

PROGRAMA DE ASIGNATURA CURSOS DE FORMACIÓN GENERAL (CFG) 2021-2

Departamento de Pregrado
Vicerrectoría de Asuntos Académicos

1. NOMBRE Y CÓDIGO DEL CURSO

Nombre	Métodos de autocuidados laborales para futuros profesionales y consideraciones del contexto de pandemia COVID-19
Código	

2. NOMBRE DEL CURSO EN INGLÉS

Self care at work methods for future professionals in a COVID-19 context

3. EQUIPO DOCENTE

Docentes responsables	Unidad académica
Natalia Lucero M.	Programa de Salud Ocupacional, Escuela de Salud Pública, Facultad de Medicina

Docentes colaboradores/as o docentes invitados/as	Unidad académica
Daniel Jiménez	Escuela de Salud Pública, Facultad de Medicina
Andrea Álvarez	Escuela de Salud Pública, Facultad de Medicina
Esteban Encina	Escuela de Salud Pública, Facultad de Medicina
Patrizio Tonelli	Escuela de Salud Pública, Facultad de Medicina
Guillermo Farmer	Escuela de Salud Pública, Facultad de Medicina
Daniel Larenas	Escuela de Fonoaudiología, Facultad de Medicina
Ana María Salazar	Escuela de Salud Pública, Facultad de Medicina

Ayudante	
-----------------	--

4. CARGA ACADÉMICA Y CRÉDITOS SCT-CHILE

Duración total del curso	16 semanas
Nº máximo de horas de trabajo sincrónico semanal	1,5 horas
Nº máximo de horas de trabajo asincrónico semanal	1,5 horas
Nº de créditos SCT	2 SCT

5. MODALIDAD, DÍA Y HORARIO

Modalidad	El curso se dicta en modalidad remota, a través de EOL. El día y horario que se indica se refiere a las clases sincrónicas del curso.
Día	Miércoles
Horario	18:30 – 20:00

6. COMPETENCIAS SELLO A LAS QUE CONTRIBUYE EL CURSO

	1. Capacidad de investigación
	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 comprendan el impacto del trabajo en la salud de las personas y lo analicen como una problemática actual de nuestra sociedad; esto con la finalidad de empoderarlos con conocimientos útiles y prácticos para ingresar al campo laboral.

Se espera que, a través de los contenidos del curso, logren entender el trabajo como un determinante social de la salud de las personas, conozcan conceptos de derechos y deberes del trabajador, medidas para prevenir enfermedades y/o accidentes de origen laboral, y otorgarles herramientas para el autocuidado laboral, como manejo del estrés, prevención de problemas osteomusculares y uso correcto de protección personal tomando el contexto actual de COVID-19. Con estos contenidos, se pretende enriquecer su formación profesional y aminorar el impacto negativo que produce el trabajo en la salud de la población y dar a conocer medidas preventivas de salud laboral frente a la contingencia sanitaria actual.

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. Los estudiantes analizan críticamente el trabajo como un determinante social de la salud, identificando brechas en la práctica laboral sobre derechos y deberes del trabajador, riesgos psicosociales laborales, enfermedades y/o accidentes del trabajo y políticas públicas, en el contexto nacional actual y en situación de pandemia por Covid-19.
2. Los estudiantes proponen una solución para el problema de salud ocupacional seleccionado como proyecto final, considerando el contexto socio-sanitario actual, trabajando de manera colaborativa e interdisciplinar.

9. SABERES FUNDAMENTALES O 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) 3. Conoce los lineamientos actuales (Protocolos) sobre salud laboral en contexto de pandemia 	<p>Análisis grupal y en plenaria de video introductorio sobre empleo precario.</p> <p>Discusión grupal, análisis de casos, trabajos grupales 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 	<p>Taller de análisis sobre video de enfermedades y accidentes profesionales.</p> <p>Trabajo grupal Clases expositivas</p> <p>Taller para disminuir estrés</p>

	<p>accidentes de trabajo que se relacionarán con su futuro quehacer laboral y conoce las posibles medidas preventivas.</p> <p>3. Aplica técnicas para disminuir el estrés y problemas osteomusculares.</p> <p>4. Conoce el correcto uso de EPP en contexto de pandemia</p>	<p>mental.</p> <p>Taller para la prevención de patologías osteomusculares.</p>
<p>Unidad 3. Análisis del impacto del trabajo en la salud de la población</p>	<p>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> <p>2. Cohesión social: Participación en sindicatos</p>	<p>Análisis en Foro</p> <p>Podcast</p>
<p>Unidad 4. Desarrollo de un proyecto de intervención de un problema de salud ocupacional</p>	<p>1. Identifica una problemática de salud ocupacional en la comunidad o en un puesto de trabajo relacionado con la carrera profesional del alumno, en el contexto actual de pandemia.</p> <p>2. Elabora una posible intervención de solución a la problemática integrando los conocimientos adquiridos a lo largo del curso.</p>	<p>Presentación expositiva grupal e informe escrito o video de la problemática identificada y posible solución de intervención (consiste en la propuesta de intervención solamente y no en su aplicación propiamente tal).</p>

10. METODOLOGÍA Y EVALUACIÓN: PLAN DE TRABAJO

A) Descripción general de la metodología y la evaluación del curso:

En este curso los estudiantes serán protagonistas del proceso de enseñanza, siendo la metodología de las clases fundamentada a través de la acción, lo que implica que los alumnos participen activamente en las tareas propuestas en las clases, como trabajos individuales, en grupos y/o duplas y realicen comentarios a través de los foros, para manifestar sus reflexiones y opiniones al respecto de los contenidos de las clases, los que serán reforzados con lecturas complementarias. Debido a este tipo de metodología no se realizarán evaluaciones teóricas, por lo que es de fundamental importancia, que los alumnos cumplan con el envío de sus productos, que serán el reflejo de su

aprendizaje sobre los contenidos expuestos en las clases.

Las clases incluirán actividades como talleres de análisis de casos sobre disyuntivas de sociedad y trabajo, breves clases expositivas sincrónicas y asincrónicas, reflexiones en foros de U-Cursos sobre los contenidos a tratar, análisis de videos y documentales, reflexiones expositivas grupales y un producto final para identificar 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.

B) Resumen del esquema de evaluaciones calificadas del curso:

Actividad evaluada	Tipo de actividad	Ponderación en nota final	Fecha de entrega aproximada
Actividades propuestas en las clases	Individual y Grupal	45%	Continua
Autoevaluación Individual	Individual	10%	Miércoles 20 de octubre Miércoles 1 de diciembre
Co evaluación Grupal	Grupal	10%	Miércoles 20 de octubre Miércoles 1 de diciembre
Proyecto Final	Grupal	35%	Lunes 6 y martes 7 de diciembre

C) Planificación y cronograma preliminar del curso:

Sema na	Fecha	Actividades		Evaluación
		Sincrónicas	Asincrónicas	
1	01-sep	No hay.	Apertura del curso se presenta el equipo docente, se explica el programa y cronograma del curso. Se presenta la introducción de conceptos básicos de Salud Ocupacional.	Participar en el Foro de U-Cursos para presentarse y conocer a compañeros/as del curso y al equipo docente, plantear las dudas y expectativas sobre el curso.
2	08-sep	Clase sincrónica: Explicación aspecto básicos del curso y Seguro de Accidentes de enfermedades profesionales y accidentes del trabajo.	Clase de Seguridad social	Actividad en duplas, análisis de video de Moore (Psycho) en un word para generar nube de palabras.
3	15-sep	1ª SEMANA DE PAUSA EN CFG		
4	22-sep		Clase: Riesgos laborales y enfermedades profesionales	Análisis de casos de manera grupal

5	29-sep	Clase: Explicación del protocolo del seguro del trabajo en contexto de COVID-19 y uso correcto de EPP en pandemia		Crucigrama en duplas
6	06-oct		Clase de Trabajo y Salud Mental	Actividad Individual
7	13-oct		Clase de los efectos en la salud por alteración del sueño.	Actividad Grupal: Infografía
8	20-oct	Clase sincrónica: Integración de los contenidos y aplicación a su futuro contexto profesional		Entrevista a experto y realización mapa de ideas. Envío de autoevaluación 1 y coevaluación grupal 1
9	27-oct	2ª SEMANA DE PAUSA EN CFG		
10	03-nov	Clase sincrónica: Ergonomía laboral y consejos para el trabajo en casa		Cuestionario de auto aplicación de ergonomía en teletrabajo
11	10-nov		Podcast sobre Sindicatos	Reflexión grupal en foros para crear una nube de palabras.
12	17-nov	Clase sincrónica: Población Vulnerable en el ámbito laboral y Explicación Proyecto Final	Coordinarse con el equipo de trabajo	Desarrollo parte 1 proyecto final
13	24-nov		Clase sobre Enajenación laboral	Desarrollo parte 2 proyecto final
14	01-dic	Tiempo protegido para Finalizar proyecto final	Desarrollar proyecto Final, tiempo para realizar dudas	Envío de autoevaluación 2 y coevaluación grupal 2
15	08-dic	Feriado.	Lunes 6 y martes 7: presentación proyecto final	Presentación del proyecto final.
16	15-dic		Se pueden enviar actividades recuperativas hasta miércoles 15-dic. Cierre de actas: 17-dic.	

11. REQUISITOS DE APROBACIÓN

Calificación final igual o superior a 4,0, en una escala de 1 a 7.

12. RECURSOS DE APRENDIZAJE O 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 de Movilidad 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

13. RECURSOS ADICIONALES

- 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/NTP/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.