

## 61876 - Envejecimiento, salud y calidad de vida

### Información del Plan Docente

<b>Año académico</b>	2018/19
<b>Asignatura</b>	61876 - Envejecimiento, salud y calidad de vida
<b>Centro académico</b>	301 - Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
<b>Titulación</b>	557 - Máster Universitario en Psicología General Sanitaria
<b>Créditos</b>	3.0
<b>Curso</b>	1
<b>Periodo de impartición</b>	Semestral
<b>Clase de asignatura</b>	Optativa
<b>Módulo</b>	---

### 1. Información Básica

#### 1.1. Objetivos de la asignatura

La asignatura y sus resultados previstos responden a los siguientes planteamientos y objetivos:

El objetivo principal de esta asignatura "*Envejecimiento, salud y calidad de vida*" es que el alumnado obtenga la formación necesaria que desarrollará en su profesión en el ámbito de la Psicología General Sanitaria, en particular, en aquellos entornos profesionales desde los que se debe dar respuesta a las necesidades de intervención psicológica que plantean las personas mayores.

Con los contenidos de esta asignatura se pretende, de acuerdo con el plan de estudio general del Máster, que el alumnado desarrolle un enfoque amplio respecto al concepto de envejecimiento en consonancia con las propuestas de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y asuma el valor de la aproximación científica frente a los mitos y estereotipos existentes en la sociedad con relación a la vejez y el envejecimiento. Y, por otro lado, que conozcan las principales áreas de evaluación e intervención psicosocial en el envejecimiento, de modo que sean capaces, mediante la aplicación de las principales técnicas e instrumentos de evaluación psicológicas, de detectar necesidades de intervención y diseñar y aplicar los correspondientes programas de prevención e intervención.

#### 1.2. Contexto y sentido de la asignatura en la titulación

La asignatura "*Envejecimiento, salud y calidad de vida*" trata de proporcionar a los alumnos las bases teóricas, conceptuales e instrumentales para el desarrollo de aquellas destrezas, conocimientos y actitudes que le permitan alcanzar las competencias profesionales necesarias para:

1. Conocer, seleccionar y aplicar instrumentos de evaluación psicológica en el ámbito del envejecimiento.
2. Diseñar, desarrollar y evaluar programas de intervención y optimización a nivel individual y comunitario para la tercera edad.
3. Conocer y gestionar recursos materiales y personales de atención a las personas mayores.
4. Conocer y aplicar las principales técnicas de intervención psicológicas aplicables a los trastornos (afectivos y cognitivos) asociados a la vejez.
5. Diseñar programas de intervención individual y grupal para estilos positivos de vida que promuevan un envejecimiento óptimo. Competencias que facilitan el desarrollo de tareas de evaluación/intervención acorde con las características singulares de las persona mayores.

### 1.3.Recomendaciones para cursar la asignatura

Para matricularse en esta asignatura no se plantea ningún requisito previo. Tendrá más facilidad para cursarla el alumnado que tenga conocimientos previos sobre alguna de las asignaturas del Grado relacionadas con la Psicología Clínica y de la Salud, así como las asignaturas relacionadas con Psicología Social y Psicología Evolutiva. Por otra parte, serán útiles los conocimientos en inglés (comprensión escrita), ofimática, manejo de internet, funcionamiento de los recursos bibliográficos de la universidad y de las bases de datos científicas especializadas en psicología.

## 2.Competencias y resultados de aprendizaje

### 2.1.Competencias

Al superar la asignatura, el estudiante será más competente para:

- CB7 - 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 la psicología de la vejez y el envejecimiento.
- CB8 - 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 relacionados con la vejez y las personas mayores.
- CB9 - 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 - Poseer las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.
- CT3 - Mostrar interés por el aprendizaje continuado, la actualización de conocimientos y la formación profesional continuada..
- CE1 - Desarrollar en práctica un concepto de salud integral relacionado con la psicología de la vejez, en donde tengan cabida los componentes biopsicosociales de la misma, de acuerdo con las directrices establecidas por la OMS en consonancia con el envejecimiento.
- CE15 - Conocer en profundidad los factores biológicos y psicosociales asociados al envejecimiento, especialmente los relacionados con la promoción y prevención de la salud en personas mayores.
- CE16 - Conocer en profundidad los distintos modelos de evaluación e intervención en el campo de la Psicología General Sanitaria relacionados con el envejecimiento, así como las técnicas y procedimientos que de ellos se derivan para el abordaje de la vejez y los factores psicológicos asociados con los problemas de salud en las personas mayores.

### 2.2.Resultados de aprendizaje

El estudiante, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados:

#### Básicos:

- RAB1: El estudiante aplica los conocimientos adquiridos y es capaz de resolver problemas en entornos multidisciplinares relacionados con la psicología sanitaria.
- RAB2: El estudiante conoce las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de los conocimientos y juicios en el ámbito de la psicología general sanitaria.
- RAB3: El estudiante sabe comunicar sus conclusiones a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.
- RAB4: El estudiante posee habilidades de aprendizaje que le permiten continuar estudiando de un modo autónomo y es original en el desarrollo y/o aplicación de ideas en contextos sanitarios y de investigación.

#### Específicos:

- RAE1. El estudiante adquiere, desarrolla y pone en práctica un concepto de salud integral de acuerdo con las directrices establecidas por la OMS respecto al envejecimiento.
- RAE12. El estudiante conoce en profundidad la naturaleza psicológica del comportamiento humano durante la

## 61876 - Envejecimiento, salud y calidad de vida

vejez, así como los factores sociales y biológicos que pueden afectarlo.

- RAE13. El estudiante conoce en profundidad la naturaleza psicológica de los trastornos del comportamiento humano asociados a la etapa de la vejez.
- RAE14. El estudiante conoce en profundidad los factores psicosociales asociados a los problemas de salud y enfermedad relacionados con la etapa de la vejez.
- RAE15. El estudiante conoce en profundidad los factores biológicos y psicosociales asociados a los problemas de salud y enfermedad, especialmente los relacionados con el envejecimiento.
- RAE16. El estudiante conoce en profundidad los distintos modelos de evaluación e intervención en el campo de la Psicología General Sanitaria, así como las técnicas y procedimientos que de ellos se derivan para el abordaje de las personas mayores.
- RAE18. El estudiante es capaz de diseñar, desarrollar y en su caso supervisar y evaluar planes y programas de intervención psicológica, en función de la evaluación psicológica y de las variables individuales y sociales concurrentes en cada caso.
- RAE21. El estudiante es capaz de realizar actividades de promoción y de educación para la salud psicológica individual y comunitaria en personas mayores.

### Transversales:

- RAT1. El estudiante conoce los diferentes modelos de evaluación e intervención en el ámbito de la Psicología Clínica y de la Salud relacionados con el envejecimiento.
- RAT2. El estudiante conoce en profundidad la naturaleza y los marcos teórico-explicativos de la psicología de la vejez y el envejecimiento
- RAT3. El estudiante sabe valorar e integrar la implicación de los diferentes aspectos psicológicos en el desarrollo de la psicología de la vejez y el envejecimiento y de los problemas de la salud.
- RAT4. El estudiante es capaz de aplicar las principales teorías en relación con los componentes psicológicos de los trastornos psicológicos y de la salud en relación con el envejecimiento.
- RAT5. El estudiante es capaz de conseguir un adecuado nivel de comprensión de la demanda del destinatario en cada situación o contexto de aplicación.
- RAT6. El estudiante es capaz de mostrar un sentido crítico razonable y curiosidad intelectual sobre los factores que influyen o causan los trastornos psicológicos y de la salud del envejecimiento.
- RAT8. El estudiante es capaz de reconocer y aceptar la ambigüedad y la complejidad de los problemas psicológicos de la vejez, así como la naturaleza tentativa de sus explicaciones y el contexto social donde se producen.

### 2.3.Importancia de los resultados de aprendizaje

Los distintos resultados de aprendizaje alcanzados por el alumnado les servirán para adquirir conocimientos respecto a los cambios psicológicos más relevantes que se producen durante el proceso de envejecimiento (en relación con los biológicos y sociales) y ser capaces de analizarlos desde las distintas perspectivas teóricas propuestas para explicar dicho proceso. Y, de forma más específica:

1. Conocer en profundidad los factores biológicos y psicosociales asociados a las alteraciones más importantes que se producen en el funcionamiento cognitivo, afectivo y social y por tanto conocer las diferencias entre envejecimiento normal y patológico e identificar la principal sintomatología de las patologías mentales más comunes en la senectud.
2. Saber relacionar los conocimientos de otras materias (psicología evolutiva, procesos cognitivos, evaluación, intervención, psicopatología, psicósomática, etc.) para una comprensión más completa e intervenciones más eficaces.
3. Adquirir un concepto de envejecimiento y salud integral, acorde con las directrices establecidas por la OMS, y conocer el perfil sociodemográfico de la población mayor y su evolución en la Unión Europea y España.
4. Asumir el valor de la evidencia científica para erradicar los estereotipos, mitos y actitudes dominantes en la sociedad sobre la vejez y el envejecimiento.
5. Adquirir conocimientos profesionales y de investigación para seleccionar y administrar las distintas baterías, y escalas, de pruebas psicológicas multidimensionales, utilizadas en la evaluación psicológica de personas mayores sin y con patologías asociadas.
6. Saber diseñar, planificar y desarrollar una investigación científica en el ámbito del envejecimiento, normal y patológico, mediante la aplicación del método científico así como redactar informes psicológicos.

## 61876 - Envejecimiento, salud y calidad de vida

7. Adquirir destrezas de evaluación e intervención en los trastornos mentales más comunes en la senectud.
8. Conocer los principales aspectos del ambiente que inciden de manera específica en el bienestar psicológico y el rendimiento cognitivo de las personas con demencia, así como las bases para poder diseñar programas de intervención cognitiva en personas en los diferentes estadios de demencia y en otras patologías.
9. Conocer las variables, factores y procesos que inciden en el envejecimiento activo y diseñar y desarrollar programas de intervención individual y grupal para promover estilos positivos de envejecimiento.
10. Conocer de forma adecuada a los destinatarios y desarrollar habilidades de comunicación interpersonal y de manejo de las emociones para una interacción efectiva con los pacientes, familiares y cuidadores en los procesos de identificación del problema, evaluación, comunicación del diagnóstico e intervención y seguimiento psicológicos.

### 3.Evaluación

#### 3.1.Tipo de pruebas y su valor sobre la nota final y criterios de evaluación para cada prueba

El estudiante deberá demostrar que ha alcanzado los resultados de aprendizaje previstos mediante las siguientes actividades de evaluación

Prueba escrita (calificación de 0 a 10) al final del cuatrimestre. La nota podrá significar el 60 % de la calificación final. La prueba podrá contener preguntas de opción múltiple de respuesta, preguntas cortas o a desarrollar (a determinar por el profesor).

Trabajo continuado (calificación de 0 a 10). La nota podrá significar en torno al 40% de la calificación final. Las calificaciones resultantes podrán derivarse de la entrega de informes de prácticas, elaboración de trabajos individuales y/o grupales, asistencia a conferencias o ponencias relacionadas con el contenido de la asignatura, entre otras actividades que determinará el responsable de la asignatura. Para que se tenga en cuenta esta puntuación en la nota final, el alumno deberá superar la prueba escrita alcanzando como mínimo 5 de 10 puntos. El alumnado podrá realizar las actividades correspondientes al trabajo continuado siempre y cuando la asistencia a las clases no sea inferior al 80% de las horas lectivas de la asignatura.

En cualquier caso, el alumnado tendrá derecho a una evaluación global de la asignatura en la que podrá optar a la máxima calificación.

### 4.Metodología, actividades de aprendizaje, programa y recursos

#### 4.1.Presentación metodológica general

El proceso de aprendizaje que se ha diseñado para esta asignatura se basa en lo siguiente:

La metodología que se utilizará en la asignatura será expositiva y participativa. Se expondrán los contenidos teórico-prácticos por parte del docente y se generarán preguntas, discusiones, debates y la expresión pública de opiniones para, finalmente, llegar a unas conclusiones tanto individuales como grupales. Se utilizarán metodologías de clase magistral, problemas y casos, aprendizaje cooperativo y basado en problemas y proyectos.

#### 4.2.Actividades de aprendizaje

El programa que se ofrece al estudiante para ayudarle a lograr los resultados previstos comprende las siguientes actividades...

1. Clases expositivas o magistrales (15 h)
2. Clases prácticas (15 h) que pueden ser:
  - Análisis de casos prácticos
  - Búsqueda de información y trabajos cooperativos
  - Lectura de artículos o documentos relacionados con el contenido de la asignatura
  - Presentaciones orales por parte del alumnado
  - Visionado de material audiovisual
  - Asistencia a conferencias y ponencias relacionadas con el contenido de la asignatura (si se dan durante el periodo docente)

## 61876 - Envejecimiento, salud y calidad de vida

- Visitas a asociaciones de familiares de enfermos (si el responsable de la asignatura lo considera oportuno y viable).

### 4.3. Programa

Los contenidos del temario son los siguientes:

1. ¿Qué es envejecer?. Aspectos conceptuales básicos de la vejez y aproximación biológica al envejecimiento.
2. Funcionamiento psicológico y envejecimiento: cognitivo y emocional.
3. Sistemas de memoria en relación al envejecimiento (normal y patológico).
4. Aproximación social al envejecimiento: estereotipos y red social.
5. Fundamentos de la evaluación e intervención psicológica en la vejez.
6. Promoción del envejecimiento activo y la calidad de vida en la vejez.
7. Los retos del envejecimiento.

### 4.4. Planificación de las actividades de aprendizaje y calendario de fechas clave

Calendario de sesiones presenciales y presentación de trabajos

- Clases teóricas.
- Clases prácticas en grupos reducidos.
- Presentaciones orales por parte del alumnado
- Prueba final objetiva: al finalizar 2º cuatrimestre (Junio).

Las actividades generales que se llevarán a cabo durante el cuatrimestre que dure la asignatura serán:

1. Presentación de la asignatura.
2. Definición de los criterios de evaluación y las actividades prácticas.
3. Impartición de los contenidos teórico-prácticos previstos.
4. Evaluación continua del progreso del alumnado.
5. Entrega de material (rúbricas) para la elaboración de trabajos escritos y/o presentaciones orales.
6. Presentaciones orales.
7. Evaluación final.

### 4.5. Bibliografía y recursos recomendados

BB	Psicología de la vejez : una psicogerontología aplicada / directora, Rocío Fernández-Ballesteros Madrid : Pirámide, 2008
BB	Bermejo García, Lourdes. Envejecimiento activo y actividades socioeducativas con personas mayores : guía de buenas prácticas / Lourdes Bermejo García Madrid [etc.] : Médica Panamericana, D.L. 2010
BB	Castañeda García, Pedro Javier. Vejez, dependencia y salud : guía práctica de gerontología / Pedro Javier Castañeda García Madrid : Pirámide, 2009.
BB	Crespo López, María. El estrés en cuidadores de mayores dependientes : cuidarse para cuidar / María Crespo López, López Martínez Madrid : Pirámide, D.L. 2006.
BB	Cuidados en personas mayores con alteraciones cognitivas y emocionales en residencias : Intervención multidisciplinar / Domingo Palacios Ceña, Paloma Salvadores Fuentes (coo

## 61876 - Envejecimiento, salud y calidad de vida

- Madrid : Dykinson, D.L. 2013
- BB** Envejecimiento saludable : aspectos biológicos, psicológicos y sociales / Soledad Ballesteros Jiménez, directora Madrid : Universitas : Uned, 2007.
- BB** Fernández-Ballesteros, Rocío. Envejecimiento activo : contribuciones de la psicología / Rocío Fernández-Ballesteros [traducción, Juan Padilla Moreno] Madrid: Pirámide, D.L. 2009
- BB** Gonzalo, Luis María.. Tercera edad y calidad de vida [recursos electrónicos] aprender a envejecer / Luis María Gonzalo. [Libro electrónico]
- BB** Malos tratos a personas mayores : guía de actuación / [coordinadores, Antonio Moya Bernal, Javier Barbero Gutiérrez], autores, Barbero Gutiérrez, Javier (et al.) . - 2ª ed. Madrid : Instituto de Mayores y Servicios Sociales, 200
- BB** Matellanes Febrero, María Begoña.. El proceso de envejecimiento : una perspectiva integradora : evaluación e intervención biopsicosocial / Begoña Matellanes Febrero, Unai Díaz Ordoñez, José M. Montero Pereiro Deusto : Universidad de Deusto, 2009
- BB** Montañés Rodríguez, Juan. Psicología de la vejez : (Estudios juveniles sobre el envejecimiento) / Juan Montañés Rodríguez, José Miguel Latorre Postigo . - 1ª ed. Cuenca : Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha, 2004
- BB** Psicogerontología : perspectivas europeas para un mundo que envejece / directora, Rocío Fernández-Ballesteros ; [traducción, Juan Padilla Moreno] Madrid : Pirámide, D.L. 2009
- BB** Psicología de la vejez / Carme Triadó, Feliciano Villar (coordinador) [Libro electrónico] Madrid : Alianza Editorial, 2014.
- BC** Envejecimiento, salud y dependencia / Joaquín Giró Miranville (coordinador) Logroño : Universidad de la Rioja, 2005.
- BC** Hayflick, Leonard. Cómo y por qué envejecemos / Leonard Hayflick ; (con un prólogo de Robert N. Butler) ; traducción de Antonio Martínez Riu Barcelona : Herder, D.L. 1999
- BC** Mayán Santos, José Manuel. Mente activa : ejercicios para la estimulación cognitiva gerontológica / José Manuel Mayán Santos, Montserrat Fernández Prieto Madrid : Pirámide, D.L. 2008
- BC** Menor, Julio. Trastornos de la memoria en la enfermedad de Alzheimer / Julio Menor, Herminia Peraita, Rosa Elosúa Madrid : Trotta, D.L.2001
- BC** Snowdon, David. 678 monjas y un científico : [la historia del mayor hallazgo sobre la vejez y el Alzheimer] / David Snowdon traducción de Abel Debritto y Mercè Diago. - 1ª ed. Barcelona : Planeta, 2002