



Resolución de Consejo Directivo 310 / 2026 - SAL -UNSa

Expte. N° 394 / 2026 - SAL -UNSa - Aprobar la propuesta del Curso denominado "Metabolismo Celular en Acción: Prevención y Primeros Auxilios en Senderismo"

De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
25/06/2026

VISTO: La propuesta del Curso denominada "Metabolismo Celular en Acción: Prevención y Primeros Auxilios en Senderismo", eleva por el Lic. José Luis Pérez Caihuara; y,

CONSIDERANDO:

Que el curso responde a la creciente práctica del senderismo y a los riesgos asociados a la actividad en entornos agrestes. Se busca capacitar a la comunidad en prevención y primeros auxilios, integrando conocimientos básicos de bioquímica y fisiología para comprender el metabolismo celular durante el ejercicio. La propuesta fortalece el autocuidado, la seguridad y la convivencia responsable con la naturaleza.

Que el mismo está destinado a estudiantes, docentes, graduados, personal de apoyo universitario de la UNSa y público en general interesado en la temática.

Que cuenta con informe de la Dirección de Posgrado y de la Secretaría de Posgrado, Investigación y Extensión al Medio.

Que la Comisión de Docencia, Investigación y Disciplina, mediante Despacho N° 130-26, aconseja la aprobación del mencionado curso.

POR ELLO, y en uso de las atribuciones que le son propias,

EL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

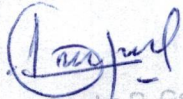
(en su Octava Sesión Ordinaria realizada el 16 de junio de 2026)

RESUELVE:

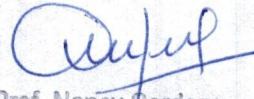
ARTÍCULO 1º. - Aprobar la propuesta del Curso denominado "Metabolismo Celular en Acción: Prevención y Primeros Auxilios en Senderismo", que se desarrollará el 26 de junio de 2026 de acuerdo a las especificaciones detalladas en el ANEXO I de la presente.

ARTÍCULO 2º. - Publíquese en el Boletín Oficial y comuníquese a: Mgs. Méd. Edgardo León de la Fuente, Secretaria de Posgrado, Investigación y Extensión al Medio y siga a la Dirección Académica de Posgrado y Carrera Docente a sus efectos.

HMC.


Mgs. Sandra R. Gasparini
Secretaría de Asuntos Institucionales
Facultad de Ciencias de la Salud - UNSa




Prof. Nancy Cardozo
Decana
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa



Resolución de Consejo Directivo **310 / 2026 - SAL -UNSa**
Expte. N° 394 / 2026 - SAL -UNSa - Aprobar la propuesta del Curso
denominado "Metabolismo Celular en Acción: Prevención y Primeros Auxilios en
Senderismo"
De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
25/06/2026

ANEXO I

Tipo de actividad: Curso

Modalidad: Híbrido con componente virtual sincrónico y asincrónico.

Lugar: Aula Ex posgrado de la Facultad Ciencias de la Salud

Título:

"METABOLISMO CELULAR EN ACCIÓN: PREVENCIÓN Y PRIMEROS AUXILIOS EN SENDERISMO"

Duración y fecha: El curso está planificado para tener una duración total de 15 horas. Se llevará a cabo en dos instancias:

- 1º instancia. Duración: 6 horas y 30 minutos. Modalidad Presencial- híbrido (sincrónica). Viernes 26 de junio de 2026 en el aula Ex posgrado, y se transmitirá a través de plataforma
- 2º instancia. Duración: 8 horas y 30 minutos. Modalidad Virtual

Asincrónico. Martes 30 de junio al martes 7 de julio del 2026.

Director:

Lic. José Luis Pérez Caihuara - DNI: 31.284.437- Email: joseluisperezcaihuara@gmail.com

Codirector:

Esp. Ángela Milagro Vargas -DNI: 23.953.784 - Email: vangelamilagro@yahoo.com

Comité Organizador:

Lic. José Luis Pérez Caihuara - DNI: 31.284.437 - Email: joseluisperezcaihuara@gmail.com

Bioq. Viviana Heredia - D.N.I: 16.664.031- Email: bioquim_2011@hotmail.com

Prof. Oscar Dario Barrios - DNI: 20.240.431 - Email: osdaba1968@gmail.com

Esp. Ángela Milagro Vargas - DNI: 23.953.784 - Email: vangelamilagro@yahoo.com

Coordinadores:

Bioq. Viviana Heredia - D.N.I: 16.664.031 - Email: bioquim_2011@hotmail.com

Prof. Oscar Darío Barrios - DNI: 20.240.431 -Email: osdaba1968@gmail.com

Disertantes:

Lic. José Luis Pérez Caihuara - DNI 31.284.437 - Email: joseluisperezcaihuara@gmail.com

Prof. Oscar Darío Barrios - DNI: 20.240.431 - Email: osdaba1968@gmail.com

Lic. Patricia Noemí Maidana - DNI: 27.493.019 - Email: patricianoemimaidana@gmail.com

Lic. Walter Guerra - DNI: 34.639.515 - Email: guerrawalter807@gmail.com

9/



Resolución de Consejo Directivo **310 / 2026 - SAL -UNSa**
Expte. N° 394 / 2026 - SAL -UNSa - Aprobar la propuesta del Curso
denominado "Metabolismo Celular en Acción: Prevención y Primeros Auxilios en
Senderismo"
De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
25/06/2026

Lic. Norma Sonia Santa Cruz - DNI: 24.039.732 - Email: normasoniasantacruz@gmail.com

Lic. Silvina Noemí Álvarez - DNI: 20.858.934 - Email: alvarezsilvinanoemi@gmail.com

Lic. Fernanda Mongelli - DNI: 36.677.805 - Email: licmongelli@gmail.com

Esp. Ángela Milagro Vargas - DNI: 23.953.784 - Email: vangelamilagro@yahoo.com

Docentes tutores:

Esp. María del Carmen Herrera - D.N.I.: 29.496.230 - Email: 13mdche@gmail.com

Esp. Ángela Milagro Vargas - DNI: 23.953.784 - Email: vangelamilagro@yahoo.com

Lic. José Luis Pérez Caihuara - DNI: 31.284.437 - Email: joseluisperezcaihuara@gmail.com

Esp. Mirta Inés Vilte - DNI: 29.092.305 - Email: mivia3164@gmail.com

Lic. José Horacio Alancay - DNI: 32.514.861 - Email: Alancay.jh@gmail.com

Lic. Norma Sonia Santa Cruz - DNI: 24.039.732 - Email: normasoniasantacruz@gmail.com

Lic. Cesar Orlando Vargas - DNI: 36.654.782 - Email: cesarvargasunsa@gmail.com

Docente diseñador y gestor del aula virtual:

Lic. José Luis Pérez Caihuara - DNI 31.284.437 - Email: joseluisperezcaihuara@gmail.com

Docente colaborador:

T.U.L.C. López, Francisco Rogelio - D.N.I.: 16.888.699 - Email: chicley82@hotmail.com

Destinatarios: El curso estará destinado para estudiantes, docentes, graduados, personal de apoyo universitario de la Universidad Nacional de Salta y toda persona en general interesada en la temática.

Cupo mínimo: Se prevé un cupo mínimo de 50 asistentes.

Carga Horaria: 15 horas reloj.

Cronograma: A continuación se presenta el cronograma de actividades según fecha, hora, tema, disertante y carga horaria:

Viernes 26 de junio de 2026			
Hora	Tema	Disertante	Carga horaria
14:00 a 14:15	Acreditaciones	Equipo Colaborador	15 min
14:15 a 14:30	Palabras de bienvenida	Equipo Organizador	15 min
14:30 a 15:00	Biomoléculas y su importancia en el organismo. Metabolismo celular durante el ejercicio. Principales vías energéticas.	Lic. José Luis Pérez	30 min
15:00 a 16:30	Senderismo: definición y clasificación. Planificación: preparación física, indumentaria y equipo básicos. Técnica de uso correcto de bastones de trekking. Actitud y conductas básicas.	Prof. Darío Barrios	90 Min
16:30 a 17:00	Pautas generales de alimentación e hidratación en senderismo	Lic. Patricia Maidana	30 min
17:00 a 17:30	Receso		



Resolución de Consejo Directivo 310 / 2026 - SAL -UNSa

Expte. N° 394 / 2026 - SAL -UNSa - Aprobar la propuesta del Curso denominado "Metabolismo Celular en Acción: Prevención y Primeros Auxilios en Senderismo"

De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
25/06/2026

17:30 a 18:00	Abordaje inicial en emergencias: regla PAS. Primeros auxilios y prevención: golpe de calor, deshidratación, hipoglucemia, hipotermia.	Lic. Walter Guerra	30 min
18:00 a 18:30	Primeros auxilios: picaduras, mordeduras, heridas, sangrado y obstrucción de las vías aéreas por cuerpo extraño.	Lic. Norma Sonia Santa Cruz	30 min
18:30 a 19:00	Primeros auxilios ante esguince, luxación, fractura, alergia y shock anafiláctico.	Lic. Silvina Alvarez	30 min
19:00 a 19:30	Primeros auxilios ante calambres. Técnicas de ascenso y descenso seguro.	Lic. Fernanda Mongelli	30 min
19:30 a 20:00	Fundamentos básicos de la reanimación cardio pulmonar	Lic. Ángela Vargas	30 min
20:00 a 20:20	Presentación de la actividad virtual a realizar para la aprobación del curso	Docentes tutores	20 min
20:20 a 20:30	Cierre y despedida	Equipo Organizador	10 min

Fundamentación de la propuesta:

El senderismo constituye una práctica cada vez más difundida debido a los beneficios que aporta a nivel físico, psicológico y social. Sin embargo, al desarrollarse en entornos naturales alejados de centros urbanos o de asistencia sanitaria inmediata, implica determinados riesgos que requieren preparación previa y conocimientos específicos para una respuesta adecuada ante situaciones de emergencia.

Diversas fuentes especializadas en primeros auxilios en ambientes agrestes señalan que las lesiones y eventualidades más frecuentes durante caminatas y excursiones incluyen esguinces, caídas, heridas cortantes, deshidratación, agotamiento por calor, hipotermia, picaduras y reacciones alérgicas. En estos casos, la primera intervención del grupo resulta decisiva para evitar complicaciones mayores. En este sentido, la capacitación en primeros

auxilios permite desarrollar competencias orientadas a la aplicación de medidas iniciales seguras, como la valoración primaria de la persona afectada, el control de hemorragias y la estabilización inicial, favoreciendo su recuperación y reduciendo riesgos adicionales para el resto del grupo.

Por otra parte, esta propuesta contribuye al fortalecimiento del autocuidado y la prevención en la comunidad en general, promoviendo la planificación responsable de las salidas, el uso adecuado del botiquín, la correcta hidratación, el reconocimiento de condiciones climáticas adversas y el respeto por el entorno natural. De este modo, el curso no solo brinda herramientas sanitarias básicas, sino que también promueve valores vinculados a la seguridad, la responsabilidad y la convivencia armónica con la naturaleza.

Cabe destacar que, para favorecer la comprensión integral de los contenidos, resulta necesario abordar inicialmente nociones básicas de bioquímica y fisiología, ya que estas permiten comprender de manera sencilla los fundamentos científicos vinculados a la prevención, particularmente la importancia de una adecuada alimentación e hidratación durante la actividad física. Asimismo, se introducirán conceptos básicos sobre nutrientes esenciales, como proteínas e hidratos de carbono, y su función en el organismo, a fin de comprender los cambios metabólicos y celulares que ocurren durante el esfuerzo físico y su relación con el rendimiento y la prevención de riesgos.

En virtud de lo expuesto, la presente propuesta formativa tiene como finalidad desarrollar conocimientos y competencias básicas relacionadas con la prevención de riesgos, la actividad física, la planificación segura y los primeros auxilios en senderismo. Realizar el curso bajo modalidad Híbrido con componente virtual sincrónico y asincrónico permitirá ampliar el acceso a la capacitación a la comunidad en general, posibilitando la participación de personas de diferentes zonas geográficas.

Las entidades organizadoras de la Universidad Nacional de Salta son:



Resolución de Consejo Directivo **310 / 2026 - SAL -UNSa**

Expte. N° 394 / 2026 - SAL -UNSa - Aprobar la propuesta del Curso denominado "Metabolismo Celular en Acción: Prevención y Primeros Auxilios en Senderismo"

De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
25/06/2026

- Química Biológica. Facultad de Ciencias de la Salud y Facultad Regional multidisciplinar Tartagal
- Enfermería del Adulto Anciano II. Facultad Ciencias de la
- Dirección de Educación física y

Objetivos:

- Reconocer las principales biomoléculas presentes en el organismo, identificando sus características e importancia en el mantenimiento de las funciones biológicas.
- Comprender el metabolismo celular durante el ejercicio físico, identificando las principales vías energéticas.
- Identificar aspectos básicos de planificación, equipamiento y cuidados necesarios para la realización segura de
- Adquirir conocimiento sobre primeros auxilios básicos en senderismo ante situaciones de emergencia, tales como heridas, sangrado, hipoglucemia, deshidratación, golpe de calor, hipotermia, picadura, mordedura, reacciones alérgicas, esguinces, luxaciones, calambres y paro cardio respiratorio.

Metodología: El curso se desarrollada en dos instancias:

- 1º Instancia: se llevará a cabo bajo modalidad presencial y virtual sincrónica, en el Aula Ex posgrado, donde los disertantes realizarán la exposición de los contenidos de manera dialogada y participativa, promoviendo el intercambio de ideas. Además, se generará un espacio para dar respuestas a las dudas e inquietudes de los
- 2º Instancia: se desarrollará bajo modalidad virtual asincrónica, para lo cual se solicitará a la Facultad Ciencias de la Salud la creación de un aula virtual destinada al desarrollo de la actividad. En esta instancia se llevará a cabo una actividad práctica con el acompañamiento de docentes tutores, orientada a la aplicación de conocimientos adquiridos. La realización y aprobación de dicha actividad formará parte de los requisitos para acceder al certificado de aprobación del

Programa de contenidos:

- Biomoléculas y su importancia en el
- Metabolismo celular durante el ejercicio. Vía energéticas principales (sistema fosfageno, glucolisis y sistema aeróbico).
- Senderismo: definición y clasificación. Planificación, preparación física, indumentaria y equipo básicos. Técnica de uso correcto de bastones de trekking. Actitud y conductas básicas en
- Primeros auxilios en senderismo ante heridas, sangrado, hipoglucemia, deshidratación, golpe de calor, hipotermia, picaduras, mordeduras, reacciones alérgicas, esguinces, luxaciones, calambres y paro cardio respiratorio.

Evaluación:

El curso contará con una instancia de evaluación, para la cual los asistentes deberán realizar y aprobar una actividad que se encontrará en el aula virtual, la cual permanecerá habilitada durante los siete días posteriores al encuentro híbrido.

En el aula virtual, además de la actividad evaluativa, estarán disponibles las disertaciones grabadas, el material bibliográfico y un espacio de consultas asincrónicas, con el propósito de acompañar el proceso de aprendizaje y facilitar el acceso a los contenidos desarrollados durante el curso.

Financiamiento: Sin arancel

Certificación: La Facultad de Ciencias de la Salud certificará al Director, Codirector, Comité organizador, Coordinadores, Disertantes, Colaboradores, y Asistentes, según lo dispuesto en Resolución CD N° 345/18

9
6



Resolución de Consejo Directivo **310 / 2026 - SAL -UNSa**
Expte. N° 394 / 2026 - SAL -UNSa - Aprobar la propuesta del Curso
denominado "Metabolismo Celular en Acción: Prevención y Primeros Auxilios en
Senderismo"
De: Salud - Dpto. Posgrado



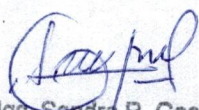
Salta,
25/06/2026

(Exp.12730/17).

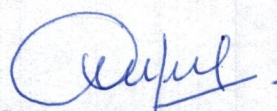
Los asistentes podrán acceder al certificado de aprobación, para ello, deberán estar presente en la 1º instancia y desarrollar las actividades propuestas por el equipo docente.

Bibliografía:

- Actividad física (2025). org. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/actividad-fisica>
- Autocuidado y hábitos saludables (2023) Argentina.gob.ar. Disponible en: <https://argentina.gob.ar/salud/personas-adultas-y-mayores/autocuidado-y-habitos-saludables>
- Centeno, D.C. (2022) ¿Cómo el ejercicio acelera el metabolismo?, Fcv.org. FCV. Disponible en: <https://fcv.org/co/blog/bienestar-fisico/como-el-ejercicio-acelera-el-metabolismo>.
- Common hiking injuries and treatment (2023) Publiclands.com. Disponible en: <https://publiclands.com/blog/a/common-hiking-injuries-and-treatment>.
- Maniapure Foundation (2023) "Primeros auxilios básicos que debes conocer para hacer voluntariado", Maniapure, 20 noviembre. Disponible en: <https://url-shortener.me/MIOO>.
- Montes, C. (2026) Los expertos coinciden en que hacer senderismo favorece a la salud mental más allá del bienestar físico, Infobae España. Disponible en: <https://infobae.com/espana/2026/05/26/los-expertos-coinciden-en-que-hacer-senderismo-favorece-a-la-salud-mental-mas-alla-del-bienestar-fisico/>
- Pariaug, S. (2025) Preparación para emergencias: Qué hacer en caso de una emergencia al hacer senderismo/?srsltid=AfmBOopbomP2EgvF6hk2Ru2sXrhTvTkr1QmeM_hSU R92Tf9p0TcicyzF (Consultado: el 26 de mayo de 2026).
- Qué es el senderismo, origen y dónde profesionalizarte (2024) Ciencias Deportivas. Instituto Internacional de Ciencias Deportivas. Disponible en: <https://cienciasdeportivas.com/que-es-el-senderismo/>
- Rosa Guillamon, (2015) "Metabolismo energético y actividad física", Educación Física y Deportes, Revista Digital. Disponible en: file:///D:/Descargas/Dialnet-MetabolismoEnergeticoYActividadFisica- 5289107.pdf.


Mgs. Sandra R. Gasparini
Secretaría de Asuntos Institucionales
Facultad de Ciencias de la Salud - UNSa




Prof. Nancy Cardozo
Decana
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa