UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Estudiantes de Residencias son una prioridad para la Promoción de la Salud en la UCR

El Programa de residencia y la OBS se unen para ofrecer charlas y talleres que favorezcan la adaptación a esta población

26 ENE 2017 Vida UCR



Estudiantes de primer ingreso al Programa de Residencias de la UCR con estudiantes Bonus Vitae (gestores de la salud) y personal de la Unidad de Promoción de la Salud (foto Unidad de Promoción de la Salud).

Propiciar que los estudiantes de Residencias desarrollen habilidades para favorecer su estabilidad emocional y social, en un entorno académico nuevo, es una prioridad para la Unidad de Promoción de la Salud, de la Oficina de Bienestar y Salud (OBS).

Por su parte, el Programa de Residencias de la Universidad de Costa Rica ofrece a estudiantes que, por sus condiciones económicas, y por provenir de zonas alejadas, la posibilidad de realizar su sueño, llegar a ser un profesional que contribuya con el desarrollo del país.

Para lograr este objetivo **se ofrecen charlas y talleres con una metodología lúdico-creativa, para que la población, de primer ingreso a Residencias, afiance su permanencia en la Universidad mientras se adapta al cambio de vida.**



Actividad lúdico creativa para fortalecer las relaciones interpersonales con estudiantes de Residencias (foto Unidad de Promoción de la Salud).

Para la Master, Sandra Masís Sanabria, Jefa del Programa de Residencias, la alianza realizada con la Unidad de Promoción de la Salud (UPS) de la Oficina de Bienestar y Salud, propicia, en esta población, un entorno académico saludable, que favorece la mutua convivencia, la responsabilidad, la necesidad de cultivar la confianza, la solidaridad y la tolerancia entre compañeros y compañeras, en un marco de respeto a las preferencias de cada persona.

Así, este proyecto se ha venido realizando, cada año, desde el 2013, con aproximadamente, 200 estudiantes de primer ingreso al programa de Residencias. En reunión celebrada recientemente entre jefaturas y colaboradores, de ambas entidades, se destaca **la temática de la salud** como un tema favorito, entre esta población, según las evaluaciones realizadas por las funcionarias de Residencias los estudiantes reportaron una gran satisfacción y aprovechamiento de las temáticas desarrolladas.

Estas intervenciones han sido planificadas, a partir de las necesidades de los estudiantes, previamente identificados, y constan de un convivio, antes del ingreso a clases, y al menos seis sesiones de trabajo donde se abordan temáticas de salud estudiantil, a través de todo el año, **bajo una metodología lúdico- participativa y de construcción conjunta con el propósito de impactar en el cambio de hábitos y prácticas de los jóvenes**.



Estudiantes de Residencias adquieren fortalezas para el liderazgo y el trabajo en equipo (foto Unidad de Promoción de la Salud).

En cuanto a la planificación del trabajo, la Master Shirley Carmona, psicóloga y coordinadora del proyecto, por parte de la UPS, manifestó que **"la labor con Residencias se enmarca dentro del eje denominado Entornos universitarios que promuevan la salud y la equidad. Hasta la fecha se han trabajado temas como, Manejo del estrés, Sexualidad, Convivencia Saludable, Alimentación saludable, Actividad física, Autocuidado y Manejo de emociones"**. El éxito alcanzado, añadió Carmona, se debe al involucramiento de la jefatura de Residencias, lo que permite satisfacer los objetivos propuestos.

De esta forma, el trabajo realizado, durante el año, pretende contribuir al logro de un óptimo rendimiento académico, y al aprovechamiento de los servicios y recursos que ofrece la Universidad.

Se planea continuar, con este proyecto, en el 2017, desde una perspectiva innovadora y con herramientas útiles, para la permanencia en la vida universitaria de la población de Residencias UCR.

Sonia Vargas Cordero
Periodista Unidad de Promoción de la Salud
sonia.vargas@ucr.ac.cr

Etiquetas: residencias estudiantiles, unida de promocion de la salud, estudiantes de primer ingreso.