



UNIVERSIDAD SAN CARLOS DE GUATEMALA
CENTRO UNIVERSITARIO DE OCCIDENTE
CARRERA: MEDICINA VETERINARIA
PROGRAMA DE CURSO

Nombre del profesor: Gersón Moisés Girón Sagastume		
TITULOS UNIVERSITARIOS		
Licenciatura(s): Medicina Veterinaria		
Doctorados(s):		
Post Doctorados		
Correo Electrónico		
Correo Institucional: gersongiron@cunoc.edu.gt		
Correo Personal: gersongironsagastume@gmail.com		

IDENTIFICACION DEL CURSO:		
Curso: Actividad física para la salud humana II		
Ciclo Académico:		
Año: 2,026		
Código Curso:		
Profesor:	Sección:	Horario y días:7:00 am – 9:00am, miércoles
1	A	
Créditos Académicos:		
Prerrequisito:		



Competencias Genéricas

- CG.1: Analiza los fundamentos fisiológicos del ejercicio desde una perspectiva comparada, comprendiendo sus efectos en la salud humana y animal.
- CG.2: Aplica principios científicos de la actividad física para la promoción de la salud, prevención de enfermedades y mejora de la calidad de vida en el ámbito profesional y personal.
- CG.3: Diseña estrategias básicas de cambio de comportamiento orientadas a la adopción de estilos de vida activos y saludables, sustentadas en evidencia científica.

JUSTIFICACIÓN

Este curso proporcionará a los estudiantes de veterinaria una comprensión integral del papel de la actividad física en la promoción de la salud humana, la prevención de enfermedades y la mejora de la calidad de vida. Utilizando su base en fisiología animal, los estudiantes explorarán los mecanismos comparados del ejercicio, las estrategias para el cambio de comportamiento y las aplicaciones en el ámbito profesional y personal.



CONTENIDOS PROGRAMATICOS

PRIMERA UNIDAD:		
COMPETENCIA	CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE
Analizar críticamente las estadísticas de burnout, depresión y lesiones musculoesqueléticas en estudiantes y profesionales de medicina veterinaria, identificando los factores de riesgo específicos de la profesión.	Introducción al curso: El veterinario como paciente de riesgo	Clases teóricas Actividades al aire libre

SEGUNDA UNIDAD:		
COMPETENCIA	CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE
Explicar la fisiología de la respuesta al estrés (eje HHS, sistema nervioso simpático y parasimpático) y su relación con las demandas emocionales y físicas de la práctica clínica diaria. Aplicar las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud sobre actividad física (volumen, intensidad, tipo) al contexto específico de un estudiante de veterinaria con jornadas extensas, proponiendo adaptaciones realistas.	Evidencia Científica: La Actividad Física como "Fármaco" Fisiología del estrés: El eje HHS y el cortisol en la clínica diaria	Clases teóricas Actividades al aire libre



TERCERA UNIDAD:		
COMPETENCIA	CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE
Identificar las posturas y movimientos de riesgo en las tareas habituales del veterinario (cirugía, manejo de animales, atención en consulta) que predisponen a dolor musculoesquelético, especialmente en cuello y zona lumbar.	La Física de la Profesión: Prevención y Ergonomía Herramientas Prácticas para el Día a Día	Clases teóricas Actividades al aire libre

METODOLOGÍA	
ACTIVA PARTICIPATIVA La Metodología Activa Participativa es un enfoque pedagógico en el que el estudiante deja de ser un receptor pasivo de información y se convierte en protagonista de su propio aprendizaje. Implica que el alumno: Participa activamente. Reflexiona. Aplica lo aprendido. Resuelve problemas reales. Construye conocimiento a partir de la experiencia. El docente, en este modelo, actúa como guía, mediador y facilitador, promoviendo situaciones de aprendizaje significativas y contextualizadas. Entre las estrategias más utilizadas de esta metodología se encuentran:	
Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) Los estudiantes analizan un caso real o simulado. Ejemplo:	Estudio de Casos Comparación de parámetros de humanos, equinos y caninos
Aprendizaje Basado en Proyectos elaboración de un plan de actividad física diaria en situaciones de exigencia académica o profesional	Simulaciones y Role Play Persuadir a alguien sedentario a realizar actividad física



Aprendizaje Colaborativo Deportes grupales	Aula Invertida (Flipped Classroom) Los estudiantes revisan previamente: Un video sobre sistema digestivo en mamíferos. Una lectura sobre bioseguridad. En clase: Resuelven ejercicios. Discuten casos. Realizan esquemas comparativos. Así el tiempo presencial se usa para pensar, no solo para escuchar.
--	---



CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																
UNIDAD	TEMA/SEMANA	Julio				Agosto				Septiembre				octubre		
1	Introducción al curso: El veterinario como paciente de riesgo															
2	Evidencia Científica: La Actividad Física como "Fármaco"															
3	La Física de la Profesión: Prevención y Ergonomía															
4	Herramientas Prácticas para el Día a Día															



EVALUACIÓN

La nota mínima de promoción es de 61 puntos sobre 100. El valor de la zona será de 70 puntos (45 puntos teoría. 25 puntos laboratorio). El valor del examen final es de 30 puntos para completar un total de 100 puntos. La zona mínima para poder optar a examen final es de 31 puntos. El sistema de evaluación comprenderá las siguientes actividades:

No.	ACTIVIDADES	PUNTEO	FECHA
1.	Primera evaluación parcial	15 pts.	26/08/2026
2.	Segunda evaluación parcial	15 pts.	30/09/2026
3.	Actividad física individual	15 pts.	Durante el semestre
4.	Asistencia	25 pts.	Durante el semestre
5.	Evaluación final	30 pts.	
Total de Zona:		70 puntos	
Total de Final:		30 puntos	
Total:		100 puntos	



REQUISITOS PARA EXAMEN FINAL

Artículo 20. Normativo de Evaluación y Promoción de los estudiantes del Centro Universitario de Occidente. “Los requisitos para someterse a exámenes finales o de recuperación son: estar legalmente inscrito, tener asignado el curso, haber llenado el mínimo de puntos de zona que establece este Normativo, presentar su carné de estudiante, u otro medio de identificación a criterio del examinador, su recibo de haber pagado los derechos de exámenes, y haber cumplido con el 80% de asistencia”.

El estudiante debe obtener una zona mínima de 31 puntos, para someterse al examen final o recuperación.

El curso se aprueba con 61 puntos, siempre que en el examen final se obtenga 5 puntos mínimo del valor total del examen; Art. 27 Cap. IV, Normativo de Evaluación y Promoción de los estudiantes del CUNOC.

BIBLIOGRAFÍA	
LECTURAS BÁSICAS	
AUTOR	DATOS BIBLIOGRÁFICOS
Milagro, A. & Rubio, I (2023)	Fisiología humana. Un enfoque destinado a los profesionales de la salud. 2023, c 24
Berlanga, L.A & Lopez, J (2015)	Actualizaciones en fisiología del ejercicio 2015
E-GRAFÍA	
AUTOR	SITIO WEB
Organización Panamericana de la salud	https://www.paho.org/es/noticias/9-5-2012-recomendaciones-mundiales-sobre-actividad-fisica-para-salud
Fisiología del ejercicio equino Análisis de una experiencia sobre treadmill de alta velocidad	https://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/181255
Actualizaciones en fisiología del ejercicio 2015	https://capacitacionesonline.com/wp-content/uploads/2022/01/Actualizaciones-en-Fisiologia-del-Ejercicio-2015.pdf



F. _____

Docente
MV Gersón Girón



DIVISIÓN DE MEDICINA
VETERINARIA
CUNOC - USAC

F. _____

Comisión de Evaluación

Vo.Bo. _____

Dr. Cesar Carrillo
Coordinador