



Promoción de la Salud: Memoria de actividades (2024-2025) y Plan de actividades (2026-2028)

Informe elaborado por: **Félix A. Ruiz**. Director de Secretariado de Promoción de la Salud de la comunidad universitaria

01 abril 2026

Promoción de la Salud: Memoria de actividades (2024-2025) y Plan de actividades (2026-2028)

Tabla de contenidos

Resumen ejecutivo	3
1. Introducción y marco institucional	5
1.1 Indicadores de impacto 2024-2025	6
2. Memoria de actividades (2024-2025) para los diferentes objetivos	7
2.1. Promoción de la alimentación saludable	7
2.2. "UCA checkpoint" (Salud sexual y diversidad)	9
2.3 Acreditación internacional "Healthy Campus"	11
2.4 Apoyo a la promoción de la salud desde la UCA y para la UCA	12
2.5 La UCA como espacio libre de humo.	14
2.6 Difusión de promoción de la salud en la UCA	14
2.7 Representación de la UCA en entidades de promoción de la salud	15
3. Plan de actividades (2026-2028) para los diferentes objetivos	16
3.1. Promoción de la alimentación saludable	16
3.2. "UCA checkpoint" (Salud sexual y diversidad)	17
3.3. Acreditación internacional "Healthy Campus"	17
3.4. Apoyo a la promoción de la salud desde la UCA y para la UCA	18
3.5 La UCA como espacio libre de humo.	18
3.6 Difusión de promoción de la salud en la UCA	18
3.7 Representación de la UCA en entidades de promoción de la salud	18
4. CONCLUSIONES	19

Resumen ejecutivo

La Universidad de Cádiz ha consolidado durante el periodo 2024-2025 el desarrollo del programa **UCA Saludable**, alineado con el Sistema de Dirección Estratégica de la institución y con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, con el objetivo de mejorar la calidad de vida y promover la salud física, mental y social de la comunidad universitaria.

Las acciones desarrolladas han permitido avanzar en la creación de entornos universitarios más saludables, mediante programas de prevención, promoción de hábitos saludables y coordinación con redes nacionales e internacionales de universidades promotoras de salud.

Durante este periodo se han consolidado tres líneas estratégicas prioritarias:

1. Alimentación saludable en el entorno universitario

Se han desarrollado campañas de sensibilización, jornadas de reparto de fruta en todos los campus y el canal digital "**Menú Saludable UCA**", que actualmente cuenta con más de 6600 seguidores, facilitando decisiones alimentarias saludables en las cafeterías universitarias.

2. Promoción de la salud sexual y diversidad

Se ha puesto en marcha el programa **UCA Checkpoint**, una iniciativa pionera en el ámbito universitario español, que combina información, orientación y pruebas gratuitas de ITS.

Entre 2024 y 2025 se han realizado 16 jornadas itinerantes, con más de 5500 beneficiarios directos.

3. Posicionamiento internacional en promoción de la salud

En 2024 la Universidad de Cádiz obtuvo la acreditación **Healthy Campus (nivel plata)** otorgada por la Federación Internacional de Deporte Universitario (FISU), situando a la institución entre las universidades europeas comprometidas con la promoción del bienestar universitario.

Además, el programa UCA Saludable ha apoyado múltiples iniciativas impulsadas por centros, asociaciones estudiantiles y profesorado, reforzando la cultura de promoción de la salud en la universidad.

Para el periodo **2026-2028**, se propone:

- Consolidar el programa UCA Checkpoint como servicio estable de salud sexual.
- Desarrollar nuevas estrategias de promoción de la alimentación saludable, incluyendo un programa piloto de incentivo al consumo de menús saludables.
- Avanzar en los niveles superiores de acreditación Healthy Campus.
- Impulsar la estrategia institucional de campus libre de humo.
- Fortalecer la comunicación y la participación de la comunidad universitaria en iniciativas de promoción de la salud.

Estas acciones permitirán seguir avanzando hacia un modelo de universidad saludable, inclusiva y comprometida con el bienestar integral de su comunidad.

1. Introducción y marco institucional

La Universidad de Cádiz, en su compromiso de responsabilidad social y con los ODS (Objetivos del Desarrollo Sostenible), identifica objetivos de **promoción de la salud** como parte de su estrategia en los últimos años.

En este sentido, en 2020 se crea “**UCA saludable**” como un proyecto integral para la promoción de la salud en toda la comunidad universitaria.

En el tercer plan estratégico de la Universidad (PEUCA 3, vigente en 2021-2024) se establece como objetivo: “Potenciar el proyecto **UCA saludable** para la prevención e intervención en mejoras de hábitos relacionados con la salud física y mental.” (<https://peuca3.uca.es/>).

Esto se refuerza en el nuevo **Sistema de Dirección Estratégica** (<https://direzcionestrategica.uca.es/>), aprobado por el Consejo de Gobierno a finales de 2024 y **vigente en la actualidad**, donde se establecen los siguientes objetivos en el ámbito de las personas:

- “Mejorar la calidad de vida y promover la salud de toda la comunidad universitaria.” (Objetivo general OP1)
- “Apoyar y promover la mejora de la salud psíquica y física de la comunidad universitaria.” (Objetivo específico OP11)

UCA saludable está liderado actualmente desde el Vic. de Ciencias de la Salud y Bienestar de la Comunidad Universitaria, a través de la Dirección de Secretariado de Promoción de la Salud.

Entre objetivos en curso de **UCA saludable** se incluye:

1. La promoción de la **alimentación saludable** en la UCA.
2. La promoción de la **salud sexual** (programa “UCA checkpoint”).
3. Liderar la **acreditación internacional** “Healthy Campus”.
4. El **apoyo** a actividades de promoción de la salud realizadas por otras unidades y colectivos **de la UCA o para la UCA**.
5. Progreso en los objetivos de la Estrategia Andaluza de **Espacios libres de humo**.
6. La **difusión** de información sobre la **promoción de la salud** en la UCA.
7. **Participación y representación** de la UCA en entidades relacionadas con la Promoción de la Salud.

1.1 Indicadores de impacto 2024-2025

Durante el periodo analizado, las acciones desarrolladas por el programa **UCA Saludable** han alcanzado un impacto significativo en la comunidad universitaria.

Alcance estimado de las principales acciones

Área de actuación	Indicador	Impacto estimado
Alimentación saludable	Reparto de fruta en campus	2400 – 2800 beneficiarios
Alimentación saludable	Seguidores canal Menú Saludable UCA	+6600
Salud sexual (UCA Checkpoint)	Participantes jornadas y eventos	+5500
Promoción de hábitos saludables	Participantes en actividades apoyadas por UCA Saludable	+2500
Donación de sangre	Participación en campañas UCA	~550 donantes
Comunicación digital	Seguidores redes sociales	~2300
Actividades deportivas y bienestar	Participantes en carreras, yoga y actividades físicas	+700

Impacto global estimado

Considerando las diferentes actividades realizadas, se estima que **más de 10.000 interacciones directas con miembros de la comunidad universitaria** han tenido lugar durante el periodo 2024-2025 en el marco de las acciones de promoción de la salud impulsadas o apoyadas por UCA Saludable. Este impacto refleja el creciente interés y participación de la comunidad universitaria en iniciativas orientadas al bienestar y la salud.

2. Memoria de actividades (2024-2025) para los diferentes objetivos

2.1. Promoción de la alimentación saludable

2.1.1 Campañas de alimentación saludable

Durante el periodo 2024–2025, el programa ha centrado sus esfuerzos en la mejora del entorno alimentario universitario y en la facilitación de elecciones saludables, mediante herramientas de comunicación directa y acciones de incentivo. Se han realizado campañas en redes sociales, charlas dirigidas y reparto de material impreso (2000 manteles cada año, 500 trípticos cada año, una charla sobre alimentación cada año).

2.1.2 Reparto de fruta en los centros

También se han realizado jornadas de **reparto de fruta** (6 centros visitados en 2024 y 7 centros en 2025). En cada año, se va rotando a otros centros sin dejar de cubrir todos los campus.

2024

- 1 OCT Fac. Medicina (Cádiz)
- 2 OCT ESI (Puerto Real)
- 3 OCT Patio frente aulario (Jerez)
- 7 OCT Fac. Ciencias de la Educación (Puerto Real)
- 8 OCT Fac. Ciencias (Puerto Real)
- 10 OCT ETSIA (Algeciras)

2025

- 8 OCT Patio frente aulario (Jerez)
- 9 OCT Fac. Filosofía y letras (Cádiz)
- 10 OCT Fac. Ciencias de la Educación (Puerto Real)
- 14 OCT ETSIA y Edf ID+i (Algeciras)
- 16 OCT Fac. Ciencias (Puerto Real)
- 17 OCT Edf. CASEM (Puerto Real)

En cada centro, el reparto de frutas impacta en unas 200 personas aproximadamente, por tanto, cada año se **benefician unas 1200-1400 personas con esta medida.**

2.1.3 Canal Menú Saludable UCA

Una de las actividades, que pusimos en marcha en febrero de 2024, fue el desarrollo del **canal WhatsApp "Menú Saludable UCA"** como herramienta de comunicación directa con la comunidad universitaria, orientada a la difusión de opciones de alimentación saludable disponibles en las cafeterías de la Universidad de Cádiz.

Características principales:

- Canal digital de acceso directo y alta aceptación entre el estudiantado.
- Difusión de menús y opciones saludables.
- Identificación clara de las opciones saludables, elegidas desde el área de nutrición, mediante el icono 🍎.
- Refuerzo de mensajes breves de educación alimentaria.

Objetivos específicos:

- Facilitar decisiones informadas en el momento de elección del menú.
- Aumentar la visibilidad de las opciones saludables existentes.
- Reforzar hábitos de alimentación saludable en el entorno universitario.

Resultados e impacto observado:

Aunque en esta fase inicial predominan los indicadores cualitativos, se han observado:

- Buena acogida del canal WhatsApp por parte de la comunidad universitaria: **más de 6600 seguidores** en 2 años.
- Incremento del interés por las opciones saludables ofertadas en cafeterías UCA.
- Mayor interacción y consultas relacionadas con alimentación saludable.
- Elegido como una "buena práctica" en el Congreso de la Red Española de Universidades Promotoras en Salud (Málaga, noviembre de 2025).

2.1.4 Propuesta de Comisión de alimentación saludable UCA

A mediados de 2024 se intentó la creación de una **comisión colegiada sobre la alimentación** de la comunidad universitaria con los siguientes objetivos:

- Mantener un **canal activo de comunicación** entre la comunidad UCA y las empresas encargadas de los servicios de restauración de la Universidad.
- Plantear **propuestas de mejora** y **desarrollar acciones** de alimentación saludable.

En la preparación, realizamos reuniones con el Servicio de Prevención de la UCA así como con todas las empresas contratistas a cargo de las cafeterías en los centros.

En septiembre de 2024 elaboramos un **borrador** completo del posible **Reglamento de la Comisión de Alimentación Saludable de la Universidad de Cádiz**, que se envió a la Secretaría General.

Para priorizar otras iniciativas, hemos recibido instrucciones de poner en pausa el avance de esta acción. Sin embargo, no descartamos la posibilidad de reactivarla si se considerase de interés para nuestra institución.

2.2. “UCA checkpoint” (Salud sexual y diversidad)

En los últimos años ha habido un repunte alarmante en el número de infecciones de transmisión sexual (ITS). Cádiz es una de las provincias con mayor incidencia y la mayoría de las nuevas infecciones por VIH y otras ITS **se detectan en personas de edades en etapa universitaria** (Plan Andaluz de VIH/ITS 2023-2030). Por tanto, es urgente abordar acciones que nos ayuden a revertir esta tendencia.

El proyecto “**UCA checkpoint**” se inició en 2024, como pilotaje de una iniciativa que, a mediano-largo plazo, pretende convertirse en un servicio estable de **promoción de la salud sexual** y la diversidad entre la comunidad universitaria. Se trata de una iniciativa pionera en la universidad española, que se está llevando a cabo gracias a la estrecha colaboración de la organización Apoyo Positivo y el Vic. de Ciencias de la Salud y Bienestar de la Comunidad Universitaria de la UCA, en coordinación con las direcciones generales de Diversidad e Igualdad.

En esta etapa inicial, el proyecto **UCA checkpoint** se despliega de manera itinerante en jornadas por los diferentes centros de la UCA. La mayoría de las jornadas consta de: una mesa informativa, un punto para pruebas gratuitas de ITS, orientación en salud sexual y diversidad así como material preventivo. También se imparte una charla de actualización en diversos temas relacionados.

2024

En 2024 se hemos realizado **ocho jornadas UCA checkpoint:**

- 13 MAR Campus Jerez
- 19 MAR Edf. CASEM (Puerto Real)
- 10 ABR Fac. Filosofía y letras (Cádiz)
- 08 MAY Fac. Enfermería (Algeciras)
- 09 OCT Fac. Medicina
- 23 OCT Campus Jerez
- 21 NOV Fac. Ciencias de la Educación (Puerto Real)
- 25 NOV Fac. Enfermería (Algeciras)

Las personas beneficiarias en 2024 superan las 2000 personas y son aproximadamente las siguientes:

- 1600 participantes en 8 jornadas UCAcheckpoint (200 atenciones en mesa informativa + 10-15 personas testadas ITS, en cada jornada).
- 400 participantes en 8 charlas de salud sexual (50 asistentes/ charla promedio)

2025

En 2025, se priorizó ajustar las jornadas en paralelo a eventos relacionados con la salud sexual y se realizaron **ocho jornadas UCA checkpoint y dos participaciones más en eventos.**

- 14 FEB Jornadas de Salud Sexual *(evento organizado desde el VCSyBCU con 250 participantes) (Campus Jerez)
- 20 MAR Jornadas de Sexología 2025, Fac. Ciencias de la Educación (Puerto Real)
- 09 MAY Jornada TedX University 2025, Jerez *(evento mesa y dimos material preventivo para los 1500 asistentes)
- 15 MAY Presentación Fast Track Jerez (Campus Jerez)
- 16 MAY Jornadas orgullo LGTBIQ+, Fac. Medicina (Cádiz)
- 21 OCT Campus Jerez (Jerez)
- 23 OCT SEA-EU Conference (Cádiz)
- 07 NOV Fac. Enfermería y Fisioterapia (Cádiz)
- 18 NOV Fac. Ciencias (Puerto Real)
- 04 DIC Fac. Medicina (Cádiz)

Las personas beneficiarias en 2025 superan las 3500 personas y son aproximadamente las siguientes:

- 1600 participantes en 8 jornadas UCAcheckpoint (200 atenciones en mesa informativa + 10-15 personas testadas ITS, en cada jornada).
- 200 participantes en 4 charlas de salud sexual (50 asistentes/ charla promedio)
- 250 asistentes en la Jornada Salud sexual y diversidad en Universitarios (14Feb), organizada desde el Vicerrectorado.
- Material preventivo en el TEDxUniversity para todos los 1500 asistentes

En octubre de 2024, el rector de la Universidad de Cádiz, Casimiro Mantell, y la presidenta de Apoyo Positivo, Reyes Velayos, firmaron un **convenio de colaboración** para consolidar el programa "UCA checkpoint", que permitirá también potenciar su desarrollo a través de la docencia, la innovación y la investigación.

2.3 Acreditación internacional "Healthy Campus"

El programa Healthy Campus es una iniciativa de la Federación Internacional de Deporte Universitario (FISU) que busca mejorar la salud y el bienestar de las comunidades universitarias a nivel mundial. Se basa en un sistema de certificación que evalúa 100 criterios repartidos en 7 ámbitos clave:

- Actividad física
- Alimentación Saludable
- Prevención de enfermedades
- Salud mental y social
- Comportamientos de riesgo
- Responsabilidad social
- Gestión del campus

Iniciamos el proceso de acreditación en mayo de 2024. La obtención de la acreditación es el resultado de un trabajo conjunto entre diferentes áreas de la universidad, impulsado desde el Vicerrectorado de Ciencias de la Salud y Bienestar de la Comunidad Universitaria, a través de la Dirección de Secretariado de Promoción de la Salud de la Comunidad Universitaria. Entre otros, han participado el Servicio de Atención Psicológica y Psicopedagógica (SAP), el Vicerrectorado de Estudiantes, a través del área de Deportes, así como del Vicerrectorado de Sostenibilidad y Cultura, a través de la oficina de Sostenibilidad.

En octubre de 2024 conseguimos cumplir con la **acreditación** a nivel **"BRONCE"** al superar los 51 criterios evaluados positivamente.

En diciembre de 2024 conseguimos la **acreditación a nivel "PLATA"**, con evidencias suficientes para cumplir con más de 65 de los 100 criterios evaluados, cubriendo, al menos en parte, cada uno de los 7 ámbitos a acreditar. **Este hito posiciona a la UCA como un referente en la promoción del bienestar en el ámbito universitario.**

Por otra parte, este logro se enmarca dentro del grupo de trabajo 'European Campus Life' de la alianza SEA-EU, liderada por la UCA, que busca fortalecer la cooperación entre las universidades europeas en materia de salud y bienestar.

Más información sobre el programa internacional "Healthy Campus": <https://www.fisu.net/programmes/healthy-campus/> (en inglés).

2.4 Apoyo a la promoción de la salud desde la UCA y para la UCA

Una de las líneas prioritarias de actuación de UCA Saludable es el impulso de programas y acciones de promoción de la salud en el conjunto de la comunidad universitaria.

En abril de 2024, remitimos una comunicación a toda la comunidad universitaria (por TAVIRA) invitando a la presentación de iniciativas, proyectos o actividades relacionadas con la promoción de la salud, tanto desde centros, departamentos o grupos de investigación, como desde asociaciones y colectivos de estudiantes. El objetivo de dicha convocatoria abierta fue identificar, coordinar y apoyar las distintas iniciativas existentes, buscando sinergias y colaboración intercampus en torno a los ejes de bienestar físico, mental y social.

Hemos apoyado las siguientes iniciativas relacionadas con la promoción de la salud y que son realizadas en la Universidad:

2024

- (ABR) Premio Copa "Gallo" (torneos deportivos en el Campus Puerto Real), en colaboración con el área de deportes y las delegaciones estudiantiles (vales de menú saludables a los equipos ganadores). **Unos 200 participantes.**
- (MAY) Mesa informativa sobre celiaquía, realizada por estudiantes del Grado de Educación Primaria. Apoyo logístico, reuniones con las contratistas de las cafeterías y difusión. Pasaron unos **150 interesados.**

- (MAY) Apoyo a las Jornadas de Promoción de Hábitos saludables, organizadas por estudiantes y profesores del Grado de Enfermería (Jerez), dentro del proyecto de innovación docente cuidaODS. Material para el stand. **Unos 250 participantes.**
- (OCT) Master Class de Yoga en el jardín del CASEM. En colaboración con la Facultad de Ciencias Ambientales: aprox. unos **25 participantes.**
- (OCT) Apoyo a las II Jornadas de Psiquiatría y Salud Mental para estudiantes, organizadas por la Asociación de Estudiantes de Medicina de Cádiz y el Decanato de la Facultad de Medicina. Coffee breaks saludables para los **100 participantes.**
- (OCT-NOV) Apoyo a las jornadas de donación de sangre en la UCA 10 jornadas (20-30 donantes por jornada aprox.: **unas 250 personas**)
- (DIC) Avituallamiento del UCARunner 2024: Carrera organizada por estudiantes y profesorado del Grado en Actividad Física y Deporte (fruta y agua) con unos **250 participantes.**

2025

- (MAR) Despliegue y avituallamiento de la carrera solidaria La Solidaire de Brest en la UCA: **80 participantes.**
- (ABL) Packs de picnic saludables para los estudiantes participantes del BIP del SEA-EU: "Dance, cities, natural environments, and sustainability", organizado por profesores del Ccs de la Act. Física. Unos **125 estudiantes asistentes.**
- (MAY) Apoyo a la presentación del Fast Track Jerez (Prevención de ITS) para los estudiantes del Campus de Jerez. Uso del salón de actos: unos **150 participantes.**
- (SEP) Apoyo económico al Congreso Nacional de Educación Médica 2025 realizado en la Fac. Medicina. Desayuno saludable para los **450 participantes.**
- (SEP) Participación docente en el curso: "Psychological Well-being and Health" organizado por la UCA INTERNATIONAL SUMMER SCHOOL. **Unos 10 participantes.**
- (SEP-ENE) Sesiones de Yoga, promovidas en colaboración con el Área de Deportes y la Facultad de Ciencias Ambientales. Se realizaron 4 sesiones sin coste para los participantes entre los meses de septiembre y enero, con unos **60 asistentes en total.**
- (OCT) Sesión de Yoga en la playa. Organizado desde UCA saludable para los asistentes a la conferencia "BEING SEA-EU": **unos 20 participantes.**
- (OCT-NOV) Apoyo a las jornadas de donación de sangre en la UCA, 10 jornadas (20-30 donantes por jornada aprox.: **unas 300 personas**).

- (OCT-NOV) Apoyo a dos talleres realizados por el grupo "MindfulnessUCA", formado por profesorado de distintas áreas de la Universidad: unos **20 participantes** aproximadamente.
 - (NOV) Avituallamiento para la actividad "Plogging" (carrera y recogida de residuos) organizada por estudiantes del grado de Actividad física: unos **70 participantes**.
 - (NOV) Apoyo a la Jornada de Diversidad y Atención sanitaria de la Sociedad Andaluza de Ginecología. Uso del salón de Actos del Campus Jerez. Unos **100 asistentes**.
 - (DIC) Avituallamiento del UCARunner 2025: Carrera organizada por estudiantes y profesorado del Grado en Actividad Física y Deporte (fruta y agua) con unos **250 participantes**.
-

2.5 La UCA como espacio libre de humo.

En 2021, la Universidad de Cádiz se adhiere a la Estrategia "Universidades sin Humo" como parte de su incorporación a la Red Andaluza de Servicios Sanitarios y Espacios Libres de Humo (RASSELH) de la Junta de Andalucía.

Desde UCAsaludable hemos realizado actividades y campañas relacionadas con la sensibilización y la formación sobre los efectos del tabaquismo y la prevención del hábito de fumar, algunas de éstas gracias al apoyo de la Red Española de Universidades Promotoras de Salud (REUPS) y otras Unidades de la Universidad. En 2024, algunos recursos se han publicado en la web del Vicerrectorado <https://saludybienestar.uca.es/uca-universidad-sin-humo/> y en nuestras redes sociales: <https://www.instagram.com/ucasaludable/>

En 2025 se han realizado varias reuniones con la Asociación Española contra el Cáncer de la provincia en conjunto con representantes del Consejo de Estudiantes.

2.6 Difusión de promoción de la salud en la UCA

En este período 2024-2025 hemos impulsado la presencia de UCA saludable en redes sociales. Ya superamos los **1000 seguidores en Instagram** y **1300 seguidores en Facebook**. Lo utilizamos como vía de comunicación y contacto especialmente con los más jóvenes.

En este período, también hemos **actualizado toda la información de la web** del Vicerrectorado: <https://saludybienestar.uca.es/>

En 2025 incorporamos una estudiante en prácticas del Máster de marketing. Durante 6 meses nos apoyó en la parte técnica y con ideas para mejorar el alcance de nuestra comunicación.

2.7 Representación de la UCA en entidades de promoción de la salud

En este periodo 2024-2025 hemos participado con varias entidades relacionadas con la promoción de la salud. Las más importantes son:

- Desde 2024 estamos participando activamente en la Red Española de Universidades promotoras en Salud (REUPS). En 2025 elaboramos los personajes para la imagen de los mensajes mensuales de toda la REUPS, lo que nos dio visibilidad en todo el territorio español como referentes en promoción de la salud. También participamos en el congreso nacional de la REUPS (Comité organizador y en una mesa redonda sobre alimentación saludable)
 - Participación y representación de la UCA en el Fast Track Jerez. Es una alianza local para la **prevención de la transmisión del VIH** y otras ITS. Con reuniones mensuales. Está liderada desde el Ayuntamiento de Jerez: <https://www.jerez.es/fast-track> . Se realizó una presentación de la iniciativa para los estudiantes del campus de Jerez.
 - Participación en el grupo de trabajo "Sport Platform" del proyecto SEA-EU. Con reuniones mensuales para discutir estrategias relacionadas con la promoción de la actividad física. Entre otras cosas, se está finalizando la elaboración de un "Sport Booklet", con las mejores prácticas de las universidades de la alianza.
-

3. Plan de actividades (2026-2028) para los diferentes objetivos

3.1. Promoción de la alimentación saludable

Las campañas de alimentación saludable, el reparto de fruta y el canal Menú Saludable UCA continuarán de manera similar al período anterior y se repetirán anualmente en el período 2026-2028.

Por otra parte, se intentará continuar con la creación de una Comisión de alimentación saludable UCA.

3.1.1 Nueva acción prioritaria: Piloto Tarjeta "Descuento Saludable" UCAsaludable

Para promover una alimentación saludable, reduciendo las barreras económicas de acceso, desarrollaremos un programa piloto de incentivo al consumo de menús saludables. Esto se hará mediante una Tarjeta de "**Descuento Saludable**" en cafeterías de la Universidad de Cádiz.

Características del piloto:

- Número limitado de tarjetas en 2026: 350 unidades.
- Distribución: CEUCA.
- Ámbito: Cafeterías UCA.
- Identificación de opciones saludables a través del canal "Menú Saludable UCA" (🍎).

Funcionamiento:

- Recogida de la tarjeta "Descuento Saludable" en el CEUCA.
- Elección de opciones saludables en las cafeterías de la UCA, siguiendo las recomendaciones del canal de WhatsApp "Menú Saludable UCA".
- Sellado de la tarjeta en las cafeterías por cada menú saludable consumido.
- Canje de la tarjeta con 10 sellos por 1 menú saludable sin coste.

Coste máximo teórico del piloto:

$350 \text{ tarjetas} \times 1 \text{ menú} \times 7,5 \text{ €} = 2.625 \text{ €}$.

Dependiendo de los resultados en 2026, se modificará para los años 2027 y 2028, con ajuste a la disponibilidad presupuestaria.

Indicadores de evaluación

- Número de tarjetas distribuidas.
- Número de tarjetas completadas/menús gratuitos canjeados.
- Coste real final del programa.
- Valoración de las personas participantes.

3.2. “UCA checkpoint” (Salud sexual y diversidad)

A partir de 2026 pretendemos continuar con las jornadas UCA checkpoint itinerantes como se han realizado en estos dos años anteriores.

Adicionalmente, como nueva medida queremos iniciar un **UCA checkpoint fijo**, al menos una mañana a la semana en un centro de la Universidad, que sirva de referencia para cualquier necesidad relacionada con la salud sexual y que permita la implicación de los estudiantes y el profesorado para la docencia, la innovación y la investigación relacionada con la prevención de las ITS.

En este sentido, ya se han realizado varias reuniones con la Dirección General de Diversidad y con la entidad Apoyo Positivo, por lo que se espera que se inicie en 2026.

También se buscará concretar el inicio de una Cátedra Externa de Salud sexual y Diversidad, que dé cobertura, impulso y profundidad docente e investigadora a las acciones del UCA checkpoint.

3.3. Acreditación internacional “Healthy Campus”

Para el período 2026-2028 pretendemos avanzar en el nivel de acreditación involucrando más al equipo de dirección.

La mayoría de los criterios pendientes por responder son asumibles, pero no dependen poco de las unidades, sino que **requieren una profunda implicación institucional**. En general, piden demostrar el **compromiso de la dirección** de la institución con los objetivos del avance en el “Healthy Campus”. El abordarlo nos permitiría avanzar en los criterios pendientes para que **la UCA pueda conseguir niveles superiores de acreditación** (oro y platino).

3.4. Apoyo a la promoción de la salud desde la UCA y para la UCA

Para el período 2026-2028 se continuará reforzando la **colaboración con centros, asociaciones estudiantiles y grupos docentes**, facilitando recursos y coordinación para el desarrollo de actividades de promoción de la salud.

3.5 La UCA como espacio libre de humo.

Durante 2026, se plantea iniciar acciones conjuntas con la Asociación Española contra el Cáncer y las delegaciones estudiantiles de la UCA.

En septiembre de 2025 se aprobó un anteproyecto de una nueva Ley Antitabaco (la Ley vigente es de 2010), que prohíbe fumar y vapear en campus universitarios. Estaremos pendientes de la posible aprobación de la nueva ley y su regulación, para ajustar las acciones a realizar.

Así mismo, pretendemos avanzar a partir de 2026 en la estrategia antitabaco para la institución, siguiendo el asesoramiento y los parámetros de acreditación establecidos por la RASSELH. Es importante destacar que solo tres universidades andaluzas (Sevilla, Córdoba y Granada) han logrado la acreditación a nivel "Bronce" por la RASSELH.

3.6 Difusión de promoción de la salud en la UCA

Entre 2026 y 2028 se continuará fortaleciendo la comunicación institucional en redes sociales y en la web del Vicerrectorado.

Se prevé mantener, cuando sea posible, la colaboración de estudiantes en prácticas en el ámbito de la comunicación al menos en una parte de cada año.

3.7 Representación de la UCA en entidades de promoción de la salud

Para el período 2026-2028 pretendemos continuar con las acciones de participación y representación en la REUPS, el Fast Track Jerez y el grupo de trabajo "Sport Platform" del proyecto SEA-EU.

También trabajaremos en actividades en el marco del 'Campus Life' de la alianza SEA-EU.

4. Conclusiones

Las acciones desarrolladas en el marco de **UCA Saludable** durante el periodo 2024-2025 reflejan un avance significativo en la consolidación de una política universitaria de promoción de la salud alineada con los objetivos estratégicos de la Universidad de Cádiz.

Los programas implementados han permitido ampliar el alcance de las acciones de sensibilización, prevención y promoción del bienestar, así como fortalecer la colaboración institucional con entidades externas y redes universitarias.

Las líneas de trabajo previstas para el periodo 2026-2028 permitirán consolidar los programas existentes, desarrollar nuevas iniciativas y avanzar hacia un modelo de universidad saludable, comprometida con el bienestar físico, mental y social de toda su comunidad.

La Universidad de Cádiz se va consolidando progresivamente como una institución comprometida con el modelo de Universidad Promotora de Salud, integrando el bienestar de su comunidad como parte esencial de su estrategia institucional, en consonancia con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud y las redes internacionales de campus saludables.