

# Metodología de enseñanza

La estructura y desarrollo de los contenidos del curso están fundamentados pedagógica y psicológicamente en la consideración de que el participante juega un papel importante en la construcción de su propio aprendizaje por lo que éste se propiciará en tres ejes de articulación:

- Saber (aprendizaje de conceptos)
- Sentir (aprendizaje actitudinal y valoral)
- Hacer (aprendizaje práctico procedimental)

## Evaluación y Acreditación

- Se evaluará promediando trabajos, tareas, ensayos, exámenes y actividades planteadas en las sesiones.
- Se evaluará la participación en las discusiones grupales.
- Se evaluará mediante una experiencia en campo.

## Dirigido a:

Profesionales en el área social y de salud que participan en programas relacionados con la atención del envejecimiento, profesionistas de todas las áreas interesados en realizar trabajo con personas envejecidas.

Facultad de Estudios Superiores Zaragoza  
Av. J. C. Bonilla 66, Col. Ejército de Oriente, Del. Ejército de Oriente  
Del. Iztapalapa, Distrito Federal, 09230

[www.zaragoza.unam.mx](http://www.zaragoza.unam.mx)

Universidad Nacional Autónoma de México  
Facultad de Estudios Superiores Zaragoza



Unidad de Desarrollo Académico y  
Profesional

Unidad de Investigación en  
Gerontología

# Diplomado Gerontología Social

Duración: 200 horas

# 2014

# Presentación

El proceso de envejecimiento poblacional que experimenta el mundo ha conducido a la necesidad de analizar desde una perspectiva compleja los retos que trae consigo dicho fenómeno. Por un lado, es necesario reconocer que el incremento de la población mayor de sesenta años implica no sólo una modificación en las condiciones demográficas, sino también cambios a nivel político, económico, social y por supuesto, cultural.

El envejecimiento además, es un fenómeno que debe abordarse no sólo a partir de los procesos a nivel macro, como sería el caso de la modificación de políticas públicas en salud o en seguridad social, sino también en el nivel mezo, considerando la respuesta social al proceso y, a nivel micro, es decir, a partir de sus consecuencias en los procesos individuales.

El objeto de estudio *viejo-vejez-envejecimiento* ha sido abordado desde diferentes perspectivas que en lo general, han mostrado una tendencia a limitar la visión y análisis de dicho objeto, ya sea enfocando su atención hacia el campo de lo biológico, lo económico o lo social. En la actualidad, el debate y el trabajo de un sinnúmero de investigadores alrededor del mundo, han permitido la construcción de conocimiento sobre este objeto desde posturas interdisciplinarias que permiten comprender y explicar las conexiones e interrelaciones que se establecen entre los diferentes procesos que conlleva el envejecimiento y el peso que tiene cada uno de los niveles sobre el fenómeno. Esta ha sido una tarea difícil, pues implica modificar los esquemas de pensamiento que han sido impuestos en los procesos educativos y rebasar los esquemas disciplinarios que llevan a una explicación parcial del fenómeno, manteniendo una constante vigilancia epistemológica.

Es dentro de este marco de análisis en el que se circunscriben los trabajos del Diplomado en Gerontología Social. Específicamente, se aborda el fenómeno del envejecimiento y las repercusiones que tiene en la sociedad, en los colectivos, y en el individuo denominado viejo.

# Estructura curricular

- I. Introducción a la gerontología social y comunitaria (30 horas).**
- II. Biología del envejecimiento (30 horas).**
- III. Herramientas didácticas (40 horas)**
- IV. Envejecimiento saludable (30 horas).**
- V. Evaluación gerontológica integral (30 horas).**
- VI. Gerontología comunitaria supervisada (40 horas).**

# Contenidos



## I. Introducción a la Gerontología Social

- Conceptos básicos
  - Hacia una definición de viejo, vejez y envejecimiento
  - Tipos de envejecimiento
  - Transición demográfica
  - Transición epidemiológica
- La Gerontología Social
  - ¿Qué es Gerontología social?
  - Objeto de estudio de la Gerontología social: La vejez, el viejo y el envejecimiento
  - Conceptos: Autocuidado, ayuda mutua y autogestión
- Viejismo
  - Evolución de la representación social de la vejez
  - Prejuicios
  - Estereotipos
- El envejecimiento activo
  - Definiciones
  - Alcances
  - Limitaciones

## II. Biología del Envejecimiento

- Teorías del envejecimiento
- Homeostasis, alostasis, y carga alóstática
- Estrés oxidativo y enfermedades crónicas
  - Radicales libres
  - Antioxidantes
  - Estrés oxidativo
  - Estrés oxidativo y enfermedades crónicas



- Cambios biológicos del envejecimiento.
  - Traducción clínica de los cambios biológicos durante el envejecimiento
- Diabetes mellitus
- Hipertensión arterial
- Osteoartrosis
- Osteoporosis
- Trastornos del sueño
- Polifarmacia

## III. Herramientas didácticas

- Principales corrientes teóricas
- Elementos para elaboración de planes y programas

## IV. Envejecimiento saludable

- Envejecimiento saludable
- Promoción de la salud durante la vejez
- Higiene personal durante la vejez
- Alimentación y envejecimiento
- Ejercicio físico para el mantenimiento de la salud durante el envejecimiento
- La autoestima como determinante de la salud durante el envejecimiento
- La higiene del sueño, efectos en la salud y estrategias para establecerla durante la vejez

#### IV. Evaluación gerontológica integral

- Evaluación gerontológica integral.
- Funcionalidad física.
- Funcionalidad mental.
- Funcionalidad social.
- Taller para la evaluación (aplicación de instrumentos).

#### VI. Práctica Gerontológica

Este módulo se refiere a la práctica gerontológica que deben llevar a cabo todos los alumnos que cursen el Diplomado. La práctica la realizarán diariamente durante su actividad siguiendo los lineamientos establecidos en el Diplomado. Se llevará a cabo una supervisión y discusión grupal de su práctica gerontológica.

- Análisis y discusión de casos gerontológicos.

## Objetivo

El participante:

Desarrollará las habilidades y las estrategias de participación multidisciplinaria que optimicen la reflexión, revisión y crítica de temas relacionados con el adulto mayor, además de la búsqueda y desarrollo integral del mejoramiento de las condiciones de vida del anciano.

#### Objetivos particulares

- Promover una concepción integral del envejecimiento, sus procesos, las necesidades que demanda y las políticas en torno a ello.
- Propiciar una actitud crítica hacia el desarrollo del envejecimiento, así como del ejercicio de la práctica profesional en Gerontología Social
- Fomentar una actitud crítica que le permita al participante hacer un análisis multidimensional y multifactorial del envejecimiento en el contexto individual, familiar, institucional y comunitario del adulto mayor
- Propiciar el trabajo en equipos multidisciplinarios.