



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Facultad de Estudios Superiores Zaragoza



Plan de Estudios de la Licenciatura en  
Desarrollo Comunitario para el Envejecimiento

Programa

Cuidado del Anciano Sano y Enfermo

<b>Clave</b>	<b>Semestre</b> 5°	<b>Créditos</b> 3	<b>Duración</b>	3 semanas		
			<b>Campo de conocimiento</b>	Promoción de la Salud; Gerontología Social y Comunitaria; Humanístico Social		
			<b>Etapa</b>			
<b>Modalidad</b>	Curso ( ) Taller (X) Lab ( ) Sem ( )		<b>Tipo</b>	T ( ) P ( ) T/P (X)		
<b>Carácter</b>	Obligatoria (X) Optativo ( ) para el Técnico Profesional		<b>Horas</b>			
	Obligatorio E ( ) Optativo E ( )					
			<b>Semana</b>	<b>Semestre / Año</b>		
			<b>Teóricas</b> 10	<b>Teóricas</b> 30		
			<b>Prácticas</b> 5	<b>Prácticas</b> 15		
			<b>Total</b> 15	<b>Total</b> 45		

Seriación

Ninguna ( X )

Obligatoria ( )

<b>Asignatura antecedente</b>	
<b>Asignatura subsecuente</b>	
<b>Indicativa ( )</b>	
<b>Asignatura antecedente</b>	
<b>Asignatura subsecuente</b>	

<b>Objetivo general:</b>			
Analizar los aspectos teóricos y prácticos de las medidas preventivas y terapéuticas para proporcionar una atención óptima al adulto mayor enfermo o sano con el apoyo familiar y de la comunidad.			
<b>Objetivos específicos:</b>			
1. Identificar los elementos necesarios sobre el cuidado cotidiano del adulto mayor con la finalidad de fomentar el autocuidado y su independencia.			
2. Diseñar planes alimenticios de acuerdo con las condiciones y necesidades particulares de los adultos mayores sanos y enfermos.			
3. Mantener la salud de las personas que envejecen a través de la prevención de accidentes y de la aplicación de los primeros auxilios.			
4. Relacionar los conceptos teóricos con las actividades prácticas para llevar a cabo una reanimación cardio-pulmonar con la técnica correcta.			
5. Analizar las implicaciones, riesgos, repercusiones y medidas preventivas de la actividad cotidiana del cuidador de personas adultas mayores.			
<b>Indice temático</b>			
	<b>Tema</b>	<b>Horas Semestre / Año</b>	
		<b>Teóricas</b>	<b>Prácticas</b>
1	Cuidado cotidiano del anciano	5	2
2	Alimentación para personas mayores con salud o enfermedad	5	2
3	Prevención de accidentes y primeros auxilios para personas mayores	5	2
4	Reanimación cardio-pulmonar básica	10	7
5	Cuidado del cuidador	5	2
<b>Total</b>		30	15
<b>Contenido Temático</b>			
<b>Tema</b>	<b>Subtemas</b>		
1	Cuidado cotidiano del anciano 1.1 Conceptos básicos: cuidado cotidiano. 1.2 Lineamientos generales para el cuidado de la piel. 1.3 Lineamientos generales para el baño. 1.4 Aseo de oídos. 1.5 Aseo de nariz. 1.6 Lineamientos generales para el cuidado del cabello. 1.7 Lineamientos generales para el cuidado de la boca. 1.8 Higiene y cuidado de la prótesis dental. 1.9 Lavado de manos. 1.10 Corte de uñas. 1.11 Lineamientos generales para el cuidado de los pies.		
2	Alimentación para personas mayores con salud o enfermedad 2.1 Cambios biológicos del sistema digestivo. 2.2 Alimentación y nutrición en el envejecimiento. 2.3 Lineamientos generales para la alimentación durante el envejecimiento. 2.4 Medidas de autocuidado.		
3	Prevención de accidentes y primeros auxilios para personas mayores 3.1 Principales accidentes en los viejos, riesgos dentro y fuera del hogar, prevención de riesgos. 3.2 Principales urgencias y emergencias en los viejos. 3.3 Primeros auxilios.		

4	Reanimación cardio pulmonar básica 4.1 Fisiología cardio respiratoria básica. 4.2 Signos vitales. 4.3 Causas de paro cardio respiratorio. 4.4 Diagnóstico de paro cardio respiratorio. 4.5 Técnica y estrategias de la Reanimación Cardio Pulmonar (RCP).		
5	Cuidado del cuidador 5.1 El cuidador. 5.2 El cuidador en la sociedad. 5.3 Relación cuidador-adulto mayor. 5.4 Riesgos para el cuidador. 5.5 El síndrome de Burnout. 5.6 Ética en el cuidado de los ancianos.		
Estrategias didácticas		Evaluación del aprendizaje	
Exposición	( )	Exámenes parciales	( )
Trabajo en equipo	(X)	Examen final	( )
Lecturas	(X)	Trabajos y tareas	(X)
Trabajo de investigación	( )	Presentación de tema	(X)
Prácticas (taller o laboratorio)	( )	Participación en clase	(X)
Prácticas de campo	(X)	Asistencia	( )
Aprendizaje por proyectos	( )	Rúbricas	( )
Aprendizaje basado en problemas	( )	Portafolios	(X)
Casos de enseñanza	( )	Listas de cotejo	( )
Otras (especificar)		Otras (especificar)	(X)
		Reporte de lecturas	
		Plan de cuidados	
Perfil profesiográfico			
Título o grado	Científico del área de la salud como médico, enfermera, entre otros		
Experiencia docente	Con experiencia docente		
Otra característica	Con conocimientos en gerontología social y RCP		
<b>Bibliografía básica:</b>			
Blanco, M., Kriber, N. y Cardinali, D. (2004). Encuesta sobre dificultades del sueño en una población urbana latinoamericana. <i>Rev Neurol.</i> , (39),115-9.			
Buneder, J. y Mendoza, L. (2001). Patología bucal. En Martínez, F. (Ed.). <i>Tópicos de gerontología</i> . (pp. 123-129). México: FES Zaragoza, UNAM.			
Carreón, A. y Rodríguez, R. Patología de los pies. En Rodríguez, G. y Lazcano, B. <i>Práctica de la geriatría</i> . (pp. 192-195). México: Mc. Graw Hill Interamericana.			
Carrión, A. (2006). <i>Autoestima y desarrollo personal con PNL</i> . Barcelona: Obelisco.			
Carulla, S., Sánchez, C., et al. (2004). <i>Longevidad. Tratado integral sobre salud en la segunda mitad de la vida</i> . Barcelona: Panamericana.			
Correa, E. (2004a). Cuidados para el adulto mayor enfermo en el hogar. En Mendoza-Núñez, V., Martínez-Maldonado, M. y Vargas-Guadarrama, L. <i>Gerontología comunitaria</i> . (pp. 473-530). México: FES Zaragoza, UNAM.			
Fernández-Ballesteros, R. (2002). <i>Vivir con vitalidad</i> . Madrid: Pirámide.			
González, J. (1988). <i>Manual de autocuidado y salud en el envejecimiento</i> . México: Costa-Amic.			
Martínez, A. (2009). <i>Nuevas miradas sobre el envejecimiento</i> . España: Ministerio Español Instituto de Mayores y Servicios Sociales (INMERSO).			
Mendoza-Núñez, V. (2008). <i>Estrategias para el control de enfermedades crónico-degenerativas a nivel comunitario</i> . México: Universidad Nacional Autónoma de México.			
Mendoza-Núñez, V., Martínez-Maldonado, M. y Vargas-Guadarrama, L. (2004). <i>Gerontología</i>			

*Comunitaria*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.  
Mishara, B. (2000). *El proceso de envejecimiento*. Madrid: Morata.  
Perea, R. (2004). *Educación para la salud: reto de nuestro tiempo*. Madrid: Díaz de Santos.  
Sánchez, R. (2007). *Longevidad con éxito: los nonagenarios de Pamplona*. España: Herder.  
Vizcaíno, M. (2000). *Envejecimiento y atención social*. España: Herder.

**Bibliografía complementaria:**

Correa, E. (2004). Higiene personal durante el envejecimiento. En Mendoza-Núñez, V., Martínez-Maldonado, M. y Vargas-Guadarrama, L. (Eds). *Gerontología comunitaria*. (p. 441-50). México: UNAM.  
Pallarés, V. (2003). Hacia un envejecimiento saludable: educación para la salud. En Cabedo, S. (Coord.). *Hacia un concepto integral de calidad de vida: la universidad y los mayores*. (pp. 37-56). Castelló de la Plana: Universitat Jaume.