

SEMINARIO - REMOTO

## ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y REVITALIZACIÓN GERIÁTRICA



CONTENIDO

# TEMÁTICO

### Módulo 1. CONCEPTUALIZACIÓN

- 1.1. Envejecimiento Activo.
- 1.2. Revitalización Geriátrica.
  - 1.2.1. Condición Física.
  - 1.2.2. Deterioro Cognitivo.
- 1.3. Caídas.

### Módulo 2. EVALUACIÓN

- 2.1. Escalas de Evaluación.
- 2.2. Riesgo de Caídas.

### Módulo 3. EDUCACIÓN

- 3.1. Prevención de Caídas (Cómo caerse, cómo levantarse: herramientas aditamentos para levantar y levantarse, qué hacer ante la caída)
- 3.2. Fragilidad y discapacidad.
- 3.3. Uso de aditamentos de asistencia.

### Módulo 4. INTERVENCIÓN

- 4.1. Estructura de un programa de revitalización.
- 4.2. Otras Alternativas.
  - Movimiento consciente - Danza
  - Movimiento Terapia.
  - Yoga.
  - Tai Chi.
  - Corporalidad consciente.