



N° de expediente: 008150-000031-23

Fecha: 29.11.2023

Universidad de la República Uruguay - UDELAR



ASUNTO

PRESENTACIÓN DEL PLAN DE TRABAJO DE LA DOCENTE EFECTIVA, YOHANNA CABRERA, PERTENECIENTE AL DPTO. ED. FÍSICA Y SALUD.

Unidad	SECCIÓN SECRETARÍA COMISIÓN DIRECTIVA - CENTRO MONTEVIDEO - ISEF
Tipo	INFORMES - PRESENTACION DE
Tema:	
Período desde:	
Período hasta:	
Fecha límite para responder:	
Dependencias involucradas:	

La presente impresión del expediente administrativo que se agrega se rige por lo dispuesto en la normativa siguiente: Art. 129 de la ley 16002, Art. 694 a 697 de la ley 16736, art. 25 de la ley 17.243; y decretos 55/998, 83/001 y Decreto reglamentario el uso de la firma digital de fecha 17/09/2003.-

	Expediente Nro. 008150-000031-23 Actuación 1	Oficina: DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD - CENTRO MONTEVIDEO - ISEF Fecha Recibido: 29/11/2023 Estado: Cursado
--	---	--

TEXTO

Pase a Sección Secretaría Comisión Directiva a sus efectos.

Firmado electrónicamente por DEBORAH GISSEL DE SOUZA DE LOS SANTOS el 05/12/2023 11:07:21.
--

Nombre Anexo	Tamaño	Fecha
Plan de trabajo Yohanna Cabrera.pdf	654 KB	05/12/2023 11:01:37
Valoración Plan de trabajo Yohanna Cabrera.pdf	1230 KB	05/12/2023 11:01:37

Universidad de la República - UdelaR
Instituto Superior de Educación Física - ISEF
Departamento de Educación Física y Salud
Centro Universitario Paysandú – CUP

Maestranda Yohanna Cabrera Bassadone, UNEATLANTICO Licenciada en Educación Física, ISEF-UdelaR
Docente Asistente (G°2) – Efectivo Núcleo Prácticas Corporales
Dedicación (<i>alta</i>): 20 horas + 10 horas de extensión

Plan de trabajo - periodo 2023-2024

Antecedentes

Para el sentido de este repartido es clave destacar el recorrido dentro de la Universidad de la República (UdelaR), el Instituto Superior de Educación Física (ISEF), ha trabajado de forma sostenida con el objetivo de desarrollarse como servicio universitario. Esto no solo requirió de adecuarse a una nueva estructura y modificar la propia (estructura docente y estructura de funcionarios Técnicos, Administrativos y de Servicio – T.A.S), también propuso desarrollar y poner en relación las tres funciones universitarias: extensión, investigación y enseñanza.

Esto requirió de una reestructura académica del ISEF, con la cual la departamentalización tuvo como principal desafío de nuclear los/as docentes en cada departamento académico de acuerdo a su formación y proyección académica, así como la distribución en las Unidades Curriculares (UC) de las diferentes opciones de formación ofrecidas por ISEF. En 2017 la Comisión Directiva aprobó el documento en el que denominaba los núcleos temáticos de los cuatro Departamentos.

Para el departamento de Educación Física y Salud se definieron los siguientes núcleos: Fundamentos Biológicos; Salud Cultura y Sociedad y Prácticas corporales y Salud.

Este último núcleo, el cual desarrollo mis actividades académicas, aborda diversas prácticas, asociadas a los discursos sobre la salud. Propone un abordaje teórico y técnico sobre diversas especificidades en que la Educación Física podría estar habilitada a incidir hacia el cuidado y composición personal y social, por ejemplo, en el embarazo, el campo de la discapacidad, el envejecimiento o la "salud mental". En relación la formación de grado de la Licenciatura en educación Física (LEF), el Departamento de Educación Física y Salud está presente con su trayecto completo en Paysandú. En 2020 la primera generación de ingreso.

Fundamentación

En este sentido, mis actividades académicas vinculan el Espacio de Formación Integral (EFI) que estoy desarrollando EFI "Promotores de Salud en Entornos Educativos". En la enseñanza, desde las Unidades Curriculares de la LEF plan 2017: Educación Física y Salud II, Educación Física Adaptada 1, Educación Física Adaptada a Poblaciones Especiales I y II, la formación permanente; en la extensión desde el proyecto "Pausas activas" y en la investigación la creación de la línea de investigación " educación física adaptada y salud " y desarrollo de proyectos, con énfasis en la finalización de mi proyecto de investigación "Significados atribuidos a la práctica de actividad física desde el discurso de los equipos de salud del Primer Nivel de Atención", que fundamento abajo:

Las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), suelen ser enfermedades de desarrollo lento a largo plazo, por lo tanto, no se transmiten de persona a persona, estos tipos de enfermedades prematuras, en general afectan a las poblaciones vulnerables, principalmente en la población adulta mayor, debido al estilo de vida poco saludable y la poca actividad física (AF) o la ausencia de esta. (Mazza et al, 2011)

En Uruguay, se llevó a cabo la primera Encuesta Nacional de Salud (ENS) del Ministerio de Salud Pública (MSP) en el marco del Programa de Prevención de Enfermedades Crónicas No Transmisibles (PPENT), la encuesta tuvo como objetivo la necesidad de medir el gasto en salud con más precisión y mayor detalle y que, a su vez, fuera posible relacionarlo con otras dimensiones de la salud de las personas, como: la existencia de enfermedades, los hábitos de vida, el acceso y la utilización de los diferentes servicios y prestaciones del sistema de salud. (MSP, 2006) La posibilidad de establecer relaciones entre estas dimensiones permite obtener un panorama integral de la situación de salud de la población uruguaya inédito debido a su grado de exhaustividad. (MSP, 2006)

Más adelante, en la 2ª Encuesta de Factores de Riesgo (MSP, 2018), permite obtener por primera vez un perfil socio sanitario bastante acabado de la población uruguaya con el que aproximarse a la "necesidad de gasto en salud" de las personas y los hogares. Se manejaron dos indicadores respecto a la AF: el nivel de actividad física y el comportamiento sedentario, que presentó un incremento de 7,1 % en el mismo período, con un nivel bajo (22,8%) de actividad física. (MSP, 2018)

El sedentarismo como lo es, un bajo nivel de aptitud física, representa uno de los principales factores de riesgo de desarrollar las ECNT. (MSP, 2021; Owen et al., 2010; Mazza et al., 2011).

En Uruguay, el sedentarismo sigue siendo para la población general, una de las mayores causas del agravamiento de la carga generada por las enfermedades crónicas, por lo que se han hecho esfuerzos para diseñar estrategias de intervención en salud pública que reviertan este escenario, no obstante, la promoción de estilos de vida saludables sigue representando un gran desafío para los profesionales de la salud. (Olescker, 2020) Donde el Primer Nivel de Atención (PNA) juega un papel muy importante ya que es la puerta de entrada al sistema de salud. (Olescker, 2020)

Según el MSP, las ECNT representan 78% de la carga global de enfermedad de Uruguay (MSP, 2019a) y son responsables del 54,5% de las muertes registradas en el país y se destaca entre ellas el predominio de las cardiovasculares (MSP, 2019). Sin embargo, un

gran número de dichas afecciones pueden ser prevenidas y/o tratadas por medio de intervenciones realizadas oportunamente, de tal manera aquellos programas que se diseñan con estos objetivos se enfocan en realizar acciones sobre la promoción de la salud y en la prevención de ECNT. (MSP, 2019)

La AF es reconocida como un factor protector de salud, particularmente en población con un perfil epidemiológico como el de Uruguay, que presenta una alta prevalencia de ECNT, identificando dificultades para la implementación de programas o acciones que aseguren el desarrollo y la continuidad de este tipo de prácticas en salud. (MSP, 2018)

Las AF deberían ser contempladas como una de las principales líneas orientadoras, junto al trabajo coordinado con otras disciplinas, para su concreción. (MSP, 2019)

Son varios los estudios que confirman los beneficios de la actividad física (AF), la relación causal entre la inactividad física y la enfermedad, así como la relación entre actividad física y mortalidad global. (Varo-Cenarruzabeitia, & Martínez-González, 2006)

Hoy, el concepto de salud, hace referencia a una salud positiva, es decir que promueve el cuidado y la prevención más que la curación, así como también la interrelación de los sujetos con su ambiente, esta nueva concepción se ve reflejada en el pasaje de un modelo de salud biologicista a un modelo salubrista e integral. (Vignolo, Vacarezza, Álvarez, & Sosa, 2011)

Una de las causas que inciden en debilitar la implementación y la cultura de las prácticas de la AF se sostiene sobre las propias percepciones, valoraciones y significaciones que los equipos de salud otorgan a estas prácticas, desconociendo herramientas y recursos necesarios para poder implementar programas de mantenimiento de estas actividades a largo plazo, como también, derivar a los lugares donde se realizan estas prácticas para lograr la efectividad. (Brunet, & Sabiston, 2011)

Se entiende que uno de los factores relevantes que adquieren categoría de obstáculo frente a este problema, es la propia percepción y significación que dichos profesionales y técnicos tienen respecto de la AF. La forma del significado, la valoración y las actitudes que acompañan estas hacen que las recomendaciones o indicaciones respecto al desarrollo de AF en la población se tornen inespecíficas, y que las propias personas, según sea el nivel de motivación que tengan, busquen por sí mismas formas de resolverlo lo que lleva muchas veces al abandono. (MSP, 2014, p.156)

La relevancia de trabajar sobre la práctica de AF en las poblaciones radica en que la falta de ésta constituye una de las principales causas de las ENT más importantes, como las cardiovasculares, diabetes y determinados tipos de cáncer, contribuyendo sustancialmente a un aumento sustancial de la morbilidad, mortalidad y discapacidad de las comunidades. (MSP, 2019a; MSP, 2019b)

La promoción y educación de esta, ha demostrado ser una de las intervenciones más efectiva, de muy bajo costo, muchas veces con acceso gratuito, de manera equitativa, y con beneficios para la salud en general, pudiendo actuar la mejora de la calidad de vida de las personas; como también en la disminución de la morbilidad y mortalidad de la población. (Rodríguez, Ponce, Madrigal, & Martínez, 2022, p. 4)

Desde el año 2019 desarrollo mis actividades académicas en ISEF-CUP. Perteneciente al Departamento de Educación Física y Salud en el núcleo de Prácticas corporales y Salud presentada y aprobado el cargo de efectividad G 2 20 hs, asumiendo a la fecha en abril de 2019.

El plan de trabajo que pretendo realizar, es presentado en el marco del Plan de Desarrollo del ISEF (PDI), del Plan 2017 de la LEF y del nuevo Estatuto de Personal Docente (2020), el cual me sitúo en la dedicación alta con un total de 30 horas en las actividades académicas de enseñanza, investigación, extensión y cogobierno, que desarrollo abajo:

Objetivo general

Realizar funciones docentes, con énfasis relevante en las funciones de enseñanza, extensión e investigación en el cargo de Docente Asistente Efectivo, grado 2, con alta dedicación en el marco del Estatuto Docente de la UdelaR, en el periodo de 2023-2024.

Objetivos específicos

- > Colaborar en las funciones docentes junto los grupos de trabajo que integro en el servicio de Isef y con otros servicios del Centro Universitario de Paysandú CENUR Litoral Norte.
- > Desempeñar las funciones docentes de la formación de grado en la LEF plan 2017 y formación permanente de ISEF.
- > Desarrollar las actividades de investigación que aportan al conocimiento académico.
- > Realizar las actividades de extensión en territorio en el Centro Universitario de Paysandú CENUR Litoral Norte – ISEF.
- > Afianzar la participación activa del cogobierno en los espacios que participo

1. Enseñanza

Cursos de Grado

Como docente asistente responsable de los cursos de las Unidades Curriculares (UC) de la Licenciatura en Educación Física (LEF) Plan 2017, ISEF, que atraviesan el Núcleo Prácticas Corporales, pretendo continuar a dar y actualizar los contenidos de las UC del núcleo; y consolidar el equipo docente formado por docentes G1 y G2 interinos que acompañan las UC:

- Unidad Curricular: Educación Física y Salud II (UC EFS2), correspondiente al 5 semestre de la LEF, troncal común, seis créditos otorgados, 48 horas clase, asistencia mixta, 50%/50%.

- Unidad Curricular: Educación Física Adaptada 1 (UC EFA1), correspondiente al 6° semestre de la LEF, troncal común, ocho créditos otorgados, 64 horas clase, asistencia mixta, 50%/50%.
- Unidad Curricular: Educación Física Adaptada a Poblaciones Especiales I (UC EFA PEI), correspondiente al 7° semestre de la LEF, trayecto salud, diez créditos otorgados, 80 horas clase, asistencia mixta, 50%/50%.
- Unidad Curricular: Educación Física Adaptada a Poblaciones Especiales II (UC EFA PEII), correspondiente al 8° semestre de la LEF, trayecto salud, diez créditos otorgados, 80 horas clase, asistencia mixta, 50%/50%.
- Pretendo llevar a cabo la participación de invitados idóneos (Psicóloga, Psicomotricista y Nutricionista) en el marco de la docencia, para talleres y actividades en discapacidad como fortalecimiento en las UC Educación Física Adaptada a Poblaciones Especiales I y Educación Física Adaptada a Poblaciones Especiales II que dicto de forma presencial en el semestre impar y semestre par 2023.

Cursos de Formación Permanente

- Pretendo dictar el curso de formación permanente presentado y aprobado en marzo 2023: “Riesgo de caídas que puedan producir consecuencias limitantes en adultos mayores autovalidos”. Para dictar en los meses de setiembre, octubre y noviembre 2023, carga horaria 30hs. Docentes responsables: Yohanna Cabrera - Adriana Oleschuck (G°2); supervisado por Dr. Carlos Biancardi, del Laboratorio de Biomecánica, Centro Universitario de Paysandú - Cenur Litoral Norte, UdelaR.
- Dictado de curso de educación permanente “Historia y Postura” (en el marco de la articulación de la UC historia de la Educación Física, UC Educación Física Adaptada Y la UC de Fundamentos Anátomo Funcionales (semestre impar 2024)
- Dictado de curso de educación permanente “Menopausia y andropausia y ejercicio físico”, con la articulación de las UC Educación física a poblaciones especiales (semestre par 2024)

2. Investigación

- Pretendo finalizar en 2023/2024 mi proyecto de investigación en el marco de la tesis de maestría, título: “Significados atribuidos a la práctica de actividad física desde el discurso de los equipos de salud del Primer Nivel de Atención”. NIEFDS, ISEF, CSIC, UdelaR; en el marco de la maestría en: MASTER Actividad Física y Salud en las diversas enfermedades, Fundación Universitaria Iberoamericana, Funiber, España, Universidad Europea del Atlántico Atlanta, España.
- Pretendo producir un artículo con los resultados de la investigación de mi proyecto de maestría y enviar para publicación a una revista indexada en el año 2024.

- Pretendo crear y posteriormente desarrollar la línea de investigación de educación física y atención primaria en salud, en el grupo de investigación que integro: NIEFDS (Núcleo de Investigación en Educación Física, Deporte y Salud), del departamento de educación Física y Salud de ISEF, registrado en la CSIC (Comisión Sectorial de Investigación Científica) de la UdelaR.
- En el marco de colaboración en la formación de investigadores, pretendo proponer a los estudiantes del EFI “Promotores de Salud en los Entornos Educativos”, trabajar en la iniciación a la investigación de los temas propuestos en dicho EFI articulado a la Unidad Curricular Educación Física Adaptada 1

3. Extensión

- Pretendo llevar a cabo el EFI de sensibilización en el CENUR litoral norte con el nombre de “Promotores de Salud en los Entornos Educativos”, presentado, el 02.03.2023. De carácter - Docente responsable, fecha a realizar; segundo semestre 2023, con la participación de estudiantes de la LEF, ISEF.
- Pretendo presentar como fortalecimiento académico un EFI de “profundidad” y “sensibilización” en el CENUR litoral norte, con el nombre de “Promotores de Salud en los Entornos Educativos”. De carácter - Docente responsable fecha: segundo semestre 2024.
- Pretendo finalizar la colaboración en las actividades de extensión del “Programa de ejercicios para embarazadas de bajo riesgo entre la semana 15 y 18 de edad gestacional” (10/2020 – 04/2023). Duración 20 semanas, de 2 horas semanales. En el CUP: Corporación Médica de Paysandú (COMEPA) y en Montevideo Cátedra de medicina del Ejercicio y Deporte, Hospital de Clínicas y RAP-ASSE en las policlínicas del Hospital Saint Bois y Los Ángeles. Co responsable.
- Pretendo llevar a cabo como participante en el espacio de actividades en el medio: “Promoción de educación ambiental como componente clave en la salud de las comunidades” entregado el 24.04.2023, formulario N°108 SCEAM (aún sin resolución).

4. Cogobierno

- Pretendo continuar a integrar la Comisión Cogobernada del Departamento de Educación Física y Salud, ISEF, en el año de 2023 y en el año de 2024, de carácter alterno de forma quincenal, en el horario de 14:00 a 16:00.
- Pretendo continuar a integrar la Mesa del Área de Salud del CENUR Litoral Norte Paysandú, UdelaR, de carácter alterna en el año de 2023, en los segundos martes del mes, en el horario de 19:00 a 21:00.

5. Otras gestiones y/o actividades

Pretendo colaborar en las actividades del Programa de la Universidad Saludable (UNISA) del Polo de salud Comunitario del CUP, que son:

- En el marco de participación en eventos académicos, pretendo presentar el resumen extendido N°112, desde el Programa de la UNISA, para la ponencia en la I Jornada Binacional de Docentes de Educación Superior del Río Uruguay. Paysandú. CENUR Litoral Norte, UdelaR y UADER, Concepción Del Uruguay, Argentina; mayo 11-12, 2023. Título del trabajo: "Promoción de salud en la comunidad universitaria: el programa UNISA en diálogo con el territorio". Notificación de aprobación el 20 de abril 2023
- Pretendo continuar a desarrollar como docente responsable, las pasantías en el marco del programa UNISA 2023-2024: "Pausas activas", dirigidas a funcionarios universitarios no docentes. Pretendo ampliar esta actividad academia a docentes y estudiantes, para el año 2024.
- En el marco de participación en eventos académicos, pretendo presentar como integrante de UNISA, el libro "Promoción de Salud en la Universidad. Claves en la Interdisciplina y la Integralidad", en la Jornada-Binacional-Educación-Superior-RíoUruguay-1: I Jornada Binacional de Docentes de Educación Superior del Río Uruguay, UdelaR, CENUR Litoral Norte, Paysandú - UADER Concepción del Uruguay, Argentina, mayo 11-12, 2023.
- Continuar a integrar las reuniones del equipo gestor en el programa Universidad saludable (UNISA) UdelaR en el año 2023, los días viernes, en el horario de 13:00 a 15:00.

6. Resultados esperados

Enseñanza

- Consolidación de la oferta de las UC.
- Formación de recursos humanos.
- Desarrollo del EFI asociado a la oferta de UC EFA.
- Realización de los cursos de formación permanente propuestos.

Investigación

- Finalización del proyecto de investigación en el marco de la maestría.
- Presentación de los resultados del proyecto de investigación en eventos académicos y revista indexada.
- Creación de la línea de investigación de educación física adaptada y salud en el marco del grupo de investigación.
- Desarrollo del "EFI Promotores de Salud en Entornos Educativos".

Extensión

- Desarrollo del "EFI Promotores de Salud en los Entornos Educativos" de "sensibilización" y "profundización".
- Fortalecimiento de los vínculos con los diversos actores que conforman el territorio del EFI.
- Colaboración en actividades de extensión en el medio.

Cogobierno

- Contribución en la gobernabilidad institucional.

7. Cronograma tentativo de actividades

Acciones	1°S 2023	2° S 2023	1° S 2024	2° S 2024
Realizar la enseñanza de la UC EFS 2	X		X	
Realizar la enseñanza de la UC EFA PEI	X		X	
Realizar la enseñanza de la UC EFA PEII		X		
Realizar la enseñanza de la UC EFA 1		X		X
Generar una revisión de los cursos dictados, en el marco del EFI		X	X	
Realizar el curso de formación permanente "Riesgo de caídas en adultos mayores auto válidos"		X		
Realizar el curso de formación permanente "Historia y postura"				X
Realizar el curso de formación permanente "Menopausia y andropausia y ejercicio físico"			X	
Finalizar la investigación "Significados atribuidos a la práctica de AF desde el discurso de los equipos de salud del PNA"	X	X		
Redactar un artículo del TFC			X	X
Participar en eventos académicos: Encuentro de investigación y extensión de ISEF y CENUR				X
Crear la línea en el desarrollo del grupo de investigación			X	X
Desarrollar el EFI "Promotores de Salud en los Entornos Educativos"	X	X	X	X
Colaborar en actividades de extensión en el medio.	X	X	X	X
Participar en instancias de cogobierno	X	X	X	X

8. Bibliografía

- Arroyo, H. (2018). El movimiento de universidades promotoras de la salud. *RevBrasPromoçSaúde*, 31(4): 1-4, out. /dez., 2018.
- Bralich, J. (2009) Una mirada histórica a la extensión universitaria. En: Extensión en Obra.
- Barrán, J.P. (1995). Medicina y sociedad en el Uruguay del Novecientos. La invención del Cuerpo. Montevideo: Ediciones de la Banda Oriental.
- Barrán, J.P. (1999) Biología, medicina y eugenesia en el Uruguay. *Asclepios* Vol. LI-2
- Bernui Contreras, M. (2013). Programa Pausa Activa para fortalecimiento del personal no docente de la Universidad Peruana Unión, año 2012. Estrategias para el cumplimiento de la misión, 10(2), 8 – 25. Recuperado de <file:///D:/Users/Usuario/Downloads/443-535-1-PB.pdf>
- Brunet, J., & Sabiston, C. M. (2011). Exploring motivation for physical activity across the adult lifespan. *Psychology of Sport & Exercise*, 12(2), 99-105. doi: 10.1016/j.psychsport.2010.09.006
- Carballo, C. (2013). La Educación Física de los otros. La Plata.: Ediciones Al Margen.
- Carvalho, Y.; Mendes, V. (2015) Práticas Coparais e Clínica Ampliada. Sao Paulo.: Hucitec Editora.
- Castiel, L.D. et al (2010) Corriendo el riesgo. Ed Fiocruz. Río de Janeiro: Castilla-Vázquez
- Corcuera Maradiegue, M. (2016). Eficacia de la implementación de un programa de Pausas Activas en la disminución de síntomas músculo-esqueléticos en trabajadores administrativos de una empresa de servicios de saneamiento. (Tesis de grado, [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/563/corcuera mm.pdf?sequence=1&isAllowed](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/563/corcuera_mm.pdf?sequence=1&isAllowed)
- Crisorio, R. (2015). La educación física que viene. En R. Crisorio (Coord.), Ideas para pensar la educación del cuerpo. La Plata: EDULP. <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/libros/pm.385/pm.385.pdf>
- De Lellis, M. Interlandi, C, Marino, S. (2015) Capítulo 1: Introducción a la Salud Pública como área de conocimiento y de la acción. En: Perspectivas en salud pública y salud mental. CABA: Nuevos Tiempos.
- Di Santo, M. (2011) Amplitud de Movimiento. Paidotribo.
- Experiencias, reflexiones, metodologías y abordajes en extensión universitaria. Programa de Formación en Extensión del Servicio Central de Extensión y Actividades en el Medio, UdelaR. https://eva.fic.udelar.edu.uy/pluginfile.php/18274/mod_resource/content/1/Una%20mirada%20hist%C3%B3rica%20a%20la%20extensi%C3%B3n%20universitaria.%20En%20Extensi%C3%B3n%20en%20Obra.pdf
- Iribarne, P. (2022) Producción de conocimiento en la integralidad y curricularización de la extensión. En: Integralidad revisitada: abordajes múltiples y perspectivas. Programa APEX, Unidad Regional de Extensión, CENUR Litoral Norte, UdelaR. <http://www.unorte.edu.uy/sites/default/files/Integralidad%20revisitada%20Abordajes%20m%C3%BAltiples%20y%20perspectivas%20APEX%20URE%20Litoral%20Norte.pdf>
- Ibáñez Asto, A. S. (2019). Pausa activa y clima laboral en áreas académicas y administrativas de la Universidad Peruana Unión, 2018. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 12(1). <https://doi.org/10.17162/rccs.v12i1.1202>
- Gadamer, H.G. (2011) El estado oculto de la salud. Barcelona: Ed. Gedisa.

- Gomes, B.F. y De Carvalho (Organizadores) (2015) Práticas Corporais no Campo da Saúde: uma política em formação. Porto Alegre.: Ed. Redes UNIDAS.
- Gargallo-Fernández, M. et al. (2015). Recomendaciones clínicas para la práctica del deporte en pacientes con diabetes mellitus (Guía RECORD). Grupo de Trabajo de Diabetes Mellitus de la Sociedad
- Illich, I. (1975) Némesis médica. La expropiación de la salud. [s.l.] Ed. Barral Editores.
- Illich, I. (1999) La obsesión por la salud perfecta. Un factor patógeno predominante. En: https://groups.google.com/forum/#!topic/la_enfermedad/1_GPfpTZEK8 (Acceso: 20.10.18).
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. d. (2014). Metodología de la Investigación (6a ed.). (2.-M. nandez, Ed.) México: McGraw-Hill / Interamericana Editores, S.A. de C.V. Recuperado de <https://revistas.investigacionupelipb.com/index.php/educare/article/view/1625>
- Le Bretón, D. (1990) Antropología del cuerpo y modernidad. Bs As Argentina: Ed. Nueva Visión.
- Le Bretón, D. (1999) Antropología del dolor. Ed Saxis Barral. Barcelona
- Magallanes, C. (2008) Ejercicio Físico y salud. Un llamado a la prudencia. En. Revista Universitaria de la Educación Física y el Deporte. Año 1. N°1 setiembre 2008. Montevideo – Uruguay.
- Mazza, M. et al. (2011). Manual para la prescripción de ejercicio: actividad física y ejercicio para la salud. Montevideo (UY): Cátedra de Medicina del Ejercicio y Deporte, UdelaR: Dedos, 1-188.
- MSP (2006). 1ª Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades Crónicas No Transmisibles. Dirección General de la salud. Ministerio de Salud Pública, Montevideo. Recuperado de: http://www.msp.gub.uy/sites/default/files/archivos_adjuntos/1er_enfrecnt_2006_1.pdf
- MSP (2010). Transformar el futuro. Metas cumplidas y desafíos renovados en el Sistema Nacional Integrado de Salud. Recuperado de: https://www.paho.org/uru/dmdocuments/MSP_libro_reforma.pdf
- MSP (2014). Aportes para el abordaje de la salud de adolescentes en el primer nivel. Ministerio de Salud Pública, Programa Nacional de Salud de Adolescencia y Juventud, UNFPA; pp. 1- 83. Recuperado de: <https://uruguay.unfpa.org/es/publications/aportespara-el-abordaje-de-la-salud-de-adolescentes-en-el-primer-nivel>
- MSP (2018). 2a Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades No Transmisibles. Ministerio de Salud Pública del Uruguay. Recuperado de <https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/publicaciones/2daencuesta-nacional-de-factores-de-riesgo-de-enfermedades-no>
- MSP (2019a). Informe Morbilidad ENT, Uruguay diciembre 2019. Ministerio de Salud Pública del Uruguay, pp.1-76, pdf 1670 Kb. Recuperado de <https://www.gub.uy/ministeriosalud-publica/tematica/enfermedades-transmisibles-ent?page=0>
- MSP (2019b). Mortalidad por Enfermedades No Transmisibles Uruguay, diciembre 2019. Ministerio de Salud Pública del Uruguay, pp.1-78, pdf 1542 Kb. Recuperado de

- <https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/tematica/enfermedades-transmisiblesent?page=0>
- Olescker, D. (2020). Igualdad, universalidad y accesibilidad: economía política y estado actual de la política pública de salud. Retrieved.
- Owen, C. G., Nightingale, C. M., Rudnicka, A. R., Sattar, N., Cook, D. G., Ekelund, U. & Whincup, P. H. (2010). Physical activity, obesity and cardiometabolic risk factors in 9 to 10-year-old UK children of White European, South Asian and black African-Caribbean origin the Child Heart and Study in England (CHASE). *Diabetologia*, 53(8), 1620-1630.
- OPAS. Salud en el siglo 21: los nuevos desafíos deben dar forma a la dirección de la formación. Revista
- RETS – Red Internacional de Educación de Técnicos em Salud. Año 3 N° 9. Pag, 2 – 11. Ene/Feb/Mar Acceso en 27/02/2019. Disponible en:http://www.rets.epsjv.fiocruz.br/sites/default/files/revistas/rets09_esp.pdf
- Rodríguez-Torres, Á. F., Cusme-Torres, A. C., & Paredes-Alvear, A. E. (2020). El sedentarismo y beneficios de la actividad física en los adolescentes. *Polo del Conocimiento*, 5(9), 1163-1178.
- Rodríguez, D. C., Ponce, A. D. M., Madrigal, E. C. & Martínez, d. M. R. (2022). La actividad física en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles physical activity in the prevention of chronic non-communicable diseases.
- Sampieri
- Santos, D.; Tenório, E.; Brêda, M.; Mishima, S. (2014) El proceso salud-enfermedad y la estrategia salud de la familia: la perspectiva del usuario. In: *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, nov.-dic. 2014. Acceso en 27/03/2019. Disponible en: http://www.scielo.br/pdf/rlae/2014nahead/es_0104-1169-rlae-0002-2496.pdf
- Soto, G.; Piedra Cueva, M. (2022) Reseña del proceso de institucionalización de la extensión universitaria en la Udelar. En: *Integralidad revisitada: abordajes múltiples y perspectivas*. Programa APEX, Unidad Regional de Extensión, CENUR Litoral Norte, Udelar. <http://www.unorte.edu.uy/sites/default/files/Integralidad%20revisitada%20Abordajes%20m%C3%BAltiples%20y%20perspectivas%20APEX%20URE%20Litoral%20Norte.pdf>
- Tomasino, H.; Rodríguez, N. (2011) Tres tesis básicas sobre extensión y prácticas integrales en la Universidad de la República. En: *Integralidad: tensiones y perspectivas*. Cuadernos de Extensión N°1. Comisión Sectorial de Extensión y Actividades en el Medio, Udelar. <https://www.extension.udelar.edu.uy/blog/books/cuadernos-de-extension-no-1-integralidad-tensiones-y-perspectivas/>
- Porzecansky, T. (2008) *El cuerpo y sus espejos*. Montevideo: Ed. Planeta.
- UNISA (2023) libro "Promoción de Salud en la Universidad. Claves en la Interdisciplina y la Integralidad".
- Universidad de la República. (2021). Estatuto del personal docente. Portal Udelar. <https://udelar.edu.uy/portal/ensenanza/estatuto-del-personal-docente/>
- Valenzuela L., M. La salud desde una perspectiva integral. In: *Revista Universitaria de la Educación*

Vieira, A.; De Souza, J. (2009) Boa postura: ¿Uma preparação o com a Estética a Moral ou a Saúde? Em: <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/download/3796/4835>. (Acceso: 10.10.18).

Vigarello, G. (1978) Corregir el cuerpo. Historia de un poder pedagógico. Ed. Nueva Edición. Buenos Aires

Vignolo, J., Vacarezza, M., Álvarez, C., & Sosa, A. (2011). Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud. Arch Med Interna, pp. 11-14.

Varo-Cenarruzabeitia, J. J. & Martínez-González, M. A. (2006). El consejo sanitario en la promoción de la actividad física. Medicina Clínica, 126, 376-377.



**Instituto Superior
de Educación Física**
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

Valoración del plan de trabajo de Yohanna Cabrera

La Comisión Cogobernada del Departamento de Educación Física y Salud realiza la siguiente valoración del plan de trabajo presentado por **Yohanna Cabrera** (cargo grado 2, efectivo, 20 hs con extensión a 30hs, núcleo Prácticas Corporales, sede Paysandú), para los años 2023 y 2024.

Objetivos del plan de trabajo:

Objetivo general

Realizar funciones docentes, con énfasis relevante en las funciones de enseñanza, extensión e investigación en el cargo de Docente Asistente Efectivo, grado 2, con alta dedicación en el marco del Estatuto Docente de la UdelaR, en el periodo de 2023-2024.

Objetivos específicos

- ✓ Colaborar en las funciones docentes junto los grupos de trabajo que integro en el servicio de Isef y con otros servicios del Centro Universitario de Paysandú CENUR Litoral Norte.
- ✓ Desempeñar las funciones docentes de la formación de grado en la LEF plan 2017 y formación permanente de ISEF.
- ✓ Desarrollar las actividades de investigación que aportan al conocimiento académico.
- ✓ Realizar las actividades de extensión en territorio en el Centro Universitario de Paysandú CENUR Litoral Norte – ISEF.
- ✓ Afianzar la participación activa del cogobierno en los espacios que participo.

Formación Académica:

- Maestranda en Fundación Universitaria Iberoamericana, Funiber, España, en la fase final de la tesis sobre los significados de la actividad física en el discurso de los equipos de salud del Primer Nivel de Atención.
- Licenciada en Educación Física.
- Especializaciones en Prevención y Rehabilitación Cardio-Respiratoria y Docencia en Salud.
- Participación en Jornada Binacional de Docentes de Educación Superior del Río Uruguay.

Enseñanza:

- Docente asistente responsable de cursos en la Licenciatura en Educación Física. (Educación Física y Salud II, Educación Física Adaptada I, Educación Física Adaptada a Poblaciones Especiales I y II)
- Actualización y consolidación del equipo docente en el Núcleo Prácticas Corporales y Salud.
- Cursos de formación permanente, procura realizar curso “Riesgo de caídas que puedan producir consecuencias limitantes en adultos mayores autovalidos”, continuar pasantías en el marco del



www.isef.edu.uy

MONTEVIDEO
2480 0102 - 2486 1866
Parque Batlle s/n
comunicacion@isef.edu.uy

PAYSANDÚ CUP
4722 0221 - 4723 8342
Florida 1091
comunicacion@cup.edu.uy
www.cup.edu.uy

MALDONADO CURE
4223 6595 (int.110)
Calle Burnett casi M. Chiozzi
(Tribuna Este del Campus Municipal)
secretaria@curemaldonado.edu.uy
www.cure.edu.uy



Instituto Superior
de Educación Física
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

programa UNISA 2023-2024 "pausas activas" y pretende realizar curso de formación denominado: "Manejo Multidisciplinario en la Prevención Cardiovascular".

Investigación:

- Creación y desarrollo de línea de investigación en educación física y atención primaria en salud.
- Finalización de proyecto de investigación para la tesis de maestría.
- Producción de un artículo con los resultados de la investigación para su publicación.
- Colaboración en proyectos de investigación sobre actividad física en el embarazo y otros.

Extensión:

- Desarrollo de cursos de sensibilización y formación en promoción de salud en entornos educativos.
- Participación en programa de ejercicios para embarazadas de bajo riesgo.
- Talleres y actividades en discapacidad.
- Participación en la promoción de educación ambiental y salud comunitaria.

Cogobierno:

- Integración en comisiones cogobernadas del Departamento de Educación Física y Salud y el Área de Salud del CENUR Litoral Norte Paysandú.

Otras Gestiones y Actividades:

- Continuación de pasantías en el programa UNISA dirigidas a funcionarios universitarios.
- Presentación de libro sobre promoción de salud en la universidad en un evento académico.
- Participación en reuniones del equipo gestor del programa Universidad saludable (UNISA).

Valoración final de la Comisión Cogobernada

La docente está en proceso de formación académica, como corresponde a su cargo.

Los objetivos están bien definidos, destacando la colaboración con grupos de trabajo de ISEF y de otros servicios del Centro Universitario de Paysandú CENUR Litoral Norte.

Las actividades que proyecta realizar demuestran un enfoque equilibrado entre la enseñanza, la investigación, la extensión y el cogobierno dentro del contexto del Departamento.

El plan incluye, como solicitado, un cronograma tentativo de las actividades señaladas, así como también los resultados que se esperan alcanzar, lo que



www.isef.edu.uy

MONTEVIDEO
2480 0102 - 2486 1866
Parque Batlle s/n
comunicacion@isef.edu.uy

PAYSANDÚ CUP
4722 0221 - 4723 8342
Florida 1051
comunicacion@cup.edu.uy
www.cup.edu.uy

MALDONADO CURE
4223 6595 (int.110)
Calle Burnett casi M. Chiossi
(Tribuna Este del Campus Municipal)
secretaria@curemaldonado.edu.uy
www.cure.edu.uy



Instituto Superior
de Educación Física
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

facilitará la evaluación del próximo informe de actividades. Se recomienda a la docente que se integre a algún grupo de investigación consolidado y en funcionamiento para llevar a cabo sus actividades académicas vinculadas al mismo.

Se aprueba el plan de trabajo presentado.

Malena Damián
Orden docente

José Meléndez Gallardo

Orden docente

Bruno Coriño
Orden Estudiantil

Prof. Agr. CARLOS MAGALLANES
Dir. Dpto Ed Física y Salud
ISEF - UDELAR



www.isef.edu.uy

MONTEVIDEO
2480 0102 - 2486 1866
Parque Batlle s/n
comunicacion@isef.edu.uy

PAYSANDÚ CUP
4722 0221 - 4723 8342
Florida 1051
comunicacion@cup.edu.uy
www.cup.edu.uy

MALDONADO CURE
4223 6595 (int.110)

	Expediente Nro. 008150-000031-23 Actuación 2	Oficina: SECCIÓN SECRETARÍA A COMISIÓN DIRECTIVA - CENTRO MONTEVIDEO - ISEF Fecha Recibido: 05/12/2023 Estado: Para Actuar
--	---	---

TEXTO