UNIVERSIDADE DA CORUÑA

Guia docente				
Datos Identificativos				2023/24
Asignatura (*)	Envejecimiento Satisfactorio		Código	651516014
Titulación	Mestrado Universitario en Discapacidade e Dependencia (plan 2015)			
Descriptores				
Ciclo	Periodo	Curso	Tipo	Créditos
Máster Oficial	2º cuatrimestre	Primero	Optativa	6
Idioma	Castellano			
Modalidad docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Psicoloxía			
Coordinador/a	Franco Taboada, Victoria	Correo electrónico	v.franco@udc.es	
Profesorado	Franco Taboada, Victoria	Correo electrónico	v.franco@udc.es	
Web				
Descripción general	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 del título	
Código	Competencias / Resultados del título
A1	CE1 Ser capaz de integrar el fenómeno de la discapacidad y la dependencia dentro de la construcción social del proceso salud-enfermedad
A2	CE2 Ser capaz de diseñar proyectos de investigación en el ámbito de la discapacidad y dependencia
A26	CEIP11. Ser capaz de integrar conocimientos avanzados en el campo del envejecimiento satisfactorio.
A27	CEIP12. Capacidad para diseñar y ejecutar proyectos de investigación en el ámbito del envejecimiento satisfactorio
B1	CB6 Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación
B2	CB7 Que los estudiantes sepan 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 su área de estudio
B6	CG1 Ser capaz de seleccionar y desarrollar las estrategias investigadoras para estudiar la problemática relacionada con la discapacidad y la dependencia
B7	CG2 Identificar, evaluar y resolver los problemas derivados de la presencia de discapacidad y dependencia
B9	CG4 Ser capaz de intervenir en la problemática derivada de la discapacidad y de la dependencia
B10	CG5 Capacidad para integrar conocimientos científicos de carácter avanzado ligados al ámbito de la discapacidad y la dependencia
C1	CT1 Ser capaz de relacionarse de forma eficiente con y dentro del equipo multidisciplinar, intradisciplinar y transdisciplinar.
C2	CT2 Conocer los recursos sociosanitarios y aprender a utilizarlos para elaborar programas de intervención en el ámbito de la discapacidad y la dependencia
C4	CT4 Desarrollarse para el ejercicio de una ciudadanía abierta, culta, crítica, comprometida, democrática y solidaria, capaz de analizar la realidad, diagnosticar problemas, formular e implantar soluciones basadas en el conocimiento y orientadas al bien común

Resultados de aprendizaje			
Resultados de aprendizaje	Competencias / Resultados del título		
Conocimiento de las variables personales y sociales que favorecen un envejecimiento con éxito.	AI1 AI26 AI27	BI1 BI2 BI6 BI9 BI10	CI1 CI2 CI4

Conocimiento y manejo de las pautas que favorecen un envejecimiento con éxito.	AI1	BI1 BI2 BI7 BI9 BI10	CI1 CI2
Valorar críticamente el conocimiento, la tecnología y la información disponible para resolver los problemas con los que deben enfrentarse.	AI26 AI27	BI1 BI2	
Ser capaz de diseñar y evaluar programas de envejecimiento satisfactorio a través de la investigación.	AI2	BI1 BI9	

Contenidos	
Tema	**Subtema**
Tema 1.- Salud, calidad de vida y bienestar.	1.1. Concepto de salud y la CIF 1.2. Calidad de Vida y modelos conceptuales 1.3. Bienestar 1.3.1. Bienestar Subjetivo 1.3.2. Bienestar Psicológico 1.4. Modelo multidimensional del Bienestar.
Tema 2.- El envejecimiento demográfico.	2.1. El envejecimiento demográfico. 2.2. El modelo de competencia vs. el modelo de declive 2.3. Causas estructurales del envejecimiento demográfico 2.4. El envejecimiento demográfico en las sociedades desarrolladas 2.5. Consecuencias del envejecimiento demográfico
Tema 3.- El envejecimiento saludable. La dimensión física	3.1. Envejecimiento y Dependencia 3.2. El Envejecimiento Saludable 3.3. Los Estilos de Vida 3.4. La Educación para la Salud 3.5. La Actividad Física 3.5.1. ¿Qué Tipo de Actividad Física? 3.6. Dieta y Alimentación
Tema 4: La jubilación, un proceso de transición. La preparación para la jubilación	4.1. Significados de la jubilación 4.2. Jubilación y cambios vitales 4.3. Un cambio vital y global ambivalente 4.4. Factores predictivos de la adaptación a la jubilación 4.5. Consecuencias psicológicas de la jubilación 4.6. Calidad de vida y jubilación

Planificación				
Metodologías / pruebas	**Competencias / Resultados**	**Horas lectivas (presenciales y virtuales)**	**Horas trabajo autónomo**	**Horas totales**
Sesión magistral	A1 A26 B6 C2	40	0	40
Trabajos tutelados	A2 A27 B1 B9 B10	5	20	25
Estudio de casos	A1 B2 B7 B9	20	22	42
Discusión dirigida	B2 C1 C4	15	20	35
Atención personalizada		8	0	8
(*)Los datos que aparecen en la tabla de planificación són de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de los alumnos				

Metodologías	
Metodologías	**Descripción**
Sesión magistral	Exposición oral complementada con el uso de medios audiovisuales de los temas que componen la materia
Trabajos tutelados	Bajo la tutela del profesor el alumno realizará algún trabajo o actividad relacionada con los contenidos de la materia
Estudio de casos	Metodología donde el sujeto se enfrenta ante la descripción de una situación específica que plantea un problema que ha de ser comprendido, valorado y resuelto por un grupo de personas, a través de un proceso de discusión. El alumno se sitúa ante un problema concreto (caso), que le describe una situación real de la vida profesional, y debe ser capaz de analizar una serie de hechos, referentes a un campo particular del conocimiento o de la acción, para llegar a una decisión razonada a través de un proceso de discusión en pequeños grupos de trabajo.
Discusión dirigida	Los alumnos, por grupos, discutirán sobre un tema relacionado con la materia de forma libre, informal y espontánea pero coordinados por el profesor o un moderador.

Atención personalizada	
Metodologías	**Descripción**
Discusión dirigida Trabajos tutelados Estudio de casos	Se tratará de realizar un seguimiento con el alumno sobre todo en la metodología de Portafolios,estudio de casos, discusión dirigida y trabajos tutelados. El alumno que tenga reconocida la condición de estudiante a tiempo parcial y solicitase en el Decanato la Dispensa Académica, tendrá la evaluación de la asignatura de la siguiente forma: La nota final global da asignatura será la que obtenga en el examen valorado sobre 10.

Evaluación			
Metodologías	**Competencias / Resultados**	**Descripción**	**Calificación**
Discusión dirigida	B2 C1 C4	Los alumnos, por grupos, discutirán sobre un tema relacionado con la materia de forma libre, informal y espontánea pero coordinados por el profesor o un moderador.	20
Sesión magistral	A1 A26 B6 C2	Asistencia a las sesiones magistrales	10
Trabajos tutelados	A2 A27 B1 B9 B10	Bajo la tutela del profesor el alumno realizará algún trabajo o actividad relacionada con los contenidos de la materia	30
Estudio de casos	A1 B2 B7 B9	Metodología donde el sujeto se enfrenta ante la descripción de una situación específica que plantea un problema que ha de ser comprendido, valorado y resuelto por un grupo de personas, a través de un proceso de discusión. El alumno se sitúa ante un problema concreto (caso), que le describe una situación real de la vida profesional, y debe ser capaz de analizar una serie de hechos, referentes a un campo particular del conocimiento o de la acción, para llegar a una decisión razonada a través de un proceso de discusión en pequeños grupos de trabajo.	40

Observaciones evaluación
a) PARA LA PRIMERA OPORTUNIDAD: La evaluación de la asignatura será el resultado de los siguientes componentes: - Asistencia/participación en las clases: hasta un 10%. - Realización de las actividades prácticas: hasta un máximo de un 60%. - Trabajos tutelados sobre un tema específico seleccionado previamente (30%).Observaciones: Para superar a asignatura será necesario obtener una nota media mínima de 5. b) PARA LA SEGUNDA OPORTUNIDAD: Examen valorado sobre 10.

Fuentes de información

Básica	- 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 Geriatría 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 Geriatría 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
Complementária	- (). .

Recomendaciones
Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente
Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente
Asignaturas que continúan el temario
Otros comentarios

Para ayudar a conseguir un entorno inmediato sostenible y cumplir con los objetivos estratégicos del Plan Green Campus de la Facultad de Fisioterapia, los trabajos documentales que se realicen en esta materia se podrán solicitar tanto en formato papel como virtual o soporte informático. De realizarse en papel, se seguirán en la medida de lo posible las siguientes recomendaciones generales:

- No se utilizarán plásticos
- Se realizarán impresiones a doble cara.
- Se empleará papel reciclado.
- Se evitará la realización de borradores

(*) La Guía Docente es el documento donde se visualiza la propuesta académica de la UDC. Este documento es público y no se puede modificar, salvo cosas excepcionales bajo la revisión del órgano competente de acuerdo a la normativa vigente que establece el proceso de elaboración de guías