TÍTOLS PROPIS
VNIVERSITAT DE VALÈNCIA

Diploma d'Especialització Disseny de Programes d'Entrenament Funcional en Adults Majors. 2a Edició.
Codi: 17912040/17911050

DADES GENERALS

Curs acadèmic	
Tipus de curs	Diploma d'Especialització
Nombre de crèdits	33,00 Crèdits ECTS
Matrícula	920 euros (import preu públic)
Requisits d'accés	Llicenciats o Graduats en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport. * Estudiants als quals els quede menys d'un 10% dels crèdits necessaris per a obtenir el seu títol de grau, condicionats a l'obtenció del títol en el mateix any acadèmic.
Modalitat	Presencial
Lloc d'impartició	Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport
Horari	Divendres i dissabtes de 9 a 14 i de 16 a 21 h.,

Direcció

Organitzador	Departament d'Educació Física i Esportiva
Col·laborador	Ilustre Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la CV (COLEFCAFECV)
Direcció	María Cristina Blasco Lafarga Ayudante/a Doctor/a. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València Ainoa Roldán Aliaga Profesora Asociada de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València. Dra. Ciencias Actividad Física y Deporte. Ana Cordellat Marzal Profesora Asociada de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València. Dra. Ciencias Actividad Física y Deporte.

Terminis

Preinscripció al curs	Fins a 01/09/2017
Data inici	Octubre 2017
Data fi	Desembre 2018

Més informació

Telèfon	961 603 000
E-mail	informacio@adeituv.es

PROGRAMA

1.1 Contextualización y teorías del envejecimiento.
1.2. Fisiología del envejecimiento, Actividad Física y Entrenamiento.
1.2.1 Envejecimiento fisiológico cardiovascular y neuromuscular.
1.3. Movimiento e intensidad como motor de respuestas psicofisiológicas coordinadas. Bucles retro-alimentados y puntos claves del Entrenamiento en el AM. Neurogénesis, angiogénesis, circuitos y redes.
1.4. Envejecimiento psicosocial y afectación de la psicomotricidad. Envejecimiento, procesos psicomotores y cognición.
1.5 Repercusiones psicosociales.
1.6. Interrelación entre movimiento y funcionalidad neural: función ejecutiva; atención, memoria, etc. Entrenamiento funcional "mental" y programas de AF.
1.7. Caracterización psicofisiológica del AM desde el ámbito médico-sanitario y Evaluación del estado de salud en Geriatría.
1.8. Caracterización y patologías prevalentes. Evaluación del estado de salud. Instrumentos y escalas de valoración.
1.9. Envejecimiento Sistémico y patologías asociadas.
" Bloque cardiovascular
" Bloque osteo-muscular
" Bloque respiratorio
" Bloque endocrino y principios básicos de Alimentación
" Miscelánea (nefro-urología, Cáncer, otros).
1.10. Complementos: La entrevista Clínica y Soporte Vital Básico.
1.11. Anamnesis. Entrevista personal y motivacional.

1.12. RCP básica y atención inmediata al paciente Geriátrico.

2.1. Emergencia de las Actividades deportivas en los Adultos Mayores: Tendencias, Participación y Desarrollo.
2.2. Aspectos sociodemográficos. Identidad y proyección social del AM. Tendencias y formas de participación. Evolución de los programas y actividades.
2.3. Seguridad y prevencion en el desarrollo de actividades con Adultos Mayores.
2.4. Consideraciones metodológicas básicas.
Aspectos metodológicos comunes a las AF en los AM, Diseño de progresiones de trabajo. Adecuación de los espacios y materiales.
2.5. Estrategias educativas para la dirección de grupos de actividad física de AM. Estrategias de enseñanza para la dirección de personas con dificultades de comunicación y percepción.
2.6. Claves de la perspectiva terapéutica.
Actividad física y patologías prevalentes en los AM. (Complemento del bloque 1). Selección y adaptación de las tareas en función de la Patología. Prevención y prescripción de AF en el AM.
Cadenas musculares.
Captores posturales y ejes del movimiento.
2.7. Claves de la perspectiva psicológica.
Fidelización y abandono en los programas de AM. 3.2 Estrategias basadas en la teoría de Motivación. Motivación por el rendimiento en el AM. Objetivos y afrontamiento de la competición y los retos motrices.
2.8. Conceptualización y estrategias de mejora en el AM Frágil.
El AM frágil. Envejecimiento primario y secundario. Crisis y enfermedad aguda vs crónica. 1.2 Reversibilidad de los procesos de envejecimiento. Nonagenarios y Centenarios.
Programas específicos para AM con fragilidad u otras patologías prevalentes: AF y programas de entrenamiento adaptados:
* Frágiles sin afectación cognitiva en centros geriátricos.
* Frágiles con afectación cognitiva o problemas salud mental.
* Frágiles internados en centros hospitalarios y residencias.

3.1. Propuestas para la mejora funcional y el entrenamiento de la memoria a través de la danza y el juego. Capacidades Perceptivo-motrices y Control motor.
Estructura y función motriz. Toma de conciencia corporal.
Ritmo, percepción y expresividad. Bienestar y equilibrio psicológico. Socialización. Roles. Mejora de la memoria, organización mental u otros, a través del juego.
3.2. Yoga.
3.3. Pilates
3.4. Taichí Chikung
3.5.La música como recurso en el entrenamiento de los AM. Musicoterapia.
Recursos musicales y tratamiento de la música.
Actividad física-terapéutica con soporte musical: Danzas del mundo, Line-Dancing, Chair dancing y otros bailes adaptados.
3.6. Complementos Deportivos Nordic Walking. Orientación Deportiva.
Orientación (urbana, con bastones)

PRÁCTICAS EN EMPRESAS EXTERNAS

PROFESSORAT

Luis Berbel Ferrer

Director. Neogym Center Valencia S.L.U

María Cristina Blasco Lafarga

Ayudante/a Doctor/a. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

Nieves María Blasco Lafarga

Dra. en Medicina y Cirugía. Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria.

José Francisco Campos Granell

Profesor/a Titular de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

Isabel Carrera Blancafort

Dra. Educación Física. Máster Gerontología Social. Esp. Gente Mayor. Colab. Docente, Univ. de VIC..

Natalia Collado Hueso

Directora formación INSVACARE. Licenciada en Medicina y Cirugía. Gerente.

Ana Cordellat Marzal

Profesora Asociada de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València. Dra. Ciencias Actividad Fïsica y Deporte.

Ana Cordellat Marzal

Licenciada en CADF. Máster en Readaptación a la Actividad Física y la Competición Deportiva.. Licenciatura en Ciencias de la

Actividad Física y del Deporte

Natalia Crespo Colomino

Titulada Superior Conservatorio de Música.

Almudena Fernández Vaquero

Catedrática de fisiología.Universidad Europea, Departamento de Medicina.

Carlos Fluixá Carrascosa

Grupos Trab. Cardiovascular Reumatología (SVMFyC).

María Carmen Gómez Cabrera

Profesor/a Titular de Universidad. Departament de Fisiologia. Universitat de València

María López de San Román Blanco

Licenciada en CAFD. Especialista Actividades Acuáticas.

Ignacio Martínez Navarro

Entrenador personal de corredores y triatletas. Entrenador Nacional de Atletismo. Profesor Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València.

Begoña Más Adán

Licenciada en Actividad Física y Deporte.

Enrique Mascarós Balaguer

Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria.. Grupo Respiratorio de Atención Primaria.

Pablo Monteagudo Chiner

Grupo Investigación GIEFAM-UV. Máster en Fisiología. / Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Antonio Montoya Vieco

Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

José Alberto Ramos Duarte

Catedrático de Fisiología, CIAFEL, Faculty of Sport; Universidad de Oporto.

Ainoa Roldán Aliaga

Profesora Asociada de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València. Dra. Ciencias Actividad Fïsica y Deporte.

Gema Sanchis Soler

Grupo Investigación GIEFAM-UV. Máster en Fisiología.. Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Mariano Solier

Ldo. CC. Actividad Física y Deporte.

María Carmen Torregrosa Filiu

Fisioterapeuta y DUE.

OBJECTIUS

Les sortides professionals que té el curs són:

- Entrenador Personal d'Adults (individual i micro-grups)
- Entrenador en programes d'Activitat Física per a adults amb necessitats especials (a l'entorn de l'àmbit mèdic i sanitari: Parkinson, Deterioració Cognitiva, Malalties cròniques, etc.)
- Monitor de sala de musculació especialitzada en adults.

- Conceptualitzar i comprendre el procés d'envelliment i els canvis que porta associats en tots els àmbits: fisiològic, soci afectiu, cognitiu o altres.
- Conéixer i comprendre la repercussió integral de l'envelliment sobre els AM i els seus estils de vida; així com la influència dels canvis en els estils de vida sobre els processos d'envelliment.
- Aprofundir en l'abast i relació bidireccional del binomi Capacitat funcional - Dependència en els AM, així com el paper de l'entrenament i els programes d'Activitat Física sobre el mateix.
- Aprofundir en les propostes pràctiques pròpies de l'Entrenament en l'àmbit dels AM, aprofundint en la seua capacitat per a contindre, inclús revertir, les conseqüències més limitantes de l'envelliment.
- Capacitar als professionals de l'Activitat Física per a dissenyar, dosificar i portar a la pràctica programes d'Entrenament adaptats a les necessitats dels usuaris Majors, tant individualitzats com a nivell grupal, amb independència del nivell de salut, cognició, socialització, o altres, de l'entorn.
- Introduir els coneixements i conceptes mèdics sanitaris que subjauen en el procés d'envelliment, amb la intenció de millorar l'adequació i desenvolupament de programes d'entrenament específics per a AM.

- Millorar els coneixements metodològics propis dels programes d'entrenament en els AM.
- Desenvolupar les actituds i habilitats necessàries per a un exercici professional multidisciplinari i de qualitat; millorant la capacitat crítica i la curiositat científica.
- Millorar la capacitat dels professionals de l'Activitat Física per a integrar-se en programes multidisciplinaris dirigits al tractament i contenció dels canvis propis a l'envelliment.
- Capacitar científica, ètica i tècnicament al professional de l'Activitat Física i, en general, a tots aquells professionals relacionats amb la motricitat dels AM.