

Guía docente de la asignatura

Fecha de aprobación por la Comisión Académica: 27/06/2022

Envejecimiento Activo, Calidad de Vida y Prevención de la Dependencia (M61/56/1/4)

Máster

Máster Universitario en Cuidados de Salud para la Promoción de la Autonomía de las Personas y la Atención a los Procesos del Fin de Vida

MÓDULO

Módulo III: Materias Específicas. Ámbito Físico/Sensorial

RAMA

Ciencias de la Salud

CENTRO RESPONSABLE DEL TÍTULO

Escuela Internacional de Posgrado

Semestre

Segundo

Créditos

3

Tipo

Optativa

Tipo de enseñanza

Presencial

BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (Según memoria de verificación del Máster)

- 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.
- Principales determinantes para el envejecimiento activo.

COMPETENCIAS

COMPETENCIAS BÁSICAS

- CB6 - Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.
- CB7 - Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.
- CB8 - Que los estudiantes sean capaces de 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 sus conocimientos y juicios.
- CB9 - Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.
- CB10 - Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.

COMPETENCIAS GENERALES

- CG01 - Gestionar y transformar contextos de trabajo o estudio complejos, imprevisibles y que requieren nuevos planteamientos estratégicos.
- CG02 - 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

- CE01 - 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.
- CE02 - 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.
- CE10 - 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 infante-juvenil y en la vejez, así como



la relación con los estilos de vida.

- CE16 - 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.
- CE17 - 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.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES

- CT01 - Mostrar interés por la calidad y la excelencia en la realización de diferentes tareas.
- CT02 - Comprender y defender la importancia que la diversidad de culturas y costumbres tienen en la investigación o práctica profesional
- CT03 - Tener un compromiso ético y social en la aplicación de los conocimientos adquiridos.
- CT04 - Ser capaz de trabajar en equipos interdisciplinarios para alcanzar objetivos comunes desde campos expertos diferenciados.
- CT05 - Incorporar los principios del Diseño Universal en el desempeño de su profesión

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (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 salud física, la alimentación/nutrición y los hábitos saludables.
- Valorar los hábitos saludables en el envejecimiento y evaluar el estado de salud 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.

PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS



TEÓRICO

Tema 1. Envejecer y el envejecimiento activo

Tema 2. El papel de la nutrición en el envejecimiento saludable

Tema 3. Retos para el envejecimiento saludable: polimedicación, perspectiva de género y apoyo social

Tema 4. Educación para un envejecimiento saludable

PRÁCTICO

Seminarios/Talleres/Foros en relación cada tema teórico

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

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 activo de 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

Ramos Cordero P, Álamo González C, Aranguren Oyarzábal A, Calvo Alcántara MJ, Gil Gregorio P, López Trigo JA, Lozano Montoya I, Ramos Cordero P, Vélez Díaz-Pallarés M. Guía de buena práctica clínica en Geriatría. Farmacología y Envejecimiento. Los medicamentos en las personas mayores. Sociedad Española de Geriatría y Gerontología. 3ª Edición. Madrid. IMC. 2015

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Casado Moragón A, Garea Herranz E, Gil Gregorio P, Moreno Villajos N, Ramos Cordero P, Rodríguez Salazar, J. Guía de buena práctica clínica en Geriatría. Hidratación y Salud. Sociedad Española de Geriatría y Gerontología. Madrid. IMC. 2011

López Trigo JA, Martínez Álvarez JR, Ramos Cordero P, Redondo del Río P, Camina Martín A, Mateos Silleras B, López Mongil R, Niño Martín V, Aranceta Bartrina J. Guía de buena práctica



clínica en Geriatria. Alimentación, nutrición e hidratación en adultos mayores. Sociedad Española de Geriatria y Gerontología. Madrid. IMC. 2015

IMSERSO. Colección Estudios. Serie Personas Mayores. La participación social de las Personas Mayores. 1ª edición. Madrid. Ministerio de Educación Política Social y Deporte. 2008.

Sociedad Española de Geriatria y Gerontología. La experiencia de Envejecer. Madrid. IMC. 2012

IMSERSO. Colección Manuales y Guías. Serie Personas Mayores. Nuevas miradas sobre el envejecimiento. 1ª edición. Madrid. Ministerio de Educación Política Social y Deporte. 2009.

ENLACES RECOMENDADOS

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.linactiveaging.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

- MD01 Lección magistral/expositiva
- MD03 Resolución de problemas y estudio de casos prácticos
- MD07 Análisis de fuentes y documentos
- MD08 Realización de trabajos en grupo
- MD09 Realización de trabajos individuales

EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la calificación final)

EVALUACIÓN ORDINARIA

Asistencia a clases teóricas y actividades prácticas

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.

Porcentaje sobre la calificación global de la asignatura: 10%

Elaboración de un trabajo individual

Criterios y aspectos a evaluar: capacidad de relación, reflexión y crítica del material de base.

Procedimiento de evaluación: presentación de un informe escrito de análisis/reflexión sobre un documento relacionado con los contenidos de la asignatura

Porcentaje sobre la calificación global de la asignatura: 30 %

Elaboración y exposición de un trabajo grupal

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. Capacidad de adaptar los conocimientos a una situación específica. Capacidad de realizar propuestas para la consecución de los objetivos propuestos.

Procedimiento de evaluación: presentación de un trabajo de ampliación de los contenidos impartidos en las clases teóricas. Se realizará en grupos de 3-5 alumnos, en función del número de estudiantes matriculados.

Porcentaje sobre la calificación global de la asignatura: 60 %

EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

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).
- Presentación de un informe escrito de análisis/reflexión sobre un documento relacionado con los contenidos de la asignatura (extensión máxima 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).

EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

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).
- Presentación de un informe escrito de análisis/reflexión sobre un documento relacionado con los contenidos de la asignatura (extensión máxima 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).

