



INTERVENCIONES COGNITIVAS PARA LA LONGEVIDAD (70 H) Teleformación

“Aprende a entrenar la mente y potenciar la longevidad con estrategias cognitivas efectivas”

Programa

MÓDULO 1.- El proceso de envejecer: del envejecimiento saludable al patológico (7 horas)

Cambios asociados al envejecimiento. Envejecimiento activo, saludable y patológico. Impacto funcional y cognitivo.

MÓDULO 2.- El continuo cognitivo y los factores de riesgo de deterioro (7 horas)

Continuo cognitivo. Factores de riesgo y de protección. Detección precoz del deterioro cognitivo.

MÓDULO 3.- Valoración terapéutica integral de la persona mayor (7 horas)

Evaluación cognitiva, funcional y ocupacional desde la terapia ocupacional. Instrumentos de valoración.

MÓDULO 4.- Los niveles cognitivos como estructura base de la estimulación cognitiva (7 horas)

Organización de los niveles cognitivos. Diseño de programas de estimulación cognitiva por niveles.

MÓDULO 5.- Afrontamiento de los olvidos cotidianos y las quejas subjetivas de memoria (6 horas)

Quejas subjetivas de memoria. Estrategias compensatorias y preventivas aplicadas a la vida diaria.

MÓDULO 6.- Prevención terapéutica del deterioro cognitivo leve (6 horas)

Intervenciones preventivas. Estimulación cognitiva en fases iniciales. Promoción de la autonomía.

MÓDULO 7.- Intervención terapéutica personalizada en deterioro cognitivo leve y demencias (7 horas)

Diseño de planes individualizados. Adaptación de actividades según nivel cognitivo y funcional.

MÓDULO 8.- Las ocupaciones como base del diseño y la intervención terapéutica (6 horas)

Ocupaciones significativas. Intervención centrada en la persona. Participación y calidad de vida

MÓDULO 9.- Intervenciones terapéuticas tradicionales y computerizadas en el ciclo vital (7 horas)

Herramientas tradicionales y digitales. Programas computerizados de estimulación cognitiva.

MÓDULO 10.- Conciencia social y competencia profesional (10 h)

Finalidad

Capacitar a las personas participantes para comprender el proceso de envejecimiento desde una perspectiva integral y desarrollar competencias en la evaluación y la intervención cognitiva en personas mayores, aplicando modelos terapéuticos, y modelos de atención centrada en la persona. El curso proporciona las bases teóricas y prácticas necesarias para identificar el continuo cognitivo, desde el envejecimiento saludable hasta el deterioro cognitivo y las demencias, y para diseñar intervenciones ajustadas a los distintos niveles cognitivos. Se abordan estrategias de estimulación cognitiva tanto tradicionales como computerizadas, promoviendo intervenciones personalizadas y centradas en la persona. Asimismo, el programa pone el foco en la prevención, la detección precoz y la intervención terapéutica, utilizando las ocupaciones significativas como eje central del abordaje, con el objetivo de favorecer la autonomía, la participación y la calidad de vida a lo largo del proceso de envejecimiento.

Objetivos Generales

Conocer el proceso de envejecimiento desde una perspectiva saludable y patológica.
Capacitar para realizar una valoración integral de la persona mayor desde la terapia ocupacional.
Comprender el continuo cognitivo y los factores de riesgo asociados al deterioro cognitivo.
Adquirir conocimientos sobre las intervenciones cognitivas aplicadas a la prevención y al tratamiento del deterioro cognitivo.
Diseñar y aplicar programas de estimulación cognitiva adaptados a los distintos niveles cognitivos.
Integrar las ocupaciones significativas como base de la intervención terapéutica.
Conocer y aplicar herramientas de intervención tradicionales y computerizadas a lo largo del ciclo vital.

Objetivos Específicos

- Identificar los cambios cognitivos, emocionales y funcionales asociados al envejecimiento.
- Reconocer los factores de riesgo y de protección relacionados con el deterioro cognitivo.
- Aplicar instrumentos de valoración terapéutica en la persona mayor.
- Comprender la estructura de los niveles cognitivos como base para la estimulación cognitiva.
- Diseñar estrategias para afrontar los olvidos cotidianos y las quejas subjetivas de memoria.
- Desarrollar intervenciones preventivas en el deterioro cognitivo leve.
- Planificar intervenciones terapéuticas personalizadas en deterioro cognitivo leve y demencias.
- Utilizar las ocupaciones como elemento central del diseño de la intervención terapéuticas.
- Conocer y aplicar recursos de estimulación cognitiva tradicionales y computerizados adaptados a las necesidades de cada persona.

Requisitos de acceso de los alumnos:

Dirigido a Titulados Universitarios y alumnos de cualquier titulación universitaria, especialmente indicado para Grado en Terapia Ocupacional, Grado en Psicología y Grado en Trabajo Social.