

Especialización

Envejecimiento, Nutrición y Calidad de Vida (UOC-IFMIL)

¿Quieres más
información?



Programa realizado con la colaboración de:



Universitat
Oberta
de Catalunya

La formación de posgrado
en línea para los profesionales

Envejecimiento, Nutrición y Calidad de Vida (UOC-IFMIL)

Nuestra sociedad envejece rápidamente. El envejecimiento se asocia más a menudo a dolencias crónicas, soledad, discapacidad y dependencia. Contamos con herramientas para envejecer de manera más saludable, reduciendo o posponiendo estas consecuencias negativas. Estas herramientas no son pastillas, sino intervenciones para mejorar el estilo de vida, básicamente centradas en el fomento del ejercicio físico, la nutrición saludable, la mejora de las relaciones afectivas y de la sexualidad, entre otras.

Aun así, a veces es complejo implementar estos cambios en la persona o en la sociedad. ¿Sabemos, por ejemplo, prescribir ejercicio físico? ¿Qué recomendaciones nutricionales sabemos o tenemos que proporcionar? ¿Qué podemos hacer para mejorar las relaciones sociales y la sexualidad en la gente mayor?

Esta especialización, partiendo de los conceptos de envejecimiento saludable, fragilidad, capacidad intrínseca y experiencias y modelos nacionales e internacionales evaluados, proporciona conocimientos prácticos para mejorar la implementación de programas innovadores de envejecimiento saludable y la prescripción de recomendaciones para la gente mayor.

Objetivos y competencias

Los objetivos de la especialización son los siguientes:

- Enmarcar el concepto de envejecimiento saludable y sus pilares.
- Conocer programas internacionales evaluados para fomentar el envejecimiento saludable.
- Dar herramientas para mejorar la atención y el cuidado de las personas mayores en el ámbito comunitario y domiciliario y para prescribir ejercicio físico y recomendaciones nutricionales para personas mayores.
- Conocer los principales problemas relacionados con la soledad no deseada y la mejora de la sexualidad en personas mayores.
- Adquirir instrumentos para mejorar el diseño de proyectos de investigación e innovación relacionados con el envejecimiento de la población.

Las competencias se enumeran a continuación:

- Fomentar medidas y recomendaciones adaptadas de envejecimiento saludable a partir de un diagnóstico situacional.
- Relacionar entre sí los pilares fundamentales del envejecimiento saludable.
- Proponer planes comunitarios integrados para un envejecimiento saludable.

A quien se dirige

Este programa se dirige principalmente a:

- Profesionales de la salud que se enfrenten al cuidado de personas mayores.
- Profesionales de otros sectores (social, tercer sector).
- Trabajadores de las administraciones públicas que deban poner en marcha programas de promoción del envejecimiento saludable o de cuidados y gestión de individuos o poblaciones que envejecen.
- Personas que quieran formarse en la investigación, en la innovación o en el emprendimiento (ciencias biológicas, economía, etc.) vinculados al envejecimiento.

Salidas profesionales

Una vez superada la especialización, el estudiante tendrá conocimientos especializados en:

- Fomento del envejecimiento saludable.
- Atención y cuidado de las personas mayores en el ámbito comunitario y domiciliario.
- Indicaciones de ejercicio físico y recomendaciones nutricionales para personas mayores.
- Intervenciones para reducir la soledad no deseada y mejorar la sexualidad en personas mayores.
- Proyectos de innovación para el fomento del envejecimiento saludable.

Perfiles

La especialización de Envejecimiento, Nutrición y Calidad de Vida va dirigida a los siguientes perfiles:

- Graduados en Medicina.
- Graduados o diplomados en Enfermería.
- Graduados o diplomados en estudios relacionados con las ciencias de la salud.
- Graduados o diplomados en estudios relacionados con la psicología.
- Graduados o diplomados en estudios relacionados con las ciencias sociales o biológicas.
- Graduados en otras disciplinas con orientación profesional que implique los ámbitos de personas mayores.

Profesorado

Dr. Marco Inzitari

Médico, Especialista en Geriatria, Doctor en Fisiopatología del Envejecimiento. Tiene una larga trayectoria, en el ámbito de la geriatría, en la investigación y la innovación en envejecimiento, desde el envejecimiento saludable hasta modelos asistenciales innovadores. Es director de Atención Integrada e Investigación del Parc Sanitari Pere Virgili, empresa pública de geriatría y atención primaria, y lidera el grupo de investigación en Envejecimiento, Fragilidad y Transiciones en Barcelona (RE-FIT Bcn, AGAUR-SGR17) del Vall d'Hebron Institute of Research (VHIR).

Dr. Salvador Macip Maresma

Doctor en Medicina y Cirugía, especialización en Fisiología y Fisiopatología Humana desde 1998. Catedrático del Departamento de Biología Molecular y Celular en la Universidad de Leicester, donde dirige el Mechanisms of Cancer and Ageing Laboratory desde 2008. Docente de pregrado y posgrado desde 2008. Ha publicado más de 45 artículos en revistas biomédicas indexadas en PubMed, además de múltiples capítulos de libro. Ha publicado diez libros de divulgación científica y colabora regularmente con diversos medios haciendo difusión de la ciencia.

Dra. Diana A. Díaz Rizzolo

Doctora en Biomedicina, máster en Medicina Traslacional por la Universidad de Barcelona (UB) y diplomada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Rovira i Virgili (URV). Investigadora en diabetes y obesidad (Hospital Clínic – IDIBAPS). Docente durante el CoDiNuCat sobre Nutrición y Salud. Miembro del Área de Nutrición de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición. Coordinadora del grupo de trabajo de Estilo de vida (nutrición, deporte y psicología) de la “Sociedad Española de Diabetes.

Dr. Pablo Vallejo Medina

PhD en Psicología por la Universidad de Granada. Es Psicólogo de la Universidad Miguel Hernández (España). Máster de

Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico por la Universidad de Granada. Ha publicado sus investigaciones en algunas de las más importantes revistas internacionales del área: *Journal of Sexual Medicine*, *Journal of Sexual Research*, *Journal of Sex & Marital Therapy*, *Archivos of Sexual Behavior*, *International Journal of Clinical and Health Psychology*, donde destacan algunos trabajos en población de la tercera edad.

Programa académico Créditos ECTS

La especialización de Envejecimiento, Nutrición y Calidad de Vida (UOC-IFMIL) de 12 créditos ECTS, está formada por tres asignaturas:

Capacidad intrínseca, ejercicio físico y reserva cognitiva	4
Alimentación y envejecimiento saludable	4
Sexualidad, relaciones afectivas y sociales en el envejecimiento	4

Programa realizado con la colaboración de:



FORMAR TRANS- FORMAR

Más de 25 años de experiencia en *e-learning*

La UOC nació en 1995 como la primera **universidad online del mundo**, con la voluntad de utilizar la tecnología para abrir el acceso a la enseñanza universitaria de calidad a todas las personas. Más de 25 años después, seguimos comprometidos con la transformación digital de la educación.

87.500 estudiantes

95.000 graduados y graduadas

544 profesores propios y personal investigador

6.500 personas del equipo docente colaborador y de función tutorial

141 países donde viven los estudiantes

En la web encontrarás el apartado Precios y descuentos, donde se detallan los precios, descuentos y facilidades de pago:

- Precios y facilidades de pago
- Becas y ayudas
- Pago fraccionado
- Condiciones especiales para empresas
- Apoyo al deportista de competición
- Matrícula corporativa



Times Higher Education World University Rankings

Iberoamérica. 1a. universidad en línea.

Global. Top 175 entre las universidades más jóvenes del mundo.

España. 1a. universidad en línea de menos de 50 años.

