



Universidad Veracruzana
Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa
Dirección de Innovación Educativa / Departamento de Desarrollo Curricular

**Programa de experiencia educativa
Área de Formación de Elección Libre**

1. Área Académica

Todas las áreas académicas

2. Programa Educativo

Todos los programas educativos

3. Entidad(es) Académica(s)	4. Región(es)
Instituto de Investigaciones Biológicas	<ul style="list-style-type: none">• Xalapa;• Veracruz-Boca del Río;• Poza Rica-Tuxpan;• Coatzacoalcos-Minatitlán;• Orizaba-Córdoba

5. Código	6. Nombre de la Experiencia Educativa
IBIO80013	Auto-conocimiento y la enfermedad

7. Área de Formación del Modelo Educativo Institucional	8. Carácter
Área de Formación de Elección Libre	N/A

9. Agrupación curricular distintiva
<ul style="list-style-type: none">• Salud y bienestar

10. Valores

Horas Teóricas	Horas Prácticas	Horas Otras	Total de horas	Créditos	Equivalencia (s)
2	2	No Aplica	60	6	No Aplica

11. Modalidad y ambiente de aprendizaje

12. Espacio

13. Relación disciplinaria

14. Oportunidad es de evaluación

M: Curso-taller	A: Virtual.	Múltiples	<ul style="list-style-type: none">• Interdisciplinaria	Ordinario
-----------------	-------------	-----------	--	-----------

15. EE prerequisite(s)

No Aplica

16. Organización de los estudiantes en el proceso de aprendizaje

Máximo	Mínimo
25	5

17. Justificación

Es cada vez más evidente dentro del marco científico, pero también a nivel intuitivo, que los procesos salud/enfermedad no son un evento aislado de nuestro diario acontecer. Como bien ha identificado la OMS en su definición de salud, este proceso es un estado óptimo de bienestar físico, mental y social y no sólo la ausencia de enfermedad. A pesar de que hasta las organizaciones encargadas de la salud pública reconocen tanto a la salud como a la enfermedad como un estadio complejo en constante re-equilibración, poco se sabe de las interacciones cuerpo-mente-culturaambiente que permean y co-determinan estos estados.

La Psiconeuroinmunología/Psiconeuroinmunoendocrinología (PNI/PNIE), la ecopsicología y el ecofeminismo, se han convertido en los últimos años en las interdisciplinas científicas que intentan superar el dualismo cartesiano y dominador de la mente y el cuerpo divididos y del humano separado de la naturaleza. Por un lado, las concepciones más modernas de la PNI se dirigen a demostrar que la unidad mente-cuerpo se sustenta en una compleja red de interacciones psiconeuroinmunoendócrinas donde el sistema psíquico, el sistema nervioso, el sistema endocrino y el sistema inmune forman un supersistema de control del organismo, en el cual los pensamientos, las emociones y sus moléculas de comunicación, los neurotransmisores, las hormonas y las citocinas co-actúan simultáneamente y multidireccionalmente en toda la red; influyéndose y modulándose recíprocamente. Mientras que desde la Ecopsicología y el Ecofeminismo se advierte la profunda interrelación corporal y psíquica que tenemos todos los seres (incluidos el humano) con los ciclos y hábitats naturales. Por lo que, la red autorregulada y auto-organizada de cada individuo está en íntimo contacto con el ambiente/naturaleza, y este contacto genera no solo perturbaciones y cambios en la red del individuo, sino que también tal como lo plantea la ecopsicología, el estado de la naturaleza co-determina su funcionamiento en una suerte de auto-eco-organización. Esta experiencia educativa le proporciona al estudiante un espacio creativo y comunitario de reflexión/experienciación para propiciar procesos para ampliar la consciencia, de re-conexión e integración con su ser integral. Asimismo le ofrece herramientas prácticas corporales, de sensibilización, de conocimiento somático y de integración con la naturaleza, para facilitar procesos de autoconocimiento y poder hacer así frente a enfermedades corporales/ecopsicológicas o dificultades que los aquejan. Por lo que ésta experiencia crea una conciencia y un conocimiento que permite al estudiante hacer frente a situaciones que su disciplina, entorno ambiental, comunidad, familia, le demanden.

18. Unidad de competencia (UC)

El/la estudiante vivencia una experiencia de re-aprendizaje y de investigación en torno a la integración de los procesos corporales, emocionales, mentales, espirituales y ambientales en el equilibrio salud-enfermedad, mediante la psiconeuroinmunología y el autoconocimiento, con el fin de ser parte en la resolución de problemas de salud (tanto personales como comunitarios/planetarios) y enfrentar estos mismos con una nueva conciencia en un ambiente de respeto, honestidad, apertura, sensibilidad, responsabilidad y solidaridad.

19. Saberes:

Heurísticos	Teóricos	Axiológicos
<ul style="list-style-type: none"> Analiza y compara modelos para la salud y el bienestar Reconoce y aplica experiencias corporales e integrativas Evalúa y aplica herramientas para conectar nuestra vida, 	<ul style="list-style-type: none"> La enfermedad como camino y oportunidad. Rutas alternativas para la terapéutica El cuidado del alma La psiconeuroinmunología y la medicina psicosomática Medicina transpersonal 	<ul style="list-style-type: none"> Apertura a la autoreflexión Apertura a la autocrítica Respeto con o hacia los derechos humanos Tolerancia Honestidad para expresar lo que siente y piensa Apertura a la participación

<p>nuestro mundo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evalúa y aplica la corporización del conocimiento o prácticas para re-conectar nuestro cuerpo • Elabora soluciones alternativas para la salud y el bienestar • Elabora productos artísticos (escritura, pintura, fotografía, escultura, música, etc.) • Reconoce y desarrolla Habilidades básicas y analíticas de pensamiento 	<ul style="list-style-type: none"> • La síntesis compleja del cuerpo, la mente y la cultura de los organismos vivos. • La Teoría Biocognitiva • Bioenergética y terapia corporal • La biología del conocer y del amar y sus consecuencias hacia el vivir y la enfermedad • La transformación en la convivencia • Sistemas biológicos • Teoría de sistemas en psicología • La familia como sistema • La ecopsicología • Ecofeminismo • La salud y el bienestar desde una perspectiva holística • El yoga de los cinco elementos • La perfecta salud 	<ul style="list-style-type: none"> • Autoresponsabilidad y compromiso • Apertura a la flexibilidad y la sensibilidad
---	---	--

20. Estrategias generales para el abordaje de los saberes y la generación de experiencia

Señale las actividades necesarias, puede indicar más de una.	() Actividad presencial	(X) Actividad virtual/ ()En línea
De aprendizaje		<ul style="list-style-type: none"> • Exposición de motivos y metas • Relajación • Visualizaciones • Elaboración de bitácoras personales • Meditación • Prácticas de ecología profunda • Ejercicios Corporales (Yoga) • Lectura y diálogo • Discusiones grupales • Imitación de modelos • Repetición simple y acumulativa
De enseñanza		<ul style="list-style-type: none"> • Encuadre • Discusión dirigida • Organización de grupos colaborativos • Exposición con apoyo tecnológico y variado • Debates • Demostraciones

		• Modelaje
--	--	------------

21. Apoyos educativos.

Fotocopias de Libros. Fotocopias de artículos impresos. Fotocopias de material editado. Material didáctico. Plan de clase. EMINUS 4.

22. Evaluación integral del aprendizaje.

Evidencias de desempeño por demostración	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento de evaluación	Porcentaje
Autoevaluación por bitácoras personales	<ul style="list-style-type: none"> • Suficiencia • Congruencia • Creatividad 	Técnica: observación sistemática. Instrumento: lista de cotejo	10%
Participación en las diversas prácticas y actividades asociadas con el trabajo corporal y los procesos de reconexión eco-psíquica	<ul style="list-style-type: none"> • Pertinencia • Suficiencia • Fluidez • Claridad • Congruencia • Manejo del tema • Interés • Atención 	Técnica: observación sistemática. Instrumento: lista de cotejo	40%
Resúmenes del libro Mujeres que corren con los lobos	<ul style="list-style-type: none"> • Pertinencia • Suficiencia • Fluidez • Claridad • Congruencia • Manejo del tema 	Técnica: observación sistemática. Instrumento: rúbrica	20%
Ensayo final	<ul style="list-style-type: none"> • Contenido en los temas explorados y tras una reflexión de lo aprendido en el taller • Análisis crítico y pertinente de los textos • Claridad en la redacción • Pulcritud en la presentación • Puntualidad en la entrega • Suficiencia en el desarrollo • Coherencia • Creatividad • Manejo del tema • Transversalidad de los conceptos 	Técnica: observación sistemática. Instrumento: rúbrica	30%
		Porcentaje total:	100%

23. Acreditación de la EE

Para acreditar, el/la estudiante deberá cumplir con el 80% de asistencia al curso, y con al menos el 60% en las evidencias de desempeño, de acuerdo con el Estatuto de Alumnos 2008, destacando la

presentación del ensayo final.

24. Perfil académico del docente

Formación académica: Licenciado en cualquier disciplina científica con estudios de posgrado en cualquier disciplina científica y con experiencia de 2 años en talleres de transformación personal/comunitaria y en trabajo de investigación y enfoques sistémicos y con experiencia docente de 1 año en el nivel superior.

Experiencia docente: en el nivel superior en IES públicas o privadas, mínimo 2 años.

Experiencia profesional: vinculada a la EE.

25. Fuentes de información

1. Schumacher College [Internet] [Consultado 01 Agosto 2024] Disponible en: <http://www.schumachercollege.org.uk/>
2. Behavioral Medicine Research and Training Foundation [Internet] [Consultado 01 Agosto 2024] Disponible en: <http://www.behavmedfoundation.org/alternative.htm>
3. Asociation for Holographic Breathwork International [Internet] [Consultado 01 Agosto 2024] Disponible en: <http://www.breathwork.com/>

Complementarias:

1. Pinkola Estes C. Mujeres que corren con los lobos. Ediciones B. 2002
2. Chica Casasola J.M. La enfermedad como oportunidad. 1994
3. Boff L. El Cuidado Esencial. Ética De Lo Humano, Compasión Por La Tierra. Trotta. 2002.
4. Bradshaw J. La Familia. Selector, S.A. de C.V. 2000.
5. Thorwald D., Rudiger D. La Enfermedad como Camino. DeBolsillo. 2004.
6. Travis J., Ryan R. Libro Completo de Salud y Bienestar. Gaia. 1999.
7. Capra F. La trama de la vida. Anagrama. España. 1998.
8. Maturana, H., Varela, F.J. El árbol del conocimiento. Ed. Universitaria Chile. 1983.
9. Varela FJ. De cuerpo presente: las ciencias cognitivas y la experiencia humana. Gedisa. España. 1997.
10. Tauber Al. Organism and the origins of self. Kluwe Academic Publishers. London. 1991.
11. Stewart J., Coutinho A. The affirmation of self: a new perspective on the immune system. Artif Life. 2004 Summer;10(3):261-76.
12. Ader R., Cohen N. Psychoneuroimmunology. Academic. EUA. 2003.
13. Chopra D. La perfecta Salud. Javier Vergara Editor. Buenos Aires, Argentina. 1991
14. Villaseñor-Galarza A. Bioalchemy: On the Transformative Belonging of Nature, Humans, and Soul. 2015
15. Villaseñor-Galarza, A. El Gran Giro: Despertando Al Florecer De La Tierra. 2015
16. Blalock JE. The immune system as the sixth sense. J Intern Med. 2005 Feb;257(2):126-38.
17. Tosta CE. Coevolutionary networks: a novel approach to understanding the relationships of humans with the infectious agents. Mem Inst Oswaldo Cruz. 2001 Apr;96(3):415-25.
18. Weigent DA, Blalock JE. Associations between the neuroendocrine and immune systems. J Leukoc Biol. 1995 Aug;58(2):137-50.
19. Blalock JE. The syntax of immune-neuroendocrine communication. Immunol Today. 1994 Nov;15(11):504-11.
20. Martínez ME. Teoría biocognitiva: hacia una ciencia de bioinformación. Segundo congreso intersiquis, Psicósomática. 2001.
21. Cohen IR. The cognitive paradigm and the immunological homunculus. Immunol Today. 1992 Dec;13(12):490-4.
22. Jung, CG. Arquetipos e inconsciente colectivo. Piados. España. 1970.
23. Hanna, T. Somática. Yug. 1994.
24. Morín E. "El Método 2. La vida de la vida" Editorial Seuil, 1985.

26. Formalización de la EE

Fecha de elaboración	Fecha de modificación	Cuerpo colegiado de aprobación
01/11/2007	01/08/2024	Consejo Técnico del Instituto del Investigaciones Biológicas

27. Nombre de los académicos que elaboraron/modificaron

Dra. Tania Romo González de la Parra, Lic. Luisa Iccen Caldelas Alvarez, Mtra. Raquel González Ochoa, Dr. Adrian Villaseñor Galarza