



| Guía Docente | | | | |
|-----------------------|---|--------------------|-----------------------------|----------|
| Datos Identificativos | | | | 2018/19 |
| Asignatura (*) | Envellecemento Satisfactorio | Código | 651516014 | |
| Titulación | Mestrado Universitario en Discapacidade e Dependencia (plan 2015) | | | |
| Descritores | | | | |
| Ciclo | Período | Curso | Tipo | Créditos |
| Mestrado Oficial | 2º cuatrimestre | Primeiro | Optativa | 6 |
| Idioma | CastelánGalego | | | |
| Modalidade docente | Presencial | | | |
| Prerrequisitos | | | | |
| Departamento | Psicoloxía | | | |
| Coordinación | Piñeiro Aguin, Isabel | Correo electrónico | isabel.pineiro.aguin@udc.es | |
| Profesorado | Piñeiro Aguin, Isabel | Correo electrónico | isabel.pineiro.aguin@udc.es | |
| Web | | | | |
| Descrición xeral | El objetivo general de esta materia es proporcionar una visión general de los factores que promueven un envejecimiento satisfactorio, los programas existentes y las herramientas de evaluación e intervención existentes para la investigación de su eficacia. | | | |

| Competencias / Resultados do título | |
|-------------------------------------|--|
| Código | Competencias / Resultados do título |
| A1 | CE1. Ser capaz de integrar o fenómeno da discapacidade e a dependencia dentro da construción social do proceso saúde-enfermidade |
| A2 | CE2. Ser capaz de deseñar proxectos de investigación no ámbito da discapacidade e dependencia |
| A26 | CEIP11. Ser capaz de integrar coñecementos avanzados no campo do envellecemento satisfactorio. |
| A27 | CEIP12. Capacidade para deseñar e executar proxectos de investigación no ámbito do envellecemento satisfactorio |
| B1 | CB6. Posuír e comprender coñecementos que acheguen unha base ou oportunidade de ser orixinais no desenvolvemento e/ou aplicación de ideas, a miúdo nun contexto de investigación |
| B2 | CB7. Que os estudantes saiban aplicar os coñecementos adquiridos e a súa capacidade de resolución de problemas en ámbitos novos ou pouco coñecidos dentro de contextos máis amplos (ou multidisciplinares) relacionados coa súa área de estudo |
| B6 | CG1 Ser capaz de seleccionar e desenvolver as estratexias investigadoras para estudar a problemática relacionada coa discapacidade e a dependencia |
| B7 | CG2 Identificar, avaliar e resolver os problemas derivados da presenza de discapacidade e dependencia |
| B9 | CG4 Ser capaz de intervir na problemática derivada da discapacidade e da dependencia |
| B10 | CG5 Capacidade para integrar coñecementos científicos de carácter avanzado ligados ao ámbito da discapacidade e a dependencia |
| C1 | CT1. Ser capaz de relacionarse de forma eficiente con e dentro do equipo multidisciplinar, intradisciplinar e transdisciplinar. |
| C2 | CT2. Coñecer os recursos sociosanitarios e aprender a utilízalos para elaborar programas de intervención no ámbito da discapacidade e a dependencia |
| C4 | CT4. Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solucións baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común |

| Resultados da aprendizaxe | | | |
|---------------------------|---|---------------------|----------------------------------|
| Resultados de aprendizaxe | Competencias / Resultados do título | | |
| | Coñecemento das variables persoais e sociais que favorecen un envellecemento con éxito. | AI1 AI26 AI27 | BI1 BI2 BI6 BI9 BI10 |



| | | | |
|--|---------------------|----------------------------------|------------|
| Coñecemento e manexo das pautas que favorecen un envellecemento con éxito. | AI1 | BI1 BI2 BI7 BI9 BI10 | C11 C12 |
| Valorar críticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben afrontarse. | AI26 AI27 | BI1 BI2 | |
| Ser capaz de deseñar e avaliar programas de envellecemento satisfactorio a través da investigación. | AI2 AI26 AI27 | BI1 BI6 BI7 BI9 BI10 | C11 C14 |

| Contidos | |
|---|--|
| Temas | Subtemas |
| Tema 1.- O envellecemento satisfactorio. Aspectos xerais. | 1.1. O envellecemento demográfico. 1.2. Consecuencias do envellecemento demográfico. |
| Tema 2.- Funcionamiento cognitivo nas persoas maiores. | 2.1. A explicación do envellecemento: o modelo da competencia vs. o modelo do declive 2.2. Cambios biolóxicos, cognitivos e socio-afectivos nas persoas maiores 2.2.1. Cambios biolóxicos 2.2.2. Cambios nos procesos cognitivos 2.2.3. Cambios socio-afectivos 2.3. Variables moduladoras no desenvolvemento cognitivo nas persoas maiores |
| Tema 3.- A sexualidade na vellez | 6.1. Introducción 6.2. Variables que afectan á sexualidade na vellez 6.2.1. Variables socioculturais 6.2.2. Variables sociodemográficas 6.2.3. Variables Psicolóxicas 6.2.4. Variables biolóxicas 6.3. Intervencións para optimizar a vida sexual e afectiva na vellez 6.4. La sexualidad como algo natural |
| Tema 4.- Calidade de Vida e Benestar Psicolóxico na Vellez. O Envellecemento Satisfactorio | 4.1. Introducción 4.2. Calidade de Vida 4.2.1. A Calidade de Vida nas persoas maiores 4.2.2. A medida da Calidade de Vida 4.3. Benestar Psicolóxico 4.3.1. Benestar Subxectivo 4.3.2. Benestar Psicolóxico 4.4. O envellecemento satisfactorio. |



| | |
|--|--|
| Tema 5.- Dimensións do Benestar Psicolóxico na vellez. | <ul style="list-style-type: none"> 5.1. A Autoceptación <ul style="list-style-type: none"> 5.1.1. O Autoconcepto 5.1.2. As creencias de Autoeficacia 5.1.3. A autoceptación nas persoas maiores 5.2. As Relacións Positivas cos demais <ul style="list-style-type: none"> 5.2.1. As Relacións Sociais nas persoas Maiores 5.3. A Autonomía <ul style="list-style-type: none"> 5.3.1. A Autonomía nas persoas maiores 5.3.2. Discapacidade e Dependencia 5.4. O Dominio do Entorno <ul style="list-style-type: none"> 5.4.1. Caracterización do control. O control percibido. 5.4.2. Dominio do entorno nas Persoas Maiores 5.5. O Propósito na Vida <ul style="list-style-type: none"> 5.5.1. As Metas: Aproximación conceptual 5.5.2. As metas persoais na Vellez 5.6. O Crecemento e o Desenrolo Persoal <ul style="list-style-type: none"> 5.6.1. O Crecemento persoal: Orixe do constructo. 5.6.2. O crecemento persoal nas persoas maiores 5.6.3. A XUBILACIÓN |
|--|--|

| Planificación | | | | |
|-------------------------------|-----------------------------|---|-------------------------|--------------|
| Metodoloxías / probas | Competencias / Resultados | Horas lectivas (presenciais e virtuais) | Horas traballo autónomo | Horas totais |
| Análise de fontes documentais | A1 A14 A18 A24 A26 C2 | 1 | 5 | 6 |
| Lecturas | A2 B10 C4 | 2 | 6 | 8 |
| Portafolios do alumno | C1 | 4 | 24 | 28 |
| Proba obxectiva | A1 A14 A26 B2 B7 | 2 | 0 | 2 |
| Recensión bibliográfica | A1 B10 | 1 | 7 | 8 |
| Sesión maxistral | A1 A14 A18 A24 A26 B6 C2 | 60 | 0 | 60 |
| Traballos tutelados | A27 B1 B9 | 2 | 10 | 12 |
| Discusión dirixida | B2 | 9 | 9 | 18 |
| Atención personalizada | | 8 | 0 | 8 |

*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

| Metodoloxías | |
|-------------------------------|---|
| Metodoloxías | Descrición |
| Análise de fontes documentais | Utilización de documentos audiovisuais e/ou bibliográficos relacionados con envellecemento Empregarase, sobre todo, como introdución aos temas |
| Lecturas | Utilizaranse diversos documentos (libros, artigos, etc...) como fonte de profundización nos contidos traballados. |
| Portafolios do alumno | o alumno recollerá de forma ordeada todo o traballado na materia |
| Proba obxectiva | Proba escrita para a avaliación da aprendizaxe. Resposta múltiple para escoller só unha opción como correcta |
| Recensión bibliográfica | deberán ler un libro, analizar o seu contido e elaborar unha crítica e valoración da mesma en relación á literatura existente sobre o tema. |
| Sesión maxistral | Exposición oral complementada co uso de medios audiovisuais dos temas que compoñen a materia |
| Traballos tutelados | Baixo a tutela do profesor o alumno realizará algún traballo ou actividade relacionada cos contidos da materia |



| | |
|--------------------|--|
| Discusión dirixida | Os alumnos, por grupos, discutirán sobre un tema relacionado coa materia de forma libre, informal e espontánea pero coordinados polo profesor ou un moderador. |
|--------------------|--|

Atención personalizada

| Metodoloxías | Descrición |
|--|--|
| Portafolios do alumno Traballos tutelados Análise de fontes documentais Recensión bilbiográfica | Tratarase de facer un seguimento do alumno sobre todo na metodoloxía de Portafolios, Recensión bibliográfica e Traballos tutelados. O alumno que teña recoñecida a condición de estudante a tempo parcial e solicítase no Decanato a Dispensa Académica, terá a avaliación da asignatura da seguinte forma: A nota final global da asignatura será a que obteña no exame tipo test. |

Avaliación

| Metodoloxías | Competencias / Resultados | Descrición | Cualificación |
|-------------------------|---------------------------|--|---------------|
| Traballos tutelados | A27 B1 B9 | Actividades sobre a temática da materia | 30 |
| Proba obxectiva | A1 A14 A26 B2 B7 | O alumno realizará un exame onde se evaluará a adquisición dos contidos básicos da materia | 50 |
| Recensión bilbiográfica | A1 B10 | Farase una recensión bibliográfica das fontes sinaladas pola profesora en cada caso concreto | 20 |

Observacións avaliación

a) PARA A PRIMEIRA OPORTUNIDADE:

A avaliación da asignatura será o resultado dos seguintes compoñentes:

- Asistencia/participación nas clases: ata un 10%.
- Realización das actividades prácticas: ata un máximo dun 40%. Nas actividades prácticas, está incluída a Recensión* do libro "La Hora de la verdad" de Rosa regás.

(será obrigatorio ter entregadas un 75% das actividades realizadas).

- Exame tipo test dos contidos teóricos: ata un máximo dun 50%.

Observacións:

Para superar a asignatura será necesario obter unha nota media mínima de 5, sempre e cando a calificación no exame sexa igual ou superior a 2 puntos.

B) PARA A SEGUNDA OPORTUNIDADE:

A avaliación da asignatura será o resultado dos seguintes compoñentes:

- Asistencia/participación nas clases: ata un 10%.
- Realización das actividades prácticas: ata un máximo dun 40%. Nas actividades prácticas, está incluída a Recensión* do libro "La Hora de la verdad" de Rosa regás.

(será obrigatorio ter entregadas un 75% das actividades realizadas).

- Exame tipo test dos contidos teóricos: ata un máximo dun 50%.

Observacións:

Para superar a asignatura será necesario obter unha nota media mínima de 5, sempre e cando a calificación no exame sexa igual ou superior a 2 puntos.

Fontes de información



| | |
|------------------------------------|---|
| Bibliografía básica | <ul style="list-style-type: none"> - Argyle, M. (1992). La psicología de la felicidad. Madrid: alianza - Argyle, M. (1997). Is happiness a cause of health?. Psychological Health, 12, 769-781 - Bermejo, L. (2006). Promoción del envejecimiento activo. Programas de preparación a la jubilación.. http://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=2756877 - Blanco, A. y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. Psicothema, 17, 4, 582-589 - Casas, F. y Aymerich, M. (2005). Calidad de vida en las personas mayores. En S. Pinazo y M. Sánchez (Dirs.) Gerontología . Madrid: Pearson - Díaz, D.; Rodríguez-Carvajal, R.; Blanco, A., Moreno-Jiménez, B.; Gallardo, I.; Valle, C., y van Die (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. Psicothema, 18, 572-577 - Fernández-Ballesteros, R., Moya, R., Íñiguez, J. y Dolores, M. (1999). ¿Qué es la psicología de la vejez? . Madrid: Biblioteca Nueva. - Freire, C. y Ferradás, M. (2016). Calidad de vida y bienestar en la vejez. Madrid: Editorial Pirámide - Lehr, U. (2004). Calidad de vida, satisfacción con la vida, envejecimiento satisfactorio y bienestar subjetivo. Revista Española de Geriátría y Gerontología, 39, 3, 2-7 - Li, F., Fisher, K. J., Harmer, P., McAuley, E. y Wilson, N. L. (2003). Fear of falling in elderly persons: association with falls, functional ability and quality of life.. Journal of Gerontology: Psychological Sciences, 58 B(5), 283-290. - López, F. (2012). Sexualidad y afectos en la vejez. Psicología Pirámide - Pardo, A. (2005). La cultura de la sobreprotección. . Revista Multidisciplinar de Gerontología, 15 (3), 166-170. - Regás, R. (2010). La hora de la verdad. Una Mirada a la vejez.. Badalona: Ara Llibres. - Rippon, I., Kneale, D., de Oliveira, C., Demakakos, P. y Steptoe, A. (2013). Perceived age discrimination in older adults. . Age and ageing. - Ruíz-Vargas, J.M. (2008). Envejecimiento y memoria ¿cómo y por qué se deteriora la memoria con la edad? . Revista española de geriatría y gerontología, 43 (5), 268-270. - Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 57, 1069-1081 - Sánchez, Trianes y Blanca (2009). Estereotipos negativos hacia la vejez y su relación con variables sociodemográficas en personas mayores de 65 años. Revista Española de Geriátría y Gerontología, 44(3). - Schalock, R.L. y Verdugo, M.A. (2002). Calidad de vida. Manual para profesionales de la educación, salud y servicios sociales. Madrid: Alianza - Triadó, C., Villar, F., Solé, C. y Osuna, M. J. (2005). La medida del bienestar en personas mayores: adaptación de la escala de Ryff. . Revista de Psicología General y Aplicada, 58 (3), 347-363. - Vega, J.L. y Bueno, B. (1995). Desarrollo adulto y envejecimiento.. Madrid: Síntesis |
| Bibliografía complementaria | - (). . |

Recomendacións

Materias que se recomienda ter cursado previamente

Materias que se recomienda cursar simultaneamente

Materias que continúan o temario

Observacións



Para axudar a conseguir unha contorna inmediata sustentable e cumprir cos obxectivos estratéxicos do Plan Green Campus da Facultade de Fisioterapia, os traballos documentais que se realicen nesta materia poderanse solicitar tanto en formato papel como virtual ou soporte informático.

De realizarse en papel, seguiranse na medida do posible as seguintes recomendacións xerais:

- Non se utilizarán plásticos
- Realizaranse impresións a dobre cara.
- Empregarase papel reciclado.
- Evitarase a realización de borradores

(*A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías