

PROGRAMA DE CURSOS DE FORMACIÓN GENERAL (CFG) PRIMER SEMESTRE 2020

1. NOMBRE Y CÓDIGO DEL CURSO

Nombre	Métodos de autocuidados laborales para futuros profesionales
Código	

2. NOMBRE DE LA ASIGNATURA EN INGLÉS

Self Care at Work methods for future professionals
--

3. PALABRAS CLAVE

Salud y trabajo; autocuidado laboral; determinantes sociales de la salud; cohesión social; salud; prevención de riesgos laborales; seguro social
--

4. EQUIPO DOCENTE

Docente responsable	Natalia Lucero Mondaca
Unidad académica (facultad o instituto)	Departamento de Salud Ocupacional, Instituto de Salud poblacional, Facultad de medicina

Docente colaborador	Unidad académica (facultad o instituto)
Guillermo Farmer	ESP, Unidad de Salud ocupacional
Docentes invitadas	Unidad académica (facultad o instituto)
Ana María Salazar	ESP, Unidad de Salud ocupacional
Andrea Álvarez	ESP, Investigadora Junior Equity LA II
Marilia Da Silva Santos	ESP, Unidad de Salud global

Ayudante	Por definir
-----------------	-------------

5. CARGA ACADÉMICA Y CRÉDITOS SCT-CHILE

Duración del curso	Semestral
Nº de semanas	16 semanas
Sesiones presenciales	1 sesión presencial de 1,5 horas (90 minutos) a la semana
Trabajo no presencial	1,5 horas (90) minutos a la semana, aproximadamente
Nº de créditos SCT	2 SCT

6. COMPETENCIAS SELLO A LAS QUE CONTRIBUYE EL CURSO

	1. Capacidad de investigación
X	2. Capacidad crítica y autocrítica
	3. Capacidad de comunicación oral y escrita
	4. Capacidad de comunicación oral y escrita en una segunda lengua
X	5. Responsabilidad social y compromiso ciudadano
	6. Compromiso ético
	7. Compromiso con la preservación del medioambiente
	8. Valoración y respeto por la diversidad y multiculturalidad

7. PROPÓSITO FORMATIVO DEL CURSO

Este curso tiene como propósito formativo que los alumnos logren comprender el impacto del trabajo en la salud de las personas y lo analicen como una problemática actual de nuestra sociedad, esto con la finalidad, además, de empoderarlos con conocimientos útiles y prácticos para ingresar al campo laboral.

Se espera que a través de los contenidos del curso consigan entender el trabajo como un determinante social de la salud, conocer analíticamente conceptos de derechos y deberes del trabajador, conocer medidas para prevenir enfermedades y/o accidentes de origen laboral, y aprehender herramientas para el autocuidado como manejo del estrés y de prevención de problemas osteomusculares. Todo eso con la finalidad de enriquecer su formación profesional y contribuir al desafío de mejorar el impacto negativo que produce el trabajo en la salud de la población de nuestro país.

El producto final de este curso será la realización de una propuesta de intervención grupal para mejorar una problemática identificada de salud ocupacional en la comunidad o en un puesto de trabajo relacionado con la carrera profesional del alumno, lo cual pretende finalmente aplicar los contenidos del curso y contribuir a la responsabilidad social y compromiso ciudadano, desarrollar su capacidad de investigación y potenciar sus capacidades de trabajo en equipo.

8. RESULTADOS DE APRENDIZAJE DEL CURSO

1. Conocer el trabajo como un determinante social de la salud, a través de análisis de casos y documentales, para reconocer su impacto en la sociedad actual.
2. Identificar los derechos y deberes del trabajador, riesgos laborales y enfermedades y/o accidentes en el trabajo, a través del análisis de videos

basados en hechos reales, para obtener herramientas efectivas de autocuidado en su futuro campo laboral.

3. Desarrollar una propuesta de intervención de una problemática de salud ocupacional identificada en la comunidad o en un puesto de trabajo relacionado con la carrera profesional del alumno, para aplicar los conocimientos adquiridos en este curso.

9. SABERES FUNDAMENTALES / CONTENIDOS

Unidades de Aprendizaje	Indicadores de aprendizaje	Actividades asociadas
Unidad 1. Introducción a la salud ocupacional	<ol style="list-style-type: none"> 1. Analiza los conceptos básicos de salud ocupacional identificándolos en diversos ámbitos de la sociedad contemporánea. 2. Comprende el sistema de seguridad social Chileno. Principalmente el de Accidentes y enfermedades laborales(Ley 16,744) 	<p>Análisis grupal y en plenaria de video introductorio sobre empleo precario.</p> <p>Discusión grupal, análisis de casos, trabajos prácticos sobre lecturas breves de salud ocupacional.</p> <p>Clase expositiva.</p>
Unidad 2. Riesgos, enfermedades, accidentes y posibles medidas preventivas en el trabajo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conoce e identifica los posibles riesgos laborales físicos, químicos y biológicos. 2. Identifica enfermedades y accidentes de trabajo que se relacionarán con su futuro quehacer laboral y conoce las posibles medidas preventivas. 3. Aplica técnicas para disminuir el estrés y problemas osteomusculares. 	<p>Taller de análisis sobre video de enfermedades y accidentes profesionales.</p> <p>Clases expositivas</p> <p>Taller para disminuir estrés mental.</p> <p>Taller para la prevención de patologías osteomusculares.</p>
Unidad 3. Análisis del impacto del trabajo en la salud de la población	<ol style="list-style-type: none"> 1. Analiza el trabajo como un determinante social de salud de la población, analizando casos de población vulnerable como migrante, adulto mayor, mujer y niños. 	<p>Discusión grupal de análisis de casos.</p> <p>Análisis en plenaria.</p>
Unidad 4. Desarrollo de un proyecto de intervención de un problema de salud ocupacional	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifica una problemática de salud ocupacional en la comunidad o en un puesto de trabajo relacionado con la carrera profesional del alumno. 	<p>Taller en terreno con rúbrica para identificar problemática en salud ocupacional.</p> <p>Presentación expositiva e informe escrito o video de la problemática identificada en</p>

	<p>2. Elabora una posible intervención de solución a la problemática integrando los conocimientos adquiridos a lo largo del curso.</p>	<p>terreno y posible solución de intervención (consiste en la propuesta de intervención solamente y no en su aplicación propiamente tal).</p>
--	--	---

10. METODOLOGÍA

Los estudiantes serán protagonistas del proceso de enseñanza, por lo que la dinámica de las clases será a través de la acción, es decir, a través de las actividades que se realizarán en las clases, en grupos y/o duplas, y se reforzarán los contenidos con lecturas individuales.

Las clases incluirán actividades pedagógicas tales como talleres de análisis de casos sobre disyuntivas de sociedad y trabajo, breves clases expositivas para el inicio o cierre de clases, reflexiones en plenaria sobre los contenidos a tratar y de los análisis de videos y documentales, reflexiones expositivas grupales y un producto final que implica una salida a terreno para detectar una problemática en Salud ocupacional. La metodología descrita tiene el propósito de lograr aprendizajes significativos para los alumnos a través del análisis crítico y trabajo en equipo.

11. EVALUACIÓN

- **Evaluaciones del proceso: 50%**
 - Actividades realizadas en clases: 30%
 - Autoevaluación de actividades realizadas por los alumnos: 10%
 - Co-evaluación entre estudiantes de las actividades realizadas: 10%
- **Evaluación Final “Proyecto de Intervención”: 50%**
 - Actividad en terreno, identificación de problema de salud ocupacional: 20%
 - Presentación expositiva de resolución al problema pesquisado: 20%
 - Informe final o video: 10%

12. REQUISITOS DE APROBACIÓN

1. Asistencia al 75% de las sesiones presenciales del curso, como mínimo.
2. Calificación final igual o superior a 4,0, en una escala de 1 a 7.

13. BIBLIOGRAFÍA BÁSICA OBLIGATORIA

- Ferrada-Bórquez, L. M., & Ferrada-Bórquez, M. A. (2018). Calidad del empleo de los adultos mayores en Chile, un factor de envejecimiento activo. *Papeles de Población*, 24(95), 43–67. <https://doi.org/10.22185/24487147.2018.95.03>
- De, D. T. O. N. (2009). ESTABLECIMIENTOS DE ATENCIÓN DE SALUD (REAS).
- Malo, M. . (2003). Las personas con discapacidad en el mercado de trabajo español *. *Revista Del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales*, 46(January 2003), 99–126.
- Poblete, C. M., Navarro, S. M., & López, J. V. (2015). Discapacidad Laboral por Dolor Lumbar. Estudio Caso Control en Santiago de Chile WORK DISABILITY FOR LOWER BACK PAIN. CASE CONTROL STUDY IN SANTIAGO ANTECEDENTES. *Estudio Caso Control En Santiago de Chile. Cienc Trab. Sep-Dic*, 1720154(17), 193–201.
- Técnica, G. (n.d.). Y CONTROL DE RIESGOS ASOCIADOS AL MANEJO O MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGA.
- ESTADÍSTICAS SUSESO 2019. (n.d.).
- Zuñiga, R., Urnia, J., Campos, D., Villarroel, E., & Pinto, R. (2018). Enfermedades profesionales con perspectiva de género.
- Stefoni, C., Leiva, S., Bonhomme, M., Stefoni, C., Leiva, S., & Bonhomme, M. (2017). International migration and labour precariousness. The case of the construction industry in Chile. *REMHU : Revista Interdisciplinaria Da Mobilidade Humana*, 25(49), 95–112. <https://doi.org/10.1590/1980-85852503880004906>
- Latorre, Á. M. L. R., & Tovar, M. H. T. (2017). Explotación minera y sus impactos ambientales y en salud. El caso de Potosí en Bogotá. *Saúde Em Debate*, 41(112), 77–91. <https://doi.org/10.1590/0103-1104201711207>
- Icarte Ahumada, L., Torres Torres, N., & Ramos Rodríguez, R. (2018). La Zona Franca de Iquique y su impacto en el trabajo informal de mujeres migrantes fronterizas The Free Trade Zone of Iquique and its impact on informal work of of border migrant women. No, 51, 63–87. <https://doi.org/10.32735/S0718-6568/2018-N51-1350>

- De, A. M. (n.d.). Organización Mundial de la Salud. Salud de los trabajadores: plan acción mundial. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2007. Retrieved from http://www.who.int/occupational_health/WHO_health_assembly_sp_web.pdf

14. BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

- Departamento de Salud Ocupacional. (2014). Normas sanitarias para el uso de plaguicidas y vigilancia de trabajadores expuestos. Ministerio de Salud, 88. Retrieved from <http://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2015/11/Compendio-de-Normas-Sanitarias-para-Uso-y-Vigilancia-de-trabajadores-expuestos-a-Plaguicidas.pdf>
- Cony, M. (2009). Temperaturas extremas en Europa, 128.
- Luna Mendaza, P. (1995). NTP 462 : Estrés por frío : evaluación de las exposiciones laborales. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene En El Trabajo., 1–16. Retrieved from http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NT P/Ficheros/401a500/ntp_462.pdf
- Curriao, M. M. (2017). Inclusión de estudiantes en situación de discapacidad en la Universidad de Chile Inclusion of students in disability situation at the University of Chile, 120–140.
- Protocolo para la medición de estrés térmico. (2014), 1–11.
- Barrientos Zamorano, M. (2012). La Obligación De Seguridad En La Subcontratación Laboral: Previsibilidad Del Hecho Y Del Daño. Revista Chilena de Derecho, 39(1), 77–111. <https://doi.org/10.4067/s0718-34372012000100005>
- Idoneidad de los elementos de protección personal. (2015), 1–10.

15. RECURSOS WEB ADICIONALES

www.SUSESO.CL
www.ilo.org
www.scopus.com
www.paho.org
www.isl.gob.cl