Ministerio de Cultura y Educación
Universidad Nacional de San Luis
Facultad de Ingeniería y Ciencias Agropecuarias
Departamento: Ciencias Básicas
Area: Física

(Programa del año 2011)
(Programa en trámite de aprobación)
(Presentado el 05/12/2011 12:12:31)

I - Oferta Académica

Materia	Carrera	Plan	Año	Período
(Asignatura Electiva Ingenieria Electromecánica Plan Ord. Cd Nº 007/03) Curso Electivo: " Salud y Autocuidado en Entornos Laborales"	Ing. en Alimentos		2011	2° cuatrimestre

II - Equipo Docente

Docente	Función	Cargo	Dedicación
BALANZA, GRACIELA NOEMI	Prof. Responsable	P.Adj Exc	40 Hs

III - Características del Curso

Credito Horario Semanal				
Teórico/Práctico	**Teóricas**	**Prácticas de Aula**	**Práct. de lab/ camp/ Resid/ PIP, etc.**	**Total**
1 Hs	2 Hs	2 Hs	1 Hs	6 Hs

Tipificación	Periodo
B - Teoria con prácticas de aula y laboratorio	2º Cuatrimestre

Duración			
Desde	**Hasta**	**Cantidad de Semanas**	**Cantidad de Horas**
08/08/2011	18/11/2011	15	90

IV - Fundamentación

Los procesos de globalización e inserción del profesional en un mercado laboral cada vez más competitivo y exigente, requiere de dicho profesional el desarrollo de competencias de comunicación, flexibilidad, trabajo en equipo y alta adaptabilidad a un entorno cambiante y un futuro incierto y complejo.

Las mismas condiciones de incertidumbre y presión propias de los ámbitos laborales actuales, que requieren del desarrollo de tales competencias, tienen el potencial de afectar, de manera importante, la calidad de vida y salud del profesional que en ellos labora.

Desde esta perspectiva, el Plan de Acción Mundial sobre la Salud de los Trabajadores 2008-2017 (WHA60.26) establece como segundo objetivo “Proteger y promover la salud en el lugar de trabajo”, señalando que para ello es necesario “capacitar a trabajadores y empleadores, e introducir prácticas laborales y medidas de organización del trabajo sanas y una cultura de promoción de la salud en el lugar de trabajo”…

“Es preciso insistir en la promoción de la salud y la prevención de las enfermedades no transmisibles en el lugar de trabajo, sobre todo fomentando entre los trabajadores una dieta sana y actividad física y promoviendo la salud mental y de la familia en el trabajo. También es posible prevenir y controlar en el lugar de trabajo las amenazas para la salud mundial, como la tuberculosis, el VIH/SIDA, la malaria y la gripe aviar”.

En este sentido, desde diferentes disciplinas, se viene trabajando en la identificación de factores de riesgo y factores protectores para la salud en los entornos de trabajo, así como hábitos que las personas son capaces de desarrollar, y que en consecuencia, deben ser desalentados o fortalecidos, con miras a mejorar su calidad de vida.

Por otro lado, la Universidad es el espacio donde el estudiante puede reflexionar sobre su condición de ser social e histórico, inserto en un "aquí y ahora", en una realidad socio- político- económico- cultural que le es propia, de la cual es actor y no mero espectador.
La comprensión de las relaciones entre lo social, lo económico, lo político y lo tecnológico con el logro del desarrollo, calidad de vida y salud de los pueblos y de sí mismo, constituye un elemento fundamental para el desempeño de un rol social protagónico, de un profesional cuya formación trascienda, sin excluir, la capacitación para un determinado trabajo en el mercado laboral.
En la presente propuesta se concibe a la salud desde la concepción de Dunn: "el movimiento continuo hacia el máximo nivel de bienestar que la persona es capaz de lograr" , conduciendo a un estado de bien- ser y no sólo bien-estar. La "salud plena no involucra sólo el combate a la enfermedad, sino que significa la resultante de condiciones de alimentación, habitación, ingresos, medio ambiente, trabajo, transporte, recreación, libertad, acceso a la propiedad y a los servicios (entre ellos, los de salud)" . Además rescata la propuesta de Sigmund Freud: "la salud es amor y trabajo" . Por ello, convoca a la totalidad de los sectores que interactúan en la sociedad.
Teniendo en cuanta lo anterior, este curso se propone ayudar al estudiante a concebir la propia salud como calidad de vida, desarrollando conductas y habilidades de autocuidado, afrontamiento, comunicación y relacionamiento interpersonal efectivas, con especial énfasis en los contextos de trabajo.
Así mismo pretende que el alumno sea capaz de visualizar la salud como un desafío multisectorial y factor clave en el desarrollo económico- social de los países.

V - Objetivos / Resultados de Aprendizaje

Objetivo General
El curso permite al alumno reconocer la propia salud como un valor y un recurso determinado por y determinante de la realidad histórico social en la cual se halla inmerso, así como desarrollar estrategias y habilidades para el cuidado de la misma en los entornos de trabajo, reconociéndose a sí mismos y a los colectivos en que se inserten como agentes activos en el bienestar propio y de la sociedad.
Objetivos específicos
Al finalizar el curso el alumno será capaz de:
• Desarrollar una actitud de compromiso con su realidad histórico- social, entendiendo la salud como un derecho básico y un factor clave en el desarrollo económico y humano de los países, así como un desafío multidisciplinario y multisectorial.
• Reconocer factores de riesgo y protectores para la salud en el ambiente comunitario y relacionados con las condiciones y medio ambiente de trabajo (CyMAT).
• Desarrollar conductas y habilidades de autocuidado de la salud y de afrontamiento y tolerancia al estrés efectivas, en entornos laborales y comunitarios.
• Identificar desviaciones de la salud relacionadas con la práctica laboral y los marcos regulatorios nacionales e internacionales.
• Brindar los primeros auxilios en situaciones de emergencia, de forma segura y libre de riesgos.
• Incorporar estrategias de comunicación y de relacionamiento interpersonal efectivas.
• Concebir a la ética como elemento fundante del "bien-estar" y del "bien-ser".
El alumno será competente para:
• Adoptar conductas flexibles y adaptativas en situaciones estresantes.
• Desarrollar estilos de vida saludables.
• Valorar a la persona como el destinatario último de toda actividad profesional.

• Identificar riesgos para la salud derivados de las CyMAT, y actuar en forma asertiva con respecto a ellos.
• Actuar en forma segura y minimizando los riesgos en situaciones de urgencias.
• Comunicarse eficazmente.
• Utilizar la comunicación como elemento estructurante del trabajo en equipo.
• Adoptar una actitud de compromiso con su profesión y sociedad.

VI - Contenidos

Contenidos generales:
La salud como fenómeno socio- político- económico: determinantes sociales de la salud, modelos de salud. Contexto social de la salud: ciencia y tecnología, educación. Indicadores epidemiológicos y sociodemográficos. Promoción de salud y

prevención de enfermedades: necesidades, conducta y estilo de vida, lesiones y accidentes, primero auxilios. Enfermedades de alto impacto social: conductas saludables. La salud en entornos organizacionales: organizaciones, grupos, liderazgo y motivación. Comunicación. Entorno social de trabajo. Trabajo en equipo. Estrés laboral: técnicas de afrontamiento y de manejo del estrés. Condiciones y medio ambiente de trabajo (CyMAT). Enfermedades relacionadas con el trabajo y salud ocupacional. Accidentes de trabajo. Jubilación. Aspectos éticos del trabajo.
Contenidos específicos (Programa por unidades):
1- La salud como fenómeno socio- político- económico:
Salud: modelos. Determinantes sociales de la salud. Contexto social de la salud: Variables demográficas y sociales. La epidemiología como herramienta para la toma de decisiones: indicadores epidemiológicos. Políticas en Salud y políticas que afectan la salud. Educación. Ciencia y Tecnología. Economía. Costo social de la enfermedad. Situación de salud en Argentina y el mundo. Organismos internacionales de interés. Declaración del milenio. Atención primaria de la salud renovada.
2- La promoción de la salud y prevención de enfermedades:
Conducta y salud. Calidad de vida. Estilos de vida saludables: ejercicio, alimentación, recreación. La alimentación en el lugar de trabajo. Conductas de riesgo: alcohol, tabaco y otras adicciones. Ambientes libres de humo de tabaco. Lesión como enfermedad: factores que intervienen en la producción de lesiones, historia natural del accidente. Colisiones de tránsito. El accidente en el hogar. Prevención de lesiones. Ergonomía y mecánica corporal. Prevención de enfermedades en el adulto: vacunación, conductas higiénicas frente a enfermedades transmisibles. Enfermedades de transmisión sexual. HIV- SIDA. Prácticas sexuales seguras e inseguras. El trabajo y el HIV/SIDA. La empresa y la promoción de la salud: propuestas de la OIT. Primeros auxilios. Precauciones universales en el lugar de trabajo. Reanimación cardio- pulmonar.
3- El entorno institucional y la salud:
Organizaciones. Grupo, liderazgo y motivación. Roles. Comunicación: elementos de la comunicación; el proceso comunicacional como factor protector. Instrumentos institucionales de comunicación formal. Entornos sociales de trabajo: trabajo en equipo, satisfacción laboral. Estrés, enfermedades relacionadas con el estrés. Mecanismos de afrontamiento al estrés. Problemas psicosociales en el trabajo: violencia. mobing, acoso sexual y Burnout.
4- Salud, trabajo y profesión:
Trabajo: concepto. CyMAT. La jornada laboral. Género, trabajo y salud. La persona con discapacidad. Organización internacional del trabajo; convenios internacionales. El rol de los sindicatos en la promoción de la salud. La cultura de prevención: factores que influyen en la adherencia. Enfermedades relacionadas con el trabajo. Las ART. La jubilación: sus efectos sobre el estilo de vida y la salud. Preparación para la jubilación.
5- La salud como cuestión ética y la ética como salud:
Teorías éticas. Ética profesional. Lo ético como expresión de cuidado y factor protector.

Recursos didácticos:
• Clases expositivas breves.
• Lectura dirigida de material aportado por el docente.
• Discusión grupal.
• Cine- debate.
• Preparación y presentación de clases por parte de los alumnos
• Estudio de caso. Elaboración de propuesta de solución.
• Talleres sobre temas específicos: técnicas de manejo del estrés, primeros auxilios.

VII - Plan de Trabajos Prácticos

Las clases tendrán carácter teórico- práctico. Se realizarán además las siguientes actividades:
Trabajos prácticos áulicos: 3 (tres)
TP Nº 1: Análisis comparativo e interpretación de Datos Básicos de Salud de Argentina y Las Américas (Unidad 1).
TP Nº 2: Exposición de un tema del curso, modalidad a seleccionar por cada grupo.
TP Nª3: Observación y discusión de una película (a definir por el grupo entre las propuestas por la cátedra).
Trabajos prácticos grupales extra- áulicos: 3 (tres)
TP N° 4: Análisis del estilo de vida del grupo de trabajo, y propuestas de estrategias para mejorar o potenciar los aspectos positivos.
TP Nº 5: VIH/SIDA en el mundo del trabajo: Análisis comparativo de la legislación vigente en el país sobre VIH/SIDA en el trabajo, con los principios y recomendaciones de la OIT respecto a los derechos humanos. (material de la OIT)

TP Nº 6: Identificación de factores organizacionales, infraestructura y propios del trabajo facilitadores de situaciones de violencia en el trabajo, en un establecimiento a seleccionar por el alumno. Presentación de informe y propuestas de intervención.
Talleres: 2 (dos)
Taller Nº 1: Primeros auxilios y RCP: (4 horas)
Taller Nº 2: Técnicas de manejo del estrés (3 horas)
Trabajo final integrador

VIII - Regimen de Aprobación

El curso se evaluará mediante sistema de evaluación continua. La aprobación del curso será por promoción:

Para optar a la misma, el alumno deberá:
 Cumplir con el 70% de asistencia a las clases.
 Aprobar los trabajos prácticos con el 70%
 Aprobar dos evaluaciones parciales.
 Aprobar el trabajo final integrador individual.

La inasistencia a uno de los talleres o de los trabajos prácticos áulicos se recuperará con un trabajo monográfico sobre el tema correspondiente a dicha actividad. Sólo se podrá recuperar un taller y dos prácticos áulicos. Para las personas que trabajan y madres con hijos menores de 6 años, se respetarán las normativas correspondientes.

IX - Bibliografía Básica

[1] • Asociación Medio Ambiente de Trabajo de Suecia. El cuerpo humano trabajando. Area de Estudios e Investigaciones Laborales de la SECYT, CEIL/CONICET, CREDAL/CNRS, OPS/OMS, Hvmanitas, 1989.
[2] • Neffa Julio. Qué son las condiciones y medio ambiente de trabajo? Propuesta de una nueva perspectiva. Area de Estudios e Investigaciones Laborales de la SECYT, CEIL/CONICET, CREDAL/CNRS, Hvmanitas, 1988.
[3] • Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Página web de educación para la salud e información en salud, del gobierno de los Estados Unidos. http://www.cdc.gov/spanish/
[4] • López L; Suárez M. Fundamentos de Nutrición Normal. Buenos Aires: El Ateneo, 2003.
[5] • Ministerio de Salud de Argentina. Página web.
[6] • Ministerio de Trabajo y Acción Social de Argentina. Página web.
[7] • Oblitas Luis. Psicología de la Salud y Calidad de Vida. México: Thomson, 2004.
[8] • Organización Panamericana de la Salud. Alcohol y Atención primaria de la Salud. Washington CD, 2008.
[9] • Organización Internacional del Trabajo. Repertorios, informes y recomendaciones prácticas. Ginebra, Oficina Internacional del Trabajo. Disponibles on line.
[10] • PHTLS. Soporte vital básico y avanzado en el trauma pre- hospitalario. Madrid: Elsevier- Mosby, 2004.
[11] • Organización Panamericana de la Salud. Prevención de Accidentes y lesiones. Washington, 1993.

X - Bibliografia Complementaria

[1] LIBROS
[2] • Wisner Allan. Ergonomía y condiciones de trabajo. Area de Estudios e Investigaciones Laborales de la SECYT, CEIL/CONICET, Hvmanitas, 1988.
[3] • Escobar N, Neffa J, Vera Pinto V. Riesgos del medio ambiente físico de trabajo: perder la salud para ganarse la vida? Trabajo y Sociedad, PIETTE/ CONICET, 1997.
[4] • Laville Antoine (comp.) Envejecimiento y trabajo. Trabajo y Sociedad, PIETTE/CONICET, CEIL/CONICET, CREDAL/CNRS, 1993.
[5] • Villatte Robert. El método del árbol de causas. Area de Estudios e Investigaciones Laborales de la SECYT, CEIL/CONICET, CREDAL/CNRS, Hvmanitas, 1990.
[6] • Pease A, Pease B. El lenguaje del cuerpo. Barcelona: Amat, 2006.
[7] DOCUMENTOS
[8] • Organización de Estados Iberoamericanos para la Investigación, la Ciencia y la Cultura. El estado de la Ciencia Publicación on line.
[9] • Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, Argentina. Aportes para el desarrollo humano en Argentina 2009.

Publicación on line.
[10] • Ministerio de Salud. Indicadores de salud. Argentina. Años 2005 á 2009. Publicación on line.
[11] • Organización Panamericana de la Salud. Indicadores de salud de las Américas. Años 2005 á 2009. Publicación on line.
[12] • Organización Internacional del Trabajo. Protocolos y Repertorios.
[13] • Organización Panamericana de la Salud. Alcohol y Atención Primaria de la Salud: informaciones clínicas básicas para la identificación y el manejo de riesgos y problemas. Maristela Monteiro editora. Washington DC, 2008. Disponible on line.
[14] • Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social (MTEySS), Argentina. Prevención: Consumo de drogas, sustancias psicotrópicas y alcohol en el mundo del trabajo: lineamientos para un plan de acción. Disponible on line.
[15] PÁGINAS WEB
[16] • Base de datos internacional US Census Bureau. International Data Base (IDB).
http://www.census.gov/ipc/www/idb/country.php
[17] • Organización de las Naciones Unidas (ONU)
[18] • Organización Internacional del Trabajo (OIT) http://www.ilo.org/global/lang--es/index.htm
[19] • Organización Mundial de la salud (OMS) http://www.who.int/es/index.html
[20] • Organización Panamericana de la Salud (OPS) http://new.paho.org/
[21] • Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE) http://www.eclac.org/celade/
[22] • Centro de Estudios e Investigaciones Laborales - Programa de Investigaciones Económicas sobre Tecnología, Trabajo y Empleo. http://www.ceil-piette.gov.ar/
[23] • Ministerio de Salud. Argentina. http://www.msal.gov.ar/htm/site/default.asp

XI - Resumen de Objetivos

El curso permite al alumno reconocer la propia salud como un valor y un recurso determinado por y determinante de la realidad histórico social en la cual se halla inmerso, así como desarrollar estrategias y habilidades para el cuidado de la misma en los entornos de trabajo, reconociéndose a sí mismos y a los colectivos en que se inserten como agentes activos en el bienestar propio y de la sociedad.

XII - Resumen del Programa

La salud como fenómeno socio- político- económico: determinantes sociales de la salud, modelos de salud. Contexto social de la salud: ciencia y tecnología, educación. Indicadores epidemiológicos y sociodemográficos. Promoción de salud y prevención de enfermedades: necesidades, conducta y estilo de vida, lesiones y accidentes, primero auxilios. Enfermedades de alto impacto social: conductas saludables. La salud en entornos organizacionales: organizaciones, grupos, liderazgo y motivación. Comunicación. Entorno social de trabajo. Trabajo en equipo. Estrés laboral: técnicas de afrontamiento y de manejo del estrés. Condiciones y medio ambiente de trabajo (CyMAT). Enfermedades relacionadas con el trabajo y salud ocupacional. Accidentes de trabajo. Jubilación. Aspectos éticos del trabajo

XIII - Imprevistos

XIV - Otros

ELEVACIÓN y APROBACIÓN DE ESTE PROGRAMA	
	Profesor Responsable
Firma:	
Aclaración:	
Fecha:	