



## UNIVERSIDAD NACIONAL DE FRONTERA

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho".

# RESOLUCIÓN DE COMISIÓN ORGANIZADORA

### N° 510-2024-UNF/CO

Sullana, 15 de julio de 2024.

#### VISTOS:

Oficio N° 032-2024-UNF-VPAC-DBU/USSA-SPP, de fecha 15 de mayo de 2024; Oficio N° 133-2024-UNF-VPAC/DBU-USA, de fecha 25 de mayo de 2024; Oficio N° 176-2024-UNF-VPAC/DBU, de fecha 16 de mayo de 2024; Oficio N° 789-2024-UNF-VPAC, de fecha 16 de mayo de 2024; Informe N° 0560-2024-UNF-OAJ, de fecha 04 de julio de 2024; y,

#### CONSIDERANDO:

Que, el artículo 18° de la Constitución Política del Perú, prescribe que la Universidad es autónoma en su régimen normativo, de gobierno, académico, administrativo y económico: Las Universidades se rigen por sus propios estatutos en el marco de la Constitución y de las leyes.

Que, mediante Ley N° 29568 del 26 de julio de 2010 se crea la Universidad Nacional de Frontera en el distrito y provincia de Sullana, departamento de Piura, con fines de fomentar el desarrollo sostenible de la Subregión Luciano Castillo Colonna, en armonía con la preservación del medio ambiente y el desarrollo económico sostenible; y, contribuir al crecimiento y desarrollo estratégico de la región fronteriza noroeste del país.

Que, el artículo 8° de la Ley Universitaria, establece que la autonomía inherente a las Universidades se ejerce de conformidad con la Constitución y las Leyes de la República e implica los derechos de aprobar su propio estatuto y gobernarse de acuerdo con él, organizar su sistema académico, económico y administrativo.

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 461-2021-UNF/CO de fecha 29 de noviembre de 2021, se resuelve aprobar el Estatuto de la Universidad Nacional de Frontera.

Que, en el Estatuto en mención, en su TÍTULO III se establece las DISPOSICIONES TRANSITORIAS, FINALES Y DEROGATORIAS:

#### A. DISPOSICIONES TRANSITORIAS

##### PRIMERA. POTESTAD DE LA COMISIÓN ORGANIZADORA

En base al artículo 29 de la Ley Universitaria, la Comisión Organizadora de la UNF tiene a su cargo la aprobación del presente Estatuto, reglamentos y documentos de gestión académica, de investigación y administrativa, formulados en los instrumentos de planeamiento, así como su conducción y dirección hasta que se constituyan los órganos de gobierno que de acuerdo a ley corresponda.

Página | 1



## UNIVERSIDAD NACIONAL DE FRONTERA

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho".

### RESOLUCIÓN DE COMISIÓN ORGANIZADORA

#### SEGUNDA. PROCESO DE CONSTITUCIÓN

Durante el proceso de constitución de la Universidad, los artículos del presente Estatuto, que se opongan, contradigan o no puedan implementarse de acuerdo a lo establecido en la normativa de la SUNEDU y MINEDU, respecto a garantizar las condiciones básicas de calidad, quedan en suspenso hasta que se constituyan los órganos de gobierno de la universidad. Encontrándose la Comisión organizadora facultada a emitir resoluciones que permitan el adecuado funcionamiento de la universidad hasta culminar el proceso de constitución.

#### CUARTA. GOBIERNO DE LA UNF

Durante el proceso de constitución de la Universidad, el gobierno de ésta se ejerce por:

- La Comisión Organizadora, tiene atribuciones administrativas que competen a la Asamblea Universitaria, al Consejo Universitario y al Consejo de Facultad.
- El Presidente de la Comisión Organizadora de la UNF, tiene atribuciones propias del Rector.
- Los Coordinadores de Facultad tiene atribuciones de Decano.

#### QUINTA. ÓRGANOS DE ALTA DIRECCIÓN

Durante el proceso de constitución de la UNF, los Órganos de Alta Dirección de ésta, lo constituyen:

- La Presidencia de Comisión Organizadora, que cumple funciones asignadas al Rectorado.
- La Vicepresidencia Académica de Comisión Organizadora, que cumple funciones asignadas al Vicerrectorado Académico.
- La Vicepresidencia de Investigación de Comisión Organizadora, que cumple funciones asignadas al Vicerrectorado de Investigación.

#### SEXTA. ÓRGANOS DE LÍNEA

(...)

##### 06.5. Dirección de Bienestar Universitario

##### 06.5.1. Unidad de Servicios Asistenciales.

(...)

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N°377-2021-UNF/CO, de fecha 06 de octubre de 2021 se aprobó el reglamento de Organización y Funciones de la Universidad Nacional de Frontera, en su artículo 97 titulado "**Dirección de Bienestar Universitario**" establece: La Dirección de Bienestar Universitario es el órgano de línea que depende del Vicerrectorado Académico, encargado de brindar los programas y servicios de bienestar y recreación, dirigidos a la comunidad universitaria relacionados con la salud integral, psicopedagogía, alimentación y deportes a través de Programas Deportivos de Alta Competencia (PRODAC), entre otros.

Las actividades específicas se establecerán en el Reglamento correspondiente.

La Dirección de Bienestar Universitario fomenta actividades deportivas multidisciplinarias en beneficio de la comunidad universitaria, con el fin de mejorar la calidad de vida de sus integrantes.



## UNIVERSIDAD NACIONAL DE FRONTERA

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho".

### RESOLUCIÓN DE COMISIÓN ORGANIZADORA

La Dirección de Bienestar Universitario comprende las siguientes unidades orgánicas:

- a) **Unidad de Servicios Asistenciales**
- b) Unidad de Asuntos Deportivos

Asimismo, el Reglamento de Organización y Funciones de la Universidad Nacional de Frontera, en el artículo 99 titulado "Unidad de Servicios Asistenciales" expresa que: La Unidad de Servicios Asistenciales es la unidad orgánica de la Dirección de Bienestar Universitario, encargada de planificar, dirigir y ejecutar los programas y acciones de salud integral y de bienestar, dirigidos a la comunidad universitaria.

Que, mediante Oficio N° 032-2024-UNF-VPAC-DBU/USSA-SPP, de fecha 15 de mayo de 2024, el Servicio de Psicología y Psicopedagogía alcanza la Jefa de la Unidad de Servicios Asistenciales el programa de Promoción de la Salud Mental "Autocuidado y Bienestar". Dicho programa se encuentra proyectada en el plan de trabajo "Promoción del autocuidado psicológico para el bienestar 2024".

Que, mediante Oficio N° 133-2024-UNF-VPAC/DBU-USA, de fecha 25 de mayo de 2024, la Jefa de la Unidad de Servicios Asistenciales solicita a la jefa de la Dirección de Bienestar Universitario la revisión y aprobación mediante acto resolutorio del documento en mención.

Que, con Oficio N° 176-2024-UNF-VPAC/DBU, de fecha 16 de mayo de 2024, la jefa de la Dirección de Bienestar Universitario, remite a la Vicepresidencia Académica, sobre el programa de Promoción de la Salud Mental "Autocuidado y Bienestar" para su aprobación mediante acto resolutorio.

Que, con Oficio N° 789-2024-UNF-VPAC, de fecha 16 de mayo de 2024, la Vicepresidenta académica remite al Presidente de la Comisión Organizadora, el Oficio N° 176-2024-UNF-RVPAC/DBU para aprobación mediante acto resolutorio.

Que, mediante Informe N° 0560-2024-UNF-OAJ, de fecha 04 de julio de 2024, el Jefe de la Oficina de Asesoría Jurídica emite opinión correspondiente y concluye que, en atención a los actuados administrativos es factible jurídicamente la aprobación del Programa de Promoción de la Salud Mental "Autocuidado y Bienestar", conforme a los considerados expuestos en el presente informe.

Que, respecto al Artículo IV el Título Preliminar del Texto Único Ordenado de la Ley de Procedimiento Administrativo General, aprobada mediante Decreto Supremo número 004-2019-JUS, recoge como uno de los Principios del Procedimiento Administrativo, el Principio de Legalidad por el cual queda sentado que las autoridades administrativas deben actuar con respeto a la constitución, la ley y al derecho, dentro de las facultades que le estén atribuidas y de acuerdo con los fines para los que les fueron conferidas.

Que, con ACTA N° 056-2024-SO-CO, de fecha 11 de julio del 2024, en Sesión Ordinaria de Comisión Organizadora de la Universidad Nacional de Frontera, luego de analizar la documentación presentada y de revisar los informes técnicos y legales indicados en los



## UNIVERSIDAD NACIONAL DE FRONTERA

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho".

### RESOLUCIÓN DE COMISIÓN ORGANIZADORA

considerandos de la presente Resolución, por unanimidad se acordó: **APROBAR** el Programa de Promoción de Salud mental denominado: "Autocuidado y Bienestar" presentado por el Servicio de Psicología y Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Frontera, de conformidad al anexo adjunto que forma parte integrante de la presente resolución.

Estando a lo expuesto y en uso de las atribuciones conferidas por la Ley Universitaria – Ley N° 30220 y por la Resolución Viceministerial N° 045-2023-MINEDU y Acta de Acuerdos de Sesión Ordinaria de Comisión Organizadora N° 056-2024-SO-CO, de fecha 11 de julio del 2024.

#### SE RESUELVE:

**ARTÍCULO PRIMERO. - APROBAR** el Programa de Promoción de Salud mental denominado: "Autocuidado y Bienestar" presentado por el Servicio de Psicología y Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Frontera, de conformidad al anexo adjunto que forma parte integrante de la presente resolución.

**ARTÍCULO SEGUNDO. - DISPONER** que, el Servicio de Psicología y Psicopedagogía de la Unidad de Servicios Asistenciales de la Universidad Nacional de Frontera, brinden las facilidades necesarias para la ejecución del programa aprobado en el artículo precedente.

**ARTÍCULO TERCERO. - NOTIFICAR** a través, de los mecanismos, más adecuados y pertinentes, para conocimiento y fines correspondientes.

**REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y EJECÚTESE.**



  
Dr. José Lorentino Molera López  
PRESIDENTE DE LA COMISIÓN ORGANIZADORA

  
Abg. Jorge Roberto Gaitoso Torres  
SECRETARIO GENERAL



UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE  
FRONTERA

Unidad de Servicios Asistenciales  
Servicio de Psicología y Psicopedagogía

21

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

## UNIVERSIDAD NACIONAL DE FRONTERA



### PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE SALUD MENTAL "AUTOCUIDADO Y BIENESTAR"

SERVICIO DE PSICOLOGÍA Y PSICOPEDAGOGÍA

Unidad de Servicios Asistenciales  
Dirección de Bienestar Universitario

Sullana – Perú

2024



**"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

- 1.1. Ente ejecutor** : Universidad Nacional de Frontera (UNF)
- 1.2. Beneficiarios** : Estudiantes de la Comunidad Universitaria de la UNF
- 1.3. Duración** : Según Plan de trabajo 2024 del Servicio de Psicología y Psicopedagogía
- 1.4. Supervisor** : Mg. Yrene Flores Velásquez  
Jefe (e) de la Unidad de Servicios Asistenciales
- 1.5. Equipo de apoyo** : Lic. Ps. Viviana Yelitza Almestar Adrianzén  
Lic. Ps. Pierina Becerra Atoche

**II. FUNDAMENTACIÓN:**



A través del tiempo la educación superior va adaptando nuevas dinámicas, planteándose retos frente a la calidad de los procesos de formación y bienestar de los estudiantes, de acuerdo a esto, surge la necesidad de identificar aquellos aspectos que pueden aportar y proteger el bienestar de la Comunidad Universitaria durante su proceso de formación y desarrollo integral en cada una de las dimensiones de los mismos, el cual se espera inicien, permanezcan y culminen exitosamente.

Este programa surge al reconocer la importancia de la Salud Mental y la necesidad de fortalecer las estrategias para que los estudiantes potencialicen los factores protectores en la Comunidad Universitaria, desde un enfoque promocional-preventivo, donde se brinda espacios para que adquieran herramientas que le faciliten consolidar su proyecto de vida a través, del autocuidado de su salud, permitiendo así, disminuir riesgos psicosociales que afecten directa o indirectamente su integridad.

El concepto de autocuidado hace referencia a la práctica de actividades que los individuos inician y realizan para el mantenimiento de su propia vida, salud y bienestar.



**"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"**

Según Cavanagh en el año 1993 nos dice que el autocuidado podría considerarse como la capacidad de un individuo para realizar las actividades necesarias para vivir y sobrevivir.

Al mencionar previamente el autocuidado se vuelve indispensable reconocer la importancia de los factores protectores y la promoción de ellos, puesto que son los que reducen la aparición de enfermedades o trastornos de la Salud Mental en presencia de factores de riesgo o de activación y estos pueden ser, según Sanz en el 2002, el buen sentido del humor como vehículo ante situaciones adversas, a su vez, de comunicación y forma útil para liberar ansiedad, tensión e inseguridad. También se puede entender como la capacidad propia del hombre, singular, que fomenta un mayor bienestar y disfrute. El sentido del humor se estima como una de las fortalezas del ser humano para obtener o mantener un estado de ánimo positivo, (Carbelo & Jáuregui, 2006). Dentro de los factores también se encuentra la resiliencia, definida por Obando, Villalobos y Arango en el año 2010 como "la capacidad que tiene cada sujeto de reorganizar su vida desde sí mismo, teniendo como recurso indispensable la construcción de una ética vital, que se teje desde la consciencia y que orienta los procesos de identidad a lo largo del camino." Donde a su vez esto genera buenas habilidades sociales y de relaciones interpersonales, relaciones más estrechas con uno o más miembros de la familia, la persona tiene amigos, participa de actividades con ellos y lo hace con agrado, tiene en general una buena relación con los adultos; sentido de la vida, trascendencia, la persona muestra capacidad para descubrir un sentido y una coherencia en la vida; a su vez la importancia de que sus logros sean valorados socialmente, aumentará autoestima positiva, la persona se valora a sí misma, confiará en sus capacidades y mostrará iniciativa para emprender acciones o relaciones con otras personas porque se siente valioso y merecedor de atención y como último factor protector considerado es, la práctica de algún deporte o realización de una actividad física de elección propia, lo cual a su vez le permitirá ser parte de grupos sociales de diferente índole y disfrutar asertivamente de diferentes experiencias. (Aguiar E. 2012).

Es por ello que, a través del Servicio de Psicología Y Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Frontera se propone trabajar el Programa de promoción y





**"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"**

prevención de la salud mental "CUIDANDO NUESTRO BIENESTAR PSICOLÓGICO" con la finalidad de buscar empoderar a los estudiantes para que tomen control de su bienestar psicológico y adopten hábitos saludables. Es un esfuerzo colectivo que contribuye al desarrollo humano y la reducción de riesgos asociados a los problemas mentales.

**III. OBJETIVO GENERAL:**

**3.1 General**

Fortalecer la Salud mental de la comunidad universitaria bajo el enfoque preventivo promocional a través del autocuidado psicológico para el aumento de los recursos personales que promuevan el bienestar.

**3.2 Específicos**

- ψ Brindar a los estudiantes herramientas para su bienestar físico y emocional, promoviendo un ambiente universitario positivo y saludable.
- ψ Promover la salud mental de los estudiantes, a través del autocuidado, dotándoles de habilidades sociales que les permitan tener relaciones interpersonales satisfactorias.
- ψ Transmitir estrategias psicológicas a los estudiantes, las cuales les permitan mantener su Salud Mental.

**IV. ACTIVIDADES**

**MATERIAL PSICOEDUCATIVO:**

El Servicio de Psicología y Psicopedagogía, diseña, prepara material psicoeducativo como, infografías, dípticos, boletines informativos y orientaciones que permita orientar y educar sobre maneras más eficaces de actuar ante determinadas problemáticas, además de fortalecer las habilidades socioemocionales y actitudes positivas que ayuden a fortalecer la Salud Mental.

**JORNADAS INTERECTIVAS:**

El Servicio de Psicología y Psicopedagogía, realizará una feria de salud mental talleres, campañas, de promoción y prevención de salud mental, basados en la





**"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"**

problemática que se presentan en los estudiantes, donde se contratarán los servicios de ponentes especialistas que brinden las orientaciones y estrategias para fortalecer el bienestar psicológico en los integrantes de la Comunidad Universitaria.

**V. CAMPOS TEMÁTICOS A DESARROLLAR:**

METODOLOGÍA	DIRIGIDO	TEMA
Material Psicoeducativo	Estudiantes	Depresión
		Independencia Emocional
		Autoestima
		Inteligencia Emocional
		Estrés
		Ansiedad
Charla-talleresFeria	Estudiantes	<p>Programa: "AUTOCUIDADO PARA EL BIENESTAR" <i>Sesiones a desarrollar:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ψ Introducción al Yoga y Técnicas de Relajación</li> <li>ψ Respiración y Meditación para Equilibrar Mente y Emociones.</li> <li>ψ Exploraciones Iniciales para el Desarrollo de Asanas o Posturas básicas del Yoga Tradicional o Hatha Yoga.</li> <li>ψ Práctica Físico 1 (Hatha Yoga).</li> <li>ψ Práctica Nidra o Relajación Profunda.</li> <li>ψ Práctica 2 (Hatha Yoga).</li> <li>ψ Práctica Nidra o Relajación Profunda 2.</li> <li>ψ Consolidación del Programa y Testimonio de los Participantes.</li> </ul> <p>ψ Introducción al Yoga, Testimonios de Alumnos del Periodo Anterior.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ψ Desarrollo y Práctica de Posturas Yóguicas: Fortaleza, Estabilidad y Flexibilidad.</li> <li>ψ Respiración y Meditación para Equilibrar Mente y Emociones.</li> <li>ψ Práctica Físico 1 (Hatha Yoga).</li> <li>ψ Práctica Nidra o Relajación Profunda.</li> <li>ψ Práctica 2 (Hatha Yoga).</li> <li>ψ Práctica Nidra o Relajación Profunda 2.</li> <li>ψ Consolidación del Programa y Testimonio de los Participantes.</li> </ul>
	Comunidad Universitaria	Festival de bienestar por aniversario de la UNF Feria de salud mental Charla-taller Salud mental para todos





24

**"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"**

**VI. PROCEDIMIENTOS:**

MOMENTOS	ACTIVIDADES
<b>ANTES</b>	Organización y planificación de la actividad
	Elaboración del material de difusión sobre cada tema
	Difusión del material y evento en las redes sociales oficiales de la UNF
	Inscripciones en los eventos mediante el correo electrónico, WhatsApp o llamadas telefónicas. (de ser el caso)
	Coordinar con la oficina correspondiente instalación de equipos difusión del material, limpieza de ambientes
	Elaboración del formulario de asistencia
<b>DURANTE</b>	Bienvenida a los asistentes
	Presentación del tema
	Inicio del evento según el tema que corresponda
	Registro de asistencia
<b>DESPUÉS</b>	Presentación de informe (de ser el caso)

**VII. EVALUACIÓN:**

MOMENTOS	TECNICA	INSTRUMENTO
Antes	Evaluación	Formulario de asistencia
Durante		Participación activa de los asistentes
Final		Cuestionario de Satisfacción

**VIII. RECURSOS Y PRESUPUESTO:**

**8.1. Recursos**

**Humanos**

**Internos:**

Autoridades de la UNF, integrantes de la Dirección de Bienestar Universitario/Unidad de Servicio Asistenciales, responsables del servicio de Psicología y Psicopedagogía y estudiantes

**Externos:**

Ponentes especialistas

**Materiales y herramientas**

- ψ Laptops, internet, plataforma zoom (de ser el caso)
- ψ Publicidad virtual
- ψ Ecran





**"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"**

- ψ Sillas
- ψ Mesas
- ψ Equipo de sonido
- ψ Proyector multimedia
- ψ Banners

**IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:**

Cavanagh S. Modelo de Orem. Aplicación práctica. Barcelona: Masson Salvat Enfermería; 1993.

Sanz Ortiz, J. (2002). El humor como valor terapéutico. Medicina Clínica, 119(19), 734-737.

Carbelo, B. & Jáuregui, E. (2006). Emociones positivas: Humor positive. Papeles del Psicólogo, 27, 18-30.

Obando OL, Villalobos ME, Arango SL. 2010. Resiliencia en niños con experiencias de abandono. 2023. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79819279013>

Aguiar E. 2012. Resiliencia, factores de riesgo y protección en adolescentes mayas de yucatán: elementos para favorecer la adaptación escolar. 2023.

