



CURSO AUTOCAUIDADO PARA EL PERSONAL DE SALUD

COD SENCE **1237769562**

VALOR UNICO SENCE \$ 90.000

Fundamentación Técnica El curso analiza desde la perspectiva biopsicosocial el concepto de salud, los factores personales y del ambiente que influyen en el nivel de salud de las personas y su relación con la calidad de vida de la población. Analiza el concepto de autocuidado y de prácticas de autocuidado. Expone los requerimientos de autocuidado y la forma de lograrlos. Discute diferentes aproximaciones teóricas que contribuyen a explicar las conductas en salud y da al alumno la oportunidad de aplicarlas en el análisis de sus propias conductas no saludables.

Objetivos Generales: a través del curso se pretende que los estudiantes adquieran conocimientos, desarrollen habilidades y se motiven para asumir responsabilidad en la mantención y fomento de estilos de vida saludables en ellos mismos, sus familias y en el ámbito social y profesional en que les corresponde actuar. Analiza la contribución que los diferentes actores de la sociedad aportan a la salud de la población

Técnicas metodológicas : metodología activa participativa , entrega de conocimientos teóricos , formulación de preguntas

Objetivos Específicos.

- Analizar el concepto de salud con un enfoque biopsicosocial.



- ✚ Concepto personal de salud y su influencia en el estilo de vida individual conceptos de salud y sus dimensiones la salud como un fenómeno social cultura y salud
- ✚ Analizar el concepto de autocuidado de la salud, sus fundamentos y su expresión en las conductas de las personas.
- ✚ Concepto de autocuidado conductas en salud y estilos de vida estilos de vida y su relación con las principales enfermedades y causas de muerte en Chile. influencia de la educación formal e informal sobre las prácticas de autocuidado individuales y colectivas educación para el autocuidado de la salud ética y autocuidado de la salud
- ✚ Analizar algunos modelos teóricos que aportan a la comprensión de las conductas de salud de las personas
- ✚ Modelo de creencias en salud teoría de la acción razonada teoría transteórica redes de apoyo social factores facilitadores, predisponentes y reforzadores de las conductas en salud
- ✚ Diseñar un plan personal para el cambio de una conducta nociva para la salud basado en el análisis del propio estilo de vida.
- ✚ Análisis del estilo de vida personal selección de una conducta que afecta negativamente la salud personal. elaboración del plan personal y estrategias de implementación, indicadores de éxito.

CARACTERÍSTICAS DEL CURSO:

Cantidad de Participantes: 30 personas

: Personal Paramédico o TENS; Profesional Universitario de salud, Personal Médico, Administrativo, Auxiliares de Servicio, Otros interesados

Metodología General: La actividad deberá considerar la entrega de un informe final confeccionado por el oferente.



Material Didáctico: Manual del alumno con apuntes, lápices

Evaluación: El curso Taller contempla la realización de un test de diagnóstico, sin nota. Al concluir las sesiones se evaluará El Grado de aprendizaje obtenido por los alumnos, a través de una evaluación teórica individual.

Aprobación: 100 % de asistencia más aprobación por evaluación individual con nota mínima de 4,0

EVALUACIÓN E INFORME RESULTADOS: Al finalizar el curso se evaluará individualmente las competencias adquiridas y en un plazo no superior a 10 días hábiles se entregará si es solicitado a la Sección de Capacitación de la Gerencia de Recursos Humanos un informe con los siguientes antecedentes mínimos.

- Listado de asistentes y no asistentes a la actividad:
- % asistencia
- Listado por personas de resultados de evaluación

MATERIAL Y OTROS CON CARGO AL OFERENTE:

- ✚ **Certificados** Uno por alumno que contiene: nombre del alumno, Evaluación Final Obtenida por del alumno, identificación del Centro Formador, nombre del curso, número de horas, fecha de inicio y término del curso
- ✚ **Carpeta** que contenga los contenidos del curso, guías de trabajo etc. Una por alumno

HORAS CRONOLOGICAS 16 HORAS (certificado con 20 Horas Académicas)



*Instituto Nacional de Estudios Capacitación y Formación Técnica Inforcap
Departamento Oficial de capacitación del Colegio Nacional Paramédico y Tens de Chile
Certificado en Calidad NCH 2728/2003*

Datos Organismo Técnico

Rut: 77.783.980-2

Giro Comercial: Capacitación

Domicilio: Arlegui 440 Oficina 508 Quinto Piso Edificio Arcadia
Viña del Mar

Fono Fax de Contacto: 32- 2476445 cel: 09-4344353 mail
presidencia@colegioparamedico.cl

Pago Inscripción. Cuenta Corriente Banco Estado N°
23500001771 a nombre de **INFORCAP Ltda.** ; O en cuenta
corriente Banco Chile N° 148-06792-01

**OTEC CERTIFICADA CALIDAD,
CUMPLE
NORMATIVA CHILENA NCH 2728: 2003**