

Universidad de Costa Rica  
Centro Regional de Occidente  
Ciudad Universitaria Carlos Monge Alfaro  
Departamento Ciencias de la Educación. /

①

CURSO: SALUD Y NUTRICION EDO134.

INTENSIDAD HORARIA: 36 horas presenciales  
C I C L O: I de 1980.  
PROFESOR: Mariana Chaves Araya.  
MASTER EN SALUD PUBLICA

## I DESCRIPCION DEL CURSO

Partiendo del criterio de que el educador requiere de instrumentos que le permitan hacer análisis científicos de la realidad, el presente curso es una invitación a la profundización de los problemas relacionados con el tema de la salud. Se pretende proporcionar a los estudiantes la guía y orientación para obtener los conceptos principales sobre algunos temas generales y específicos de la higiene, salud y nutrición.

## II OBJETIVOS

### Objetivo General

Finalizado el curso de salud y nutrición el alumno estará en capacidad de identificar y definir conceptos principales sobre temas generales y específicos de salud y nutrición.

### Objetivos Específicos

Al completar la Unidad uno, el estudiante estará en capacidad de:

1. Definir el concepto de salud.
2. Describir rasgos generales de la problemática de salud en Costa Rica.
3. Comentar la historia social y natural de la enfermedad.

Al finalizar la Unidad dos, el alumno será capaz de:

1. Citar algunas de las enfermedades más comunes en los niños.
2. Enunciar las acciones generales a seguir para la prevención de dichas enfermedades.

3. Citar cinco instrucciones generales para la prevención de accidentes.
4. Describir los pasos a seguir para curar una herida pequeña.
5. Describir los pasos a seguir para detener la hemorragia por la nariz.
6. Enumerar cuatro señales de choque.
7. Identificar cuatro síntomas de desmayo.
8. Citar cuatro signos y síntomas de desmayo.
9. Describir cuatro acciones a seguir en caso de desmayo.
10. Identificar cuatro signos y síntomas de convulsiones.
11. Identificar la clasificación de las quemaduras.
12. Enunciar lo que no se debe hacer en caso de quemaduras.
13. Describir qué hacer, cuando existe un cuerpo extraño en el ojo, en el oído, en la nariz o en la garganta.

Al completar el aprendizaje de la Unidad tres, el estudiante estará en condiciones de:

1. Definir el concepto de nutrición.
2. Identificar los factores que influyen en la problemática nutricional.
3. Identificar los alimentos y su función en el organismo.
4. Comentar algunos métodos para conservar alimentos.
5. Describir algunos factores que determinan la obesidad.

### III DESCRIPCION DEL CONTENIDO

#### Unidad 1:

Proceso - salud - enfermedad.

- Concepto de salud a través de la historia.
- Situación de salud en Costa Rica y políticas nacionales y mundiales en salud.
- Historia social y natural de la enfermedad.

#### Unidad 2:

Nociones generales para actuar en situaciones de emergencia a nivel escolar.

- Enfermedades más comunes en los niños:
  - Enfermedades que se propagan por vía digestiva y respiratoria.
  - Enfermedades parasitarias.
  - Enfermedades que se propagan por artrópodos.
  - Deficiencias de la nutrición.
  - Enfermedades de los ojos y la cavidad bucal.
- Prevención de accidentes.
- Signos vitales.
- Heridas.
- Hemorragias.
- Choque.
- Fracturas.
- Desmayos.
- Convulsiones.
- Quemaduras.
- Cuerpos extraños.

### Unidad 3:

#### Nutrición y Alimentación

- Nutrición y salud.
- Factores que influyen en la problemática nutricional.
- Los alimentos.
- Higiene en el almacenamiento, conservación y preparación de alimentos.
- Desnutrición energético-proteica.
- Obesidad de causa nutricional.

### Unidad 4:

#### Presentación de trabajos sobre uno de los siguientes temas:

- Los problemas de salud en Costa Rica y políticas de salud.
- La Desnutrición en Costa Rica y Programas CEN - CINAI.
- Comedores Escolares.

IV PLAN OPERATIVO

| Fecha   | Hora        | Tema   | Experiencia de Aprendizaje          |
|---------|-------------|--|-------------------------------------|
| 25-4-88 | 5 pm - 7 pm | <p>Introducción. Explicación del programa. Discusión de metodología y formas de evaluación.</p> <p><u>nidad 1</u>: Proceso salud-enfermedad.</p> | <p>Discusión de Grupos</p>          |
| 11-5-88 | 5 pm - 7 pm | <p>Concepto de Salud</p> <p>Diferentes conceptos de salud a través de la historia.</p> <p>Situación general salud en Costa Rica.</p>             | <p>Exposición</p> <p>Exposición</p> |
| 18-5-88 | 5 pm - 7 pm | <p>Políticas nacionales y mundiales en salud.</p> <p>Historia social y natural de la enfermedad</p>  | <p>Exposición</p> <p>Exposición</p> |

| Fecha   | Hora        | Tema   | Experiencia de Aprendizaje |
|---------|-------------|--|----------------------------|
| 25-3-88 | 5 pm - 7 pm | <p><u>Unidad 2:</u> Nociones geerales para actuar en situaciones de emergencia a nivel escolar.</p> <p>Enfermedades más comunes en los niños:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Enfermedades que se propagan por vía digestiva.</li> </ul> <p>Enfermedades que se propagan por la vía respiratoria.</p> | Exposición                 |
| 1-4-88  | 5 pm - 7 pm | <p>Enfermedades parasitarias.</p> <p>Efermedades que se propagan por artrópodos.</p> <p>Deficiencias de la nutrición</p> <p>Enfermedades de ojos y cavidad bucal.</p>  | Exposición                 |
| 8-4-88  | 5 pm - 7 pm | <p>Primer examen parcial.</p>  | Exposición                 |

| Fecha   | Hora        | Tema  | Experiencia de Aprendizaje                       |
|---------|-------------|---|--|
| 15-4-88 | 5 pm - 7 pm | Prevención accidentes<br>Signos vitales.<br>Heridas, cortadas, raspones.<br>Hemorragias - choque<br>Hemorragia - choque | Exposición                                       |
| 22-4-88 | 5 pm - 7 pm | Desmayos<br>Fracturas<br>Fracturas  | Exposición<br>Película                           |
| 29-4-88 | 5 pm - 7 pm | Quemaduras<br>Quemaduras<br>Convulsiones<br>Cuerpos extraños en oídos, ojos y garganta.                                 | Exposición<br>Película<br>Exposición<br>Película |

| Fecha   | Hora        | Tema  | Experiencia de Aprendizaje       |
|---------|-------------|---|----------------------------------|
| 6-5-88  | 5 pm - 7 pm | Nutrición y salud<br>Factores que influyen en la problemática nutricional.<br>Los alimentos.                                      | Discusión de grupo<br>Exposición |
| 13-5-88 | 5 pm - 7 pm | Higiene en el almacenamiento y preparación de los alimentos.<br>Desnutrición energética proteica<br>Obesidad de causa nutricional | Exposición                       |
| 20-5-88 | 5 pm - 7 pm | Demostración de menú  | Trabajo de grupos                |
| 27-5-88 | 5 pm - 7 pm | Exposición de trabajos  | Exposición por grupos            |
| 3-6-88  | 5 pm - 7 pm | Exposición de trabajos  | Exposición por grupos            |
| 10-6-88 | 5 pm - 7 pm | II examen parcial   |                                  |
| 17-6-88 | 5 pm - 7 pm | Evaluación curso  |                                  |

## V METODOLOGIA

Presentación del profesor, asignaciones de lecturas dirigidas, discusiones en grupo.

## VI EVALUACION

|                    |     |
|--------------------|-----|
| I Examen Parcial:  | 30% |
| II Examen Parcial: | 30% |
| Trabajo Escrito:   | 30% |
| Concepto :         | 10% |

La persona que obtenga 6 o 6.5 en su promedio final tiene derecho a un examen de ampliación, que se efectuará según criterio del profesor.

BIBLIOGRAFIA

1. ALFARO JOHNNY. CHAVES, MARIANA. Evaluación de la Eficiencia y Utilización de los Servicios de Salud en el Tercer Nivel de Atención Costa Rica 1985. Tesis de grado inédita. Universidad Antioquia, Medellín Colombia 1986.
2. COLIMON KAHL, Martín. Fundamentos de Epidemiología. Medellín, Colombia 1978.
3. JARAMILLO ANTILLON, Juan. Los Problemas de Salud en Costa Rica. Políticas y Estrategias. 2da. ed. Costa Rica, Edit. Alan. 1984.
4. MINISTERIO DE SALUD. Guía para la Educación en Nutrición y Alimentación en las Comunidades. Edit. Lil, S. A. Costa Rica. 1986.
5. MINISTERIO DE SALUD. Encuesta Nacional de Nutrición 1982. Departamento de Nutrición. Costa Rica. 1985.
6. MINISTERIO DE PREVISION SOCIAL Y SALUD PUBLICA. Manual Guía para el Auxiliar de Enfermería. División de enfermería O.P.S.I.O. M.S. 2º ed. Bolivia 1983.
7. MOHS, Edgar. La Salud en Costa Rica. Costa Rica, Editorial Universidad estatal a Distancia, 1983.
8. OFICINA SANITARIA PANAMERICANA. Desarrollo de la infraestructura de los Servicios de Salud Frente a la Necesidad de Extensión Decobertura. Boletín de la Oficina Sanitaria Panamericana. 83 (5) 1977.
9. ORGANIZACION PANAMERICANA DE LA SALUD. Notas sobre las Implicaciones de la Meta S.P.T. 2000. La Estrategia de Atención Primaria y Los Objetivos Regionales y Administrativos de Los Sistemas de Servicios de Salud. Documento borrador, circulación restringida, 1981 -1984.
10. ROSSERO BIXI, Luis. Encuesta de Fecundidad, 1980. Ed. Westihouse/ Demography. Costa Rica. 1980.
11. SAENZ. Lenín. Salud sin Riqueza. Costa Rica. Ministerio de Salud, 1985.
12. SOLI DE RAMIREZ, Lilliam. Guía Práctica de Salud. Hospital Clínica Bíblica. Edit. Lil, S. A. San José, 1985.