

VICERRECTORIA DE EXTENSIÓN Y PROYECCIÓN SOCIAL
PROPUESTA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA DESDE LA EXTENSIÓN

PROGRAMA
LA UNIVERSIDAD EN SU COMUNA
“CONSTRUYENDO CIUDADANÍA”

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DEL CHOCÓ
“Diego Luis Córdoba”
QUIBDÓ, CHOCÓ

INTRODUCCION

La universidad tecnológica del choco “Diego Luis Córdoba” como única institución de educación superior del estado en el departamento del Chocó, contempla en su misión, el propósito de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los habitantes de esta región, mediante acciones y programas articulados con su función misional de proyección social a la comunidad y con el fomento de una educación pública pertinente y de calidad, que responda a las necesidades de formación de hombres y mujeres, asentados en este territorio, con el objetivo de convertirlos en actores y sujetos de desarrollo.

Se considera que la Universidad Tecnológica del Chocó, cuenta con un potencial soportado en la comunidad académica adscrita a lo diferentes programas curriculares y unidades administrativas institucionales, que pueden apoyar acciones de capacitación, orientación, asesoría y conocimientos que requieren las comunidades en cuanto a sus procesos participativos y organizativos, entendido esto como el eje articulador entre la institucionalidad y los contextos locales para el tratamiento adecuado problemáticas existentes en dichas comunidades.

El propósito de la Proyección Social de la Universidad, es jalonar al desarrollo cultural, social, económico y ciudadano de la sociedad, a partir de potenciar el diálogo de saberes con la comunidad y sus miembros en un sentido horizontal e integrador contribuyendo a elevar su calidad de vida y a enriquecer, preservar, desarrollar y promover la cultura de la sociedad, integrando acciones a sus procesos formativo.

1. MARCO CONCEPTUAL

La universidad es una institución cultural que tiene, como componente del cuerpo social, una marcada responsabilidad para con la sociedad, que se expresa en la actuación por el mejoramiento económico, social y cultural, como modo de vida del pueblo, de acuerdo a las concepciones contemporáneas de la dimensión social de la cultura y de la dimensión cultural del desarrollo.

La satisfacción de este encargo social está relacionada directamente con la madurez, importancia y significación que la universidad como institución sociocultural, alcance en su interrelación con la sociedad, en el que la extensión universitaria es clave, puesto que garantiza un vínculo social más amplio y dinámico, que propicia la identificación, la comunicación y la actividad conjunta de los universitarios y la población en general y a la vez se establece un vínculo necesario.¹

1.1 RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA, RSU

La UNESCO desde el año 1998 viene planteando que las universidades a nivel mundial deben asumir una mayor responsabilidad social dentro de la denominada sociedad del conocimiento, sobre todo con su rol como instituciones especializadas en la generación y transmisión del conocimiento científico.

El concepto de RSU se relaciona con un mayor compromiso de las universidades con su entorno, a partir de un cambio de paradigma en la manera en la cual se desarrollan sus principales funciones de docencia, investigación, vinculación con el medio y gestión universitaria. Así, una parte relevante del concepto de RSU se encuentra relacionada con la permanente preocupación por los impactos del quehacer universitario en la sociedad.

La Responsabilidad Social Universitaria es una política de mejora continua de la Universidad hacia el cumplimiento efectivo de su misión social mediante cinco procesos: **Gestión** ética y calidad de vida institucional, **Gestión** medioambiental responsable; **Formación** de ciudadanos conscientes y solidarios; **Producción y Difusión** de conocimientos socialmente

¹ Bez Collazo, J. M. (2012). Estrategia para el trabajo sociocultural en la gestión de la extensión universitaria.

pertinentes; **Participación social** en promoción de un Desarrollo más equitativo y sostenible, ilustrados en el siguiente esquema:



Figura 1: Procesos de la RSU

Como estrategias específicas socialmente responsables para lograr esta mejora continua se pueden plantear:

- 1) la participación integrada de los grupos de interés internos y externos en el cometido de la Universidad.

- 2) la articulación de los planes de estudios, la investigación, la extensión y los métodos de enseñanza con la solución de los problemas de la sociedad.
- 3) el autodiagnóstico regular de la institución con herramientas apropiadas de medición para la rendición de cuentas hacia los grupos de interés.²

La Responsabilidad Social Universitaria, plantea cuatro impactos que una Institución Universitaria genera en su entorno, los cuales se pueden agrupar en cuatro categorías: organizacional, educativa, cognitiva y social, presentados en el esquema mostrado a continuación.

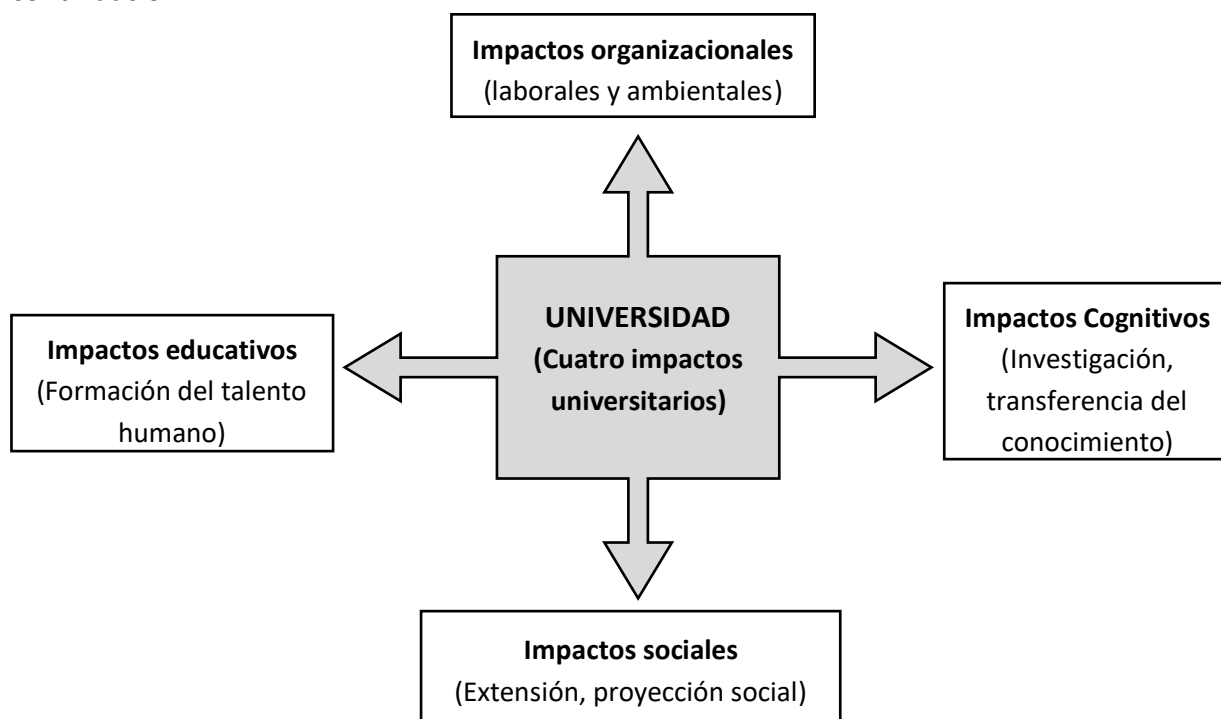


Figura 2. Fuente: Vallaeys, F., de la Cruz, C., y Sasia, P. *Responsabilidad Social Universitaria. Manual primeros pasos.*

² Existe hoy un consenso internacional acerca de las dimensiones básicas de la Responsabilidad Social. No existe ningún consenso generalizado todavía en cuanto a la Responsabilidad Social Universitaria.

- 1. Impactos organizacionales:** aspectos laborales, ambientales, de hábitos de vida cotidiana en el campus, que derivan en valores vividos y promovidos intencionalmente o no, que afectan a las personas y sus familias (¿Cuáles son los valores que vivimos a diario? ¿Cómo debemos vivir en nuestra universidad en forma responsable, en atención a la naturaleza, a la dignidad y bienestar de los miembros de la comunidad universitaria?).
- 2. Impactos educativos:** todo lo relacionado con los procesos de enseñanza-aprendizaje y la construcción curricular que derivan en el perfil del egresado que se está formando (¿Qué tipo de profesionales y personas vamos formando? ¿Cómo debemos estructurar nuestra formación para formar ciudadanos responsables del Desarrollo Humano Sostenible en el país?)
- 3. Impactos cognitivos:** todo lo relacionado con las orientaciones epistemológicas y deontológicas, los enfoques teóricos y las líneas de investigación, los procesos de producción y difusión del saber, que derivan en el modo de gestión del conocimiento. (¿Qué tipo de conocimientos producimos, para qué y para quiénes? ¿Qué conocimientos debemos producir y cómo debemos difundirlos para atender las carencias cognitivas que perjudican el desarrollo social en el país?)
- 4. Impactos sociales:** todo lo relacionado con los vínculos de la Universidad con actores externos, su participación en el desarrollo de su comunidad y de su Capital Social, que derivan en el papel social que la Universidad está jugando como promotora de desarrollo humano sostenible. (¿Qué papel asumimos en el desarrollo de la sociedad, con quiénes y para qué? ¿Cómo la Universidad puede ser, desde su función y pericia específica, un actor partícipe del progreso social a través del fomento de Capital Social?).³

A partir de los cuatro impactos planteados surgen para la universidad cuatro políticas o líneas de acción:

³ Vallaey, F., de la Cruz, C., y Sasia, P. (2009). *Responsabilidad Social Universitaria. Manual primeros pasos*.

1. **Calidad de vida institucional** (laboral y medioambiental), al promover comportamientos éticos, democráticos y medioambientales adecuados para tener un campus responsable y congruente con los valores declarados de la Universidad.
2. **Formación académica integral de ciudadanos responsables** y capaces de participar del desarrollo humano sostenible de su sociedad (mediante la enseñanza de los conocimientos esenciales a la vida ciudadana responsable en el siglo XXI, uso de métodos de aprendizaje relacionados con proyectos sociales, Aprendizaje-Servicio, etc.).
3. **Gestión social del conocimiento** capaz de superar la inaccesibilidad social del conocimiento, y la irresponsabilidad social de la ciencia, en un mundo en el cual la calidad de vida depende cada vez más del acceso al conocimiento pertinente (selección y producción de conocimientos socialmente útiles y difundidos adecuadamente hacia la comunidad, con métodos de investigación participativos y democráticamente elaborados).
4. **Participación social solidaria y eficiente** (creación de conocimientos y procesos participativos con comunidades para la solución de problemas urgentes de la agenda social del Desarrollo, proyectos sociales y medioambientales, comunidades de aprendizaje mutuo para el desarrollo, creación de nuevas redes de capital social para la toma de decisión a favor del desarrollo humano sostenible, etc.).

Es necesario aclarar que el papel de la Universidad no es el de sustituir al Estado o a las ONGs de desarrollo, sino de asumir cada vez mejor su rol de formación superior integral con fines éticos y en pro del desarrollo sostenible de su comunidad, es preciso no concebir las relaciones entre la Universidad y la comunidad exterior en términos de donación, proyección o ayuda unilateral, sino en términos de **asociación** y creación de una **comunidad de aprendizaje** en la que los socios externos ayuden también la Universidad a cumplir con su papel académico y educativo. Es bueno recordar que el asistencialismo no es desarrollo y que la horizontalidad en las relaciones de mutuo aprendizaje es un buen remedio para evitarlo:

“La mano que recibe siempre está por debajo de la mano que da”⁴.

La Universidad en la Comuna es un programa que busca la participación social solidaria y eficiente de la UTCH en el Desarrollo de la comunidad del entorno y de la región, como promotora de un desarrollo humano sostenible, desarrollando proyectos sociales y medioambientales, a través del fortalecimiento y creación de redes de capital social.

1.2 DESARROLLO COMUNITARIO

El desarrollo comunitario o desarrollo de comunidad es un proceso donde los miembros de una comunidad se unen para realizar acción colectiva y generar soluciones a problemas comunes. Hace referencia a la participación activa, protagonista, de los individuos y la comunidad concreta para la consecución de bienestar social, es decir, para mejorar la calidad de vida, mediante la superación de carencias y necesidades y la consecución de una verdadera inclusión social. Se trata de una ciudadanía activa, responsable, que es capaz de organizarse colectivamente para dar respuesta a las problemáticas sociales que se le plantean.

Para considerar la comunidad es necesario tener en cuenta la dimensión territorial, es decir, se hace referencia a un colectivo de personas que residen en un espacio físico concreto, aunque los límites de dicho espacio no se definen tanto por la existencia de fronteras físicas rígidas y estáticas, sino que están sujetos a una dinámica social definida por las interacciones que se producen entre las personas.⁵

Básicamente, las características básicas que definen una comunidad son tres:

- Es un territorio, es decir, una unidad de referencia que se conforma con la acumulación de distintos subsistemas: economía, educación, salud, vivienda, empleo, relacionados entre sí, por lo que exigirían un tratamiento interdisciplinar.

⁴ Amadou Hampaté Ba. ¿Cómo trabajar para un Desarrollo ético en comunidad?

⁵ ANDREU, C. (2008), “Desarrollo Comunitario: estrategias de intervención y rol de la educadora social”,

- Es un espacio social donde se producen una multiplicidad de interacciones, tanto en el interior como entre ese territorio y el exterior de la comunidad. Esas interacciones integran la cooperación, pero también el conflicto.
- Es un espacio sentido como propio por sus residentes, es decir, las personas se identifican con la comunidad donde desarrollan su vida cotidiana, que es un elemento importante porque permite la apropiación y la participación social, que son dos elementos claves en la práctica del desarrollo comunitario.⁶

La comunidad remite a lo local, por consiguiente, cualquier intervención se fundamenta en el concepto de desarrollo local. Se pueden destacar tres ejes básicos para propiciar una intervención integral a escala local:

☐ Eje medioambiental: la importancia del espacio público y los equipamientos para satisfacer las necesidades socioculturales (soportes de proximidad que favorecen la cohesión social, la participación y la gobernabilidad a escala local).

☐ Eje socioeconómico (desarrollo local/endógeno): aprovechamiento de los recursos humanos locales con inversores e iniciativas que se adapten a esos recursos, partiendo de las demandas y necesidades locales insatisfechas como fuente de generación de empleo. Este elemento lleva implícito el trabajo sobre la generación de empleo propiciado por empresas “externas” y la promoción de la economía social en el interior de la comunidad.

☐ Eje social: las intervenciones integrales sobre comunidades tienden a implementarse en entornos de cierta degradación y vulnerabilidad social, que son percibidos desde el exterior con cierta desconfianza, contribuyendo a su marginación y estigmatización. A su vez, la degradación implica sentimientos de desafección de los propios residentes para con su barrio/entorno, que es preciso combatir para que sea posible un proceso de recuperación/revitalización social.

⁶ NOGUEIRAS, L.M. (1996), *La práctica y la teoría del desarrollo comunitario. Descripción de un modelo*,

Por eso son tan importantes intervenciones estratégicas de carácter social que logren una recualificación económica y simbólica, facilitando con ello los necesarios procesos de reconocimiento, apropiación e identificación de estas comunidades con el territorio que habitan. Hay que recuperar lugares de confluencia, pero también hay que recuperar a los mediadores (comunicadores locales y sectores activos) con capacidad de consolidar una comunidad.⁷

Como conclusión se puede destacar que la práctica del desarrollo comunitario contempla procesos que se desarrollan a mediano y largo plazo. No se trata de un programa sujeto a una planificación cerrada o limitada en el tiempo sino un proceso, entendido con un sentido pedagógico, que pretende constituirse como un elemento de autoaprendizaje, de escuela de ciudadanía y democracia y con una visión de transformación continua en el sentido de mejora de las condiciones de vida de los ciudadanos. No hay un punto final definido sino una acción transformadora auto-evaluable que vuelve a alimentar el proceso de cambio social a escala local pues lo importante no son los objetivos de transformación (el qué hacer, que remite a proyecto o plan) sino la forma de abordar una intervención (el cómo, la metodología).⁸

1.3 EL ESPACIO PÚBLICO

El espacio de lo público ha estado asociado tradicionalmente al rol del Estado, sin embargo, la realidad actual de nuestra región requiere de la participación de los ciudadanos en los temas de la comunidad y en los procesos de decisión y ejecución de esas decisiones, y es de esta manera que el espacio de lo público se conforma como ámbito de participación ciudadana y comunitaria.

Corresponde a la universidad, considerada como institución social de referencia y pertenencia, un rol protagónico en el desarrollo de relaciones con la comunidad de la cual es parte, con el objetivo de configurar una nueva expresión de lo público en términos de relación entre los sujetos y el espacio de construcción de ciudadanía.

⁷ ALGUACIL, J. (2000), *Calidad de vida y praxis urbana*.

⁸ REBOLLO, O. (2005), *Participación y Desarrollo Comunitario en medio urbano*

La universidad como una organización que es parte de la comunidad e interactúa como una de las actoras sociales de los procesos de desarrollo, sus actividades tendrán que desarrollarse en forma activa no solo dentro de los edificios universitarios sino también en el escenario comunitario. De esta manera, se identifica el rol activo de la universidad en la construcción de diagnósticos situacionales de las necesidades de las comunidades, entendiendo que las necesidades son sociales, más que individuales.

Se requiere entonces de programas concretos que vinculen efectivamente a la universidad con la comunidad, a partir del desarrollo de acciones conjuntas tales como la construcción de diagnósticos situacionales comunitarios que tengan en cuenta la mirada de los protagonistas y que puedan ser considerados por los organismos estatales de generación de políticas públicas como una información innovadora a las metodologías de tipo tradicional; la sistematización de una guía de recursos de la comunidad que se encuentre en permanente actualización y que sea accesible para su consulta a todos los miembros de la misma; la organización de diferentes cursos e instancias de capacitación destinados a los miembros de la comunidad en relación a temas que consideren de interés, la organización de charlas en las distintas organizaciones de la comunidad sobre temas de preocupación para sus miembros, la generación de un espacio comunitario de formación en investigación y desarrollo para estudiantes de grado y posgrado de la universidad y la edición de publicaciones periódicas, virtuales y gráficas, que muestren las producciones que se generen como resultado de los trabajos desarrollados.

2. PROGRAMA: “UNIVERSIDAD EN LA COMUNA, CONSTRUYENDO CIUDADANÍA”

La comunidad es el espacio propicio e idóneo para la materialización de la Proyección Social como una de sus funciones misionales, formulando y desarrollando el programa la Universidad en la Comuna, “construyendo ciudadanía” como un espacio de repensar el quehacer comunitario ya que se evidencia la escasa organización y participación activa de las comunidades en los procesos que los afecta, que existen vacíos de conocimientos, necesidad de capacitación, acompañamiento, asesoría y orientación para poder actuar conforme a las necesidades coyunturales de la comunidad y no en beneficio de unos pocos.

2.1 FUNDAMENTOS ESTRATÉGICOS DEL PROGRAMA

MISIÓN

El programa la universidad en su comuna “construyendo ciudadanía” tiene como misión buscar acercamiento entre la universidad tecnológica del chocó y la sociedad chocona propiciando así espacios de comunicación, diagnóstico, trabajo mancomunado, identificación y conocimiento de los procesos comunitarios para así lograr la movilización de la comunidad en miras de aportar al mejoramiento de su calidad de vida.

VISIÓN

El programa la universidad en su comuna “construyendo ciudadanía” buscara ser reconocido a nivel local, regional y nacional como un programa de alto nivel en investigación y desarrollo comunitario a través del logro del empoderamiento de las comunidades en la búsqueda de solución a las problemáticas que se presentan en estas, por medio del fortalecimiento de las organizaciones comunitarias y la vinculación de un personal autónomo, democrático, comprometido con el mejoramiento de las condiciones de vida de los habitantes de las comunas del municipio de Quibdó.

OBJETIVOS GENERALES

- Promover la cultura de la participación, autogestión y la búsqueda de alternativas de solución a los problemas de la comunidad.
- Fomentar el trabajo coordinado entre las organizaciones comunitarias, las organizaciones, el estado y la Universidad Tecnológica del Chocó.
- Apoyar las gestiones que realicen las organizaciones de base de las comunidades del municipio de Quibdó y el departamento del Chocó

OBJETIVO ESPECÍFICOS

- Fortalecer la gestión de las organizaciones sociales y comunitarias a través de la capacitación en planeación, programación, ejecución y evaluación de proyectos de desarrollo económico y social.
- Promover el fortalecimiento de las organizaciones comunitarias y sociales del Municipio de Quibdó y el departamento del Chocó, a través de la formación capacitación y acompañamiento, que eleven sus niveles de interlocución propuesta y genere la reconstrucción de tejido social de la comunidad.
- Promover espacios de comunicación, de liberación, de reflexión crítica, para el mejoramiento de las relaciones de convivencia a través de la realización de proyectos y programas orientados a la resolución de conflicto.
- Mejorar la calidad de vida de los habitantes del municipio de Quibdó, a través de la realización de actividades de prevención y promoción de la salud.
- Contribuir a disminuir el índice de embarazo en adolescencia en el municipio de Quibdó a través de desarrollo de proyectos de salud sexual y reproductiva.
- Generar espacios de coordinación y trabajo en red entre las instituciones públicas y privadas con asiento en el municipio y el Departamento del Chocó. Para garantizar el cumplimiento de las políticas, visión y misión institucional.
- Fortalecer los espacios de liderazgo y participación ciudadana de las comunidades a través de la construcción de sinergias y el trabajo en red.
- Contribuir desde la Universidad al fortalecimiento de la gestión administrativa de las instituciones y organizaciones para mejorar la gestión que realizan.
- Realizar diagnóstico del sector productivo del municipio de Quibdó para conocer sus necesidades e intereses.
- Realizar una propuesta de trabajo coordinada con los diferentes actores institucionales para conocer las necesidades de apoyo en primera fuente.
- Este proyecto se enmarca en el enfoque científico crítico para generar conciencia en los y las ciudadanas del Municipio de Quibdó, que el desarrollo parte primero de lo

que nosotros pensamos y hacemos con nuestras vidas y recursos disponibles en nuestros entornos.

2.2 LINEAS DE ACCIÓN

2.2.1 PARTICIPACIÓN Y ORGANIZACIÓN COMUNITARIA

Programa de formación y liderazgo comunitario

- Gestión interinstitucional para la formación comunitaria en mecanismos de planificación, participación, control, veeduría y evaluación de la gestión pública local.
- Establecimiento de campañas para la educación en derechos humanos, desplazamiento y D.I.H.
- Capacitación jurídica y reglamentaria a la población en temas presupuestales y de contratación administrativa.
- Fortalecimiento financiero, institucional y en recurso humano de las juntas de acción comunal.
- Formación comunitaria en valores y deberes sociales, políticos y culturales.
- Promoción y fortalecimiento técnico, financiero y en recurso humano a las asociaciones de mujeres y comités comunitarios de asuntos sociales.
- Gestión interinstitucional para la formación comunitaria en la formulación y gestión de proyectos.

Programa organización comunitaria

- Establecimiento de una escuela de formación de líderes
- Gestión para la institucionalización de cabildos abiertos veredales para la discusión de temas de interés comunitario.
- Gestión para la institucionalización de presupuestos participativos para la ejecución de obras públicas en las veredas en manos de las comunidades.
- Crear un banco de proyectos para la zona de desarrollo integral.
- Creación de la agencia de la zona de desarrollo integral.

2.2.2 GESTIÓN AMBIENTAL

Programa para el manejo de agua potable

- Acciones de formación y capacitación en las áreas legal, técnica, contable, administrativa y financiera.
- Capacitación a la comunidad en aspectos de salud, higiene, uso racional de agua, equidad de género y protección de fuentes de agua.
- Inversiones en estudios, diseños e infraestructura para la construcción, ampliación y rehabilitación de proyectos de agua potable y saneamiento básico en comunidades rurales.
- Desarrollo comunitario y preparación de proyectos integrales.
- Fortalecimiento institucional de entidades del nivel nacional, municipal y regional, incluyendo la ejecución de proyectos piloto para el desarrollo de tecnologías alternativas de abastecimiento en comunidades rurales.
- Diseño y montaje de esquemas sostenibles de prestación de los servicios, asistencia técnica y apoyo de modelos post construcción en zonas rurales. **Programa para el manejo de aguas residuales**
- Diagnóstico de la calidad del agua y fuentes de contaminación de recursos hídricos
- Desarrollo de instrumentos y herramientas para la gestión de recursos hídricos y su adaptación al cambio climático
- Desarrollo, adaptación y aplicación de tecnologías apropiadas
- Remediación de aguas residuales domésticas e industriales
- Gestión de la calidad y cantidad del agua

Programa para el manejo de residuos sólidos

- Caracterización de los residuos sólidos, incluye generación y composición (cantidad según época del año, generadas por el personal y generadas por las personas visitantes). Existencia de programas de educación ambiental para las comunidades aledañas y visitantes.
- Almacenamiento temporal de los residuos sólidos.
- Recolección y transporte de los residuos sólidos.

- Separación en la fuente de los materiales.
- Recursos humanos, financieros y materiales disponibles para la gestión de los residuos en la comunidad.
- Requerimientos prioritarios para el cumplimiento de la legislación vigente respecto a la gestión integral de residuos sólidos y búsqueda de apoyo en la Alcaldía, la Gobernación en el Ministerio del Medio Ambiente
- Implementar prácticas para la reutilización o para minimizar la generación de residuos

2.2.3 VIVIENDA SALUDABLE

Siete principios para conseguir una vivienda saludable son:

- Mantener la temperatura y humedad relativa adecuadas: las temperaturas interiores de las viviendas deben ser lo suficientemente altas para proteger a los habitantes de los efectos nocivos del frío. Elevados niveles de humedad relativa en el interior del hogar se relacionan con diversos problemas de salud. La humedad crea un ambiente favorable para los ácaros, roedores, mohos y cucarachas, todos los cuales están asociados con el asma.
- Mantener el hogar limpio: un hogar limpio contribuye a garantizar que las personas no estén expuestas a contaminantes y productos químicos.
- Mantener las condiciones de accesibilidad: teniendo en cuenta la proporción actual y prevista de deficiencias funcionales, y teniendo en cuenta las tendencias del envejecimiento, las viviendas deben incluir medidas de accesibilidad para personas con movilidad reducida.
- Mantener la vivienda ventilada: la propia normativa y en concreto el Código Técnico de la Edificación establece que se debe asegurar una ventilación adecuada en todas las estancias de la vivienda, de manera que se aporte un caudal suficiente de aire exterior y se garantice la extracción y expulsión del aire viciado por los contaminantes que se produzcan de forma habitual durante su uso normal. Una adecuada ventilación, contribuirá además a reducir la humedad y reducir los contaminantes del aire como compuestos orgánicos volátiles (COV), monóxido de carbono, pesticidas, etc. mejorando la calidad del aire en el interior del hogar.

- Controlar la contaminación acústica y lumínica: el ruido del exterior perturba a menudo el descanso, especialmente en las ciudades, donde además se añade la contaminación por gases nocivos de la combustión de los motores.

En cuanto a la iluminación en el hogar, la incidencia solar es uno de los factores más valorados en una vivienda. La entrada de luz natural es una fuente de salud para las personas. Hay que tener en cuenta que pasamos muchas horas ante pantallas de televisión, móviles, ordenadores, etc. lo que ocasiona problemas de sequedad ocular y fatiga visual.

Realizar un mantenimiento periódico: realizar labores de mantenimiento de nuestra vivienda tanto de sus materiales y estructuras como de sus instalaciones será fundamental. Una vivienda a la que se le hace buen mantenimiento será más cómoda, segura, sana y sostenible, es decir, una vivienda saludable.

2.2.4. ALIMENTACIÓN SALUDABLE

¿QUÉ CARACTERÍSTICAS DEBE DE TENER UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE?

Una dieta saludable tiene que reunir las características siguientes:

- Tiene que ser completa: debe aportar todos los nutrientes que necesita el organismo: hidratos de carbono, grasas, proteínas, vitaminas, minerales y agua.
- Tiene que ser equilibrada: los nutrientes deben estar repartidos guardando una proporción entre sí.
- Tiene que ser suficiente: la cantidad de alimentos ha de ser la adecuada para mantener el peso dentro de los rangos de normalidad
- Tiene que ser adaptada a la edad, al sexo, a la talla, a la actividad física que se realiza, al trabajo que desarrolla la persona y a su estado de salud.
- Tiene que ser variada: debe contener diferentes alimentos de cada uno de los grupos (lácteos, frutas, verduras y hortalizas, cereales, legumbres, carnes y aves, pescados, etc.)

2.2.5 RESCATANDO LAS RIVERAS DEL RIO ATRATO

Se trata de apoyar el cumplimiento de la sentencia T-622, que se dictó el 10 de noviembre de 2016 y que reconoce al Atrato como sujeto de derechos. Es una tarea que compromete a los chochoanos y al gobierno nacional. El Gobierno Nacional ha convocado a los diferentes sectores y ministerios para que desde sus competencias contribuyan con la recuperación y protección de esta cuenca tan importante para la región y el país. Las acciones que se implementen en el río deben considerar la solución definitiva a los desafíos de la deforestación, extracción ilícita de minerales y otros fenómenos generadores de degradación ambiental. El propósito es recuperar de manera efectiva la cuenca del río Atrato, conjuntamente con las comunidades étnicas de la zona y con el apoyo de la sociedad civil, expertos y la cooperación internacional.

A su vez, el Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible, que es el representante legal para salvaguardar los derechos del río, convocó a varias corporaciones regionales y locales para adelantar tareas como descontaminar las fuentes hídricas del Chocó, recuperar los ecosistemas y prevenir futuros daños. Entre estas entidades están la Corporación para el Desarrollo Sostenible de Urabá (Corpourabá) y la Corporación Autónoma Regional para el Desarrollo Sostenible del Chocó (Codechocó).

Para la Universidad Tecnológica del Chocó el río Atrato es un gigantesco laboratorio natural y una fuente inagotable de proyectos de investigación y generación de conocimiento.

El río Atrato es considerado el río más caudaloso de Colombia y uno de los ríos más caudalosos del mundo. Nace en el cerro de Caramanta en los Altos de la Concordia y los Farallones de Citará, recorre gran parte del departamento del Chocó y en dos tramos de su curso sirve como frontera departamental entre Chocó y Antioquia, por su navegabilidad constituye uno de los medios de transporte de la región. Asimismo, hace parte del Chocó biogeográfico, considerada la zona con más biodiversidad del planeta y una de las más lluviosas, de ahí su alto caudal que lo convierte en la mejor vía fluvial del país

En sus setecientos cincuenta kilómetros de longitud, alberga una enorme diversidad de recursos animales, vegetales e hídricos, en la que habita una considerable población



El conocimiento
es de todos

Minciencias



Universidad Tecnológica del Chocó
Diego Luis Córdoba

afrocolombiana e indígena organizada por comunidades. Es escenario de contrastes, por una parte, recoge la historia del occidente del país, de los embera, los waunana, los negros, mestizos y colonos; recoge dialectos, danzas, costumbres ancestrales; alberga cerca de 130 especies de peces e irriga más de 3.600 especies de plantas que pueden existir en el Chocó biogeográfico.

La producción potencial de la cuenca del Atrato es bastante considerable en términos de energía, producción forestal, recursos genéticos, cantidad, calidad y control del agua, y en la producción agrícola sostenible utilizando las tecnologías adecuadas. Soportados en conocimiento calificado y mediante procesos racionales y sistémicos, prever, organizar y hacer un manejo de los recursos naturales existentes, buscando un balance entre el aprovechamiento de dichos recursos y la protección de la base natural y los procesos que la sustentan, para beneficio tanto de los habitantes como de la biodiversidad asociada a la cuenca hidrográfica.

Esto implica cuatro líneas de acción:

- 1) El aprovechamiento adecuado de los recursos naturales.
- 2) una distribución más equitativa de los recursos manteniendo el equilibrio,
- 3) la participación de la población en la gestión y
- 4) La conservación de la capacidad productiva de los ecosistemas intervenidos a fin de que se mantenga el nivel de producción con características permanentes.

La recuperación y desarrollo del Río Atrato, debe ir acompañada de una ética de la sociedad que contenga aspectos como el conocimiento y valores morales (bioética), que permita asegurar que los recursos naturales son el objetivo fundamental, y no un medio para satisfacer ambiciones personales.

Vigilada
MinEduación



"UTCH. Compromiso de Todos y para Todos"

Universidad Tecnológica del Chocó Diego Luis Córdoba
NIT: 891680089-4
Carrera 22 No. 188-10 B, Nicolás Medrano – Ciudadela Universitaria.
Commutador (+57) 4 6726565, Línea gratuita: 018000 938824
E-mail: contactenos@utch.edu.co, Página Web: utch.edu.co
Quibdó, Chocó (Colombia)