**DESARROLLO ESTUDIANTIL**

**DIRECCIÓN DE DESARROLLO HUMANO - BIENESTAR UNIVERSITARIO**

**UNIVERSIDAD EAFIT**

**VIDA UNIVERSITARIA**

**Servicios dirigidos al cuidado, bienestar y mejoramiento de la calidad de vida estudiantil y laboral.**

**CUIDÁNDONOS**

**FORMACIÓN HACIA EL MUTUO CUIDADO**

**1. PRESENTACIÓN**

El servicio “Cuidándonos: formación hacia el mutuo cuidado”, surge de la intención, inscrita en la filosofía de la Dirección de Desarrollo Humano - Bienestar Universitario, de aportar a los estudiantes de pregrado de la Universidad EAFIT a la conciencia del mutuo cuidado y la constitución de actitudes que “inviten a que la vida sea un vivir bien y las acciones una oportunidad para el recto actuar…” (Dirección de Desarrollo Humano – BU, 2015).

Este servicio se configura como un proyecto de promoción de la salud mental, con acciones que le apuntan a suscitar el sentido de comunidad y pertenencia entre los estudiantes de pregrado, entendiéndolo como un discurso protector y que posibilita el vínculo con el otro. Esto implica que anualmente se prioricen las acciones a ejecutar al interior del campus y se promueva la articulación con otras instancias de la Universidad o grupos de estudiantes.

**2. JUSTIFICACIÓN**

Considerando que las estrategias planteadas desde Cuidándonos se enmarcan en la promoción del sentido de comunidad y pertenencia de los estudiantes de pregrado, es coherente con las sugerencias de la Organización Mundial de la Salud (OMS) donde la salud mental se asocia al bienestar que los individuos describen de acuerdo a su contexto cultural (2004, p. 14); al Plan Decenal de Salud Pública (Ministerio de Salud y Protección Social, 2012) donde la salud mental se promueve generando factores protectores en entornos familiares, educativos, comunitarios y laborales; así como desde el enfoque del mutuo cuidado donde la búsqueda común de responsabilidades compartidas contribuye al equilibrio emocional (Dirección de Desarrollo Humano – BU, 2015).

En un lazo social que siempre resultará problemático por las características propias del ser humano, propuestas discursivas como las de Cuidándonos se oponen al vínculos líquidos −metáfora desarrollada por Bauman (2007) para expresar la precariedad del vínculo humano en el discurso capitalista que marca un carácter transitorio y volátil en las relaciones−, ofreciendo entornos protectores de la salud mental a nivel social, que tienen el potencial de contribuir al bienestar emocional de los estudiantes.

**3. PROPUESTA METODOLÓGICA**

Cuidándonos cuenta con un plan de acción anual, donde se describen objetivos y actividades de manera articulada para promover el sentido de comunidad y pertenencia entre los estudiantes de pregrado y el enfoque del mutuo cuidado. En este sentido, la planeación siguiente se realiza en el segundo semestre del año en curso, de manera que las actividades queden incluidas dentro del presupuesto del Departamento de Desarrollo Estudiantil.

Luego de la planeación y ejecución se requiere de un momento de evaluación de los resultados, la cual será coherente con los objetivos propuestos y sus alcances. Teniendo en cuenta que Cuidándonos se configura como un proyecto de promoción de la salud mental, la mayoría de las evaluaciones analizan la percepción de los estudiantes frente a la comunidad universitaria y a los vínculos que establecen en ella.

Las actividades propuestas desde Cuidándonos incluyen acciones colectivas, que toquen el discurso presente y planteen nuevas opciones de vínculo. Para esto, se puede acudir a acciones virtuales o presenciales, y al apoyo de otros estudiantes de pregrado de la Universidad.

**4. PROPUESTA CUIDÁNDONOS PARA EL 2016**

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo global** | **Objetivo general** |
| Contribuir a la reflexión frente al mutuo cuidado y el bienestar emocional al interior de la comunidad estudiantil. | Promover el sentido de comunidad y pertenencia entre los estudiantes de pregrado de la Universidad EAFIT durante el 2016. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Objetivos específicos** | **Productos intermedios** | **Actividades** |
| 1. Facilitar el reconocimiento del otro entre los estudiantes de pregrado. | 1.1. Campaña de sensibilización realizada donde se cuestiona el "poco contacto" entre estudiantes. | Video: "Tú también puedes ayudar". |
| 1.2. Estudiantes de pregrado que reconocen al mutuo cuidado como postura que incluye el reconocimiento propio, del otro y de lo otro. | Picnic y carrera de observación sobre componentes del mutuo cuidado. |
| 2. Promover experiencias de mutuo cuidado entre los estudiantes de pregrado. | 2.1. Campaña de expectativa ejecutada frente a las experiencias de mutuo cuidado entre los estudiantes de pregrado. | Peformance y difusión de postales. |
| 2.2. Consolidación y difusión de experiencias de mutuo cuidado entre los estudiantes al interior del campus. | Concurso: En la U se vive el mutuo cuidado. |
| 3. Afianzar el reconocimiento entre los estudiantes de estrategias implementadas desde Cuidándonos y el Mutuo Cuidado. | 3.1. Estudiantes de pregrado que participan de actividades de integración en el marco de Cuidándonos al interior de sus asignaturas. | Saloneo en grupos de NFI y asignatura BU. |
| 3.2. Estrategia de comunicación implementada frente a los objetivos de Cuidándonos y el Mutuo Cuidado. | Stickers, postales, pelotitas antiestrés. |

**5. REFERENCIAS**

Bauman, Z. (2007) Amor líquido. México: Fondo de Cultura Económica.

Dirección de Desarrollo Humano – BU (2015) Marco filosófico. Medellín: Universidad EAFIT.

Ministerio de Salud y Protección Social (2012) Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021. Bogotá: MinSalud República de Colombia.

Organización Mundial de la Salud (2004) Promoción de la salud mental: conceptos, evidencia emergente, práctica. Francia: OMS.