

ENVEJECIMIENTO ACTIVO, CALIDAD DE VIDA Y PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA

Curso 2019-2020

Fecha última actualización: 22/04/2019

MÓDULO	MATERIA	ASIGNATURA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	CARÁCTER
MATERIAS ESPECÍFICAS	ÁMBITO FÍSICO/SENSORIAL	ENVEJECIMIENTO ACTIVO, CALIDAD DE VIDA Y PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA			3	Optativo
PROFESORAS			DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS			
<p>Blanca M^a Rueda Medina (Coordinadora)</p> <p>Irene Cantarero Villanueva</p>			<p>Blanca M^a Rueda Medina Facultad de Ciencias de la Salud. Departamento de Enfermería. Despacho 9.07 Avd. de la Ilustración 60, 18016 -Granada blarume@ugr.es</p> <p>Irene Cantarero Villanueva Facultad de Ciencias de la Salud. Departamento de Fisioterapia. Despacho 7.09 Avd. de la Ilustración 60, 18016 -Granada irencantarero@ugr.es</p>			
			HORARIO DE TUTORÍAS			
			<p>Blanca M^a Rueda Medina Lunes y Miércoles 10.00 a 13.00h</p> <p>Irene Cantarero Villanueva Martes, Miércoles y Viernes 8.00 a 10.00h</p>			
MÁSTER EN EL QUE SE IMPARTE			OTROS MÁSTERES A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR			
<p>Máster Universitario en Cuidados de salud para la promoción de la autonomía de las personas y la atención al final de la vida</p>						
PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES						
<p>Son necesarios conocimientos básicos relacionados directamente con la asignatura, adquiridos durante la formación de</p>						



Grado y/o Máster que permitan al alumno una mejor comprensión de los contenidos incluidos en esta asignatura.

BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS

Principales determinantes para el envejecimiento activo.

Principales enfermedades y problemas de salud que causan dependencia y discapacidad en las personas de edad avanzada.

Envejecimiento activo y nutrición. Factores de riesgo y factores preventivos en la alimentación. Evaluación del estado nutricional en este colectivo. Hábitos alimenticios saludables y modelo de vejez satisfactoria.

Uso racional de los medicamentos. Efecto de los fármacos en situaciones de discapacidad y envejecimiento. Problemas relacionados con los medicamentos y con su administración. Mejora de la calidad de vida de pacientes polimedcados.

Calidad de vida, promoción de la autonomía y apoyo social en el envejecimiento activo. Calidad de vida y perspectiva de género. Longevidad y condiciones discapacitantes en la salud de las mujeres. Intervenciones educativas y formativas para un envejecimiento saludable.

COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS DEL MÓDULO

Competencias Generales:

1. Aplicar los conocimientos adquiridos y la capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con el área de estudio
2. Integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de los conocimientos y juicios
3. Comunicar conclusiones –y los conocimientos y razones últimas que las sustentan– a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades
4. Poseer las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.
5. Gestionar y transformar contextos de trabajo o estudio complejos, imprevisibles y que requieren nuevos planteamientos estratégicos
6. Asumir responsabilidades en lo que respecta al desarrollo de conocimientos y/o prácticas profesionales y a la revisión del rendimiento estratégico de equipos

Competencias Específicas:

7. Poseer los conocimientos sobre cuidados y técnicas específicas de enfermería, fisioterapia, terapia ocupacional, y otros campos de la salud para la promoción del bienestar, el confort y la calidad de vida de las personas discapacitadas, dependientes y en situación de fin de vida.
8. Gestionar la atención centrada en las personas, con una visión global e integradora de los procesos y las intervenciones específicas de los diferentes profesionales implicados.
16. Poseer conocimientos suficientes sobre la población con discapacidad y dependencia teniendo en cuenta las características propias de las principales etapas del desarrollo del individuo, especialmente en la etapa infanto-juvenil y en la vejez, así como la relación con los estilos de vida.
22. Conocer el potencial terapéutico de la actividad física en la prevención de situaciones de discapacidad y dependencia y en el mantenimiento de la funcionalidad y autonomía personal especialmente en personas mayores.
23. Aplicar los conocimientos y poseer las habilidades para abordar problemas de forma científica, formulando hipótesis y



objetivos pertinentes para su resolución, y extraer conclusiones fundadas que sean de aplicación en el ámbito de la discapacidad, la dependencia y el fin de vida.

OBJETIVOS

El alumno sabrá/comprenderá:

- El concepto de envejecimiento activo y su relación con la dependencia siendo capaz de identificarlos en situaciones reales.
- Las diferentes herramientas para promover un envejecimiento activo.
- Las intervenciones adecuadas para prevenir la dependencia en la vejez.

El alumno será capaz de:

- Identificar la relación del envejecimiento con la alimentación y nutrición, valorar los hábitos alimenticios saludables en el envejecimiento y evaluar el estado nutricional en este colectivo.
- Valorar el efecto de los fármacos y medicamentos en situaciones de discapacidad y envejecimiento y los problemas relacionados con su administración.
- Elaborar programas de educación para el fomento de la autonomía personal y un envejecimiento activo y saludable.

TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA

TEMARIO TEÓRICO (10h presenciales)

Tema 1. Envejecer y el envejecimiento activo

Tema 2. Envejecimiento saludable: nutrición y actividad física

Tema 3. Envejecimiento saludable: actividad mental y participación social

Tema 4. Retos para el envejecimiento activo

ACTIVIDADES PRÁCTICAS (9h presenciales)

Las actividades prácticas consistirán en la presentación/discusión de trabajos elaborados por los alumnos sobre la temática de la asignatura

BIBLIOGRAFÍA

- Bermejo García L. **Envejecimiento activo y actividades socioeducativas con personas mayores.** Ed. Panamericana. 1ª Edición. 2010.
- **Libro Blanco del Envejecimiento Activo.** Ed. Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad Secretaría General de Política Social y Consumo Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO). 1ª Edición. 2011
- **Nuevas Miradas sobre el envejecimiento.** Ed. Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad Secretaría General de Política Social y Consumo Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO). 1ª Edición. 2009
- **Guía de actividad física para el envejecimiento active las personas mayores.** Ed. Consejo Superior de Deportes. 2011
- **Active ageing.** Conducted by TNS Opinion & Social at the request of Directorate-General for Employment, Social Affairs and Inclusion. Ed. Especial Eurobarometer (European Commission). 2012



ENLACES RECOMENDADOS
<ul style="list-style-type: none"> • Año del envejecimiento activo. http://www.envejecimientoactivo2012.net • IMSERSO http://www.imserso.es/imserso_01/envejecimiento_activo/index.htm • European year for active aging. http://europa.eu/ey2012/ • Learning network for active aging. http://www.inactiveaging.org/ • En Buena Edad. http://www.enbuenaedad.es • Healthy Ageing. http://www.healthyageing.eu • Healthy Ageing OMS. http://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/healthy-ageing • NIH National Institute on Ageing. https://www.nia.nih.gov • Healthy Ageing Nestle. https://www.nestlehealthscience.com/health-management/aging/healthy-aging
METODOLOGÍA DOCENTE
<p>ACTIVIDADES PRESENCIALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Clases teóricas (10 horas): Descripción: Presentación en el aula de los conceptos fundamentales y desarrollo de los contenidos propuestos Propósito: Transmitir los contenidos de la materia motivando al alumnado a la reflexión, facilitándole el descubrimiento de las relaciones entre diversos conceptos y formarle una mentalidad crítica. • Actividades prácticas (9 horas): Descripción: Modalidad organizativa enfocada hacia la adquisición y aplicación específica de habilidades instrumentales sobre una determinada temática (discusión y debate de supuestos prácticos y presentación y defensa de trabajos). Propósito: Desarrollo en el alumnado de las competencias procedimentales de la materia. • Tutorías (2 horas): Descripción: manera de organizar los procesos de enseñanza y aprendizaje que se basa en la interacción directa entre el estudiante y el profesor. Propósito: 1) Orientan el trabajo autónomo del alumnado, 2) profundizar en distintos aspectos de la materia y 3) orientar la formación académica-integral del estudiante. <p>TRABAJO AUTÓNOMO DEL ESTUDIANTE (54 horas): Descripción: Lecturas de textos. Preparación de trabajos individuales. Preparación y presentación del trabajo grupal. Estudio de la materia. Propósito: Favorecer en el estudiante la capacidad para autorregular su aprendizaje, planificándolo, diseñándolo, evaluándolo y adecuándolo a sus especiales condiciones e intereses.</p>
EVALUACIÓN
<p>A) Evaluación continua Asistencia a clases teóricas y actividades prácticas</p> <ul style="list-style-type: none"> • La asistencia será obligatoria. Solo se admitirá una falta, siempre que sea por razones justificadas. En casos excepcionales (enfermedad grave o accidente) se buscará conjuntamente la solución más adecuada). • <u>Porcentaje sobre la calificación global de la asignatura:10%</u>



ugr

Universidad
de Granada

Presentación de trabajo individual

- Criterios y aspectos a evaluar:
Capacidad de relación, reflexión y crítica del material de base.
- Procedimiento de evaluación:
Presentación de un documento escrito de reflexión sobre un artículo publicado relacionado con la temática de la asignatura. La extensión máxima será de 2 páginas
- Porcentaje sobre la calificación global de la asignatura: 40 %

Elaboración y exposición de un trabajo en grupo

- Criterios y aspectos a evaluar:
Capacidad para la presentación y discusión del material de base.
Capacidad de relación, reflexión y crítica del material de base.
- Procedimiento de evaluación:
Presentación de un documento escrito de ampliación de los contenidos impartidos en las clases teóricas y exposición oral del mismo. Se realizará en grupos de 2-3 alumnos, en función del número de estudiantes matriculados.
- Porcentaje sobre la calificación global de la asignatura: 50%

B) Evaluación única

Para acogerse esta modalidad de evaluación, el estudiante, en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, o en las dos semanas siguientes a su matriculación si ésta se ha producido con posterioridad al inicio de la asignatura, lo solicitará, a través del procedimiento electrónico, a la Coordinadora del Máster, alegando y acreditando las razones que le asisten para no poder seguir el sistema de evaluación continua.

Consistirá en la **elaboración de un trabajo individual** que deberá contener los siguientes apartados:

- Resumen manuscrito de cada uno de los capítulos del temario teórico de la materia de una extensión de 5 páginas por capítulo (10% sobre la calificación global del trabajo).
- Trabajo de reflexión sobre un artículo publicado relacionado con la temática de la asignatura de una extensión de 2 páginas (40% sobre la calificación global del trabajo).
- Documento escrito de ampliación de los contenidos presentados en alguno de los temas del temario teórico de la asignatura de una extensión de al menos 10 páginas (50% sobre la calificación global del trabajo).

C) Evaluación por incidencias

Los estudiantes que no puedan entregar los documentos necesarios para su evaluación programados en esta Guía Docente en la fecha establecida por encontrarse en alguno de los supuestos recogidos en la "Normativa de evaluación y de calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada" (BOUGR núm. 112, de 9 de noviembre de 2016), podrán realizar la entrega en una fecha alternativa previo acuerdo con las profesoras de la asignatura.

INFORMACIÓN ADICIONAL



ugr

Universidad
de Granada