

Tipo de actividad: Asignatura(EDF111)  
Nombre: Introducción a lo Biohumano .  
Requisitos:

Créditos: 3  
Intensidad Horaria: 4 Horas semanales.  
Correquisitos:

## Introducción

El componente Biohumano desea a través del desarrollo de esta unidad temática que el estudiante tenga la posibilidad de conocer y vivenciar los aspectos importantes de la Salud y la Calidad de Vida, sus componentes y como ellas pueden modificarse según las aptitudes, hábitos y costumbres del individuo y de un colectivo obteniendo que a partir de este conocimiento el estudiante pueda promover planes de prevención y promoción.

## Objetivo General

- Proporcionar al estudiante los conceptos introductorios, relacionados con la salud y la calidad de vida.

## Objetivos específicos

- Promover en el estudiante una profundización y reconceptualización de los aspectos relacionados con la salud y la calidad de vida.
- Lograr que el estudiante promueva planes de prevención y promoción hacia los hábitos y aptitudes adecuadas.
- Concienciar al estudiante a cerca del auto cuidado, con el fin de evitar factores de riesgo que afecten su salud y la comunidad donde se desenvuelvan.

## Contenido

### 1. CALIDAD DE VIDA: (8 horas)

- Definición de calidad de vida y sus componentes.
- Factores que influyen.

### 2 PROCESO DE SALUD Y ENFERMEDAD (16 horas)

- Ley 100 (Niveles de atención en salud).
- Deficiencia, discapacidad y minusvalía.
- Enfermedades de Transmisión sexual.
- Métodos de planificación familiar.

### 3 EJERCICIO, ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE (8 horas)

- Normas de oro a tener en cuenta.

- Nutrición en el deportista.

#### 4 RECREACIÓN (8 horas)

- Definiciones.

- Practica.

#### 5 NUTRICIÓN Y DESORDENES ALIMENTARIOS (4 horas)

- Definición.

- Tipos de desordenes.

- Características y síntomas.

#### 6 SEXUALIDAD (4 horas)

- Definición.

- Aspectos relevantes de la sexualidad.

- Desordenes más frecuentes.

#### 7 DROGADICCIÓN (8 horas)

- Introducción.

- Sustancias mas empleadas.

- Efectos sobre el organismo.

#### 8 PRIMEROS AUXILIOS (8 horas)

- Introducción.

- Definiciones.

- Signos vitales.

- Primeros cuidados de la persona a riesgo de perder la vida.

- Aplicaciones de primeros auxilios.



## Bibliografía

A disposición de los profesores del Departamento

