



Guía Docente				
Datos Identificativos				2019/20
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	BI1 BI9	

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

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



<b>Bibliografía básica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Argyle, M. (1992). La psicología de la felicidad. Madrid: alianza</li> <li>- Argyle, M. (1997). Is happiness a cause of health?. Psychological Health, 12, 769-781</li> <li>- Bermejo, L. (2006). Promoción del envejecimiento activo. Programas de preparación a la jubilación.. <a href="http://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=2756877">http://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=2756877</a></li> <li>- Blanco, A. y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. Psicothema, 17, 4, 582-589</li> <li>- Casas, F. y Aymerich, M. (2005). Calidad de vida en las personas mayores. En S. Pinazo y M. Sánchez (Dirs.) Gerontología . Madrid: Pearson</li> <li>- 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</li> <li>- Fernández-Ballesteros, R., Moya, R., Íñiguez, J. y Dolores, M. (1999). ¿Qué es la psicología de la vejez? . Madrid: Biblioteca Nueva.</li> <li>- Freire, C. y Ferradás, M. (2016). Calidad de vida y bienestar en la vejez. Madrid: Editorial Pirámide</li> <li>- 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> <li>- 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.</li> <li>- López, F. (2012). Sexualidad y afectos en la vejez. Psicología Pirámide</li> <li>- Pardo, A. (2005). La cultura de la sobreprotección. . Revista Multidisciplinar de Gerontología, 15 (3), 166-170.</li> <li>- Regás, R. (2010). La hora de la verdad. Una Mirada a la vejez.. Badalona: Ara Llibres.</li> <li>- Rippon, I., Kneale, D., de Oliveira, C., Demakakos, P. y Steptoe, A. (2013). Perceived age discrimination in older adults. . Age and ageing.</li> <li>- 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.</li> <li>- 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</li> <li>- 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).</li> <li>- Schalock, R.L. y Verdugo, M.A. (2002). Calidad de vida. Manual para profesionales de la educación, salud y servicios sociales. Madrid: Alianza</li> <li>- 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.</li> <li>- Vega, J.L. y Bueno, B. (1995). Desarrollo adulto y envejecimiento.. Madrid: Síntesis</li> </ul>
<b>Bibliografía complementaria</b>	- ( ) . .

**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