



Nº de expediente: 008452-000006-24

Fecha: 12.11.2024

Universidad de la República Uruguay - UDELAR



ASUNTO

EFI "PROMOCIÓN DE SALUD EN ENTORNOS EDUCATIVOS" : PRESENTACIÓN DE PROGRAMA Y SUGERENCIA DE CRÉDITOS

Unidad	SECCIÓN SECRETARÍA COMISIÓN DIRECTIVA - CENTRO MONTEVIDEO - ISEF
Tipo	CREDITIZACIÓN - SOLICITUD DE
Carrera:	LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA
Curso:	EFI PROMOCIÓN DE SALUD EN ENTORNOS EDUCATIVOS
Plan:	2017
Fecha:	
Período desde:	
Período hasta:	
Nombre:	
Cédula de Identidad:	
Docente:	
Grado:	
Motivo:	

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. 008452-000006-24 Actuación 1	Oficina: COMISIÓN ACADÉ MICA Fecha Recibido: 12/11/2024 Estado: Cursado
--	---	--

TEXTO

Se adjunta:

- programa del EFI "Promoción de salud en entornos educativos"
- nota de la Comisión Académica de Grado, copia fiel del original que tuve a la vista.

Pase a Secretaría de Comisión Directiva para su consideración.

Firmado electrónicamente por SYLVIA FIORELLA ACERENZA PRUNELL el 12/11/2024 10:13:34.

Nombre Anexo	Tamaño	Fecha
Programa EFI UNISA - Edicion 2024.pdf	508 KB	12/11/2024 10:13:03
EFI PROMOCIÓN DE SALUD_000047.pdf	255 KB	12/11/2024 10:13:04



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



CENUR
Litoral Norte
Paysandú



ESPACIO DE FORMACIÓN INTEGRAL
“PROMOCIÓN DE SALUD EN ENTORNOS EDUCATIVOS”
Edición 2024

Nombre del EFI: “PROMOCIÓN DE SALUD EN ENTORNOS EDUCATIVOS”

Modalidad: Semestral 2do. Semestre

Créditos otorgados: 4 (cuatro)

Frecuencia semanal: 2 hs.

Carácter de la asignatura: Optativa / Electiva

Coordinación general del EFI: Asistente Yohana Cabrera (ISEF); Asistente Silvia Sabaño (CIO Salud)

Carreras y Unidades Académicas participantes: Nutrición, Psicología, Fisioterapia, Salud Ocupacional, Unidad de Comunicación y Difusión Institucional, Unidad Regional de Extensión Sede Paysandú

PROPUESTA EFI

Se propone el desarrollo de actividades de sensibilización en promoción de salud, a través de prácticas integrales y de formación en extensión universitaria. Esta propuesta busca generar instancias de formación y reflexión con los docentes y estudiantes, con el objetivo de enmarcar las actividades a desarrollar. Facilitar espacios de acción y de prácticas integrales a partir del diálogo de saberes y estrategias pedagógicas que contribuyan a la promoción de salud en los entornos educativos. En este sentido, se prevé la articulación con distintos entornos educativos, en el marco de las áreas de desarrollo temático, la inserción territorial y los vínculos interinstitucionales que la Unidad Regional de Extensión y el Programa Universidad Saludable (UNISA), vienen realizando a partir de acciones en conjunto.

En cuanto a los resultados esperados, se pretende enmarcar la importancia del proceso de formación, la práctica educativa y el diálogo de saberes, enfatizando en el empoderamiento de los y las estudiantes sobre la importancia de transmitir los conocimientos adquiridos como promotores de salud. Además, se destaca la tarea de asumir el compromiso docente en la creatividad y las propuestas disparadoras metodológicas de enseñanza, como facilitadores para lograr un impacto positivo en la comunidad y en la construcción de una autogestión de hábitos saludables en los entornos educativos.

El EFI hace parte del Programa Integral que el Cenur Litoral Norte viene desarrollando, en el marco de las acciones tendientes a promover la integralidad universitaria en la región. La propuesta se orienta a estudiantes de las ciencias de la salud (psicología,

salud ocupacional, nutrición, educación física). En el caso de los estudiantes de la licenciatura en educación física, esta propuesta aporta en los siguientes aspectos:

Permite integrar contenidos propios en dialogo con otros saberes disciplinarios y populares con relación a la salud.

Generar un espacio de formación para estudiantes de la Licenciatura en Educación Física (EF) en clave comunitaria, en articulación con grupos de estudio e investigación sobre las temáticas en salud, generando herramientas sobre promoción de salud que aportan a su función profesional.

Problematizar las nociones y los hábitos en salud, con la participación constructiva de los estudiantes de la LEF, hacia un conocimiento integral en perspectiva holística.

1- OBJETIVOS

Objetivo general

Contribuir a la promoción y educación en salud en entornos educativos, como estrategia de fortalecimiento de las comunidades.

Objetivos específicos

- Articular las funciones universitarias como proceso integral de sensibilización en los ejes temáticos de la promoción de salud, y de las dimensiones de la extensión y la investigación universitaria.
- Contribuir al fortalecimiento de la autogestión de hábitos saludables, teniendo como eje la participación activa de la comunidad del entorno educativo potenciando las habilidades para la vida.
- Generar un producto de sensibilización reflejando la construcción colectiva de hábitos saludables y de impacto social.

2- CONTENIDOS

Módulo 1. Extensión e Integralidad en la UdelaR. El devenir de los Espacios de Formación Integral (EFI).

Módulo 2. La Salud Pública. Promoción de salud. Determinantes de la salud.

Módulo 3. Comunicación, ambiente y salud.

Módulo 4. Alimentación saludable, en el día a día.

Módulo 5. Promoción de las pausas activas, como hábito de vida saludable en el entorno laboral incorporando la importancia y los beneficios de la actividad física regular. Ergonomía, promoción en posturas adecuadas y gestión del espacio laboral.

Módulo 6. Aspectos psicosociales de promoción de salud. Factores de riesgo y protección en entornos educativos. Estrategias de fortalecimiento de factores de cuidado de nuestra salud en la comunidad universitaria.

Espacio Taller: Organización general y desarrollo de la Feria Estudiantil en Salud.

3- METODOLOGÍA

La configuración metodológica para el desarrollo del EFI se propone a partir de encuentros presenciales en modalidad taller, con énfasis en la participación e intercambio entre pares y con la comunidad educativa; profundizando los contenidos en actividades prácticas específicas. Además, se indicarán lecturas obligatorias y recomendadas. Se propondrá la reflexión a través de talleres, dinámicas grupales y otros recursos didácticos que se focalicen en el análisis crítico de conceptos clave y en la aproximación a diversas miradas sobre la importancia de la promoción de salud en entornos educativos. Se contará con una plataforma virtual del EFI en el Espacio Virtual de Aprendizaje (EVA), como espacio clave para la comunicación y repositorio de recursos de información.

4- CRONOGRAMA

Actividad	Docente/s
*Hablemos de Extensión Universitaria. Extensión e Integralidad en la UdelaR. El devenir de los Espacios de Formación Integral (EFI). *Presentación Programa UNISA * Presentación de la Propuesta EFI 2024.	Unidad Regional de Extensión Sede Paysandú Integrantes del Equipo Gestor UNISA Yohanna Cabrera Silvia Sabaño
*Salud Pública * Promoción de salud *Determinantes de la salud *Entorno educativo y salud	Silvia Sabaño Yohanna Cabrera
*Propuesta Agente Promotor de salud *Comunicación, ambiente y salud	Daniela Ojeda Victoria Lagaxio Mónica Cabrera
*Pausas Activas *Posturas Laborales *Evaluaciones ergonómicas por puesto de trabajo * Gestión del espacio laboral	Yohanna Cabrera Agustina Osorio Adriana Oleschuk Florencia Martínez Rodrigo Quintana

*Aspectos psicosociales de promoción de salud. Factores de riesgo y protección en entornos educativos	Flavia Vique
*Situación actual en relación a la alimentación y nutrición en el país *Mirada sistémica de la alimentación *Conceptos claves sobre alimentación saludable	Silvia Bentancort Rosina Salsamendi
*Ergonomía y posturas laborales *Pausas Activas *Métodos de evaluación de riesgo postural *Elaboración de herramienta de recolección	Yohanna Cabrera Agustina Osorio Adriana Oleschuk FlorenciaMartínez
*Barreras y facilitadores para lograr una alimentación saludable *Estrategias para mejorar la alimentación de las personas en el día a día *Planificación de intervención con funcionarios y docentes	Silvia Bentancort Rosina Salsamendi
*Taller 1: Preparación de productos de difusión.	Victoria Lagaxio Mónica Cabrera
*Taller 2: Estrategias de fortalecimiento de factores de cuidado de nuestra salud en la comunidad universitaria	Flavia Vique
*Trabajo de campo Se trabajará con las y los funcionarios TAS de la Sede Paysandú. Docentes de la Unidades y equipos de Coordinación. Ejes: *Pausas Activas *Posturas y cuidados en ambiente laboral *Alimentación saludable en el entorno educativo	Docentes referentes de cada eje Estudiantes EFI

Participación en centro educativo.	Actividad en articulación con la Unidad Regional de Extensión Sede Paysandú, equipos docentes y referentes de Instituciones participantes.
*Preparación del dispositivo Feria como herramienta educativa de difusión en salud.	El equipo docente referente de cada módulo guiará y evaluará el proceso de trabajo de las y los estudiantes, en conjunto con las docentes de la Unidad de Comunicación y Difusión Institucional
*Feria Estudiantil en Salud Exposición de los diferentes productos logrados en el proceso. Charlas y Talleres. Actividades lúdicas, recreativas y artísticas.	Convocatoria abierta de participación a la comunidad universitaria del Cenur Litoral Norte
*Cierre del EFI y evaluación	Docentes, estudiantes y comunidad universitaria

6- APROBACIÓN DEL CURSO

La aprobación del EFI se logra a través de la asistencia al 80 % de las instancias, el cumplimiento de las actividades que se planteen en el transcurso del EFI y la entrega de un producto de difusión en promoción en salud, a ser evaluado en el marco de la Feria Estudiantil de Salud del Cenur Litoral Norte. Se implementará, además, una evaluación colectiva estudiantil y docente en relación al proceso de trabajo y las dimensiones inherentes al mismo.

7- BIBLIOGRAFÍA

- Alberich, T. et al. (2009) Metodologías participativas. Manual. Observatorio Internacional de Ciudadanía y Medio Ambiente Sostenible. Madrid.
- Arroyo, H. (2018) El movimiento de universidades promotoras de la salud. Revista Brasileira em Promoção da Saúde, 31(4): 1-4, out./dez., 2018.
- Bernui Contreras, M. (2013) Programa Pausa Activa para fortalecimiento del personal no docente de la Universidad Peruana Unión. Estrategias para el cumplimiento de la misión, 10 (2), p. 8-25.
- Bianchi, D.; Rodriguez, A. (2023) Estudio preliminar. Extensión: instrumento didáctico de la universidad de Juan Carlos Carrasco (Uruguay, 2009). En: Textos Clave de la Extensión Crítica Latinoamericana y Caribeña.
- Bralich, J. (2009) Una mirada histórica a la extensión universitaria. En: Extensión en Obra. Experiencias, reflexiones, metodologías y abordajes en extensión universitaria. Programa de Formación en Extensión del Servicio Central de Extensión y Actividades en el Medio, UdelaR.
- Calatayud, F. M. (2009) Una mirada al campo de la salud y la enfermedad. En Introducción a la psicología de la salud (pp. 13-49). Buenos Aires: Koyatún. 3.

- 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, Universidad Cesar Vallejo, Trujillo, Perú).
- Crisorio, R. (2015) La educación física que viene. En R. Crisorio (Coord.), Ideas para pensar la educación del cuerpo. La Plata: EDULP.
- 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.
- Egaña, A.; Bianchi, D. (2022) Diálogo de saberes e interdisciplina en los procesos de curricularización de la extensión. En: Integralidad revisitada: abordajes múltiples y perspectivas. Programa APEX, Unidad Regional de Extensión, CENUR Litoral Norte, Udelar.
- García, A., et al., (2009) Caminos... Guía en comunicación saludable. Proyecto Uruguay Saludable - MSP. Montevideo.
- Gil, P. (2008) Capítulo 1: La salud y sus determinantes. Concepto de medicina preventiva y salud pública. Medicina preventiva y salud pública (11a. ed.). Barcelona: Elsevier.
- HLPE. (2017) La nutrición y los sistemas alimentarios. Un informe del Grupo de alto nivel de expertos en seguridad alimentaria y nutrición del Comité de Seguridad Alimentaria Mundial, Roma.
- 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).
- Kaplún, Gabriel (2007) La comunicación comunitaria en América Latina. En: Medios de Comunicación. El escenario iberoamericano. pp. 311-320. Ariel, Madrid.
- Luis Rueda Peláez (2006) Principio de la biomecánica. España
- M. Rodríguez Jouvencel (1994) Ergonomía del trabajo aplicada a la medicina del trabajo. Ediciones Días Santos S.A Madrid (España).
- Ministerio Salud Pública. (2013) 2a Encuesta nacional de factores de riesgo de enfermedades no transmisibles.
- Ministerio Salud Pública. (2016) Guía alimentaria para la población uruguaya.
- Morales, F.; Vique, F. (2015) Programa UNISA Paysandú. Investigación y Desarrollo para una Universidad Saludable. 2015-2017. En: Promoción de salud en la universidad: claves en la interdisciplina y la integralidad. Universidad de la República, Uruguay.
- Soto, G.; Piedracueva, 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.

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.

UNISA (2023) Promoción de Salud en la Universidad. Claves en la Interdisciplina y la Integralidad.

Vique Bonino, F.; Morales, F. (2020) Cap. 3: Otras modalidades de formación académica-profesional en promoción de la salud a nivel transversal en diversos campos profesionales/disciplinarios. pp.191-201. En: Marco Competencial en Promoción y Educación para la Salud: Experiencias Iberoamericanas. Ed. Dickinson, Madrid.

Vique, F.; Baiz, J. (2022) Programa UNISA: Los inicios de las Universidades Promotoras de Salud en Uruguay. En: Promoción de salud en la universidad: claves en la interdisciplina y la integralidad. Universidad de la República, Uruguay.



Instituto Superior
de Educación Física
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA



UNIVERSIDAD
DE LA REPUBLICA
URUGUAY

Montevideo, 3 de octubre de 2024.

Visto la presentación del programa de EFI "**Promoción de salud en entornos educativos**", la Comisión Académica de Grado sugiere aprobar el programa y otorgar 4 créditos.

Por Comisión Académica

Mag. Cecilia Ruegger

Lic. Andrés Fígoli

Lic. Verónica Búa

Mag. Liber Benítez

Lic. Sofía Caro

Dra. Nancy Salvá

Bach. Lucía Rojas