

NOTA DE PRENSA

Día de las Universidades Saludables, 7 de octubre de 2020

La Red Española de Universidades Promotoras de Salud (REUPS) celebra la sexta edición del Día de las Universidades Saludables, una campaña que quiere visibilizar el trabajo que hacen conjuntamente las universidades de la red. La REUPS, que se constituyó en 2008 y actualmente está coordinada desde la Universitat de les Illes Balears, está formada por 56 universidades.

El Día de las Universidades Saludables nació para conmemorar la Declaración de Pamplona, el 7 de octubre de 2009, una fecha que la REUPS quiere homenajear celebrando cada año de manera conjunta la importancia de los hábitos saludables en las universidades.

La REUPS tiene como objetivo común desarrollar los proyectos de campus saludables en las universidades españolas, así como en la sociedad, a través de procesos participativos, colaborativos, dinámicos y activos, que hagan más fáciles las opciones más saludables, incorporando la promoción de la salud como estrategia institucional, incrementando el desarrollo de acciones hacia la práctica de comportamientos saludables en la comunidad universitaria y ayudando a vincular a líderes del entorno universitario como agentes de prevención comunitaria. Además, la REUPS tiene como objetivos fomentar la investigación y la docencia en promoción de la salud, favorecer el intercambio de experiencias entre los organismos de salud pública, las instituciones comunitarias y las universidades nacionales e internacionales.

Este año, en estas circunstancias tan peculiares, hemos querido más que nunca seguir en nuestra labor de promocionar y concienciar en hábitos de vida saludables. Actualmente, cobra más importancia, si cabe, la promoción de la salud en la comunidad universitaria y en el resto de la sociedad. En este periodo pensamos que es importante seguir promoviendo la salud en tres aspectos fundamentales; la parte física, que incluye la importancia de la alimentación saludable y la actividad física, favoreciendo el movimiento en nuestra vida diaria y las pausas activas en el trabajo, así como favoreciendo el consumo de verduras y frutas, y limitando los productos ultraprocesados y ricos en azúcar; la parte psicológica, potenciando una actitud positiva y colaborativa frente a esta pandemia; y la parte social.

Por otro lado, aunque este año no ha sido posible realizar el Reto 5.000 de donación de sangre, queremos seguir reivindicando la importancia de seguir donando sangre en estos momentos, fidelizando a las personas que donan de forma habitual, además de captar donantes nuevos.

En esta edición tan especial del Día de las Universidades Saludables, cada universidad determinará las actividades que se lleven a cabo en función de la situación de su comunidad y las medidas sanitarias adoptadas.



La REUPS trabaja para crear personas mediadoras y agentes activos de salud en las universidades, que sirvan de modelo entre iguales y familias. Sus líneas de actuación comprenden: la alimentación saludable, actividad física, salud emocional, educación afectiva-sexual, prevención del VIH, adicciones con sustancias, adicciones sin sustancias, seguridad vial y prevención oncológica, entre otras. Relacionado con esto, la red sigue elaborando documentos de consenso, el último de ellos relacionado con la prevención de adicciones comportamentales y la prevención del consumo de alcohol.

Además del compromiso con la promoción de la salud, la red trabaja con vistas a los Objetivos de desarrollo sostenible (ODS) que recoge la Agenda 2030. Por ello, en octubre comienza la segunda edición la campaña de mensajes saludables “Un Mensaje Saludable por un Objetivo Común”, mensajes que estarán asociados a los ODS. Esta campaña tiene como objetivo diseñar y publicitar mensajes de concienciación sobre temas relacionados con la salud, y cada mes estará liderado por una universidad saludable.

Es nuestra obligación, ahora más que nunca, seguir promocionando la salud no solo entre la comunidad universitaria sino también entre la sociedad en general. Por ello, seguimos realizando campañas desde todas las universidades y compartiendo los recursos, que se pueden encontrar en Instagram [@unisaludables_](#) y Twitter [@unisaludables](#), así como en la web <https://www.unisaludables.es/es/>

Para más información y atención a medios:

Antoni Aguiló | vr.universitatssaludable@uib.es

t. 97 117 30 42

Patricia Molina | vr.universitatssaludable@uib.es

t. 97 117 20 94