



República Bolivariana de Venezuela  
Universidad de Los Andes  
Departamento de Odontología Preventiva y Social.  
Taller de Crecimiento I.

## PROGRAMA ANALÍTICO DE TALLER DE CRECIMIENTO I

### 1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

<b>Nombre de Carrera:</b> ODONTOLOGÍA		<b>Nombre de Unidad Curricular:</b> Taller de Crecimiento I			
<b>Prelación:</b>			<b>Ubicación:</b> 4to. Año	<b>Código:</b>	
<b>Unidades Crédito:</b> 03 CA	<b>Duración:</b> 32 Semanas	<b>HT:</b> 1	<b>HP:</b> 1	<b>Modalidad:</b> Presencial	<b>Carácter:</b> Obligatoria
<b>Periodo lectivo:</b> U-2014	Componente: Formación profesional específica				

### 2. JUSTIFICACION

La Línea Curricular de Desarrollo Humano Integral, de acuerdo al Plan Curricular de la Facultad de Odontología de la Universidad de Los Andes (FOULA, 1998) contempla los Talleres de Crecimiento Personal y Académico y establece que éstos surgen de la necesidad de resolver alguna problemática particular o de la necesidad misma de crecer como persona.

Los talleres están orientados a brindar al estudiante actividades de formación, entrenamiento y desarrollo personal que respondan a las necesidades detectadas por los profesores y estudiantes en los cursos de Desarrollo Humano y en las otras líneas curriculares (FOULA, 1998). En este sentido, los talleres contribuyen en la formación integral del estudiante de odontología, consolidando las competencias éticas, ideológicas y profesionales que requiere en su desarrollo personal, social, académico y para intervenir en el proceso de promoción, prevención y atención integral de la salud bucal de la población venezolana, particularmente la Región Andina.

### **3. REQUERIMIENTOS**

Los estudiantes deben disponer de todos los recursos necesarios para la realización de todas las actividades que contempla el programa, además del material bibliohemerográfico, entre otros. Para la realización de las actividades de los talleres se requiere de los siguientes recursos: Manuales de apoyo, fichas o planillas de registro, tiza y pizarrón, lápices de colores, papel, grabador-CD, retroproyector, video beam, transparencias videos, rotafolios, entre otros.

### **4. OBJETIVOS**

Desarrollar con el estudiante actividades de formación, entrenamiento y desarrollo personal que respondan a las necesidades detectadas por los profesores y estudiantes en los cursos de Desarrollo Humano y en las otras líneas curriculares.

### **5. CONTENIDOS**

**Taller I:** Alternativas para el Manejo del Estrés.

**Taller II:** La Relación de Pareja: Una Aproximación Desmitificadora.

**Taller III:** La Personalidad: Naturaleza, Incógnitas y Claves para su Desarrollo.

**Taller IV:** La Salud Bucal en las Zonas Rurales.

### **6. ESTRATEGIAS METODOLOGICAS**

Las actividades se desarrollarán mediante talleres, los cuales se conciben como un proceso de construcción individual y colectiva que contribuye en lo formativo, permitiendo la relación profesor-participante y participante-participante en un ambiente de diálogo que hará posible el desarrollo de los temas y la solución de diversos problemas. Las actividades se desarrollarán en jornadas continuas lo que evitará la dispersión de la atención y el interés de los participantes. Por tal razón, consideramos que es un trabajo más intensivo que extensivo.

## **7. ESTRATEGIAS DE EVALUACION**

La evaluación será permanente desde el inicio hasta el final de los talleres, y tendrá un carácter formativo de tal manera que el participante pueda ser protagonista en la valoración de sus avances, logros y dificultades. El participante llevará un registro de las actividades en las cuales se expresará su responsabilidad, puntualidad, participación, interés y aplicación práctica de los conocimientos y destrezas adquiridas, entre otros aspectos.

Los facilitadores llevarán un registro permanente de las actividades que se desarrollen y podrán administrar pruebas si los objetivos y el contenido desarrollado lo amerita. Las valoraciones mencionadas serán confrontadas en el grupo con el fin de discernir y reflexionar críticamente sobre la evaluación.

## TALLER I: ALTERNATIVAS PARA EL MANEJO DEL ESTRÉS

**Objetivo General:** Desarrollar habilidades que permitan manejar las situaciones estresantes en forma creativa.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDO	ESTRATEGIA DE INTERAPRENDIZAJE	ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN	CRONOGRAMA
<p>1.1. Lograr una comprensión global y actualizada del estrés a través de sus diferentes orientaciones teóricas.</p> <p>1.2. Conocer el grado de estrés presente en cada uno de los participantes.</p> <p>1.3. Determinar cuáles son los síntomas de estrés de cada participante.</p> <p>1.4. Localizar y explorar las áreas de tensión del organismo.</p> <p>1.5. Conocer cuáles son las técnicas de manejo del estrés que se realizarán durante el taller.</p> <p>2.1. Aprender el método de relajación progresiva.</p> <p>2.2. Controlar las reacciones que se producen ante situaciones estresantes.</p> <p>2.3. Aprender a visualizar sin la presencia de estímulos externos.</p> <p>2.4. Utilizar la imaginación para el alivio y desaparición de los síntomas del estrés psico-social.</p> <p>3.1. Adquirir hábitos respiratorios correctos.</p> <p>3.2. Conocer la importancia de una buena respiración.</p> <p>3.3. Disminuir la ansiedad y las manifestaciones del mal humor e irritabilidad que ocurren como consecuencia del estrés.</p>	<p><b>1.El estrés</b>            -¿Qué es el estrés?            - Teorías del estrés            - Sucesos vitales estresantes            - ¿Cómo reaccionamos ante el estrés?            -Afrontamiento del estrés            -Estilos de afrontamiento -            Afrontamiento como proceso            -Técnicas para el manejo del estrés</p> <p><b>2.Relajación</b>            -Métodos físicos            -Métodos mentales</p> <p><b>3.Respiración</b>            -Profunda            -Con suspiro            -Natural completa            -Purificante            -Estimulante            -Otros ejercicios</p>	<p>Dinámicas de bienvenida y presentación.</p> <p>Dinámica exploratoria de la actual comprensión del estrés.</p> <p>Exposición teórica.</p> <p>Inventario de experiencia.</p> <p>Cuestionarios.</p> <p>Aplicación de técnicas específicas.</p> <p>Hojas de registro.</p>	<p>La Técnica de Observación (Planillas y fichas de registro, escala de calificación).</p> <p>Ejercicios interactivos.</p> <p>Ejercicios escritos.</p>	<p>Nueve(9) semanas            Dos(2) horas/semana</p>

<p>4.1. Identificar los pensamientos que generan ansiedad.</p> <p>4.2. Sustituir las ideas absurdas por afirmaciones más acordes con la realidad.</p> <p>4.3. Disminuir la ansiedad producto del diálogo interno negativo.</p> <p>5.1. Aprender a relajarse en situaciones estresantes imaginadas.</p> <p>5.2. Disminuir la ansiedad que produce la situación en vivo.</p>	<p><b>4.Rechazo de ideas irracionales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Registro de Opiniones</li> <li>-Ideas irracionales</li> <li>-Imágenes emotivo-rationales</li> </ul> <p><b>5.Afrontamiento</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Relajación efectiva</li> <li>-Jerarquía de sucesos estresantes</li> <li>-Pensamientos de afrontamiento</li> <li>-Afrontamiento en vivo</li> </ul>			
---	--	--	--	--

## TALLER II: LA RELACIÓN DE PAREJA: UNA APROXIMACIÓN DESMITIFICADORA

**Objetivo General:** Replantear la relación de pareja desde una perspectiva que promueva la igualdad y justicia de género.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDO	ESTRATEGIA DE INTERAPRENDIZAJE	ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN	CRONOGRAMA
<p>1.1. Reconstruir la visión que tenemos del amor a partir de la propia experiencia y de los diferentes postulados que existen sobre el mismo.</p> <p>1.2. Distinguir y analizar los tipos de amor.</p> <p>1.3. Descubrir por qué, para qué y de quién enamorarse.</p> <p>2.1. Definir qué es la pareja.</p> <p>2.2. Reconocer las etapas de la vida en pareja.</p> <p>2.3. Reflexionar acerca de lo que es en este momento y lo que nos gustaría que fuera.</p> <p>3.1. Conocer las etapas que se pueden vivir en el duelo amoroso.</p> <p>3.2. Experimentar vivencias sanas y constructivas en los momentos de ruptura amorosa.</p> <p>4.1. Definir que es la familia.</p> <p>4.2. Explicar las características de familias funcionales y no funcionales.</p> <p>4.3. Interpretar en qué consiste el crecimiento familiar.</p> <p>4.4. Adquirir habilidades que permitan manejar el estrés familiar.</p> <p>4.5. Explicar las características de las familias ensambladas.</p> <p>4.6. Enfrentar toda forma de violencia y maltrato familiar.</p> <p>4.7. Reconocer las características de la familia venezolana.</p> <p>4.8. Comparar las características de su familia con las de la familia venezolana.</p> <p>4.9. Proponer desde la experiencia del taller el tipo de familia que quisiera construir.</p>	<p><b>1. Aproximación al amor</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-¿Qué es el amor?</li> <li>-La ética del amor</li> <li>-Tipos de amor?</li> <li>-Enamorarse: ¿De quién? ¿Por qué?</li> </ul> <p><b>2. La Pareja</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-¿Qué es la pareja?</li> <li>-Viaje a través de la vida en pareja?</li> </ul> <p><b>3. Las rupturas afectivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-El duelo amoroso</li> <li>-Trampas en las que caemos</li> <li>-La ruptura como posibilidad de crecimiento</li> </ul> <p><b>4. La familia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-¿Qué es la familia?</li> <li>- Familia funcional y disfuncional</li> <li>-Familia y crecimiento</li> <li>-Convivencia familiar</li> <li>-¿Qué es una familia ensamblada?</li> <li>- Mitos acerca de las familias ensambladas</li> <li>-Diferencias entre las familias ensambladas</li> <li>-La violencia familiar</li> <li>-El estrés familiar</li> <li>-Tipos de violencia</li> <li>-El diálogo en las relaciones interpersonales de la familia</li> <li>-La familia venezolana</li> <li>-Breve aproximación a una tipología de familia venezolana</li> <li>-Cambios estructurales familiares</li> <li>-Tipologías familiares actuales</li> <li>-Retos a la familia del presente y del futuro</li> </ul>	<p>1. Presentación y escucha de un collage musical donde se expresen las diferentes concepciones del amor.</p> <p>2. Representación simbólica de cómo concebimos el amor.</p> <p>3. Plenaria y discusión.</p> <p>4. Lectura comentada.</p> <p>5. Relajación con visualización guiada.</p> <p>6. Sociodrama.</p> <p>7. Composición escrita.</p> <p>8. Vídeo.</p> <p>9. Técnica de descubrimiento.</p> <p>10. Cuestionario y Test.</p> <p>11. Panel.</p>	<p>La Técnica de Observación (Planillas y fichas de registro, escala de calificación).</p> <p>Ejercicios interactivos.</p> <p>Ejercicios escritos.</p>	<p>Nueve (9) semanas 2 horas/semana</p>

### TALLER III: LA PERSONALIDAD: NATURALEZA, INCÓGNITAS Y CLAVES PARA SU DESARROLLO

**Objetivo General:** Descubrir las características propias y ajenas de la personalidad para ayudar a la solución de conflictos, modificación de pensamientos, sentimientos y conductas percibidas como inadecuadas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDO	ESTRATEGIA DE INTERAPRENDIZAJE	ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN	CRONOGRAMA
<p>1. Definir qué es Personalidad.</p> <p>2. Debatir acerca de los modelos más importantes que existen sobre la personalidad.</p> <p>3. Distinguir las alteraciones más frecuentes de la personalidad.</p> <p>4. Evaluar las propias características de personalidad.</p> <p>5. Admitir las diferencias de personalidad como clave para la tolerancia y el respeto.</p> <p>6. Proponer un plan de cambio y fortalecimiento personal.</p>	<p><b>1. Definición de personalidad</b> -Estructura -Papel de la personalidad</p> <p><b>2. Teorías de la personalidad</b> -Supuestos filosóficos</p> <p><b>3. Alteraciones de la personalidad</b> -Causas de los trastornos -Tipos de personalidad</p> <p><b>4. Conocerse para cambiar</b> -Escala, cuestionarios y Test de personalidad</p> <p><b>5. Personalidad y Tolerancia</b> -Tolerancia y perdón -Hombre nuevo -sociedad nueva</p> <p><b>6. ¿Es posible el cambio personal?</b> -Plan para cambiar -Proyecto vital</p>	<p>1. Dinámicas de bienvenida y presentación</p> <p>2. Exposición de materiales teóricos</p> <p>3. Debate grupal</p> <p>4. Dramatizaciones</p> <p>5. Relajación y Visualización</p> <p>6. Cuestionario, Test</p> <p>7. Técnicas de comunicación</p>	<p>La Técnica de Observación (Planillas y fichas de registro, escala de calificación). Ejercicios interactivos. Ejercicios escritos.</p>	<p>Nueve (9) semanas Dos(2) horas/semana</p>

## TALLER IV: LA SALUD BUCAL EN LAS ZONAS RURALES

**Objetivo General:** Contribuir con la formación integral del estudiante para fortalecer su intervención como agente de cambios en el proceso de promoción, prevención y solución a los problemas de salud bucal en las zonas rurales.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDO	ESTRATEGIA DE INTERAPRENDIZAJE	ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN	CRONOGRAMA
<p>1. Comprender el papel transformador que juega el/la odontólogo/a en las condiciones sociales de salud de las zonas rurales.</p> <p>2. Explorar los aspectos socioculturales de la salud-enfermedad para el proceso de intervención comunitaria.</p> <p>3. Aplicar las estrategias metodológicas de abordaje comunitario para promover y mantener la salud rural.</p>	<p>1. La salud rural integral.</p> <p>1.1. La salud bucal-enfermedad en las zonas rurales.</p> <p>1.2. El papel del/a odontólogo/a en el proceso de transformación de las condiciones sociales de la salud rural.</p> <p>2. La salud -enfermedad desde la perspectiva socio-antropológica.</p> <p>2.1. Las formas de conocimiento y ayuda que asume la población de una comunidad rural para conservar la salud y afrontar las enfermedades.</p> <p>2.2. El lenguaje y la salud odontológica rural.</p> <p>2.3. Las costumbres, creencias y prácticas en relación a la salud-enfermedad rural.</p> <p>2.4. Las distintas modalidades de prácticas de salud bucal.</p> <p>3. El Abordaje de una comunidad rural como espacio socio-cultural.</p> <p>3.1. Aprendiendo a promover la salud odontológica rural.</p> <p>3.2. Anatomía de una comunidad rural.</p> <p>3.2.1. El archivo sociocultural y la salud rural.</p> <p>3.2.2. El mapa social de la salud rural.</p>	<p>Bibliografía Básica y complementaria.</p> <p>Revisión documental, lectura, análisis y discusión de materiales asignados y sugeridos.</p> <p>Técnicas participativas</p> <p>Técnicas de comunicación</p> <p>Técnicas de Abordaje en salud comunitaria.</p>	<p>La Técnica de Observación (Planillas y fichas de registro, escala de calificación).</p> <p>Ejercicios interactivos</p> <p>Ejercicios escritos</p> <p>Cuadros Sinópticos</p> <p>Reseña Crítica</p> <p>Mapa Social</p> <p>Exposición</p> <p>Técnicas de abordaje en salud comunitaria.</p> <p>Archivo Sociocultural y de salud comunitaria.</p>	<p>Nueve (9) semanas</p> <p>Dos(2) horas/semana</p>

## 8. REFERENCIAS

### TALLER I: ALTERNATIVAS PARA EL MANEJO DEL ESTRÉS

- Alemany, C.(2006). **14 Aprendizajes vitales**, Bilbao, Edit Desclée De Brouwer.
- Bisquerra, R. (2000). **Educación emocional y bienestar**, Barcelona, CISSPRAXIS.
- Cabarrús, R. (2005). **Crecer bebiendo del mismo pozo**, Bilbao, Edit. Desclée De Brouwer.
- Cungi, Ch. (2004).**Cómo controlar el estrés**, Barcelona, ESPES EDITORIAL.
- Davis, M. (1985). **Técnicas de Autocontrol Emocional**, Barcelona, Ediciones Martínez Roca.
- Gonzalez, J. (2003) **Psicoterapia de grupos**, Mexico, Editorial El manual Moderno.
- Payne, R. (1996). **Técnicas de Relajación. Guía Práctica**, Edit. Paidotribo, Barcelona.
- Peñaranda, P. (2000). **Psicología y Odontológica**, Universidad Central de Venezuela, Ediciones de la Biblioteca, Caracas.
- Pintanel, M. (2005). **Técnicas de relajación creativa y emocional**, Thomson, Madrid
- Preconc (1992). **Odontología Integral para Niños I**, Washington, D.C., OPS.
- Rolón, I. (1999). **Cosechando semillas, algunas experiencias del Centro de Asesoría Psicológica en la Pontificia Universidad Javeriana**, CEJA, Bogotá.
- Vargas, Laura (1993). **Técnicas Participativas para la Educación Popular**, Edit. Popular s.a., Madrid.

## **TALLER II: LA RELACIÓN DE PAREJA: UNA APROXIMACIÓN DESMITIFICADORA**

- Burt, M. (1999). **Cómo salir adelante con una familia ensamblada**, ASIBA, Buenos Aires.
- Dattilio, F.(1995). **Terapia Cognitiva con Parejas**, Bilbao, Edit Desclée De Brouwer.
- Gutiérrez de Pineda, V. (2000). **La Familia en la Perspectiva del Año 2000. Una Comprensión de la Dinámica y de los Retos de la Convivencia Familiar**, Colección Mesa Redonda, Magisterio, CONACED, Santafé de Bogotá.
- Liberman, R.(1987) **Manual de Terapia de Pareja**, Bilbao, Edit Desclée De Brouwer.
- Morfa, J.(2003) **Prevención de los conflictos de pareja**, Bilbao, Edit Desclée De Brouwer
- Peñaranda, P. (2000). **Psicología y Odontológica**, Universidad Central de Venezuela, Ediciones de la Biblioteca, Caracas.
- Revista FERMENTUM (Revista Venezolana de Sociología y Antropología)."Violencia de Género. Saberes, Poderes y Prácticas Sociales", Año 8 N°23, Septiembre-Diciembre 1998, GISAC-ULA, Mérida.
- Revista FERMENTUM (Revista Venezolana de Sociología y Antropología)."Trabajo, Familia e Identidad", Año 9, N°24, Enero-Abril 1999, GISAC-ULA, Mérida.
- Rolón, I. (1999). **Cosechando semillas, algunas experiencias del Centro de Asesoría Psicológica en la Pontificia Universidad Javeriana**, CEJA, Bogotá.
- Vargas, Laura (1993). **Técnicas Participativas para la Educación Popular**, Edit. Popular s.a., Madrid.

### **TALLER III: LA PERSONALIDAD: NATURALEZA, INCÓGNITAS Y CLAVES PARA SU DESARROLLO**

- Castanedo, Celedonio (1993). **Seis Enfoques Psicoterapéuticos**, Manual Moderno, Santafe de Bogotá.
- Cuesta, Arturo (2.001). **Psicopatología de la Personalidad**, un enfoque dinámico, Universidad de los Andes, Mérida.
- Dicaprio, Nicholas (1994). **Teorías de la personalidad**, Mc Graw Hill, México.
- Engler, Bárbara (1996). **Introducción a las teorías de la Personalidad**, Mac Graw Hill, México.
- Fadiman, Bárbara (1997). **Teorías de la personalidad**, Harla. S.A.. México.
- Jiménez, Álvaro (2.000). **Conquista de la madurez Emocional**. Pontificia Universitaria Javeriana, Santafé de Bogotá.
- Martínez, Ramón (1998). **Valores Humanos y Desarrollo Personal**, Editorial Escuela Española, Madrid.

### **TALLER IV: LA SALUD BUCAL EN LAS ZONAS RURALES**

- Ara, y Benoit Marchand (1995). **Buscando Remedio. Atención Básica y Uso de Medicamentos Esenciales. Una Guía de Aprendizaje y de Acción para el Trabajador de Salud a Nivel Local**, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Nicaragua.
- Bello, Freddy y María Marcano Córcega (1998). **Socioantropológica (s) de la pobreza ante la enfermedad (La comunidad y sus mecanismos de acción)**, Universidad de Carabobo, Dirección de Medios y Publicaciones.
- Conde, Susana y Otros (1998). **Salud Comunitaria**, Editorial Espacio, Buenos Aires, Argentina.
- Fundación Centro Gumilla (2006). **El Contexto Comunitario**, N°1, Colección Quehacer comunitario, Caracas.

- Paredes, Cándido (1998). Fundamentos de Sociología Rural, Ediciones de la Universidad Ezequiel Zamora, Barinas.
- Pirona González, Mydé (1999). “Representaciones Sociales de la Boca y la Salud Bucal en los Wayúu. Barrio Cujicito de Maracaibo”, en Lino Meneses y Otros. **Hacia la Antropología del Siglo XXI**, Tomo I, CONICIT, CONAT, Museo Arqueológico-ULA, CIET-ULA, Mérida.
- Restrepo, Luis (1996). **Semiología de las Prácticas de Salud**, Edit. Javeriano, Bogotá.
- Revista Acta Odontológica Venezolana, Vol.37, N°2, 1999, Universidad Central de Venezuela, Facultad de Odontología, Caracas.
- Revista AVEPSO (Asociación Venezolana de Psicología Social, Año 97, Vol. XX, N°2, Caracas.
- Revista FERMENTUM (Revista Venezolana de Sociología y Antropología)."Salud y Sociedad ", Año 3, N°8, Septiembre-Diciembre 1993, y Año 4 -°9, Enero-Abril 1994, GISAC-ULA, Mérida.
- Revista FERMENTUM (Revista Venezolana de Sociología y Antropología)."En Búsqueda del Sujeto Urbano", Año 5, N°14, Septiembre-Diciembre 1995, GISAC-ULA, Mérida.
- Revista FERMENTUM (Revista Venezolana de Sociología y Antropología)."Violencia de Género. Saberes, Poderes y Prácticas Sociales", Año 8 N°23, Septiembre-Diciembre 1998, GISAC-ULA, Mérida.
- Revista FERMENTUM (Revista Venezolana de Sociología y Antropología)."Trabajo, Familia e Identidad", Año 9, N°24, Enero-Abril 1999, GISAC-ULA, Mérida.
- Vargas, Laura (1993). **Técnicas Participativas para la Educación Popular**, Edit. Popular s.a., Madrid.
- Werner,David (1981). **Donde no hay Doctor. Una Guía para los Campesinos que Viven Lejos de los Centros Médicos**, Ediciones Arneo, San José de Costa Rica.

- Werner, David y Bill Bower (1989). **Aprendiendo a Promover la Salud**, Palo Alto, California, Fundación Hesperian.