

**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA
ESCUELA DE ENFERMERIA
SECCIÓN SALUD MENTAL Y PSIQUIATRÍA**

CURSO EE-0340: Salud Mental y Conceptos Psicosociales en la Salud de la Mujer

GUIAS Y CONTENIDOS

1 - 2000

**San José, Costa Rica
Marzo, 2000**

**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE ENFERMERIA
SECCION SALUD MENTAL Y PSIQUIATRIA**

I PARTE:	SILABUS DEL CURSO
-----------------	--------------------------

NOMBRE: *Salud Mental y Conceptos Psicosociales en la Salud de la Mujer y Perinatología.*

SIGLAS: *EE-0340*

UBICACIÓN: *I Ciclo*

TOTAL HORAS: *51*

CREDITOS: *1*

DESCRIPCIÓN:

En este curso se parte del análisis conceptual de los aspectos psicosociales y de salud mental, vinculados con la salud, la sexualidad y la vida reproductiva de las personas.

Se busca así que las/los participantes sean capaces de interiorizar que su salud no es un estado natural, sino más bien el resultado de sus condiciones de vida, de la satisfacción o no de sus necesidades vitales, de la calidad de los recursos utilizados con ese fin, y principalmente, del proceso de construcción de la identidad personal.

De allí que, el curso se inicia explorando el conocimiento que la/él estudiante posee sobre su formación identitaria, así como de sus potencialidades y de sus actitudes, de sus propios valores y de los intereses que inciden en los roles estereotipados que desempeña dentro de una sociedad marcada por la cultural patriarcal.

Se discuten además, conceptos como sexualidad, vida reproductiva, conflicto y frustración, depresión y crisis, asociados a las vivencias cotidianas de la mujer y del hombre.

Se trabajan estrategias de enfrentamiento a los problemas y apoyos sociales para la prevención de las crisis personales y familiares.

Además, se presenta la relación interpersonal de ayuda como instrumento terapéutico recomendable para dar una atención humanizada a los usuarios de los servicios de salud.

OBJETIVOS GENERALES

- 1. Analizar el concepto de sí mismo(a) y la construcción de la identidad femenina y masculina dentro del contexto sociocultural del patriarcado.*
- 2. Analizar los roles y las conductas de la mujer y del hombre dentro de nuestra sociedad.*
- 3. Analizar las situaciones de crisis más frecuentes en las mujeres y plantear estrategias de intervención.*
- 4. Analizar las causas comunes de las reacciones depresivas en las mujeres y conocer estrategias de enfrentamiento.*

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. *Analizar los conceptos socializadores que influyen en la construcción de la autoimagen, el autoconcepto y la autoestima de la mujer y del hombre durante el ciclo vital.*
2. *Analizar la influencia sociocultural en la salud mental según el género asignado a cada persona.*
3. *Analizar los roles, los valores y las actitudes del hombre y de la mujer en nuestra sociedad.*
4. *Describir y analizar la vivencia de la sexualidad y los eventos relacionados con la vida reproductiva.*
5. *Describir y analizar el ejercicio de la sexualidad y la vivencia de la maternidad.*
6. *Analizar las repercusiones de la maternidad en la salud mental y física tanto del hombre como de la mujer.*
7. *Analizar las situaciones que más frecuentemente provocan crisis en las personas y las reacciones resultantes, como ansiedad y distrés.*
8. *Conocer y aplicar técnicas de intervención en crisis utilizando la relación interpersonal de ayuda.*
9. *Analizar las reacciones depresivas vinculantes con la construcción identitaria, que son más frecuentes en las mujeres.*
10. *Conocer y aplicar algunas estrategias de prevención e intervención en situaciones depresivas.*

DESCRIPCION DE UNIDADES

I UNIDAD: LA CONSTRUCCION DE LA IDENTIDAD.

En esta unidad se estudia la construcción de la identidad de la mujer y del varón dentro del contexto sociocultural del patriarcado.

Se pretende que cada estudiante visualice que en su historia de vida la construcción identitaria y la autoestima guardan una relación biunívoca.

Se analizan además, las diferentes formas de comportamiento, actitudes, destrezas y roles específicos asignados a los hombres y a las mujeres y su influencia en la construcción de la identidad.

II UNIDAD: SEXUALIDAD Y VIDA REPRODUCTIVA.

En esta Unidad se describe y se analiza la vivencia de la sexualidad humana ligada a los eventos de la vida reproductiva.

Se relaciona el nivel de poder personal de la mujer y del hombre con su manera de ejercer la sexualidad y vivir la parentalidad, así como sus repercusiones sobre la salud mental y física.

III UNIDAD: CRISIS E INTERVENCION.

En esta unidad se estudia la teoría de intervención en crisis aplicada a los conflictos y las frustraciones que se presentan en la cotidianidad de las personas.

Se discuten las estrategias de enfrentamiento a las crisis, los elementos teóricos y técnicos de la relación interpersonal de ayuda en la prevención e intervención en crisis.

IV UNIDAD: INTERVENCION DE ENFERMERIA ANTE REACCIONES DEPRESIVAS.

En esta unidad se estudian las reacciones depresivas más frecuentes en las mujeres, considerando que los roles de género contribuyen significativamente con el desencadenamiento de estados depresivos.

Se trabajan estrategias de prevención y enfrentamiento de la depresión, conducentes al empoderamiento.

METODOLOGIA

En este curso se utilizan técnicas didácticas participativas y experienciales, desde una perspectiva lúdica.

Para facilitar el logro de los objetivos de aprendizaje, en la II parte de esta guía, usted encontrará los contenidos o lecturas del curso correspondientes a cada una de las unidades temáticas.

La utilización de estos materiales tiene dos componentes:

Una parte que corresponde a la discusión de un tema específico de acuerdo a los contenidos establecidos.

Esta lectura y discusión generalmente se realiza en pequeños grupos.

Una segunda parte, que corresponde a la expresión de su opinión respecto al tema. La misma se lleva a cabo mediante una sesión plenaria participativa, con presentación de un documento escrito por cada grupo pequeño de trabajo.

Además, en cada unidad se practican ejercicios de reflexión, de autoconocimiento, de relajación psicofísica, de autoafirmación o de comunicación facilitadora, según el tema.

Asimismo, se realizan sociodramas y demostraciones, principalmente en las unidades III y IV. La Unidad II incluye a su vez, un video-foro.

En los contenidos, encontrará que algunos ejercicios tienen espacios en blanco, los cuales podrá emplear para las respectivas respuestas. Estos ejercicios escritos, se presentan según calendarización del curso, de común acuerdo con la profesora.

NORMAS

- 1. Se recomienda leer detenidamente el programa de este Curso.*
- 2. Cada estudiante debe contar con su propia antología del curso.*
- 3. Además, se requiere de un portafolio en el que se incluyan los trabajos individuales de las guías o ejercicios que necesitan de hojas(s) adicional(es). La profesora del curso establece con los estudiantes el sistema y calendario para la revisión del portafolio.*
- 4. La presencia y participación activa de cada estudiante en las sesiones semanales, se considera indispensable para el logro de los objetivos de aprendizaje.*
- 5. Dada la temática vivencial del curso, se exige a las/los participantes guardar la pertinente confidencialidad, evitando así delucidar la información compartida, principalmente en el pequeño grupo.*
- 6. No se aceptan trabajos fuera de las fechas establecidas.*
- 7. La no presentación de un trabajo equivale a una calificación de 0.*
- 8. Solo se permiten tres ausencias debidamente justificadas.*
- 9. Las anteriores normas del curso se rigen por el Reglamento de Orden y Disciplina de la Universidad de Costa Rica.*

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA
 ESCUELA DE ENFERMERIA
 SECCION SALUD MENTAL Y PSIQUIATRIA

C:Desc.CursoEE0340

CURSO: EE-0340 SALUD MENTAL Y CONCEPTOS SICOSOCIALES EN LA
 SALUD DE LA MUJER Y PERINATOLOGIA

CRONOGRAMA

<i>FECHA/HORA</i>	<i>ACTIVIDAD</i>
26 de febrero	Orientación al curso Normas – Descripción – Metodología
05 de marzo al 16 de abril.	I UNIDAD La Construcción de la identidad.
23 de abril al 07 de mayo.	II UNIDAD: Sexualidad y vida reproductiva.
SEMANA UNIVERSITARIA	
SEMANA SANTA	
14 de mayo al 28 de mayo.	III UNIDAD Crisis e Intervención Trabajo en Sub – Grupos Ejercicios de Relajación
04 al 18 de junio	IV UNIDAD Intervención de Enfermería ante reacciones depresivas. Trabajo en Sub grupos Demostración de R.I.A.
25 de junio.	Actividades de Evaluación y Clausura del curso.

EVALUACION DEL CURSO

La nota mínima de aprobación es de 7.00.

Se realiza una evaluación al finalizar cada unidad, para un total de cuatro aprovechamientos, uno para cada unidad.

La evaluación porcentual de cada unidad es de 25%, para un total de 100%, equivalente al 10 en números absolutos.

Al finalizar una unidad, es responsabilidad de cada estudiante, llenar y entregar a la profesora del curso, la hoja de evaluación de la misma.

Se incluye a continuación una hoja de evaluación para cada una de las unidades. Se recomienda fotocopiar la que corresponde al término de cada unidad.

LISTADO SECUENCIAL DE LECTURAS SEGÚN UNIDADES

UNIDAD I: LA CONSTRUCCIÓN DE LA IDENTIDAD

1. *Identidad y Subjetividad Femenina. Conceptos Generales. Dra. Marcela Lagarde*
2. *Autoimagen. Licda. Ana Leticia Rodríguez*
3. *La Teoría de la Violencia Doméstica. Fundación Ser y Crecer.*
4. *Guía para el Análisis y la Reflexión sobre autoestima y Abuso Físico, Emocional y Sexual. Fundación Ser y Crecer.*
5. *La Teoría psicosocial de la Desesperanza Aprendida. Dra. Leonore Walker*
6. *Duelo por la muerte de una relación de pareja en las mujeres.*
7. *Memorias del Simposio sobre Participación Masculina en la Salud Sexual y Reproductiva: Introducción. Nuevos Paradigmas, Masculinidades Sexualidades, Prevención de ETS y VIH, La Violencia, Paternidades Oaxaca, México, Octubre 1998.*
8. *La Construcción Identitaria Femenina. Material complementario para el análisis y discusión del video: "La Transmisión Ancestral de los roles sexuales femeninos mediante los Cuentos de Hadas". Dra. Colette Dowling.*
9. **EJERCICIO: "EL ÁRBOL DE MI CONSTRUCCIÓN IDENTITARIA"**
10. **GUIAS DE TRABAJO: 2, 3,4 Y 5.**

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA
ESCUELA DE ENFERMERIA
SECCIÓN SALUD MENTAL Y PSIQUIATRÍA
CURSO EE-0340: Salud Mental y Conceptos Psicosociales en la Salud de la Mujer

UNIDAD II: SEXUALIDAD Y VIDA REPRODUCTIVA.

- 1. Sexualidad y Vida Reproductiva. Rosa Isabel Garza. Bárbara Cárdenas*
- 2. Las Prácticas Médicas Subalternas*
- 3. El poder médico patriarcal y las mujeres sanadoras.*

UNIDAD III: CRISIS E INTERVENCIÓN

- 1. Resumen sobre Teoría de Crisis.*
- 2. Guía para ayudar a personas en Crisis*

UNIDAD IV: INTERVENCIÓN DE ENFERMERÍA ANTE REACCIONES DEPRESIVAS.

- 1. Maternidad, afectos, Depresión*
- 2. Origen de la Relación Interpersonal de Ayuda como Herramienta Terapéutica en el campo de la Salud Mental.*
- 3. Definición de Relación de Ayuda*
- 4. Las Seis dimensiones centrales de la R.I.A.*