

TÍTOL de DIPLOMAT/DA SÈNIOR EN CULTURA, CIÈNCIA I TECNOLOGIA

PROGRAMA ASSIGNATURA

ASSIGNATURA	SALUT I QUALITAT DE VIDA
TIPUS	Optativa
CURS	2n
QUADRIMESTRE	2n
HORARI	Dimecres de 16:30h a 18:30h
AULA	Veure l'apartat HORARIS de la pàgina web del programa: http://www.senior.udl.cat/img/docs/horaris.pdf
PROFESSOR/A RESPONSABLE	Carles Casanova Gonzalvo
DEPARTAMENT	Infermeria (INFERMERIA)
ADREÇA ELECTRÒNICA	c.casanova@infermeria.udl.cat
ALTRE PROFESSORAT	<p>Carme Campoy Guerrero ccampoy@gss.scs.es Infermeria (INFERMERIA)</p> <p>Divina Farreny Justribó divinafj@yahoo.es Infermeria (INFERMERIA)</p> <p>Diana Renovell diana.renovell@infermeria.udl.cat Infermeria (INFERMERIA)</p> <p>Francesc Rubí Carnacea frubi@infermeria.udl.cat Infermeria (INFERMERIA)</p> <p>Meritxell Viladegut Colimines merivilade@hotmail.com Infermeria (INFERMERIA)</p>
OBJECTIUS	<ul style="list-style-type: none"> – Conèixer el concepte de qualitat de vida. – Conèixer la influència dels mitjans de comunicació en la percepció de la qualitat de vida. – Reconèixer la influència dels determinants de salut en la qualitat de vida. – Aprendre a discriminar els estils de vida i la seva influència en factors protectors o factors de risc. – Fomentar els estils de vida saludables. – Reflexionar a través de diferents escenaris amb el concepte de qualitat de vida. – Instruir a les persones en l'autocura com a objectiu per mantenir la salut.

	<ul style="list-style-type: none"> – Potenciar l’afrentament efectiu i reconèixer la seva importància en les situacions de salut alterades. – Fomentar i promocionar la salut mitjançant l’exercici físic.
CONTINGUTS	<ol style="list-style-type: none"> 1. Planificació de l’assignatura i reflexions al voltant del concepte Salut i qualitat de vida. 2. “Empowerment” Salut 3. Comportaments alimentaris, salut i qualitat de vida. 4. Estrès. Red social. Voluntariat. 5. Cicles de la vida i emocions. 6. Societat i Salut. Influència dels mitjans de comunicació en la salut. Determinants de salut i qualitat de vida. Red social. Voluntariat. 7. El dolor. Estrès i lesió. 8. Estils de vida i hàbits saludables. 9. Reflexions al voltant de la qualitat de vida davant diferents situacions. Avis cangurs. 10. Tema lliure. 11. Exercici físic i salut. Beneficis i precaucions. 12. Exercici físic i qualitat de vida. 13. Salut i mitjans no farmacològics. 14. Pràctica d’exercici i fi de curs.
METODOLOGIA	<p>Classes participatives i actives.</p> <p>Treball individual i en grup sobre “conceptes i reflexions de qualitat de vida”.</p> <p>Acció tutorial del professorat.</p>
AVALUACIÓ (Preguem indiqueu els percentatges de cada part i evitar examen final o únic treball a lliurar al final del curs. S’aconseja avaluació continuada)	<p>Serà continuada a partir de les diferents dinàmiques que s’estableixin a classe, tenint en compte:</p> <p><u>Treball en grup</u>: 60%</p> <p><u>Assistència i participació</u>: 20%</p> <p><u>Anàlisi i reflexió individual</u>: 20% (sobre lectures i altres materials audiovisuals exposats a classe)</p>
LLENGUA DE DOCÈNCIA	Castellà/Català
BIBLIOGRAFIA BÀSICA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ALMOND, L. (2000) “Rethinking Health-related Physical Education” A PIÉRON, M. & GONZÁLEZ VALEIRO, M. A. (Eds.) <i>Diez Años de Conferencias Académicas “José María Cagigal”</i>. La Coruña: Universidad de la Coruña. pp.167-185. ▪ BALIA, S.; JONES A. M. (2008) <i>Mortality, lifestyle and socioeconomic status</i>. <i>J Health Econ</i>; 27:1-26. ▪ BALLESTEROS JIMÉNEZ, S (2004) <i>Gerontología: Un saber Multidisciplinar</i>. Ed. Universitas, SA

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ DISHMAN, R. K. & DUNN, A. (1988) “Exercise adherence in children and youth: Implications for adulthood”. A DISHMAN, R. K. (Ed.) <i>Exercise adherence, its impact on public health</i>. Champaign, IL: Human Kinetics, 155-200. ▪ EUROPEAN COMMISSION (2003) <i>Education across Europe 2003</i>. Luxemburg: Office for Official Publications of the European Communities. ▪ GARCÍA RODRÍGUEZ, B.; HEINER ELLGRING (2004) <i>Los motivos y las Emociones en la Vejez</i>. UNED. ▪ GROSSMAN, M. (2005) <i>Education and non-market outcomes</i>. NBER Working paper series. Cambridge: Working Paper 11582. ▪ MANTON, K. G.; VAUPEL, J. W. (1995) <i>Survival after the age of 80 in the United States, Sweden, France, England and Japan</i> NEJM; 333:1232-1235. ▪ ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS). (2002) <i>Actividad física para un envejecimiento activo</i>. Guía Regional para la Promoción de la actividad física. Washington: OMS. ▪ ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS). (2008) <i>Determinantes de salud</i>. Washington: OMS. ▪ PERLS, T. T. (1995) “Ancianos entre los ancianos” A <i>Revista Investigación y Ciencia</i>, Marzo: 74-79. ▪ RAITAKARI, O.; PORKKA, K.; TAIMELA, S.; TELAMA, R.; RASANEN, L. & VIKARI, J. (1994) <i>Effects of persistent physical activity and inactivity on coronary risk factors in children and young adults</i>. American Journal of Epidemiology, 140 (3), 195-205. ▪ SERVICIO ANDALUZ DE SALUD (2004) <i>Guía para la evaluación del desempeño profesional</i>. Sevilla: SAS. Consejería de Salud.
<p>ALTRES RECURSOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ministerio de Sanidad y Consumo http://www.msc.es ▪ Fundación Española del corazón http://www.fundaciondelcorazon.com ▪ Generalitat de Catalunya http://www.gencat.es ▪ Instituto de Bioética Fundación Ciencias de la Salud http://www.fcs.es/fcs/html/insBio.html ▪ Fundación Bioética www.bioeticacs.org ▪ Universidad de Navarra. Centro de Documentación de Bioética www.unav.es/cdb/

	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="758 147 1460 302">▪ Journal of the International Association of Bioethics www.blackwellpublishers.co.uk/journals/bioethics/<li data-bbox="758 302 1460 407">▪ Kennedy Institute of Ethics http://kennedyinstitute.georgetown.edu
--	--