



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE MEDICINA
LICENCIATURA DE MÉDICO CIRUJANO
Programa de asignatura optativa



Denominación: EL PAPEL DEL MÉDICO EN LA PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA PARA EL BUEN VIVIR		Secretaría, División, Coordinación o Departamento responsable de la asignatura: Secretaría de Universidad Abierta y Educación a Distancia		
		Secretaría, División, Coordinación o Departamento de adscripción del académico: Departamento de Salud Pública		
		Nombre del (los) académico(s): Laura Avelina Pedrosa Islas, Lilia Eulalia Macedo de la Concha, Viridiana Robles González		
Clave:		Área: Aportaciones de las ciencias sociales		No. de créditos: 4
Carácter: Optativo		Horas		Horas por semana
Tipo: Teórica		Teoría	Práctica	Horas por semestre
		34	0	2
Estructura: (x) curso () taller () seminario () otro: _____		Modalidad inicial de impartición: () presencial (x) a distancia () semipresencial		Duración del programa: semestral
		Infraestructura: () aula física () laboratorio (x) aula virtual () otro: _____		Momento curricular a partir del cual el alumno podrá cursar la asignatura: Primer semestre

Objetivo general:

Proponer acciones que el personal médico pueda implementar para la promoción de estilos de vida saludable en la población, considerando los enfoques del buen vivir y el curso de vida.

Justificación:

Ante la crisis civilizatoria y la problemática ambiental que se hizo más evidente por la pandemia de COVID-19, es fundamental que los médicos en formación consideren la manera en la que se entrelazan los ecosistemas, los determinantes sociales y las conductas para preservar la salud, o en dado caso, afectarla en las personas y las poblaciones. En esta asignatura se hace una reflexión sobre el concepto y los componentes del buen vivir, así como del papel que desempeñamos los seres humanos para construir nuestra salud con la finalidad de desarrollar el pensamiento “ecosistémico”, en donde acciones como la incorporación del estilo de vida saludable generarán cambios duraderos y de alto impacto en las generaciones existentes y futuras.

Se entiende por “buen vivir” una forma de vida, una corriente de reflexión que implica un cambio civilizatorio a través de una concepción de la vida (humana, vegetal,

animal, del planeta) en armonía, respeto y dignidad. Es una alternativa al modelo de desarrollo devastador del planeta que implica la propuesta de una forma de existencia plena, modesta, equilibrada y armónica que se construye colectivamente, bajo la idea de reciprocidad. El buen vivir concibe la salud humana en relación recíproca con la salud planetaria y comunitaria.

El papel que tienen los médicos en formación es fomentar la toma de decisiones responsables y congruentes con los cambios urgentes que demanda la salud planetaria, de la que depende la salud humana.

Este curso está organizado en cuatro unidades en las que se propone al buen vivir como un proyecto sustentable ante la crisis civilizatoria, enfatizando el papel que tienen los médicos en formación en la promoción de estilos de vida saludable a lo largo del curso de vida para fomentar la salud de las personas.

Algunos temas de la presente propuesta son revisados en las asignaturas Salud Pública y Comunidad, Promoción de la Salud en el Ciclo de Vida y Antropología Médica, tal es el caso de curso de vida, estilo de vida, enfoque biopsicosocial y procesos bioculturales; sin embargo, el enfoque del buen vivir aporta principios en los cuales puede sustentarse una práctica médica no antropocéntrica, como el respeto a la vida y a la naturaleza, la integralidad, la colectividad, entre otros; lo cual no es tratado en ningún programa académico de la licenciatura de Médico Cirujano.

En su conjunto, los temas de esta asignatura fomentan un abordaje de la salud desde la complejidad, y constituye un ejercicio de integración para la práctica médica que considera el buen vivir como horizonte que orienta las acciones de promoción de los estilos de vida saludables durante el curso de vida en las poblaciones.

Esta asignatura se puede cursar desde el primer semestre porque tiene los conocimientos básicos que la comunidad estudiantil requiere desde los inicios de la carrera, además de ser un acercamiento con el enfoque del curso de la vida y la promoción de los estilos de vida saludables.

Competencias con las que se relaciona en orden de importancia

- (3) Pensamiento crítico, juicio clínico, toma de decisiones y manejo de información
- (5) Aprendizaje autorregulado y permanente
- () Comunicación efectiva
- (2) Conocimiento y aplicación de las ciencias biomédicas, sociomédicas y clínicas en el ejercicio de la medicina
- () Habilidades clínicas de diagnóstico, pronóstico, tratamiento y rehabilitación
- (4) Profesionalismo, aspectos éticos y responsabilidades legales
- (1) Salud poblacional y sistemas de salud: promoción de la salud y prevención de la enfermedad
- (6) Desarrollo y crecimiento personal

Índice temático					
Número de unidad	Título de la unidad	Objetivo particular	Temas	Horas teóricas	Horas prácticas
1	El buen vivir como proyecto vital	Identificar los fundamentos del buen vivir y su	1.1. Crisis civilizatoria, crisis ambiental y	6	---

	ante las crisis civilizatoria y ambiental	importancia como alternativa ante las crisis civilizatoria y ambiental y sus repercusiones en la salud.	su impacto en la salud 1.2. El bien vivir/ buen vivir como alternativas posibles 1.3. Características del buen vivir desde Abya Yala 1.4. La salud desde la perspectiva de buen vivir 1.5. Ética del buen vivir		
2	Enfoque de curso de vida	Identificar los conceptos, principios y bases del enfoque de curso de vida, comprendiéndolo como un conjunto de interacciones de diversos factores a lo largo de la vida, con la finalidad de reconocer los momentos en que puede intervenir el médico.	2.1. Bases biológicas, psicosociales y epidemiológicas del curso de vida 2.2. Trayectorias, transiciones y períodos críticos y sensibles 2.3. Temporalidad e impacto acumulativo 2.4. Transferencia de rasgos y recursos, vidas vinculadas 2.5. Agencia y determinantes sociales 2.6. Resiliencia	6	---
3	Ejes para una propuesta reflexiva del estilo de vida	Analizar qué es el estilo de vida, considerando cada uno de sus elementos, con la finalidad de identificar los ejes para la construcción de un estilo de vida para el buen vivir.	3.1 ¿Qué es el estilo de vida? 3.2. Componentes del estilo vida 3.3. Estilo de vida durante el curso de la vida 3.4 La construcción de estilos de vida desde la perspectiva del buen vivir	10	---
4	El papel del médico en la promoción de estilos de vida que alienten el buen vivir en el curso de vida	Proponer acciones/prácticas que puede llevar a cabo el médico en su ejercicio profesional para promover estilos de vida satisfactorios y saludables durante el curso de vida y favorecer el buen vivir.	4.1 El médico como promotor de estilos de vida saludables desde el buen vivir 4.1.1 Embarazos libremente elegidos, seguros y gozosos 4.1.2 La importancia de un buen comienzo. Los primeros mil días de vida extrauterina 4.1.3 Una infancia protegida, alegre, saludable y libre de violencia 4.1.4 Cuidar la salud mental de adolescentes y jóvenes 4.1.5 Estrés, pensamientos y células 4.1.6 Vínculos sociales vs soledad	12	---

Total de horas:	34	---
Suma total de horas:	34	

Bibliografía básica:

Unidad 1

- Bobatto, M., Segovia, G., y Marín, S. (2020). El buen vivir, camino del Movimiento Mundial de Salud de los Pueblos Latinoamérica hacia otra alternativa al desarrollo. *Saúde Debate* 44(1), 24-36.
- Movimiento Mundial de Salud de los Pueblos -Latinoamerica. (2017). Aproximaciones al Buen Vivir. La Tierra sin males, vida en plenitud. En: <https://idepsalud.org/wp-content/uploads/2018/01/APROXIMACIONES-AL-BUEN-VIVIR.pdf>
- Cruz Rodríguez, E. (2014). Hacia una ética del vivir bien-buen vivir. *Producción+ limpia*, 9(2), 11-22.

Unidad 2

- Harvard University. (2019) Epigenetics and Child Development: How Children's Experiences Affect Their Genes.
- Organización Panamericana de Salud. (2021). Construir la salud a lo largo del curso de vida. Conceptos, implicaciones y aplicación en la salud pública. Washington, D.C.: OPS. Páginas selectas.
- Oriol-Bosch, A. (2012). Resiliencia. *Educación médica*, 15(2), 77-78.

Unidad 3

- Beltrán Morales, Luis F. (2002). Consumo sustentable como derecho-obligación para disfrutar de un medio ambiente sano. *Región y sociedad*, 14(23), 193-198.
- Espinosa González, L. (2004). Cambios del modo y estilo de vida; su influencia en el proceso salud-enfermedad. *Revista cubana de estomatología*, 41(3), 0-0.
- Soto-Lagos, R. (2018). Deporte, Prácticas Corporales, vida saludable y buen vivir: Un Análisis crítico para una nueva praxis. *The Journal of the Latin American Socio-cultural Studies of Sport (ALESDE)*, 9(1), 29-44.
- Comas, D., et al. (2003). Jóvenes y estilos de vida. Valores y riesgos en los jóvenes urbanos, FAD (Fundación de Ayuda contra la Drogadicción) – INJUVE. Madrid: Ancares.
- Gómez, L., Macedo, L. E., Robles, V. y Ríos, A. A. (2022). Estilo de vida. Unidades de Apoyo para el aprendizaje. CUAIEED/Facultad de Medicina-UNAM. http://ponteonlinea.facmed.unam.mx/Moodle/pluginfile.php/24007/mod_resource/content/3/contenido/index.html

Unidad 4

- Freyermuth, G. (2018). La partería en México hacia el siglo XXI. Las protagonistas. En Freyermuth, G., et al. Los caminos para parir en México en el siglo xxi: experiencias de investigación, vinculación, formación y comunicación. Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social.
- Schiavon E., Raffaella (2013). Salud materna. Pendientes y retos. Seminario Internacional de perspectiva de igualdad de género en salud en el marco de derechos humanos. Comité Promotor por una Maternidad Segura en México. En: <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/248675/RaffaellaSchM6.pdf>

- Clarck, H., Marie Coll-Seck, A., et al. (2020) ¿Un futuro para los niños del mundo? Una Comisión OMS-UNICEF-The Lancet. *Lancet*; 395: 605-58.
- Maturana, H., Verden G. (2003). Amor y juego. Fundamentos olvidados de lo humano desde el patriarcado a la democracia. 6ª. Ed. Norestee. Chile.
- OPS. (2017). INSPIRE. Siete estrategias para poner fin a la violencia contra los niños y las niñas. Washington, D.C.
- Dols, M., Camprodón, E., Tarbal, A. Coord. (2021). Una mirada a la salud mental de los adolescentes. Claves para comprenderlos y acompañarlos. Faros Sant Joan de Déu. Barcelona.
- Moscoso, M. S. (2009, julio-diciembre). De la mente a la célula: impacto del estrés en psiconeuroinmunoendocrinología. *Liberabit*, 15(2), 143-152.
- Blackburn, E., Epel, E. (2017). La solución de los telómeros. Aguilar. Barcelona.
- Luna Porta, B., Pinto, J.A. (2021). *Aislamiento y soledad no deseada en las personas mayores. Factores predisponentes y consecuencias para la salud*. Madrid: Dirección General de Salud Pública.
- Tortosa Martínez, J., Caus, N., Martínez Roman, M.A. (2014). *Vida Triste y Buen Vivir según personas adultas mayores en Otavalo, Ecuador. Convergencias. Revista de Ciencias Sociales* (65), 147-169.

Bibliografía complementaria:

- Acosta, A. (2012). *Buen vivir Sumak Kawsay: una oportunidad para imaginar otros mundos*. Editorial Abya-Yala. https://www.researchgate.net/publication/260373466_El_Buen_Vivir_Sumak_Kawsay_Una_oportunidad_para_imaginar_otros_mundos_Alberto_Acosta
- Boege, E., y Fernández, L. E. (2021). Código masewal. Plan de vida. Tikochitah tisentekitiskesh ome powal xiwit. Soñando los próximos 40 años. Unión de Cooperativas Tosepan Titataniske, 37-44.
- Cárcamo, S. (2021). *Cuidados del buen vivir y bienestar desde las epistemologías del sur. Conceptos, métodos y casos*. Editorial FEDUN. Buenos Aires. 301-315
- Coordinación Universitaria para la Sustentabilidad (CoUS). (2022). *Cómo incorporar la sustentabilidad en los planes y programas de estudio de la UNAM. Pautas para bachillerato, licenciatura y posgrado*. Universidad Nacional Autónoma de México. https://cous.sdi.unam.mx/cous/recursos/Guia_Sustentabilidad_PlanesEstudio.pdf
- Cultura UNAM. (19 de mayo de 2022). Sarukhán, J. *Cambio ambiental global: Retos y posibilidades*. <https://culturaunam.mx/elaleph2022/eventos-2022/inauguracion/>
- Hernández, J. C. y Sandoval, E. A. (s. f.). *El buen vivir mexicano como experiencia de vida con elementos de sustentabilidad desde la perspectiva latinoamericana*. Instituto de Investigaciones Económicas-Universidad Nacional Autónoma de México. <http://ru.iiec.unam.mx/5232/1/4-162-Hernandez-Sandoval.pdf>
- Fortoul Van Der Goes, T. I. (2022). El ambiente, la salud y nuestro planeta. *Revista de la Facultad de Medicina (México)*, 65(3), 3-7. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422022000300003
- Hernández, J. (1995). Historia de la Enfermería. Un Análisis Histórico de los Cuidados de Enfermería. Madrid: Mc-Graw-Hill Interamericana.
- Lorenzo Díaz, J. C., Y Díaz Alfonso, H. (2019). Estilos y calidad de vida, su vínculo con la depresión en el siglo 21. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 23(2), 170-171.
- Satrustegui, K. U. (2015). *Desmercantilización, Economía Solidaria y Buen Vivir. Propuestas desde el post-crecimiento*. Consultado en

Sugerencias didácticas:

Aprendizaje basado en la solución de problemas (ambientes reales)	()
Aprendizaje basado en problemas	()
Aprendizaje basado en simulación	()
Aprendizaje basado en tareas	()
Aprendizaje colaborativo	()
Aprendizaje reflexivo	(X)
Ejercicios dentro de clase	()
Ejercicios fuera de clase	()
e-learning	(X)
Enseñanza en pequeños grupos	()
Exposición audiovisual	()
Exposición oral	()
Lecturas obligatorias	(X)
Portafolio y documentación de avances	(X)
Prácticas de campo	()
Prácticas de taller o laboratorio	()
Seminarios	()
Trabajo de investigación	()
Trabajo en equipo	()
Tutoría	()
Otras	()

Mecanismos de evaluación del aprendizaje:

Análisis crítico de artículos	(X)
Análisis de caso	()
Asistencia	()
Ensayo	()
Exposición de seminarios por los alumnos	()
Informe de prácticas	()
Lista de cotejo	()
Mapas conceptuales	()
Mapas mentales	()
Participación en clase	(X)
Portafolios	(X)
Preguntas y respuestas en clase	()
Presentación en clase	()
Seminario	()
Solución de problemas	()
Trabajos y tareas fuera del aula	()
Otros	()

Perfil profesigráfico:

- Licenciatura en medicina, psicología, enfermería, nutrición, promoción de la salud o afines.
- Formación en la temática (educación continua o posgrado en el área sociomédica o especialización, maestría y/o doctorado: Salud pública, Epidemiología, Antropología médica, Administración o afines)
- Aprobar el curso “Ejercicio docente en la modalidad a distancia” (impartido por la SUAyED de la Facultad de Medicina), el curso “Iniciación a la docencia en el SUAyED” (impartido por la CUAIEED) u otro equivalente que avale la formación para ser profesor(a) en la modalidad a distancia.
- Haber diseñado la asignatura en la modalidad a distancia o haber sido capacitado como profesor de esta asignatura.