

Vol. 22, 2025, pp. e1082 ISSN: 1819-4028

Segunda etapa

<https://deporvida.uho.edu.cu>

Promoción del autocuidado de la piel en la formación del profesional de la Cultura Física

Evelyn González Betancourt

Profesora Titular e Investigadora Titular. Hospital Provincial Clínico Quirúrgico "Faustino Pérez". Matanzas. Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-1043-051X>
evelyn.betancourt@umcc.cu

Yasser García Baró

Profesor Titular e Investigador Titular. Universidad de Matanzas. Matanzas. Cuba.
<https://orcid.org/0000-0002-3153-625X> yasser.garcia@umcc.cu

Recibido: 6/I/2025
Aceptado: 24/III/2025
Publicado: 25/IV/2025

Tipo de artículo: reflexión

Resumen: El autocuidado de la salud en la formación del profesional tiene reconocida significación pedagógica y salubrista. Este artículo tiene el objetivo de exponer algunas reflexiones para la promoción del autocuidado de la piel, en la formación del profesional de la Cultura Física, teniendo en cuenta las particularidades del plan de estudio que se implementa actualmente en las universidades cubanas. Entre los aspectos esenciales tratados en este trabajo se encuentran los referentes teórico-metodológicos y normativos vinculados al marco legal cubano para la prevención de enfermedades profesionales, criterios valorativos sobre la trascendencia del autocuidado de la piel en el diseño curricular del Plan de estudio E y algunas recomendaciones para su optimización en la formación del profesional de la Cultura Física, desde un enfoque interdisciplinario, humanista, activo y transformador.

Palabras clave: autocuidado; dermatosis profesional; enfermedad profesional; fotoprotección

Promotion of the self-care of the skin in the formation of the professional of the Physical Culture

DeporVida. Revista especializada en ciencias de la cultura física y del deporte.

Universidad de Holguín. Holguín, Cuba. ISSN 1819-4028. RNPS: 2053

Vol. 22, pp. e1082, 2025. Edición 63.

Segunda etapa

Abstract: The self-care of health in the training of the professional has recognized pedagogical and health significance. This article has the objective of presenting some reflections for the promotion of skin self-care in the formation of the Physical Culture professional, taking into account the particularities of the study plan currently implemented in Cuban universities. Among the essential aspects treated in this work are the theoretical-methodological and normative referents linked to the Cuban legal framework for the prevention of occupational diseases, value criteria on the transcendence of skin self-care in the curricular design of the Study Plan E and some recommendations for its optimization in the training of the Physical Culture professional, from an interdisciplinary, humanistic, active and transforming approach.

Keywords: self-care; occupational dermatosis; occupational disease; photoprotection

Promoção do ego ao cuidado da pele na formação do profissional da cultura física

Resumo: O ego ao cuidado da saúde na formação do profissional tem significação pedagógica grata e saúde. Este artigo tem o objetivo de expor algumas reflexões para a promoção do ego ao cuidado da pele, na formação do profissional da cultura física, se lembrando das particularidades do plano de estudo que é implementado no momento nas universidades cubanas. Entre os aspectos tratados essenciais neste trabalho são o relativo teórico-metodológico e normativo uniu à marca o cubano legal para a prevenção de doenças profissionais, chega valorizado sobre o transcendência do ego ao cuidado da pele no desígnio de currículo do Plano de estudo E e algumas recomendações para o otimização dele na formação do profissional da cultura física, de um interdisciplinário, foco de humanista, eu ativo e transformador.

Palavras chave: cuidado de ego; doença de pele profissional; doença profissional; fotoproteção

Introducción

La promoción del autocuidado de la salud en el trabajo y su dimensión preventiva adquiere elevada significación social a nivel global (Berrío et al., 2021). Estudios vinculados al tema, resaltan la trascendencia de las intervenciones educativas para su optimización en el desempeño profesional (Merced et al., 2022; Maestre, 2023). Investigadores como Barajas et al. (2022), establecen fuertes asociaciones entre el

conocimiento de las medidas de autocuidado y el desarrollo de estilos de vida saludables. De ahí la necesidad de modelar la conducta humana, con un enfoque de autocuidado de la salud en ambientes laborales, para identificar y controlar los factores de riesgo y sus efectos nocivos (Robaina et al., 2020; Vera, 2022). A propósito, autoridades sanitarias de la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2023, p.1) advierten, que “la exposición sin protección a la radiación solar ultravioleta en el trabajo, es una de las principales causas de cáncer de piel ocupacional”.

Es sabido, que los profesionales de la Cultura Física se encuentran entre los más propensos al desarrollo de afecciones en la piel de origen ocupacional, debido a diversos factores de riesgo. Entre ellos, se encuentran la exposición prolongada a los rayos ultravioletas en los escenarios laborales y las carencias en el conocimiento de medidas para la fotoprotección en ambientes de trabajo (Barajas et al., 2022; Castillo, 2024; Rodríguez et al., 2023).

Estudios precedentes vinculados al autocuidado de la piel en este grupo de profesionales, informan de un aumento de las dermatosis asociadas a la actividad laboral, en su mayoría por déficit en la autogestión de salud ocupacional. Además, se constatan carencias en los programas de prevención, desinterés por parte de instituciones y autoridades académicas, fallas en las estrategias de capacitación, limitaciones en los programas educativos, entre otras falencias. (Alonso et al., 2022; Castillo, 2024)

Nótese entonces, la trascendencia que adquiere para el bienestar del profesional de la Cultura Física el autocuidado de la piel, entendido como una “expresión consciente del derecho a la salud, que se concreta en el comportamiento humano en beneficio de la salud individual y colectiva” (González et al., 2022, p. 218). Para ello debe conformarse una base orientadora, que direcciona de manera planificada y controlada mediante la labor educativa, la automodelación de la conducta para la protección dermatológica.

Es necesario hacer énfasis en el aspecto educativo del autocuidado como parte de la formación del profesional, mucho más al reconocerse que “los estudiantes universitarios se encuentran en una de las principales etapas de consolidación de los hábitos y estilos de vida” (Merced et al., 2022, p. 742). En un estudio que explora la situación actual en la prevención del cáncer de piel, Alonso et al. (2022) concluyen, que entre las estrategias revisadas las centradas en “programas educativos para mejorar los hábitos de fotoprotección fueron las que resultaron más efectivas”. (p.1)

Entre los estudiosos del tema existe consenso, al estimarse la responsabilidad de

los centros de educación superior para promover el autocuidado de la piel en la formación del profesional, con una base orientadora de mayor consistencia (Sirera et al., 2020; Socarrás et al., 2024). Mucho más, al comprender la formación de profesionales de nivel superior, como “el proceso que, de modo consciente y sobre bases científicas, se desarrolla en las instituciones de educación superior para garantizar la preparación integral de los estudiantes de las carreras universitarias”. (Ministerio de Educación Superior [MES], 2022, p.2)

La promoción de salud no es exclusiva del sector sanitario. Se trata de una construcción social, que involucra la participación de las instituciones estatales y privadas, las organizaciones no gubernamentales y a los propios ciudadanos, sin exclusión alguna. Tiene el propósito de desarrollar una labor educativa para el mejoramiento de los estilos de vida y estados de salud (Meras y Rodríguez, 2021). En este trabajo, se contextualiza la promoción del autocuidado de la piel, como la labor educativa sustentada en la superación y preparación del docente, con el fin de promover estilos de vida saludables, que eviten afecciones en la piel de origen ocupacional en la formación del profesional de la Cultura Física.

La sistematización de investigaciones precedentes, tanto foráneas como nacionales, documentan la pertinencia de atender desde el pregrado a las necesidades formativas de los profesionales de la Cultura Física para el autocuidado de la piel, con una proyección responsable, participativa y colaborativa (Barajas et al., 2022; Socarrás et al., 2024; Valdivia, 2021). Se trata de una problemática compleja, en ocasiones insuficientemente tratada en programas académicos y planes de estudio. Su carácter integrador, trasciende las posibilidades resolutorias de una sola disciplina científica y exige replantear los diseños curriculares, a partir de posicionamientos interdisciplinarios para la formación integral del profesional (Sirera et al., 2020; Socarrás et al., 2024). Las reflexiones aquí compartidas, enfatizan en la dimensión educativa y jurídica del tema, a partir de la experiencia docente e investigativa de los autores. (González et al., 2021; 2022; 2023)

A propósito, este artículo tiene como objetivo, exponer algunas reflexiones para la promoción del autocuidado de la piel en la formación del profesional de la Cultura Física, teniendo en cuenta las particularidades del plan de estudio que se implementa actualmente en las universidades cubanas.

Desarrollo

En un primer orden de análisis resulta necesario precisar, que el autocuidado de la piel en ambientes laborales se vincula a la prevención de enfermedades profesionales, entendidas estas según el ordenamiento jurídico cubano como:

La alteración de la salud, patológicamente definida, generada por razón de la actividad laboral en trabajadores que en forma habitual se exponen a factores que producen enfermedades y que están presentes en el medio laboral o en determinados cargos y que es reconocida en la legislación vigente. (Asamblea Nacional del Poder Popular [ANPP], 2013, p. 473)

La prevención de este tipo de enfermedades implica el diseño e implementación de medidas sustentadas desde un enfoque interdisciplinario, a partir de la integración de criterios ocupacionales, higiénicos, epidemiológicos, clínicos, técnico-laboratoristas y legales (González et al., 2023). Las enfermedades profesionales en Cuba y el procedimiento para su prevención están previstos en la Resolución No. 283/2014, emitida por el Ministerio de Salud Pública (2014). En el apartado segundo, numeral 14 de la supra citada norma jurídica se registra la dermatosis como enfermedad profesional producida por agentes físicos, químicos y/o biológicos presentes en actividades laborales.

González et al. (2021), en sus consideraciones teóricas-metodológicas sobre la dimensión jurídica de la prevención de enfermedades profesionales en Cuba, presentan un marco legal, que mantiene plena vigencia. Entre las principales disposiciones jurídicas que lo integran, se encuentran las siguientes:

- Constitución de la República de Cuba, de fecha 19/4/19 (Artículo: 69).
- Ley No. 116, Código de Trabajo, de fecha 20/12/13 (Capítulo XI).
- Decreto No. 326; Reglamento del Código de Trabajo, de fecha 12/6/14 (Capítulo XI).
- Resolución No.283 Listado de enfermedades profesionales y el procedimiento para la prevención, análisis y control de las mismas en el sistema nacional, emitida por el Ministerio de Salud Pública con fecha 16/6/14.
- Resolución No. 284 Listado de actividades que requieren exámenes médicos preempleo y periódicos especializados, emitida por el Ministerio de Salud Pública, en fecha 16/6/14.

Otro elemento esencial, que constituye un nodo integrador del ordenamiento jurídico con el autocuidado de la piel en la formación del profesional, se expresa en las

dimensiones aportadas por González et al. (2021). A saber: 1) la dimensión de ordenamiento para develar los elementos previstos en el ordenamiento jurídico, que permiten organizar, programar y concebir en la práctica la prevención de enfermedades profesionales; 2) la dimensión de contenido que define los elementos del ordenamiento jurídico, que por su naturaleza se expresan en conocimientos, habilidades, valores y normas de relación; y 3) la dimensión instrumental o de medio de enseñanza, que favorece el empleo del ordenamiento jurídico, como instrumento, herramienta de trabajo o medio de enseñanza en las actividades de prevención.

Estas reflexiones permiten considerar la promoción del autocuidado de la piel en la formación de profesional de la Cultura Física, desde un enfoque holístico, con un alcance interdisciplinario, humanista, activo y transformador (enfoque IHAT). Se trata de un:

Posicionamiento teórico-metodológico de carácter interdisciplinario y antropocéntrico, que favorece la comprensión, elaboración e implementación efectivas de cada una de las etapas del proceso de prevención de enfermedades profesionales. Considera las necesidades reales o prospectivas del sujeto en la actividad de trabajo, sus capacidades para la introducción de transformaciones positivas y la responsabilidad individual en el autocuidado y la autogestión de salud. (González et al., 2022, p. 214-215)

Concluida la exposición de los referentes jurídicos, resulta factible la presentación de algunas valoraciones sobre el tratamiento curricular a la promoción del autocuidado de la piel en el Plan de estudio E de la carrera Licenciatura en Cultura Física (2016). El MES (2022) establece, que:

El plan de estudio de la carrera es la expresión formal y escrita que recoge el proyecto elaborado para la formación del profesional de perfil amplio que se desea formar, y constituye la guía obligatoria a seguir por parte de profesores y estudiantes para garantizar egresados con un desempeño eficaz y responsable en el ejercicio de la profesión. (p. 2)

En la exposición del Modelo de formación del profesional de la Cultura Física en el referido plan de estudio, se registra como objetivo 4, que el egresado de la Licenciatura Cultura Física debe:

Demostrar en su actuación diaria una cultura general, que evidencie la protección del medio ambiente con énfasis en las condiciones higiénicas sanitarias de las instalaciones deportivas y personales (...), el cuidado de su salud física, mental y

educación nutricional, que le permitan mantener un comportamiento responsable, en consecuencia con un desarrollo socioeconómico sostenible. (MES, 2016, p. 10)

Es evidente la orientación hacia el autocuidado en el objetivo anterior. No obstante, en el resto de los componentes que estructuran al modelo de formación, como los elementos del contenido: sistema de conocimientos, sistema de habilidades, sistema de valores y normas de relación con el mundo y la actividad creadora, no se definen aspectos vinculados al autocuidado. Tampoco se ofrecen orientaciones metodológicas generales para la dirección del proceso de enseñanza- aprendizaje o el desarrollo de relaciones interdisciplinarias.

La presentación del sistema de habilidades básicas y específicas, vinculadas al saber, saber hacer y saber ser, incluye entre otras: “Instrumentar y ejecutar el cuidado y mantenimiento de instalaciones y medios deportivos” (MES, 2016, p. 8). Pero no se declaran habilidades vinculadas al “saber cuidarse”, debiéndose registrar entre otras habilidades: implementar medidas para el autocuidado de la salud en el trabajo, identificar factores de riesgo laboral que afecten la salud del profesional, y ejecutar autoexámenes simples de laringe, piel y otros órganos expuestos a factores de riesgo laboral.

Sobre el sistema de valores en particular debe precisarse, que si bien se identifican algunos valores asociados al tema como la laboriosidad, el humanismo, la responsabilidad y la legalidad, no se identifica el autocuidado de la salud como un valor del profesional. Aunque resulte indudable la significación social positiva, atribuida al autocuidado de la salud para satisfacer las necesidades y demandas del ejercicio profesional, en los egresados de la Licenciatura Cultura Física.

En las orientaciones para la implementación de la estrategia curricular de formación medioambiental en la Disciplina Psicopedagogía de la Actividad Física, se indica de manera pertinente considerar en las condiciones de trabajo, determinados aspectos como: “la temperatura, la humedad, los horarios de clase en condiciones de sol, aire libre y a veces bajo lluvia” (MES, 2016, p. 90). Sin embargo, no se declaran recursos para el autocuidado, tampoco orientaciones para su tratamiento metodológico en el proceso de enseñanza- aprendizaje. Por su parte, las orientaciones para la implementación de la estrategia curricular de formación jurídica, tampoco prevé vías y nodos para el tratamiento interdisciplinario al marco legal para el autocuidado de la salud en sentido general y de la piel en particular.

Las problemáticas existentes conllevan, mediante la reflexión creadora, a la

búsqueda de vías y procedimientos para la introducción de mejoras en la práctica educativa. En ese sentido debe tenerse en cuenta, que el trabajo metodológico garantiza de manera sostenible la optimización del proceso educativo. Entre sus tipos fundamentales se encuentran los siguientes: reunión docente metodológica, clase metodológica, clase abierta, clase de comprobación y el taller docente metodológico (MES, 2022). Para ello, es preciso incorporar a los profesores de mayor experiencia a la conducción de las actividades metodológicas, dirigidas a la promoción del autocuidado de la piel en la formación del profesional.

Entre las líneas fundamentales de trabajo metodológico debe incluirse, en opinión de los autores de este artículo, la integración de las estrategias curriculares de formación medioambiental y formación jurídica a la clase, como núcleo del proceso de enseñanza-aprendizaje. Tal integración estaría dirigida hacia la promoción del autocuidado de la piel en la formación del profesional desde un enfoque IHAT. De ahí, la necesidad de concebir la labor educativa, a partir de los nodos interdisciplinarios vinculados al autocuidado de la piel en ambientes laborales.

Se precisa, que los nodos interdisciplinarios, constituyen pivotes o ejes de articulación, que generan la integración lógica y ordenada de las diferentes disciplinas científicas, para la solución de los problemas complejos del conocimiento y/o el desempeño profesional. Las disposiciones jurídicas, en cualquiera de sus dimensiones, ya sea ordenadora, de contenido o instrumental, se constituyen en nodos interdisciplinarios para la promoción del autocuidado de la piel. Nótese cómo su tratamiento metodológico, sintetiza conocimientos, habilidades y valores, vinculados al Derecho Constitucional, al Derecho Médico y al Derecho del Trabajo y la Seguridad Social. Porque tanto los aspectos ocupacionales, ergonómicos, higiénicos, epidemiológicos, como los organizativos y disciplinarios, vinculados al autocuidado de la piel, son objeto de regulación jurídica. (González et al., 2021)

Un ejemplo de cómo se integra el autocuidado de la piel al contenido de la clase, en el Plan de estudio E de la carrera Licenciatura en Cultura Física, se evidencia en la Disciplina Fundamentos Biológicos de la Actividad Física, específicamente en la asignatura Fisiología del Ejercicio Físico, que se imparte en el segundo semestre de primer año. El Tema II: Sistemas vegetativos y actividad física, que trata entre sus temáticas la termorregulación en el ejercicio físico, ofrece amplias potencialidades para la promoción del autocuidado de la piel, mediante la integración de la estrategia curricular de formación

medioambiental. Aquí resulta aconsejable tratar medidas de fotoprotección para el autocuidado de la piel, vinculadas a la hidratación, vestuario, temperatura ambiental, ventilación, infraestructura de las instalaciones deportivas, exposición a rayos ultravioletas, adecuación de horarios y jornadas docentes al aire libre, entre otras.

La promoción del autocuidado de la piel en la formación del profesional de la Cultura Física se optimiza, además, sobre la base de la autopreparación del docente y transita por el trabajo metodológico en el colectivo de carrera, el colectivo de año académico, el colectivo de disciplina o interdisciplinarios en los casos necesarios y el colectivo de asignatura. Respecto a las orientaciones metodológicas para la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje, es necesario considerar también dos ideas rectoras, que sustentan el modelo de formación del profesional de la educación superior:

- ▶ La unidad entre la educación y la instrucción, como pilar de la formación integral, que reconoce la necesidad de educar al hombre a la vez que se instruye; y
- ▶ el vínculo del estudio con el trabajo, que prevé desde una proyección curricular el dominio del modo de actuación profesional en relación directa con la actividad laboral. (MES, 2022)

Ciertamente la promoción del autocuidado de la piel en la formación del profesional de la Cultura Física, no se concibe desligada de los escenarios reales asociados a la actividad laboral en la escuela o combinado deportivo como concreciones del eslabón de base de la profesión. Denominación empleada para referirse al puesto de trabajo, donde se manifiestan los problemas más generales y frecuentes inherentes al objeto de la profesión (MES, 2016). Precisamente en esos ambientes laborales es donde adquiere significación para el futuro profesional, el autocuidado de la piel; porque es ahí donde se identifican los factores de riesgo, se generan las soluciones para su control y se implementan las medidas de autocuidado.

Otra vía para favorecer la introducción de mejoras en la práctica educativa del autocuidado de la piel, se expresa en el trabajo científico-metodológico, como modalidad orientada hacia el desarrollo planificado de investigaciones e innovaciones, que potencian el desempeño profesional pedagógico en el campo de la Didáctica. Sus tipos fundamentales son el trabajo científico-metodológico del profesor y de los colectivos metodológicos, la reunión científico-metodológica, el taller científico-metodológico, el seminario científico-metodológico y la conferencia científico-metodológica. (MES, 2022)

Los resultados de la validación sistemática de la práctica educativa revelan además, según la experiencia de los autores del presente trabajo, las líneas de investigación e innovación vinculadas al tema. Entre ellas, se destacan la elaboración de medios de enseñanza para la promoción del autocuidado, el diseño e implementación de recursos educativos y el empleo de entornos virtuales para el tratamiento metodológico al autocuidado de la piel en la clase.

La educación de posgrado a partir del acceso a cualquiera de las formas organizativas previstas por el MES (2019) en sus dos vertientes fundamentales: 1) la superación profesional y 2) la formación académica de posgrado, constituye también, una vía esencial para atender a las necesidades pedagógicas del docente asociadas a la actualización del conocimiento y la optimización del desempeño profesional, para la promoción del autocuidado de la piel en la formación del profesional de la Cultura Física.

Conclusiones

La promoción del autocuidado de la piel en la formación del profesional de la Cultura Física, constituye un tema pertinente que se corresponde, según la revisión documental realizada, con los preceptos normativos previstos en el ordenamiento jurídico cubano y con las tendencias actuales, en materia de seguridad y salud en el trabajo. Se revelaron también, criterios valorativos sobre el Plan de Estudio E de la carrera Licenciatura en Cultura Física, con énfasis en sus potencialidades y carencias metodológicas para la proyección de las estrategias curriculares, asociadas a la promoción del autocuidado de la piel desde un enfoque IHAT. Además, se realizaron propuestas para la optimización de la superación y la preparación del docente, como vías para la introducción sostenible de mejoras en la práctica educativa.

Referencias bibliográficas

- Alonso Belmonte, C., Montero Vilchez, T., Arias Santiago, S. y Buendía Eisman, A. (2022). Situación actual de la prevención del cáncer de piel: una revisión sistemática. *Actas Dermo- Sifiligráficas*, 113(8), 781-791. <https://doi.org/10.1016/j.ad.2022.04.015>
- Asamblea Nacional del Poder Popular. (2013). Ley No. 116 Código de Trabajo de fecha 20 de diciembre de 2013. *Gaceta Oficial de la República de Cuba, GO (29)*. <https://www.gacetaoficial.gob.cu/es/ley-no-116-codigo-de-trabajo>
- Barajas Pineda, L. T., Moncada Jiménez, J., Flores Moreno, P. J., Salazar Ciria, M., Chávez López, C. A. (2022). Exposición solar y conocimiento sobre el cuidado de la piel de los educadores físicos. *Actualidad Médica*, 107(816), 77-83.

<https://doi.org/10.15568/am.2022.816.or01>

- Berrío García, N., y Vieco Gómez, G. F. (2021). El autocuidado, entre la prevención y la promoción de la salud en el trabajo. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 22 (Supl), 69-76. <https://revsaludtrabajo.sld.cu/index.php/revsyt/article/view/277>
- Castillo Zambrano, D. A. (2024). La radiación solar un riesgo presente en las clases de Educación Física a campo abierto. *Dominio de las Ciencias*, 10(1), 541-574. <https://doi.org/10.23857/dc.v10i1.3731>
- González Betancourt, E., García Baró, Y., y Jiménez Sánchez, L. (2021). Consideraciones teórico-metodológicas para el tratamiento al contenido jurídico en la prevención de enfermedades profesionales. *Humanidades Médicas*, 21(1), 92-108. <http://humanidadesmedicas.sld.cu/index.php/hm/article/view/1804>
- González Betancourt, E., García Baró, Y., y Jiménez Sánchez, L. (2023). Interdisciplinariedad y prevención de enfermedades profesionales en el desempeño profesional pedagógico de posgrado. *Revista EDUMECENTRO*, 15 (1), 101-117. <https://www.edumecentro.sld.cu/index.php/edumc/article/view/e2472>
- González Betancourt, E. García Baró, Y., Jiménez Sánchez, L., y García Dihigo, J. A. (2022). Prevención de enfermedades profesionales y desarrollo sostenible: hacia un enfoque interdisciplinario, humanista, activo y transformador. *Revista Cooperativismo y Desarrollo COODES*, 10(1), 203-226. <https://coodes.upr.edu.cu/index.php/coodes/article/view/497>
- Maestre Cabrales, D. (2023). Intervención educativa para la prevención de lesiones deportivas. *Revista Cubana de Ortopedia y Traumatología*, 37(4):e657. <https://revortopedia.sld.cu/index.php/revortopedia/article/view/657>
- Meras Jáuregui, R. M, y Rodríguez Carvajal G. (2021). Algunas consideraciones sobre la promoción de salud. *Medicent Electrón*, 25 (4), 658- 669. <https://medicentro.sld.cu/index.php/medicentro/article/view/3146>
- Merced Len, S., Coll Costa, J., y Velázquez Cintra, A. (2022). Formación de hábitos y estilos de vida saludables en estudiantes universitarios: una estrategia de intervención. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(2), 740-757. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1230>
- Ministerio de Educación Superior (2016). Plan de estudio E de la carrera Licenciatura en Cultura Física, MES. <http://200.14.49.130/Informaciones/CPE-A/2%20A%C3%910/M%20LA%INVESTIGACI%C3%93N/TEMA%201%20MI/TEMA%20I%20BI>

[BIOGRAF5C3%8DA/Plan%20E%20-%20Cultura%20Fisica.pdf](#)

- Ministerio de Educación Superior (2019). Resolución No. 140 de 18 de julio de 2019, Reglamento de la Educación de Posgrado de la República de Cuba. *Gaceta Oficial de la República de Cuba, GO (65)*. <http://www.gacetaoficial.gob.cu/es/resolucion-140-de-2019-de-ministerio-de-educacion-superior>
- Ministerio de Educación Superior. (2022). Resolución No. 47 de 27 de mayo de 2022, Reglamento organizativo del proceso docente y de dirección del trabajo docente y metodológico para las carreras universitarias. *Gaceta Oficial de la República de Cuba, GO (129)*. <http://www.gacetaoficial.gob.cu/es/resolucion-147-de-2022-de-ministerio-de-educacion-superior>
- Ministerio de Salud Pública. (2014). Resolución No.283/2014. Listado de enfermedades profesionales y el procedimiento para la prevención, análisis y control de las mismas en el sistema nacional. *Gaceta Oficial de la República de Cuba, GO (29)*. <https://www.gacetaoficial.gob.cu/es/enfermedades-profesionales>
- Organización Mundial de la Salud (Ed). (2023). *Trabajar bajo el sol causa una de cada tres muertes por cáncer de piel no melanomatoso, según la OMS y la OIT*. <https://www.who.int/es/news/item/08-11-2023-whorking-under-the-sun-causes-1-in-3-deaths-from-non-melanoma-skin-cancer-say-who-and-ilo>
- Robaina Aguirre, C., Lima Sarmientos, L., Tadeo Oropeza, I., y Ávila Roque, I. (2020). La prevención de riesgos laborales en la formación de los profesionales de la salud cubana. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 21(2), 55-59. <http://www.revsaludtrabajo.sld.cu/index.php/revsyt/article/view/133>
- Rodríguez Doce, D. M., Guillén Prieto, S., Rodríguez Maden, A. L., Doce Castillo, B. L., y Socarrás Giró, Y. (2023). La prevención de enfermedades profesionales que afectan al profesor de Educación Física. *DeporVida. Revista científica especializada en Ciencias de la Cultura Física y del Deporte*, 20(1), 121-139. <https://deporvida.uho.edu.cu/index.php/deporvida/article/view/894>
- Sirera Rus, M. P., Ipiens Serrate, J. R., Ferrer Gracia, E., Teruel Melero, P., Gállego Diéguez, J., y Gilaberte García, Y. (2020). Efectividad del programa SolSano en los hábitos, conocimientos y actitudes en materia de fotoprotección de los universitarios. *Actas Dermo-Sifiliográficas*, 111(5), 381–389. <https://doi.org/10.1016/j.ad.2019.08.002>
- Socarrás Giró, Y., Rodríguez Maden, A. L., Paz González, A., y Leyva Hernández, E. R. (2024). El autocuidado de la salud en las instituciones educativas. *Revista de*

Promoción del autocuidado de la piel en la formación del profesional de la Cultura Física / Promotion of the self-care of the skin in the formation of the professional of the Physical Culture/ Promoção do ego ao cuidado da pele na formação do profissional da cultura física

Innovación Social y Desarrollo, 9 (2), 101-113.

<https://revista.ismm.edu.cu/index.php/indes/article/view/2658>

Valdivia Montoya, P. N. (2021). *Conocimiento, actitudes y comportamiento acerca de la fotoprotección contra los efectos de la radiación solar de los estudiantes de una universidad peruana – 2021* [Tesis, Universidad Privada San Juan Bautista].

<https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/3173>

Vera Navarro, L. (2022). Actualización en fotoprotección. *Revista Cuadernos del Hospital de Clínicas*, 63 (1), 64-75.

<http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S1652-7762022000100010&script=sci-abstract&lng=es>

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

Declaración de contribución de autoría:

Evelyn González Betancourt: conceptualización, investigación, metodología, administración del proyecto, validación, redacción de original y edición.

Yasser García Baró: investigación, curación de datos, análisis formal, supervisión, redacción y edición.