



Subsistema de **Universidades
Politécnicas**

Manual de Asignatura

TFAM-ES

Formulario de inscripción para un curso técnico. Incluye campos para nombre, apellido, identificación, ciudad, y dirección. También contiene una sección de datos personales y académicos.

Documento detallado que muestra el programa de la asignatura, incluyendo una tabla con columnas para temas, horas, y evaluaciones.

LICENCIATURA EN TERAPIA
FÍSICA

TERAPIA FÍSICA EN EL
ADULTO MAYOR



DIRECTORIO

Lic. Emilio Chuayffet Chemor
Secretario de Educación

Dr. Fernando Serrano Migallón
Subsecretario de Educación Superior

Mtro. Héctor Arreola Soria
Coordinador General de Universidades Tecnológicas y Politécnicas

Dr. Gustavo Flores Fernández
Coordinador de Universidades Politécnicas.



PÁGINA LEGAL

Participantes

MGS Alma Belen Clila Luna

MEC Dulce Maria Soriano Porras

Primera Edición: 2013

DR © 2013 Coordinación de Universidades Politécnicas.

Número de registro:

México, D.F.

ISBN-----



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	V
PROGRAMA DE ESTUDIOS	VI
FICHA TÉCNICA.....	VII
DESARROLLO DE LA PRÁCTICA O PROYECTO.....	IX
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.....	¡Error! Marcador no definido.
GLOSARIO.....	XVIII
BIBLIOGRAFÍA	XXIV



INTRODUCCIÓN

El envejecimiento es el conjunto de modificaciones morfológicas y fisiológicas que aparecen como consecuencia de la acción del tiempo sobre los seres vivos, que supone una disminución de la capacidad de adaptación en cada uno de los órganos, aparatos y sistemas, así como de la capacidad de respuesta a los agentes lesivos que inciden en el individuo. En México, las personas adultas mayores son consideradas un grupo de población vulnerable teniendo en consideración que el crecimiento demográfico nos marca un panorama con tendencia en aumento en población adulta mayor, conocer y establecer los criterios sobre este proceso permite al alumno en formación profesional enriquecer su conocimiento sobre este sector de la población.

Como proceso el envejecimiento lleva al individuo en una serie de modificaciones tanto biológicas como psicológicas y sociales, esta asignatura proveerá de conocimiento sobre el manejo en el área de terapia física de paciente adulto mayor. Identificar y hacer relación sobre diversas esferas del envejecimiento que permitirá guiar desde los conceptos de vejez, envejecimiento, calidad de vida, valoraciones en el adulto mayor para posteriormente realizar propuestas de intervención fisioterapéuticas.

De acuerdo a la teoría de la actividad asume que la felicidad se alcanza al estar comprometido en una actividad. Las personas mayores que envejecen satisfactoriamente, son aquellas que realizan actividades que les resultan interesantes, tanto productivas como de ocio o de ejercicio físico, si bien la cultura en la que vivimos nos presenta representaciones sociales del envejecimiento en su mayoría negativas, romper paradigmas de este proceso favorece al alumno para diseñar y proponer mejoras sobre planes de intervención con impacto en el desempeño del terapeuta físico que se enfrentara a una realidad profesional con un porcentaje significativo de paciente adulto mayor, la promoción de salud y ejercicio en el paciente geriátrico son algunas de las actividades que el alumno desarrollara en el curso de esta asignatura.

PROGRAMA

PROGRAMA DE ESTUDIO																		
DATOS GENERALES																		
NOMBRE DEL PROGRAMA EDUCATIVO: LICENCIATURA EN TERAPIA FÍSICA																		
OBJETIVO DEL PROGRAMA EDUCATIVO: Formar profesionales competentes con un alto sentido humanístico y social, capaces de diagnosticar, aplicar métodos y técnicas en terapia física, orientados a prevenir y solucionar alteraciones físicas y funcionales producto de diversos procesos patológicos que afectan al ser humano en su conjunto, mediante un																		
NOMBRE DE LA ASIGNATURA: TERAPIA FÍSICA EN EL ADULTO MAYOR																		
CLAVE DE LA ASIGNATURA: TFAM-ES																		
OBJETIVO DE LA ASIGNATURA: Identificar el proceso de envejecimiento, así como los factores que intervienen en el mismo, desarrollando habilidades y destrezas para realizar una intervención fisioterapéutica adecuada en el paciente adulto mayor																		
TOTAL HRS. DEL CUATRIMESTRE: 75 hrs																		
FECHA DE EMISIÓN:																		
UNIVERSIDADES PARTICIPANTES:																		
CONTENIDOS PARA LA FORMACIÓN			ESTRATEGIA DE APRENDIZAJE										EVALUACIÓN		OBSERVACIÓN			
UNIDADES DE APRENDIZAJE	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	EVIDENCIAS	TÉCNICAS SUGERIDAS		ESPACIO EDUCATIVO			MOVILIDAD FORMATIVA		MATERIALES REQUERIDOS	EQUIPOS REQUERIDOS	TOTAL DE HORAS				TÉCNICA	INSTRUMENTO	
			PARA LA ENSEÑANZA (PROFESOR)	PARA EL APRENDIZAJE (ALUMNO)	AULA	LABORATORIO	OTRO	PROYECTO	PRÁCTICA			TEÓRICA	PRÁCTICA					
												Presencial	NO Presencial	Presencial	NO Presencial			
UNIDAD 1 ENVEJECIMIENTO	Al completar la unidad de aprendizaje el alumno será capaz de: * Reconocer los conceptos de vejez, envejecimiento * Integrar la relación de ciclo de vida, calidad de vida * Analizar los determinantes sociales de salud en el adulto mayor * Indefinir los cambios biológicos y fisiológicos que se presentan en el proceso de envejecimiento * Analizar las teorías del envejecimiento	EP1 Ensayo ciclo, calidad de vida y su relación con determinantes sociales de salud y el envejecimiento EC1 Cuestionario proceso de envejecimiento	Panel, Lectura recomendada, lluvia de ideas, seminario de investigación	Lectura recomendada, elaboración de ensayo	X	N/A	N/A	N/A	N/A	Pizarra, Diapositivas, Fotografías, Video, Plumones	Proyector, laptop, bocinas.	18	0	0	0	Documental	Rubrica para ensayo Cuestionario proceso de envejecimiento	X
UNIDAD 2 INTERVENCIÓN FISIOTERAPÉUTICA EN EL ADULTO MAYOR	Al completar la unidad de aprendizaje el alumno será capaz de: * Explicar los padecimientos particulares del adulto mayor * Realizar valoraciones adecuadas en terapia física del paciente adulto mayor * Determinar y realizar intervenciones de terapia física en el paciente geriátrico	ED1 Representación teatral de escenario profesional en atención de paciente geriátrico EP1 Resolución de ABP en padecimiento, valoración y plan de intervención fisioterapéutica en el adulto mayor	Panel, estudio de caso, ABP, seminario de investigación, lluvia de ideas, lectura recomendada, juego de papeles	Seminario de investigación, juego de papeles, lectura recomendada	X	X	X	N/A	X	Diapositivas, goniometro, video, pizarra, plumon, cinta metrica, vasculia, espejos, mesa de exploración, pelotas,	Proyector, laptop, bocinas, reentrenador de marcha, sistema de balance	18	0	10	1	Documental Campo	Guia de observación de representación teatral Lista de cotejo para resolución de ABP	X
UNIDAD 3 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ADULTO MAYOR	Al completar la unidad de aprendizaje el alumno será capaz de: * Reconocer los paradigmas del envejecimiento * Analizar la relevancia del ejercicio para un envejecimiento activo y saludable * Comprender la interacción y fisiología del ejercicio en el adulto mayor * Elaborar planes de ejercicio preventivos y terapéuticos para el adulto mayor	EP1 Cuadro comparativo de envejecimiento activo y sedentario EP2 Cartel de fisiología del ejercicio, mediante el análisis y propuesta de iniciativa a la promoción de salud y el ejercicio en paciente geriátrico EC1 Cuestionario actividad física y deporte en el adulto mayor	Panel, ABP, estudio de caso, lectura recomendada, seminario de investigación	ABP, lectura recomendada, seminario de investigación	X	X	X	N/A	X	Diapositivas, video, fotografía, pizarra, plumon, oximetro, baumanometro, estetoscopio, mesa de tratamiento	Proyector, laptop, bocinas, reentrenador de marcha, sistema de balance	18	0	10	0	Documental	Rubrica para cuadro comparativo Rubricas para cartel Cuestionario actividad física y deporte en el adulto mayor	X
												54	0	20	1			



FICHA TÉCNICA

NOMBRE DE LA ASIGNATURA

Nombre:	TERAPIA FÍSICA EN EL ADULTO MAYOR
Clave:	TFAM-ES
Justificación:	Esta asignatura capacitará y permitirá al alumno desarrollar habilidades y competencias para realizar una evaluación, pronóstico, diagnóstico, diseño de planes e intervención fisioterapéutica en paciente geriátrico
Objetivo:	El alumno será capaz de identificar el proceso de envejecimiento, así como los factores que intervienen en el mismo, desarrollando habilidades y destrezas para realizar una intervención fisioterapéutica adecuada en el paciente adulto mayor
Habilidades:	<p>Reflexión, Creatividad</p> <p>Determina las alteraciones que presenten los diferentes sistemas y estructuras del organismo.</p> <p>Organizacional, relaciones interpersonales, toma de decisiones.</p> <p>Identificar las diferentes estructuras anatómicas normales y patológicas del organismo humano</p> <p>Examinar los sistemas anatómicos y fisiológicos a los que pertenece cada órgano</p> <p>Discriminar entre un paciente sano y enfermo que requiera terapia física y/o rehabilitación.</p> <p>Identificar los cambios bioquímicos a nivel celular durante el ejercicio.</p> <p>Seleccionará y elegirá los métodos, técnicas e instrumentos adecuados para efectuar los diagnósticos en terapia física.</p> <p>Interviene en el proceso rehabilitatorio de acuerdo al órgano u órganos afectados.</p> <p>Identificar la limitación funcional del paciente.</p> <p>Diseñar un programa de terapia física de acuerdo a las capacidades residuales del paciente.</p> <p>Describir la implementación de ayudas que faciliten el proceso de rehabilitación.</p> <p>Emplear ejercicio terapéutico acorde a la discapacidad.</p> <p>Aplicará los conocimientos terapéuticos y científicos para la difusión y la mejora en los procesos de enseñanza y de aprendizaje en la terapia física.</p> <p>Desarrollar programas de educación para la promoción de en la prevención de padecimientos discapacitantes a través del uso de técnicas de prevención y atención de lesiones.</p>

Competencias genéricas a desarrollar:	Capacidad de análisis y síntesis; para aprender; para resolver problemas, aplicar los conocimientos en la práctica, adaptarse a nuevas situaciones, para cuidar la calidad, gestionar la información; y para trabajar en forma autónoma y en equipo.
---------------------------------------	--

Capacidades a desarrollar en la asignatura	Competencias a las que contribuye la asignatura
<p>Identificar alteraciones en el cuerpo humano conforme a las estructuras anatómicas normales y patológicas por medio de la observación, palpación e interrogatorio clínico.</p> <p>Identificar las alteraciones en el paciente examinando los sistemas anatómicos y fisiológicos a través de los resultados de gabinete con apoyo de los equipos electromecánicos de diagnóstico y la exploración física</p> <p>Identificar el funcionamiento de los sistemas del cuerpo humano para determinar las propuestas del tratamiento terapéutico conforme a la historia clínica del paciente</p> <p>Identificar el funcionamiento de los instrumentos de diagnóstico y terapéuticos para poder determinar cuáles serán empleados conforme a la propuesta de tratamiento terapéutico diseñada.</p> <p>Proponer los métodos terapéuticos de acuerdo a los resultados del diagnóstico puedan ser utilizados para un tratamiento terapéutico específico.</p> <p>Emplear los métodos y técnicas de la terapia física con destreza motriz y cognitiva para su manejo y uso en tratamientos terapéuticos de pacientes</p> <p>Controlar el tratamiento terapéutico acorde a los signos y síntomas identificados, para</p>	<p>Diagnosticar las enfermedades neuromusculo-esqueléticas para identificar el tratamiento a seguir conforme a las condiciones de salud del paciente y los resultados de gabinete.</p> <p>Integrar programas de terapia física de acuerdo a los resultados del diagnóstico y el discernimiento ante la problemática especial de cada paciente para una atención individualizada.</p> <p>Determinar los métodos y las técnicas terapéuticas a seguir para el tratamiento terapéutico de los pacientes y su recuperación funcional.</p> <p>Ejecutar el programa de tratamiento terapéutico para contribuir al mantenimiento de la salud, del bienestar y de la calidad de vida del paciente, mediante los métodos y procedimientos establecidos para tal fin.</p>

el control de la terapia implementada.	
--	--

Estimación de tiempo (horas) necesario para transmitir el aprendizaje al alumno, por Unidad de Aprendizaje:	Unidades de aprendizaje	HORAS TEORÍA		HORAS PRÁCTICA	
		presencia 	No presencia 	presencia 	No presenci al
	ENVEJECIMIENTO	18	0	0	0
	INTERVENCIÓN FISIOTERAPUETICA EN EL ADULTO	18	0	11	0
	ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ADULTO MAYOR	18	0	10	0
Total de horas por cuatrimestre:	75				
Total de horas por semana:	5				
Créditos:					


 Subistema de Universidades Politécnicas	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE
--	--

Nombre de la asignatura:	TERAPIA FISICA EN EL ADULTO MAYOR		
Nombre de la Unidad de Aprendizaje:	INTERVENCIÓN FISIOTERAPÉUTICA EN EL ADULTO MAYOR		
Nombre de la práctica o proyecto:	VALORACIÓN INTEGRAL EN EL ADULTO MAYOR		
Número:	5	Duración (horas) :	2hrs
Resultado de	Al finalizar la unidad el alumno será capaz de: Realizar valoraciones adecuadas en terapia física del paciente adulto mayor, Determinar y		

aprendizaje:	realizar intervenciones de terapia física en el paciente geriátrico.
Requerimientos (Material o equipo):	Diapositivas, video, fotografía, pizarrón, plumón, oxímetro, baumanómetro, estetoscopio, mesa de tratamiento, proyector, laptop, bocinas, reentrenador de marcha, sistema de balance.
<p>Posterior al análisis y estudio de diversas patologías en el adulto mayor, al igual que las valoraciones generales de terapia física, el docente da un ejemplo y guía al alumno en realizar diferentes valoraciones aplicadas al paciente geriátrico desde valoración muscular a riesgo de caída, que en conjunto dan la orientación al alumno de que valoración determinar para posteriormente integrarlo en un estudio de caso o mediante un ABP, que posteriormente se realizara como segunda fase de la práctica donde el docente da un parámetro de caso clínico para que el alumno determine cuál es el camino a seguir mediante las valoraciones ya anteriormente revisadas.</p>	
<p>ED1 Representación teatral de escenario profesional en atención de paciente geriátrico EP1 Resolución de ABP en padecimiento, valoración y plan de intervención fisioterapéutico en el adulto mayor</p>	

 Subsistema de Universidades Politécnicas	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE
---	--

Nombre de la asignatura:	TERAPIA FISICA EN EL ADULTO MAYOR		
Nombre de la Unidad de Aprendizaje:	ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ADULTO MAYOR		
Nombre de la práctica o proyecto:	ANALISIS DE ACTIVIDAD FISICA EN EL ADULTO MAYOR		
Número:	5	Duración (horas) :	2hrs
Resultado de aprendizaje:	Al finalizar la unidad el alumno será capaz de: Comprender la interacción y fisiología del ejercicio en el adulto mayor Elaborar planes de ejercicio preventivos y terapéuticos para el adulto mayor.		
Requerimientos (Material o equipo):	Diapositivas, video, fotografía, pizarrón, plumón, oxímetro, baumanómetro, estetoscopio, mesa de tratamiento, proyector, laptop, bocinas, reentrenador de marcha, sistema de balance.		
Una vez analizadas y realizar la ejecución de las distintas valoraciones en el adulto mayor,			



hacer la interacción entre fisiología y el ejercicio es relevante para que el alumno pueda determinar un plan de intervención, por lo cual durante esta práctica el alumno será guiado por una serie de actividades que le permitan identificar e integrar los conocimientos ya establecidos anteriormente, la actividad consiste en que el alumno realice valoración en ejercicio integrando entre otros aspectos el registro de frecuencia cardiaca, respiratoria, fatiga, resistencia, elasticidad, haciendo intervalos entre reposo y actividad física, en un inicio con el alumno mismo y en lo posible y accesible será con un adulto mayor. que mediante ABP o estudio de caso se llevara a la realidad.

EP2 Cartel de fisiología del ejercicio, mediante el análisis y propuesta de iniciativa a la promoción de salud y el ejercicio en paciente geriátrico

EC1 Cuestionario actividad física y deporte en el adulto mayor



Instrumentos de Evaluación



DATOS GENERALES DEL PROCESO DE EVALUACIÓN

Nombre del Alumno:	Matrícula:	Firma del alumno:
Profesor:	Firma del docente:	
Cuatrimestre:	Fecha:	
Asignatura:		

INSTRUCCIONES

Revisar las actividades que se solicitan y marque en los apartados "SI" cuando la evidencia se cumple; en caso contrario marque "NO". En la columna "OBSERVACIONES" indicaciones que puedan ayudar al alumno a saber cuáles son las condiciones no cumplidas, si fuese necesario. En el apartado de "RESULTADO" realizar la suma de lo alcanzado en cada uno de los reactivos.

Valor del reactivo	Característica a cumplir (Reactivo)	CUMPLE		OBSERVACIONES
		SI	NO	
5%	Porta el uniforme adecuadamente			
10%	Presenta puntual en fecha y horario establecido			
5%	Portada: Nombre de la escuela (logotipo), Licenciatura, Asignatura, Profesor, Alumno, Grupo y fecha de entrega			
20%	Contenido: a. Introducción: Especifica que el ensayo trata de la relación en calidad de vida, determinantes sociales en salud y el envejecimiento			
20%	b. Desarrollo: Explica, analiza, compara los determinantes sociales que influyen en el proceso de envejecimiento, salud y calidad de vida de manera fundamentada, con una secuencia estructurada			
20 %	c. Conclusión: Discute sus ideas, retoma el objetivo del ensayo llegando una idea central de			
10%	d. Usa el estilo de citación para la organización del documento presentado, referencias entre paréntesis y lista de referencias			
10%	e. Ortografía (cero errores ortográficos)			
100%	CALIFICACIÓN :			



Subsistema de
Universidades
Politécnicas

GUIA DE OBSERVACIÓN DE REPRESENTACIÓN
TEATRAL DEL ESCENARIO PROFESIONAL EN
ATENCIÓN DE PACIENTE GERIÁTRICO

DATOS GENERALES DEL PROCESO DE EVALUACIÓN

Nombre del Alumno:	Matrícula:	Firma del alumno:
Profesor:	Firma del docente:	
Cuatrimestre:	Fecha:	
Asignatura:		

INSTRUCCIONES

Revisar las actividades que se solicitan y marque en los apartados "SI" cuando la evidencia se cumple; en caso contrario marque "NO". En la columna "OBSERVACIONES" indicaciones que puedan ayudar al alumno a saber cuáles son las condiciones no cumplidas, si fuese necesario. En el apartado de "RESULTADO" realizar la suma de lo alcanzado en cada uno de los reactivos.

Valor del reactivo	Característica a cumplir (Reactivo)	CUMPLE		OBSERVACIONES
		SI	NO	
5%	Porta el uniforme adecuadamente			
5%	Presenta puntual en fecha y horario establecido			
15%	Representación teatral a. Presenta los integrantes necesarios para la representación teatral (paciente, terapeuta físico, familiares, cuidador, medico, redes de apoyo)			
10%	b. La expresión oral es clara y entendible			
10%	c. El desarrollo de la temática es bajo un orden y plantea un escenario real de atención en el adulto mayor (problemáticas y manejo de las mismas)			
20%	d. Relación de temática con el escenario profesional en atención de paciente geriátrico			
20%	e. Actúan todos los integrantes de la representación			
5%	f. Manejo de creatividad en el desarrollo, escenario y personificación			
5%	g. Trabajo colaborativo			
5%	h. Organización del equipo			XV
100%				



Subsistema de
Universidades
Politécnicas

RUBRICA PARA CUADRO COMPARATIVO ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SEDENTARIO

DATOS GENERALES DEL PROCESO DE EVALUACIÓN

Nombre del Alumno:	Matrícula:	Firma del alumno:
Profesor:	Firma del docente:	
Cuatrimestre:	Fecha:	
Asignatura:		

INSTRUCCIONES

Revisar las actividades que se solicitan y marque en los apartados "SI" cuando la evidencia se cumple; en caso contrario marque "NO". En la columna "OBSERVACIONES" indicaciones que puedan ayudar al alumno a saber cuáles son las condiciones no cumplidas, si fuese necesario. En el apartado de "RESULTADO" realizar la suma de lo alcanzado en cada uno de los reactivos.

Valor del reactivo	Característica a cumplir (Reactivo)	CUMPLE		OBSERVACIONES
		SI	NO	
5%	Porta el uniforme adecuadamente			
10%	Presenta puntual en fecha y horario establecido			
5%	Portada: Nombre de la escuela (logotipo), Licenciatura, Asignatura, Profesor, Alumnos, Grupo y Fecha de entrega			
10%	Estructura del cuadro de acuerdo a los criterios sugeridos (envejecimiento activo, envejecimiento sedentario)			
20%	a. Desarrollo de cuadro en base a una secuencia mostrando características físicas, fisiológicas, psicológicas de cada proceso de envejecimiento			
20%	b. Parámetros de comparación fundamentada			
15%	c. Síntesis y congruencia de la información presentada			
5%	d. Formato del cuadro corresponde a los valores de comparación			
5%	e. Tamaño y tipo de letra adecuados y visibles			
5%	f. Ortografía (cerro errores ortográficos)			
100%	CALIFICACIÓN :			



Subsistema de
Universidades
Politécnicas

LISTA DE COTEJO PARA CARTEL
FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO, PROMOCIÓN DE
SALUD Y EL EJERCICIO EN PACIENTE
GERIÁTRICO

DATOS GENERALES DEL PROCESO DE EVALUACIÓN

Nombre del Alumno:	Matrícula:	Firma del alumno:
Profesor:	Firma del docente:	
Cuatrimestre:	Fecha:	


Asignatura:

INSTRUCCIONES

Revisar las actividades que se solicitan y marque en los apartados "SI" cuando la evidencia se cumple; en caso contrario marque "NO". En la columna "OBSERVACIONES" indicaciones que puedan ayudar al alumno a saber cuáles son las condiciones no cumplidas, si fuese necesario. En el apartado de "RESULTADO" realizar la suma de lo alcanzado en cada uno de los reactivos.

Valor del reactivo	Característica a cumplir (Reactivo)	CUMPLE		OBSERVACIONES
		SI	NO	
5%	Porta el uniforme adecuadamente			
10%	Presenta puntual en fecha y horario establecido			
5%	Portada: Nombre de la escuela (logotipo), Licenciatura, Asignatura, Profesor, Alumno, Grupo			
5%	Esquema de cartel: a. Colores y tamaño de letra apropiada Sin saturación de texto			
10%	Presentación de cartel: b. Desarrollo del tema fundamentado y con una secuencia estructurada			
10 %	c. Realiza síntesis de información (fisiología del ejercicio en el adulto mayor)			
20%	d. La información presentada es comprendida y presenta propuesta de promoción a salud y el ejercicio en paciente geriátrico			
5%	e. Ortografía (cero errores ortográficos)			
10%	f. Elaboración del cartel (organización previa, sin improvisar)			
10%	g. Utiliza el cartel como apoyo, no lectura total			

100%	CALIFICACIÓN :	
------	----------------	--

 Subistema de Universidades Politécnicas	LISTA DE COTEJO INTERVENCIÓN EN PADECIMIENTO DE ADULTO MAYOR	
--	--	--

DATOS GENERALES DEL PROCESO DE EVALUACIÓN				
Nombre del Alumno:	Matrícula:	Firma del alumno:		
Profesor:	Firma del docente:			
Cuatrimestre:	Fecha:			
Asignatura:				
INSTRUCCIONES				
Revisar las actividades que se solicitan y marque en los apartados "SI" cuando la evidencia se cumple; en caso contrario marque "NO". En la columna "OBSERVACIONES" indicaciones que puedan ayudar al alumno a saber cuáles son las condiciones no cumplidas, si fuese necesario. En el apartado de "RESULTADO" realizar la suma de lo alcanzado en cada uno de los reactivos.				
Valor del reactivo	Característica a cumplir (Reactivo)	CUMPLE		OBSERVACIONES
		SI	NO	
5%	Porta el uniforme adecuadamente			
10%	Presenta puntual en fecha y horario establecido			
15%	Conoce el comportamiento y evolución de enfermedad en el adulto mayor			
15%	Determina la valoración oportuna y necesaria de acuerdo al padecimiento presentado			
15%	Realiza la o las valoraciones de manera correcta			
15%	Determina un posible diagnostico con base fundamentada a las valoraciones realizadas			
15%	Propone un plan de intervención fisioterapéutico fundamentado			
10%	Utiliza lenguaje técnico y apropiado a la situación			
100%	CALIFICACIÓN :			



Subsistema de
**Universidades
Politécnicas**

CUESTIONARIO DE PROCESO DE ENVEJECIMIENTO

DATOS GENERALES DEL PROCESO DE EVALUACIÓN

Nombre del Alumno:	Matrícula:	Firma del alumno:
Profesor:	Firma del docente:	
Cuatrimestre:	Fecha:	
Asignatura:		
INSTRUCCIONES		

Lee y completa las siguientes preguntas:

- 1.- Que es vejez:
- 2.- Define envejecimiento:
- 3.- Cual es la diferencia entre vejez y envejecimiento:
- 4.- Que es ciclo de vida:
- 5.- Menciona que es calidad de vida:
- 6.- La calidad de vida depende de:_____
- 7.- Los determinantes sociales influyen en el estilo de vida_____ fundamenta tu respuesta:_____
- 8.- Responde si es verdadero o falso de acuerdo a las siguientes consideraciones:
- 9.- De acuerdo a la OMS los determinantes sociales de la salud son las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, incluido el sistema de salud ()

10.- Los determinantes sociales de la salud explican la mayor parte de las inequidades sanitarias, esto es, de las diferencias injustas y evitables observadas en y entre los países en lo que respecta a la situación sanitaria ()

11.- La OMS estableció en 2005 la Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud ()

12.- Cuál es la relación entre determinantes sociales de salud y el envejecimiento:_____

13.- Realiza un cuadro resumen donde se plasmen los cambios que ocurren en el proceso de envejecimiento:

14.- Las teorías del envejecimiento tienen por objetivo: _____

15.- La teoría de los radicales libres nos indica que:_____

16.-Menciona el análisis de una teoría de envejecimiento



CUESTIONARIO DE ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE EN EL ADULTO MAYOR

DATOS GENERALES DEL PROCESO DE EVALUACIÓN

Nombre del Alumno:

Matrícula:

Profesor:

Cuatrimestre:

Asignatura:

Firma del alumno:

Firma del docente:

Fecha:

INSTRUCCIONES

- 1.- Menciona que diferencia hay entre un envejecimiento activo y un envejecimiento sedentario

- 2.- Explica cuál es la relación que existe entre el envejecimiento activo y saludable

- 3.- Es correcta la siguiente afirmación: La importancia del ejercicio físico a una edad en la que algunas facultades tienden a declinar y necesitan del mantenimiento de la función para conservar activos todos los sistemas del organismo_____. Explica el porqué:_____

- 4.-Describe cuales son las repercusiones que tiene la actividad física en el organismo

- 5.-El ámbito de la actividad física para personas mayores se centra en:
 - a) Prevención, mantenimiento, rehabilitación, recreación
 - b) Prevención, actividad, movimiento, recreación
 - c) Mantenimiento, actividad, movimiento, alegría

- 6.-Preventivo se refiere a:
 - a) Cuidar, movimiento limitado, reposo
 - b) Prevenir posibles enfermedades, alteraciones de personalidad, pérdida de equilibrio
 - c) Ninguna de las anteriores

- 7.-Mantenimiento se refiere:
 - a) Mantener cuerpo activo, peso corporal, postura correcta
 - b) Mantener equilibrio físico, emocional, autonomía física
 - c) a y b son correctas

8.- Menciona contraindicaciones de ejercicio en el adulto mayor

9.- Realiza un cuadro sinóptico describiendo las características fisiológicas del ejercicio en el adulto mayor

10.- Analiza los factores de riesgo de actividad deportiva y el envejecimiento:

11.- El licenciado en terapia física realiza plan de intervención de ejercicio en el adulto que pueden ser: _____

12.- Diseña una propuesta de plan de ejercicio de un paciente con 67 años de edad, masculino, con 1.70mts, pesa 82 kg, con artrosis en rodilla (genu varo), sin limitaciones cognitiva, ubicado en espacio y tiempo, sin datos de hipertensión, con 5 meses de jubilación que acude al área de rehabilitación por presentar ligero dolor en rodilla pero con iniciativa hacia la actividad deportiva. Debes considerar: evaluación, diagnostico, pronostico, plan de intervención, estableciendo tus criterios de elección hacia el diseño de intervención

Actividad física: Cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía.

Caída: Es el acontecimientos involuntarios que hacen perder el equilibrio y dar con el cuerpo en tierra u otra superficie firme que lo detenga.

Calidad de vida: Es la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas, sus inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno

Deporte: Es toda aquella actividad física que involucra una serie de reglas o normas a desempeñar dentro de un espacio o área, a menudo asociada a la competitividad deportiva.

Determinantes sociales de salud: Son las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, incluido el sistema de salud. Esas circunstancias son el resultado de la distribución del dinero, el poder y los recursos a nivel mundial, nacional y local, que depende a su vez de las políticas adoptadas.

Ejercicio: Se considera ejercicio físico, al conjunto de acciones motoras musculares y esqueléticas. Comúnmente se refiere a cualquier actividad física que mejora y mantiene la aptitud física, la salud y el bienestar de la persona.

Envejecimiento: Proceso dinámico, gradual, natural e inevitable que se desarrolla en los aspectos biológicos, psíquicos y sociales de los sujetos y está estructurado en torno al tiempo. Es una etapa más del ciclo vital y no es un estado patológico.


Equilibrio: Capacidad para alcanzar y mantener el centro de gravedad del cuerpo sobre su base de sustentación en un medio sensorial dado. Las reacciones de equilibrio son repuestas complejas basadas en un aprendizaje experimental previo en una situación de normal funcionamiento del sistema nervioso.

Geriatría: Es la rama o especialidad médica que se ocupa de los aspectos preventivos, curativos y de la rehabilitación de las enfermedades del adulto mayor.

Gerontología: Ciencia que se ocupa del estudio del envejecimiento, desde distintos puntos de vista: biológico, médico, psicológico y sociológico.

Hiposaliva: Disminución de saliva dentro de la cavidad oral por lo que la lengua, faringe, mucosa bucal y dientes están menos húmedos y menos lubricados de lo habitual

Prótesis: aparato artificial para sustituir una parte ausente o deficiente.



Pronostico: Resultado o trayectoria probable de una enfermedad. Los factores pronósticos son las características del paciente o de la enfermedad que influyen en el transcurso de esta.

Riesgo: Probabilidad de sufrir daño o pérdida.

Rigidez: Fenómeno neurológico en el que existe un aumento de la resistencia al movimiento pasivo lento, a diferencia de la espasticidad, no depende de la velocidad.

Úlcera: Lesión deprimida de la piel o de las membranas mucosas.

Úlcera por decúbito: Úlcera de la piel y en ocasiones de los músculos, que aparece en las zonas de presión de pacientes postrados en la cama que deben permanecer en la misma posición durante un largo periodo de tiempo.

Vejez: Es la última etapa en la vida de los seres animados, que precede a su muerte.

Xerostomía: Sensación de boca seca, la mucosa orofaríngea es menos humedecida que lo habitual

BIBLIOGRAFÍA

Básica

TÍTULO: GERIATRIA VOL. I, VOL II

AUTOR: RAYMOND C. TALLIS, HOWARD M. FILLIT

AÑO: 2005

EDITORIAL O REFERENCIA: MARBAN

LUGAR Y AÑO DE EDICIÓN: ESPAÑA, 2005

ISBN O REGISTRO: 84-7101-485-8

TÍTULO: EQUILIBRIO Y MOVILIDAD CON PERSONAS MAYORES

AUTOR: DEBRA J. ROSE

AÑO: 2005

EDITORIAL O REFERENCIA: PAIDOTRIBO

LUGAR Y AÑO DE LA EDICIÓN: BARCELONA, 2005

ISBN O REGISTRO: 84-8019-838-9

TÍTULO: TEMAS PRACTICOS EN GERIATRIA Y GERONTOLOGIA

AUTOR: FERNANDO MORALES MARTINEZ

AÑO: 2001

EDITORIAL O REFERENCIA: EUNED

LUGAR Y AÑO DE LA EDICIÓN: SAN JOSE COSTA RICA, 2001

ISBN O REGISTRO: 9968-31-162-6 (T.2)

TÍTULO: MANUAL DE FISIOTERAPIA, TRAUMANTOLOGIA, AFECCIONES CARDIOVASCULARES Y OTROS CAMPOS DE ACTUACIÓN

AUTOR: JOSE MANUEL PEREZ SANTANA

AÑO: 2004

EDITORIAL O REFERENCIA: MAD. SL

LUGAR Y AÑO DE LA EDICIÓN: ESPAÑA, 2004

ISBN O REGISTRO: 84-665-3837-2

TÍTULO: FUDAMENTOS DE FISILOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE

AUTOR: ALEX MERI

AÑO: 2005

EDITORIAL O REFERENCIA: PANAMERICANA

LUGAR Y AÑO DE LA EDICIÓN: ESPAÑA, 2005

ISBN O REGISTRO: 84-7903-982-5

TÍTULO: ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL ADULTO MAYOR: BASES FISIOLÓGICAS

AUTOR: JORGE CHÁVEZ SAMPERIO

AÑO: 2004

EDITORIAL O REFERENCIA: MASSON

LUGAR Y AÑO DE LA EDICIÓN: MEXICO 2004

ISBN O REGISTRO:

Complementaria

TÍTULO: EJERCICIO TERAPUETICO

AUTOR: CAROLYN KISNER, LYINN ALLEN COLBY

AÑO: 2005

EDITORIAL O REFERENCIA: PAIDOTROBO

LUGAR Y AÑO DE LA EDICIÓN: 2005, BARCELONA

ISBN O REGISTRO: 84-8019-788-9

TÍTULO: GERIATRIA DESDE EL PRINCIPIO

AUTOR: JUAN F. MACIAS NÚÑEZ

AÑO: 2005

EDITORIAL O REFERENCIA: GLOSA


LUGAR Y AÑO DE LA EDICIÓN: 2005,

ISBN O REGISTRO:

TÍTULO: FISIOTERAPUETAS DEL SERVICIO DE SALUD DE CASTILLA Y LEON

AUTOR: JUAN CARLOS LEON CASTRO, MARIA GALVEZ DOMINGUEZ, MIGUEL ANGEL ARCAS

PATRICIO



AÑO: 2006

EDITORIAL O REFERENCIA: MAD S.L

LUGAR Y AÑO DE LA EDICIÓN: ESPAÑA, 2006

ISBN O REGISTRO: 978-84-665-5559-5