas detectadas en los cursos de formación, tanto como en las diferentes actividades de sensibilización llevadas a cabo con estudiantes (atención discapacidad, alimentación, tutorías integrales, voluntariado). Si bien el diseño del Plan de formación en salud se llevó a cabo a partir de los factores de riesgo detectados en un estudio previo sobre calidad de vida del profesorado; el Programa de promoción de salud y bienestar dará respuesta a las peticiones que en materia de salud han ido haciendo los participantes en los cursos o actividades. Puede ocurrir, por poner un ejemplo concreto, que un profesor observe un nivel de estrés y ansiedad

preocupante entre los estudiantes y el Programa SyB diseñe una intervención en grupo para la próxima convocatoria ordinaria de exámenes. Así mismo, puede darse el caso de que, mediante el Programa de Atención a las personas con discapacidad, tengamos noticia de una dificultad que acarree un riesgo laboral para unos trabajadores de la universidad y decidamos, de común acuerdo con las personas afectadas, intervenir.

Finalmente, el nivel macro es el que permite transferir a la sociedad la investigación que somos capaces de desarrollar en el contexto de nuestra labor docente y/o investigadora. Los títulos de grado, tanto como el postgrado, cuentan con una serie de escenarios de aprendizaje adecuados para desarrollar iniciativas de *aprendizaje servicio*. Esto es, la integración de actividades de servicio a la comunidad en el *curriculum* académico, donde los alumnos utilizan los contenidos y herramientas académicas en atención a necesidades reales de la comunidad. Los fundamentos psicopedagógicos del aprendizaje servicio están en el constructivismo social, en el aprendizaje significativo

colaborativo y en el aprendizaje basado en proyectos, por tanto coinciden con el modelo de Habilidades para la Vida. Cuando un docente entra en contacto con la necesidad de intervención en materia de salud de un colectivo, asociación o municipio, diseña un plan de aprendizaje servicio por medio del cual los estudiantes se forman al tiempo que prestan un servicio de consultoría en promoción de la salud a una parte de la sociedad que, de otro modo, no podría permitírselo. Existe la posibilidad, plenamente integrados en los nuevos títulos de grado, de incorporar a la docencia proyectos de aprendizaje servicio que serán desarrollados en forma de actividades académicas dirigidas, créditos de libre elección, practicum, proyectos fin de grado, máster o doctorado.

Dado que no podemos pretender que nadie acuda donde no estamos dispuestos a ir, buscamos dar coherencia e integridad al plan de formación en salud de la URJC. Empezamos por trabajar con el personal docente e investigador por ser quienes, desde nuestra responsabilidad educativa, nos constituimos en figuras

referenciales para el resto de la comunidad universitaria. La integridad de la fundamentación con la que hacemos promoción de la salud se relaciona precisamente con la idea de salud holística, no sólo biológica sino también psicológica y social. Como agentes promotores de salud hemos seguido un proceso que detallamos en tres fases: autoconocimiento, empoderamiento y liderazgo. De tal modo que, primero, hemos llevado a cabo un análisis de la realidad que nos ha permitido eliminar inseguridades, hemos diseñado un proyecto de intervención que ha posibilitado la cohesión social y finalmente, hemos aplicado el proyecto a cada realidad concreta para legitimar el discurso. Al salir de los cursos con una certificación (acreditación), una idea de grupo y un proyecto que llevar a cabo estamos empoderando al colectivo de profesores tomando el valor salud como estrategia de mejora de la calidad.

Al tomar conciencia de lo que hacemos nos percatamos de que cada persona por su cuenta es ya un promotor de salud y que aplica las habilidades para la vida sin que hasta entonces supiera

que lo estaba haciendo. Conseguimos, nombrando con el catálogo de HpV de la OMS, que un proyecto individual se convierta en colectivo y que cada persona sea en sí mismo un *ministro de salud*. Los profesores encuentran el valor salud en el ejercicio de su profesión cuando al formarse son capaces de aplicar las HpV en su esfera individual intrapsíquica, grupal (familiar o de pareja) y social como ciudadanos. El plan de formación en salud permite vincular nuestras tres tareas: investigación, docencia y gestión mediante el denominador común de la promoción de la salud. No podemos llegar a ser una universidad saludable sin construir entre todos un entorno laboral saludable para quienes trabajamos en la universidad y para quienes están con nosotros un tiempo que les va a marcar para siempre, los estudiantes. El plan de formación en salud pone en relación no sólo nuestra triple tarea sino también el cometido que como universidad tenemos de trabajar por la innovación, el desarrollo y la investigación. Las universidades tenemos la responsabilidad social de ser *mascarones de proa* de

la I+D+i al tiempo que hemos de ser capaces de transferir los resultados de las investigaciones a la sociedad de la que participamos. En clara sinergia con este enfoque, los estudiantes con los que trabajamos vienen dispuestos a educarse para aportar a la sociedad lo mejor de sí mismos. Al margen de esto, se da la particularidad de que los estudiantes que llegan a la URJC son en muchos casos los primeros universitarios de sus familias, luego, su papel como agentes promotores de salud resulta fundamental. Por otro lado, debemos trabajar de un modo coordinado con los ayuntamientos en los que se ubican nuestros campus por tratarse de las administraciones más cercanas a los estudiantes y a los ciudadanos.

En el contexto de los cursos del Plan de formación en salud los profesores piden coherencia en la promoción de la salud que estamos haciendo. La dirección que llevan los vectores de nuestro proyecto de promoción de salud es a un tiempo vertical y horizontal, va desde el rectorado hasta la última de las aulas, y desde la investigación a la docencia

pasando por la gestión. Por eso los niveles de actuación deben ser micro para la atención personalizada y macro para la participación en redes y grupos de trabajo interuniversitarios o estatales. En Universidad Saludable, como la promoción de la salud es un medio y no un fin, promovemos la salud sin perder de vista hacia dónde debemos dirigirnos, ya que no podemos cambiar todo, ni tampoco sería aconsejable una transformación que perdiera el objetivo de la vivencia de cada cual en pro de un cambio social extenso. Se debe ver el árbol tanto como el bosque, promovemos salud desde dentro hacia fuera y de fuera hacia dentro. Barajamos un concepto de liderazgo saludable que detecte las necesidades en materia de salud y las satisfaga trabajando en equipo. Todos somos universidad y hacemos universidad cuando damos respuesta a las necesidades detectadas en nuestra actividad cotidiana, formándonos como profesores estamos promoviendo salud en nosotros mismos y en nuestros alumnos que a su vez generarán salud en sus familias y grupos de pares.

Podemos poner algunos ejemplos de habilidades para la vida saludable que ya se están llevando a cabo en el contexto de las actividades académicas dirigidas de algunas asignaturas y en los créditos de libre elección de algún área de conocimiento. Los docentes que participaron en los cursos de formación en salud, se fueron dando cuenta de que estaban aplicando algunas habilidades como motivación, pensamiento creativo, trabajo en equipo o manejo de emociones asociadas a las competencias que los respectivos libros blancos de la titulación en la que trabajan. Lógicamente, las competencias a desarrollar tienen en muchos casos un carácter psicosocial que bien puede formar parte de un proyecto de promoción de la salud, de ahí la convergencia de intereses en asignaturas tan dispares como la Filosofía del derecho o la Estructura y tecnología de los computadores, por no referirnos a la Evaluación de impacto ambiental en Ciencias Medioambientales.

Desde un punto de vista de la innovación docente, el modelo de Habilidades para la Vida, tanto como la herramienta del aprendizaje servicio, se sitúan como propuesta *docente e investigadora* para la transferencia de resultados a la sociedad. El aprendizaje servicio corresponde a una metodología de enseñanza y aprendizaje a través de la cual los jóvenes desarrollan habilidades por medio del servicio a sus comunidades y escuelas. Una condición clave es que la realización del servicio compatibilice los objetivos académicos con las necesidades sentidas de los socios comunitarios. La combinación entre objetivos de servicio y aprendizaje favorece un enriquecimiento mutuo entre estudiantes y comunidad. Las prácticas universitarias programadas con esta intención disponen una motivación positiva hacia la autorreflexión, el autodescubrimiento y la adquisición y comprensión de valores y habilidades, junto con la obtención del conocimiento. En este sentido, el aprendizaje servicio debe procurar y mantener los

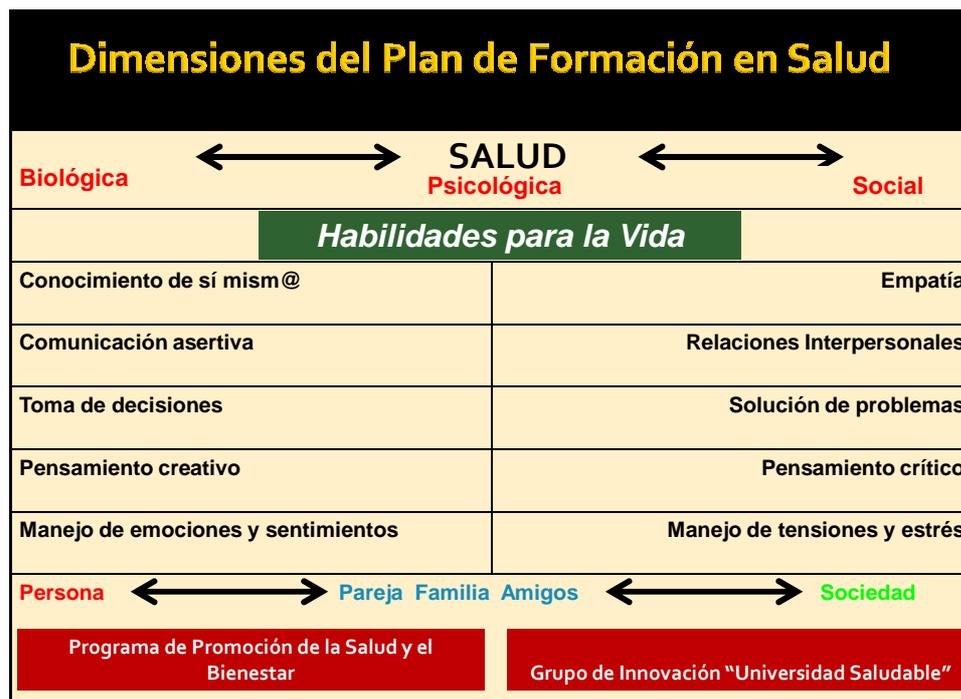
más altos estándares de excelencia, a través de un trabajo conjunto y comprometido de docentes.

El aprendizaje servicio brinda a los estudiantes una oportunidad para una participación más profunda en la comunidad y los ayuda a desarrollar el sentido de la responsabilidad social. Alienta la autoestima y el liderazgo y, sobre todo, permite que se fortalezca el sentido de creatividad, iniciativa y de habilidades comunicativas. Como propuesta innovadora, permite simultáneamente aprender, actuar y abrir espacios de formación. Mejora la calidad de los estudios universitarios, ofrece una respuesta participativa a una necesidad social y aporta a la "transformación" de las personas y de la sociedad. Entre los beneficios académicos para los estudiantes destaca el dominio sobre el contenido de los cursos, habilidades de pensamiento y resolución de problemas. Con relación a lo vocacional, beneficia actitudes positivas y realistas en torno al trabajo. En lo personal, intensifica una visión de autoeficiencia, autoestima y capacidades de resiliencia y liderazgo. En lo ético,

fortalece valores morales y la habilidad para tomar responsabilidades. En lo social, permite adquirir destrezas para trabajar productiva y solidariamente, y fortalece su intención de cuidar de otros. Uno de los factores esenciales para institucionalizar y tener éxito con el aprendizaje servicio en la educación superior es el grado en que los docentes se involucran en la implementación y apoyo a la metodología. Es determinante un trabajo docente en equipo y un adecuado conocimiento de los aspectos metodológicos, junto con un profundo compromiso profesional, de ahí la pertinencia de trabajar conformando un grupo de tarea-formación para la innovación.

Este proyecto de constitución de un grupo de tarea formación para la innovación docente en la Universidad Rey Juan Carlos se define desde la epistemología de que cada uno de nosotros somos los mejores agentes promotores de salud. De tal suerte que, también en las aulas, se debe hacer el esfuerzo por superar la mera formación disciplinar y volcarla cada día más al *valor salud* para que el resultado sea la educación de una

ciudadanía implicada en un contexto social determinado. La universidad no sólo debe alentar actividades de inclusión social, sino que las debe transformar en programas priorizados que se debatan en los órganos de gobierno de la academia para que todos los sectores que intervienen en su conducción fijen posición y asuman el compromiso para un mediano y largo plazo: internalizando las exterioridades, externalizando las interioridades.

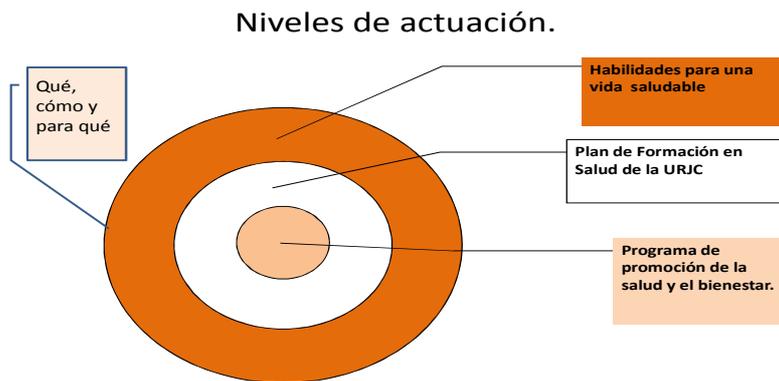


Plan de formación en salud: niveles de contextualización y dimensiones.

El programa Universidad Saludable, tal y como también queda especificado en los requisitos de la Red Española de Universidades Saludables, tiene que estar integrado en la toma de decisiones de la universidad: plan estratégico, vicerrectorado y/o acuerdo de consejo de gobierno. Este primer nivel que

llamamos Macro refuerza la transversalidad antes referida en el sentido de que el programa abarca la estructura organizativa de la institución en horizontal y en vertical. Por decirlo de un modo más sencillo, si una persona desde el convencimiento pleno, quisiera promover la salud de un colectivo tan grande terminaría actuando en pro de pequeños grupos pero nunca se trataría de una promoción de la comunidad universitaria global. Estamos refiriéndonos a las personas, a los espacios, entornos, jardines, formas de organización ... en fin, tanto a lo físico como a los recursos humanos. Del mismo modo, necesitamos que en este nivel macro se llegue a incorporar el modelo de promoción de la salud, no se trata de quedarnos en el nivel de sensibilización, hemos de desarrollar las competencias en los agentes promotores que son cada miembro de la comunidad educativa. Este nivel macro comprende las decisiones, el diseño de las actuaciones a seguir, la fundamentación del trabajo en el que nos vamos acercando a las circunstancias concretas de cada cual. El nivel macro da sentido a los otros dos escenarios dado

que justifica la actuación y la concreción, incluso la atención personalizada cuando ha lugar: como en el caso de la atención a las personas con discapacidad o el programa de promoción de la salud y el bienestar.



Los niveles de contextualización en torno a los cuales se desarrolla el Programa Universidad saludable son, igualmente, tres círculos concéntricos análogos a la tarea del Vicerrectorado: Macro, correspondiendo al modelo teórico de habilidades para una vida saludable. Meso: correspondiendo Plan de Formación en Salud de la URJC: Iniciativas para una vida saludable (PDI/PAS). Micro: correspondiendo al Programa de Promoción de la Salud y el Bienestar de la URJC.

La evaluación del primer año del Plan de Formación en Salud (2007-08) resultó, en general, muy positiva, de ahí su continuidad y propuestas de mejora. En primer lugar, el PFS se ha diseñado según las necesidades de cada colectivo; de tal modo, que las experiencias piloto con PAS y PDI llevadas a cabo en primavera de 2008 se presentaron según los factores de riesgo en salud y bienestar detectados previamente y antes citados. El curso de verano *Habilidades para la una vida saludable* (julio de 2008) fue un paso decisivo hacia la constitución de un grupo de agentes promotores de salud en la URJC en el que continuamos trabajando. El nivel meso complejiza la situación por la propia idiosincrasia de la promoción de la salud en tanto que se trata de un concepto abstracto que tiende a invisibilizar las acciones llevadas a cabo. De ahí que tomemos la opción de, una vez que tenemos el grupo de interés identificado, continuar la formación en promoción de la salud para que sepan qué cosas podemos trabajar en este ámbito. Primero, porque creíamos que la herramientas con las

que íbamos a trabajar o bien no se conocen o bien no se nombran como tal, así, las evidenciamos para saber que estamos promoviendo la salud. Este nivel de intervención resulta muy fluido, conecta las funciones de la universidad y permite vincular los otros niveles inmediato superior e inferior. Después, todo indica que resulta necesario un nivel micro para la atención personalizada o en pequeños grupos de problemáticas concretas que deben ser atendidas para ser coherentes con un modelo que promociona la salud integral desde dentro. Cuando avanzamos en la formación en habilidades para la vida, nos damos cuenta de que por un lado, somos personas y las competencias que desarrollamos en nuestra formación en salud sirven para la mejora de nuestras condiciones de vida (aprender a aprender); sin embargo, en segundo lugar, nos formamos como docentes y es en este sentido en el que resulta fundamental aprender a enseñar las HpV.



Plan de formación en salud

Objetivo: Aprender a aprender

Taller:	CURSO:	CURSO:	CURSO:	CURSO:
Iniciativas para un estilo de vida saludable (2007-08, 2008-09, 2009-10)	Relaciones interpersonales y salud: Hacia una comunicación más saludable (2008-09, 2009-10)	Trabajo en equipo y salud: Optimizando el rendimiento Y promoviendo el bienestar (2008-09, 2009-10)	Emociones, cogniciones y salud: En busca del bienestar (2008-09, 2009-10)	Afectividad, sexualidad y relaciones personales (2008-09, 2009-10)

Objetivo: Aprender a enseñar

Taller:	Taller:	Taller:
La comunicación interpersonal. Un nuevo reto en el modelo de competencias Bolonia (2009-10)	El trabajo en equipo. Un nuevo reto en el modelo de competencias Bolonia (2009-10)	La inteligencia emocional. Un nuevo reto en el modelo de competencias Bolonia (2009-10)



11

A medida que promovemos la salud en la universidad, empezamos a cuestionarnos la dirección que va tomando nuestra intervención. Esto es, ¿se puede ir de abajo a arriba? Sí, sabiendo que podemos quedarnos abajo y no tenemos porque alcanzar ninguna cima en un plazo breve. Por otro lado, ¿debemos trabajar al mismo tiempo en sentido vertical descendente para que se perciba la implicación de la toma de

decisiones de la institución? La respuesta es que tampoco tiene que ser necesariamente así. La imagen que representa nuestra manera de hacer promoción de la salud en la universidad sería parecida a un engranaje por cuanto ante la actividad concreta emprendida por un programa, el dispositivo se pone en marcha movilizándolo a su vez las ruedas de los programas asociados. De esta forma, trabajando de un modo articulado logramos que se desarrolle en la comunidad universitaria una conciencia colectiva en torno a qué significa estar sano y vivir de un modo saludable, desde ahí nos convertimos en agentes promotores de salud. La salud está en lo evidente, pero también en lo que no se ve y se siente, las habilidades para la vida que trabajamos componen una buena parte de la promoción de la salud que no resulta visible.

La evaluación del Plan de Formación en Salud resulta, en general, muy positiva. Esto se debe, en primer lugar, a que el PFS se diseñó según las necesidades de cada colectivo hacia el que nos dirigíamos. De tal modo, que las experiencias piloto con

PAS y PDI llevadas a cabo en primavera de 2008 se presentaron según los factores de riesgo en salud y bienestar detectados previamente. El curso de verano de 2008, *Habilidades para una vida saludable* fue un paso más hacia la constitución de un grupo de agentes promotores de salud en la URJC, con atención a la comunidad universitaria como un todo, estaban representados los tres colectivos. A lo largo del curso 2008-09 hemos continuado el plan de formación en salud, dividiendo el programa en tres formatos de cursos derivados de los módulos iniciales.

En tanto en cuanto trabajamos la promoción de la salud desde la significación y no desde la representatividad, nuestro modelo es trasladable a otros contextos y otras universidades. No pretendemos llegar a decir que hemos impartido un número alto de cursos de formación porque no es nuestro objetivo, como tampoco perseguimos que sea un número determinado de profesores los que asistan o de estudiantes o pas, no es nuestra pretensión. Hemos hecho un número determinado de cursos, sin

embargo, lo importante es que nos han ofrecido mucha información para diseñar el siguiente año del plan de formación en salud, a demanda de los participantes, según las necesidades detectadas y en función de las peticiones descritas en la evaluación cualitativa. Tres propuestas para un empoderamiento de nuestra propia salud; porque no olvidemos que el objetivo del que estamos hablando es precisamente eso, el empoderamiento, un vocablo que no tiene una traducción adecuada, no hay una palabra más acertada para decirlo. Resulta, no obstante, sencillo de entender dado que no estamos trabajando sobre el hecho de que la gente sepa de salud, no estamos formando asistentes técnicos sanitarios, tampoco enciclopedias de salud. Estamos intentando que las personas tengan capacidad para decidir, o mejor dicho, que tengan una formación para desarrollar la capacidad de decidir su salud. Y esa yo creo que es la situación de cualquier universidad, ahora bien, siempre partiendo de la realidad de la universidad en la que se va a trabajar, conociendo el marco de abordaje de cómo está organizada la universidad,

podremos aplicar bien el modelo. En el cómo hacerlo es donde estriban las dificultades y los matices, el “para qué”, dado que tiene que ver con la responsabilidad social universitaria, es prácticamente el mismo, y el qué no es otro que la promoción de la salud y el bienestar de la comunidad universitaria y de la sociedad en su conjunto.

Bibliografía

Bain, K. *Lo que hacen los mejores profesores universitarios*.
Universitat de València, Valencia, 2005.

Dewey J. *Democracy and Education: An Introduction to the
Philosophy of Education*. New York: Free Press; 1944.

American Association for Higher Education (AAHE). *AAHE
Series on Service-Learning in the Disciplines*.
<http://www.aahe.org/service/series.htm> Acceso en marzo de
2008.

Mantilla, L. Habilidades para la vida: una propuesta educativa para la promoción del desarrollo humano y la prevención de problemas psicosociales. Bogotá, 2000.

Martínez Martín, M. (coord.) *Aprendizaje servicio y responsabilidad social de las universidades*, Ed. Octaedro, Madrid, 2008.

Salgado, E. *Manual de docencia universitaria. Introducción al constructivismo en la educación superior*. Editorial ULACIT, San José, Costa Rica, 2006.

Sigmon RL. An organizational journey to service-learning. In: Stanton TK, Giles Jr. DE, Cruz NI, (eds.) *Service-Learning: A Movement's Pioneers Reflect on Its Origins, Practice, and Future*. San Francisco: Jossey-Bass; 1999.

VV.AA. *El camino a Europa del profesorado universitario*, Publicaciones UCO, Córdoba, 2005

Zabalza, M.Á. *La enseñanza universitaria. El escenario y sus protagonistas*. Narcea, Madrid, 2007.