

## Contenidos: Unidades didácticas

**U.D. 1:** Los factores ambientales que afectan a la salud, bienestar, confort y desempeño de las personas.

### Conocimientos teóricos:

- Concepto del entorno construido.
- Definición de salud, bienestar, confort y desempeño/productividad de las personas.
- Concepto de exposición e impacto.
  - La evidencia científica: el impacto (positivo/negativo) de los factores ambientales en las personas.
- Conocer métricas relevantes en salud y bienestar:
  - Cuantitativo: niveles de estrés medidos (por ejemplo, cortisol salival), evaluaciones de salud mental, pruebas de funcionamiento cognitivo, absentismo.
  - Cualitativo: autoinformes sobre fatiga, dolores de cabeza, asma, alergias y otros síntomas.

### Conocimientos prácticos:

- Definición y características de un espacio saludable.
- Factores ambientales y su impacto en la salud y bienestar:
  - Aire /Agua /Luz/Sonido/Confort/Materiales/Mente/Actividad.
- El diseño de estrategias de diseño -acciones- para minimizar el impacto del entorno construido.

**U.D. 2:** La biofilia como "Vitamina N".

### Conocimientos teóricos:

- La situación actual: el sistema sensorial humano.
- El concepto de la biofilia y el origen del diseño biofílico.
- Los 14 patrones biofílicos y reacciones biológicas.

### Conocimientos prácticos:

- Aplicabilidad de los patrones biofílicos al diseño de espacios.
- Casos prácticos :
  - Los espacios "sin ventanas".
  - Aprender cómo mejorar la salud y bienestar de los espacios sin ventanas en distintos entornos (educativos y sanitarios).

### **U.D. 3:** Certificaciones de Salud. Estrategias de diseño H&W adecuadas a cada entorno.

#### **Conocimientos teóricos:**

- Conocimiento de iniciativas relevantes de la industria: ¿por qué ahora?
- Introducción a las certificaciones de sostenibilidad y los estándares de Salud: WELL vs Fitwel.
- Aplicabilidad de las Certificaciones de Salud y Bienestar en la industria de la construcción.

#### **Conocimientos prácticos:**

- Análisis comparativo de certificaciones y sus diferencias en conceptos.
- Conocer algunos casos prácticos.