

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE
CHIHUAHUA**



**UNIDAD ACADÉMICA:
FACULTAD DE CIENCIAS DE
LA CULTURA FÍSICA**



**PROGRAMA ANALÍTICO DE LA
UNIDAD DE APRENDIZAJE:**

**Etiología e Involuciones del
envejecimiento**

**Dra. Susana Ivonne Aguirre
Vásquez
Dra. Martha Ornelas Contreras**

DES:	Salud
Programa académico	LMH
Tipo de materia:	Obligatoria
Clave de la materia:	LMH306
Semestre:	Tercero
Área en plan de estudios:	Específica
Total de horas por semana:	4
<i>Teoría: Presencial o Virtual</i>	4
<i>Laboratorio o Taller:</i>	0
<i>Prácticas:</i>	0
<i>Trabajo extra-clase:</i>	1
Créditos Totales:	5
Total de horas semestre:	64
Fecha de actualización:	17/01/2025
<i>Prerrequisito (s):</i>	Ninguno

DESCRIPCIÓN:

Durante el curso, el estudiante analizará el proceso de envejecimiento y sus implicaciones en los ámbitos físico, funcional, psicológico y social de las personas de la tercera edad. Además, desarrollará competencias que promuevan una actitud ética, humanitaria, positiva y solidaria, fomentando el trabajo multidisciplinario con pertinencia social.

El programa también estará orientado a la promoción y difusión del envejecimiento saludable, mediante el diseño e implementación de programas de actividad física y recreación. Estas acciones buscarán contribuir de manera significativa a mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

COMPETENCIAS PARA DESARROLLAR:

B1. Excelencia y Desarrollo Humano

La excelencia educativa promueve el desarrollo humano integral con resultados tangibles obtenidos en la formación de profesionales con conciencia ética y solidaria, pensamiento crítico y creativo, así como una capacidad innovadora, productiva y emprendedora.

Se puntualiza en los aprendizajes, como referente para construir nuevas propuestas y soluciones en el marco de la innovación y pertinencia social, con matices éticos y de valores, que desde su particularidad cultural le permitan respetar la diversidad, promover la inclusión, valorar la interculturalidad.

B2. Interculturalidades, pluralismo y género

Evalúa los factores o intersecciones de discriminación o exclusión que se ejercen en nuestros contextos sociales y comunitarios que impiden el ejercicio libre y autónomo de los derechos humanos de las personas, determinadas por su género, etnia, clase, cultura, edad, comunidad, preferencia sexo-genérica, color de piel, lengua, discapacidad motora, neurodivergencias, etc. Coadyuva, de manera propositiva, por la conformación de sociedades y/o comunidades plurales e interculturales con base en los criterios de justicia social, vida digna e intercambio respetuoso de saberes y cosmovisiones.

P6. Atención integral a la salud con sentido humano

Construye una cultura de atención integral a la salud con sentido humano desde la prevención de la enfermedad y la promoción de estilos de vida saludable, mediante el análisis de problemas y su prevalencia, a través de la colaboración inter y transprofesional para establecer programas de salud con calidad y equidad, que impacten en la calidad de vida desde el enfoque del desarrollo sostenible.

P9. Prestación de Servicios de Salud

Participa en la prestación de servicios de salud integral accesibles, asequibles y de calidad a la sociedad mediante la aplicación de métodos, técnicas y uso de herramientas tecnológicas orientadas a la operatividad de modelos de atención en todas las comunidades, interactuando de forma ética con grupos inter y transprofesionales.

E1. Actividad Física para la Salud

En coordinación con otros profesionales del área de la salud, mantiene o mejora la calidad de vida de grupos en riesgo, al diseñar, adecuar y/o implementar los programas de actividad física, para ellos; con sentido ético y responsabilidad social.

E2. Recreación

Promueve la recreación, como un medio de salud, para la atención a individuos y grupos en riesgo a través del diagnóstico planeación, aplicación y evaluación de programas recreativos, con actitud ética colaboradora e inclusiva.

DOMINIOS	OBJETOS DE ESTUDIO	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	METODOLOGÍA	EVIDENCIAS
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la	Objeto de estudio 1 Teorías sobre el desarrollo y causas del envejecimiento: 1.1 Biología del envejecimiento, geriatría, gerontología	Identifica las principales teorías y causas del envejecimiento a nivel biopsicosocial. Describe	Exposiciones del profesor Búsqueda y análisis de información	Exámenes escritos Mapa conceptual Resumen

argumentación. B1.2. Propone la solución de problemas con una base interdisciplinar (científica, humanística y tecnológica). P6.4. Promueve y adopta conductas de estilos de vida saludable, para la preservación de la salud, de acuerdo a la diversidad cultural, la equidad y la inclusión con enfoque sostenible.	y rehabilitación geriátrica. 1.2 Teorías del envejecimiento. 1.3 Síndromes geriátricos. 1.4 Impacto sobre las características demográficas mundial, nacional y local, y análisis de la de la promoción de la salud.	los indicadores sobre la evolución demográfica, la salud y las características económicas y sociales de los adultos mayores.	Discusión y debates Tareas individuales	
B1.2. Propone la solución de problemas con una base interdisciplinar (científica, humanística y tecnológica). P7.1. Relaciona la composición, función y estructura de biomoléculas, vías metabólicas, células, tejidos, aparatos y sistemas con diversas alteraciones que modifican el estado de	Objeto de estudio 2: Proceso de envejecimiento: estructura biopsicosocial y envejecimiento saludable. 2.1 Atención a las personas de la tercera edad: perfil y competencias de los cuidadores. 2.2 Vejez y salud mental. 2.3 Afectividad y socialización en la tercera edad (apoyo social en la vejez, la familia, los amigos, la comunidad y la jubilación).	Analiza El proceso de envejecimiento en la estructura biopsicosocial, para proponer estrategias que conduzcan a un envejecimiento exitoso. .	Exposición por estudiante Búsqueda y análisis de información Tareas individuales	Exposición Ensayo Exámenes escritos

salud, manifestándose en las principales enfermedades que prevalecen en la po P6.4. Promueve y adopta conductas de estilos de vida saludable, para la preservación de la salud, de acuerdo a la diversidad cultural, la equidad y la inclusión con enfoque sostenible.	2.4 Promoción del buen trato y aspectos sociales.			
B1.2. Propone la solución de problemas con una base interdisciplinar (científica, humanística y tecnológica). P9.4. Aplica modelos de atención a la salud de acuerdo a la necesidad de la población para su bienestar, considerando la importancia de su rol. E1.3. Promueve estilos de vida saludable para grupos en riesgo planeando, dirigiendo y evaluando	Objeto de estudio 3 Promoción del envejecimiento activo y saludable en la comunidad. 3.1 Involuciones en el adulto mayor y otras disfunciones de origen neurológico, conceptos básicos. 3.2 Trastornos de la marcha y caídas, prevención de accidentes en el entorno. 3.3 La actividad física como medio para un envejecimiento saludable 3.4 Informe a la comunidad con la finalidad de difundir los temas revisados mediante diversos medios de difusión	Desarrolla las destrezas prácticas y los conceptos teóricos fundamentales para diseñar programas de actividades física recreativa para adultos mayores, con la finalidad de promover el envejecimiento activo y saludable en su comunidad.	Tareas individuales Aprendiaje orientado en proyectos Estudio de casos Visita a asilo*	Proyecto de informe a la comunidad en diversos medios de difusión (video, redes sociales, periódico, revista, poster, lona, plática en alguna institución privada o pública, etc.) Diseño de sesión

acciones de actividad física; en coordinación con otros profesionales; fomentando siempre una actitud humanitaria y positiva hacia estos grupos y sus familiares E2.3. Aplica: el juego, las actividades lúdicas, el pre-deporte y la danza, como medios terapéuticos o recreativos. E2.4. Planea, aplica y evalúa programas recreativos individuales o colectivos.	3.5 Trabajo de Campo: visita a asilo con la finalidad de promover el envejecimiento activo y saludable en su comunidad.			
--	--	--	--	--

FUENTES DE INFORMACIÓN	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES
Beers, M. (2001) Manual de Merck. Recuperado de: https://www.merckmanuals.com/esus/professional/geriatr%C3%ADa Chalapud-Narváez, L. M., & Escobar-Almario, A. (2017). Actividad física para mejorar fuerza y equilibrio en el adulto mayor. Universidad y Salud, 19(1), 94-101. Chapinal, A. (1999) Involuciones en el anciano y otras disfunciones de origen neurológico. Ed. Masson. d'Hyver, C., Gutiérrez, L.M. & Zuñiga, C. (2019). Geriatria. Editorial El Manual Moderno Gil, P., Lopez, J. A., & Gómez, M. d. P. (2013). Manual de Buena Práctica en Cuidados a las Personas Mayores Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (Ed.) Martín Aranda, R. (2018). Actividad física y calidad de vida en el adulto mayor. Una revisión narrativa. Revista Habanera de Ciencias Médicas, 17(5), 813-825.	Se asignarán fechas para la conducción de la clase y para la entrega del trabajo final, por lo que NO se aceptarán trabajos en fechas extemporáneas. PONDERACIÓN DE LA CALIFICACIÓN PARCIAL: PRIMER PARCIAL: Examen electrónico.....50% Tareas y actividades.....25% Participación en clase.....25%

Marín, J. M. (2003). Envejecimiento. Salud Pública Educ Salud, 3(1), 28-33 Ocampo, J. M. y Londoño, I. (2007). Ciclo vital individual: Vejez. Revista de la Asociación Colombiana de Gerontología y Geriatria, 21(3), 1072-1084 Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud Observatory on Health and Aging for the Americas. Década del envejecimiento saludable 2020-2030. Recuperado el 18 de enero de 2022 de: https://www.paho.org/en/observatory-health-and-aging-americas Roca Moyano, R. E. (2016). Actividad física y salud en el adulto mayor de seis países latinoamericanos. Revista Ciencias de la Actividad Física UCM, 17(1). Sociedad Española de Geriatria y Gerontología. (2006). Tratado de geriatría para residentes. Sociedad Española de Geriatria y Gerontología. (2012). Guía de ejercicio físico para mayores.	SEGUNDO PARCIAL: Examen electrónico40% *Conducción de la clase por el alumno.....30% Tareas y actividades15% Participación en clase15% TERCER PARCIAL: **Trabajo final integrador: Fase 1: Desarrollo del informe a la comunidad.....10% Fase 2: Publicación del informe a la comunidad).....40% Fase 3: Asistencia, y reporte de la visita a asilo.....10% Diseño y ejecución de sesión de actividad física recreativa.....30% Presentación de evidencias del trabajo final integrador.....10%
LECTURAS COMPLEMENTARIAS: Aguirre, S.I.; Ornelas, M.; Blanco, H.; Jurado-García, P.J.; Benavides, E.V.; Rodríguez-Villalobos, J.M.; Jiménez-Lira, C.; Blanco, J.R. Quality of Life in Mexican Older Adults: Factor Structure of the SF-36 Questionnaire. Healthcare 2022, 10, 200. https://doi.org/10.3390/healthcare10020200 Duque F., L.M., Ornelas C., M. y Benavides P., E.V. (2020). Actividad física y su relación con el envejecimiento y la capacidad funcional: una revisión. Psicología y Salud, 30(1), 45-57	PONDERACIÓN DE LA CALIFICACIÓN FINAL: PRIMER PARCIAL.....30% SEGUNDOPARCIAL.....30% TERCER PARCIAL 40% TOTAL100% <i>*Esta ponderación puede variar de acuerdo a la fecha asignada para la conducción de la clase, por lo que caso de no programarse en el parcial que se pretende evaluar el porcentaje se distribuirá en examen y participación de clase.</i> <i>**Durante el semestre se irán solicitando avances (Fase 1, Fase 2 y Fase 3) y la sumatoria de las calificaciones de dichos avances, así como la coevaluación del trabajo colaborativo serán parte de la ponderación del tercer parcial.</i>

CRONOGRAMA

Objetos de estudio	Semanas
--------------------	---------

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Objeto de estudio 1: Teorías sobre el desarrollo y causas del envejecimiento.	X	X	X	X	X	X										
Objeto de estudio 2: Proceso de envejecimiento: estructura biopsicosocial y envejecimiento exitoso.							X	X	X	X	X	X				
Objeto de estudio 3: Promoción del envejecimiento activo y saludable en la comunidad.													X	X	X	X