



Máster en Iniciación a la Investigación en Ciencias de la Enfermería 61054 - Cuidados ecológicos y holísticos

Guía docente para el curso 2015 - 2016

Curso: 1, Semestre: 1, Créditos: 6.0

Información básica

Profesores

- **María Teresa Fernández Rodrigo** maitefer@unizar.es
- **Concepción Germán Bés** cgerman@unizar.es
- **María Pilar Goñi Cepero** pgoni@unizar.es
- **Inmaculada Mínguez Moreno** minguez@unizar.es
- **Fernando Urcola Pardo** furcola@unizar.es

Recomendaciones para cursar esta asignatura

Conocimientos de la teoría de los autocuidados enfermeros.

Actividades y fechas clave de la asignatura

Esta asignatura comienza en el segundo cuatrimestre, en el mes de febrero de 2016.

Las clases se imparten en jueves y viernes, en horario de mañana o 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 6 de mayo de 2016 (jueves) para la 1ª convocatoria y el 9 de septiembre de 2016 (viernes) para la 2ª convocatoria.

COORDINADORA DE LA ASIGNATURA:

Mª Teresa Fernández Rodrigo. Area de Enfermería. maitefer@unizar.es. 876554453

Inicio

Resultados de aprendizaje que definen la asignatura

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

- 1: 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.
- 2: Analizará problemas de salud debido a factores ambientales desde varios paradigmas.
- 3: Aplicará los conceptos del equilibrio microbiano y las técnicas disponibles para su análisis.
- 4: Identificará las nuevas dolencias relacionadas con factores ambientales actuales según su exposición y factores epigenómicos, proponiendo medidas para su prevención y minimización.
- 5: Identificará las características de la enfermería holística y su distribución internacional y su aplicación.
- 6: Aplicará técnicas de cuidado holístico a diversas poblaciones.
- 7: Diferenciará la dolencia de la enfermedad en grupos específicos de población
- 8: Evaluará el bienestar, la autonomía y la seguridad de las personas sanas, dolientes y enfermas crónicas aplicando técnicas de enfermería holística.

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.

Contexto y competencias

Sentido, contexto, relevancia y objetivos generales de la asignatura

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.

Contexto y sentido de la asignatura en la titulación

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

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

1: 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

2: 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 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 autocrítica en la evaluación de los resultados experimentales y la fiabilidad de los mismos CT7

3: 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

Importancia de los resultados de aprendizaje que se obtienen en la asignatura:

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.

Evaluación

Actividades de evaluación

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

- 1:** Evaluación Continua (asistencia a clase y participación en clase o seminarios) Supone un 10%
 - 2:** Pruebas semiobjetivas (preguntas breves, desarrollo de un tema, resolución de ejercicios y problemas).
Supone un 20%
 - 3:** Diario reflexivo. Supone el 40 %
 - 4:** Trabajo académico dirigido individual. Supone un 30%
-

Actividades y recursos

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

Actividades de aprendizaje programadas (Se incluye programa)

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

- 1:** 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.
- 2:** 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

Planificación y calendario

Calendario de sesiones presenciales y presentación de trabajos

PROGRAMA TEÓRICO

I. Módulo Salud Ambiental: ANÁLISIS DE FACTORES MEDIO-AMBIENTALES:

SESIÓN 1. CALIDAD DEL AGUA DE CONSUMO HUMANO

1. Contaminantes químicos
2. Contaminantes microbiológicos:
3. Detección precoz, prevención y riesgos para la salud por microorganismos ambientales.

SESIÓN 2. OGM DESTINADOS A LA AGRICULTURA Y ALIMENTACIÓN

1. Transgénicos /Productos ecológicos
2. Técnica de producción de organismos genéticamente modificados

SESIÓN 3. PRINCIPIOS DE SALUD AMBIENTAL

1. Auditoría ambiental
2. Enfermedades emergentes. Factores ambientales y detección precoz
3. Nuevas técnicas para el estudio de las enfermedades

SESIÓN 4. IMPLICACIONES DEL EQUILIBRIO MICROBIANO EN SALUD

1. Equilibrio bacteriano (piel, intestino)
2. Pérdida del equilibrio por el uso de antibióticos. Infecciones por microorganismos resistentes a antibióticos. Educación sanitaria a la comunidad
3. Probióticos

II. Módulo Eco-holístico: ANÁLISIS DE FACTORES PSICO-SOCIO-AMBIENTALES:

SESIÓN 5. ECOLOGÍA AL COMIENZO DE LA VIDA.

1. Embarazo Fisiológico factores de control
2. Parto Fisiológico, desarrollo hormonal y microbiológico
3. El contacto piel con piel
4. La lactancia materna

SESION 6. EL PROYECTO PERSONAL EN EL CICLO VITAL Y SU RELACIÓN CON LA SALUD LA DOLENCIA Y LA ENFERMEDAD

1. La construcción del proyecto vital en diversas culturas.
2. Conceptos entre Salud y Enfermedad: dolencia-malestar, micro violencias, somatizaciones, frustraciones, estados carenciales.
3. Estudio de casos según etapa vital

SESION 7. DIAGNOSTICO ENFERMEROS E INSTRUMENTOS DE VALORACIÓN

1. Marco general de los cuidados eco holísticos
2. Diagnósticos enfermeros relacionados con los cuidados holísticos (CEH)
3. Instrumentos para valorar y evaluar los CEH
4. Estudio de casos

PROGRAMA PRACTICO: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 30 de abril) 7. Atención Plena (combinar estas prácticas con otras asignaturas)

Actividades complementarias: asistencia a las IIIª Jornadas Internacionales "Aurora Mas Cuidados invisibles e Historia" (15 abril 2016)

Las fechas de evaluación de la asignatura así como la entrega de todo el material evaluable serán el 6 de mayo de 2016 (jueves) para la 1ª convocatoria y el 9 de septiembre de 2016 (viernes) para la 2ª convocatoria.

Referencias bibliográficas de la bibliografía recomendada

- Diálogos de mujeres sabias. Coordinadora, Fina Sanz. 3ª ed. Barcelona, Kairós, 2015
- Hombres con corazón. Coordinadora Fina Sanz. Barcelona, Kairós, 2015
- Sanz, Fina: Los vínculos amorosos : amar desde la identidad en la terapia de reencuentro. 4ª ed. Barcelona, Kairós, 2003
- Ser enfermera. Susana Frouchtmann, compiladora. Barcelona, Plataforma, 2011