

## 61054 - Cuidados ecológicos y holísticos.

### Información del Plan Docente

<b>Año académico</b>	2016/17
<b>Centro académico</b>	127 - Facultad de Ciencias de la Salud
<b>Titulación</b>	548 - Máster Universitario en Iniciación a la Investigación en Ciencias de la Enfermería
<b>Créditos</b>	6.0
<b>Curso</b>	1
<b>Periodo de impartición</b>	Segundo Semestre
<b>Clase de asignatura</b>	Optativa
<b>Módulo</b>	---

### 1. Información Básica

#### 1.1. Recomendaciones para cursar esta asignatura

Conocimientos de la teoría de los autocuidados enfermeros.

Conocer el proceso de elaboración de un plan de investigación, así como el manejo de bases documentales y técnicas de investigación.

#### 1.2. Actividades y fechas clave de la asignatura

- Esta asignatura comienza en el segundo cuatrimestre, en el mes de enero de 2017.
- Las clases se imparten en jueves y viernes, en horario de mañana y tarde. (los días y horas de las sesiones se publicarán en la plataforma moodle al comienzo de curso).
- Las fechas de evaluación de la asignatura así como la entrega de todo el material evaluable será el 9 de junio 2017 para la 1ª convocatoria y el 8 de septiembre de 2017 para la 2ª convocatoria.

COORDINADORA DE LA ASIGNATURA:

Mª Pilar Goñi Cepero. Area de Parasitología. pgoni@unizar.es. 876552421

### 2. Inicio

#### 2.1. Resultados de aprendizaje que definen la asignatura

El estudiante, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados...

- Explicará los ejes del paradigma ecológico a los cuidados de salud en comunidades y de forma individual, y propondrá medidas correctoras y preventivas viables y efectivas.
- Analizará problemas de salud debido a factores ambientales desde varios paradigmas.
- Realizará la actualización y revisión bibliográfica de un tema medioambiental y su repercusión sobre la salud.
- Planificará un plan de investigación sobre un tema medioambiental y su repercusión en la salud individual o de la comunidad.
- Aplicará los conceptos del equilibrio microbiano y las técnicas disponibles para su análisis.
- Identificará las nuevas dolencias relacionadas con factores ambientales actuales según su exposición y factores epigenómicos, proponiendo medidas para su prevención y minimización.
- Identificará las características de la enfermería holística y su distribución internacional y su aplicación.

## 61054 - Cuidados ecológicos y holísticos.

- Aplicará técnicas de cuidado holístico a diversas poblaciones.
- Diferenciará la dolencia de la enfermedad en grupos específicos de población
- Evaluará el bienestar, la autonomía y la seguridad de las personas sanas, dolientes y enfermas crónicas aplicando técnicas de enfermería holística.

### 2.2.Introducción

Breve presentación de la asignatura

La asignatura *Cuidados Ecológicos y holísticos* es una asignatura clave de la especialidad de AUTOCUIDADOS Y CALIDAD DE VIDA. Junto con las asignaturas: "Metodología educativa", "Autocuidados en crónicos" o "Autocuidados en jóvenes" constituyen el grupo básico de la especialidad. También son importantes las de "Instrumentos de calidad de Vida", "Validación de cuestionarios", "Escritura Científica en inglés", Técnicas cualitativas y de investigación histórica" y "Género y Salud"

El ser humano interacciona y reacciona con su medio ambiente cuyas cambiantes condiciones hacen variar el concepto de enfermedad. Las condiciones de vida, contexto económico, social, laboral, cultural y familiar determinan el estado de Salud. El conocimiento de la acción ecológica entre estos elementos agrupados en elementos fisiológicos, psicológicos y sociales, nos permitirá prevenir el desequilibrio y adaptarnos adecuadamente.

Para un adecuado tratamiento terapéutico de la persona desde el "Cuidado Ecoholístico", todos estos elementos se integran con el medio ambiente ya que no puede ser entendido sólo, como suma de sus partes.

### 3.Contexto y competencias

#### 3.1.Objetivos

La asignatura y sus resultados previstos responden a los siguientes planteamientos y objetivos:

- Definir los ejes del paradigma ecológico y holístico así como su aplicación para el cuidado de la diversidad de personas y sus comunidades.
- Establecer la relación entre factores ambientales y las manifestaciones de algunas enfermedades, para crear medidas preventivas y dirigir desde el paradigma holístico el cuidado enfermero y la trasmisión del autocuidado al individuo y la comunidad.
- Transmitir el concepto del equilibrio y adaptación con el medio ambiente para mantener y proteger la salud, valorando mediante distintas técnicas basadas en la enfermería holística, el bienestar, la autonomía y seguridad de las personas en situaciones cambiantes de salud y enfermedad.

#### 3.2.Contexto y sentido de la asignatura en la titulación

Es una asignatura central dentro de la especialidad de Autocuidados y Calidad de Vida.

#### 3.3.Competencias

Al superar la asignatura, el estudiante será más competente para...

##### COMPETENCIAS BÁSICAS Y GENERALES

- Planificar, ordenar y encauzar actividades saludables de manera que se eviten en lo posible los imprevistos, se prevean y minimicen los eventuales problemas y se anticipen sus soluciones con la mejor evidencia disponible CG3
- Evaluar los aspectos relacionados con la calidad de vida en las etapas del ciclo vital y grupos vulnerables CG1
- Empoderar a un nivel avanzado a Individuos, Familias y comunidades en la resolución o mejora de aspectos de la salud dentro de la ética, la legalidad y los valores de la convivencia social CG2

##### COMPETENCIAS TRANSVERSALES

- Capacidad para trabajar con espíritu emprendedor y creatividad, ya sea de manera autónoma o en equipos multidisciplinares reproduciendo contextos reales y aportando y coordinando los propios conocimientos con los de

## 61054 - Cuidados ecológicos y holísticos.

- otras ramas e intervinientes CT1
- Capacidad para aplicar herramientas informáticas, las tecnologías de la información y la comunicación, obtener información de distintas fuentes bibliográficas, patentes, bases de datos, etc., seleccionarla, organizarla y analizarla de una manera crítica para poder evaluar su utilidad y fiabilidad CT2
- Participar en debates y discusiones, ser capaces de resumirlos y extraer de ellos las conclusiones más relevantes CT3
- Utilizar las distintas técnicas de exposición-oral, escrita, presentaciones, paneles, etc- para comunicar sus conocimientos y propuestas. Y asesorar a personas y organizaciones CT4
- Capacidad de gestión, planificación y utilización eficiente del tiempo y recursos para la resolución de problemas CT5
- Capacidad para comprender el valor y las limitaciones del método de trabajo científico y de autocritica en la evaluación de los resultados experimentales y la fiabilidad de los mismos CT7

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- Evaluar las corrientes teóricas y metodológicas en ciencias de salud y modelos de cuidados a nivel global e intercultural CE04
- Diseñar y validar instrumentos para identificar y evaluar los resultados de las intervenciones de los programas de Autocuidados del paciente y sus cuidadores CE05
- Evaluar los problemas de salud ambiental que afectan a comunidades y personas individuales, proponiendo y aplicando planes de control y prevención para su minimización CE12

### 3.4.Importancia de los resultados de aprendizaje

Conocer y profundizar en los cuidados enfermeros basados en el paradigma ecológico en los procesos de la salud y enfermedad, e identificar los problemas de adaptación y equilibrio con el medioambiente del individuo y la comunidad, dotarán al profesional de la capacidad para prevenir los efectos no deseados y promover aquellos que permiten alcanzar un nivel adecuado de bienestar, autonomía en los autocuidados y seguridad, tanto en las personas sanas como en las enfermas.

### 4.Evaluación

El estudiante deberá demostrar que ha alcanzado los resultados de aprendizaje previstos mediante las siguientes actividades de evaluación

- Evaluación Continua (asistencia a clase y participación en clase o seminarios) Supone un 10%
- Diario reflexivo individual. Supone el 40 %
- Trabajo académico dirigido grupo. Supone un 45%
- Participación en el seminario de transferencia 5%

### 5.Actividades y recursos

#### 5.1.Presentación metodológica general

El proceso de aprendizaje que se ha diseñado para esta asignatura se basa en lo siguiente:

- Lección expositiva (magistral)
- Prácticas de resolución de casos, seminarios
- Aprendizaje cooperativo
- Tutorías personalizadas
- Manejo de las TIC

#### 5.2.Actividades de aprendizaje

El programa que se ofrece al estudiante para ayudarle a lograr los resultados previstos comprende las siguientes actividades...

Iª PARTE: El análisis de los factores ambientales, epigenómicos y sus problemas en la salud: las calidades de agua de consumo humano, *Legionella*, los OGM, agricultura y alimentación. Principios de salud ambiental: la auditoría ambiental aplicada a la salud. Enfermedades emergentes. Nuevas técnicas para el estudio de enfermedades: técnicas genéticas y moleculares. Implicaciones del equilibrio microbiano en la salud.

## 61054 - Cuidados ecológicos y holísticos.

IIª PARTE: La enfermería holística: la ecología al comienzo de la vida; la relación de ayuda; la medicina integrativa; técnicas diversas encuadradas en la relación de ayuda, entre ellas: las de comunicación, la escucha activa y la atención plena (mindfulness). Técnicas diversas asociadas al dolor, los malestares, los cuidados paliativos y el logro de la serenidad en estado de salud y enfermedad. Las técnicas holísticas: energéticas, reflexológicas y de relajación

IIIª PARTE: Dentro del seminario de transferencia en el que, junto con otras asignaturas, se trabajará de forma dirigida, la transmisión al mundo científico y de la comunicación, los resultados o conclusiones de los contenidos trabajados en el Master.

### 5.3.Programa

#### I. MÓDULO: CONTAMINACIÓN AMBIENTAL; EFECTOS SOBRE LA SALUD:

##### **Análisis, valoración del riesgo y prevención**

*SESIÓN 1.* PRESENTACIÓN ASIGNATURA

CALIDAD DE LOS ALIMENTOS

*SESIÓN 2 .* CALIDAD DEL AGUA DE CONSUMO

*SESIÓN 3.* CALIDAD DEL AIRE

*SESIÓN 4 .* TEORÍA DE LAS TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN GENÉTICAS Y MOLECULARES MÁS UTILIZADAS PARA EL ESTUDIO DE ALGUNAS ENFERMEDADES

*SESIÓN 5 .* VISITA Y ANÁLISIS DE ESPACIOS SALUDABLES Y SOSTENIBLES (por determinar)

*SESIÓN 6 .*IMPLICACIONES DEL EQUILIBRIO MICROBIANO EN LA SALUD

#### II. MÓDULO: ANÁLISIS DE FACTORES PSICO-SOCIO-AMBIENTALES:

*SESIÓN 7 .* EL PROYECTO PERSONAL EN EL CICLO VITAL Y SU RELACIÓN CON LA SALUD LA DOLENCIA Y LA ENFERMEDAD. MINDFULNESS COMO HERRAMIENTA DE AUTOCUIDADO

*SESIÓN 8.* ECOLOGÍA AL COMIENZO DE LA VIDA.

*SESIÓN 9 .* TEORIA Y PRÁCTICA DE LA FERMENTACION E INFLUENCIA EN LA MICROBIOTA HUMANA.

*SESIÓN 10 .* PROYECTOS EUROPEOS Y LOCALES SOBRE ALIMENTOS DE PROXIMIDAD Y SALUDABLES

*SESIÓN 11 .* DIAGNOSTICOS ENFERMEROS E INSTRUMENTOS DE VALORACIÓN

## **61054 - Cuidados ecológicos y holísticos.**

### **5.4. Planificación y calendario**

**Comienzo de las sesiones presenciales en enero hasta marzo 2017 (jueves y viernes). Seminario de transferencia coordinando con otras asignaturas: jueves de los meses de abril y mayo.**

**PROGRAMA PRÁCTICO:** 1. Problemas y casos prácticos. 2. Auditoría ambiental. 3. Técnicas de biología molecular. 4. Revisión y debates 5. Fermentación (tarde) 6. Fluvioterapia / Fluviofelicidad (sábado o fin de primavera Abril o Mayo) 7. Atención Plena (combinar estas prácticas con otras asignaturas)

**Las fechas de evaluación de la asignatura así como la entrega de todo el material evaluable serán el 9 junio 2017 para la 1ª convocatoria y el 8 de septiembre de 2017 para la 2ª convocatoria.**

### **5.5. Bibliografía y recursos recomendados**

- No hay registros bibliográficos para esta asignatura