

Curso Envejecimiento Activo y Salud

2020
100 horas

Introducción

A través del tiempo, se percibe al envejecimiento como una etapa que contempla aspectos negativos. Sin embargo, los enfoques de envejecimiento activo y positivo han cobrado fuerza en este último tiempo, buscando crear un futuro deseable, donde nuestro país enfrente con éxito los desafíos de la nueva estructura demográfica, donde las personas sean autovalentes, y se incluyan en las existentes, y nuevas, esferas de la sociedad.

El envejecimiento demográfico es un fenómeno demográfico que afecta a la mayoría de los países del mundo, exceptuando a los países del continente africano. Según datos de la OMS entre 2015 y 2050, el porcentaje de los habitantes del planeta mayores de 60 años casi se duplicará, pasando del 12% al 22%.

Para 2020, el número de personas de 60 años o más será superior al de niños menores de cinco años. En 2050, el 80% de las personas mayores vivirá en países de ingresos bajos y medianos. La pauta de envejecimiento de la población es mucho más rápida que en el pasado.

El envejecimiento poblacional representa un reto importante para aquellos países que lo portan, los cuales deben garantizar que sus sistemas sanitarios y sociales estén preparados para afrontar ese cambio demográfico. Se estima que Cuba será el país de Latinoamérica más envejecido en el 2020 y Chile ocupará la 3era posición.

Estos datos expresados con anterioridad nos dan la medida de la importancia de este curso. Esta formación proporciona los elementos teóricos y prácticos para reconocer y comprender el proceso de envejecimiento como una etapa normal del ciclo de vida humano, y generar estrategias para ello, en relación a la promoción de la calidad de vida.

Asimismo, facilita las herramientas para conseguir un desarrollo efectivo y eficaz de los programas de animación de mayores, con el objetivo de garantizar su bienestar y mejorar su calidad de vida.

Objetivo General

Comprender las estrategias del proceso de envejecimiento desde una perspectiva integral, señalándolo como una etapa activa y normal del ciclo de vida humano, asegurando su atención entorno a la anticipación del daño, autocuidado y autovalencia.

Destinatarios

Dirigido a todos aquellos profesionales sanitarios interesados en ampliar conocimientos en temas relativos al envejecimiento saludable, o que, por su trabajo, tengan relación con la tercera edad.

Descripción de los Módulos

Webinar MÓDULO 1: Generalidades del envejecimiento

Objetivos Específicos:

Identificar los fundamentos teóricos del envejecimiento, tales como la epidemiología, cambios fisiológicos, y así afrontar las problemáticas asociadas a la sexualidad, ocio, jubilación y maltrato al adulto mayor.

Contenidos:

- Epidemiología del envejecimiento en el mundo y en Chile, e impacto social.
- Concepto de envejecimiento.
- Tipos de envejecimiento. Ambiente como factor favorecedor para un envejecimiento saludable.
- Cambios fisiológicos durante el envejecimiento.
- Sexualidad en el adulto mayor: Principales trastornos y su abordaje especializado.
- La jubilación, el ocio y el tiempo libre en personas mayores.
- Maltrato al adulto mayor y leyes de protección al adulto mayor en Chile.
- Calidad de vida.

Duración: 30 hrs

Webinar MÓDULO 2: Prevención, valoración e intervenciones en adulto mayor sano

Objetivos Específicos:

Conocer los procesos de valoración integral en el adulto mayor y sus intervenciones en salud, con el objetivo de otorgar una atención de calidad en relación a la Estrategia Nacional de Salud en Chile.

Contenidos:

- Principales síndromes geriátricos: cuadro clínico, etiología, tratamiento.

Curso Envejecimiento Activo y Salud

- Prevención en la tercera edad: prevención primaria (actividades físicas en personas mayores. nutrición y salud, aplicación de la actividad física a la tercera edad y su importancia, motivación y aprendizaje en pro de un envejecimiento saludable), secundaria y terciaria.
- Programa de atención en salud para la tercera edad, Estrategia Nacional de Salud en Chile 2011-2020.
- Proceso de valoración integral en el anciano: Funcional (AVD y AVDI), social, psicológica y cognitiva, sensorial (visión, audición).
- Intervenciones en salud para adultos mayores: Intervención en funciones cognitivo-afectivas.
- Intervención en relaciones sociales.
- Aplicación de la actividad física a la tercera edad y rehabilitación geriátrica física (con énfasis en coordinación y psicomotricidad) psicológica y cognitiva.
- Terapias alternativas.

Duración: 30 hrs

Webinar MÓDULO 3: Atención al adulto mayor con dependencia

Objetivos Específicos:

Conocer las ayudas técnicas, herramientas y medios de atención al adulto mayor con dependencia.

Contenidos:

- Las ayudas técnicas para la mejora de la autonomía y la reducción de la dependencia.
- Colaboración en la movilización, traslado y de ambulación de los usuarios.
- Prestaciones y servicios sociales, sanitarios y de seguridad social para el adulto mayor.
- Reconocimiento de las necesidades especiales de las personas dependientes de primeros auxilios en situaciones de urgencia en instituciones.
- Cumplimiento de las normas de limpieza de materiales e instrumentos sanitarios.

Duración: 30 hrs

MÓDULO FINAL

Objetivos Específicos:

Analizar las características del envejecimiento activo en relación al contexto actual del país, y otros factores determinantes para ello.

Contenidos:

- Test Global
- Proyecto de Integración Teórico-Práctico

Duración: 10 hrs

Metodología

Este curso está estructurado en tres 3 módulos de 30 horas cada uno y un módulo final de evaluación de cuatro 10 horas, para un total de 100 hr académicas. Todos obligatorios.

Cada módulo estará conformado por:

1. Seminario Web de 2 horas de duración allí se realizará una sesión de charlas en vivo, donde el docente podrá aclarar dudas y generar discusión en base al tema del seminario y a las preguntas de los asistentes.
2. Plataforma virtual Posterior al webinar, los alumnos tendrán acceso a la grabación de la clase y material complementario como videos y lecturas A través de esta plataforma los alumnos deberán participar del foro debate y realizar la evaluación teórica del curso.