

8. Presentación de buenas prácticas en materia de vida saludable.



RMUPS

Red Mexicana de Universidades
Promotoras de la Salud A.C.

Actividad física y movimiento

Comisión de vinculación



La Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior a través de la Comisión de Deporte y la Comisión de Salud, en conjunto con la Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud y la Red de Actividad Física de las Américas

INVITAN
a todas las Instituciones de Educación Superior a participar activamente en la celebración del

6 de Abril Día Mundial de la ACTIVIDAD FÍSICA

Este evento busca promover la participación masiva, inclusiva y representativa de toda la comunidad universitaria en actividades que fomenten estilos de vida activos y saludables.

Confirma tu participación antes del
22 de marzo a través del QR anexo



Información: vinculacion@rmj/ps.org

¡Esperamos contar con su valiosa participación!



PAUSA ACTIVA JUCHIMAN

Únete a renovar tu energía
YO TE CUIDO, TU ME CUIDAS.

Explanada de rectoría
Vía 06 de Abril
09:00am

Esos a quienes
cuidas de día



Proyectos interinstitucionales



Secretaría de Salud – Dirección General de Promoción de la Salud. Subdirección de Políticas Intersectoriales en Salud

- Lineamientos para la preparación, distribución y venta de alimentos en instituciones educativas.
 - I. Normativa en revisión entre SEP-SSA-COFEPRIS.
 - II. Se redactan los manuales y disposiciones para una aplicación gradual.
 - III. Se realizarán visitas de inspección para validación y posteriores recomendaciones.
 - IV. Se realizarán sugerencias para un avance de aplicación paulatina.
 - V. Se coordinarán acciones para la capacitación y sensibilización.
 - VI. La normativa no será punitiva; sino en el marco de una alfabetización en salud.
 - VII. Su aplicabilidad será a corto, mediano y largo plazo.
 - VIII. En ningún momento busca el retiro de RVOE o aplicación de multas.

Proyectos interinstitucionales



Secretaría de Salud – Dirección General de Promoción de la Salud.
Subdirección de Políticas Intersectoriales en Salud

Manual para personas que
preparan, distribuyen y venden
alimentos en las escuelas

vive
Saludable
Vive Feliz



Educación

Salud



SNDIF



GUÍA | AUTOVERIFICACIÓN

Apoyo en el cumplimiento de la
regulación sanitaria en materia de
buenas prácticas de higiene para
establecimientos de servicio de
alimentos o bebidas



COMISIÓN FEDERAL PARA LA PROTECCIÓN CONTRA RIESGOS SANITARIOS

- Publicaciones



Versión descargable

Manual práctico para la vida universitaria

Nutrición y hábitos saludables



UNIPAC

RMUPS

Saludables y Bienestar

Diagnóstico salutogénico

Objetivo general:

Integrar un diagnóstico desde una perspectiva salutogénica que dé cuenta de la situación actual en la que se encuentra la población universitaria y en con ello generar las acciones de promoción de la salud para favorecer los estilos de vida y con ello repercutir en la salud y bienestar de quienes integran la comunidad universitaria.



Perfil Salutogénico

Aspectos sociodemográficos

El siguiente cuestionario contiene preguntas con respecto a la perspectiva personal sobre tu estado de salud. Entendida desde una perspectiva integral y no limitativa a la ausencia de enfermedad. Es complementaria al diagnóstico salutogénico que respondiste en Intranet. Es importante tu participación de manera honesta a cada pregunta, lo que nos permitirá establecer un diagnóstico certero y proveer la atención más adecuada en caso de ser necesario. Los datos serán utilizados para generar información en cuanto al perfil salutogénico de la comunidad XXXXXXX, y no existe ninguna manera de identificar tu respuesta de manera individual. Los datos poblacionales se usarán para mejorar tu campus y realizar actividades de promoción de estilos de vida saludable y bienestar.

Instrumento en proceso de validación en población mexicana, ya fue aplicado en UANL, CUT, UNIPAC, LA SALLE NOROESTE.

Diagnóstico salutogénico

1. Aspectos Sociodemográficos.
2. Datos Socioeconómicos.
3. Antecedentes patológicos personales y familiares.
4. Salud preventiva / hábitos de higiene personal.
5. Actividad física, deporte y recreación.
6. Alimentación.
7. Consumo de sustancias adictivas o nocivas para la salud y prácticas de riesgo.
8. Prácticas sexuales.
9. Antecedentes gineco-obstétricos.
10. Antecedentes urológicos.
11. Exploración física.
12. Alfabetización en salud.
13. Bienestar psicológico y salud mental.
14. Bienestar físico.

Reporte técnico sobre instrumentos para diagnósticos relacionados con los estilos de vida saludable, bienestar y salud..

Distintivo Universidad Promotora de Salud

- Firma de convenio abril 2023.
- Criterios para distintivo.
- 5 universidades con distintivo (UDEM, UABCS, UABC, UNIPAC, UANL)



 **SALUD**
SECRETARÍA DE SALUD

 Promoción
Salud

 **RMUPS**
Red Mexicana de Universidades
Promotoras de Salud

La Secretaría de Salud a través de la Dirección General de Promoción de la Salud en coordinación con la Red Mexicana de Universidades Promotoras de Salud.

Convocan a las instituciones de educación superior a la obtención del

DISTINTIVO UNIVERSIDAD PROMOTORA DE SALUD

 **DISTINTIVO DE**
UPS

Primera convocatoria abierta del 19 de junio al 19 de julio de 2023.
Entrega de distintivos octubre 2023

Para más información consulta www.rmups.org/distintivo-ups/
Email: distintivo@rmups.org Whatsapp: 557-884-0334



PROMOCIÓN DE LA **SALUD**
compromiso de todos



Seminario de FORMACIÓN
Primer webinar y actividades para las universidades promotoras de la salud

Imparte: **Dra. Carmen Gallardo Páez**
Universidad Rey Juan Carlos

30 DE ENERO • 09 HORAS CDMX

Promoción de la salud y prevención de enfermedades:
UN ANÁLISIS URGENTE

Se otorga constancia de participación. Modalidad sincrónica Zoom.

Para mayor información: desarrolloprofesional@rmups.org
Inscríbete en la figa anexa a la publicación.

Educación continua

Comisión de desarrollo profesional



DIPLOMADO INTERNACIONAL 2DA. GENERACIÓN

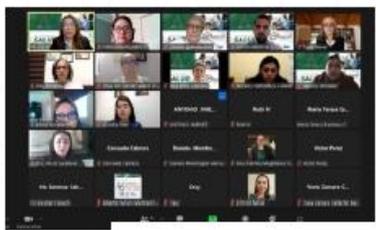
"Promoción de estilos de Vida Saludable y Bienestar, un Compromiso de Comunidad"

CON EL AVAL ACADÉMICO DE:

Para mayor información: desarrolloprofesional@rmups.org

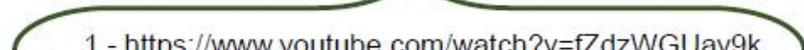
Desarrollar programas de formación propios o en conjunto con las instituciones que conforman la Red.

- *Diplomado Internacional de Promoción de la Salud, Compromiso de Todos.*
- *Webinar o seminarios por mes sobre fortalecimiento de competencias institucionales en materia de promoción de la salud, inician en enero de 2023.*





FECHA	TEMA	OBJETIVO
Enero	Promoción de la salud y prevención de enfermedades: un análisis urgente.	Establecer un marco teórico de referencia entre la promoción y prevención, que permitan acciones eficientes al interior de los programas de universidades promotoras de salud.
Febrero	Diagnóstico de salud escolar.	Identificar los indicadores pertinentes al integrar un diagnóstico autogénico de estudiantes universitarios para la promoción de la salud y el bienestar en las áreas que se requiera mayor atención.
Marzo	Oferta de alimentos.	Analizar los elementos necesarios para desarrollar una oferta de alimentos nutritivos, inocuos y accesibles para promover la salud de la comunidad universitaria.
Abril	Entornos favorables a la salud, protocolos, infraestructura y normativa.	Conocer el conjunto de factores que permiten el desarrollo de entornos favorables, para el desarrollo de protocolos, infraestructura y normativa que permitan la promoción de la salud.
Mayo	Currículo universitario y el desarrollo de estilos de vida saludable y bienestar.	Desarrollar propuestas para incluir en el currículo universitario formal u oculto la transversalidad para la promoción de estilos de vida saludable y bienestar que inciden en la formación integral de la comunidad estudiantil.
Junio	Programas, estrategias y acciones promotoras de salud.	Implementar programas, estrategias y acciones exitosas acorde a los contextos universitarios y fundamentados en las necesidades propias de las poblaciones meta y los recursos institucionales.
Julio	Gestión y abogacía institucional.	Establecer el perfil, las funciones así como los roles en los procesos de gestión y abogacía para una eficiente ejecución de programas promotores de salud a nivel institucional, interinstitucional y multisectorial. Valorar la importancia de establecer un plan de trabajo intersectorial desde la perspectiva exitosa de redes internacionales.
Agosto	Comunicación y difusión.	Valorar los elementos básicos para el desarrollo de contenido y con esto lograr una proyección e interacción con los públicos meta de manera eficiente.
Sep.	Cédula de certificación de universidad Promotora de salud.	Comprender cada uno de los indicadores que forman parte de la cédula de verificación para el autodiagnóstico de la universidad y con esto favorecer la certificación de universidad promotora de la salud.



- 1.- <https://www.youtube.com/watch?v=fZdzWGUay9k>
- 2.- <https://www.youtube.com/watch?v=1uox4gUm-nl>
- 3.- <https://www.youtube.com/watch?v=FKRU3C5XRuw>
- 4.- <https://www.youtube.com/watch?v=jvbg3v73vRU>
- 5.- <https://www.youtube.com/watch?v=CMWiq-rM3gk>
- 6.- <https://www.youtube.com/watch?v=fol91NFTLhM>
- 7.- <https://www.youtube.com/watch?v=J1fB3GmMaVY>
- 8.- <https://www.youtube.com/watch?v=RitOBS595H4>

NOTA:

Se otorga constancia de participación por webinar y quien acredite los nueve se le otorga constancia por seminario con valor de 50 horas.

Educación continua

Comisión de desarrollo profesional



Programas de formación para equipos universitarios en salud, bienestar y promoción de la salud

PROGRAMA DE FORMACIÓN INTEGRAL PARA EQUIPOS DE TRABAJO UPS.

Objetivo: Generar un espacio para la reflexión y formación de equipos de trabajo que colaboran en programas de Universidades Promotoras de la Salud.



Primera sesión: **Y LA INCLUSIÓN ¿PARA QUÉ?**

COMISIÓN DE DESARROLLO PROFESIONAL



26 NOV.
10:00 - 13:00 hrs. CDMX

Reflexionar sobre las distintas visiones que tiene la inclusión en los equipos de trabajo y estudiantes.

Imparte: **Mtro. Antonio Jiménez Luna**
Se otorga constancia de participación.

Agradecemos a 

PROGRAMA DE FORMACIÓN INTEGRAL PARA EQUIPOS DE TRABAJO UPS.

Objetivo: Generar un espacio para la reflexión y formación de equipos de trabajo que colaboran en programas de Universidades Promotoras de la Salud.



Segunda sesión: **Comunicación efectiva para equipos de alto rendimiento**

COMISIÓN DE DESARROLLO PROFESIONAL



28 ENE.
09:00 horas CDMX

Identificar las estrategias más adecuadas para el desarrollo de una comunicación efectiva en los equipos de trabajo.

Imparte: **Mtra. Isabel Fuente Navarro**
Se otorga constancia de participación.

Agradecemos a 

PROGRAMA DE FORMACIÓN INTEGRAL PARA EQUIPOS DE TRABAJO UPS.

Objetivo: Generar un espacio para la reflexión y formación de equipos de trabajo que colaboran en programas de Universidades Promotoras de la Salud.



Tercera sesión: **Reuniones de trabajo, ejecutivas y efectivas**

COMISIÓN DE DESARROLLO PROFESIONAL



27 MAYO
10:00 - 13:00 hrs. CDMX

Identificar las variables eficientes y productivas en reuniones de trabajo, con el fin de implementar y gestionar las herramientas estratégicas óptimas.

Imparte: **Dr. Abraham Vázquez Ruiz**
Se otorga constancia de participación.

Agradecemos a 

Universidad anfitriona

- *Inicio el junio del 2021.*
- *Cada mes se aborda un tema con entrevista y materiales para difusión.*

Dra. Atenea Sisy Domínguez López

Investigadora en el área de Oncología y Ginecología, con especialidad en el diagnóstico y tratamiento del cáncer de mama. Ha participado en numerosos congresos nacionales e internacionales, así como en la organización de cursos de actualización para médicos y enfermeras.

"Prevención y sensibilización contra el cáncer de mama"

Transmisión en redes oficiales:



Dr. Luis Miguel Sánchez Loyo

Investigador en el área de Psiquiatría y Psicología, con especialidad en el diagnóstico y tratamiento del trastorno de ansiedad. Ha participado en numerosos congresos nacionales e internacionales, así como en la organización de cursos de actualización para médicos y psicólogos.

Tema: Estrategias para la prevención del suicidio.

Transmisión en redes oficiales:



Lic. Roberta Graham de Escobedo

Investigadora en el área de Nutrición y Dietética, con especialidad en el diagnóstico y tratamiento de la obesidad. Ha participado en numerosos congresos nacionales e internacionales, así como en la organización de cursos de actualización para médicos y nutricionistas.

Mitos y beneficios de la lactancia materna.
¿Por qué mamá? Como mamá y como mamá.

Transmisión en redes oficiales:



Dra. Azucena Casanova Lara

Investigadora en el área de Epidemiología y Salud Pública, con especialidad en el diagnóstico y tratamiento de la hepatitis B. Ha participado en numerosos congresos nacionales e internacionales, así como en la organización de cursos de actualización para médicos y epidemiólogos.

La hepatitis B en México, el virus olvidado: estrategias para prevenirlo.

Transmisión en redes oficiales:



Hablemos de DEPRESIÓN

Imparte: Mtro. Francisco Antonio Maldonado Torres

Miércoles 05 de febrero

Agradecemos a: **CETYS**

Transmisión en **LIVE** 10:00 horas TJUANA 12:00 horas CDMX

MICROBIOTA ESTÓMAGO y CEREBRO

Agradecemos a: **CONACYT**

Imparte: Mtro. Gabriel Enrique Gamboa Martínez

OCTUBRE 30

Transmisión en línea **LIVE**

15:00 p.m. CDMX 15:00 p.m. TJUANA

Estilos de vida saludable en el adulto mayor

Agradecemos a: **SECRETARÍA DE SALUD**

Imparte: Dr. Manuel Lomas López

Martes 20 de agosto

10:30 PACÍFICO 11:00 CDMX

Transmisión en **LIVE**

Empresa anfitriona - Universidad anfitriona

- Inicio *el junio del 2021.*
- *Cada mes se aborda un tema con webinar*



Estategias para planes de gestión del tiempo: trabajo, familia y recreación.



Webinar ENE. 31
ZOOM

Imparte: **MTRA. LILIANA ORDÁZ MORENO**
17:00 CDMX
15:00 TIJUANA

Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud A.C. Cortesía socios **ARHITAC**

coordinador@arhitac.org Tel: (664) 682 3036 Agradecemos a **UNIPAC**

Masculinidades y bienestar, ser hombre en el siglo XXI



Webinar NOV. 22
ZOOM

Imparte: **MTRO. CARLOS ARTURO OLARTE RAMOS**
17:00 CDMX
15:00 TIJUANA

Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud A.C. Cortesía socios **ARHITAC**

coordinador@arhitac.org Tel: (664) 682 3036 Agradecemos a **UJAT**

GESTIÓN EMOCIONAL: Lo personal vs lo profesional



Webinar FEB. 28
ZOOM

Imparte: **MTRO. OSCAR LUIS MORALES MAIMO**
17:00 CDMX
15:00 TIJUANA

Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud A.C. Cortesía socios **ARHITAC**

coordinador@arhitac.org Tel: (664) 682 3036 Agradecemos a **UDCI**

Salud preventiva, autocuidado y promoción de entornos seguros y saludables.



Webinar SEPT. 30
ZOOM

Imparte: **MTRO. ANTONIO JIMÉNEZ LUNA**
16:00 CDMX
15:00 TIJUANA

Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud A.C. Cortesía socios **ARHITAC**

coordinador@arhitac.org Tel: (664) 682 3036 Agradecemos a **RMUPS**

Formación continua e investigación

- Aprovechar los vínculos y el personal especializado de las IES.
- Contar con el respaldo para la validez académica de ciertos programas, bajo esquemas de colaboración sencillos.
- Disposición institucional de los recursos técnicos y humanos.
- Organización de un congreso bianual.
- Desarrollar coloquios para difundir programas, estrategias o acciones de éxito al interior de las IES.
- Publicaciones de prácticas exitosas.



■ Publicaciones





Formación continua e investigación

- Organización de un congreso bianual.
- Reuniones nacionales



10 MO. CONGRESO NACIONAL DE
UNIVERSIDADES
PROMOTORAS DE LA SALUD



10 CONGRESO NACIONAL DE
UNIVERSIDADES
MO. PROMOTORAS DE LA SALUD

Transversalidad

responsabilidad social
e innovación



24 al 28 de Septiembre 2025
Centro Cultural Tijuana CECUT

Conferencias. Mesas de diálogo. Talleres.
Actividades recreativas. Presentaciones orales
audiovisuales y de carteles.

Más información:
vicepresidencia@rmups.org



<http://congreso.rmups.org/>





Redes estatales en colaboración con la RMUPS

REDES ACTIVAS

- Red Neolonesa de Universidades Promotoras de la Salud
- Red Metropolitana de Universidades Promotoras de la Salud

REDES EN CONSOLIDACIÓN

- Red de Instituciones de Educación Superior Promotoras de la Salud y Bienestar de Baja California (febrero – septiembre 2025)

REDES CON POSIBILIDAD DE CONSTITUIRSE

- Red Sonorense de Universidades Promotoras de la Salud
- Red de Universidades Promotoras de la Salud del Estado de Nayarit.
- Red de Universidades Promotoras de la Salud del Estado de Chiapas



RMUPS

Red Mexicana de Universidades
Promotoras de la Salud A.C.



Web:

www.rmups.org

Redes sociales:

@RMxUPS

Canal de Youtube

@rmups2323

