



UNIVERSITAT D'ANDORRA

Guia del seminari

Guia del seminari	Bàtxelor en Infermeria
--------------------------	------------------------

Mòdul	M2: Promoció de la salut
Seminari	Promoció de la salut i nutrició
Curs	2024-2025
Semestre	1
Professorat responsable A/e	Adrià Archilla aarchilla@uda.ad
Professorat A/e	Mercé Avellanet - mavellanet@uda.ad Ruben Coelho - rcoelho@uda.ad Ángeles Jiménez - agimenez@uda.ad Gemma Ribera - gribera@uda.ad Elena Rosselló - erossello@uda.ad Emili Vergés - everges@uda.ad
Modalitat	Presencial
Llengua de docència	Català

1. Presentació del seminari

El seminari Promoció de la salut i nutrició permet descobrir conceptes sobre el cos humà, la salut i la promoció de la salut a partir dels determinants i les desigualtats en salut.

Els estudiants han d'adquirir coneixements sobre anatomia i fisiologia, i nutrició que els permeti aprendre què vol dir promoure i protegir la salut de les persones al llarg de la vida, reduir la incidència de malalties així com dissenyar projectes d'educació per a la salut. Part d'aquests aspectes es treballen també en el seminari sobre atenció primària que s'enllaça en el mateix període. En resum, els continguts abordats en aquest seminari

van des de la globalitat de la promoció de la salut a l'especificitat del seguiment del nen sa, l'anatomia i fisiologia o la nutrició.

2. Continguts del seminari

1. Determinants de la salut

- 1.1. Introducció a la Promoció de la salut
- 1.2. Introducció a la prevenció de la malaltia
- 1.3. Determinants socials de la salut
- 1.4. Documents impulsors i de suport (Carta Ottawa, Carta de Jakarta, etc.)

2. Estils de vida saludables

- 2.1. Definició OMS
- 2.2. Aspectes que integren un estil de vida: patrons de conducta, valors, creences, patrons socio-culturals, condicions de vida
- 2.3. Accions pel canvi (Accions per fer eleccions/decisions saludables)
- 2.4. Estils de vida en el nostre entorn (hàbits vs hàbits tòxics, relacionals, etc.)
- 2.5. Relació estils de vida i mortalitat, morbiditat

3. Anatomia i fisiologia humana

- 3.1. Bases d'embriologia
- 3.2. Anatomia i fisiologia humana en els diferents sistemes

4. Nutrició i activitat física

- 4.1. Introducció a la nutrició
- 4.2. Seguretat alimentària
- 4.3. Activitat física

5. Bioquímica i bases de la genètica

- 5.1. Introducció a l'estudi de la bioquímica
- 5.2. DNA, RNA i processos

6. La gestió emocional com a benestar de les persones

- 6.1. Fisiologia de les emocions
- 6.2. Les emocions bàsiques i complexes
- 6.3. Les competències emocionals
- 6.4. La regulació emocional

6.5. Les emocions i la salut

6.6. Les emocions i l'equip de treball

3. Metodologia

El seminari inclou exposició dels continguts i, documentació de suport i treball pràctic d'associació entre els continguts documentats i la seva utilitat en situacions de la pràctica assistencial.

4. Activitats del seminari

4.1. Avaluació continuada

Resultats d'Aprenentatge associats al seminari:

BINFE-E003: Fomentar estils de vida saludables amb accions de promoció de la salut, la prevenció de la malaltia i l'educació sanitària en els diversos àmbits del sistema de salut

BINFE-E003-01: Identifica elements clau d'un projecte individualitzat d'educació sanitària per promoure la salut

Indicadors	Evidències d'aprenentatge	Professorat	Ponderació
IA1. Prioritza la informació rellevant en relació a la promoció de la salut	Examen de casos amb preguntes curtes	Gemma Ribera	40%
IA2. Identifica la importància de la gestió emocional per la promoció de la salut	Activitat de reflexió	Ruben Coelho	20%
IA3. Explica els elements essencials que ha de tenir un projecte d'educació sanitària individualitzat per promoure la salut d'una persona	Repte: 3. Elaboració d'un projecte de prevenció o promoció de la salut	Judith Garcia	40%

BINFE-E003-02 Descriu els elements bàsics d'un projecte individualitzat d'educació sanitària per prevenir la malaltia

Indicadors	Evidències d'aprenentatge	Professorat	Ponderació
IA1. Reconeix els elements fonamentals de la prevenció de la	Examen de casos amb preguntes curtes	Gemma Ribera	40%

malaltia			
IA2. Explica els elements essencials que ha de tenir un projecte d'educació sanitària individualitzat per prevenir la malaltia d'una persona.	Repte: 3. Elaboració d'un projecte de prevenció o promoció de la salut	Judith Garcia	60%

BINFE-E005: Tenir cura de les persones en situacions específiques

BINFE-E005-01: Coneix les necessitats bàsiques de la persona sana així com les conseqüències de no tenir-les cobertes

Indicadors	Evidències d'aprenentatge	Professorat	Ponderació
IA1. Identifica les característiques bàsiques del cos humà a nivell anatomo-fisiològiques	Examen I amb preguntes tipus test	Mercè Avellanet	15%
	Examen II amb preguntes tipus test	Ángeles Jiménez	30%
IA2. Descriu els processos bioquímics i genètics bàsics de la persona sana i les possibles alteracions derivades	Examen I bioquímica i bases de la genètica: preguntes curtes i test	Emili Vergés	10%
	Examen II bioquímica i bases de la genètica: preguntes curtes i test		25%
IA3. Identifica les necessitats bàsiques nutricionals i les conseqüències de no tenir-les cobertes	Examen nutrició de preguntes curtes i casos casos pràctics amb preguntes	Elena Rosselló	20%

Per qualificar els resultats d'aprenentatges del seminari s'utilitza una escala numèrica de 0 a 10 (amb un decimal). La qualificació dels RA s'obtindrà de la mitjana ponderada dels indicadors.

4.2. Avaluació final

L'avaluació final contempla la realització de diferents activitats d'avaluació que no s'hagin superat durant el semestre. Quan l'RA té una nota per sota del 5 en avaluació continuada, l'estudiant pot recuperar l'RA a l'avaluació final. L'avaluació final es realitzarà en la data indicada a la planificació del seminari i del mòdul. Quan un estudiant

es presenta a l'avaluació final per a la recuperació del seminari, les qualificacions finals dels resultats d'aprenentatge seran les obtingudes en aquesta avaluació.

5. Recursos del seminari

Els apunts i el material del curs es trobaran a l'apartat corresponent del seminari del campus virtual.

Bibliografia bàsica

De La Guardia, MA.& Ruvalcaba, JC. (2020). *La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria*. JONNPR. 5(1): 81-90. DOI: 10.19230/jonnpr.3215

Ibarts, B., Bray, D., Lewuis, J., Raff, M., Roberts, K. & Watson, J.D. (2010) *Biología molecular de la célula*. Omega: Barcelona

Macià, L. & Palmar, AM. (2023). *Métodos educativos en salud* (2a ed). Elsevier

Tortora, G. & Derrickson, B. (2013 o posterior). *Principios de Anatomia y Fisiologia* (13ª ed.). Médica Panamericana: Madrid

Bibliografia complementària

Flisi, SB. & Zsuzsa, SE. (2022). Indicators for early childhood education and care. Reconsidering some aspects of the Barcelona target for younger children. European Commission: EU Science Hub <https://joint-research-centre.ec.europa.eu>

Hautekiet, P., Saenen, N. D., Martens, D. S., Debay, M., Van der Heyden, J., Nawrot, T. S., & De Clercq, E. M. (2022). A healthy lifestyle is positively associated with mental health and well-being and core markers in ageing. BMC medicine, 20(1), 328. <https://doi.org/10.1186/s12916-022-02524-9>

6. Observacions del seminari

- No s'acceptaran lliuraments fora de termini.
- Si un estudiant no realitza alguna de les activitats avaluables, la qualificació de l'activitat serà igual a zero.

- Tots els lliuraments avaluables s'efectuaran al campus virtual de l'UdA i s'hauran de lliurar en el format indicat a l'enunciat de l'activitat.
- El professorat es reserva el dret de fer una prova oral sobre qualsevol lliurament per validar la nota final.



Els continguts d'aquesta obra estan subjectes a una llicència de Reconeixement - No comercial - Sense obres derivades 3.0 de Creative Commons. Se'n permet la reproducció, distribució i comunicació pública sempre que se'n citi l'autor i no se'n faci un ús comercial. La llicència completa es pot consultar a: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/es/legalcode>.