

## 61054 - Cuidados ecológicos y holísticos.

### Información del Plan Docente

**Año académico:** 2019/20

**Asignatura:** 61054 - Cuidados ecológicos y holísticos.

**Centro académico:** 127 - Facultad de Ciencias de la Salud

**Titulación:** 548 - Máster Universitario en Iniciación a la Investigación en Ciencias de la Enfermería

**Créditos:** 6.0

**Curso:** 1

**Periodo de impartición:** Segundo semestre

**Clase de asignatura:** Optativa

**Materia:** ---

## 1. Información Básica

### 1.1. Objetivos de la asignatura

- 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 transmisión 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.

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

Es una asignatura central dentro de la especialidad de Autocuidados y Calidad de Vida. El desarrollo de muchas de las enfermedades más extendidas hoy en día tiene una marcada influencia de los factores ambientales. Es importante por lo tanto, el conocimiento de cómo los factores ambientales influyen en la salud de las personas para fomentar la prevención y los autocuidados que mejoren la calidad de vida de las personas en la Comunidad.

### 1.3. Recomendaciones para cursar la 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.

## 2. Competencias y resultados de aprendizaje

### 2.1. Competencias

#### COMPETENCIAS BÁSICAS Y GENERALES

- CG3: 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.
- CG1: Evaluar los aspectos relacionados con la calidad de vida en las etapas del ciclo vital y grupos vulnerables
- CG2: 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

## COMPETENCIAS TRANSVERSALES

- CT1: 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.
- CT2: 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.
- CT3: Participar en debates y discusiones, ser capaces de resumirlos y extraer de ellos las conclusiones más relevantes.
- CT4: Utilizar las distintas técnicas de exposición-oral, escrita, presentaciones, paneles, etc- para comunicar sus conocimientos y propuestas. Y asesorar a personas y organizaciones.
- CT5: Capacidad de gestión, planificación y utilización eficiente del tiempo y recursos para la resolución de problemas
- CT7: 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.

## COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

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

### 2.2.Resultados de aprendizaje

- Aplicará 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.
- 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.

### 2.3.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 medio ambiente 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.

## 3.Evaluación

### 3.1.Tipo de pruebas y su valor sobre la nota final y criterios de evaluación para cada prueba

- Evaluación Continua (asistencia a clase y participación en clase o seminarios) Supone un 10%
- Diario reflexivo individual. Supone el 45 %

- Trabajo académico dirigido. Supone un 45%

## 4. Metodología, actividades de aprendizaje, programa y recursos

### 4.1. Presentación metodológica general

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

Los alumnos dispondrán de recursos (apuntes, presentaciones, artículos, etc), en la plataforma moodle

### 4.2. Actividades de aprendizaje

- clases magistrales
- resolución de casos y problemas
- prácticas de laboratorio
- prácticas de campo
- trabajo dirigido

### 4.3. Programa

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

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.

#### 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:

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

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. TEORÍA Y PRÁCTICA DE LA FERMENTACIÓN E INFLUENCIA EN LA MICROBIOTA HUMANA.

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

SESIÓN 11. DIAGNÓSTICOS ENFERMEROS E INSTRUMENTOS DE VALORACIÓN

### 4.4. Planificación de las actividades de aprendizaje y calendario de fechas clave

Las sesiones presenciales comienzan en enero y terminan en marzo (jueves y viernes).

Seminario de transferencia coordinado con otras asignaturas: jueves de los meses de abril y mayo.

PROGRAMA PRACTICO: 1. Problemas y casos prácticos. 2. Auditoría ambiental. 3. Técnicas de biología molecular. 4.

Revisiones y debates 5. Fermentación (tarde) 6. Fluvioterapia / Fluviofelicidad 7. Atención Plena (combinar estas prácticas con otras asignaturas)

La evaluación de la asignatura así como la entrega de todo el material evaluable se comunicará los primeros días de la asignatura

#### **4.5. Bibliografía y recursos recomendados**

<http://psfunizar7.unizar.es/br13/egAsignaturas.php?codigo=61054>