



Envejecimiento  
*Activo y Saludable*

# Herramientas para la atención integral a la tercera edad

2022

Online presencial con formación certificada por Columbares

## > Fechas: 21,22,28 y 29 de octubre de 2022

### > Objetivos

1. Formar a profesionales sociosanitarios para una atención a la tercera edad integral y de calidad.
2. Entender qué es el envejecimiento y cuál es su imagen social.
3. Conocer qué cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales produce.
4. Saber cómo es la sociedad española en términos de envejecimiento.
5. Conocer los principales problemas de salud de la tercera edad y cómo les afecta la enfermedad.
6. Detectar los principales problemas de salud mental en los ancianos: depresión, ansiedad, estrés, demencias, etc. y saber cómo prestarles ayuda psicológica.
7. Conocer los beneficios y aplicaciones de la estimulación cognitiva en el trabajo con las personas mayores.
8. Aprender a mejorar la movilidad, el equilibrio estático y dinámico, y el desarrollo muscular de las personas mayores.
9. Identificar las necesidades nutricionales de la tercera edad, su interacción con los fármacos y cómo diseñar una propuesta nutricional para los ancianos.
10. Conocer cuáles son los afectos y necesidades sexuales en la vejez.
11. Sensibilizar y prevenir la violencia de género en la tercera edad.

### > Contenidos

- El envejecimiento en la actualidad: conceptos, necesidades y características.
- Principales problemas de salud en la tercera edad.
- Psicología en el envejecimiento.
- Estimulación cognitiva y demencia.
- Psicomotricidad y envejecimiento.
- Necesidades nutricionales de la tercera edad.
- Afectividad y sexualidad en el envejecimiento.
- Violencia de género en la tercera edad.



Inscríbete a través  
de nuestro formulario:

Inscripción >

¡Os esperamos!

# 21

octubre

## Unidad 1

### Conceptos básicos: Envejecimiento activo, salud y edadismo

16:00-17:00

· Horas: 1

#### El envejecimiento en la actualidad: conceptos y necesidades

· **Dra. Beatriz Lidón Cerezuela**

Enfermera. Profesora del Departamento de Enfermería. Facultad de Enfermería. Universidad de Murcia.

---

17:00-18:15

· Horas: 1,5

#### Envejecimiento, autonomía y dependencia

· **Dra. Beatriz Lidón Cerezuela**

Enfermera. Profesora del Departamento de Enfermería. Facultad de Enfermería. Universidad de Murcia.

---

18:15-18:45

#### Descanso

---

18:45-20:00

· Horas: 1,5

#### Principales problemas de salud relacionados con el proceso de envejecimiento

· **Dr. Joaquín León Molina**

Geriatra. Doctor en Ciencias Clínicas en Medicina. Hospital Universitario Virgen de la Arrixaca. Murcia.

---

20:00-21:00

· Horas: 1

#### La valoración geriátrica integral

· **Dr. Joaquín León Molina**

Geriatra. Doctor en Ciencias Clínicas en Medicina. Hospital Universitario Virgen de la Arrixaca. Murcia.

22  
octubre

## Unidad 2

### Salud mental y Envejecimiento

09:00-11:30

· Horas: 3

#### Psicología del envejecimiento

· **Dra. María del Carmen Vallejo Curto**

*Enfermera Especialista en Salud Mental en Hospital de día de psiquiatría. Profesora Escuela de Enfermería Povisa.*

---

11:30-12:00

#### Descanso

---

12:00-13:00

· Horas: 1

#### Taller Estimulación cognitiva y demencia

· **Sara Vallejo Curto**

*Terapeuta ocupacional. Máster en Terapia Ocupacional basada en la Evidencia.  
Terapia de Mano.*

---

13:00-14:00

· Horas: 1

#### Taller Intervención de psicomotricidad y demencia

· **Sara Vallejo Curto**

*Terapeuta ocupacional. Máster en Terapia Ocupacional basada en la Evidencia.  
Terapia de Mano.*

# 28

octubre

## Unidad 3

### Promoción de comportamientos y hábitos saludables para un envejecimiento activo

16:00-18:15

#### Necesidades y hábitos nutricionales durante el proceso de envejecimiento

· Horas: 3

**Dra. Virginia Esperanza Fernández Ruíz**

Enfermera y nutricionista. Profesora del Departamento de Enfermería. Facultad de Enfermería. Universidad de Murcia. Enfermera nutricionista del Hospital Universitario Virgen de la Arrixaca.

---

18:15-18:45

#### Descanso

---

18:45-21:00

#### Actividad física y deporte como motor de promoción para la salud

· Horas: 1,5

· **Dra. Yolanda López Benavente**

Enfermera y Pedagoga en la Dirección de Asistencia Sanitaria del SMS.

# 29

octubre

## Unidad 4

### Sexualidad, género y Salud

**09:00-11:15**

· Horas: 2,5

#### Afectividad y sexualidad en el envejecimiento

· **Carmen Castillo**

*Licenciada en Derecho, Máster en igualdad de oportunidades y violencias hacia las mujeres. Formadora especializada en prevención y abordaje de violencia de género. Distinción 25 N en 2019, otorgada por la Consejería de Mujer, Igualdad, LGTBI, Familias y Política Social por su trayectoria personal y profesional como formadora en estas materias.*

---

**11:15-11:45**

#### Descanso

---

**11:45-14:00**

· Horas: 2,5

#### Violencia de género en la tercera edad

· **Carmen Castillo**

*Licenciada en Derecho, Máster en igualdad de oportunidades y violencias hacia las mujeres. Formadora especializada en prevención y abordaje de violencia de género. Distinción 25 N en 2019, otorgada por la Consejería de Mujer, Igualdad, LGTBI, Familias y Política Social por su trayectoria personal y profesional como formadora en estas materias.*



Envejecimiento  
*Activo y Saludable*

C/ Adrián Viudes, 9  
30570 Beniaján (Murcia)

[www.activosaludable.org](http://www.activosaludable.org)



Un proyecto de

**Columbares**

UNIVERSIDAD DE  
MURCIA



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE DERECHOS SOCIALES  
Y AGENDA 2030



POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL