

# VIDA ESTUDIANTIL

— FORMACIÓN, PERTENENCIA Y RECREACIÓN —



# LA VIDA ESTUDIANTIL EN LA UNIVERSIDAD NACIONAL



**Dr. Alberto Salom Echeverría**  
Rector

**Dra. Luz Emilia Flores Davis**  
Rectora adjunta



el desarrollo de su formación ecosocial.

Este desarrollo requiere estar inmerso en una ética educativa, lo que nos compromete con una formación en el campo de los derechos humanos, garantizando una auténtica igualdad de oportunidades para todo el estudiantado, sin discriminaciones de ninguna especie, respetando su diversidad.

En este sentido le otorgamos un espacio preponderante a los derechos de las personas con alguna condición de discapacidad, así como a las poblaciones históricamente discriminadas de la educación superior por su condición económica o étnica.

Confiamos en la capacidad de cada estudiante para crear puentes entre saberes y disciplinas, asumir visiones complejas, y desplegar su libertad para forjar su propia vida y así contribuir a transformar la realidad.

Con orgullo, hemos avanzado en la implementación de la Política para la Igualdad y Equidad de Género en la Universidad Nacional y su Plan de Acción, el cual está logrando una evolución considerable en las actitudes y percepciones culturales respecto a la equidad de género dentro de nuestra institución.

Este año 2017 de la UNA por la Vida, el Diálogo y la Paz, constituye una gran oportunidad para que desde la vida estudiantil se promueva la vivencia y proyección social de respeto a la comunidad de vida, basada en la práctica del diálogo, en aras de alcanzar mayores niveles de paz, con justicia y equidad.

Le invitamos a conocer el contenido del presente suplemento que ofrece importantes informaciones en torno a los temas de becas, grupos artísticos, equipos deportivos, salud, orientación, psicología y voluntariado.

La Universidad Nacional está constituida por tres estamentos: el académico, el administrativo y el estudiantil; es decir, se requiere de la participación de todos ellos en la edificación del proyecto universitario que le da sentido a la institución, en un marco de excelencia, compromiso social, participación democrática, equidad y respeto.

Desde su creación, la UNA se plantea la necesidad de que sus estudiantes tengan una visión creativa e innovadora, capaz de generar una sociedad más justa y equitativa. Ello requiere que se asuman como actores principales de sus procesos de aprendizaje y que compartan la vocación histórica de la UNA: la transformación de la sociedad.

Lo anterior hace indispensable que el estudiantado tenga una activa participación en la vida institucional, tanto en los órganos y espacios de decisión, como en los demás ámbitos de la comunidad universitaria. Aunado a ello, es necesario que asuman plenamente su tarea fundamental de aprendices, lo que significa pasar de ser receptores de informaciones que se les transmiten, a ser personas que se desarrollan de manera integral.

La vida estudiantil universitaria la integran todas las experiencias académicas, tanto las curriculares, correspondientes a los planes de estudio de las carreras, orientadas a la formación profesional, como las actividades curriculares, que tienen un carácter formativo y recreativo de libre configuración y participación voluntaria, con el propósito del despliegue de las diversas capacidades.

Es así como se busca potenciar en el estudiantado una formación integral. Se trata de promover una formación académica de excelencia que comprenda los ámbitos del intelecto, las emociones y la espiritualidad, de manera articulada con

# COMPROMISO CON LA FORMACION INTEGRAL Y HUMANISTA

**Dra. Ana María Hernández**  
Vicerrectora de Vida Estudiantil

La Vicerrectoría de Vida Estudiantil (VVE) como ente rector en esta área, promueve la formación integral de los y las estudiantes desde un enfoque cocurricular y humanista, que contribuye a su permanencia, al logro de metas académicas y a fortalecer estilos de vida saludable, movilidad estudiantil e internacionalización, entre otros. Lo anterior contribuye a su formación como profesionales humanistas, solidarios y críticos, tal y como lo demanda la sociedad costarricense.



En el marco de los derechos humanos, la VVE preside la Comisión Institucional en materia de Discapacidad (Cimad), la cual orienta, asesora y articula los esfuerzos institucionales para mejorar las condiciones de acceso y los servicios de la población universitaria. Además, en la búsqueda de concretar acciones por la equidad, se ha elaborado un Plan Integral para la Atención de Estudiantes en Condición de Maternidad y Paternidad.

La VVE está presente y apoya a todas las facultades, centros, sedes y sección regional, con un seguimiento constante en todos los servicios de vida estudiantil, donde se priorizan la atención y seguimiento a los sectores más vulnerables de la sociedad. Entre los principales aportes destacan la variedad de ayudas económicas por medio del programa de becas, los grupos representativos en arte, cultura y deporte, recreación, talleres y voluntariado. También se brinda atención y apoyo en orientación, psicología, psicopedagogía, inducción a la vida universitaria, servicios en medicina, odontología, nutrición y atención física. Además, se reconoce su esfuerzo con los actos Estudiante Distinguido, Estudiante Modelo, Estudiante al Mérito y Mejor Promedio en grado y posgrado.

La Vicerrectoría de Vida Estudiantil cumple así el compromiso y la responsabilidad que tiene con la formación de profesionales humanistas con valores y principios afines con la Universidad Nacional.

Como parte del movimiento de Universidades Promotoras de la Salud (UPS), la VVE lidera el equipo institucional para la Promoción de la Salud. En este marco se incluye el Sistema Institucional de Sodas (Sisauna), el cual da seguimiento a los servicios para una alimentación de calidad en todas nuestras sodas; el equipo interdisciplinario para la atención del fenómeno social de las drogas, en coordinación con el IAFA, para el abordaje integral en la prevención del uso y abuso de las drogas, y el equipo interdisciplinario para la Promoción de la Salud, que organiza programas, proyectos y actividades de promoción y prevención de la salud integral para la población estudiantil.

La VVE asume el compromiso con el desarrollo pleno y el bienestar general del estudiantado, mediante los servicios de salud, desde la perspectiva físico-biológico, social y psicológica, de ahí que se promueva la apertura de espacios para la vivencia del arte, la cultura, el deporte, la recreación, el voluntariado para favorecer la formación integral, las competencias académicas, el liderazgo y fortalecer la identidad y sentido de pertenencia con la Universidad Nacional.



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
COSTA RICA

CAMPUS  
Junio 2017  
Año XXVII  
Oficina de Comunicación,  
Universidad Nacional  
Apartado 86-3000  
Heredia, Costa Rica

Teléfonos  
(506) 2277-3224 y  
(506) 2237-5929

Edición digital:  
[www.una.cr/campus](http://www.una.cr/campus)  
Correo electrónico:  
[campus@una.cr](mailto:campus@una.cr)



Directora:  
Maribelle Quirós Jara  
Editor:  
Víctor J. Barrantes C.  
Periodistas:  
Víctor J. Barrantes Calderón,  
Silvia Monturiol Fernández,  
Johnny Núñez Zúñiga, Laura  
Ortiz Cubero, Maribelle  
Quirós Jara,

Gerardo Zamora Bolaños  
Fotografías: Vicerrectoría de  
Vida Estudiantil  
Asistente editorial: Lucía  
Vargas Miranda  
Diseño y diagramación:  
Ana Yancy Guerrero  
Impresión:  
GNI, Grupo Nación.



# UNA RESPONDE A SECTORES VULNERABLES

**Silvia Monturiol / CAMPUS**  
smonturiol@una.cr

“Cuando hablamos de la misión de la Universidad Nacional, de esa Universidad Necesaria orientada a las poblaciones en vulnerabilidad económica y social, realmente la UNA está respondiendo”, afirma Mayela Avendaño Salas, directora del Departamento de Bienestar Estudiantil de la Vicerrectoría de Vida Estudiantil.

Y es que mediante las becas, el seguimiento individual, la movilidad estudiantil y el desarrollo de procesos socioeducativos promocionales, el Departamento de Bienestar Estudiantil (DBE) procura la satisfacción de necesidades vitales de jóvenes de sectores menos favorecidos y, a la vez, el desarrollo integral de la población estudiantil.

Para lograrlo, el DBE se organiza en los siguientes programas: Adjudicación de Becas, Apoyo Socioeconómico y Seguimiento (PASOS), Vida Saludable, Residencias Estudiantiles e Intercambio Estudiantil.

## BECAS Y MUCHO MÁS...

El Programa de **Adjudicación de Becas** refleja la voluntad institucional de garantizar el derecho fundamental a la educación, a través de un conjunto de acciones articuladas que trascienden lo asistencial.

Estas acciones inician con un modelo de admisión por estratos, que amplía las posibilidades de ingreso a estudiantes de colegios públicos, rurales, nocturnos y modalidades de educación abierta, y continúan con formas de acompañamiento orientadas a la permanencia del estudiante en las aulas y al cumplimiento de su meta de convertirse en un profesional capacitado y comprometido con la sociedad.

El sistema de becas de la UNA tiene una cobertura general del 50% de la población estudiantil y de cerca del 80% en las sedes regionales.

Las becas por condición económica —que representan el 60% de las otorgadas por la UNA— consisten en la exoneración total o parcial del pago del costo de los créditos, determinado con base en la situación socioeconómica del estudiante. Quienes califiquen para obtener la categoría de beca 10 —o sea, exoneración total— podrán optar, adicionalmente, por la Beca Luis Felipe González o la Beca Omar Dengo. La primera consiste en un aporte económico mensual durante el ciclo lectivo, mientras que en el caso de la segunda, al estipendio se suma la oportunidad de ubicarse en una

residencia estudiantil, cuando proviene de zonas alejadas del país. La institución también ofrece becas por rendimiento académico y por participación relevante en actividades académicas, paraacadémicas, artísticas y deportivas.

El presupuesto asignado en 2017 para becas y beneficios estudiantiles es de ₡7.841.581.035,41.

El Programa de **Residencias Estudiantiles** acompaña a la población ubicada en residencias mediante estrategias de intervención individual y grupal, con el fin de propiciar una adecuada convivencia e incentivar acciones en promoción de salud y fortalecer habilidades y actitudes personales que se reflejen en la adopción de estilos de vida saludables.

Con el **Programa Apoyo Socioeconómico y Seguimiento (PASOS)** se fomenta el acceso de los becados a beneficios económicos para contribuir a la cobertura de gastos relacionados con la actividad académica o situaciones que se deriven de su condición universitaria. Además, PASOS contribuye con el proceso de formación de la población estudiantil becada que por sus condiciones psicosociales, económicas y de procedencia, demandan una atención personalizada, para contribuir a que los jóvenes sean actores protagonistas en la solución de las situaciones que enfrentan en la vida universitaria.

Fundamentado en las necesidades específicas que tienen los estudiantes de primer ingreso con beca, el Programa Vida Saludable tiene como fin primordial desarrollar un proceso socioeducativo mediante espacios participativos-interactivos, que desde el enfoque de la promoción de la salud, permite la reflexión, conocimientos y vivencias, sobre los modos, condiciones y estilos de vida. También se trabaja en la formación de grupos de líderes como Joven Mejora tu Estilo y Despéjate, que se convierten en agentes multiplicadores a través del trabajo con sus pares, aportando a la construcción de una universidad promotora de la salud.

La población estudiantil de la UNA también tiene oportunidades de relacionarse con jóvenes de otras culturas. El **Programa Intercambio Estudiantil (PIE)** atiende a estudiantes extranjeros

categoría especial y a estudiantes nacionales, que participan en experiencias de movilidad estudiantil. Para lograr su cometido, PIE

realiza diversas tareas, entre las cuales destacan promoción cultural, apoyo y seguimiento académico, ubicación y capacitación a familias y colaboración con universidades extranjeras.

“Desde su creación, la UNA ha tenido claro que las necesidades de las poblaciones en desventaja socioeconómica y vulnerabilidad, van más allá de lo

económico; por eso, cuando un estudiante llega con situaciones psicosociales difíciles y sin resolver, requiere el acompañamiento y la atención de profesionales, desde un enfoque interdisciplinario. Y aquí intervienen, en general, los departamentos de la Vicerrectoría de Vida Estudiantil, en sincronía”, asegura la directora de Bienestar Estudiantil.



## Cobertura de beca, población estudiantil UNA según campus universitario 2016

Campus Universitario	Porcentaje
Omar Dengo/Benjamín Núñez	43%
Sede Interuniversitaria	55%
Región Huetar Norte-Sarapiquí	84%
Campus Coto	84%
Campus Pérez Zeledón	78%
Campus Liberia	65%
Campus Nicoya	75%
Cobertura General	51%

Fuente: Reporte UNA, TZRESGB General Becados Matriculados I Ciclo 2016. Con datos de matrícula suministrados por el Departamento de Registro.

# PARTICIPACION ESTUDIANTIL.

GENERAR ESPACIOS DE PARTICIPACIÓN ESTUDIANTIL EN LOS DIVERSOS CAMPOS DE LA CULTURA (ARTE Y DEPORTE) Y EL TIEMPO LIBRE, ES EL PRINCIPAL OBJETIVO DEL DEPARTAMENTO DE PROMOCIÓN ESTUDIANTIL, CUYO QUEHACER RESPONDE, EN PRIMERA INSTANCIA, A LOS ESTUDIANTES, Y A LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA EN GENERAL. DE ACUERDO CON ROCÍO CARVAJAL, DIRECTORA DE PROMOCIÓN ESTUDIANTIL, DESDE ESTA INSTANCIA SE COORDINAN Y DEFINEN LAS ESTRATEGIAS Y ACCIONES INSTITUCIONALES, QUE PROMUEVAN EL

## AL PALPITAR DEL ARTE

Laura Ortiz C. / CAMPUS

lortiz@una.cr

“Los estudiantes no solo vienen a recibir lecciones, también somos responsables de darles posibilidades para su desarrollo integral, en este caso por el trabajo artístico que desarrollamos”, dijo José Fabio Castillo, coordinador del Área Artística.

En primera instancia se encuentran las actividades artísticas de amplia participación estudiantil como las presentaciones o la programación recreativa-artística, donde los estudiantes pueden participar como público. “Nuestro proyecto emblemático, con 17 años de existencia, es Encuentros Meridianos; jueves a jueves al mediodía, tenemos una agenda donde artistas de distintas escuelas de arte y otros centros académicos universitarios, tanto de Heredia como de la comunidad nacional, comparten un rato de esparcimiento entre clase y clase”, detalló Castillo.

Aunado a este, también se desarrolla el proyecto Recreativo, en facultades y sedes, cuyo objetivo es que distintas representaciones artísticas visiten los espacios cotidianos de los estudiantes y se involucren en ese contexto para fomentar la vida universitaria.

Finalmente, se encuentra el proyecto Cine en el Campus, un espacio para los amantes del Séptimo Arte. Se proyecta todos los jueves a las 2 p. m. en la Casa Estudiantil, contiguo a la soda comedor Padre Royo. “Este es un proyecto recreativo donde fomentamos la formación crítica a través del cine alternativo. Además, vamos a las distintas facultades con una programación específica acorde con sus intereses y, recientemente, formamos equipos en las sedes Chorotega y Brunca para impulsar el proyecto en los distintos campus universitarios”, explicó Castillo.

Otro espacio lo conforman los Talleres Culturales, para aprovechar el tiempo libre desde distintas áreas del arte, el deporte y el desarrollo humano; entre ellos natación, danza del vientre, baile popular, técnicas de canto, serigrafía, percusión latina y masaje terapéutico, entre otros.

El año anterior también se incurrió con el Club de Artes Visuales, cuyo

### NUESTRO OBJETIVO ES IMPACTAR EN LA VIDA UNIVERSITARIA DE CADA ESTUDIANTE

objetivo es generar un espacio creativo con estudiantes de distintas disciplinas.

Finalmente, se ubican los grupos representativos universitarios, los de mayor impacto por llevar a su paso la representación y proyección universitaria.

“Contamos con nueve grupos que se presentan en distintas actividades académicas y nos representan tanto dentro como fuera del país. Realizamos alrededor de 200 presentaciones por año, además de los espectáculos y conciertos de cierre de ciclo de cada uno. Los integrantes, en su mayoría, se seleccionan a inicio del curso lectivo, y quienes cumplan con el proceso de admisión y no solo con la calidad artística, sino también con la disposición, compromiso, responsabilidad y disciplina que esa selección conlleva, obtienen su permanencia dentro de los grupos y con ello la beca cultural”, agregó Castillo.

Asimismo, Carvajal afirma que el Departamento de Promoción Estudiantil tutela la formación y seguimiento de los estudiantes y vela por el cumplimiento de la calidad técnica y moral de los integrantes y representantes que garantice la identificación y respeto de los principios, valores y fines de la Universidad Nacional.

Los siguientes son los grupos representativos de la Universidad:

#### GRUPOS ARTÍSTICOS:

**Ballet Folclórico Barbac:** fundado en 1984, se encarga de recrear diversas tradiciones y costumbres costarricenses, por medio de la danza, el teatro y la música;

muestra parte de la identidad del “tico” y de las diferentes regiones culturales del país.

**Bailes Populares Querube:** realiza montajes coreográficos en los ritmos de *swing* criollo costarricense, salsa, merengue, bolero, danzón, cha-cha-chá, tango, reggaeton, *hip-hop*, entre otros.

**Orquesta Latinoamericana de Cuerdas:** la integran estudiantes de diversas carreras, quienes interpretan la guitarra, mandolina, bajo eléctrico, contrabajo, piano y percusión.

**Marimba UNA:** Su objetivo es rescatar y difundir la marimba en todas sus manifestaciones y géneros musicales, especialmente la música folclórica de Costa Rica. Debido al crecimiento del proyecto y al montaje de repertorio en función de diferentes grupos folclóricos, en 1996 la agrupación incorporó otros instrumentos como: bajo, guitarra, tumbadoras, redoblante, bombo, instrumentos de viento, etc.

**Rondalla UNA:** Su repertorio comprende una gran cantidad de canciones de músicos costarricenses y se interpretan, además, melodías de todas partes de Latinoamérica. Cuerdas, percusión y canto se conjugan para ofrecer al público una gran pasión por el arte.

**Teatro Universitario UNÁNIME:** basado en el método de creación colectiva, en el cual, tanto los integrantes como el director proponen ideas y elementos para la creación del espectáculo.

**Coro de la Sierra:** interpreta repertorio a cuatro o más voces a cappella de los diferentes períodos de la historia de la música, haciendo hincapié en repertorio costarricense y latinoamericano.

#### GRUPOS REPRESENTATIVOS ESTUDIANTILES:

Cuarteto de Saxofones y el cantautor Esteban Chavarría conformados por estudiantes asistentes del Departamento, quienes dada su calidad musical, han sido elegidos para formar parte de la representación artística estudiantil de esta casa de estudios.

Las agrupaciones realizan presentaciones a todo lo largo y ancho de nuestro país, tanto en instituciones públicas como privadas, y ofrecen una gama amplia de repertorio nacional y mundial. “Nuestro objetivo es impactar en la vida universitaria de cada estudiantes, apoyando la formación integral de los estudiantes”, finalizó Castillo.



# PILAR DE LA VIDA UNIVERSITARIA

LIDERAZGO Y LA REPRESENTACIÓN ARTÍSTICA Y DEPORTIVA ESTUDIANTIL. “NOS CORRESPONDE ESTIMULAR LA ORGANIZACIÓN DE LOS ESTUDIANTES EN EQUIPOS, TALLERES Y GRUPOS DIRIGIDOS A DESARROLLAR ACTIVIDADES EN DIVERSOS CONTENIDOS CULTURALES Y RECREATIVOS CON RECONOCIMIENTO COCARRICULAR EN SU HISTORIAL ACADÉMICO. LOS ESTUDIANTES PERTENECIENTES A EQUIPOS Y GRUPOS CUENTAN CON LA BECA CULTURAL DURANTE SU PERÍODO DE ESTUDIOS”, DIJO CARVAJAL.

## PROMOVIENDO CALIDAD DE VIDA

**Gerardo Zamora B. /CAMPUS**  
gzamorab@una.cr

Hacen del estudiante con talento deportivo, atletas de alto rendimiento. Pero con el tiempo también han entendido que la actividad física es un tesoro que debe compartirse con el resto de la comunidad. Es el Área Deportiva del Departamento de Promoción Estudiantil de la Universidad Nacional (UNA). Sus 21 funcionarios hablan un mismo lenguaje: el de la calidad de vida.

### ENTRE LA COMPETENCIA Y LA RECREACIÓN

La proyección de dicha área deportiva gira sobre 4 grandes plataformas, todas, dirigidas prioritariamente a estudiantes, aunque la participación de funcionarios universitarios es una realidad. Éstas son: atención en fisioterapia, Centro de Acondicionamiento Físico y Salud, actividades recreacionales y eventos competitivos.

“En el eje recreativo, nuestra oferta es amplia: desde talleres en unidades académicas tanto con estudiantes como con funcionarios, la formación de líderes recreativos encargados de replicar las dinámicas en las distintas sedes del país, el apoyo en fechas especiales como el Día del Deporte, la creación de clubes deportivos en karate, tenis de mesa, ajedrez y esgrima, hasta la organización de campeonatos internos en disciplinas como fútbol sala, voleibol, baloncesto, tenis de mesa y balonmano. Imagínese que estamos hablando de más de 12 mil usuarios que disfrutaron de estas actividades recreativas, solo en el 2016”, comentó Albert Torres, coordinador del Área Deportiva del Departamento de Promoción Estudiantil de la UNA.

El eje competitivo no se queda atrás. La lista de ramas deportivas, presentes en espacios de alta exigencia tanto nacional como internacionalmente, es considerable, bien sea en el ámbito universitario o federado: equipos de ajedrez, atletismo, balonmano, baloncesto, fútbol, fútbol sala, karate, natación, porrismo, taekwondo, tenis de mesa y voleibol. “Si de lo competitivo hablamos, la participación de la UNA es importante. Estamos siempre con buen suceso en los torneos universitarios, los Juegos Universitarios

Costarricenses (Juncos), los Centroamericanos y del Caribe, los Panamericanos y la conocida Universiada, una competición mundial con los más destacados deportistas universitarios del planeta. Esta última instancia es como decir las Olimpiadas, y para este año la sede es Taipéi, China. En agosto, la UNA tendrá el honor de participar en ese evento mundial con dos jóvenes, Enmanuel Niño, estudiante de informática, en atletismo, y Luis Jiménez, de la carrera de ingeniería ambiental, en Taekwondo”, subrayó Torres.

En la actualidad, se estima que unos 400 estudiantes, todos atletas, están vinculados permanentemente con dichos procesos competitivos del país, y muchos de ellos también con los campeonatos federados.

### EL JUEGO: ALIADO CLAVE

Practicar deporte no es una tarea sencilla. Demanda tiempo, algunos recursos, disciplina, pero ¿qué sucede cuando la actividad física se viste de juego? Para los miembros del Área Deportiva del Departamento de Promoción Estudiantil de la UNA es una fórmula que ha funcionado con éxito. “Aquí tenemos claros dos propósitos: ofrecerle al estudiante deportista de alto rendimiento una asesoría, gracias al *staff* de especialistas con el que contamos. Sabemos que ese acompañamiento es fundamental. Pero también tenemos como política fomentar el gusto por la actividad física, basados en una metodología del juego; es decir, a punta de actividades lúdicas, hasta si se quiere jocosas, vamos a las unidades

académicas y administrativas, atraemos aquellos estudiantes y funcionarios que no están necesariamente familiarizados con el deporte, y de una forma entretenida inculcarles la importancia de movernos, de brincar, de ejercitarnos. De paso, los sacamos de su rutina diaria. Si lo hacemos así, la respuesta es muy buena de la comunidad universitaria, la gente se apunta y disfruta”, agregó Torres.

Sin duda, la formación integral es un sello que distingue las gestiones del Departamento de Promoción Estudiantil y sus diferentes áreas: “no solo queremos jóvenes con un título al final de 4 ó 5 años, también pretendemos estudiantes que

aprendan a aprovechar su tiempo libre, que valoren la importancia de la actividad deportiva, y que en un futuro se inserten en el mercado y en general en la sociedad, sabiendo que esto va a impactar en su mejor rendimiento laboral y en su calidad de vida”, concluyó Torres.



# SALUD DE LA MANO DEL ESTUDIANTE

**Johnny Núñez Z. / CAMPUS**

[jnunez@una.cr](mailto:jnunez@una.cr)

Con tan solo estar matriculado en la Universidad Nacional (UNA), el estudiante gozará del beneficio de atención médica gratuita en áreas como medicina general, odontología, enfermería, nutrición, exámenes de laboratorio y sala de lactancia. Las consultas se realizan en el Departamento de Salud de la Vicerrectoría de Vida Estudiantil, ente responsable de velar por la salud de los estudiantes

además de proponer herramientas para el conocimiento, se preocuparon por las necesidades de los estudiantes durante su carrera.

Este departamento ofrece a la comunidad estudiantil facilidades como el convenio entre la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) y las universidades estatales, mediante el cual los estudiantes realizan el trámite de aseguramiento y gozan de los beneficios que la institución de salud posee. Además, en el pago de la matrícula se incluye el seguro estudiantil de riesgo que cubre los siete días de la semana, las 24 horas del día, en caso del algún accidente o lesión.

Norma Salazar, directora del Departamento de Salud de la UNA, manifestó que la carta de presentación de dicho departamento a la comunidad estudiantil es la consulta asistencial; es decir, medicina general, odontología y nutrición. A la vez, asesorías en lo referente a la actividad física, servicios de enfermería y sala de lactancia.

Agregó que durante el año, el departamento ejecuta actividades de promoción y educación de la salud, en donde participan en forma conjunta las cinco áreas del departamento. "Esta



**Eugenia Sandoval y Patricia Villalobos son las encargadas de la atención bucodental de los estudiantes.**

y Atención de Emergencias (Cieuna), cursos de primeros auxilios a estudiantes, así como talleres sobre el uso de las salas de lactancia materna", explicó Salazar.

Aclaró que el Departamento se encarga de la atención de urgencias y no de emergencias, ya que el Ministerio de Salud no avala este tipo de atención a medicina de empresa, y además que no se cuenta con los equipos y medicación básica para atender una emergencia. "La emergencia es una situación en donde está en peligro la vida, mientras que la urgencia es algo que surge de manera inesperada, pero que no necesariamente compromete la vida del paciente. De ahí que la atención solo se brinda en el departamento de Salud y no fuera de él".

sinergia da como resultado Un día por tu salud, proyecto ejecutado en las sedes regionales, en donde se brinda a los estudiantes charlas sobre sexualidad, salud bucodental, alimentación saludable y actividad física. Por otra parte, en el campus Omar Dengo se realizan talleres de odontología, cursos de preparación al parto y, en coordinación con la Comisión Institucional para Preparación

Salazar subrayó que al mes se reciben, en promedio, entre 15 y 20 estudiantes en nutrición; en odontología, alrededor de 150; en actividad física, 30; en lactancia, entre 7 y 10 muchachas y en medicina general, 90 estudiantes, quienes la mayoría de las veces acuden por resfriados, lesiones deportivas y problemas digestivos, problemas del sueño y depresión.

6



**Dra. Norma Salazar, directora del Departamento de Salud.**

universitarios.

Dichos servicios son gratuitos y se ofrecen a la comunidad estudiantil desde los inicios de la UNA, gracias a la visión humanista de sus fundadores, quienes

## POR EL BIENESTAR DE LA SALUD MENTAL Y EMOCIONAL

**Johnny Núñez Z. / CAMPUS**

[jnunez@una.cr](mailto:jnunez@una.cr)

Atención al estudiante a la hora de elegir su carrera, así como dar seguimiento a problemas personales de su entorno social, que podrían comprometer el desempeño académico, es parte de la labor que realiza el Departamento de Orientación, Psicología y Psicopedagogía de la Universidad Nacional (UNA). Este ofrece programas, proyectos y actividades, que tienen como fin promover el ingreso, la permanencia y el egreso exitoso de los estudiantes.

De igual forma, brinda atención oportuna a necesidades personales y académicas mediante servicios de orientación individual y vocacional, psicoterapia individual

y grupal para el manejo de la ansiedad, atención psicopedagógica a la población estudiantil con necesidades educativas asociadas o no con la discapacidad, seguimiento académico, atención personalizada en casos de rezago y procesos de atracción e información estudiantil.

Este departamento está conformado por un equipo de profesionales, capacitado en diversas especialidades de la psicología (clínica, salud, forense, educativa, movimiento humano, violencia), así como diferentes enfoques y técnicas (TREC, EMDR, hipnosis clínica, *brainspotting*), que contribuyen con la comunidad estudiantil en el crecimiento personal, cumplimiento de las metas académicas, fortalecimiento de las habilidades y toma de decisiones acertadas para la construcción de un proyecto de vida.

Idaly Cascante, directora del Departamento de Orientación, Psicología y Psicopedagogía de la UNA, explicó que en un inicio el departamento únicamente brindaba los servicios de orientación y psicología;

más adelante, con el ingreso de estudiantes con necesidades educativas asociadas o no con la discapacidad, producto de la ley 7600, 8620 y otras, se abrió el servicio de psicopedagogía.

Cascante explicó que dentro de orientación se ejecutan los proyectos de atracción e información estudiantil, orientación individual y vocacional. En el área de psicología se realizan tres tipos de intervenciones: talleres de promoción de la salud y psicoterapia individual y grupal. En esta área, la UNA es la única universidad del país que ofrece el enfoque del Método de Desensibilización del Trauma (EMDR, por sus siglas en inglés), una técnica psicoterapéutica que se fundamenta en el movimiento rápido ocular para el abordaje de traumas que generan estados depresivos, angustia, ansiedad y desviación suicida. Se ha comprobado que durante la apli-

cación de la herramienta las sesiones del estudiante se acortan.

En cuanto a la psicopedagogía, la especialista indicó que se atiende a todos los estudiantes que solicitaron adecuación a la prueba de actitud académica, los cuales quedan inscritos en este proceso y al ingresar a la UNA, el psicopedagogo procede a contactarlo.



**La psicóloga Viviana Umaña aplica el Método para Desensibilización del Trauma, conocido como EMDR (por siglas en inglés) a la estudiante Mariana Pacheco.**

# CON LA SOCIEDAD. POR VOLUNTAD PROPIA

**Víctor J. Barrantes C. / CAMPUS**  
vbarrant@una.cr

Uno de los grandes propósitos de la Universidad Nacional es brindar a sus estudiantes una formación integral, de manera que al finalizar su carrera no solo sea un profesional de excelencia en su área de formación, sino que en el proceso haya adquirido un alto grado de compromiso social.

En la búsqueda de ese propósito surgió, en 2009, el proyecto UNAvventura Voluntariado, adscrito a la dirección ejecutiva de la Vicerrectoría Estudiantil. El voluntariado se entiende como “una acción solidaria de transformación social, orientada a atender de forma eficiente y eficaz necesidades reales manifestadas por miembros de la organización contraparte”.

Esteban Campos, coordinador de este proyecto, lo explica: se trata de estimular la formación académica y personal-social del estudiantado, pero observando que se cumpla el objetivo de formación integral, se refuerce el proceso de enseñanza-aprendizaje, así como el compromiso social universitario. Para ello, planifican y ejecutan jornadas, a veces en cogestión con otras organizaciones, donde haya una intervención social creativa y siempre que sean actividades que permitan la reflexión, y contribuyan al conocimiento y la transformación de las diversas necesidades de la sociedad costarricense.

Y es en este proceso que se alcanzan otros propósitos, como potenciar el liderazgo creativo, estimular las capacidades de organización y trabajo colaborativo, resolver diversas situaciones sociales, fortalecer la solidaridad, el humanismo y la identidad con la institución; así como favorecer el desarrollo de las comunidades, instituciones y organizaciones que sean de interés académico para la UNA.

De igual forma, el programa fomenta el arraigo de los estudiantes con su institución. Cuando se les pregunta cuáles

## SE TRATA DE ESTIMULAR LA FORMACIÓN ACADÉMICA Y PERSONAL-SOCIAL DEL ESTUDIANTADO

son los beneficios que reciben al participar en este proyecto destacan: convivencia solidaria, sensibilidad cultural, social, ambiental, aprovechamiento del tiempo libre y la actividad física, responsabilidad, disciplina, compromiso, identidad institucional, gestión por equipos de trabajo, participación e interacción estudiantil con equidad de género, capacidades de gestión y liderazgo estudiantil, cultura solidaria, cambios de conducta y atención de necesidades reales.

### SERVIR Y APRENDER

Este proyecto, además, permite a sus responsables innovar en su quehacer. “Se utiliza la metodología de aprendizaje-servicio con actividades formativas y recreativas, la cual consiste en una propuesta pedagógica que promueve la realización de trabajos

académico-estudiantiles solidarios, a través de un proceso formativo capaz de involucrar a los estudiantes no solo en asignaciones académicas, sino en aquellos espacios para el autodesarrollo y movilización de su consciencia crítica, ambiental y social”, explicó Campos.

De esta forma se mejora el proceso de enseñanza-aprendizaje en tanto que el estudiante tiene la oportunidad de crear y recrear sus conocimientos teóricos desde la aventura del voluntariado.

## ¿QUÉ ES UNA JORNADA DE VOLUNTARIADO?

Es el espacio donde se planifican en tiempo y lugar diversas actividades tendientes a cumplir con los objetivos de UNAvventura Voluntariado, del cual son partícipes estudiantes, funcionarios-funcionarias y organizaciones contraparte, con el fin de cumplir con las metas previamente delimitadas.

## ¿A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO EL PROGRAMA?

Principalmente a estudiantes de la UNA de primer y segundo año de carrera, cuando se trata de jornadas generales, y estudiantes de nivel superior cuando se trata de eventos especializados. Adicionalmente, el programa trabaja con otras instancias de la UNA como unidades académicas, centros, sedes, organizaciones estudiantiles, programas y otros proyectos institucionales, los cuales a su vez funcionan como “enlace” con terceros (instituciones de Estado, entidades privadas sin fines de lucro y organizaciones para el desarrollo).

Pero no solo eso, también tiene la posibilidad de conocer realidades comunitarias, institucionales, empresariales u organizacionales e interactuar con fenómenos que le permitan contrastar teoría, metodologías, técnicas e instrumental, y así reforzar el conocimiento disciplinario que le provee el plan de estudios en el cual se encuentra inscrito.

Las jornadas de voluntariado se enfocan en materia social, ambiental y organizacional. Por ejemplo, gestión de iniciativas para promover el desarrollo en organizaciones comunitarias, conservación y protección de los recursos naturales, colaboración con procesos socioeducativos y en actividades planteadas por instituciones del Estado y organizaciones no gubernamentales (Ecoromería, eliminación de consumo del estereofón, jornadas ambientales con municipalidades), gestión cooperativa para facilitar la ejecución de proyectos de investigación y extensión universitaria, y prevención de desastres y gestión comunitaria del riesgo.



# Plan Integral para la Atención de Estudiantes en Condición de Maternidad-Paternidad



Más información:

2562-6430

2277-3121

[cuido.infantil@una.cr](mailto:cuido.infantil@una.cr)

[www.vidaestudiantil.una.ac.cr](http://www.vidaestudiantil.una.ac.cr)

## Iniciativas que se están desarrollando:

- Salas de lactancia con abordaje integral de la salud.
- Plan Piloto y alianza estratégica con el Cen - Cinai.
- Matricula Prioritaria para estudiantes madre-padre
- Ayudas Económicas