Guía docente de la asignatura

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

Fecha de aprobación por la Comisión Académica: 24/06/2025

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: Materías 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

PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES

En el caso de utilizar herramientas de IA para el desarrollo de la asignatura, el estudiante debe adoptar un uso ético y responsable de las mismas. Se deben seguir las recomendaciones contenidas en el documento de "Recomendaciones para el uso de la inteligencia artificia en la UGR" publicado en esta ubicación:
https://ceprud.ugr.es/formacion-tic/inteligencia-artificial/recomendaciones-ia#contenidoo

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.

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): 9724DDB047EC1009696118601FD0CC91
06/05/2026 - 10:40
Pág. 1 de 9

- 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 polimedicados.

- 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

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): 9724DDB047EC1009696118601FD0CC91
06/05/2026 - 10:40
Pág. 2 de 9

- 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 infanto-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

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.

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:40
Código seguro de verificación (CSV): 9724DDB047EC1009696118601FD0CC91 Pág. 3 de 9

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 infanto-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 estudiante 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.

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:40
Código seguro de verificación (CSV): 9724DDB047EC1009696118601FD0CC91 Pág. 4 de 9

El estudiante 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. Envejecimiento saludable: salud cognitiva y actividad física

Tema 3. El papel de la nutrición en el envejecimiento saludable

Tema 4. Retos para el envejecimiento saludable: polimedicación, perspectiva de género y apoyo social

Tema 5. Educación para un envejecimiento saludable.

PRÁCTICO

Seminarios/Talleres/Foros en relación cada tema teórico

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

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

Guía de actividad física para el envejecimiento activo de las personas mayores. Ed. Consejo Superior de Deportes. 2011

Inmaculada Arboleda Romero, Ana Lora Lanzas. Guía de información y sensibilización sobre la práctica de actividad física en personas mayores. Ed. Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación. Junta de Andalucia. Sevilla. 2021.

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:40
Código seguro de verificación (CSV): 9724DDB047EC1009696118601FD0CC91 Pág. 5 de 9

WHO Clinical Consortium on Healthy Ageing 2019: report of Consortium meeting held 21-22 November 2019, Geneva, Switzerland. Geneva: World Health Organization; 2020. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

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 Edicion. Madrid. IMC. 2015

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. OMS; 2015.

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

EXAMEN de salud para mayores de 65 años. Actualización 2017. Consejería de Salud Junta de Andalucía

Ageing Europe. LOOKING AT THE LIVES OF OLDER PEOPLE IN THE EU. 2020 edition. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2020. ISBN 978-92-76-21520-2. doi:10.2785/628105. Cat. No: KS-02-20-655-EN-N.

ENLACES RECOMENDADOS

En Buena Edad. http://www.enbuenaedad.es

Healthy Ageing OMS. https://www.who.int/europe/health-topics/ageing#tab=tab_1

Década del Envejecimiento Saludable
OMS https://www.who.int/es/initiatives/ageing/decade-of-healthy-ageing

NIH National Institute on Ageing. https://www.nia.nih.gov

Laboratorio Envejecimiento en Red CSIC. https://envejecimientoenred.csic.es

Centro de Investigación "Ageingnomics". Fundación Maphre.
https://ageingnomics.fundacionmapfre.org

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:40
Código seguro de verificación (CSV): 9724DDB047EC1009696118601FD0CC91 Pág. 6 de 9

Red Canadiense Deprescripción. https://www.deprescribingnetwork.ca

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

I. Asistencia a clases teóricas y actividades prácticas

La asistencia será obligatoria. Se valorará la participación y aportaciones en sesiones de discusión y actitud del estudiante.

Porcentaje sobre la calificación global de la asignatura:10%

II. 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 %

III. 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 %

Condiciones de la evaluación ordinaria

La calificación global será el resultado de sumar los puntos obtenidos en cada una de las partes de

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:40
Código seguro de verificación (CSV): 9724DDB047EC1009696118601FD0CC91 Pág. 7 de 9

la evaluación. Para ello será necesario:

Asistencia a un mínimo del 85% de las clases

Obtener al menos la mitad de la puntuación en cada una de las partes.

EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

Examen de preguntas cortas y/o desarrollo sobre los contenidos de la materia

Criterios y aspectos a evaluar: nivel de conocimiento de la materia

Porcentaje sobre la calificación global de la asignatura: 60 %

Resolución de un caso práctico

Criterios y aspectos a evaluar: Capacidad de relación, reflexión y crítica. Capacidad de adaptar los conocimientos a una situación específica. Capacidad de realizar propuestas para la consecución de los objetivos propuestos.

Porcentaje sobre la calificación global de la asignatura: 40 %

Condiciones de la evaluación extraordinaria

La calificación global será el resultado de sumar los puntos obtenidos en cada una de las partes de la evaluación. Para ello será necesario haber obtenido al menos la mitad de los puntos en cada una de las partes.

EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

Examen de preguntas cortas y/o desarrollo sobre los contenidos de la materia

Criterios y aspectos a evaluar: nivel de conocimiento de la materia

Porcentaje sobre la calificación global de la asignatura: 60 %

Resolución de un caso práctico

Criterios y aspectos a evaluar: Capacidad de relación, reflexión y crítica. Capacidad de adaptar los conocimientos a una situación específica. Capacidad de realizar propuestas para la consecución de los objetivos propuestos.

Porcentaje sobre la calificación global de la asignatura: 40 %

Condiciones de la evaluación única final

La calificación global será el resultado de sumar los puntos obtenidos en cada una de las partes de la evaluación. Para ello será necesario haber obtenido al menos la mitad de los puntos en cada una de las partes.

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): 9724DDB047EC1009696118601FD0CC91
06/05/2026 - 10:40
Pág. 8 de 9

INFORMACIÓN ADICIONAL

Información de interés para estudiantado con discapacidad y/o Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE): Gestión de servicios y apoyos (https://ve.ugr.es/servicios/atencion-social/estudiantes-con-discapacidad).

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): **9724DDB047EC1009696118601FD0CC91**
06/05/2026 - 10:40
Pág. 9 de 9