



Archivos de Medicina (Col)  
ISSN: 1657-320X  
ISSN: 2339-3874  
cim@umanizales.edu.co  
Universidad de Manizales  
Colombia

# Las ferias como medio para la promoción de la salud en la comunidad universitaria: pasos hacia una educación positiva

Barranca-Enríquez, Antonia; Romo-González, Tania; Pérez-Morales, Alfonso-Gerardo  
Las ferias como medio para la promoción de la salud en la comunidad universitaria: pasos hacia una educación positiva

Archivos de Medicina (Col), vol. 21, núm. 1, 2021

Universidad de Manizales, Colombia

**Disponible en:** <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273865670011>

**DOI:** <https://doi.org/10.30554/archmed.21.1.3892.2021>

# Las ferias como medio para la promoción de la salud en la comunidad universitaria: pasos hacia una educación positiva

Fairs as a means of promoting health in the university community: steps towards a positive education

Antonia Barranca-Enríquez [abarranca@uv.mx](mailto:abarranca@uv.mx)  
Universidad Veracruzana, México

 <https://orcid.org/0000-0003-2606-4312>

Tania Romo-González [romogonzalez@uv.mx](mailto:romogonzalez@uv.mx)  
Universidad Veracruzana, México

 <https://orcid.org/0000-0003-0097-4780>

Alfonso-Gerardo Pérez-Morales [alfoperez@uv.mx](mailto:alfoperez@uv.mx)  
Universidad Veracruzana, México

Archivos de Medicina (Col), vol. 21,  
núm. 1, 2021

Universidad de Manizales, Colombia

Recepción: 30 Julio 2020  
Corregido: 22 Agosto 2020  
Aprobación: 22 Septiembre 2020

DOI: <https://doi.org/10.30554/archmed.21.1.3892.2021>

Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273865670011>

**Resumen:** **Objetivo:** la promoción de la salud en términos positivos y de bienestar, implica concebirla como el proceso en el que la comunidad aumenta el control sobre su salud, y la mejora. Las universidades tienen grandes capacidades para ello; por ejemplo, en ferias de salud que rompen los esquemas tradicionales unidireccionales y pasivos de los programas de salud. El programa de salud integral de la Universidad Veracruzana (México) implementó en su primera etapa estrategias para la promoción, prevención y tratamiento de enfermedades. Más tarde incorporó una visión más integral acorde a las necesidades enmarcadas en los objetivos sostenibles y la promoción de la salud comenzó a realizarse a través de ferias. No obstante, la comunidad universitaria dudaba que su realización tuviera beneficios. **Materiales y métodos:** se evaluó el efecto de las ferias en la salud y bienestar percibido por los estudiantes y su entorno y se identificaron las virtudes y fortalezas de carácter, las cuales son esenciales para la vida en bienestar. **Resultados:** la participación de los estudiantes en las ferias de salud les aporta conocimientos y habilidades para mejorar su salud, así como para adoptar estilos de vida acordes al autocuidado y la sustentabilidad. Además, las 24 fortalezas están presentes en todos los estudiantes, aunque el autocontrol fue la fortaleza menos presente. **Conclusiones:** las ferias son espacios que promueven la salud, al lograr transmitir y apropiar información, al mismo tiempo que acercan y educan a diferentes públicos de manera efectiva lúdica. **Palabras clave:** ferias de salud, promoción de la salud, educación en salud, psicología positiva, autocuidado.

**Abstract:** **Objective:** the promotion of health in positive and well-being terms implies conceiving it as the process in which the community increases control over its health and improves it. Universities in this sense have great capacities for their promotion, for example, health fairs break the traditional unidirectional and passive schemes of health programs. The comprehensive health program of the Universidad Veracruzana, implemented in its first stage strategies for the promotion, prevention and treatment of diseases. Later, it incorporated a more comprehensive vision according to the needs framed in the sustainable objectives and the promotion of health began to be carried out through fairs. However, there was a perception in the university community that its implementation had no benefits. **Materials and methods:** the effect of the fairs on the perceived health and well-being of the students and their environment was evaluated,

and the virtues and strengths of character, which are essential for life in well-being, were identified. **Results:** the participation of the students provides them with knowledge and skills to improve their health, as well as to adopt lifestyles consistent with self-care and sustainability. In addition, the 24 strengths are present in all students, although self-control was the least present strength. **Conclusions:** fairs are spaces that promote health, by transmitting and appropriating information, at the same time that they approach and educate different audiences in an effective playful way.

**Keywords:** health fairs, health promotion, health education, positive psychology, self-care.

## Introducción

La promoción de la salud en términos positivos y de bienestar, involucra ir más allá de las prácticas preventivas de la enfermedad y curación. De hecho, la declaración de la OMS contenida en la carta de Ottawa la define como el proceso de permitir a la gente que aumente el control sobre su salud, y que la mejore [1]. Es decir, promover la salud comprende el empoderamiento y el proceso en el que los individuos o comunidades obtienen control de sus decisiones y acciones, por lo que el concepto involucra un amplio panorama de la salud como la equidad, justicia social y la colaboración intersectorial.

Por tanto, tal como lo plantean Muñoz y Cabiases [2] las universidades tienen grandes potencialidades y oportunidades para impulsar la promoción de la salud, ya que pueden influir de manera positiva en la vida y salud de sus miembros y liderar y apoyar procesos de cambio en su entorno. Asimismo, la promoción de la salud dentro de la universidad favorece los siguientes aspectos: 1) incremento de la satisfacción laboral; 2) disminución del ausentismo en estudiantes, académicos y administrativos, favoreciendo las relaciones interpersonales sanas, mejorando el ambiente laboral y de estudio, y la calidad de vida durante el estudio y trabajo; y 3) en el largo plazo favorecerá la salud del país a través de las generaciones que fomentarán el bienestar y la salud de las instituciones y comunidades en las que laboren y de las familias que labren, lo que se relaciona con la educación positiva que más adelante se explicará.

En este sentido, una universidad promotora de la salud es aquella que la incorpora a su proyecto educativo y laboral, para favorecer el desarrollo humano y mejorar la calidad de vida de quienes allí estudian o trabajan, y a la vez, formarlos para que sean modelos de conductas saludables en sus familias, en sus futuros entornos laborales y en la sociedad [1]. Todo ello acorde con el concepto de universidad saludable que prioriza iniciativas de promoción de la salud dirigidas a la universidad como entorno, más que el cambio de hábitos en los individuos. Es decir, procura construir ambientes físicos, psíquicos y sociales que mejoren la calidad de vida de la comunidad universitaria, y no solo en modificar los estilos de vida de las personas que allí estudian y trabajan [1].

Si bien las universidades promotoras de salud involucran el desarrollo humano en su formación, en la práctica educativa es habitual observar una separación entre el currículo “académico” y el desarrollo individual y

social de los alumnos, aun cuando se reconoce que el bienestar favorece el aprendizaje. Así se sabe que el ánimo positivo amplía la atención [3,4,5,6] y estimula la creatividad [7,8,9,10,11]; en contraste, el ánimo negativo constriñe la atención [4] y estimula la crítica y el análisis [10,11]. Igualmente, la universidad promotora de salud es concebida como un entorno que debe ser modificado por la crisis socio-ambiental hacia uno que favorezca el bienestar. En este sentido, la formación en inteligencia emocional y el desarrollo humano se vuelven imprescindibles para la sostenibilidad del mundo; es decir, es necesario reemplazar los paradigmas educativos con otras prácticas de enseñanza-aprendizaje que favorezcan su formación integral, equilibrando los conocimientos adquiridos con el cultivo de destrezas y actitudes, potenciando de esta manera el bienestar en el presente y en el futuro de toda la comunidad universitaria [12].

Esto último es de gran relevancia, pues de acuerdo con la psicología y educación positiva, el desarrollo humano y profesional requiere trabajar sobre tres pilares básicos: 1) las emociones positivas, 2) los rasgos positivos y 3) la creación de instituciones positivas que faciliten el desarrollo de esas emociones y los rasgos positivos, los cuales al ser sembrado en niños, jóvenes y adultos promoverán seres sanos y un mundo viable para el futuro [13,14].

Tomando en cuenta todos estos aspectos y posibilidades de la Universidad Veracruzana (Veracruz, México) para la promoción de la salud y la educación positiva, se crea en el 2014 el programa de salud integral (PSI) en la Región Veracruz, destinado a contribuir a mejorar la salud de la comunidad universitaria de la región, a través de líneas de acción preventivas, de promoción, intervención y planeación de diferentes actividades, así como la apreciación al arte, cultura, y el deporte [15]. Dentro de este programa para el 2018, en colaboración con otras instancias de la Universidad Veracruzana, se inserta un nuevo proyecto con el objetivo de conformar una comunidad educativa integral (CEI) para fomentar una cultura hacia la vida sana. Este nuevo proyecto “intenta ir más allá de la prevención y promoción de la salud, es decir, busca generar una cultura para la vida sana que no sólo perdure en el tiempo, sino que transforme el entorno: tener seres sanos y un mundo viable para el futuro. Esto sobre todo debido a que la crisis social y ecológica tiene sus orígenes en la cultura que se ha insertado desde el sistema industrial” [16]. La CEI ha tomado el “Gran Giro” como eje el cual, de acuerdo con Joanna Macy [16], es el nombre de la aventura esencial del tiempo en el que vivimos y una guía para el buen vivir que implica la transición de una sociedad de crecimiento industrial a una civilización que sustenta y celebra la vida. El Gran Giro consta de tres dimensiones interdependientes: 1) acciones de contención, 2) transformando las bases de la vida y 3) cambio de cosmovisión [17]. Así el Gran Giro del PSI a través de la CEI incluye tres dimensiones o estrategias denominadas así: contención, principios de actuación y educación. En el caso de la contención, se ha incluido la realización de acciones que promuevan y motiven el buen vivir; en los principios de actuación, el visibilizar las normas que permitan promover acciones en beneficio de la salud humana

y planetaria; y en el caso de la educación el fortalecer la formación en salud humana y planetaria mediante las funciones sustantivas de la universidad (docencia, investigación, extensión y difusión de la cultura y las artes) con la sociedad [16].

Tal como se mencionó previamente en este documento, dentro del PSI desde el 2014 ya se realizaban actividades tales como ferias, campañas, conferencias, talleres, foros, etc. En particular el PSI incluyó la celebración ferias de salud en los distintos campus de la Región Veracruz de la Universidad Veracruzana, como un medio para promover la salud, pues las ferias rompen el esquema tradicional de los programas de salud unidireccional y pasiva, para pasar a uno más activo y participativo del autocuidado y el autodiagnóstico [18]. Al respecto, Ruiz et al. [18] plantean que las ferias de salud generan cambios de actitud frente a la actual cultura de la salud, centrada en la prestación de servicios hacia la curación, mediante un proceso educativo que comprende estrategias multidireccionales de comunicación para propiciar la responsabilidad individual y colectiva y la prevención de enfermedades que generan sobrecostos en la atención. Las ferias, además de brindar información, permiten al público objetivo acercarse de una manera más cotidiana y mediante el juego a temas sobre salud y enfermedad, así como a posibles alternativas de prevención y tratamiento [18].

Así, los enlaces de salud de las distintas entidades (ingeniería eléctrica y electrónica, ciencias químicas, arquitectura, mecánica y ciencias navales, dirección de actividades deportivas de la Universidad Veracruzana (DADUV), administración, veterinaria, educación física, instituto de medicina forense (INMEFO), odontología, comité permanente de salud reproductiva y SIDA (SCORA por sus siglas en inglés), centro de estudios y servicios en salud (CESS), nutrición, contaduría, pedagogía, comunicación, sistema de enseñanza abierta (SEA)) a través de stands buscaban motivar a los estudiantes atendidos (y también los académicos y administrativos) en cada entidad visitada a cuidar su salud y la del planeta y a adoptar estilos de vida saludables. Esto mediante diagnósticos de salud nutricional (detección cardiovascular, índice de masa corporal (IMC), talla, peso e IMC ajustado), salud bucal y técnica de cepillado, encuestar sobre el grado de violencia y la exposición de un violentómetro, aplicación de vacunas, charlas sobre uso correcto del condón femenino y masculino y la importancia de prevenir el VIH/SIDA, ergonomía, salud animal y zoonosis, disminución de los desechos electrónicos, elaboración de jabones biodegradables, clasificación de residuos, brindar información acerca de los programas interfacultades y materias del AFEL en educación física, así como también dar a conocer la importancia de la actividad física, y la evaluación en los estudiantes de la composición corporal, y su entrenamiento físico acorde a sus necesidades, entre otras. Si bien las actividades de la feria no implican créditos para los estudiantes, sí es relevante para su formación integral, misma que se promueve ampliamente desde la formulación del modelo educativo integral y flexible (MEIF) en la Universidad Veracruzana.

Además, la puesta en marcha de la CEI implicó una pedagogía positiva, por lo que desde el 2018 las ferias de salud propusieron un lema o temática basados en los trece principios del buen vivir y considerando las seis virtudes y veinticuatro fortalezas de carácter de la psicología positiva [16].

Cabe destacar que dentro de la comunidad universitaria existía la percepción que su realización no aportaba ningún beneficio en los estudiantes atendidos. Además, al buscar artículos que mostraran los efectos de estas Ferias en otras universidades o ambientes educativos solo se encontró el proyecto de Ruiz et al., [18] en la Universidad Nacional de Colombia y no evaluaron sus efectos. Por tanto, es el objetivo de esta investigación mostrar el efecto de las ferias en la salud y bienestar percibido dentro de la comunidad universitaria (especialmente los estudiantes) de la Universidad Veracruzana (Veracruz, México) y la importancia de implementar una visión pedagógica positiva (i.e, emociones positivas, virtudes, fortalezas de carácter) en la promoción de la salud.

## Materiales y métodos

**Tipo de estudio:** se trata de un estudio descriptivo; una encuesta anónima (solo tenían que capturar su edad y facultad) y voluntaria a los estudiantes que asistieron a cada una de las ferias.

**Población:** el estudio involucró a 490 estudiantes que asistieron voluntariamente a las 8 ferias de salud celebradas en la región Veracruz de la Universidad Veracruzana-México (educación física, medicina, ciencias y técnicas de la comunicación, unidad de servicios bibliotecarios (USBI), psicología, veterinaria, bioanálisis y enfermería). Como los cuestionarios se aplicaron en línea y para cerrar la encuesta era necesario contestarla en su totalidad, no hubo eliminados. **Variables:** 1) Efecto de las ferias en los estudiantes atendidos a través de la percepción de los beneficios de esta sobre la salud y el bienestar individual y ambiental. 2) Virtudes y fortalezas de carácter. Así como en patología existen reconocidos sistemas de clasificación y diagnóstico de las enfermedades mentales (i.e., DSM (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales) creado por la Asociación Americana de Psiquiatría y el CIE (Clasificación Internacional de Enfermedades) creado por la Organización Mundial de la Salud), desde la Psicología Positiva, Christopher Peterson y Martín Seligman decidieron desarrollar una Clasificación de las Fortalezas y Virtudes Humanas (Character Strengths and Virtues). Esta clasificación describe veinticuatro fortalezas que se encuentran dentro de seis virtudes consideradas universales. Una fortaleza debe ser un rasgo en el sentido de que tenga cierto grado de generalidad en las situaciones y estabilidad a través del tiempo. Una fortaleza se celebra cuando está presente y se lamenta cuando está ausente. Cada cultura en particular, provee por imposición, modelos de rol y parábolas que ilustran las fortalezas. Asimismo, en el contexto de la psicología positiva, el buen carácter no es una cosa singular sino más bien plural: una familia de rasgos positivos que se muestran en pensamientos, sentimientos y comportamientos. Y en este



sentido, las fortalezas del carácter son la base de un desarrollo óptimo y próspero para toda la vida. Las fortalezas del carácter predicen la felicidad, la satisfacción con la vida, el afecto positivo y negativo, la resiliencia y el ajuste [19].

#### **Instrumentos**

**Cuestionario para medir el efecto de las ferias en la promoción de la salud.** El cuestionario elaborado ex profeso por el equipo de trabajo consta de 14 reactivos en escala tipo Likert (1= no estoy de acuerdo, 2= más o menos en desacuerdo, 3= no estoy seguro, 4= más o menos de acuerdo, 5= totalmente de acuerdo), e incluyó aspectos relacionados con los conocimientos adquiridos durante la feria, sobre si los stands les transmitían los 13 principios del buen vivir y las 24 fortalezas de carácter en los stands, sobre cambios en la percepción y actitud en los asistentes acerca del papel que juega cada persona en su autocuidado y la relación que tiene esto con la salud planetaria, acerca de la presencia de sensaciones y emociones positivas, etc. Por tanto, a mayor puntaje alcanzado, mayores los cambios logrados en la actitud y en la necesidad del autocuidado y de su entorno y por tanto en la promoción de la salud lograda en la población encuestada. Ya que la elaboración del cuestionario no involucró la evaluación de un constructo, sino de aprendizajes y cambios de consciencia al finalizar la feria, es decir, acciones de promoción de la salud, el cuestionario no fue validado estadísticamente, aunque sí en su contenido.

**VIA-120 (Values in Action Inventory of Strengths)** [20]. Este instrumento consiste de 120 reactivos distribuidos en 24 sub-escalas (amabilidad, imparcialidad, amor, gratitud, integridad, amplitud de criterio, curiosidad, amor por aprender, apreciación de la belleza, trabajo en equipo, esperanza, liderazgo, humor, inteligencia social, persistencia, energía, perdón, creatividad, humildad, perspectiva, prudencia, vitalidad, auto-control y espiritualidad). Cada fortaleza de carácter se evalúa con 10 reactivos usando una escala tipo likert de 5 puntos que va de 1= muy parecido a mi a 5=nada parecido a mi. La varianza explicada del VIA-120 fue de 68,62%. La alpha de Cronbach para todas las escalas fue de > .70, con una correlación test-retest dentro de 4 meses indicando una buena confiabilidad [20]. Este instrumento ha sido validado para población mexicana con una confiabilidad muy similar [19].

**Procedimiento:** las 8 ferias de salud se desarrollaron en el periodo de febrero-diciembre del 2019. En cada feria las actividades académicas de esa entidad educativa se suspendían para dar espacio a las actividades programadas y todos los estudiantes podían visitar los stands preparados para ese día, así como algunas conferencias y talleres. Los 16 stands incluyeron diagnósticos de salud nutricional (detección cardiovascular, índice de masa corporal (IMC), talla, peso e IMC ajustado), salud bucal y técnica de cepillado, realización de una encuesta sobre el grado de violencia y la exposición de un violentómetro, aplicación de vacunas, charlas sobre uso correcto del condón femenino y masculino y la importancia de prevenir el VIH/SIDA, ergonomía, salud animal y zoonosis, disminución de los desechos electrónicos, elaboración de

jabones biodegradables, clasificación de residuos, brindar información acerca de los programas interfacultades y materias del AFEL en educación física, así como también dar a conocer la importancia de la actividad física, y la evaluación en los estudiantes de la composición corporal, y su entrenamiento físico acorde a sus necesidades, entre otras.

Al final del recorrido por los stands se les aplicó un cuestionario para medir el efecto de las ferias en la promoción de la salud a través de la percepción de los beneficios sobre la salud y el bienestar individual y ambiental en los estudiantes atendidos. Además, dado que la participación de los estudiantes busca promocionar la salud individual, así como la formación en educación positiva con sus tres pilares (las emociones positivas, los rasgos positivos (virtudes y fortalezas personales) y las instituciones positivas que faciliten el desarrollo de las emociones y los rasgos positivos), este estudio también evaluó la presencia de las fortalezas de carácter en los estudiantes, previo a su paso por los stands de la feria. Así, en el stand de la CEI se les invitó a que contestaran el VIA-120 (Values in Action Inventory of Strengths).

**Análisis estadístico:** con los datos aportados por los 490 estudiantes que contestaron el cuestionario del efecto de las ferias y los 48 que contestaron el VIA-120 se realizó el análisis estadístico descriptivo, con el objetivo de evaluar como ellas promueven la salud, y cuales son las características de los estudiantes que asistieron. Se calcularon promedios y desviaciones estándar por facultad en el caso de la evaluación del efecto de las ferias y para el VIA por sexo y facultad. Asimismo, se evaluaron los intervalos de confianza del 95% y se elaboraron los gráficos. Todo esto con ayuda del programa EXCEL (Microsoft Corp). Asimismo, para identificar diferencias entre las facultades en la promoción de la salud por las ferias y las virtudes y fortalezas de carácter se realizó una prueba de Kruskal-Wallis para datos no normales con el software Sigma Stat 3.5.

**Aspectos éticos:** el proyecto fue aprobado por el comité de ética e investigación del Centro de Estudios y Servicios en Salud de la Universidad Veracruzana. Todos los estudiantes fueron invitados a participar en el estudio, se les explicó el propósito y firmaron un consentimiento informado.

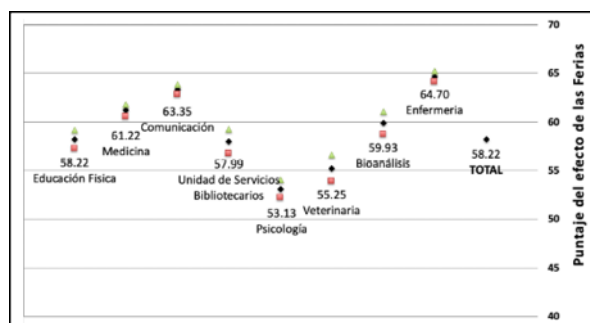
## Resultados

### Efecto de las Feria de Salud

De los 490 estudiantes que contestaron la encuesta 97 pertenecían a la facultad de educación física, 32 de medicina, 26 de la facultad de ciencias y técnicas de la comunicación, 88 de la USBI, 24 de psicología, 4 de veterinaria, 123 de bioanálisis y 96 de enfermería. Se obtuvo una media de índice del efecto en la promoción de la salud de 58,22 de un puntaje máximo de 70. El efecto entre las distintas ferias fue estadísticamente significativo ( $P < 0,001$ ). Además, la facultad que mostró mayor beneficio fue la facultad de enfermería, seguido de la facultad de comunicación (Figura 1).

Impacto de las Ferias PSI





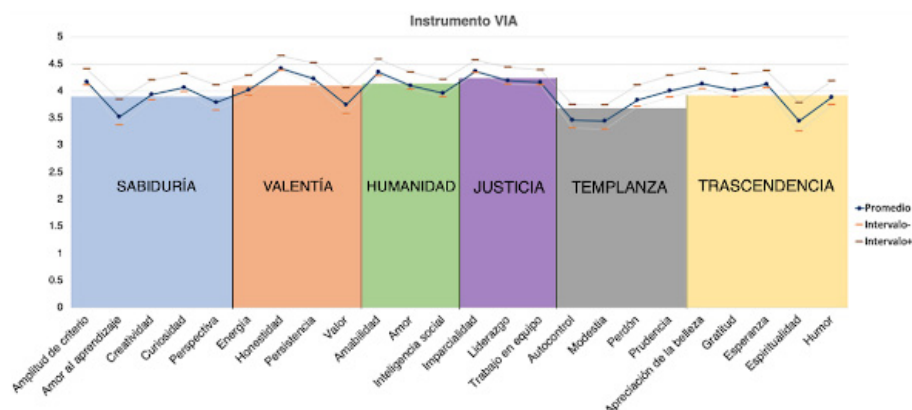
**Figura 1**  
**Efecto en la promoción de la salud a través de las ferias del**  
**programa de salud integral en los estudiantes universitarios**  
 proyecto “comunidad educativa integral para la vida san

### Presencia de las virtudes y fortalezas de carácter en los estudiantes universitarios de la región Veracruz

La base de datos analizada fue de 48 registros de alumnos de la Universidad Veracruzana, de los cuales 30 son mujeres y 18 son hombres. De la muestra total pertenecen a las siguientes facultades: 21 alumnos de la facultad de bioanálisis, 8 alumnos de facultades pertenecientes a alguna ingeniería, 7 de la facultad de ciencias y técnicas de la comunicación, 3 de la facultad de nutrición, 2 de la facultad de odontología, 2 de la facultad de contaduría, 2 de la facultad de pedagogía, 1 de la facultad de medicina veterinaria y zootecnia, 1 de la facultad de derecho y finalmente 1 alumno de la facultad de química clínica.

En los 48 estudiantes la presencia de las 6 virtudes y las 24 fortalezas de carácter fue más o menos homogénea. No obstante, las 5 fortalezas de carácter más frecuentes en los estudiantes fueron la honestidad ( $M=4.41$ ,  $SD=0.79$ ), imparcialidad ( $M=4.36$ ,  $SD=0.75$ ), amabilidad ( $M=4.34$ ,  $SD=0.82$ ), persistencia ( $M=4.25$ ,  $SD=0.91$ ), liderazgo ( $M=4.20$ ,  $SD=0.81$ ) y la menos presente el autocontrol ( $M=3.46$ ,  $SD=0.89$ ). En el caso de las virtudes fue la justicia la más presente y la templanza la más ausente (Figura 2).

Asimismo, al comparar las fortalezas entre hombres y mujeres, aunque hubo una tendencia de los hombres hacia una mayor amplitud de criterio, creatividad, curiosidad, perspectiva y prudencia, y de las mujeres a una mayor gratitud y espiritualidad, estas diferencias no fueron estadísticamente significativas (Tabla 1). Tampoco hubo diferencias estadísticamente significativas entre las virtudes y fortalezas de carácter entre facultades, aunque la facultad de pedagogía y derecho tuvieron una tendencia de puntajes menores en algunas fortalezas de carácter (Tabla 2).



**Figura 2**  
Medias de las 6 Virtudes y 24 fortalezas de carácter encontradas en los jóvenes universitarios  
proyecto “comunidad educativa integral para la vida sana”

Variable		Hombres	Mujeres	Variable		Hombres	Mujeres
Fortalezas de carácter y virtudes	Amplitud de criterio	4,40 ± 0,58	4,18 ± 0,49	Fortalezas de carácter y virtudes	Autocontrol	3,71 ± 0,49	3,44 ± 0,86
	Amor al aprendizaje	3,51 ± 1,10	3,66 ± 0,64		Modestia	3,60 ± 0,91	3,47 ± 0,72
	Creatividad	4,19 ± 0,75	3,93 ± 0,56		Perdón	4,00 ± 0,69	3,87 ± 0,70
	Curiosidad	4,32 ± 0,51	4,07 ± 0,60		Prudencia	4,22 ± 0,53	4,01 ± 0,78
	Perspectiva	4,08 ± 0,78	3,76 ± 0,80		Apreciación de la belleza	4,22 ± 0,51	4,23 ± 0,70
	Energía	4,11 ± 0,66	4,11 ± 0,66		Gratitud	3,88 ± 0,84	4,23 ± 0,65
	Honestidad	4,51 ± 0,50	4,52 ± 0,47		Esperanza	4,18 ± 0,56	4,24 ± 0,57
	Persistencia	4,31 ± 0,64	4,33 ± 0,72		Espiritualidad	3,26 ± 1,0	3,67 ± 0,84
	Valor	3,78 ± 0,97	3,85 ± 0,75		Humor	4,01 ± 0,90	3,95 ± 0,69
	Amabilidad	4,38 ± 0,55	4,47 ± 0,54		Sabiduría	4,10 ± 0,63	3,92 ± 0,47
	Amor	4,20 ± 0,59	4,19 ± 0,55		Valentía	4,17 ± 0,53	4,20 ± 0,50
	Inteligencia social	4,06 ± 0,56	4,05 ± 0,56		Humanidad	4,21 ± 0,45	4,24 ± 0,44
	Imparcialidad	4,40 ± 0,37	4,49 ± 0,42		Justicia	4,28 ± 0,38	4,36 ± 0,41
	Liderazgo	4,22 ± 0,59	4,32 ± 0,55		Templanza	3,88 ± 0,43	3,70 ± 0,58
	Trabajo en equipo	4,22 ± 0,57	4,27 ± 0,48		Trascendencia	3,91 ± 0,60	4,06 ± 0,48

**Tabla 1**  
Promedios y desviaciones estándar en hombres y mujeres de  
las fortalezas de carácter y virtudes encontradas en las ferias  
proyecto “comunidad educativa integral para la vida sana”

Variable		Bioanálisis	Ingeniería	Comunicación	Nutrición	Odontología	Contaduría	Pedagogía	Veterinaria	Derecho
Fortalezas de carácter y virtudes	Amplitud de criterio	4,24	4,26	4,57	4,47	4,10	4,30	3,60	4,20	3,60
	Amor al aprendizaje	3,66	3,03	3,83	3,93	3,40	4,20	2,90	4,20	3,80
	Creatividad	4,08	3,86	4,09	3,93	4,50	4,40	3,60	3,80	3,00
	Curiosidad	4,15	4,14	4,06	4,00	4,60	4,50	3,80	4,00	4,80
	Perspectiva	3,90	3,51	4,23	3,93	4,50	4,80	3,00	3,20	2,60
	Energía	4,08	4,09	3,97	4,27	4,60	4,60	3,70	3,60	4,60
	Honestidad	4,45	4,49	4,71	4,67	5,00	4,30	4,30	5,00	3,60
	Persistencia	4,29	4,20	4,31	4,67	4,20	4,20	4,60	4,40	4,80
	Valor	3,60	3,80	4,06	4,20	4,80	4,20	3,20	3,80	4,80
	Amabilidad	4,38	4,63	4,51	4,87	4,20	4,60	4,30	4,80	2,60
	Amor	4,24	4,17	4,40	4,40	4,70	3,20	3,90	3,80	3,20
	Inteligencia social	4,03	4,00	4,23	4,07	4,70	4,20	3,30	3,60	4,00
	Imparcialidad	4,44	4,40	4,60	4,67	4,60	4,50	4,40	4,80	3,20
	Liderazgo	4,13	4,31	4,69	4,13	4,60	5,00	3,80	4,40	4,00
	Trabajo en equipo	4,14	4,20	4,63	4,33	4,40	4,20	3,70	4,40	5,00
	Autocontrol	3,53	3,46	3,60	4,27	4,20	2,90	3,40	4,20	1,20
	Modestia	3,59	3,23	4,06	3,53	4,10	2,90	2,90	3,20	1,80
	Perdón	3,79	4,37	4,11	4,00	3,70	3,60	3,90	4,80	2,00
	Prudencia	4,27	3,91	4,43	4,20	3,90	3,90	3,20	3,20	2,00
	Apreciación de la belleza	4,15	4,23	4,46	4,53	4,20	4,50	3,20	4,00	5,00
	Gratitud	4,06	4,26	4,06	4,53	4,10	4,50	4,00	3,80	2,60
	Esperanza	4,29	4,26	4,09	4,07	4,10	4,20	4,10	4,00	4,40
	Espiritualidad	3,60	3,77	3,71	4,00	2,60	3,00	2,70	3,00	2,40
	Humor	3,99	4,14	3,77	3,73	4,80	4,30	3,00	4,00	4,00
	Sabiduría	4,01	3,76	4,15	4,05	4,22	4,44	3,38	3,88	3,66
	Valentía	4,11	4,14	4,26	4,45	4,65	4,33	3,95	4,20	4,45
	Humanidad	4,22	4,27	4,38	4,44	4,53	4,00	3,83	4,07	3,27
	Justicia	4,23	4,30	4,64	4,38	4,53	4,57	3,97	4,53	4,07
	Templanza	3,80	3,74	4,05	4,00	3,98	3,33	3,35	3,85	1,75
	Trascendencia	4,02	4,13	4,02	4,17	3,96	4,10	3,40	3,76	3,68

**Tabla 2**  
**Promedios y desviaciones estándar en facultades de las**  
**fortalezas de carácter y virtudes encontradas en las ferias**  
 proyecto “comunidad educativa integral para la vida sana”.

## Discusión

La promoción de la salud es el proceso que permite a las personas aumentar el control sobre su salud y mejorarla [1]. Las universidades tienen grandes capacidades para promover la salud ya que pueden favorecer el desarrollo humano y la calidad de vida de la comunidad universitaria, y a la vez, formarlos como promotores de conductas saludables en sus familias, sus trabajos y en la sociedad [1].

De esta manera, la universidad promotora de salud es concebida como un entorno el cual debe ser modificado por la crisis socio-ambiental hacia uno que favorezca el bienestar. En este sentido, la formación en inteligencia emocional y el desarrollo humano se vuelven imprescindibles para la viabilidad del mundo; es decir, es necesario promover paradigmas educativos y estrategias de enseñanza-aprendizaje que contribuyan en la formación integral y permitan tanto a estudiantes como docentes, desarrollarse y potenciar su bienestar en el presente y en el futuro. Es decir, es necesario trabajar sobre tres pilares básicos de la educación positiva en aras a crear una sociedad sana y un mundo viable para el futuro [13,14].

Una forma en que las universidades pueden promover la salud es a través de la celebración de ferias de salud, ya que se ha demostrado que rompen el esquema unidireccional, pasivo y tradicional de los programas de salud, al reemplazarlo por uno más activo y participativo que permite el autodiagnóstico y el autocuidado [18]. Además, se ha evidenciado que suscitan cambios de actitud frente a la actual cultura de la salud, la cual está exclusivamente centrada en el modelo de prestación de servicios de naturaleza curativa; y que los cambios se logran mediante un proceso educativo que involucra estrategias de comunicación multidireccional acerca de la responsabilidad individual y colectiva en la prevención de las causas más frecuentes de sobrecostos en la atención [18].

Dentro de la comunidad universitaria de la UV existía la percepción que su realización no tenía ningún efecto en los estudiantes atendidos; además, al buscar artículos que mostraran los efectos de estas ferias en otras universidades o ambientes educativos solo se encontró el proyecto de Ruiz et al., [18] en la Universidad Nacional de Colombia y no evaluaron sus beneficios. Por tanto, fue el objetivo de este documento mostrar su efecto en la salud y bienestar percibido dentro de la comunidad universitaria (especialmente los estudiantes) y la importancia de implementar una visión pedagógica positiva (i.e, emociones positivas, virtudes, fortalezas de carácter) en la promoción de la salud.

Al aplicar el cuestionario sobre su percepción del papel que tienen en su salud y bienestar al final de las ferias de salud, se encontró que en efecto la participación de los estudiantes en dichas actividades les aporta conocimientos y habilidades para mejorar su salud, así como para adoptar estilos de vida acordes al autocuidado y la sustentabilidad, los cuales son necesarios para afrontar la crisis planetaria. Por lo que, tal como lo plantea Ruiz et al. [18] las ferias son espacios con grandes posibilidades pedagógicas, para educar y concientizar a los usuarios sobre la importancia de las prácticas de autocuidado y los estilos de vida saludable, fundamentales no solo para las instituciones de salud sino también para las universidades, por cuanto transmiten información y logran así una apropiación efectiva de la misma, al tiempo que acercan a diferentes públicos de una manera efectiva. Además, las ferias que más beneficios lograron en los estudiantes fueron la de la facultad de enfermería y la de la facultad de ciencias y técnicas de la comunicación. Estas dos ferias fueron las que más enfatizaron los lemas del buen vivir y las 24 fortalezas de carácter y que más motivaron a los estudiantes a participar en las actividades de todos los stands. Este hallazgo es acorde con los tres pilares de la psicología y educación positiva, quienes advierten que el ánimo positivo amplía la atención [3,4,5,6] y la creatividad, por lo que es recomendable sembrar tanto pensamientos como emociones y hábitos positivos que promuevan seres sanos y la viabilidad del mundo [13,14].

Finalmente, si bien no se diagnosticaron todos los estudiantes que asistieron a las ferias de salud, los 48 datos analizados mostraron que dichas fortalezas están presentes en todos los estudiantes. No obstante, el que el auto-control sea la fortaleza menos presente, pone de

manifiesto la necesidad de trabajar en los temas de control de impulsos y manejo de emociones, mismos que son esenciales en la adopción de estilos de vida saludables, ya que de acuerdo con Gómez-Acosta [21] manifestar altos niveles de autocontrol ayuda a que los sujetos ajusten sus reacciones emocionales de manera adecuada ante situaciones conflictivas, y presenten menor somatización y mayor disposición a prácticas saludables. De igual forma, dichos sujetos son más capaces de tomar decisiones apropiadas, aspecto imprescindible para el modelado de conductas adaptativas [21]. También, las virtudes y fortalezas de carácter entre hombres y mujeres y facultades no fueron estadísticamente significativas, aunque sí mostraron ciertas tendencias de los hombres hacia una mayor amplitud de criterio, creatividad, curiosidad, perspectiva y prudencia; y de las mujeres a una mayor gratitud y espiritualidad. Este resultado es similar al encontrado por Gongora-Coronado et al., [19], quienes encontraron que la distribución de las fortalezas de carácter varía con la edad y entre hombres y mujeres; con una muestra mayor tal vez estas diferencias podrían haber sido significativas. En este sentido las limitaciones del estudio están relacionadas con el tamaño de la muestra en el caso del análisis de las virtudes y fortalezas de carácter, y no haber incluido la distinción del sexo, en el cuestionario de la percepción de su salud y bienestar al finalizar la feria. Un próximo estudio tendrá muestreos más rigurosos.

## Conclusiones

Las universidades pueden promover la salud y favorecer el desarrollo humano y la calidad de vida de la comunidad universitaria, y a la vez, formarlos como promotores de conductas saludables en sus familias, sus trabajos y en la sociedad. La Universidad Veracruzana en la Región Veracruz dentro del PSI para el 2018, propuso un nuevo proyecto para la conformación de una comunidad educativa integral (CEI) para fomentar una cultura hacia la vida sana. Este proyecto procura ir más allá de la prevención y promoción de la salud y generar una cultura para la vida sana sustentable que no sólo perdure en el tiempo, sino que transforme el entorno: tener seres sanos y un mundo viable para el futuro. Para ello la CEI incluyó tres dimensiones o estrategias: contención, principios de actuación y educación. Así, la puesta en marcha de las ferias de salud para el 2018 como parte de la estrategia de contención, incluyó uno de los pasos necesarios para el gran giro, la educación positiva y la promoción de la salud, pues las ferias les aportan a los estudiantes conocimientos y habilidades para mejorar su salud, así como para adoptar estilos de vida acordes al autocuidado y la sustentabilidad, necesarios para afrontar los retos sociales, económicos y ambientales del mundo. No obstante, es preciso que los principios de actuación y la educación se sinergicen junto con las ferias para lograr el tan necesario cambio de mentalidad y de estilo de vida que estos tiempos requieren.

**Conflictos de interés:** no existe ningún conflicto de interés.

**Fuentes de financiación:** fondo 803. Subsidio Estatal Ordinario 2020. Dependencia 22901. Vicerrectoría Veracruz. Universidad Veracruzana.

## Literatura citada

1. Rootman I, Goodstadt M, Potvin L, Springett J. **A framework for Health Promotion Evaluation.** *WHO Reg Publ Eur Ser.* 2001; 92:7-38.
2. Muñoz M, Cabieses B. **Universidades y promoción de la salud: ¿cómo alcanzar el punto de encuentro?** *Rev Panam Salud Pública.* 2008; 24(2):139-46.
3. Fredrickson BL. **The Role of Positive Emotions in Positive Psychology. The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions.** *Am Psychol.* 2001; 56(3):218-226.
4. Bolte A, Goschke T, Kuhl J. **Emotion and intuition: effects of positive and negative mood on implicit judgments of semantic coherence.** *Psychological Science.* 2003; 14:416-421. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.01456>
5. Fredrickson B L, Branigan C. **Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires.** *Cogn Emot.* 2005; 19(3):313-332. DOI: 10.1080/02699930441000238
6. Rowe G, Hirsh JB, Anderson AK, Smith EE. **Positive affect increases the breadth of attentional selection.** *PNAS.* 2007; 104(1):383-388. DOI: 10.1073/pnas.0605198104
7. Isen AM, Daubman KA, Nowicki GP. **Positive affect facilitates creative problem solving.** *Journal of Personality and Social Psychology.* 1987; 52(6):1122-1131.
8. Isen AM, Rosenzweig AS, Young MJ. **The influence of positive affect on clinical problem solving.** *Med Decis Making.* 1991; 11(3):221-227.
9. Estrada CA, Isen AM, Young MJ. **Positive affect improves creative problem practice satisfaction in physicians.** *Motivation and Emotion.* 1994; 18:285-299.
10. Kuhl J. **Emotion, cognition, and motivation: perception, memory, problem-solving, and overt action.** *Sprache & Kognition.* 1983; 2:228-253.
11. Kuhl J. **A functional-design approach to motivation and self-regulation: the dynamics of personality systems interactions.** En: Boekaerts M, Pintrich PR, Zeidner M. (Eds). **Handbook of self-regulation** (pp. 111-169). San Diego: Academic Press; 2000.
12. Ruiz-Lugo L. **Formación integral: desarrollo intelectual, emocional, social y ético de los estudiantes.** *Revista Universidad de Sonora.* 2007. 2007:11-13.
13. Seligman ME, Ernst R, Gillham K, Reivich K, Linkins M. **Positive Education: positive psychology and classroom interventions.** *Oxford Review of Education.* 2009; 35(3):293-311. DOI: 10.1080/03054980902934563.
14. Seligman ME, Csikszentmihalyi M. **Positive Psychology. An Introduction.** *American Psychologist.* 2000; 55(1):5-14. DOI: 10.1037/0003-066X.55.1.5



15. Pérez-Morales AG, Aguirre-Serena ME, Barranca-Enríquez A. **Plan Estratégico del PSI Regional**. Veracruz: Vicerectoria Región Veracruz Universidad Veracruzana; 2016.
16. Pérez-Morales AG, Aguirre-Serena ME, Barranca-Enríquez A, Romo-González T. **Proyecto “Comunidad Educativa Integral (CEI) para una vida sana”**. Veracruz: Vicerectoria Región Veracruz Universidad Veracruzana; 2018.
17. Villaseñor-Galarza A. **El gran giro Despertando al Florecer de la Tierra**. Scotts Valley: CreateSpace Independent Publishing Platform; 2015.
18. Ruiz MC, Ávila C, González D. **Proyecto Feria de la Salud**. X Reunión de la Red de Popularización de la Ciencia y la Tecnología en América Latina y el Caribe (RED POP - UNESCO) y IV Taller “Ciencia, Comunicación y Sociedad” San José, Costa Rica, 9 al 11 de mayo; 2007.
19. Góngora-Coronado EA, Vásquez-Velázquez II, Hernández-Pozo MR, Romo-González T, González-Ochoa R, Gallegos-Guajardo J, et al. **Explorando la Vida Buena en México. Las Fortalezas del Carácter y su Relación con la Felicidad**. *Rev Latin Medicina Conductual*. 2019; 9(2):43-55.
20. Park N, Peterson C, Seligman MEP. **Strengths of Character and Well-Being**. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2004; 23(5):603-619. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.5.603.50748>
21. Gomez-Acosta CA. **Factores psicológicos predictores de estilos de vida saludable**. *Rev Salud Pública*. 2018; 20(2):155-162. <https://doi.org/10.15446/rsap.V20n2.50676>

## Enlace alternativo

<https://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/archivosmedicina/article/view/3892> (html)