

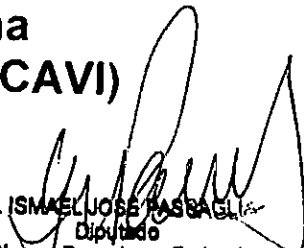
Provincia de Buenos Aires
Honorable Cámara de Diputados

PROYECTO DE RESOLUCIÓN

**La Honorable Cámara de Diputados de la
Provincia de Buenos Aires**

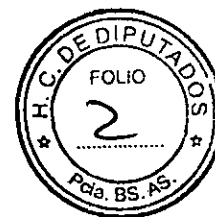
Resuelve

**Declárese de Interés Legislativo“ El curso por
gestión a distancia Farmacéuticos en
Movimiento”, en el marco del Programa
Farmacéuticos por la Calidad de Vida(FARCAVI)**


Dr. ISMAEL JOSÉ PASBAGL
Diputado
Bloque Peronismo Federal
H.C. Diputados Pcia. de Bs. As.



Provincia de Buenos Aires
Honorable Cámara de Diputados



FUNDAMENTOS

En el marco del "Programa Farmacéuticos por la Calidad de Vida" (FARCAVI), el Colegio de Farmacéuticos de la Provincia de Buenos Aires se complace en presentar, por la modalidad de educación a distancia, el nuevo Curso teórico-práctico semipresencial "Farmacéuticos en Movimiento". El mismo tiene como propósito promover desde las farmacias comunitarias conductas saludables personales, familiares y sociales vinculadas con la actividad física y la mejor calidad de vida posible en la población.

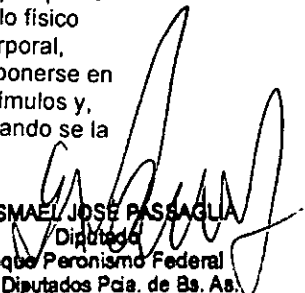
En nuestros días, el sedentarismo constituye el factor de riesgo cardiovascular más enraizado en la sociedad, que asociado a otros factores en los tiempos que nos toca vivir potencian sus efectos insalubres sobre nuestro cuerpo, afectando tanto su funcionalidad como su rendimiento individual y colectivo.

El hombre está diseñado para el movimiento, no sabemos muchas cosas de él, sin embargo en las dos primeras décadas de la vida inconscientemente nos basamos en las habilidades integradas por las funciones motrices y psíquicas para el logro de nuestros objetivos: gateamos, caminamos, corremos y saltamos. Al paso del tiempo vamos dejando, primero, de saltar y de correr; hoy estamos dejando de caminar y, lo que es peor, continuamos ignorando los beneficios físicos, psíquicos y sociales que nos ofrece el ejercicio.

El farmacéutico es uno de los agentes de salud que debería promocionar entre sus pacientes estos beneficios pero, para ello, debe conocer primero cómo es la fisiología del reposo, cuáles son las modificaciones que ocurren cuando nos ponemos en movimiento, cuáles son las que el movimiento produce en nuestro cuerpo y cómo esas adaptaciones al ejercicio -con el transcurrir del tiempo- pueden beneficiar a una persona y a su entorno familiar y social.

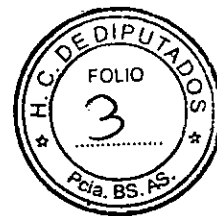
Muchos farmacéuticos, probablemente, hoy están entrenando sólo para sentirse bien o para formar parte de algún equipo entre colegas o del barrio o, por qué no, para las olimpiadas farmacéuticas y, está visto también, que muchos de ellos están realizando estas actividades con escaso margen de seguridad, con diversas dudas (día de entrenamiento o de actividad individual) por carecer de los conocimientos y, lo que es peor, algunos podrían hacerlo para rendir más, o mejor; estas contingencias, en síntesis, pueden expresarse con la siguiente relación: posibilidad de tiempo perdido-posibilidad de estímulo aprovechado.

A cada uno de ellos sugerimos: conozca los beneficios de la actividad física; pero usted, que quiere rendir más y mejor, conozca con fundamento las modificaciones que un adecuado estímulo físico puede provocar en una célula muscular, aprenda cómo puede disminuir su peso graso corporal, reconozca las diferencias fisiológicas que existen entre el hombre y la mujer a la hora de ponerse en movimiento y cómo esas diferencias afectan en distinta manera las respuestas a esos estímulos y, finalmente comprenda también cuáles son los riesgos que la actividad física sobrelleva cuando se la utiliza inadecuadamente.


Dr. ISMAEL JOSÉ PASSAGLIA
Diputado
Bloque Peronismo Federal
H.C. Diputados Pcia. de Bs. As.



Provincia de Buenos Aires
Honorable Cámara de Diputados



Las últimas estadísticas realizadas, en muestras significativas de la comunidad profesional farmacéutica bonaerense, revelan datos alarmantes:

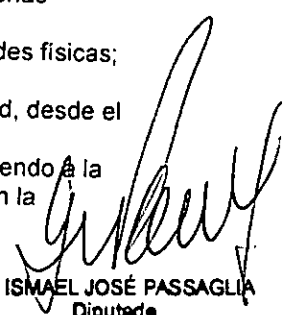
68% hace insuficiente actividad física, sin modificar la cantidad ni la calidad de vida;
73 % tiene hábitos inadecuados (no saludables); y
el 61% se incluyen en la categoría con riesgo cardiovascular igual o mayor que el correspondiente a su mismo sexo y edad.

Para intentar modificar esta realidad en la comunidad profesional farmacéutica bonaerense, en sus familias y en sus pacientes propóngase un tiempo para usted; hágalo a conciencia y dispóngase a participar del "Programa Farmacéuticos en Movimiento".

Objetivos

Colegio de Farmacéuticos de la Provincia de Buenos Aires Departamento Científico

- _ Comprender las modificaciones agudas y crónicas de órganos y sistemas desde el conocimiento de los fundamentos de la fisiología del reposo y ejercicio, indicando las diferencias de género.
- _ Conocer las pautas básicas de una carga de trabajo físico.
- _ Diferenciar los riesgos y beneficios asociados a la actividad física, tanto por su práctica circunstancial como por su práctica sistemática.
- _ Reconocer diferencias entre el control de salud y control de aptitud física para realizar una práctica deportiva.
- _ Aceptar el valor de la actividad física regulada en el bienestar psicofísico de personas pertenecientes a diferentes grupos etarios.
- _ Promover una actitud preventiva de cuidado personal para la práctica de actividades físicas; especialmente, cómo tratarlas en el lugar de la práctica.
- _ Definir la actuación del farmacéutico comunitario en la asistencia primaria de salud, desde el contexto que ofrece el programa farmacéuticos en movimiento.
- _ Elaborar estrategias de asistencia primaria en salud para la actividad física atendiendo a la cantidad y calidad de vida de las personas que solicitan consejo, de las familias y en la comunidad de pertenencia.


Dr. ISMAEL JOSÉ PASSAGLIA
Diputado
Bloque Peronismo Federal
H.C. Diputados Pcia. de Bs. As.



Provincia de Buenos Aires
Honorable Cámara de Diputados



Estructura del curso

Con la finalidad de facilitar la comprensión integral de los temas desarrollados, el Curso se organiza a través de la siguiente estructura modular:

_ En el Módulo I se describe y analiza la funcionalidad de nuestro cuerpo en distintas situaciones: algunas de ellas en reposo o descanso, otras en situación de práctica profesional y actividades de la vida diaria (AVD) y, por último, el cuerpo en situación de práctica de actividades físicas y/o deportivas.

Aquí se darán los fundamentos generales e imprescindibles de la fisiología del reposo y ejercicio para comprender las modificaciones agudas y crónicas de órganos y sistemas.

_ En el Módulo II se expone y analiza la actividad física en relación a la salud, sus beneficios y riesgos, los controles de salud según las edades y en relación a la aptitud (capacidades físicas) para una mejor calidad y cantidad de vida.

En la bibliografía clásica de medicina se plantean exclusivamente los temas médicos sin ocuparse del ejercicio o de la actividad física, o lo hacen muy escuetamente. En los textos de fisiología del ejercicio es una tentación introducirse en la fisiología del reposo, pero nada sobre la salud y la aptitud física.

Farmacéuticos en Movimiento
Departamento Científico

Hemos aunado estas áreas en estos dos módulos y las abordamos por primera vez al unir la fisiología del reposo para llevarla al ejercicio, pasando por la salud como formación básica de la aptitud biológica, psicológica y social.

Metodología

El Curso integra tres actividades esenciales de aprendizaje:

1. Actividades a distancia

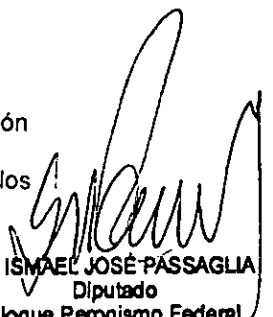
Se sugiere la adopción de los criterios de organización aplicados al avance temático en la producción textual, para la lectura analítica-comprensiva de la fisiología del reposo al ejercicio pasando por la salud como promoción de la aptitud bio-psico-social, con situaciones de reflexión y resolución de problemas, en forma individual o a través de grupos organizados en los Colegios Locales, según posibilidades disponibles.

Al finalizar la lectura recomendada, el Cursante abordará en cada módulo una evaluación del aprendizaje mediante la aplicación de pruebas de opción múltiple, respuesta corta y, o, combinación de éstas junto con el ordenamiento en un contexto, cuyos resultados positivos facilitarán los conocimientos necesarios para acceder, en los talleres previstos, a las evaluaciones pretest.

2. Actividad presencial

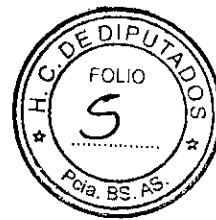
El diseño prevé 2 talleres de 6 horas cátedra para cada módulo y requiere la participación activa de los Cursantes, con la coordinación de 2 ó 3 docentes en el lugar, día y hora a establecer. En los mismos se realizarán acciones prácticas para vivenciar y reflexionar los contenidos desarrollados en cada módulo.

1


Dr. ISMAEL JOSÉ PASSAGLIA
Diputado
Bloque Peronismo Federal
H.C. Diputados Pcia. de Bs. As.



Provincia de Buenos Aires
Honorable Cámara de Diputados



Inicialmente, los talleres profundizarán los aspectos teóricos de los contenidos textuales impresos, posteriormente se realizarán actividades prácticas y, finalmente, se cerrará cada taller con las reflexiones orientadas por sus objetivos específicos.

Se plantea para cada taller un pre-test y un pos-test, junto con los trabajos grupales para fortalecer espacios de reflexión, comprensión y ejecución de tareas debidamente fundamentadas y consensuadas.

Se recomienda concurrir con indumentaria cómoda para realizar los prácticos previstos.

Contenido temático del Taller I:

- _ Análisis fisiológico del movimiento
- _ Vivencias sobre cargas de trabajo
- _ Determinación de capacidad física y su relación con la salud y, o, la enfermedad
- _ Análisis de la metodología para la recolección de datos, en trabajo práctico individual
- _ Uso de planillas y tablas

Contenido temático del Taller II:

- _ Análisis, crítica y reflexión sobre el trabajo práctico individual
- _ Reevaluación del trabajo
- _ Análisis de los resultados
- _ Valoración de la salud y la aptitud física

3. Trabajo Práctico Individual Opcional

El trabajo práctico se desarrollará en el tiempo que media entre la realización de los Talleres I y II.

Este trabajo consistirá en aplicar los conocimientos adquiridos a tres pacientes o familiares como

mínimo, durante 8 semanas de asistencia personalizada con su correspondiente análisis de situación

-entendida como evaluación diagnóstica- y posterior seguimiento. Comprenderá las siguientes actividades:

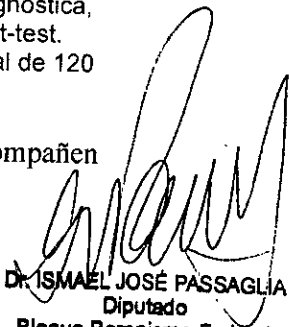
- a) Parámetros antropométricos: peso, talla, IMC y perímetro de cintura.
- b) Evaluación de capacidades físicas.
- c) Satisfacción subjetiva de la persona evaluada.

El seguimiento se efectuará mediante registro de tablas y gráficos de cada variable a estudiar.

Evaluación

De acuerdo con lo anticipado, el Curso cumple con las funciones de la evaluación diagnóstica, en cada pre-test de Taller; formativa, al finalizar cada módulo y sumativa, en cada post-test. La aprobación del Curso Farmacéuticos en Movimiento acredita una carga horaria total de 120 horas.

Por los motivos expuestos propiciamos que las señoras y señores diputados acompañen con su voto **AFIRMATIVO** este Proyecto para que sea declarado de **Interés Legislativo**


DR. ISMAEL JOSÉ PASSAGLIA
Diputado
Bloque Peronismo Federal
H.C. Diputados Pcia. de Bs. As.