Formato F6 para Unidades de Aprendizaje

PROGRAMA DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS

IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

Centro Universitario

Centro Universitario de la Costa

Departamento

Psicología

Academia:

Psicología Transdisciplinar

Unidad de Aprendizaje

Promoción de estilos de vida saludables

Clave de la materia:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Total de horas:	Valor en créditos:
18559	16	16	32	3

Tipo de curso:	Nivel en que se ubica:	Programa educativo	Prerrequisitos:
C = Curso CL= Curso Laboratorio L = Laboratorio P = Práctica T = Taller CT = Curso - Taller N = Clínica M = Módulo S = Seminario	Técnico Medio Técnico Superior Universitario Licenciatura Especialidad Maestría Doctorado	Médico Cirujano y Partero	

Área de formación:

Básico particular obligatorio.

Elaborado y actualizado por:

	25 de julio de 2016
	Nombres de los profesores participantes: Mtro. Lino Francisco Jacobo Gómez Chávez Lic. Quiané González Díaz

Aporte al perfil del egreso - COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO

Actualmente, con los cambios económicos, políticos y sociales, la sociedad empieza a tomar en cuenta que la calidad la hacen los seres humanos, se ha estado gestando una transición de conciencia en lo anterior, debido al surgimiento de las nuevas teorías de calidad total. Esto ha dado lugar a la aparición de ideas que proclaman que se comience a trabajar para llegar a la calidad de vida, así mismo, la intervención en el ámbito de los estilos de vida saludables siempre ha estado relacionado con el desarrollo de la educación para la salud y la promoción de la salud que más que una disciplina es un planteamiento filosófico global sobre la salud y la calidad de vida de las personas.

2. PRESENTACIÓN.

La promoción de estilos de vida saludable, son un tema prioritario en las áreas multidisciplinares de la salud. Con el objetivo de lograr un fortalecimiento para la mejora de las conductas personales y la relación que estas tienen con la calidad de vida.

3. UNIDAD DE COMPETENCIA

Conocer y comprender las interrelaciones existentes entre actividad física, alimentación, higiene, descanso y las relaciones interpersonales, en la relación con la calidad de vida y de promoción de estilos de vida saludables y la prevención de enfermedades.

4. ATRIBUTOS Y SABERES

Saberes Prácticos (Saber hacer)	Sabe intervenir en los diferentes contextos, de forma autónoma y con iniciativa, aplicando el pensamiento crítico, lógico y creativo.
Saberes Teóricos (Saber pensar)	Conoce, sabe seleccionar y sabe aplicar las técnicas de modificación de conducta que puede utilizar el profesional de la salud en los diferentes ámbitos de su competencia laboral.
Saberes Formativos (Saber ser)	Trabaja de forma colaboradora, desarrollando habilidades, de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo. Desarrolla hábitos de excelencia y calidad en los diferentes ámbitos del ejercicio profesional. Se prepara para el ejercicio de una ciudadanía abierta, culta, crítica, comprometida, democrática y solidaria, capaz de analizar la realidad, diagnosticar problemas, formular e implantar soluciones basadas en el conocimiento y orientadas al bien común

5. CONTENIDO TEÓRICO PRÁCTICO (temas y subtemas)

1- Promoción de estilos de vida saludables.
- Actitudes, creencias y salud.
- De la teoría a la práctica, situación de estilos de vida saludables.
- Competencias para la promoción de estilos de vida saludables.
- Acciones para la promoción de la salud.
- Intervención y acción comunitaria.

2- Los estilos de vida y la sociedad.
- Las barreras culturales y los cambios de hábitos.
- Factores socio demográficos.
- Cambios cíclicos
- Calidad de vida y calidad humana.
- Hábitos

6. MODALIDADES DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Modalidad	Actividad
6.1 Clases teóricas	Reflexión y análisis del temario.
6.2 Seminarios	No aplica
6.3 Talleres	No aplica
6.4 Clases prácticas	Relación entre teoría y práctica. Posterior al cumplimiento del programa visto en el aula.
6.5 Tutorías	No aplica

6.6 Prácticas externas al Centro Universitario	Implementación del proyecto de promoción de estilos de vida saludable.
6.7 Actividades no presenciales: Conferencias	No aplica
6.8 Actividades no presenciales: Estudio y trabajo en grupo	Implementación del proyecto de promoción de estilos de vida saludable.
6.9 Actividades no presenciales: Estudio y trabajo autodirigido del alumno	Implementación del proyecto de promoción de estilos de vida saludable.

7 EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	8 CRITERIOS DE DESEMPEÑO	9 CAMPO DE APLICACIÓN
1- Portafolio de evidencias. 2- Proyecto de promoción de estilos de vida saludables.	1- Fichas reflexivas, mapas conceptuales y trabajos en equipo. 2- Equipos, viable y que cubra las necesidades inmediatas.	Centro universitario y lugares espacios a elección.

10. EVALUACIÓN (CON ENFOQUE EN COMPETENCIAS)

Proyecto de intervención para la promoción de estilos de vida saludables.

11. ACREDITACIÓN

El alumno deberá cumplir como mínimo con el 80% de las asistencias, para presentar examen extraordinario cumplir con el 65% de las asistencias.

La evaluación en periodo extraordinario se calificará atendiendo los siguientes criterios: La calificación obtenida en periodo extraordinario, tendrá una ponderación del 80% para la calificación final. La calificación obtenida por el alumno durante el periodo ordinario, tendrá una ponderación del 40% para la calificación en periodo extraordinario

12. CALIFICACIÓN

Portafolio	40%
Proyecto de promoción	40%
Participación activa	20%
Total	100%

13. BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Devis J. (2001). *La Educación Física el deporte y la salud en el siglo XXI*. Marfi. Alicante
Carrasco A. (2004). Adolescencia, estilos de vida y promoción de hábitos saludables en el ámbito escolar. Revista de psicología social. España
Pujol-Amaat, P. (1991). *Nutrición salud y rendimiento deportivo*. Espats. Barcelona.
Kamisky G. (2008) Apuntes biopolíticos de la salud colectiva, Salud Colectiva
Muñoz A. (2007) Competencias para la promoción de estilos de vida saludables. *Salud Pública*. Universidad Autónoma. Tabasco.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Bustelo E. (2008) ¿Vida o calidad de vida? *Discutidores, Salud Pública 2*, Universidad de Buenos Aires. Argentina.
Sanabria P, González L. (2007) Estilos de vida saludables en profesionales de la salud. *Med.* Universidad Nueva Granda. Colombia.

14. LABORATÓRIOS Y ÁREAS DE PRÁCTICA

M 0005

15. MATERIAL DIDÁCTICO Y EQUIPO UTILIZADO

Cañón, laptop y pintarrón.

16. PERFÍL DEL DOCENTE

Licenciado egresado de ciencias de la salud, que conoce, aplica e interviene en proyectos de estilos de vida saludables para la promoción de los mismos en las poblaciones y sus diferentes contextos sociales.

UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA Centro Universitario de la Costa **Mtro. Francisco Jacobo Gómez Chávez** **JEFE DEL DEPARTAMENTO** DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA	UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA Centro Universitario de la Costa Campus Puerto Vallarta **Dr. Jorge Téllez López** **DIRECTOR DE LA DIVISIÓN** DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLOGICAS Y DE LA SALUD	**Mtra. Paola Cortés Almanzar** **PRESIDENTE DE LA ACADEMIA PSICOLOGÍA TRANSDICIPLINAR**