

Tipo de actividad: Asignatura(AFS121)

Créditos: 3

Nombre: Fundamentación de la Actividad física en el marco de la Salud. Intensidad Horaria: 3 Horas semanales.

Requisitos:

Correquisitos:

Objetivo General

¿Cuál es la fundamentación que se tiene a nivel mundial, nacional y local sobre el abordaje de la actividad física y su relación con la salud, como también los procesos de salud enfermedad que inducen al desequilibrio físico, mental, social, cultural y ecológico?

Objetivos específicos

Esta unidad temática como parte introductoria de la especialización busca la conceptualización y relación que se plantea entre la actividad física y la salud, aspectos que se consideran son hoy en día una problemática mundial que desde la Organización mundial de la salud, la Organización panamericana de la salud, requieren de atención desde los diferentes gobiernos.

Así mismo, el conocimiento propio de los componentes de la actividad física, como los beneficios y parámetros para su trabajo son elementos importantes que se deben desarrollar y comenzar a plantear para un proceso de inclusión y modificación de los hábitos y estilos de vida de una comunidad. La prioridad de esta unidad temática es que el estudiante comience a abordar los procesos que se integran en el campo de la actividad física, sus manifestaciones y como desde los aspectos legales se tengan herramientas para encaminar acciones con impacto real sobre las poblaciones que se consideran a riesgo.

Contenido

- 1.1.1 Conceptualización y evolución de la Actividad física y su relación con la salud
- 1.1.2 Componentes y beneficios de la actividad física
- 1.1.3 Aspectos legales de la salud y la actividad física.
- 1.1.4 Procesos de inclusión en la actividad física
- 1.1.5 Niveles de atención en salud
- 1.1.6 Actividad física y enfermedades crónicas no transmisibles

Bibliografía

- Asociación de Medicina del Deporte de Colombia. Manifiesto de Actividad Física para Colombia. 2002. <http://amedco.encolombia.com/componentes-manifiesto.htm>
- CASIMIRO, A.J. (1999). Comparación, evolución y relación de hábitos saludables y nivel de condición física-salud en escolares, desde final de primaria (12 años) hasta final de secundaria obligatoria (16 años). Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- Blanco R, Maya M. Fundamentos de salud pública, Tomo I. pág. 5 http://viref.udea.edu.co/contenido/apuntes/gusramon/activ_salud/01-promocion.pdf
- DELGADO, M.; TERCEDOR, P. (2002). Estrategias de intervención en Educación para la salud desde la Educación Física. INDE: Barcelona.

- DEVÍS, J. y cols. (2000). Actividad física, deporte y salud. INDE: Barcelona.
 - MENDOZA, R.; SÁGRERA, M.R.; BATISTA, J.M. (1994). Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud. C.S.I.C.: Madrid.
 - Ministerio de Protección Social. Guía para Desarrollo de Programas Intersectoriales y Comunitarios para la Promoción de la Actividad Física. Colombia, 2004. <http://www.minproteccionsocial.gov.co/VBeContent/library/documents/DocNewsNo15136DocumentNo1907.PDF>
 - Miñarro, P.A.L. (2000). Ejercicios desaconsejados en la Actividad Física. Detección y alternativas. INDE: Barcelona.
 - Navas FJ. El Músculo, Órgano de Referencia en las Adaptaciones a las Demandas Sistémicas Provocadas por la Actividad Física. <http://db.doyma.es/cgi-bin/wdbcgi.exe/doyma/mrevista.pdf?piden=13038775>
 - Tercedor, P. (2001). Actividad física, condición física y salud. Wanceulen: Sevilla.
- Sánchez Bañuelos, F. (1996). La Actividad Física orientada hacia la salud. Biblioteca Nueva: Madrid.

