



## DATOS IDENTIFICATIVOS

### Calidad de Vida para las Personas Mayores

Asignatura	Calidad de Vida para las Personas Mayores			
Código	O05M007V01106			
Titulación	Máster Universitario en Intervención Multidisciplinar en la Diversidad en Contextos Educativos			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	4.5	OP	1	1c
Lengua	Castellano			
Impartición	Gallego			
Departamento	Análisis e intervención psicosocioeducativa Didácticas especiales			
Coordinador/a	García Nuñez, Francisco Javier			
Profesorado	Dapia Conde, María Dolores García Nuñez, Francisco Javier Vázquez Vázquez, Miguel Ángel			
Correo-e	fjavier@uvigo.es			
Web				
Descripción general	En esta materia, a través de tres percepciones diferentes, ocio, actividad física y realidad sociosanitaria se persigue dar una formación xenérica, mellorar la acción profesional con este sector, así como abrir novos horizontes de intervención.			

## Competencias de titulación

Código	
A1	(*)Comprender os principios básicos dos grandes ámbitos da diversidade dende unha perspectiva multidisciplinar
A2	(*)Adquirir habilidades básicas de deseño, aplicación e avaliación de propostas de intervención dirixidas a traballar coa diversidade, valorando especialmente as colaboracións innovadoras
A3	(*)Adquirir instrumentos conceptuais e metodolóxicos que faciliten a análise e reflexión sobre as prácticas profesionais relacionadas co tratamento da diversidade, en especial de aquelas que posúen un alto grao de innovación
A5	(*)Elaborar materiais específicos para traballar coa diversidade, valorando, na medida das posibilidades, a súa aplicación na práctica
A9	(*)Identificar os servizos de apoio escolares e socio-comunitarios que poden ser de utilidade no ámbito da diversidade
A11	(*)Comprender, analizar e valorar as dimensións éticas e políticas implícitas nos procesos educativos formais e non formais en contextos de diversidade
A12	(*)Relacionar os contidos do mestrado coa experiencia persoal e con situacións educativas reais

## Competencias de materia

Resultados previstos en la materia	Tipología	Resultados de Formación y Aprendizaje
Conocer y tomar conciencia de la importancia que tiene la educación del ocio en la calidad de vida de las personas mayores. Valorar las posibilidades de la educación no formal en la atención las personas mayores. Comprender, analizar y valorar la importancia de la Actividad física hacia salud de las personas mayores.	saber saber hacer Saber estar /ser	A1

Analizar los tipos de actividad física para mayores existentes y estudiar las relaciones con el suyo aprendizaje. Manejar los recursos técnicos en el campo gerontológico para implementar los Programas precisos en cada contexto. Aplicación del conocimiento de la importancia de la actividad física en la práctica de trabajo cotidiana.	saber saber hacer Saber estar /ser	A2
Valorar el envejecimiento activo como el paradigma en el que situar las iniciativas de educación del ocio dirigidas a las personas mayores. Profundizar en los aspectos teóricos del ejercicio y su influencia en el proceso de envejecimiento. Iniciar al alumnado en las metodologías de investigación existentes para las problemáticas de los ancianos en relación con el ejercicio físico. Iniciarse en la investigación de las relaciones entre ocio y calidad de vida de las personas mayores.	saber saber hacer Saber estar /ser	A3
Aprender las técnicas de desarrollo de actividades de intervención en el envejecimiento normal y en la presencia de patologías geriátricas.	saber saber hacer	A5
Identificar y valorar los recursos de ocio para las personas mayores (atendiendo a los distintos contextos). Disponer de datos, informes y recursos que definen las necesidades y demandas de las Personas Mayores.	saber saber hacer	A9
Aprender la realidad sociosanitaria de desarrollo de la vida de las personas mayores.	saber	A11
Conocer las posibilidades e implicaciones que ofrece el concepto de educación al largo de la vida en la atención de las personas mayores.	saber saber hacer	A12

## Contenidos

Tema	
El ejercicio físico y al proceso de envejecer.	Conceptos y metodologías de aplicación.
Los programas de actividad física para mayores.	Concepto, tipos de programas y metodologías.
Mitos y estereotipos sociodemográficos en la vejez.	Análisis general de la problemática.
Envejecimiento normal y patológico.	Conceptos, clasificaciones y análisis.
Necesidades y demandas en la vejez satisfactoria.	Estudio de las necesidades y demandas.
Ámbitos de la intervención sociosanitaria geriátrica.	Conceptos y metodologías de aplicación.
Técnicas y herramientas para la evaluación gerontológica.	Conceptos y metodologías de aplicación.
Programas de intervención especializada.	Concepto, tipos de programas y metodologías.
Intervención en las demencias.	Aplicación de metodologías.
Intervención y atención los síndromes geriátricos.	Conceptos y metodologías de aplicación.
Educación al largo de la vida: Posibilidades de la educación no formal en la atención a las personas mayores.	Conceptos, estudio de posibilidades, tipos de programas y metodologías.
Ocio y calidad de vida.	Conceptos y análisis general de la problemática.
Envejecimiento activo.	Concepto e implicaciones.

## Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Sesión magistral	10	10	20
Trabajos de aula	14	9.5	23.5
Salidas de estudio/prácticas de campo	5	25	30
Trabajos tutelados	0	34	34
Otros	0	1	1
Tutoría en grupo	4	0	4

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

## Metodologías

	Descripción
Sesión magistral	Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directrices de un trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar por el estudiante.
Trabajos de aula	El estudiante desarrolla ejercicios o proyectos en el aula bajo las directrices y supervisión del profesor. Puede estar vinculado su desarrollo con actividades autónomas del estudiante.
Salidas de estudio/prácticas de campo	El estudiante desarrolla las actividades en un contexto relacionado con el ejercicio de una profesión, durante un período determinado y realizando las funciones asignadas y previstas en la propuesta de prácticas.

Trabajos tutelados	El estudiante, de manera individual o en grupo, elabora un documento sobre la temática de la materia o prepara seminarios, investigaciones, memorias, ensayos, resúmenes de lecturas, conferencias, etc. Generalmente se trata de una actividad autónoma de/de los estudiante/s que incluye la búsqueda y recogida de información, lectura y manejo de bibliografía, redacción...
Otros	Participación en actividades reguladas del módulo
Tutoría en grupo	Entrevistas que el alumno mantiene con el profesorado de la materia para asesoramiento/desarrollo de actividades de la materia y del proceso de aprendizaje.

### Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Trabajos tutelados	La atención al alumnado se hará a través de la plataforma Tema, por correo electrónico, telefónicamente y en la propia aula de 20 a la 21 h. los jueves y viernes. El alumnado podrá también consultar cualquier tipo de duda en los horarios de tutoría que los profesores tienen en sus despachos.
Trabajos de aula	La atención al alumnado se hará a través de la plataforma Tema, por correo electrónico, telefónicamente y en la propia aula de 20 a la 21 h. los jueves y viernes. El alumnado podrá también consultar cualquier tipo de duda en los horarios de tutoría que los profesores tienen en sus despachos.
Tutoría en grupo	La atención al alumnado se hará a través de la plataforma Tema, por correo electrónico, telefónicamente y en la propia aula de 20 a la 21 h. los jueves y viernes. El alumnado podrá también consultar cualquier tipo de duda en los horarios de tutoría que los profesores tienen en sus despachos.
Salidas de estudio/prácticas de campo	La atención al alumnado se hará a través de la plataforma Tema, por correo electrónico, telefónicamente y en la propia aula de 20 a la 21 h. los jueves y viernes. El alumnado podrá también consultar cualquier tipo de duda en los horarios de tutoría que los profesores tienen en sus despachos.

### Evaluación

	Descripción	Calificación
Trabajos de aula	Valoración das actividades realizadas na aula.	50
Salidas de estudio/prácticas de campo	Valoracion de las actividades realizadas	15
Trabajos tutelados	El estudiante presenta el resultado obtenido en la elaboración de un documento sobre la temática de la materia, en la preparación de seminarios, investigaciones, memorias, ensayos, resúmenes de lecturas, conferencias, etc. Se puede llevar a cabo de manera individual o en grupo, de forma oral o escrita	25
Otros	Trabajo módulo	10

### Otros comentarios sobre la Evaluación

Las actividades no superadas en la 1ª convocatoria, podrán ser recuperadas en la convocatoria de julio.

El alumnado que por motivo justificado no pueda asistir a todas las sesiones presenciales contará con actividades alternativas.

### Fuentes de información

Camiña, F.; Cancela, J. M. & Romo, V. (2000a). Actividad física y satisfacción de vida en ancianos programa de intervención en el medio acuático. *Geriátrika*, 16(6), 198-201.

Chodzko-Zajko, W. J. (1998b). Physiology of aging and exercise. En R.T. Cotton (ed.): *Exercise for older adults. ACE's guide for fitness professionals*, (pp.1-23). Champaign, IL. Human Kinetic.

la & Montiel, P., (ed): 1º Congreso Internacional de actividad física y deportiva para personas mayores, (pp.227-262). Málaga. Servicios de Juventud y Deporte de la Diputación de Málaga.

Hernández, A. (2001). Un cuestionario para evaluar la calidad en programas de actividad física. *Revista de Psicología del Deporte*, 10 (2), 179-196.

la Tercera Edad. Madrid. IMSERSO.

Marcos Becerro, J.F. & Miquel, J. (2002) Mitocondrias, envejecimiento, músculo y ejercicio. *Archivos de Medicina del Deporte*, 19, 231-245.

Marcos Becerro, J.F. (2002). Hechos científicos que demuestran la acción favorable del ejercicio sobre el envejecimiento y las enfermedades que le acompañan. En Merino, A. Cruz, J de Martínez del Castillo, J. (2002). Planificación de servicios de actividad física para las personas mayores. En Merino, A. Cruz, J. de Meléndez, A. (2000b). Actividades físicas para mayores. Madrid. Gymnos.

Shephard, R.J. (1997b). Aging, physical activity, and health. Champaign, IL. Human Kinetics.

Recursos bibliográficos básicos relacionados co Ocio

la Sidra. Informes Portal Mayores, nº 43

Caltabiano, M.L. (1995): "Main and stress-moderating health benefits of leisure". Society and Leisure, 18, pp. 33-52.

Csikszentmihalyi, M. (1998): Aprender a fluir. Barcelona: Kairós.

Dupuis, S.L. y Smale, B.J. (1995): "An examination of relationship between psychological well-being and depression and leisure activity participation among older adults". Loisir et Societé, (18), 1, 67-92.

Fernández-Ballesteros, R. (1992): Dimensiones en la evolución de la calidad de vida. Madrid: Universidad Autónoma.

Hutchinson, S.L.; Loy, D.P.; Keleiber, D.A. y Dattilo, J. (2003): "Leisure as a doping resource: variations in doping with traumatic injury an illness". Leisure Sciences, 25, pp. 143-161.

Katz, S. (2000): "Busy bodies: activity, aging, and the maagement of everyday life". Journal of Aging Studies, (14), 2, pp. 135-153.

Martínez Rodríguez, S. (2005): "La educación para el ocio en las personas mayores". Letras de Deusto, (35) 107, pp. 67-94.

Moreno, J. (2004): "Mayores y calidad de vida". Portularia, pp. 187-198.

OMS (2002): "Envejecimiento Activo: Un Marco Político" Documento OMS

Sáez Narro, N. y Meléndez Moral, J.C. (2002): "Actividades de ocio sedentario de carácter mayoritario". Geriátrika, 18 (8), 264-269.

World Leisure and Recreation Association (WLRA) (1994): "Internacional Charter for Leisure Education". European Leisure and Recreation Association, Summer, pp. 13-16.

Arquiaga Thireau, R. Protocolos: hasta dónde especificar las Recomendaciones. F.M.C. Vol. 2 Nº 3.Marzo 1995 (147-151)

Fernández Ballesteros, R. (Dir.) Gerontología social. Ediciones Pirámide. Madrid. 2002

Martínez Gómez, J.M. y cols. Gestión Asistencial de Residencias para Mayores. Manual Práctico Grupo EULEN S.A. Barcelona 2002

Varios Autores. Residencias para Personas mayores. Manual de orientación. SEGG. Editorial Panamericana. Madrid. 1997

Bibliografía complementaria sobre webs

<http://www.edad-vida.org>

<http://www.sgxx.org>

---

## Recomendaciones

---

### Otros comentarios

1. Asistir a clase, resultará muy beneficioso para comprenderlaa materia. En la primera sesiónl os profesores darán una visión de conjunto y anticiparán las tareas y actividades que serán desarrolladas.
  2. Si optas por la opción semipresencial, será especialmente importante acudir a las tutorías, así como la visita frecuentea la plataforma docente TEMA. En ella encontrarás todas las actividades que deberás realizar para tu formación y para la superación de esta materia.
  3. A túa condición de alumno/a da Universidade de Vigo, abre a as portas a moitos recursos, ofertas e servizos. No SIOPE atoparás toda a información sobre as posibilidades formativas, culturales e deportivas que podes encontrar na nosa Universidade.
-