

## INTRODUCCIÓN

Ante la pandemia por el virus del COVID-19 que enfrenta el país y las transformaciones que esto ha suscitado a nivel institucional, la Escuela de Tecnologías en Salud pone a disposición de docentes y estudiantes un conjunto de lineamientos generales para la docencia asistida por tecnología susceptibles de ser utilizados durante el II ciclo de 2020.

## 2. ASPECTOS RELACIONADOS CON LA EJECUCIÓN DE LOS CURSOS

**2.1 Tutoriales de METICS:** La plataforma METICS posee un conjunto de materiales cuyo objetivo principal es orientar a los y las docentes en la utilización de los distintos recursos que posee la plataforma. Para mayores detalles sírvanse acceder al canal en Youtube: <https://www.youtube.com/user/UCRMETICS>

Adicional a los videos, existen diversos manuales que se encuentran disponibles a través del siguiente enlace: <https://metics.ucr.ac.cr/manuales/>

**2.2 Planificación:** Los y las docentes deben tomar las previsiones del caso en relación con el tiempo y la carga académica disponible para cada curso.

Resulta fundamental que exista una **adecuada dosificación** de la carga académica que supone el desarrollo de los cursos.

**2.3 Ejecución del curso:** Es importante que el personal docente logre un balance entre estrategias didácticas sincrónicas y asincrónicas para el desarrollo del curso, que posea un cronograma bien definido y se ejecute adecuadamente.

Es importante que los y las docentes tomen las previsiones del caso en relación con el tiempo y la carga académica disponible para cada curso, así como del creditaje que posee el mismo; en términos de lo que se le solicita de cumplimiento al estudiante.

## 1. ASPECTOS RELACIONADOS CON LA ADMINISTRACIÓN DE LOS CURSOS

**1.1 Comunicación:** De manera general, conviene poseer un mecanismo ágil y oportuno de comunicación. Este aspecto deberá ser definido en el programa

**1.2 Programas de cursos:** Con el propósito de que los y las estudiantes puedan tomar decisiones informadas durante el proceso de prematrícula (17 al 21 de julio) y matrícula (27 al 30 de julio) del II-2020, los y las docentes procurarán la presentación anticipada de sus propuestas académicas para el desarrollo de los respectivos cursos a través de docencia asistida por tecnología. Está información será facilitada a las y los estudiantes a mas tardar el 15 de julio del año en curso

**1.3 Requisitos y correquisitos:** En aquellos casos en los que por diversas razones, los y las estudiantes posean un "IC" (Inconcluso) en alguno de los cursos del I-2020 y esto afecte sus posibilidades de matrícula durante el II-2020; se realizarán las gestiones correspondientes para el levantamiento de los requisitos y correquisitos respectivos.

**1.4 Horario:** Se solicita que las actividades que se llevan a cabo de forma sincrónica se ejecuten en el horario establecido para cada curso. Además, se recomienda que las sesiones sincrónicas se realicen siguiendo una lógica aproximada 40 minutos de lección, 10 minutos de receso, 40 minutos de lección.

**1.5 Materiales:** Es importante que cada docente tenga previsto un mecanismo para poner a disposición de los y las estudiantes los audios o videos de la clase.

**1.6 Presencialidad:** La Escuela de Tecnologías en Salud privilegiará el desarrollo de cursos a través de docencia asistida por tecnología.

**1.7 Horas asistente:** La Dirección de la Escuela de Tecnologías en Salud realiza

rá las gestiones administrativas necesarias para que existan horas asistente en algunos de los cursos de las carreras.

**1.8 Aspectos normativos:** En el caso de los y las docentes, la Dirección de la Escuela de Tecnologías en Salud les solicita muy respetuosamente revisar lo contenido en: Reglamento de Régimen Disciplinario del Personal Académico  
Enlace: [https://www.cu.ucr.ac.cr/normativ/regimen\\_disciplinario\\_docente.pdf](https://www.cu.ucr.ac.cr/normativ/regimen_disciplinario_docente.pdf)

En el caso de los y las estudiantes, la Dirección de la Escuela de Tecnologías en Salud les solicita muy respetuosamente revisar lo contenido en: Reglamento de Orden y Disciplina de los Estudiantes de la Universidad de Costa Rica  
Enlace: [https://www.cu.ucr.ac.cr/normativ/orden\\_y\\_disciplina.pdf](https://www.cu.ucr.ac.cr/normativ/orden_y_disciplina.pdf)



## 3. ASPECTOS RELACIONADOS CON LA SALUD MENTAL DE DOCENTES Y ESTUDIANTES

Recomendaciones para proteger la salud mental:

- Mantenga sus vínculos seguros
- Protéjase de la sobre exposición a la información.
- Ajuste las expectativas y las prioridades a lo que es realmente posible.
- Al trabajar en casa programe actividades y rutinas que le brinden seguridad.
- Reconozca sus emociones
- Practique la prudencia
- Dedique espacios para hacer ejercicio en casa, colaborar en su hogar y realizar actividades de ocio que le sean gratificantes y propicien su bienestar.
- Trate de ser empático o empática con las personas que están a su alrededor.

La Oficina de Bienestar y Salud en busca de un bienestar docente, administrativo y estudiantil ha implementado el programa *Cuarentena sin tanta pena, de manera que estudiantes, docentes y administrativos pueden aprovechar diversos recursos virtuales en el momento que lo consideren oportuno, tiene como propósito brindar herramientas en materia de salud y bienestar para las poblaciones.*

Además, tiene habilitado el siguiente correo para la atención de consultas de salud [medicina.obs@ucr.ac.cr](mailto:medicina.obs@ucr.ac.cr), además de poner a disposición del estudiantado una serie de materiales informativos.

Se les recuerda a docentes y estudiantes que ante la necesidad de contar con soporte y atención relacionadas con la salud mental, nuestra universidad cuenta con diferentes instancias que ofrecen estrategias de atención:

- El Centro de Asesoría Estudiantil (CASE), el cual tiene una oficina específicamente para el área de salud.
- El Centro de Asesoría Estudiantil del Área de Ciencias de la Salud (CASE) dispone de los siguientes canales de comunicación para solicitar asesoría y seguimiento: [salud.case@ucr.ac.cr](mailto:salud.case@ucr.ac.cr), 2511-8360, 2511-8361 y 2511-8240.

La Escuela de Psicología cuenta con el Centro de Atención Psicológica (CAP) que tiene como fin brindar atención psicológica a personas con distintas necesidades psicosociales, cuyos recursos económicos son limitados. El correo y los números telefónicos para la coordinación de atención son los siguientes: [cap.ep@ucr.ac.cr](mailto:cap.ep@ucr.ac.cr), 2511-5776 / 2511-5982

## CONCLUSIÓN

Tanto la Dirección de la Unidad Académica como las Direcciones de los respectivos Departamentos somos conscientes de la incertidumbre y transformaciones que ha generado para nuestro colectivo docente, administrativo y estudiantil; la pandemia por el virus del COVID-19. En este escenario particular, hemos procurado continuar desarrollando las actividades académicas al mismo tiempo que valoramos lo posible, lo viable y por encima de ello; el bienestar material y emocional de todas y todos nosotros.