

lunes 26 de marzo de 2018

Diputación vuelve a utilizar el tándem universitarios- hábitos saludables con el taller Ojo con el viernes noche



La UPS desarrolla una acción de sensibilización contra el consumo de drogas en el contexto de las I Jornadas Internacionales de Ocio Saludable de la UHU

La Unidad de Prevención Social de Diputación (UPS) ha desarrollado un taller de sensibilización contra el consumo de sustancias tóxicas, dirigido a los universitarios de la Facultad de Enfermería de la Universidad de Huelva.

El taller, denominado “Ojo con el viernes noche”, se ha celebrado en el contexto de las “I Jornadas internacionales de promoción

del ocio saludable en la comunidad universitaria. Acciones transfronterizas”, organizadas por la UHU, con la colaboración de las Universidades del Algarve y de Coimbra. Las jornadas han tenido como principal objetivo concienciar a la comunidad universitaria acerca de la importancia de incorporar en la vida diaria hábitos saludables.

Desarrollado por personal técnico de la UPS, el taller “Ojo con el viernes noche” ha compartido protagonismo con otros dos talleres de similares características, centrados en la alimentación y la sexualidad. Alrededor de 50 universitarios han participado en esta acción preventiva sobre las consecuencias negativas que para la salud y la calidad de vida representa el consumo de sustancias tóxicas en contextos festivos y de ocio.

Entre las actividades desarrolladas en el taller destacan, por el interés mostrado por los jóvenes participantes, las relacionadas con la utilización de las gafas de simulación de los efectos del alcohol y el cannabis; y el cálculo de la unidad de bebida estándar (UBE), que les ha mostrado el daño provocado por el alcohol y el tiempo que necesita el organismo para eliminarlo tras un “día de marcha”.

No es ésta la primera vez que la Unidad de Prevención Social de Diputación, adscrita al Área de Bienestar Social, centra su acción preventiva con los jóvenes universitarios onubenses, con un taller adaptado a sus gustos y costumbres

y que se sirve de las nuevas tecnologías. Ya en la Semana de la Promoción de la Salud, organizada por la Universidad de Huelva en octubre de 2015, Diputación proponía a los jóvenes estudiantes, con el taller “¡Por fin es viernes!” un día de marcha virtual alejado de las drogas, poniéndoles ante el espejo de las consecuencias del consumo de sustancias tóxicas.