POSTGRADO EN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

ESCUELA SUPERIOR DE ESTUDIOS PROFESIONALES

GRUPO EDUCATIVO ESBA

ESEP ESCUELA SUPERIOR DE ESTUDIOS PROFESIONALES

ESBA ESTUDIOS SUPERIORES DE BUENOS AIRES

“Educación de calidad al alcance de todos”

- ✓ Más de 75.000 egresados
- ✓ 40 años de experiencia

• DESCRIPCIÓN DE LA FORMACIÓN •

La organización Mundial de la salud, en un primer momento hablaba de envejecimiento saludable (OMS 1990), sin embargo, esta definición se basaba únicamente en la salud de la personas y no tenía en cuenta otras circunstancias como la implicación y participación social. Por eso, en el año 2002 la OMS define envejecimiento activo como el proceso de optimizar las oportunidades de salud, participación y seguridad en orden a mejorar la calidad de vida de las personas que envejecen. Esta definición fue sacada de un documento elaborado por la OMS en 2002 llamado "Envejecimiento activo: un marco político". Respecto a esta definición comenta que el término activo, se refiere a una usual implicación en ámbitos sociales, económicos, culturales, etc., y no sólo una capacidad física. A lo largo del presente curso se introduce el tema del envejecimiento saludable, desarrollando los aspectos fundamentales con el mismo.

• OBJETIVOS •

- Conocer las principales actuaciones ante un paciente que presenta un accidente cerebrovascular, atención continuada, y cuidados domiciliarios.
- Actualizar los principales avances presentados sobre accidentes cerebrovasculares.
- Poner al día los conocimientos sobre el tratamiento de las primeras fases de la enfermedad, especialmente para prevenir y limitar las complicaciones posibles.

• DESTINATARIOS •

Este curso está dirigido a médicos especialistas en geriatría y gerontología que quieran actualizar conocimientos en todo lo relativo al envejecimiento saludable o para aquellos profesionales que tengan relación con la tercera edad. También está dirigido a todos aquellos profesionales sanitarios interesados en ampliar conocimientos. Este curso también está dirigido a todas aquellas personas no profesionales que,

por diferentes motivos, se puedan ver interesadas por la salud de la tercera edad para su vida diaria o actividad particular.

• PREPARA AL ALUMNO PARA •

Intervenir correctamente, desde la actualización de los conocimientos, ante pacientes que presentan accidentes cerebrovasculares o que requieren una atención continuada o cuidados domiciliarios. Además, contribuye especialmente al tratamiento de las primeras fases de la enfermedad y a la prevención y limitación de complicaciones que pudieran surgir.

• TITULACIÓN •

Al finalizar el Postgrado en Envejecimiento Saludable obtendrá una titulación emitida por la Escuela Superior de Estudios Profesionales y el grupo educativo ESBA.

DURACIÓN: 300hs

• ¿QUÉ DISTINGUE A ESTE CURSO DE LOS DEMÁS? •

La Escuela Superior de Estudios Profesionales, en conjunto con Grupo Educativo ESBA, unen su experiencia y trayectoria para ofrecerte esta capacitación de una manera clara, didáctica y sencilla, que te permitirá obtener importantes conocimientos en la temática, en clases virtuales, sin días ni horarios fijos de cursada y a tu propio ritmo.

• TEMARIO •

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ENVEJECIMIENTO POBLACIONAL Y ACTIVO. CONCEPTOS GENERALES

1. Definición del envejecimiento
2. Envejecimiento poblacional
3. Situación de envejecimiento poblacional
4. Conceptos de longevidad y Esperanza máxima de vida
5. Diferentes conceptos de edad
6. Envejecimiento activo
7. Teorías del envejecimiento
8. Teorías Estocásticas
9. Teorías no estocásticas
10. Disciplinas importantes en la tercera edad
11. Geriatría y gerontología
12. Introducción a la psicogerontología

UNIDAD DIDÁCTICA 2. BIOLOGÍA DEL ENVEJECIMIENTO

1. Introducción
2. Longevidad
3. Envejecimiento celular y molecular
4. Modificaciones del envejecimiento por órganos y sistemas
5. Funciones mentales superiores y proceso de envejecimiento
6. Enfermedades del envejecimiento acelerado
7. Envejecimiento vascular acelerado (EVA)
8. Síndrome de Werner y Progeria
9. Síndrome de Down

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENFERMEDADES GERIÁTRICAS MÁS COMUNES

1. Introducción
2. Higiene, aplicación de técnicas y aseo personal
3. Anatomía y fisiología de la piel
4. Patologías más frecuentes en la piel
5. Técnicas de aseo e higiene corporal para personas dependientes e independientes
6. Enfermedades osteoarticulares

7. Artrosis (osteoartritis, artropatía degenerativa)
8. Osteoporosis
9. Lumbalgias y lumbociáticas
10. Hipertensión arterial
11. Cifras normales/cifras elevadas de tensión arterial
12. Factores que influyen en la aparición de hipertensión arterial
13. Actuación ante un caso de hipertensión arterial
14. Diabetes mellitus
15. Concepto e importancia de la diabetes mellitus
16. Cuidado del diabético
17. Los sentidos de la vista y del oído
18. La vista
19. El oído
20. Temblor y Parkinson
21. ¿Qué es el temblor?
22. Enfermedad de Parkinson
23. Accidentes cerebrovasculares
24. Manifestaciones clínicos
25. Plan de actuación
26. Depresión
27. El síndrome confusional
28. Características clínicas
29. Factores de riesgo
30. Causas más frecuentes
31. Actuación ante el/la usuario/a confuso/a
32. La demencia
33. Clasificación
34. Características clínicas
35. Plan de actuación
36. Cuidados específicos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. VALORACIÓN FUNCIONAL, SOCIAL, PSICOLÓGICA Y COGNITIVA

1. Valoración funcional
2. Concepto de función
3. Discapacidad y sus caminos
4. Evaluación de las actividades de la vida diaria
5. Valoración socio-ambiental

6. Evaluación social
7. Relaciones y actividades sociales
8. Soporte social
9. Recursos sociales
10. Evaluación ambiental
11. Valoración psicológica y cognitiva
12. Valoración cognitiva
13. Proceso de valoración
14. Instrumentos o escalas para la valoración mental
15. Valoración del estado emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 5. INTERVENCIÓN EN SALUD

1. Programa de envejecimiento saludable
2. Programa de envejecimiento saludable
3. Evaluación
4. Objetivos generales
5. Metodología
6. Contenido de los programas
7. Programa de prevención de la incapacidad
8. Programa de actividad física
9. Objetivos generales
10. Metodología
11. Contenidos
12. Fases
13. Desarrollo de las sesiones
14. Programa de terapia ocupacional
15. Evaluación
16. Objetivos generales
17. Tipos de terapia ocupacional
18. Metodología
19. Pautas generales
20. Ejemplos de actividades
21. Ejemplos de programas de intervención

UNIDAD DIDÁCTICA 6. INTERVENCIÓN EN FUNCIONES COGNITIVO-AFECTIVAS

1. Intervención en funciones cognitivas

2. Intervención en memoria
3. Evaluación
4. Objetivos generales
5. Metodología
6. Orientación a la realidad
7. Evaluación
8. Objetivos generales
9. Pautas generales de trabajo
10. Metodología
11. Información básica en orientación
12. Intervención en funciones intelectuales
13. Percepción-atención
14. Memoria
15. Lenguaje
16. Razonamiento
17. Intervención en funciones psicoafectivas
18. Depresión
19. Ansiedad

UNIDAD DIDÁCTICA 7. INTERVENCIÓN EN RELACIONES SOCIALES

1. Programa de apoyo social
2. Evaluación
3. Objetivos Generales
4. Metodología y pautas generales de trabajo
5. Voluntariado
6. Programa de entrenamiento en habilidades sociales
7. Evaluación
8. Objetivos Generales
9. Metodología
10. Programa en intervención con familias
11. Evaluación
12. Pautas generales de la intervención
13. Cuidadores de mayores dependientes
14. Autocuidado
15. La familia en la residencia

UNIDAD DIDÁCTICA 8. REHABILITACIÓN GERIÁTRICA FÍSICA, PSICOLÓGICA Y COGNITIVA

1. Fundamentos de la rehabilitación
2. Técnicas de rehabilitación corporal
3. Artritis
4. Mano reumática
5. Osteoporosis
6. Fracturas en mayores
7. Técnicas de rehabilitación de enfermedades degenerativas. Terapias físicas, psicológicas y cognitivas
8. Esclerosis múltiple (EM)
9. Alzheimer
10. Técnicas de rehabilitación para enfermedades nerviosas o relacionadas con el movimiento
11. Enfermedad de Parkinson
12. Distonías

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDADES FÍSICAS DE COORDINACIÓN Y PSICOMOTRICIDAD EN PERSONAS MAYORES

1. Concepto de psicomotricidad
2. Psicomotricidad y calidad de vida
3. Ejercicios para trabajar aspectos específicos en psicomotricidad y la valoración psicomotriz
4. Motricidad gruesa y fina
5. Valoración psicomotriz
6. Imagen corporal
7. Dibujo y escritura como medios de expresión y comunicación

UNIDAD DIDÁCTICA 10. LA JUBILACIÓN, EL OCIO Y EL TIEMPO LIBRE EN PERSONAS MAYORES

1. Jubilación
2. El proceso
3. Los determinantes
4. La preparación para la jubilación
5. La jubilación tardía
6. Ocio y tiempo libre en el anciano

7. La importancia de realizar actividades
8. Cómo se ocupa
9. Factores que influyen en la motivación hacia las actividades
10. Sexualidad

UNIDAD DIDÁCTICA 11. AMBIENTE COMO FACTOR FAVORECEDOR PARA UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

1. Distribución y decoración de espacios
2. Dificultades de movilidad, comunicación y convivencia en espacios no adaptados
3. Estrategias de reestructuración del entorno
4. Decoración de espacios
5. Uso de materiales domésticos
6. La Memoria
7. Razonamiento
8. Atención
9. Orientación espacial, temporal y personal

UNIDAD DIDÁCTICA 12. NUTRICIÓN Y SALUD

1. Patologías más frecuentes del sistema gastrointestinal
2. Introducción
3. Fisiologías más frecuentes del aparato digestivo: la digestión
4. Patologías más frecuentes del sistema gastrointestinal del anciano
5. Influencia de los hábitos alimenticios en los estados de salud
6. Introducción
7. Nutrientes
8. Alimentos
9. Dietas terapéuticas
10. Recomendaciones en energía y nutrientes. Ingesta recomendada

UNIDAD DIDÁCTICA 13. MOTIVACIÓN Y APRENDIZAJE EN PRO DE UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

1. Características específicas de la motivación y el aprendizaje de las personas mayores, discapacitadas y/o enfermas
2. Motivación
3. Aprendizaje

4. Mantenimiento y entrenamiento de las funciones cognitivas en situaciones cotidianas del domicilio
5. Memoria, atención, razonamiento, orientación espacial, temporal y personal, razonamiento
6. Memoria
7. Atención
8. Orientación espacial, temporal y personal
9. Razonamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 14. TERAPIAS ALTERNATIVAS

1. Ventajas de las terapias alternativas
2. Yoga
3. Beneficios del yoga en las personas mayores
4. Posiciones más adecuadas para los ancianos
5. Criterios de aplicación metodológica y estrategias didácticas individualizadas y en grupo de instrucción de actividades de Yoga
6. Pilates
7. Beneficios del Pilates en personas mayores
8. Pilates y patologías tratables
9. Musicoterapia
10. Música y salud a lo largo de la historia
11. Efectos neuroquímicos y terapéuticos de la musicoterapia
12. Musicoterapia y geriatría
13. Musicoterapia para personas con alzheimer y otras demencias