

FACULTAD: INGENIERÍA
ESCUELA: INGENIERÍA ELECTRÓNICA

UNIDAD CURRICULAR: ELECTIVA I. CALIDAD DE VIDA

Código de la Escuela	Código	Período	Elaborado por	Fecha Elaboración		Plan de Estudios
25	25-0726	X	Prof. Solmeryhel Rodriguez	Septiembre 2013		2012
Eje de Formación			Prelación	HAD	HTIE	Unidades de Crédito
Socio - Humanística			Ninguna	2	4	2

HAD: Horas de Acompañamiento Docente Semanales
HTIE: Horas de Trabajo Independiente del Estudiante Semanales

FUNDAMENTACIÓN
El desarrollo de una vida de calidad involucra una dinámica que requiere de la búsqueda continua de satisfacción en el individuo. La calidad de vida es un concepto tan amplio que abarca desde el bienestar físico, procurando una elevada auto aceptación, hasta una condición moral que implica la aplicación de valores y una nueva forma de pensamiento. En esta dinámica están involucrados aspectos personales que se encuentran influidos directamente por la cultura, la espiritualidad, la historia, la educación, el entorno social, entre muchos otros factores que están íntimamente relacionados con la vida humana. No obstante, y a pesar de la amplitud del concepto, la calidad de vida debe ser un estado positivo que permita lograr plenitud y funcionalidad al cien por ciento. En base a lo anterior, se espera que el estudiante este conciente que la calidad de vida implica mejores condiciones, salud, fuerza y la resistencia necesaria para enfrentar o sobreponerse a las enfermedades y problemas de la manera más satisfactoriamente posible. Igualmente, desde el punto de vista intelectual es poder disfrutar del quehacer cotidiano, asumiendo las responsabilidades y combatiendo las presiones que generan tensión y estrés, y desde el punto de vista emocional es mantenerse en paz y seguro de sus fortalezas. Es a través de este tipo de asignaturas de formación-humanística que la Universidad Nueva Esparta contribuye al desarrollo integral de sus estudiantes, procurando introducir en el mercado laboral profesionales comprometidos con su bienestar personal y social.

COMPETENCIAS DEL PERFIL PROFESIONAL VINCULADAS CON LA UNIDAD CURRICULAR
Se espera que a través de esta unidad curricular se desarrollen las siguientes competencias genéricas, en los participantes: Capacidad de análisis y síntesis. Capacidad para aprender de forma continuada y desarrollar estrategias de aprendizaje

autónomo.

Capacidad para tomar decisiones con iniciativa, creatividad y razonamiento crítico.

Capacidad para trabajar en equipo o un grupo multidisciplinar.

Desempeño con compromiso ético.

Destrezas para la investigación.

Valoración y respeto por la diversidad y multiculturalidad.

Actitudes positivas ante la responsabilidad social.

Desarrollo del compromiso ciudadano.

Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica.

COMPETENCIAS DE LA UNIDAD CURRICULAR

Toma decisiones proactivas ante las exigencias sociales y culturales de estilo de vida para promover una salud integral.

Demuestra una actitud responsable con relación a la salud integral y su repercusión en una buena calidad de vida.

MÓDULOS

MÓDULO I. LA SALUD INTEGRAL

Contenidos:

Evolución del concepto de salud integral. Importancia de la cosmovisión dentro de la evolución del concepto. Diferencia entre definición y concepto de salud. La Organización mundial de la salud (OMS) y el concepto de 1946, aspectos positivos y negativos de este concepto según la visión de diferentes autores. Perspectiva biopsicosocial y biomédica de la salud.

Determinantes de la salud integral (Atención sanitaria, biológica, factores ambientales).

Definición de estilo de vida. Factores que determinan el estilo de vida (sociales, culturales, biológicos, religiosos y psicológicos)

Desempeños:

Define salud desde el punto de vista integral.

Relaciona salud integral individual y colectiva con el bienestar mundial.

Relaciona y evalúa de forma crítica los factores psicológicos, biológicos y sociales influyentes en la salud.

MÓDULO II. CALIDAD DE VIDA

Contenidos:

Definición de estilo de vida. Definición y concepto de bienestar. Definición y concepto de calidad de vida. Diferencia entre definición y concepto de calidad de vida y bienestar. Transversalidad entre calidad de vida y bienestar. Dimensiones de la calidad de vida (objetiva y subjetiva). Evolución del concepto de calidad de vida. Condiciones humanas involucradas en la calidad de vida (sanitarias, biológicas, ecológicas y sociales). Concepto de ser humano. Interrelación de los conceptos de TENER (pertenencia), SER (pertenecer), AMAR Y SENTIR con el comportamiento socializante del ser humano y su repercusión en su calidad de vida.

Desempeños:

Compara y valora diferentes aspectos relacionados con una buena calidad de vida.
Analiza la influencia de los factores humanos, sociales y ecológicos en una buena calidad de vida.

MÓDULO III. FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCION PARA LA SALUD

Contenidos:

Definición de factores de riesgo, factores de protección, conducta de riesgo y conducta de protección. Diferencia entre definición y concepto de factores y conducta de riesgo, factores de protección y conductas de protección. Vinculación de factores de riesgo, factores de protección, conductas de protección y de riesgo a las características psicológicas, biológicas y al contexto social del individuo. Concepto de afrontamiento. Estrategias de afrontamiento: definición y tipos. Definición de Asertividad y resiliencia. Estilos de afrontamiento. Factores de protección asociados a salud, características personales, contexto social (circulo familiar, de amistades, ámbito escolares, laborales y de pareja), buena alimentación, recreación y actividad física.

Desempeños:

Diferencia factores y conductas de riesgo de factores que apoyan una conducta de protección para promocionar una salud integral de calidad.
Evalúa diferentes estrategias de afrontamiento con el propósito de adaptarlos a la vida cotidiana familiar, social y profesional.

MÓDULO IV. ADICCION Y CALIDAD DE VIDA

Contenidos:

Definición de adicción. Adicción física y psicológica. Tipos de adicciones y características (adicción de relaciones o codependencia, adicción al sexo, cleptomanía, potomanía, mitomanía, ludomanía y ciberadicción). Signos y síntomas de las adicciones. Consecuencias de las adicciones. Estrategias de afrontamiento y recuperación ante las adicciones.

Desempeños:

Proactividad ante los factores de riesgo vinculados a situaciones adictivas.
Desarrollar herramientas, propias o a través de profesionales especializados, que le permitan prevenir posibles situaciones que propicien adicción.

MÓDULO V. ADICCION QUIMICA – SUSTANCIAS PSICOADICTIVAS.

Contenidos:

Definición de adicción química. Tipos de sustancia psicoactivas. Tipos de consumidores (ocasionales, episódicos y habituales). Factores relacionados con las adicción (familiares, psicológicas, herencia y sociales). Características biológicas, psicológicas y conductuales del individuo dependiente. Clasificación legal de las sustancia psicoactivas (lícitas e ilícitas). Consecuencias legales sobre el consumo de sustancias psicoactivas.

Desempeños:

Desarrolla herramientas que le permitan prevenir y hacer frente a situaciones que propician el consumo de sustancias adictivas.

Identifica posibles problemas en diferentes ámbitos del desarrollo humano, sus repercusiones personales, sociales y legales, promovidos por la adicción a sustancias psicoactivas.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS

Intercambio de experiencias que permitan la discusión, haciendo posible la socialización de conocimientos y la promoción de iniciativas que expresen criterios unificados en torno a una mejora en la calidad de vida.

Elaboración de acciones coordinadas entre los diferentes participantes y la comunidad universitaria para promover los contenidos académicos desarrollados.

Discusión de temas de interés relacionados con la cátedra a través de foros, debates y charlas. Estas últimas, dictadas por especialistas o profesionales de la materia.

ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

Se realizarán las siguientes actividades de evaluación:

a.- Evaluación continua con una ponderación del 60% sobre la nota final:

Proyectos individuales

Proyectos grupales

Exposiciones

Pruebas cortas cerradas

b.- Dos pruebas escritas cerradas que sumarán el 40% de la nota final del período.

RECURSOS Y/O REQUERIMIENTOS

RECURSOS CONVENCIONALES:

Impresos: libros, fotocopias, periódicos, documentos.

Recursos del aula: pizarra, marcadores y borrador

RECURSOS AUDIOVISUALES:

Imágenes fijas proyectables: video beam, fotografías, recortes, materiales sonoros, materiales audiovisuales (películas, videos, programas de televisión).

OTRAS:

Páginas web, correo electrónico, chats, foros, TV.

REFERENCIAS

Oblitas, L. (2006). Psicología de la salud y calidad de vida. México: Editorial THOMSON.

Tyler, Jr. (2012). Desarrollo sostenible: Un enfoque integral. México: Editorial THOMSON.