

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD SOCIAL



PROYECTO DE RESPONSABILIDAD SOCIAL

**PROMOVIENDO EL AUTOCUIDADO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN
ESTUDIANTES DE PREGRADO UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO**

Docentes Responsables:

Dra. Luz Chavela de la Torre Guzmán

Mg. José Luis Salazar Huarote

III Ciclo de estudiantes en Enfermería

CALLAO – PERÚ

AÑO 2023

1. Antecedentes

Se estima que para el 2030 habrá una carencia de aproximadamente 18 millones de profesionales de la salud en todo el mundo. En la actualidad, el número de personas que necesitan asistencia humanitaria asciende a una cifra récord de 130 millones y, además, las pandemias, tal como la de COVID-19, representan una amenaza mundial. Al menos unos 400 millones de personas en todo el mundo carecen de acceso a los servicios de salud más esenciales y, cada año, unos 100 millones de personas se ven sumidos en la pobreza por los gastos que implica costearse la atención de salud. Por ello, es necesario encontrar urgentemente estrategias innovadoras que vayan más allá de las respuestas convencionales del sector de la salud. Estas intervenciones también son pertinentes para las tres áreas del 13.º Programa General de Trabajo de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

La OMS recomienda que se utilicen las intervenciones de autocuidado en todos los países y entornos económicos como elementos críticos para lograr la cobertura sanitaria universal (CSU), promover la salud, preservar la seguridad mundial y servir a las poblaciones vulnerables.

El país vive un proceso de transformación del perfil demográfico (envejecimiento) y del perfil epidemiológico (enfermedades infectocontagiosas a crónicas), realidad que no es ajena a nivel mundial, nacional, regional y local. Esta transición forma parte de los cambios sociales, económicos y culturales, insertos en un mundo globalizado.

El modelo de enseñanza aprendizaje actual, viene alcanzando un límite en su capacidad de enfrentar las necesidades sanitarias de la población entre otras como las medidas de promoción, prevención, protección y control de enfermedades crónicas y transmisibles evidenciándose las insuficiencias en coberturas de asistencia por el personal de salud, lo que incrementa la incidencia de las enfermedades demanda por mayor respeto a sus derechos. Conjuntamente es necesario realizar ajustes en la gestión, que aseguren los esfuerzos de inversión y se traduzcan en más y mejores acciones sanitarias a través de buenas prácticas y cultura sanitaria sobre el autocuidado a nivel

individual, familiar y social en coordinación con la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional del Callao y de manera articulada con los responsables de este proyecto.

Los objetivos nacionales de salud son esenciales para reorientar el Modelo de Atención de Salud, ya que en el pasado fue precisamente la fijación de objetivos claros, medibles y practicables, lo que permitió los grandes avances en la salud de la población. Son el referente principal para establecer prioridades, definir estrategias y planificar las actividades más adecuadas para la población de Lima y Callao, y poder empoderar a la población en general sobre el autocuidado de su salud

Dicha referencia recae en articular las acciones preventivas promocionales del Centro de Extensión y Responsabilidad Social de la FCS en coordinación con los Docentes y estudiantes, de los diferentes ciclos académicos de ambas escuelas profesionales: Enfermería y Educación Física,

El desarrollo de un modelo de intervención en el autocuidado se realizará sobre la base de un modelo implícito, que está arraigado en los equipos de salud y que en el contexto del proceso de reforma del sector requiere de un cambio de paradigma que ofrezca una perspectiva más amplia y apropiada, para enfrentar los nuevos desafíos en salud, propósito que pretende alcanzar la extensión y responsabilidad social en la Facultad de Ciencias de la Salud. El paradigma biopsicosocial de la salud sobre el que se basa este modelo, ofrece una visión integral del proceso salud-enfermedad que, sin desconocer sus aspectos biomédicos, incorpora otras dimensiones, imprescindibles para el empoderamiento de la población en el autocuidado de su salud.

2. Justificación

En la Facultad de Ciencias de la Salud, con sus Escuelas profesionales de Enfermería, Educación Física de la Universidad Nacional del Callao, “Somos un grupo corporativo que generan profesionales con capacidad científica, tecnológica y humanística; basada en la filosofía de la calidad y competitividad, para la satisfacción de las necesidades de salud de la comunidad”; se hace necesario el fortalecimiento en valores de los futuros

enfermeros, y educadores en las Ciencias del movimiento; ya que la naturaleza de la profesión así lo exige siendo la esencia como profesionales, el cuidado del ser humano.

Las intervenciones de autocuidado se encuentran entre los enfoques más prometedores e interesantes para mejorar la salud y el bienestar desde el punto de vista de los sistemas de salud y de las personas que las utilizan. Las intervenciones de autocuidado son prometedoras para todos y con ellas podemos estar mucho más cerca de hacer realidad la cobertura sanitaria universal. Con las intervenciones de autocuidado, se hace posible aumentar las opciones y la autonomía de los usuarios cuando son accesibles, adecuadas y asequibles. Las intervenciones representan un impulso significativo hacia una mayor autodeterminación, autoeficacia, autonomía y participación en la salud, tanto para las personas que se ocupan de sí mismas, como para las que se ocupan de otros. Si bien los riesgos y beneficios estimados pueden variar entre los distintos entornos y las distintas poblaciones, con las intervenciones de autocuidado se puede promover la participación activa de las personas en su propia salud si existen orientaciones normativas apropiadas, así como un entorno propicio, favorable y seguro

En ese sentido la promoción de la salud, fomenta la construcción de una cultura de salud, basada en la solidaridad, respeto, desarrollo de valores y principios, para lo cual se pretende desarrollar en la práctica de las diferentes asignaturas de formación en las Escuelas profesionales de Enfermería, Educación Física, cuyo impacto del empoderamiento en el autocuidado a nivel individual y colectivo en nuestros estudiantes de la Universidad Nacional del Callao, será una cultura favorable para la promoción y prevención de enfermedades crónicas y transmisibles, a corto, mediano y largo plazo puesto que mejorara sustancialmente los indicadores de morbimortalidad.

Esta acción en la práctica desde el ámbito social implica derivar nuevas líneas de política pública y de investigación operativa, para contribuir al cuerpo de conocimientos y su aplicación práctica con y para la población en general, Las medidas de prevención, protección y control para el empoderamiento a nivel intrafamiliar, requiere no sólo de habilidades personales, sino de otros aspectos que promueva y ofrezca oportunidades que favorezcan mantener la

salud física, psíquica, social y espiritual de las personas vulnerables como población objetivo, desarrollando estilos de vida saludables, sin dejar de lado las condiciones determinantes de la enfermedad, actuando de esta manera sobre los determinantes del mismo y no sobre la exposición al daño, correspondiendo más al enfoque preventivo promocional para lograr el bienestar de la Población.

3. Objetivos

3.1 Objetivo General:

Promover una cultura de autocuidado y estilos de vida saludables a nivel intrafamiliar y social en los estudiantes de pregrado de la universidad nacional del callao

3.2 Objetivos específicos:

1. Identificar los conocimientos sobre autocuidado en los estudiantes de la universidad nacional del callao.
2. Difundir la cultura del autocuidado individual. Intrafamiliar y colectivo
3. Difundir los beneficios de la promoción y prevención de enfermedades
4. Desarrollar hábitos de estilos de vida saludable considerando la interculturalidad

4. Fundamentación del Proyecto

En el marco del cumplimiento de la Visión de la Universidad Nacional del Callao y específicamente la Facultad de Ciencias de la Salud, es ser una Facultad Líder en la formación de profesionales del cuidado de la vida y de la salud a nivel regional, nacional e internacional, además la Misión es formar profesionales competentes en lo científico, cultural y humanístico, desarrollando investigación científica, proyección social y extensión universitaria; contribuyendo al desarrollo sostenible a nivel regional y nacional.

Asimismo, en busca del cumplimiento de estándares de Calidad del Modelo de Calidad para la certificación y reacreditación de la Carrera Profesional de

Enfermería, se dispone que los docentes articulen en el proceso de enseñanza aprendizaje la Responsabilidad Social en las asignaturas según el Plan Curricular.

De otra parte según el Artículo 124 de la Ley Universitaria: establece que la responsabilidad social universitaria es la gestión ética y eficaz del impacto generado por la universidad en la sociedad debido al ejercicio de sus funciones: académica, de investigación y de servicios de extensión y participación en el desarrollo nacional en sus diferentes niveles y dimensiones; incluye la gestión del impacto producido por las relaciones entre los miembros de la comunidad universitaria, sobre el ambiente, y sobre otras organizaciones públicas y privadas que se constituyen en partes interesadas.

La responsabilidad social universitaria es fundamento de la vida universitaria, contribuye al desarrollo sostenible y al bienestar de la sociedad. Compromete a toda la

Comunidad universitaria.

Considerando la primera Conferencia Internacional de Promoción de la Salud en Canadá ((1986), surge la Carta de Ottawa, que puso de relieve el hecho de que la acción de promoción de la salud puede proporcionar a las personas los medios necesarios para mejorar la salud y ejercer un mayor control sobre la misma, reconoce que la salud se crea y se vive en el marco de la vida cotidiana; en los centros de enseñanza, en el trabajo y en el recreo, de la capacidad de tomar decisiones y controlar la vida propia y de asegurar que la sociedad en que uno vive ofrezca a todos sus miembros la posibilidad de gozar de un buen estado de salud.

Por lo tanto, el desarrollo de estas acciones propias del proyecto, podrían disminuir las altas tasas de morbimortalidad por causas prevenibles más que cualquier intervención médica, la misma que supone auténticos actores de cambio para imponer de manera absoluta esta práctica a nivel mundial, nacional, regional y local.

5. Metodología

Se utilizará el proceso participativo de los estudiantes, docentes, y la población objetivo en general de manera presencial que constará en lo siguiente:

- a) Diagnóstico situacional sobre la Cultura de prevención, protección y control de la salud a través del autocuidado.
- b) Planificación de actividades según plan de estudios: Escuela profesional de enfermería, escuela profesional de educación física.
- c) Elaboración del material educativo sobre el autocuidado. Estilos de vida saludables : a nivel individual ,familiar y social : afiches, slogans, informativos sobre el el autocuidado, que se socializarán a través de las redes sociales y la ciudad universitaria.
- d) Socialización de Videos actualizados de la OMS, del Ministerio de Salud, con información y recomendaciones sobre estrategias de autocuidado.
- e) Ejecución de las actividades preventivas promocionales de índole personal e intrafamiliar.
- e) Realización del monitoreo y seguimiento de actividades con evidencias documentadas.
- f) Evaluación y medición del impacto de las actividades a través de acciones preventivo-promocionales. Estilos de vida saludable.

Programación de actividades

El presente proyecto pretende cumplir el 100% de actividades y lograr una cultura sostenible de autocuidado a través de la práctica de estilos de vida saludable.

ACTIVIDADES	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO
Diagnóstico situacional sobre la Cultura de prevención, protección y control de la salud a través del autocuidado.	X				
Elaboración de instrumentos. Cuestionario, Lista de cotejo.	X				
Aplicación de cuestionario y lista de cotejo Procesamiento de datos		X			
Planificación de actividades: 1. Elaboración de Plan de trabajo. 2. Producción de material educativo. 3. Plan de sesiones educativas		X			
Ejecución de actividades: 1. Talleres con estudiantes de pre grado.			X	X	
Evaluación de actividades: 1. Elaboración de informe 2. Aplicación de cuestionario de satisfacción del usuario.					X

6. Potenciales beneficiarios

El presente proyecto tendrá como beneficiarios todos los estudiantes de pregrado de Enfermería de la facultad de Ciencias de la salud universidad nacional del callao.

7. Impacto de la actividad

- Sensibilización y concientización sobre la cultura de autocuidado a nivel individual, intrafamiliar, colectivo
- Disminuir las tasas de morbilidad por enfermedades crónicas e infectocontagiosas prevenibles
- Contribuir en la práctica de estilos de vida saludable de forma sostenible en los estudiantes.
- Satisfacción de los actores sociales.

8. Meta

- **100%**

9. Medios de verificación

- Proyecto
- Fotografías
- Material de difusión prevención.
- Fichas de monitoreo y control.
- Encuestas
- Informe final

10. Cronograma

Actividades	SEMESTRE 2023 A				
	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto
Elaboración y del Proyecto	X				
Diagnostico situacional	X				
Planificación de actividades		X			
Ejecución			X	X	
Evaluación					X
Informe					X

11. Presupuesto y recursos

El proyecto será **autofinanciado** por los docentes y estudiantes de III ciclo de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional del Callao.

12. Participantes en el proyecto

Docentes

- Luz Chavela de la Torre Guzmán
- Estudiantes de III ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería, asignatura introducción a la enfermería.

