



SECRETARÍA DE
EXTENSIÓN
UNIVERSITARIA



Catálogo de Proyectos

Secretaría de Extensión Universitaria

SALUD

La Secretaría de Extensión Universitaria de la Universidad Nacional de San Luis busca promover el desarrollo cultural, la transferencia de conocimientos y servicios, y toda actividad tendiente a consolidar la relación entre Universidad y Sociedad.





SECRETARÍA DE
EXTENSIÓN
UNIVERSITARIA



Título del Proyecto: Campaña de Prevención y
Concientización “Cerebro Saludable y en Acción”

Directora: Lic. SOSA, Alejandra Edith

Unidad Académica: FCS

Contacto: aleesosa@yahoo.com.ar

La expectativa de vida se está incrementando en todo el mundo y ello puede tener importantes consecuencias a nivel económico, social y político. Según datos de la Organización Mundial de la Salud, se calcula que actualmente más de 30 millones de personas sufren la Enfermedad de Alzheimer. Hasta el momento, los intentos de desarrollar tratamientos para esta enfermedad neurodegenerativa no han tenido éxito, aunque investigaciones recientes abren la puerta a nuevas esperanzas. En este sentido, se ha propuesto que las intervenciones tempranas serían la clave para potenciar los recursos cognitivos en la edad avanzada y conseguir mayor bienestar. Por lo que se considera importante tener en cuenta la etapa de la adolescencia. Esta etapa de la vida es una de las más importantes del cerebro, por un lado produce más mielina, pero por otro, las vías de mielina se desarrollan más hacia las áreas cerebrales que desencadenan la asunción de riesgos, las emociones, la sexualidad que hacia las áreas de funciones tales como el razonamiento, el juicio y el control de los impulsos.



SECRETARÍA DE
EXTENSIÓN
UNIVERSITARIA



En la adolescencia el riesgo de adicción es alto. Además, el consumo de alcohol reiterado durante estos años tiene consecuencias en las áreas del aprendizaje y la memoria. La adolescencia es la etapa de maduración de la corteza pre-frontal, el área del cerebro responsable de la toma de decisiones y la moderación del comportamiento social. Es sumamente importante intervenir en esta etapa, concientizando la necesidad de hábitos saludables con la familia, alimentación adecuado para evitar sobrepeso, la necesidad de suficientes horas de sueño, necesarias entre otras cosas, para almacenar lo aprendido en el día. No dejando de lado, la necesidad de explicar que este sueño debe ser sin exposición a pantallas que perjudican el mismo. Asimismo, si tenemos en cuenta lo que afirma Madina Alba, M. y otros (2015) “ El desarrollo infantil, su seguimiento de manera regular y periódica y la detección precoz de signos de alarma que señalen alteraciones en detrimento de su evolución normal, tienen repercusión crucial para lograr el máximo potencial de las capacidades y habilidades de cada ser humano y de la sociedad en su conjunto”. De este modo, es entendible que la esta campaña también adopte medidas de educación para padres para poder de este modo cuidar el cerebro desde edades tempranas. La nutrición se considera un factor ambiental comprometido en el neurodesarrollo del niño, el cual potencia habilidades neuronales para un crecimiento equilibrado.



SECRETARÍA DE
EXTENSIÓN
UNIVERSITARIA



Una alimentación equilibrada unida a un ambiente adecuado puede prevenir efectos negativos en el neurodesarrollo de la primera infancia. El impacto de la estimulación familiar en el lenguaje es importante para un neurodesarrollo adecuado. Por otra parte, el cuidado a la exposición de pantallas artificiales y el sueño adecuado potencian el desarrollo adecuado del cerebro. Por todo lo expuesto se considera importante incorporar a la campaña realizada el año pasado, la cual estaba dirigida a adultos y adolescentes, a la población infantil.

Objetivo: Concientizar a la población de la importancia de mantener un cerebro saludable, promoviendo acciones para disminuir riesgo de deterioro cognitivo desde edades tempranas. Vincular a los alumnos con la población, para que puedan articular sus conocimientos con la puesta en acción de los mismos, solidarizándose con las problemáticas socio-sanitarias y comunitarias.

La Secretaría de Extensión Universitaria de la Universidad Nacional de San Luis busca promover el desarrollo cultural, la transferencia de conocimientos y servicios, y toda actividad tendiente a consolidar la relación entre Universidad y Sociedad.

