



VISTO: El Expte. N.º 004/21, mediante la cual se eleva para su tratamiento el Curso de Posgrado “Promotores de salud con orientación en nutrición y actividad física en el ámbito escolar 2021” y;

CONSIDERANDO:

Que, dicha actividad cuenta con el aval del Secretario de Posgrado de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional del Comahue;

Que, el proyecto presentado cumple con las pautas establecidas en la Ordenanza de la UNCo N° 510/11 (*Reglamento de Actividades de Postgrado*) y en la Resolución de la FaCiMed N° 07/15 (*Reglamento de Cursos de Postgrado de la FACIMed*);

Que, tendrá una carga horaria de 120 horas reloj;

Que, cuenta con despacho favorable de la Comisión de Investigación, Extensión y Postgrado;

Que, en la Sesión Ordinaria de fecha 3 de marzo de 2021, el Consejo Directivo aprobó por unanimidad el Despacho de la Comisión;

Que, es necesario emitir el correspondiente acto resolutivo.

Por ello:

**EL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE, RESUELVE:**

ARTICULO 1º: Aprobar el dictado del Curso de Posgrado “Promotores de salud con orientación en nutrición y actividad física en el ámbito escolar 2021”, de acuerdo al Anexo Único que forma parte de la presente resolución.

ARTICULO 2º: Designar como Directores del curso al Lic. Samuel García y Mg. Lic. Mauro Santander.

ARTÍCULO 3º: Registrar, comunicar y archivar.-



Universidad Nacional del Comahue
Facultad de Ciencias Médicas

Proyecto

Curso de Posgrado:

**Promotores de Salud con orientación en nutrición y actividad física en el
ámbito Escolar**

2021- 2da Cohorte

Autores: Lic. Samuel García – Mg. Lic. Mauro Santander

Director Propuesto: Lic. Samuel García – Mg. Lic. Mauro Santander

Neuquén, 6 de mayo de 2021

Contacto: 0299-155495907

maurosantander@hotmail.com

Primera parte: Presentación del curso

a) Fundamentación:

Las enfermedades cardiovasculares (ECV) son la principal causa de la mortalidad global.¹ Los eventos de ECV ocurren frecuentemente durante o después de la quinta década de la vida; sin embargo, hay evidencia que indica que los precursores de las ECV tienen su origen en la infancia y adolescencia.^{2 3} Tal es así, que los factores de riesgo adversos de ECV durante la infancia parecen seguir (continuar, seguir) hasta la edad adulta. El estilo de vida y el contexto influyen sobre la salud y sobre los factores de riesgos. Por ello son necesario actividades que ayuden a definir nuestro estilo de vida y a optimizar nuestro entorno hacia una vida saludable.

La promoción de la salud se define como actividades que intentan fomentar la salud de los individuos y colectividades, promoviendo la adopción de estilos de vida saludables, mediante intervenciones de educación sanitaria a través de medios de comunicación de masas, en las escuelas y en atención primaria. Así para toda la comunidad que no tienen los recurso. Resulta importante la intervención en la modificación los factores de riesgo incluyendo cambios en la dieta, prescripción de ejercicio y otros.

El derecho a la salud y a la alimentación están estrechamente vinculados y son considerados derechos esenciales sin los cuales no se puede alcanzar un nivel de vida digno. En nuestro país, según la FAO,¹ el 32% de la población se encuentra en una situación de inseguridad alimentaria moderada o grave que empeoró de forma alarmante en los últimos años. En este contexto, conviven en Argentina distintos problemas de malnutrición. Por un lado, la malnutrición por déficit: como la desnutrición aguda, la baja talla o retraso del crecimiento y la malnutrición por déficit de nutrientes como la anemia. Y, por otro lado, el exceso de peso (sobrepeso y la obesidad) que es el problema de malnutrición que afecta a mayor cantidad de personas en todas las edades. Según la última Encuesta Nacional de Nutrición y

Salud (2019) se evidencia que: en menores de 5 años la proporción de bajo peso y emaciación fue de 1,7% y 1,6% respectivamente, la de baja talla fue de 7,9%, con diferencia significativas por nivel de ingreso (primer quintil 11,5% vs. quinto quintil 4%) y la proporción de sobrepeso fue del 10% y de obesidad de 3,6%. En niñas, niños y adolescentes de 5 a 17 años la proporción de delgadez fue de 1,4%, de baja talla a nivel nacional fue de 3,7%, con diferencias significativas por nivel de ingreso (primer quintil 3,8% vs. quinto quintil 1,3%) y de sobrepeso y obesidad fue del 20,7% y 20,4% respectivamente. Por ende, el exceso de peso estuvo presente en el 41,1% de la población de 5 a 17 años. En población adulta la prevalencia de exceso de peso fue del 67,9%. Esto ratifica las cifras obtenidas en la 4ta Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR 2018) en Argentina que indican que la prevalencia de sobrepeso y la obesidad en población adulta de 18 años y más, ha venido aumentando dramáticamente alcanzando un 36,3% y 25,3% respectivamente. Esta problemática atraviesa a todo el entramado social afectando especialmente a los grupos en situación de mayor vulnerabilidad. A su vez la malnutrición condiciona la aparición de enfermedades transmisibles y no transmisibles como la diabetes, enfermedades cardiovasculares, accidentes cerebrovasculares y diversos tipos de cánceres. Las causas de los problemas de malnutrición son complejas y responden a un conjunto de factores sociales, económicos, ambientales y demográficos que determinan las prácticas alimentarias de la población. Es en este sentido, que la escuela y los/as docentes, en tanto actores sociales claves, se transforman en aliados/as para la educación alimentaria nutricional en el entorno escolar.

Por otro lado, en lo vinculado a la actividad física, el sedentarismo es el factor de riesgo más importante en la actualidad, y es el principal causante de la tasa de mortalidad temprana (muertes por debajo de los 50 años de edad). Según datos del 2009 de la Organización Mundial de la Salud, el 60% de la población mundial, es sedentaria. Según Blair, la inactividad física es uno de los problemas más serios para la salud del siglo XXI. La misma es considerada un factor de riesgo independiente para las enfermedades crónicas y en general se estima que causa 1,9 millones de muertes a nivel mundial. En Argentina, un estudio realizado por Ferrante y cols (n= 41.392), reportó que el 46,2% de la población tiene un nivel bajo

de actividad física y no realiza el mínimo de actividad física necesaria para mantener y preservar la salud propuesto por el ACSM (Colegio Americano de Medicina del Deporte). Los factores de riesgo más importantes para las enfermedades crónicas incluyen: hipertensión, colesterol elevado, consumo inadecuado de frutas y verduras, el sobrepeso y la obesidad, la inactividad física y el uso del tabaco. Estos factores de riesgo son responsables por el 80% de las muertes por enfermedades cardiovasculares y de ataques fulminantes. Sin embargo la mayoría de estos factores pueden ser modificados por las personas mediante un cambio en el estilo de vida como por ejemplo comenzar con un plan de actividad física adecuado y una alimentación saludable teniendo en cuenta la cantidad y la calidad de los alimentos. La actividad física, en especial la de intensidad vigorosa, disminuye significativamente el riesgo de mortalidad. También poseer moderados a altos niveles de aptitud física cardiorrespiratoria, disminuye la morbilidad y la mortalidad por todas las causas, por enfermedades cardiovasculares y cáncer. Estudios epidemiológicos más recientes han demostrado que los sujetos que tienen moderados a altos niveles de fuerza muscular poseen significativamente menores índices de mortalidad por todas las causas y por cáncer. Además, tanto un elevado nivel de aptitud física cardiorrespiratoria, como altos niveles de fuerza muscular parecen tener un efecto protector para aquellas personas que tienen sobrepeso, obesidad abdominal y elevados porcentajes de grasa corporal. Existe evidencia científica que demuestra que la aptitud física es un factor poderoso, más que la actividad física, para disminuir la morbilidad y la mortalidad. Esta evidencia sostiene que bajos niveles de aptitud física son un factor de riesgo para varias enfermedades crónicas no transmisibles. Además, la aptitud física (un atributo) puede ser medida más objetivamente que la actividad física (un comportamiento).

La actividad física puede preservar y mejorar la salud, ayuda a los individuos a evitar enfermedades cardiovasculares, diabetes, obesidad, cáncer de colon y de mama; pero también es efectiva en la prevención secundaria, cuando la enfermedad ya está establecida. Por esta razón los estudiantes o profesionales relacionados con la actividad física y la salud deberían servir como modelos en la práctica regular de ejercicio físico para la obtención de una buena aptitud física. Además, docentes,

efectores de salud, tienen un rol fundamental en la promoción de la actividad física de las personas (Secchi J. 2010).

Por lo tanto el propósito central de este curso es, desde el entorno escolar, instalar prácticas alimentarias y de actividad física saludables y promover la capacidad de reflexión y acción preventiva frente a las distintas formas de malnutrición y sedentarismo. Los conocimientos y herramientas adquiridas en el curso pueden aplicarse directamente en el aula y en el entorno escolar, lo cual permitirá impulsar un cambio de prácticas alimentarias y actividad física en niños y adolescentes que mejorarán el estado de salud actual y futuro. Los contenidos seleccionados permiten comprender el alcance de la problemática y el impacto en la salud de los/as niños y adolescentes. La significatividad está dada por la facilidad de transferencia al ámbito personal, al aula y a la comunidad educativa.

Los objetivos que proponemos, son sumamente importantes para que el asistente adquiera lo siguiente:

- a. En lo **Actitudinal**: Que genere la necesidad de actuar en lo profesional conforme a un sustento científico.
- b. En lo **Conceptual**: Que adquiera e incorpore elementos teóricos que lo guíen y le permitan fundamentar su desempeño laboral en el ámbito escolar y no formal
- c. En lo **Procedimental**: Que domine técnicas adecuadas de valoración, análisis y prescripción del ejercicio.

Por último, el sistema Escolar resulta un Eslabón importante en la Promoción de la salud. Además, es importante, resaltar, en gran parte de nuestro país, no existen especializaciones en esta área específica (Especialización, en Promoción de la salud orientado a la nutrición y actividad física en el ámbito escolar).

También se espera, que al ser el único Pos-título con esta especialización, nos visiten docentes de provincias vecinas, para su inscripción.

b) Carácter del curso:

Formativo

c) Objetivo general:

Al término de este curso los docentes y efectores de salud serán capaces de:

- Promover la alimentación saludable y la actividad física como derecho de los niños y adolescentes

herramientas adecuadas en el entorno escolar.

d) Objetivos específicos:

- Alcanzar una sólida formación humanística y al dominio de los marcos conceptuales, interpretativos y valorativos para el análisis y comprensión de los determinantes sociales de la salud y a la formación del juicio profesional para la actuación en contextos socio-educacionales y culturales diferentes.
- Apropiarse de herramientas para el análisis de situación, en prácticas docentes o de formación, en nutrición y actividad Física contrastando los paradigmas teóricos referenciales con las situaciones reales.
- Apropiarse de conocimientos y estrategias para la elaboración de Proyectos de intervención en Promoción de salud con orientación en nutrición y/o la actividad física en entornos escolares para comprender y transformar la realidad socioeducativa en su ámbito de desempeño.

e) Contenidos mínimos:

El Curso está dividido en 7 unidades temáticas, divididas en 12 encuentros cuyos contenidos mínimos se nombran a continuación:

- La alimentación como derecho y la situación epidemiológica actual en Argentina.
- Beneficios para la salud de actividad física en niños y adolescentes.
Sedentarismo: una problemática actual.
- Determinantes socioeconómicos y culturales de la alimentación y la actividad física. Situación de pandemia.

- Alimentación saludable y actividad física y su relación con el crecimiento y maduración.
- Soberanía Alimentaria y Sistemas Alimentarios Sostenibles. Alimentación saludable en el entorno escolar
- Diagnóstico e intervención para condición física y salud en diferentes grupos etarios en el ámbito escolar y no formal.

Descripción de Unidades Curriculares

Unidad 1: Definiciones de salud-enfermedad. Concepto de salud. Multicausalidad vinculada a la cultura, estilo de vida y medio ambiente. Modelo bio-psico-social. Determinantes sociales en salud. Elementos del Derecho: disponibilidad, accesibilidad, aceptabilidad, calidad. Equidad e inequidad en salud. Su relación con los Determinantes Sociales en salud. Epidemiología de enfermedades crónicas no transmisibles.

Unidad 2:

La alimentación como derecho y la situación epidemiológica actual en Argentina. El Derecho a la salud, a la alimentación adecuada y al agua. Los problemas de malnutrición y el consumo de alimentos en Argentina.

Unidad 3:

Beneficios para la salud de actividad física en niños y adolescentes. Sedentarismo: una problemática actual. Conceptos básicos de salud, Promoción de la salud, Sedentarismo vs. . Actividad física. Influencia del ejercicio, sobre los patrones de vida. Definición de aptitud física, ejercicio físico, dosis-carga. Componentes de la aptitud física. Componentes funcionales: fuerza, VO₂máx y flexibilidad. Epidemiología actividad física. Plan de acción mundial de la OMS sobre actividad física 2018-2030: Más personas activas para un mundo más sano.

Unidad 4:

Determinantes socioeconómicos y culturales de la alimentación y la actividad física. Situación de pandemia. Dimensiones de la alimentación: aspectos sociales, económicos, religiosos, políticos, culturales, vinculares. La publicidad y el consumo de alimentos. Contexto socioeconómico y su incidencia en la accesibilidad y adherencia a la actividad física. Actividad física y género. Análisis de situación de pandemia y pos pandemia y su relación con la adherencia a la actividad física en los diferentes grupos etarios.

Unidad 5:

Alimentación saludable y actividad física y su relación con el crecimiento y maduración. Guías Alimentarias: su implementación y su uso como herramienta didáctica. Planificación de una alimentación saludable. Herramientas para mejorar la alimentación en contextos de vulnerabilidad social. Aspectos relevantes e importancia de la práctica de actividad física a lo largo de la vida. Formación multilateral en las primeras etapas de la vida. La práctica del deporte en relación a la salud en la niñez y adolescencia. Actividad física en edad adulta y adultos mayores.

Unidad 6:

Soberanía Alimentaria y Sistemas Alimentarios Sostenibles. Alimentación saludable en el entorno escolar. Entornos escolares y alimentación. Comedores, cantinas y buffetes saludables: Criterios nutricionales en la alimentación escolar. Comensalidad y hábitos. Venta de alimentos y bebidas al interior de los establecimientos educativos (kioscos escolares). Disponibilidad de Agua segura. Escuelas amigas de la lactancia materna. Publicidad, promoción y patrocinio de bebidas y/o alimentos no saludables dirigidas especialmente a niños y adolescentes. Educación Alimentaria Nutricional en las escuelas.

Unidad 7:

Diagnostico e intervención para condición física y salud en diferentes grupos etarios en el ámbito escolar y no formal. Evaluación de los Componentes Funcionales de la Aptitud Física. Capacidad aeróbica de riesgo futuro y saludable. Evaluación de los Componentes Morfológicos de la Aptitud Física. Índice de masa corporal: virtudes y limitaciones. Batería de Test Escolar. Tablas comparativas. Propuestas de Entornos escolares activos. Programa La Milla. Rutas saludables. Extensibilidad de recreos. Recreos organizados. Interacción Institucional con efectores de actividad física y deporte. Eventos de promoción de actividad física. Pasos básicos de un proyecto.

f) Perfil del egresado:

- Asumir una actitud ética de responsabilidad y compromiso como docente o Profesional a cargo en el acompañamiento del sujeto de aprendizaje para la construcción de su proyecto de vida.

- Diseñar y aplicar proyectos innovadores en diferentes ámbitos de educación y /o formación formal y no formal en respuesta a necesidades e intereses de los determinantes sociales en donde se desempeñe.

- Desarrollar autonomía para producir investigaciones fundamentadas, significativas y novedosas adecuadas a los sujetos y a los contextos.

g) Destinatarios:

Orientado a la formación de Docentes y Profesionales vinculados a la salud (ejemplo Docentes, Nutricionistas, enfermeros, efectores de salud en general y otros)

h) Título:

Al aprobar todos los trabajos prácticos requeridos, cumplir con el 80 % de la asistencia y la aprobación del trabajo final se otorgará una certificación, y con la aprobación de los trabajos prácticos individuales y trabajo final, se acredita el Curso en “Promotores de Salud con orientación en nutrición y actividad física en el ámbito Escolar” por 120 horas reloj (180 horas cátedras). Los alumnos que cuenten con título de grado y aprueben todos los módulos recibirán certificado de curso de postgrado. Los alumnos que no poseen título de grado y aprueben todos los módulos recibirán certificado de curso de actualización.

i) Cuerpo Docente:

Director propuesto: Prof. Lic. Samuel Garcia – Mg. Lic. Mauro Santander

Integrantes del Equipo docente:

Docentes regulares: Prof. Lic. Samuel Garcia - Mg. Lic. Mauro Santander – Prof. Guillermo Santamaria – Lic Marco Zuñiga –Lic. Natalia Lorena Fuentes.

Docentes invitados: Dr. Santiago Hasdeu, Lic Cecilia Touriño. Lic. Gastón Garcia. Profesor Juan Marcos Vázquez. Ana Carina, Morales. Ingrid Ines, Lesser. Eugenia, Gavernet. Natalí Ormeño. Anahi Soledad, Acuña. Mg. Albano Marcos Chavero., Lic. Agustina Salgado, Mg. Veronica Risso Patron, Diana Kabache, Mg. Sandra Blasi, Dr. Graciela Perotti, Miryam Gorban; Lic. Manuel Manzoni

CV del Cuerpo Docente: Se adjuntan CV nominal, resumido y actualizado de Directores y de cada integrante del Equipo docente.

h) Duración:

Durante el año 2021 se planifican realizar 2 cohortes:

Cohorte 1: Los 12 de abril al 10 de Julio de 2021.

Cohorte 2: Los 8 de agosto al 6 de noviembre de 2021.

j) Organización de las actividades:

Las actividades programadas para las horas áulicas tendrán un 50% de tiempo dedicado a la transmisión de información mediante charlas mediante plataforma virtual o zoom, powerpoints y talleres prácticos, un 30% en formato no áulico, destinado a trabajos Práctico y Trabajo de Proyecto final y un 20% de horas de talleres prácticos, de los contenidos trabajados en la semana, consulta todos los sábados en un encuentro virtual en vivo.

- Se utilizará en gran parte un proceso de enseñanza-aprendizaje basado en casos reales tomados de la práctica de situaciones prácticas. También se contemplará un espacio para que los alumnos traigan problemáticas relacionadas. En estos talleres se priorizará el debate y la actitud crítica de los alumnos.

- Integración horizontal y vertical de los contenidos

Al menos un 40% de las horas áulicas tendrán metodología de “taller”, así como todas las actividades extra-áulicas que serán dedicadas a la búsqueda bibliográfica, y análisis crítico de la información, así como la resolución de casos.

Se fomentará la producción propia de los alumnos, siendo necesario para aprobar el curso presentar un trabajo práctico escrito.

El espíritu del curso busca lograr una transposición de conocimientos a los alumnos, de modo que una vez finalizado el mismo, puedan seguir aprendiendo a través de la búsqueda bibliográfica, la lectura crítica y la interpretación de los estudios de investigación en esta temática específicamente.

Requerimientos didácticos

Aula virtual. Plataforma virtual. Zoom u otra plataforma virtual.

Cursado:

Cada encuentro semanal virtual constará de clases en videoconferencia y trabajos prácticos para resolver. Por otro lado, los días sábados habrá un taller obligatorio virtual con diferentes estrategias metodológicas, como situación problema, para

trabajar sobre los contenidos de la semana y además se trabajará sobre el trabajo final.

Carga horaria total del Curso:

TOTAL: 128 horas reloj.

HORAS CLASES: 32 hs reloj.

HORAS no PRESENCIALES (*): 96 hs reloj.

* Dentro de las horas no presenciales, Incluye prácticos y el proyecto final.

Cada clase requerirá la aprobación de una evaluación final. Los alumnos deberán aprobar la totalidad de las clases, para obtener un certificado del curso de posgrado completo requerirán además la presentación y aprobación de un trabajo práctico final.

Tendrá una regularidad de cómo máximo 2 años, una vez terminado el cursado.

DISTRIBUCIÓN DE HORAS EXTRA-ÁULICAS:

Actividades prácticas grupales no áulicas trabajando sobre resolución de problemas, lectura de bibliografía obligatoria y optativa, ejercicios, puesta en práctica de Pruebas y protocolos en Campo, etc.

Se utilizará la plataforma PEDCO para facilitar la realización de actividades extra-áulicas, foros de discusión, preguntas de aprovechamiento, trabajar sobre dudas y trabajos prácticos, entre otros.

Distribución de las actividades áulicas y contenido:

Durante la semana la cursada tiene un requerimiento de 6 horas, (3 clases expositivas, lectura de bibliografía, foro y examen). Los sábados: 2 horas de taller vía zoom. Dando un total de 8 horas semanales.

k) Cronograma tentativo:

Se especificarán todas las actividades teóricas y/o prácticas a desarrollar por los cursantes consignando, en un cuadro, fechas con día y hora y las actividades programadas con el docente a cargo de cada una de ellas.

CRONOGRAMA TENTATIVO Y CONTENIDOS

Semana 1: 2 al 7 de agosto.

Promoción de la salud.

OBJETIVOS

Definir salud y describir la misma en un modelo bio-psico-social, teniendo como aspecto fundamental los determinantes sociales en salud.

Exponer la situación epidemiológica de enfermedades crónicas no transmisibles y los factores que inciden en la misma.

CONTENIDOS

La salud como proceso. Modelo biopsicosocial. Determinantes sociales de la salud. Epidemiología de enfermedades crónicas no transmisibles. Sedentarismo. Sobrepeso y obesidad. Tabaquismo. Alcoholismo.

Semana 2: 9 al 14 de agosto

La alimentación como derecho y la situación epidemiológica actual en Argentina.

OBJETIVOS

- Reconocer la promoción de salud, la alimentación saludable y el agua desde un enfoque de derechos.
- Identificar la situación actual de nuestro país en relación a los problemas de malnutrición y el consumo de alimentos.

CONTENIDOS

El Derecho a la salud, a la alimentación adecuada y al agua. Los problemas de malnutrición y el consumo de alimentos en Argentina.

Semana 3: 16 al 21 de agosto.

Beneficios para la salud de actividad física en niños y adolescentes. Sedentarismo: una problemática actual.

OBJETIVOS

- Identificar conceptos básicos de actividad física, sedentarismo y componentes de la aptitud física.
- Identificar la situación epidemiológica de en relación a la actividad física en América latina, argentina y Neuquén.

CONTENIDOS

Conceptos básicos de salud, Promoción de la salud, Sedentarismo vs. Actividad física. Influencia del ejercicio, sobre los patrones de vida. Definición de aptitud física, ejercicio físico, dosis-carga. Componentes de la aptitud física. Componentes funcionales: fuerza, VO₂máx y flexibilidad.

Epidemiología actividad física. Plan de acción mundial de la OMS sobre actividad física 2018-2030: Más personas activas para un mundo más sano.

Semana 4: 23 al 28 de agosto.

Determinantes socioculturales de la alimentación.

OBJETIVOS

- Identificar las dimensiones socioculturales de la alimentación

CONTENIDOS Dimensiones de la alimentación: aspectos sociales, económicos, religiosos, políticos, culturales, vinculares. La publicidad y el consumo de alimentos.

Semana 5: 30 de agosto al 4 de septiembre.

Determinantes socioeconómico y situación de pandemia en relación a la actividad física.

OBJETIVOS

- Identificar las dimensiones contextuales de la actividad física y sedentarismo

CONTENIDOS

Contexto socioeconómico y su incidencia en la accesibilidad y adherencia a la actividad física. Actividad física y género. Análisis de situación de pandemia y pos

pandemia y su relación con la adherencia a la actividad física en los diferentes grupos etarios.

Semana 6: 6 al 11 de septiembre.

La calidad nutricional de los alimentos.

OBJETIVOS

- Relacionar la calidad nutricional con el grado de procesamiento de los alimentos.
- Identificar la información nutricional disponible en los envases de alimentos.

CONTENIDOS

Clasificación de los alimentos según su grado de procesamiento. Rotulado de alimentos envasados.

Semana 7: 13 al 18 de septiembre.

Crecimiento, desarrollo, maduración y su relación con la actividad física.

OBJETIVOS

- Identificar los modelos de actividad física en relación a la salud en diferentes etapas de crecimiento y maduración: embarazo, lactancia, primera infancia, edad escolar, adolescencia y adultez.

CONTENIDOS

Curso de vida: aspectos relevantes e importancia de la práctica de actividad física a lo largo de la vida. Formación multilateral en las primeras etapas de la vida. La práctica del deporte en relación a la salud en la niñez y adolescencia. Actividad física en edad adulta y adultos mayores.

Semana 8: 20 al 25 de septiembre.

Alimentación saludable en el curso de la vida 4

OBJETIVOS

- Comprender y analizar el concepto de alimentación saludable en el curso de vida: embarazo, lactancia, primera infancia, edad escolar, adolescencia y adultez.

- Caracterizar a la Alimentación Saludable y aplicar las Guías Alimentarias para la población argentina como herramienta didáctica.

CONTENIDOS

Curso de vida: aspectos relevantes e importancia de una alimentación saludable en cada etapa. Guías Alimentarias: su implementación y su uso como herramienta didáctica. Planificación de una alimentación saludable. Herramientas para mejorar la alimentación en contextos de vulnerabilidad social.

Semana 9: 27 de septiembre al 2 octubre

Diagnóstico de condición física en diferentes grupos etarios en relación a la salud

OBJETIVOS

- Identificar el concepto de capacidad aeróbica saludable en niños y adolescentes en el ámbito escolar.
- Identificar condición física y salud en adultos y adultos mayores y su comparación con estandares.
- Identificar estandares de sobrepeso y obesidad en diferentes grupos etarios y sexos

CONTENIDOS

Evaluación de los Componentes Funcionales de la Aptitud Física. Capacidad aeróbica de riesgo futuro y saludable. Evaluación de los Componentes Morfológicos de la Aptitud Física. Índice de masa corporal: virtudes y limitaciones. Batería de Test Escolar. Tablas comparativas.

Semana 10: 4 al 9 de noviembre.

Taller 1: Proyectos de Intervención: Etapas. Desarrollo de Planificación

OBJETIVOS

- Identificar las Etapas de una Planificación en un Plan de Intervención.
- Identificar características del Diagnóstico y estrategias de Intervención

CONTENIDOS:

Diseño de Plan estratégico. Análisis de Territorio. Recolección de Información.
Proceso de datos. Elaboración de resumen de datos.

Durante esta semana, se desarrollarán temas complementarios a la cursada, de interés del alumnado (celiaquía, inclusión, modas contemporáneas, coaching.....)

Semana 11: 11 al 16 de octubre.

Soberanía Alimentaria y Sistemas Alimentarios Sostenibles.

OBJETIVOS

- Describir y relacionar el concepto de Soberanía alimentaria y con el de Sistemas Alimentarios Sostenibles
- Comprender la relación entre las formas de producción, comercialización y manejo de pérdidas y desperdicios de los alimentos y su asequibilidad.
- Identificar los principales aspectos a tener en cuenta para llevar adelante un proyecto de huerta escolar

CONTENIDOS

Soberanía Alimentaria. Componentes de un Sistema Alimentario. Sistemas alimentarios Sostenibles y alimentación saludable. Pérdidas y desperdicio de alimentos. Huertas.

Semana 12: 18 al 23 de octubre.

Intervenciones en campo para condición física y salud en diferentes grupos etarios.

OBJETIVOS

- Identificar diferentes modalidades de intervención de campo en el desarrollo de la condición física en relación a la salud.
- Identificar juegos y sistematización de actividades en el ámbito escolar para desarrollo de motriz y condición física en relación a la salud.

CONTENIDOS:

Intervenciones para mejorar el componente cardiorrespiratorio. juegos reducidos en el ámbito escolar. Intervenciones para mejorar el componente fuerza y neuromuscular en diferentes grupos etarios.

Semana 13: 25 al 30 de noviembre.

Taller 2: Proyectos de Intervención: Estrategias de Intervención. Gestión. Evaluación y monitoreo en un Plan de intervención de promoción de la salud.

OBJETIVOS

- Interpretar las estrategias de intervención en una Planificación.
- Identificar Instrumentos de Evaluación y monitoreo en un Plan de intervención en Promoción de la salud.

CONTENIDOS:

Priorización del problema. Desarrollo de Plan. Difusión del Plan. Desarrollo de indicadores de Intervenciones. Definición de recursos, cronograma.

Durante esta semana, se desarrollarán temas complementarios a la cursada, de interés del alumnado (celiaquía, inclusión, modas contemporáneas, coaching.....)

Semana 14: 1 al 6 de noviembre.

Alimentación saludable en el entorno escolar

OBJETIVOS

- Problematizar los entornos alimentario escolares y su influencia en el desarrollo de niños, niñas y adolescentes.
- Identificar los principales elementos de un entorno alimentario saludable en la escuela • Armar una propuesta de aplicación posible en su ámbito escolar

CONTENIDOS

Entornos escolares y alimentación². Comedores, cantinas y buffets saludables: Criterios nutricionales en la alimentación escolar. Comensalidad y hábitos. Venta de alimentos y bebidas al interior de los establecimientos educativos (kioscos escolares). Disponibilidad de Agua segura. Escuelas amigas de la lactancia

materna. Publicidad, promoción y patrocinio de bebidas y/o alimentos no saludables dirigidas especialmente a NNyA. Educación Alimentaria Nutricional en las escuelas

Semana 15: 8 al 13 noviembre.

Integración y trabajo multidisciplinario en el trabajo de intervención en campo para condición física y salud en diferentes grupos etarios.

OBJETIVOS

- Identificar diferentes modalidades de intervención multidisciplinaria en intervenciones multilaterales.

CONTENIDOS:

Intervenciones para optimizar las estrategias de intervención en el trabajo multidisciplinario.

Semana 16: 15 al 20 de noviembre.

Tutoría, evaluación y presentación de Proyectos.

OBJETIVOS

Que los alumnos del curso:

- Expongan Proyectos de Intervención en Promoción de la Salud aplicando instrumentos trabajados en el Curso a través de prácticas multidisciplinarias.
- Expresen los fundamentos de los Proyectos, basados en los contenidos brindados y aprendidos.

Los docentes brindarán una devolución, del Trabajo final Presentado.

Durante esta semana, se desarrollarán temas complementarios a la cursada, de interés del alumnado (celiaquía, inclusión, modas contemporáneas, coaching.....)

Docentes a cargo de cada actividad:

1º Encuentro - Promoción y Entornos	HASDEU, TOURIÑO
2º Encuentro - Alimentación - Epidemio	GARCIA, MORALES
3º Encuentro - Actividad Física - Epidemio	SANTANDER, SANTAMARIA
4º Encuentro - Alimentación - Sociocultural	GARCIA, ACUÑA
5º Encuentro - Actividad Física - Socialcultural	SANTANDER, SANTAMARIA
6º Encuentro – Alimentación – Calidad	GARCIA, LESSER
7º Encuentro - Actividad Física – Crecimiento, desarrollo y maduración.	SANTANDER, SANTAMARIA
8º Encuentro – Alimentación – Momentos biológicos.	GARCIA, GAVERNET
9º Encuentro – Actividad Física – Condición Física.	SANTANDER, SANTAMARIA
10º Encuentro – Proyectos de Intervención (teoría +presentación) Temas de Interés Contemporáneo.	SANTANDER, GARCIA
11º Encuentro – Alimentación – Soberanía Alimentaria	GARCIA, MORALES
12º Encuentro – Actividad Física – Grupos Etarios	SANTANDER, SANTAMARIA
13º Encuentro – Proyecto de Intervención (teoría + tutoría) Temas de Interés Contemporáneo.	SANTANDER, GARCIA
14º Encuentro – Entorno Saludable Escolar	SANTANDER, GARCIA
15º Encuentro – Integración y Trabajo Interdisciplinario	SANTANDER, GARCIA
16º Encuentro – Proyecto de Intervención (evalúa + tutoría) Temas de Interés Contemporáneo.	SANTANDER, GARCIA

I) Requisitos para la acreditación final y modalidad de evaluación:

- Presentismo: 80%
- Participación a distancia enviando tareas propuestas por plataforma FACIMED:80%
- Examen final aprobado
- Presentación y aprobación de trabajo práctico al final de la cursada

m) Requerimientos didácticos:

Utilizando la plataforma a distancia: Actividades prácticas grupales no áulicas trabajando sobre resolución de problemas (situaciones reales y simulaciones), lectura de bibliografía obligatoria y optativa, etc.

n) Lugar de realización del curso:

Sede Toschi, Cipolletti

o) Cupo:

consideramos que un cupo máximo de 90 alumnos es adecuado. Mínimo 40 alumnos; Máximo 90 alumnos.

p) Presupuesto

El costo total del curso es de \$10.000 por alumno (matrícula de inscripción más 4 cuotas)

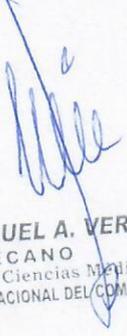
INGRESOS	Inscripción (\$2000)	4 cuotas	1° mes	TOTAL
	40 alumnos	\$ 2.000	Inscripción+cuota 40	
Cálculo por 40 alumnos	\$ 80.000	\$ 320.000	\$ 70.000	\$ 400.000,00
EGRESOS				
Erogaciones docentes	\$ 1800 la hora	128 horas áulicas		\$ 230.400,00
Director del curso (condicional)	8% del total de ingresos	Sobre 40 alumnos		\$ 32.000,00
FACIMED+UNCo	30% del total de ingresos	Sobre 40 alumnos		\$ 120.000,00
TOTAL EGRESOS				\$ 382.400,00
			Resto total	\$ 17.600,00

Los directores podrán solicitar compra de libros de la temática del curso hasta por 40 mil pesos mientras no afecte el funcionamiento del curso.

Los directores podrán solicitar becas parciales, que serán otorgadas mientras no afecten el funcionamiento del curso.

Anexos:

- o *Curriculum vitae* nominal, resumido, actualizado, del director y de cada integrante del equipo docente (extensión máxima: una hoja por docente).



Prof. MIGUEL A. VERA
DECANO
Facultad de Ciencias Médicas
UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE