

# CONSEJO NACIONAL DE RECTORES

Oficina de Planificación de la Educación Superior

División Académica

## DICTAMEN SOBRE LA SOLICITUD DE APROBACIÓN DE LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD Y MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL

Alexander Cox Alvarado



OPES ; no 24-2022

# CONSEJO NACIONAL DE RECTORES

Oficina de Planificación de la Educación Superior

División Académica

## DICTAMEN SOBRE LA SOLICITUD DE APROBACIÓN DE LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD Y MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL

Alexander Cox Alvarado



OPES; N° 24-2022

378.728.6  
C877d

Cox Alvarado, Alexander

Dictamen sobre la solicitud de aprobación de la licenciatura en promoción de la salud y movimiento humano de la Universidad Nacional / Alexander Cox Alvarado. -- Datos electrónicos (1 archivo : 650 kb). -- San José, C.R. : CONARE - OPES, 2022. (OPES ; no. 24-2022).

ISBN 978-9977-77-473-2  
Formato pdf (28 páginas)

1. PROMOCIÓN DE LA SALUD. 2. CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO. 3. LICENCIATURA UNIVERSITARIA. 4. OFERTA ACADÉMICA. 5. PLAN DE ESTUDIOS. 6. PERFIL PROFESIONAL. 7. PERSONAL DOCENTE. 8. UNIVERSIDAD NACIONAL. 9. COSTA RICA. I. Título. II. Serie.



## PRESENTACIÓN

El estudio que se presenta en este documento (OPES; no 24-2022) se refiere al dictamen sobre la solicitud de aprobación de la Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano de la Universidad Nacional.

El dictamen fue realizado por el M.Sc. Alexander Cox Alvarado, investigador de la División Académica de la Oficina de Planificación de la Educación Superior (OPES) con base en el documento *Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano, 2022*, elaborado por la Universidad Nacional. La revisión del documento estuvo a cargo de la Dra. Katalina Perera Hernández, Jefa de la División citada.

El presente dictamen fue aprobado por el Consejo Nacional de Rectores en la sesión No. 34-2022, artículo 8, inciso c, celebrada el 30 de agosto de 2022.



Eduardo Sibaja Arias  
Director de OPES

## Tabla de Contenido

1. Introducción .....	1
2. Datos generales .....	2
3. Justificación .....	2
4. Propósitos de la carrera nueva .....	4
5. Perfil académico-profesional .....	4
6. Campo de inserción profesional .....	6
7. Requisitos de ingreso .....	6
8. Requisitos de permanencia y de graduación.....	6
9. Listado de los cursos .....	6
10. Descripción de las actividades académicas de la carrera .....	7
11. Correspondencia del equipo docente con las actividades académicas .....	7
12. Conclusiones .....	7
13. Recomendaciones .....	8
ANEXO A.....	9
ANEXO B.....	11
ANEXO C .....	12
ANEXO D .....	21

## 1. Introducción

La solicitud de aprobación de la Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano, de la Universidad Nacional (UNA), fue enviada al Consejo Nacional de Rectores por el señor Rector de la UNA, señor Francisco González Alvarado, en nota UNA-R-OFIC-1303-2022, con el objeto de iniciar los procedimientos establecidos en el documento *Lineamientos para la creación de nuevas carreras o la modificación de carreras ya existentes* <sup>1</sup>

Cuando se crean grados y pregrados nuevos, se utiliza lo normado en los Lineamientos mencionados, los cuales establecen los siguientes temas, que son la base del estudio que realiza la OPES:

- Datos generales
- Justificación
- Objetivos de la carrera
- Perfil académico-profesional
- Campo de inserción profesional que describe el ámbito en el cual se puede desempeñar la persona graduada
- Requisitos de ingreso
- Requisitos de graduación
- Listado de los cursos
- Descripción de los cursos
- Correspondencia del equipo docente con los cursos asignados.

A continuación, se detallan cada uno de estos aspectos.

---

<sup>1</sup> Aprobado por el Consejo Nacional de Rectores en la sesión N°27-2013, artículo 3, inciso g) y h), celebrada el 22 de octubre de 2013.

## 2. Datos generales

La carrera será impartida por la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida. Se otorgará el siguiente diploma:

- *Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano.*

## 3. Justificación

En la documentación enviada por la Universidad Nacional se justifica de forma extensa la necesidad de la carrera en Promoción de la Salud y Movimiento Humano. Los siguientes son extractos de dicha documentación sobre el objeto de estudio y sobre la necesidad de esta carrera:

### Objeto de estudio:

El objeto de estudio de la Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano es: el Movimiento Humano como un instrumento de promoción, prevención e intervención de la salud, donde se estimula el desarrollo integral del ser humano desde una perspectiva interdisciplinaria y transdisciplinaria, mediante la cual se favorece, el desarrollo psicológico, social y físico, conducentes a estilos de vida saludable y consecuentemente a una mejor calidad de vida.

La finalidad social del plan de estudios es la promoción de la salud física mediante la interiorización de estilos de vida saludables y valores sociales e individuales, inherentes al ser humano, por lo que requiere aportes de otras disciplinas: Psicología, Sociología, Fisiología, Medicina del Deporte, Nutrición, entre otras. Dado que estas disciplinas nos permiten una visión amplia del papel que juega el movimiento humano y la importancia de este, para el crecimiento individual y el desarrollo social de los pueblos.

Las personas profesionales serán capaces de propiciar la construcción y reconstrucción de conocimientos, ser reflexivos, autocríticos, analíticos, creativos y con principios éticos y morales para su labor profesional. Asimismo, para alcanzar los objetivos de la carrera es indispensable que los principios metodológicos que dirijan el accionar de cada uno de los cursos se sustenten sobre la base de una orientación humanista y la persona estudiante como agente activo de su proceso de aprendizaje.

(Universidad Nacional, Resumen ejecutivo, Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano, 2022).

### Justificación:

El plan de estudios de Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano se presenta como un rediseño y cambio de titulación del plan de estudios de Licenciatura en Ciencias del Deporte con énfasis en Salud, que se ejecutó en la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano desde el año 1996 y sufrió su última modificación en el año 2015.

El presente plan de estudio toma en consideración las tendencias tanto mundiales, regionales y nacionales en el campo de la promoción de la salud y el movimiento humano considerando las necesidades de una sociedad en promover estrategias para el desarrollo de estilos de vida saludables. A su vez, toma en consideración los objetivos para el desarrollo sostenible (ODS) propuestos por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) relacionados con la salud y

bienestar, una educación de calidad e igualdad de género entre otros, además de la Política Nacional del Deporte, la Recreación y la Actividad Física 2020-2030 (PONADRAF 2020-2030) donde se considera dentro de sus objetivos la recreación y actividad física a lo largo de la vida como un factor de derecho humano, territorial y de género para la promoción de estilos de vida saludable. Además, considera las iniciativas ciertas iniciativas planteadas en el plan de acción mundial de la Organización Mundial de la Salud (OMS) que busca incentivar en la sociedad la adopción de estilos de vida más saludables. Por otra parte, los efectos producto de la pandemia por COVID-19 aunada a las altas tasas de sedentarismo, ya existentes en la población mundial han incrementado los niveles de obesidad a nivel mundial y con ello el cúmulo de enfermedades y mortalidad asociadas, sin olvidar el incremento en los costos de atención en salud pública que ello implica.

En relación con la problemática expuesta según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), las personas que mantienen niveles de insuficientes de actividad física sufren un incremento en riesgo de muerte que ronda entre el 20% al 30% y a ello se le suma que cerca del 80% de la población adolescente a nivel mundial mantiene valores insuficientes de actividad física.

En igual forma se estima que entre los años 2020 al 2030, la población adulta mayor tenga un incremento cercano al 34%, lo cual involucra retos en los distintos países tanto en los sistemas de salud pública y los entornos de acceso social; sin olvidar, el garantizarles espacios para el desarrollo de estilos de vida saludable.

Ante ello, los profesionales licenciados en promoción de la salud y movimiento humano deben poseer una sólida preparación en el abordaje de personas con alguna ECNT, población adulta mayor y personas sanas para desarrollar en estos estilos de vida saludable.

El incremento en la presencia de las enfermedades crónicas no transmisibles en la población costarricense constituye uno de los grandes desafíos en política relacionados con la salud pública a ser atendido. Los altos índices de obesidad que afecta los distintos rangos etarios del país se suman a las estadísticas de mortalidad asociadas a enfermedades cardiovasculares, cancerígenas, diabéticas entre otras más.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) menciona que el incremento en los casos diagnosticados de enfermedades no transmisibles representa una gran carga económica para el país, las personas y sus familias, al mismo tiempo contribuyen a mayores desigualdades sociales y oportunidades de desarrollo.

Ante dicho panorama las inversiones en políticas relacionadas con la prevención y el tratamiento oportuno de estas enfermedades constituyen la mejor inversión que los gobiernos pueden realizar. Por tal motivo, la educación en salud cumple un rol trascendental como eje primordial en las estrategias para la promoción de estilos de vida en todos los estratos sociales y grupos etarios. Dentro de tales estrategias la práctica de ejercicio físico constituye una herramienta en la prevención y tratamiento de ECNT; así como los procesos propios del envejecimiento.

Si bien existen otras instituciones educativas a nivel universitario en el país que ofertan el grado de formación en licenciatura para profesionales en Ciencias del Movimiento Humano, Educación Física y Promoción de la Salud Física tanto a nivel público (UNA) y a nivel privado (UACA y UCA); no existe referencia a nivel nacional de una oferta académica con grado de licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano.

Asimismo, se busca abordar tantos espacios laborales y distintos contextos sociales, bajo un enfoque pertinente a las características y necesidades sociales actuales.

Es por ello, que sectores como la educación y la salud, seguirán constituyendo ejes principales que sustentan este plan de estudios con la finalidad de ofrecer estrategias para la promoción, la

prevención y la intervención para mejorar el bienestar de la población costarricense. (Universidad Nacional, Resumen ejecutivo, Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano, 2022).

El objeto de estudio está bien definido. La justificación de la carrera es clara y cumple con los elementos establecidos.

#### 4. Objetivos de la carrera nueva

Según la Universidad Nacional, los objetivos de la carrera son los siguientes:

##### Objetivo general:

Formar profesionales con el grado de Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano capaces de brindar soluciones a las necesidades de la sociedad actual en el campo de la salud integral, mediante una propuesta curricular integral, para el logro de estados superiores de bienestar y calidad de vida en la población.

##### Objetivos específicos

- Brindar una formación profesional que permita priorizar el valor del ejercicio físico, mediante la generación de conocimientos en promoción, prevención e intervención para el desarrollo de estilos de vida saludable en la población.
- Acompañar en la formación de profesionales que se desempeñen en su quehacer con base en criterios éticos y científicos, mediante estrategias significativas de aprendizaje, para que ejerzan un rol de liderazgo en la promoción, prevención e intervención de la salud integral.
- Formar profesionales capaces de integrar el conocimiento relativo a las ciencias del movimiento humano, por medio de un enfoque transdisciplinario, que permita el abordaje de la promoción, prevención e intervención de la salud integral.  
(Universidad Nacional, Resumen ejecutivo, Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano, 2022).

Los objetivos planteados están acordes con el grado y nombre de la carrera propuesto.

#### 5. Perfil académico-profesional

A continuación, se detalla el perfil académico del graduado de Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano:

##### Conocimientos:

- Discrimina las particularidades de la evidencia científica en promoción de la salud y movimiento humano vigente para guiar su ejercicio profesional
- Conoce y domina los aspectos de logística necesarios para la planificación de eventos para la promoción de la salud
- Domina las estrategias para la promoción de la salud mediante las teorías de modificación de conductas asociadas a estilos de vida saludables
- Domina los aspectos teóricos y prácticos para la gestión de programas orientados a la población adulta mayor y poblaciones especiales

- Domina los principios que regulan los procesos de entrenamiento físico y la dinámica de las cargas para lograr mejoras en la calidad de vida de las personas.
- Conoce los aspectos propios de las patologías y su relación con el ejercicio físico para la promoción y prevención en salud.
- Conoce los modelos de intervención en salud para trabajar con poblaciones especiales.

Habilidades:

- Toma decisiones profesionales con base en fundamentos teóricos, datos e información pertinente válida y confiable.
- Interpreta investigaciones relacionadas con la calidad de vida .
- Planifica y desarrolla eventos para la promoción de la salud utilizando las distintas manifestaciones del movimiento humano.
- Gestiona programas para la educación en salud y adopción de estilos de vida saludable mediante el movimiento humano.
- Lidera programas de prevención, promoción y rehabilitación de la salud en población adulta mayor y necesidades especiales.
- Dirige programas de prevención, promoción y rehabilitación de la salud en poblaciones con enfermedad cardiovascular y oncológica.
- Prescribe ejercicio físico como medio para mejorar la salud integral de las personas sanas y con alguna enfermedad crónica no transmisible.
- Aplica las teorías y modelos de intervención requeridos para trabajar con poblaciones especiales.

Actitudes:

- Identifica sus necesidades de actualización, capacitación y formación durante su proceso formativo y en el ejercicio profesional, y busca los medios para cubrirlas mediante medios formales e informales, nacionales e internacionales, presenciales y en línea.
- Lidera y colabora proactivamente en equipos de trabajo y comunidades profesionales para el logro de objetivos y mejoramiento de la calidad de vida.
- Ejecuta su ejercicio profesional apegado a los criterios éticos.
- Demuestra compromiso con el mejoramiento de la salud y la calidad de vida de las distintas poblaciones con las que trabaja.
- Muestra capacidad para adaptarse a los distintos escenarios y demandas del mercado laboral.  
(Universidad Nacional, Resumen ejecutivo, Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano, 2022).

De acuerdo con lo descrito, la División Académica de la Oficina de Planificación de la Educación Superior considera que el perfil profesional, de forma general, se adecúa a los resultados de aprendizaje esperados establecidos en el *Marco de Cualificaciones para la Educación Superior Centroamericana* para el grado de Licenciatura <sup>2</sup>.

---

<sup>2</sup> CSUCA, Marco de Cualificaciones para la Educación Superior Centroamericana, 2018.

## 6. Campo de inserción profesional

La Universidad Nacional envió la siguiente información sobre la inserción profesional de los graduados de esta Licenciatura:

La persona graduada podrá desempeñarse en los siguientes puestos: promotor de movimiento humano, director de programa o instructor, entrenador personal, gestor de programas y proyectos, asesor y consultor. Estas funciones podrá desempeñarlas en empresas privadas, establecimientos de acondicionamiento físico, centros educativos privados y educación superior, Ministerio de Educación Pública, academias, clubes deportivos, asociaciones y federaciones deportivas, comités cantonales de deportes y recreación, centros de recreo, centros de educación (públicos y privados), escuelas de enseñanza especial, centros de atención integral para personas con discapacidad y centros diurnos.  
(Universidad Nacional, Resumen ejecutivo, Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano, 2022).

## 7. Requisitos de ingreso

Según el Universidad Nacional, los requisitos de ingreso son los siguientes:

- Contar con el título de bachillerato universitario en alguna de las siguientes carreras: Enseñanza de la Educación Física, Deporte y Recreación, Promoción de la Salud Física o Ciencias del Movimiento Humano, así como sus afines.
- Cumplir con los requisitos administrativos, política de admisión y de otra índole que solicite la Universidad Nacional.

## 8. Requisitos de permanencia y de graduación

Son los requisitos establecidos por la Universidad Nacional en sus reglamentos, los cuales son cumplir con todas asignaturas del plan de estudio y realizar un trabajo final de graduación de licenciatura. Adicionalmente, para graduarse, el estudiante debe cumplir con los demás requisitos financieros y administrativos de la Universidad Nacional.

## 9. Listado de los cursos

El plan de estudios de la carrera, presentado en el Anexo A, tiene una duración de dos ciclos lectivos de diecisiete semanas y consta de 36 créditos. Estas cifras están dentro de los rangos establecidos por la normativa para el grado de Licenciatura.

## 10. Descripción de las actividades académicas de la carrera

Los programas de los cursos y demás actividades académicas de la carrera se muestran en el Anexo B.

Las actividades académicas corresponden o están acorde con el grado y titulación propuesta.

## 11. Correspondencia del equipo docente con las actividades académicas

Los nombres de los profesores de cada uno de los cursos de la carrera propuesta aparecen en el Anexo C. Todos ellos poseen grados iguales o superiores al de Licenciatura en disciplinas relacionadas con los cursos que impartirán.

En el Anexo D se presentan los nombres y los grados académicos de los profesores de la carrera propuesta.

Esta Oficina considera que las normativas vigentes se cumplen.

## 12. Conclusiones

La propuesta cumple con la normativa aprobada por el CONARE en el *Convenio para crear una nomenclatura de grados y títulos de la Educación Superior Estatal*<sup>3</sup>, en el *Convenio para unificar la definición de crédito en la Educación Superior*<sup>4</sup> y con los procedimientos establecidos por el documento *Lineamientos para la creación de nuevas carreras o la modificación de carreras ya existentes*.

---

<sup>3</sup> Aprobada por el CONARE en la sesión del 10 de noviembre de 1976.

<sup>4</sup> Aprobada por el CONARE en la sesión 19-2003, artículo 2, inciso c), del 17 de junio de 2003.

### 13. Recomendaciones

Con base en las conclusiones del presente estudio, se recomienda lo siguiente:

- Que se autorice a la Universidad Nacional la creación de la *Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano* de acuerdo con los términos expresados en este dictamen.
- Que la Universidad Nacional realice evaluaciones internas durante el desarrollo de la carrera.

ANEXO A

**PLAN DE ESTUDIOS DE LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD Y MOVIMIENTO  
HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL**

## ANEXO A

### PLAN DE ESTUDIOS DE LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD Y MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL

<b>NOMBRE DEL CURSO</b>	<b>CRÉDITOS</b>
<u>Primer ciclo</u>	<u>18</u>
Prescripción clínica del ejercicio en enfermedades crónicas no transmisibles	4
Actividad física y calidad de vida en población adulta mayor	3
Promoción de la salud en poblaciones especiales	3
Entrenamiento en eventos individuales de resistencia para la salud	3
Optativo libre	3
Modalidades de graduación	2
<u>Segundo ciclo</u>	<u>18</u>
Técnicas psicoeducativas para la promoción de la salud y movimiento humano	3
Rehabilitación cardiaca y oncológica	4
Teorías y modelos para la modificación de conductas	3
Entrenamiento funcional para la salud	4
Elaboración y evaluación de proyectos en salud	4
Trabajo final de graduación	0
<b><i>Total de créditos de la Licenciatura</i></b>	<b><i>36</i></b>

\* Este curso puede escogerse de la oferta académica de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano previa autorización de la Coordinación de la Licenciatura.

ANEXO B

**PROGRAMAS DE LOS CURSOS DE LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD Y  
MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL**

## ANEXO B

### **PROGRAMAS DE LOS CURSOS DE LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD Y MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL**

NOMBRE DEL CURSO:	Prescripción clínica de ejercicio físico en enfermedades crónicas no transmisibles
CRÉDITOS:	4

#### Descripción del curso:

Curso teórico-práctico en el que se actualiza y profundiza el estado del conocimiento relacionado con la prescripción clínica del ejercicio físico para la salud en personas sanas o con alguna enfermedad crónica no transmisible (ECNT). Se desarrollarán conceptos avanzados en la prescripción de ejercicio cardiovascular, de fuerza, de resistencia muscular y de flexibilidad de distintas poblaciones.

La integración de los conocimientos adquiridos en el curso, conducirán al estudiantado a una comprensión de estos y su integración en el ejercicio profesional, donde por medio de la implementación de metodologías para la preparación física desarrollar de forma satisfactoria su labor en el contexto de la promoción de la salud.

#### Objetivo general:

Ejecutar la prescripción clínica de ejercicio físico para la salud de distintas poblaciones, por medio de la elaboración, ejecución y supervisión de programas de entrenamiento físico.

#### Contenidos:

- Actualización de la prescripción clínica del ejercicio físico
- Fundamentos avanzados de prescripción de ejercicio físico
- Prescripción avanzada de ejercicio físico
- Prescripción de ejercicio físico en enfermedades metabólicas
- Prescripción del ejercicio físico en enfermedades pulmonares
- Prescripción del ejercicio físico en enfermedades inmunológicas, hematológicos y otras
- Prescripción del ejercicio físico en enfermedades óseas, reumáticas y otros tipos
- Prescripción del ejercicio físico en poblaciones especiales

NOMBRE DEL CURSO:	Actividad Física y Calidad de vida en la población adulta mayor
CRÉDITOS:	3

#### Descripción del curso:

El presente curso es de naturaleza teórico-práctica en el que se va a profundizar el impacto de la actividad física en la funcionalidad y en la calidad de vida de este grupo etario y en el proceso de

envejecimiento de la población en general. Asimismo, se discuten distintos factores que generan los mitos y estereotipos en contra del proceso de envejecimiento y las últimas tendencias en actividad física para potenciar las capacidades físicas de este segmento etario, todo esto analizando el contexto en el que se desenvuelve la población meta.

La integración de los conocimientos adquiridos en el curso, conducirán al estudiantado a una comprensión de estos y su integración en el ejercicio profesional, donde por medio de la implementación de metodologías para la preparación física desarrollar de forma satisfactoria su labor en el contexto de la promoción de la salud.

Objetivo general:

Desarrollar las competencias requeridas para el desarrollo y puesta en práctica de programas de actividad física efectivos y seguros para la atención de las PAM y de la población que envejece.

Objetivos específicos

Contenidos:

- Actividad física y envejecimiento
- Consideraciones desde los ámbitos psicológico, sociales y fisiológicos
- Evaluación y control
- Elaboración de programas para PAM según características patológicas
- Destrezas en la implementación de las sesiones
- Estrategias para el liderazgo, comunicación, marketing y aspectos éticos y legales

NOMBRE DEL CURSO:	Promoción de la salud en poblaciones especiales
CRÉDITOS:	3

Descripción del curso:

El curso será teórico-práctico, en donde se abordará como eje central la calidad de vida de las personas con discapacidad y como la actividad física adaptada colabora en este abordaje. Se estudiará los conceptos de discapacidad, congénito, hereditario y adquirido para encontrar las diferencias entre ellos y visualizar como la actividad física adaptada, deporte adaptado y ejercicio contribuyen a la calidad de vida. Se incluirá la evaluación a diferentes poblaciones utilizando las pruebas de campo y laboratorio.

La integración de los conocimientos adquiridos en el curso, conducirán al estudiantado a una comprensión de estos y su integración en el ejercicio profesional, donde por medio de la implementación de metodologías para la preparación física desarrollar de forma satisfactoria su labor en el contexto de la promoción de la salud.

Objetivo general:

Analizar el impacto de la atención por medio de la práctica de la actividad física para la salud en poblaciones especiales por medio de la vivencia formativa de la actividad física adaptada para el fomento de la sensibilización de las necesidades y oportunidades que plantean este tipo de poblaciones.

Contenidos:

- Introducción a la actividad física adaptada (historia de la discapacidad; definición, etiología y clasificación de la discapacidad; definición y clasificación de la calidad de vida; y inclusión social).
- Bases generales de prescripción del ejercicio en poblaciones especiales (tipos, opciones y manejos de la carga).
- Discapacidades congénitas, adquiridas y hereditarias (clasificación; programas para diferentes poblaciones especiales; evaluaciones de campo y laboratorio para personas con discapacidad).
- Servicios ofrecidos por la comunidad para las personas con discapacidad.
- 

NOMBRE DEL CURSO:	Entrenamiento en eventos individuales de resistencia para la salud
CRÉDITOS:	3

Descripción del curso:

Este curso estudia desde la perspectiva teórica y práctica los conceptos actuales del diseño del entrenamiento de eventos aeróbicos individuales, así como diferentes métodos para optimizar el rendimiento deportivo en personas aficionadas. Se analizará y estudiará la forma de estructurar el entrenamiento de resistencia en ciclos y períodos de acuerdo con los principios que rigen el entrenamiento físico de carácter aficionado, así como otras variables.

La integración de los conocimientos adquiridos en el curso, conducirán al estudiantado a una comprensión de estos y su integración en el ejercicio profesional, donde por medio de la implementación de metodologías para la preparación física desarrollar de forma satisfactoria su labor en el contexto de la promoción de la salud.

Objetivo general:

Diseñar programas de entrenamiento cardiovascular y sus métodos en el contexto de participantes aficionados, garantizando con ello el manejo apropiado de las principales variables involucradas en la práctica de deportes de carácter aficionado.

Contenidos:

- Generalidades del entrenamiento cardiovascular para la salud
- Metodología del entrenamiento cardiovascular para la salud
- Actualización y profundización de la planificación del entrenamiento cardiovascular
- Nuevas tendencias en el entrenamiento cardiovascular para la salud
- Intervenciones para la salud mediante estrategias cardiovasculares

NOMBRE DEL CURSO:	Modalidades de graduación
CRÉDITOS:	2

Descripción del curso:

El curso analiza las diferentes modalidades de graduación, para que el estudiantado pueda seleccionar y elaborar su anteproyecto o su propuesta de trabajo final de graduación (TFG) según

los lineamientos establecidos por la Unidad Académica, en apego a la normativa institucional. Además, se capacita al estudiantado para la presentación de su TFG.

#### Objetivo general

Estudiar las formas de redacción de propuestas de anteproyectos de TFG de acuerdo con la modalidad seleccionada.

#### Contenidos:

- Modelos de graduación y sus diferentes componentes.
- Reglamentación institucional de Trabajos Finales de Graduación.
- Elaboración de propuestas de anteproyectos del TFG según la modalidad.

NOMBRE DEL CURSO:	Técnicas psicoeducativas para la promoción de la salud y movimiento humano
CRÉDITOS:	3

#### Descripción del curso:

Curso teórico-práctico, en que se estudia la dinámica de la relación entre persona y ambiente como contexto en el que se promueve la salud a través del movimiento humano, enfocando de manera particular los procesos psicosociológicos subyacentes en los comportamientos saludables y no saludables de las personas. La parte práctica del curso será enfocada en técnicas psicoeducativas mediante el contacto directo con diferentes poblaciones que permitan proveer al estudiantado de experiencias que enriquezcan los conocimientos teóricos.

La integración de los conocimientos adquiridos en el curso, conducirán al estudiantado a una comprensión de estos y su integración en el ejercicio profesional, donde por medio de la implementación de metodologías para la preparación física desarrollar de forma satisfactoria su labor en el contexto de la promoción de la salud.

#### Objetivo general:

Analizar los alcances y el rol del movimiento humano como medio holístico por medio de los principios psicosociales que orienten la promoción de la salud integral para la adopción de estilos de vida activos.

#### Contenidos:

- Nociones básicas de salud mental, desarrollo socioemocional del ser humano
- Comportamiento y salud: fuerzas psíquicas que subyacen a los comportamientos saludables y no saludables
- Abordaje sistémico y holístico de factores inconscientes y de comportamiento asociados a la salud, bienestar, calidad de vida y movimiento humano desde la psicología positiva
- Técnicas psicoeducativas para la obtención de información y datos asociados a la promoción de la salud y el movimiento humano
- Técnicas psicoeducativas para facilitar la intervención con las patologías específicas comunes que se encuentran los profesionales del Movimiento Humano

NOMBRE DEL CURSO:	Rehabilitación Cardíaca y Oncológica
CRÉDITOS:	4

#### Descripción del curso

El curso desarrollará conocimientos y destrezas acerca de la evaluación y prescripción del ejercicio físico en pacientes con enfermedades cardiovasculares y con cáncer. Así como, se ampliarán conceptos sobre los beneficios fisiológicos del ejercicio aeróbico, de contra resistencia y de flexibilidad en personas con este tipo de patologías.

La integración de los conocimientos adquiridos en el curso, conducirán al estudiantado a una comprensión de estos y su integración en el ejercicio profesional, donde por medio de la implementación de metodologías para la preparación física desarrollar de forma satisfactoria su labor en el contexto de la promoción de la salud.

#### Objetivo general:

Rehabilitar integralmente por medio del ejercicio físico a pacientes con enfermedades cardiovasculares y con cáncer, buscando la incorporación a la realidad del quehacer profesional de los centros de rehabilitación cardíaca y oncológico con prácticas y pasantías vivenciales que permitan un mayor aprendizaje.

#### Contenidos:

- Importancia del ejercicio físico en rehabilitación cardiovascular y oncológica
- Evaluación inicial en pacientes cardíacos y oncológicos
- Fundamentos de la prescripción de ejercicio físico en pacientes cardíacos y oncológicos
- Prescripción de ejercicio aeróbico en pacientes cardíacos
- Prescripción de ejercicio aeróbico en pacientes con cáncer
- Entrenamiento contra resistencia en pacientes cardíacos y oncológicos
- Nuevas tendencias de entrenamiento físico en pacientes con enfermedades cardiovasculares y con cáncer
- Práctica supervisada en un centro de rehabilitación cardíaca y oncológica.

NOMBRE DEL CURSO:	Teorías y modelos en la modificación de conductas
CRÉDITOS:	3

#### Descripción del curso:

En el curso el estudiantado conocerá las principales teorías y modelos del cambio de conducta hacia la actividad física, así como las estrategias para llevarlas a la práctica. Además, con él conocimiento teórico de cómo el ser humano cambia una conducta sedentaria por un estilo de vida activo, diseñarán intervenciones individuales y colectivas en diferentes ámbitos sociales. Con cada referente teórico del curso, el estudiantado deberá desarrollar una intervención en salud utilizando el modelo ecológico y el modelo transteorético como marcos de todas las implementaciones.

La integración de los conocimientos adquiridos en el curso, conducirán al estudiantado a una comprensión de estos y su integración en el ejercicio profesional, donde por medio de la implementación de metodologías para la preparación física desarrollar de forma satisfactoria su labor en el contexto de la promoción de la salud.

Objetivo general:

Entender y manejar los diferentes componentes para promover estilos de vida activos tanto en forma individual como grupal por medio de la aprehensión de los conceptos teóricos de la modificación de conductas para mejorar la calidad haciendo uso del movimiento humano.

Contenidos:

- Teorías de modificación de conductas asociadas a estilos de vida saludables.
- Logística de la planificación de eventos físico-recreativos masivos.
- Estrategias para la promoción de la salud.

NOMBRE DEL CURSO:	Entrenamiento funcional para la salud
CRÉDITOS:	4

Descripción del curso:

El curso desarrolla desde un enfoque teórico y práctico las tendencias vigentes del entrenamiento funcional para la promoción de estilos de vida saludables en poblaciones sanas y con enfermedades crónicas no transmisibles. Se abarcan temáticas relacionadas con las adaptaciones orgánicas, la calidad del movimiento funcional y metodologías de trabajo en el ámbito del entrenamiento funcional.

La integración de los conocimientos adquiridos en el curso, conducirán al estudiantado a una comprensión de estos y su integración en el ejercicio profesional, donde por medio de la implementación de metodologías para la preparación física desarrollar de forma satisfactoria su labor en el contexto de la promoción de la salud.

Objetivo general:

Analizar las tendencias de entrenamiento funcional vigentes a través del estudio teórico y práctico de las distintas metodologías de trabajo para su implementación en población sana y con ECNT como estrategias de intervención en la promoción de estilos de vida saludable.

Contenidos:

- Conceptos, principios y bases fisiológicas y éticas asociadas al entrenamiento funcional para la salud
- Clasificación y derivaciones del entrenamiento funcional para la salud.
- La calidad del movimiento y la recuperación funcional para la salud
- Entrenamiento funcional de alta intensidad y estrategias de intervención para la salud y ECNT

NOMBRE DEL CURSO:	Elaboración y Evaluación de Proyectos en Salud
CRÉDITOS:	4

Descripción del curso:

El curso desarrolla desde un enfoque teórico y práctico las tendencias vigentes para la comprensión, desarrollo y aplicación de contenidos relacionados a las áreas de gestión de proyectos en salud.

Además de los aspectos claves en la elaboración y evaluación de proyectos en Ciencias del Movimiento Humano que respondan a las necesidades del mercado.

La integración de los conocimientos adquiridos en el curso, conducirán al estudiantado a una comprensión de estos y su integración en el ejercicio profesional, donde por medio de la implementación de metodologías para la preparación física desarrollar de forma satisfactoria su labor en el contexto de la promoción de la salud.

Objetivo general:

Analizar los métodos y técnicas para el diagnóstico, diseño de actividades y adquisición de insumos, evaluación técnica y económica, para la elaboración y evaluación de proyectos en salud, que permitan la mejor utilización de los recursos.

Contenidos:

- Conceptos y principios de la gestión de proyectos de salud.
- Etapa de pre-inversión del proyecto de salud.
- Áreas de gestión de los proyectos de salud.
- Análisis y evaluación económica del proyecto de salud.
- 

NOMBRE DEL CURSO:	Trabajo Final de Graduación
CRÉDITOS:	0

Descripción del curso:

El curso desarrolla las diferentes modalidades de graduación, para que el estudiantado pueda elaborar y defender de trabajo final de graduación (TFG) según los lineamientos establecidos por la unidad académica, en apego a la normativa institucional. Además, se capacita al estudiantado para la presentación de su TFG. La integración de los conocimientos adquiridos durante el curso, conducirán al estudiantado a la defensa de su TFG como requisito para la finalización de su plan de estudios.

Objetivo general:

Ejecutar la propuesta de TFG aprobada según la modalidad seleccionada por la persona estudiante, a partir de la identificación de una problemática relacionada con el objeto de estudio para su defensa como requisito para concluir el plan de estudios.

Contenidos:

- Elaboración de la propuesta de TFG según la modalidad.
- Presentar el TFG según la modalidad seleccionada.

ANEXO C

**PROFESORES DE LAS ACTIVIDADES DE LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA  
SALUD Y MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL**

## **ANEXO C**

### **PROFESORES DE LAS ACTIVIDADES DE LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD Y MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL**

<b><u>CURSO</u></b>	<b><u>PROFESOR</u></b>
Prescripción clínica del ejercicio en enfermedades crónicas no trasmisibles	Jorge Salas Cabrera José Trejos Montoya
Actividad física y calidad de vida en población adulta mayor	Luis Solano Mora
Promoción de la salud en poblaciones especiales Entrenamiento en eventos individuales de resistencia para la salud	M <sup>a</sup> Antonieta Ozols Rosales José Trejos Montoya
Modalidades de graduación	Carlos Álvarez Bogantes Harry González Barrantes
Técnicas psicoeducativas para la promoción de la salud y movimiento humano	Héctor Fonseca Schmidt
Rehabilitación cardiaca y oncológica	José Trejos Montoya
Teorías y modelos para la modificación de conductas	Carlos Álvarez Bogantes
Entrenamiento funcional para la salud	Jorge Salas Cabrera Juan Carlos Gutiérrez Vargas Christian Azofeifa Mora
Elaboración y evaluación de proyectos en salud	Inés Revuelta Sánchez Harry González Barrantes Steve Monge Poltronieri
Trabajo final de graduación	Carlos Álvarez Bogantes Harry González Barrantes

ANEXO D

**PROFESORES DE LAS ACTIVIDADES DE LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA  
SALUD Y MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL  
Y SUS GRADOS ACADÉMICOS**

## **ANEXO D**

### **PROFESORES DE LAS ACTIVIDADES DE LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD Y MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL Y SUS GRADOS ACADÉMICOS**

**CARLOS ÁLVAREZ BOGANTES**

Bachillerato en Enseñanza de la Educación Física, Universidad Nacional. Doctorado en Educación, Universidad Estatal a Distancia.

**CHRISTIAN AZOFEIFA MORA**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano, Universidad Nacional.

**HÉCTOR FONSECA SCHMIDT**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano, Universidad Nacional.

**HARRY GONZÁLEZ BARRANTES**

Bachillerato en Enseñanza de la Educación Física, Universidad Nacional. Maestría en Ciencias de la Educación, Universidad Latina de Costa Rica.

**JUAN CARLOS GUTIÉRREZ VARGAS**

Maestría en Educación Física, Universidad Interamericana de Puerto Rico.

**STEVE MONGE POLTRONIERI**

Maestría en Gerencia de Proyectos, Universidad Latinoamericana de Ciencia y Tecnología.

**MARÍA ANTONIETA OZOLS ROSALES**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano, Universidad Nacional. Doctorado en Educación, Universidad de La Salle.

**INÉS REVUELTA SÁNCHEZ**

Maestría en Administración de Empresas con mención en Alta Gerencia, Universidad de San José.

JORGE SALAS CABRERA

Bachillerato en Enseñanza de la Educación Física, Universidad Nacional. Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano, Universidad Nacional. Doctorado en Educación, Universidad Estatal a Distancia.

LUIS SOLANO MORA

Doctorado en Ciencias del Movimiento Humano, Universidad de Costa Rica y Universidad Nacional.

JOSÉ TREJOS MONTOYA

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano, Universidad Nacional.

# CONSEJO NACIONAL DE RECTORES

Oficina de Planificación de la Educación Superior

División Académica

## DICTAMEN SOBRE LA SOLICITUD DE APROBACIÓN DE LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD Y MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL

Alexander Cox Alvarado



OPES ; no 24-2022