

## Ficha Técnica

<b>Titulación:</b>	Grado en Psicología		
<b>Plan BOE:</b>	BOE número 98 de 24 de abril de 2013		
<b>Asignatura:</b>	Psicogerontología		
<b>Módulo:</b>	Psicología clínica y de la salud		
<b>Curso:</b>		<b>Créditos ECTS:</b>	6
<b>Tipo de asignatura:</b>	Optativa	<b>Tipo de formación:</b>	Teórica

## Presentación

Esta asignatura recopila los conocimientos básicos de la psicología de la vejez y el envejecimiento, buscando una familiarización con las herramientas que se utilizan en la evaluación y la intervención con personas mayores en diferentes áreas de aplicación que van desde, el entrenamiento de la memoria, los trastornos del estado de ánimo y la evaluación e intervención en las personas mayores que sufren una situación de dependencia en sus actividades de la vida diaria, hasta los programas de psicoestimulación en procesos demenciales. Por otro lado, se valoraran las condiciones psicosociales y ambientales en el ámbito de las personas mayores revisando el tema de la evaluación e intervención ambiental. Por último, se contemplará la promoción de un envejecimiento activo comprobando las bases teóricas que sustentan los programas de promoción del envejecimiento con éxito.

## Competencias y/o resultados del aprendizaje

### *Competencias Generales*

- CG7. Conocer distintos métodos de evaluación, diagnóstico y tratamientos psicológicos en diferentes ámbitos aplicados de la Psicología.
- CG9. Conocer los distintos campos de aplicación de la Psicología.
- CG10. Tener los conocimientos necesarios para incidir y promover la calidad de vida en los individuos, grupos, comunidades y organizaciones en los distintos contextos: educativo, clínica y salud, trabajo y organizaciones y, comunitario.

### *Competencias Transversales*

- CT1. Capacidad de análisis y síntesis.
- CT2. Capacidad de organización y planificación.
- CT3. Capacidad de comunicación oral y escrita en lengua nativa.
- CT7. Capacidad para resolver problemas.
- CT8. Capacidad para tomar decisiones.
- CT9. Tener habilidades que permitan el trabajo en equipo y la colaboración eficaz con otras personas.
- CT10. Capacidad para trabajar en equipos de carácter interdisciplinar.
- CT12. Ser hábil en las relaciones interpersonales.
- CT14. Razonamiento crítico.
- CT16. Capacidad para desarrollar y mantener actualizadas las propias competencias, destrezas y

conocimientos según los estándares de la profesión.

CT17. Capacidad para adaptarse a nuevas situaciones.

CT26. Conocer las propias competencias y limitaciones.

CT37. Ser capaz de obtener información de otras personas de forma efectiva.

CT41. Tener habilidad para gestionar el tiempo adecuadamente.

### *Competencias Específicas*

CE1. Ser capaz de analizar necesidades y demandas de los destinatarios de la función en diferentes contextos.

CE3. Ser capaz de planificar y realizar una entrevista.

CE4. Ser capaz de describir y medir variables (personalidad, inteligencia y otras aptitudes, actitudes, etc.) y procesos cognitivos, emocionales, psicobiológicos y conductuales.

CE12. Ser capaz de seleccionar y administrar los instrumentos, productos y servicios y ser capaz de identificar a las personas y grupos interesados.

CE15. Ser capaz de definir los objetivos y elaborar el plan de la intervención básico en función del propósito de la misma (prevención, tratamiento, rehabilitación, inserción, acompañamiento...).

CE16. Ser capaz de elegir las técnicas de intervención psicológica adecuadas para alcanzar los objetivos.

CE17. Ser capaz de utilizar estrategias y técnicas para involucrar en la intervención a los destinatarios.

CE18. Ser capaz de aplicar estrategias y métodos de intervención básicos sobre los destinatarios: consejo psicológico, asesoramiento, negociación, mediación, etc.

CE19. Ser capaz de aplicar estrategias y métodos de intervención directos sobre los contextos: construcción de escenarios saludables.

CE20. Ser capaz de aplicar estrategias y métodos de intervención indirectos a través de otras personas: asesoramiento, formación de formadores y otros agentes.

CE23. Ser capaz de medir y obtener datos relevantes para la evaluación de las intervenciones.

CE26. Ser capaz de proporcionar retroalimentación a los destinatarios de forma adecuada y precisa.

### *Resultados de aprendizaje*

- Aplicar las técnicas de intervención psicológicas más usuales, y eficaces, en el ámbito de la psicología clínica y de la salud.
- Asignar los tratamientos más eficaces, efectivos y eficientes en cada área de intervención de la psicología de la salud.

## Contenidos Didácticos

### 1 Psicología de la vejez y envejecimiento: aspectos básicos

#### 1.1 Introducción

#### 1.2 La vejez: un nuevo ámbito de trabajo e intervención psicológica

#### 1.3 El envejecimiento de la población: algunos datos demográficos

#### 1.4 Vejez y envejecimiento: definiciones y conceptos básicos

##### 1.4.1. ¿Qué es envejecer?

##### 1.4.2. ¿Qué es la vejez?

##### 1.4.3. Falsas concepciones sobre la vejez

#### 1.5 Investigación en psicología de la vejez

##### 1.5.1 Cambios históricos de perspectiva

##### 1.5.2. La gerontología positiva: hacia una nueva visión de la vejez y el envejecimiento

##### 1.5.3. Tipos de envejecimiento

### 2 Teorías y modelos de envejecimiento

#### 2.1 Introducción

#### 2.2 Teorías biológicas

2.2.1 Teoría del envejecimiento programado

2.2.2 Teoría del envejecimiento celular

2.2.3 Teoría exógena o ambiental

2.2.4 Teoría de la catástrofe

2.2.5 Teoría de los eventos vitales biológicos

#### 2.3 Teorías psicosociales

2.3.1 Teoría psicosocial del desarrollo

2.3.2 Teoría de la desvinculación

2.3.3 Teoría de la actividad

2.3.4 Teoría de la continuidad

2.3.5 Aproximación basada en el ciclo vital (lifespan)

2.3.6 El modelo de optimización selectiva con compensación (SOC)

2.3.7 Teoría de la selectividad socioemocional

#### 2.4 Diseños de investigación en gerontología

2.4.1 Tipos de diseño en la investigación gerontológica

### 3 Envejecimiento cognitivo

#### 3.1 Introducción

#### 3.2 Cambios cognitivos asociados al envejecimiento

3.2.1 Memoria

3.2.2 Percepción y atención

3.2.3 Inteligencia

3.2.4 Mecanismos explicativos del declive cognitivo

#### 3.3 Declive versus deterioro cognitivo

#### 3.4. Predictores de envejecimiento cognitivo

3.4.1 Nivel educativo

3.4.2 Salud

3.4.3 Ejercicio físico

3.4.4 Estilo atribucional

#### 3.5 Estudio de los potenciales cognitivos en el contexto del envejecimiento

3.5.1 Mecanismos adaptativos que favorecen el desarrollo de potenciales cognitivos

3.5.2 Concepto de ganancia cognitiva

#### 3.6 Entrenamiento cognitivo en el contexto de envejecimiento

3.6.1 Tipología de programas de entrenamiento

3.6.2 Programas de entrenamiento en memoria

### 4 Funcionamiento emocional y envejecimiento

#### 4.1 Introducción

#### 4.2 Emociones y envejecimiento

4.2.1 Cambios emocionales asociados al envejecimiento

4.2.2 Cambios vinculados a los componentes de las emociones

4.2.3 Cambios en la regulación emocional

#### 4.3 Estrés y afrontamiento a los cambios de la edad

4.3.1 Manejo de estresores asociados a la edad

4.3.2 Cambio en la utilización de estrategias de afrontamiento con la edad

#### 4.4 Personalidad

4.4.1 Concepto y modelos explicativos

- 4.4.2 Cambios en la personalidad asociados al proceso de envejecimiento
- 4.5 Estudios sobre bienestar psicológico
  - 4.5.1 Conceptos de satisfacción con la vida y bienestar subjetivo
  - 4.5.2 Predictores de bienestar en la vejez
- 5 Promoción del envejecimiento activo
  - 5.1 Introducción
  - 5.2 El envejecimiento activo: una definición de consenso
  - 5.3 Envejecimiento y bienestar de la persona mayor
    - 5.3.1 Bienestar subjetivo y bienestar psicológico
    - 5.3.2 Bienestar y adaptación
  - 5.4 La promoción del envejecimiento activo. Factores que lo determinan
    - 5.4.1 Óptima condición de salud física. La importancia de estilos de vida saludables
    - 5.4.2 Disposiciones hacia la salud
    - 5.4.3 Funcionamiento cognitivo
    - 5.4.4 Funcionamiento social y bienestar
- 6 La evaluación de la persona mayor
  - 6.1 Introducción: cuestiones básicas en evaluación en la vejez
  - 6.2 Objetivos en la evaluación psicogerontológica
  - 6.3 Factores que influyen en la evaluación psicogerontológica
    - 6.3.1 Variabilidad de las personas mayores
    - 6.3.2 Enfermedades crónicas
    - 6.3.3 Consumo de fármacos
    - 6.3.4 Problemas sensoriales
    - 6.3.5 Lentitud en las respuestas
    - 6.3.6 Estereotipos e imagen social
  - 6.4 Evaluación integral y multidimensional
  - 6.5 Una propuesta de estructura de evaluación psicológica en la vejez
    - 6.5.1 Evaluación de la salud física y funcional
    - 6.5.2 Evaluación del estado mental de la persona mayor
    - 6.5.3 Evaluación de trastornos del estado de ánimo
    - 6.5.4 Evaluación de los recursos sociales de las personas mayores
  - 6.6 Selección de instrumentos de evaluación psicogerontológica
- 7 Trastornos psicológicos en la vejez: trastornos del estado de ánimo. El trastorno depresivo
  - 7.1 Introducción
  - 7.2 La depresión
    - 7.2.1 La depresión en las personas mayores: datos epidemiológicos
    - 7.2.2 Características de la depresión en la vejez
  - 7.3 Evaluación psicogerontológica de la depresión
    - 7.3.1 Etiología de los trastornos depresivos
    - 7.3.2 Diagnóstico diferencial
    - 7.3.3 Fases del proceso e instrumentos de evaluación de la depresión en personas mayores
  - 7.4 El suicidio y la depresión en la persona mayor
  - 7.5 Intervención psicológica y tratamiento de la depresión
    - 7.5.1 Objetivos del programa de intervención
    - 7.5.2 La intervención cognitivo-conductual frente a la depresión en personas mayores

- 8 Demencias y programas de psicoestimulación
  - 8.1. Introducción
  - 8.2. Definición y clasificación
  - 8.3 Evaluación y diagnóstico
  - 8.4 Tratamiento no farmacológico en las demencias
    - 8.4.1 Intervención cognitiva
    - 8.4.2 Intervención no cognitiva
  
- 9 Asesoramiento psicogerontológico
  - 9.1. Introducción
  - 9.2. Definición de asesoramiento gerontológico. objetivos desde el ámbito de la psicogerontología
  - 9.3 Análisis de la tipología de problemáticas a tratar
    - 9.3.1 Asesoramiento psicogerontológico y desarrollo de habilidades adaptativas
    - 9.3.2 Análisis de problemáticas específicas
    - 9.3.3 El proceso de asesoramiento
  - 9.4 Consideraciones finales
  
- 10 Intervención con familias en el ámbito gerontológico
  - 10.1 Introducción
  - 10.2 Perfil del cuidador de personas mayores dependientes en España
  - 10.3 El estrés en el cuidador: modelos explicativos
    - 10.3.1 Variables previas al cuidado
    - 10.3.2 Variables relacionadas con el proceso de cuidado
    - 10.3.3 Consecuencias del cuidado
  - 10.4 Evaluación de necesidades en la situación de cuidados
    - 10.4.1 Evaluación de la persona mayor dependiente
    - 10.4.2 Evaluación del cuidador
  - 10.5 Programas de intervención con familiares de personas mayores dependientes
    - 10.5.1 Apoyo formal
    - 10.5.2 Programas educativos
    - 10.5.3 Grupos de ayuda mutua
  - 10.5.4 Intervención psicogerontológica
    - 5.4.1. Relativas a habilidades de autocuidado y manejo del estrés
    - 5.4.2. Relativas a la transmisión de habilidades para el manejo de situaciones específicas derivadas de la situación de cuidados
  - 10.5.5 Programas multimodales
- 10.6 Intervenciones en el ámbito institucional

## Contenidos Prácticos

Durante el desarrollo de la asignatura se realizarán las siguientes actividades prácticas:

- Estrategias y programas estructurados de entrenamiento de la memoria en personas mayores
- Diseño de programas de promoción del envejecimiento activo
- Batería de evaluación multidimensional en mayores

## Evaluación

El sistema de evaluación del aprendizaje de la UDIMA contempla la realización de diferentes tipos de actividades de evaluación y aprendizaje. El criterio de valoración establecido se detalla a continuación:

Actividades de aprendizaje	10%
Controles	10%
Actividades de Evaluación Continua (AEC)	20%
Examen final presencial	60%
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

## Bibliografía

- Baltes, P. B. y Baltes, M. M. (1990). *Successful Aging*. New York: Cambridge University Press.
- Baltes, M. M. y Carstensen, L. L. (1996). The process of successful aging. *Aging and Society*, 15, 397-422
- Caprara, M. y López Bravo, M.D. (Dir.) (2014). "Psicogerontología". Ed: CE
- Fernández-Ballesteros, R. y Calero, M. D. (1995). Training effects on intelligence of older persons. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 20, 135-148.
- Fernández-Ballesteros, R.; Izal, M.; Montorio, I.; González, J.L. y Díaz, P.(1992). *Evaluación e intervención psicológica en la vejez*. Barcelona: Martínez Roca.
- Fernández-Ballesteros, R; Moya, R.; Iñiguez, J. y Zamarrón, M.D. (1999). *La Psicología de la vejez*. Madrid: Biblioteca nueva.
- Fries, J. F. (1980). Aging, natural death, and the compression of morbidity. *New England Journal of Medicine*, 303, 130-135.
- Fries, J. F. y Crapo, L. M. (1981). *Vitality and Aging*. New York: Freeman and Co.
- Iñiguez, J. (2009) *Evaluación e intervención psicogerontológica de los trastornos depresivos*. En R.Fernández-Ballesteros (Dir) *Psicología de la vejez. Una psicogerontología aplicada*. Madrid. Pirámide.
- Zamarrón, M., y Fernández-Ballesteros, R. (2002).Envejecimiento psicológico. En J. M. Ribera Casado, M. y Gil Gregorio, P (Eds.), *Función mental y envejecimiento* (pp.25-39). Madrid: Editores Médicos.