ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Escuelas de Familias sobre Hábitos Saludables: Programas de Educación para la Salud desde el Centro Educativo

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Especialízate con este Curso de Formación Permanente en Escuelas de Familias sobre Hábitos Saludables y conviértete en un profesional capacitado para diseñar e implementar programas de educación para la salud desde el centro educativo. En ICUFOR comprendemos la importancia de formar especialistas que actúen como puente entre la escuela y las familias, promoviendo estilos de vida saludables que impacten positivamente en el desarrollo integral de niños y adolescentes.

A lo largo de esta formación, abordarás contenidos fundamentales como los modelos teóricos de educación para la salud, la organización de escuelas de familias, y el análisis de hábitos saludables en la infancia y adolescencia. Profundizarás en áreas esenciales como alimentación y nutrición, actividad física, salud emocional, prevención de conductas adictivas e higiene personal.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Fundamentar los principios de la educación para la salud y la promoción de hábitos saludables, identificando los modelos teóricos, marcos normativos y determinantes sociales que sustentan la intervención desde el centro educativo.

Analizar las bases científicas de la adquisición de hábitos saludables en la infancia y la adolescencia, diferenciando los factores de riesgo y protección de carácter individual, familiar, escolar y sociomediático.

Diseñar programas de educación para la salud integrados en el proyecto educativo del centro, aplicando técnicas de diagnóstico de necesidades, selección de contenidos y planificación de sesiones formativas dirigidas a las familias.

Conocer la estructura, modelos organizativos y perfil profesional de las escuelas de familias, describiendo sus finalidades, principios éticos y factores clave para una implementación eficaz.

Dominar los contenidos esenciales relativos a alimentación, actividad física, descanso, salud emocional, prevención de adicciones, higiene y seguridad, relacionando la evidencia científica actualizada con las necesidades específicas de cada etapa evolutiva.

Utilizar estrategias metodológicas activas y recursos didácticos adecuados para la dinamización de escuelas de familias, incorporando técnicas de comunicación eficaz, herramientas digitales y estrategias de captación y fidelización de los participantes.

Objetivos del curso

Implementar y evaluar programas de educación para la salud dirigidos a familias, elaborando instrumentos de seguimiento y evaluación que permitan medir resultados, analizar el impacto y orientar la mejora continua del programa.

Desarrollar competencias de coordinación interinstitucional y trabajo en red, identificando las alianzas comunitarias, los mecanismos de financiación y las estrategias de innovación necesarias para garantizar la sostenibilidad de los programas a medio y largo plazo.

Temario

01 Fundamentos conceptuales de la educación para la salud y la promoción de la salud en el ámbito educativo

1.1. Concepto de salud: evolución histórica y enfoques contemporáneos
1.2. Educación para la salud: definición, objetivos y principios rectores
1.3. Marco normativo y legislativo de la educación para la salud en el contexto escolar
1.4. Modelos teóricos y marcos de referencia en educación para la salud
1.5. La familia como agente fundamental en la adquisición y consolidación de hábitos saludables

Temario

02 Escuelas de familias: fundamentos, modelos organizativos y marco de actuación profesional

2.1. Concepto y evolución histórica de las escuelas de familias
2.2. Finalidades y objetivos específicos de las escuelas de familias centradas en hábitos saludables
2.3. Modelos organizativos de escuelas de familias
2.4. Perfil profesional del coordinador o facilitador de escuelas de familias
2.5. Principios éticos y deontológicos en la intervención educativa con familias
2.6. Factores de éxito y barreras frecuentes en la implementación de escuelas de familias
2.7. Experiencias y buenas prácticas de referencia en el ámbito nacional e internacional

Temario

03 Hábitos saludables en la infancia y la adolescencia: bases científicas y factores condicionantes

3.1. Concepto de hábito saludable y proceso de adquisición en las diferentes etapas evolutivas
3.2. Principales hábitos saludables y su impacto en el desarrollo integral del menor
3.3. Factores de riesgo y factores protectores en la salud infantojuvenil
3.4. Influencia del entorno familiar en la consolidación de hábitos saludables
3.5. Impacto de los medios de comunicación y las redes sociales en los hábitos de salud durante la infancia y la adolescencia
3.6. Evidencia científica actual sobre la eficacia de las intervenciones en hábitos saludables con menores y familias

Temario

04 Alimentación saludable y educación nutricional en el contexto escolar y familiar

4.1. Fundamentos de la nutrición en la infancia y la adolescencia
4.2. Problemáticas nutricionales prevalentes en la población infantojuvenil
4.3. Hábitos alimentarios familiares y su influencia en la nutrición infantil
4.4. El comedor escolar como espacio educativo para la promoción de la alimentación saludable
4.5. Abordaje de mitos, creencias erróneas y desinformación sobre alimentación infantil
4.6. Estrategias de educación nutricional dirigidas a las familias desde la escuela de familias
4.7. Programas institucionales de promoción de la alimentación saludable en centros educativos
4.8. Recursos didácticos y materiales especializados para la educación nutricional en contextos escolares y familiares

Temario

05 Actividad física, descanso y prevención del sedentarismo en el entorno educativo y familiar

5.1. Beneficios de la actividad física regular en el desarrollo infantil y adolescente
5.2. El sedentarismo infantojuvenil como problema emergente de salud pública
5.3. Promoción de la actividad física desde el centro educativo y la familia
5.4. Higiene del sueño y descanso adecuado en la infancia y la adolescencia
5.5. Recursos y propuestas prácticas sobre actividad física y descanso para las escuelas de familias

Temario

06 Salud emocional y bienestar psicológico en el ámbito escolar y familiar

6.1. Concepto de salud emocional y bienestar psicológico aplicado a la infancia y la adolescencia
6.2. Desarrollo socioemocional: hitos evolutivos y necesidades diferenciadas por etapas
6.3. Educación emocional como componente esencial de la educación para la salud
6.4. Factores de riesgo para la salud mental en la población infantojuvenil
6.5. Estrategias familiares para promover el bienestar emocional de los hijos
6.6. Detección de señales de alerta y criterios de derivación a recursos especializados de salud mental
6.7. Propuestas de intervención en escuelas de familias sobre salud emocional y bienestar psicológico

Temario

07 Prevención de conductas adictivas y promoción de la salud digital en la infancia y la adolescencia

7.1. Panorama actual de las conductas adictivas en la infancia y la adolescencia
7.2. Factores de riesgo y factores de protección frente a las conductas adictivas
7.3. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación en menores
7.4. Programas de prevención de adicciones implementados desde el centro educativo
7.5. Estrategias y contenidos para abordar la prevención de conductas adictivas en las escuelas de familias
7.6. Recursos institucionales y comunitarios de apoyo en materia de prevención y atención a las adicciones

Temario

08 Higiene personal, prevención de enfermedades y educación para la seguridad en el ámbito escolar

8.1. Hábitos de higiene personal y su enseñanza progresiva en el ámbito escolar y familiar
8.2. Prevención de enfermedades transmisibles en el entorno escolar
8.3. Educación para la seguridad y la prevención de accidentes en la infancia
8.4. Educación afectivo-sexual adaptada al desarrollo evolutivo del alumnado
8.5. Salud ambiental y educación para la sostenibilidad desde la perspectiva de la salud escolar

Temario

09 Diseño y planificación de programas de educación para la salud desde el centro educativo

9.1. Análisis de necesidades y diagnóstico de la situación de partida de la comunidad educativa
9.2. Definición de objetivos, competencias y resultados esperados del programa
9.3. Selección, organización y secuenciación de contenidos formativos
9.4. Integración del programa de educación para la salud en el proyecto educativo del centro
9.5. Planificación de las sesiones de la escuela de familias sobre hábitos saludables
9.6. Adaptación del programa a contextos diversos y a poblaciones con necesidades específicas
9.7. Recursos necesarios y elaboración del documento de planificación integral del programa

Temario

10 Estrategias metodológicas y recursos didácticos para la dinamización de escuelas de familias

10.1. Principios metodológicos de la educación de personas adultas aplicados a las escuelas de familias
10.2. Metodologías activas y participativas para el trabajo formativo con familias
10.3. Técnicas de comunicación eficaz para la dinamización de sesiones con familias
10.4. Recursos didácticos y materiales de apoyo para sesiones de educación para la salud
10.5. Uso de las tecnologías digitales en la dinamización de escuelas de familias
10.6. Estrategias de motivación, captación y fidelización de las familias participantes en el programa
10.7. Diseño y elaboración de materiales propios para sesiones de educación para la salud con familias
10.8. La evaluación formativa como herramienta de mejora continua durante las sesiones con familias

Temario

11 Implementación, seguimiento y evaluación de programas de educación para la salud dirigidos a familias

11.1. Puesta en marcha del programa: fases operativas y gestión del proceso de implementación
11.2. Seguimiento continuo del programa durante su desarrollo
11.3. Evaluación de programas de educación para la salud: fundamentos conceptuales y tipología
11.4. Instrumentos y técnicas de evaluación aplicados a las escuelas de familias sobre hábitos saludables
11.5. Análisis e interpretación de los resultados de la evaluación del programa
11.6. Elaboración de informes de evaluación, difusión de resultados y mejora continua del programa

12 Coordinación interinstitucional, trabajo en red y sostenibilidad de los programas de educación para la salud

12.1. La coordinación interinstitucional como factor clave para la eficacia de la educación para la salud
12.2. Trabajo en red y desarrollo de alianzas comunitarias para la promoción de hábitos saludables
12.3. Sostenibilidad de los programas de educación para la salud a medio y largo plazo
12.4. Innovación, tendencias emergentes y prospectiva en educación para la salud desde la comunidad educativa

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06
Contenidos actualizados
Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07
El curso, por escrito
Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08
Autónomo, pero acompañado
Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09
Enseñanza adaptada
Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10
Estudio sencillo e intuitivo
Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

