

SALUD Y BIENESTAR DE LA COMUNIDAD DELVALLERIANA

1. Opciones de alimentos saludables y accesibles en el Campus

La Universidad del Valle de Guatemala apoya el bienestar de su comunidad ofreciendo opciones de alimentación saludables y accesibles dentro del campus. La universidad cuenta con cafeterías internas accesibles para estudiantes, docentes y personal administrativo, las cuales ofrecen menús que incluyen alternativas nutritivas, caseras y equilibradas.

Estas cafeterías sirven una variedad de comidas que incorporan frutas frescas, verduras, proteínas magras y preparaciones bajas en grasa, atendiendo diferentes necesidades nutricionales y fomentando hábitos alimenticios más saludables. Los precios se mantienen accesibles para garantizar que todos los miembros de la comunidad universitaria tengan acceso a opciones de alimentación de calidad sin barreras económicas.

A través de estos esfuerzos, la UVG integra la nutrición saludable en su estrategia de bienestar, asegurando que los espacios de alimentación del campus contribuyan a la salud integral y a la calidad de vida de su comunidad.



2. Servicios de atención en salud, promoción de la actividad física y programas de educación e información

La Universidad del Valle de Guatemala promueve el bienestar de su comunidad a través de servicios de atención en salud y programas de prevención. En el campus, existe una clínica médica, seis estaciones de emergencia y brigadas capacitadas que brindan respuesta inmediata ante incidentes y necesidades básicas de salud para estudiantes, docentes y personal administrativo.

La universidad también implementa programas de educación e información en salud, como campañas médicas, jornadas de vacunación y actividades de concientización para fomentar hábitos saludables. Estas iniciativas fortalecen una cultura de prevención y contribuyen al desarrollo integral de la comunidad universitaria.

La promoción de la actividad física es otro elemento clave de esta estrategia. La UVG ofrece más de 10 clubes estudiantiles interuniversitarios en deportes, artes y disciplinas culturales, coordinados por el College Universitario, que fomentan el ejercicio regular, el trabajo en equipo y la integración.

En 2025, la UVG lanzó su primer club de corredores, con 80 colaboradores que entrenan semanalmente. Esta iniciativa refuerza el compromiso de la institución con la salud física, el bienestar y la promoción de estilos de vida activos y sostenibles.

Visite:

- a) [Arte, Cultura y Deportes - UVG](#)
- b) [En UVG contamos con estaciones de emergencia para atender a la comunidad | Actualidad UVG](#)
- c) [Nutri-Activa - UVG](#)

3. Servicios de salud sexual y reproductiva

La Universidad del Valle de Guatemala promueve la prevención de riesgos en la salud sexual, con un énfasis particular en la educación y concientización sobre el VIH.

La universidad organiza campañas de salud y jornadas de sensibilización que brindan acceso a materiales educativos, asesoría especializada y servicios de pruebas voluntarias y confidenciales, en colaboración con profesionales de la salud y organizaciones aliadas. Estas iniciativas buscan no solo proporcionar información científica actualizada, sino también reducir el estigma y fomentar prácticas seguras y responsables entre estudiantes, docentes y personal administrativo.

Además, la UVG realiza talleres y charlas de sensibilización enfocadas en el autocuidado, la prevención y la toma de decisiones informadas. Estas actividades refuerzan el respeto, la inclusión y la importancia de crear un entorno universitario seguro.

A través de estos esfuerzos, la UVG reafirma su compromiso con el bienestar integral de su comunidad, garantizando el acceso a recursos confiables y oportunidades para tomar decisiones informadas que promuevan vidas más saludables y seguras.

Visite:

- a) [UVG motiva la prevención con charlas de educación sexual como parte de la Mesa Interuniversitaria de ITS y VIH | Actualidad UVG](#)
- b) [VIH Archives | Actualidad UVG](#)

4. Servicios de apoyo en salud mental

La Universidad del Valle de Guatemala reconoce la salud mental como un componente clave del bienestar integral. Por esta razón, ofrece servicios de apoyo psicológico y consejería para estudiantes, docentes y personal administrativo, atendiendo necesidades como el estrés, la ansiedad, la adaptación académica y otros desafíos emocionales.

A través de la Oficina de Bienestar Estudiantil se atienden las necesidades enfocadas a “Estudiantes” y el Departamento de Experiencia al Colaborador junto con CIPA y proveedores Externos se atienden las necesidades enfocadas a “Colaboradores”, esto con el objetivo de salvaguardar la confidencialidad y la ética en cada uno de los casos haciendo la segmentación de grupos objetivos. La universidad brinda atención psicológica individual y sesiones de apoyo grupal, así como talleres sobre manejo del estrés y actividades preventivas que fomentan el autocuidado y el equilibrio entre la vida académica, profesional y personal.

La UVG también desarrolla programas de concientización sobre salud mental, que incluyen charlas, capacitaciones y campañas diseñadas para reducir el estigma y promover una cultura de empatía y apoyo mutuo. Estas iniciativas fortalecen la resiliencia y contribuyen a la construcción de un entorno más seguro e inclusivo.

Con estos esfuerzos, la UVG reafirma su compromiso con el bienestar integral de su comunidad, reconociendo que la salud mental es esencial para el éxito académico, la productividad laboral y el desarrollo personal.

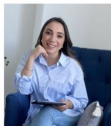
Visite:

- a) [Unidad de Bienestar - UVG](#) (Atención a estudiantes)
- b) [Protocolo de intervención de riesgo: salud mental](#) (Atención a estudiantes)
- c) [Centro Integral de Psicología Aplicada - UVG](#) (Atención a colaboradores)
- d) Información de proveedores externos de Salud Mental (Atención a colaboradores):

CONTACTOS DE PROVEEDORES EXTERNOS

Mariamarta Palomo
Psicóloga Clínica

Instagram: @mariamartapalomo
Email: mmpalomo@gmail.com
Dirección: 19 Avenida 11-88 zona 15 Vista Hermosa III Timbre F
Contacto: 3721-3349



Mariamarta Palomo



Teléfono: 2219-1541
Celular: 5731-4879

Dirección: Diagonal 6, 12-42 zona 10 Oficina 401 Torre 1 Edificio Design Center

Horario de atención: Lunes a viernes 7am-6pm y sábado de 8am a 12pm



Guisela González

Mónica Urrutia



Marcotta Santamaría

Stephanie Wilhelm



Soledad Rodríguez



Mariamarta Palomo
Psicóloga Clínica

26 de septiembre de 2025

A quien corresponda:

Por este medio hago constar que, en mi calidad de psicóloga clínica externa, he sido contratada por la Universidad del Valle de Guatemala como parte del programa de beneficio de apoyo psicológico brindado a los colaboradores de la institución.

Este beneficio otorga a cada colaborador hasta seis (6) sesiones psicológicas anuales, con el fin de promover su bienestar emocional, prevenir dificultades mayores y contribuir a su estabilidad psicológica.

Hasta la fecha, 85 colaboradores han hecho uso de este recurso, evidenciando el compromiso de la Universidad del Valle de Guatemala con el cuidado integral de su personal y la importancia otorgada a la salud mental dentro del ámbito laboral.

Extiendo la presente a solicitud de la parte interesada, para los fines que estime convenientes.

Atentamente,


Mariamarta Palomo
Psicóloga Clínica



A QUIEN INTERESE:

Reciban un cordial saludo por parte del Centro de Psicología Think. Por este medio hacemos constar que se han proporcionado terapias psicológicas a los colaboradores de la Universidad del Valle de Guatemala desde el mes de Julio del año dos mil veinticuatro; al mismo tiempo queremos reiterar nuestro compromiso de continuar apoyando con dichas terapias en el momento que así lo requieren. La Universidad del Valle de Guatemala valora el convenio con el Centro de Psicología Think con el objetivo de velar por el bienestar psicológico y la salud integral de sus colaboradores.

Agradecemos la confianza depositada en el equipo de terapeutas de Think, y para los usos que convengan, se extiende la presente constancia a los veintiseis días del mes de Septiembre del año dos mil veinticinco.

Atentamente,

S. Wilhelm.

Stephanie Wilhelm Maza
Psicóloga Clínica
Colegiada 10374
Coordinadora de Proyecto
Capa Think, S.A.


CENTRO DE PSICOLOGIA Y PSICOLOGIA
CAPA THINK, S.A.
Diagonal 6, 12-42 zona 10 oficina 401
Edificio Design Center Torre 1, Guatemala
Tel: (02) 22191541 - 22618809