



**LA FORMACIÓN ES LA CLAVE  
DEL ÉXITO**

# Guía del Curso

## Curso en Fundamentos de Medicina Antienvjecimiento

---

Modalidad de realización del curso: [Online](#)

Titulación: [Diploma acreditativo con las horas del curso](#)

---

### OBJETIVOS

Más que incrementar la longevidad, la medicina antienvjecimiento tiene como principal finalidad mejorar la calidad de vida de las personas durante los años que vivan, por lo que fomenta estilos de vida saludables que eviten o retrasen en la medida de lo posible la aparición y desarrollo de diferentes patologías asociadas al envejecimiento. A través de este Curso en Fundamentos de Medicina Antienvjecimiento se ofrecen a los titulados en medicina los conocimientos oportunos para ampliar o poner al día sus conocimientos en esta materia, cada vez más relevante en una sociedad que está asistiendo a un envejecimiento progresivo.

### CONTENIDOS

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. ENVEJECIMIENTO POBLACIONAL Y ACTIVO. CONCEPTOS GENERALES

1. Definición del envejecimiento
2. Envejecimiento poblacional
3. - Situación de envejecimiento poblacional
4. - Conceptos de longevidad y esperanza máxima de vida

5. - Diferentes conceptos de edad
6. Envejecimiento activo
7. Teorías del envejecimiento
8. - Teorías Estocásticas
9. - Teorías no estocásticas
10. Disciplinas importantes en la tercera edad
11. - Geriátría y gerontología
12. - Introducción a la psicogerontología

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. BIOLOGÍA DEL ENVEJECIMIENTO

1. Introducción a la biología del envejecimiento
2. Longevidad
3. Envejecimiento celular y molecular
4. - Modificaciones del envejecimiento por órganos y sistemas
5. - Funciones mentales superiores y proceso de envejecimiento
6. Enfermedades del envejecimiento acelerado
7. - Envejecimiento vascular acelerado (EVA)
8. - Síndrome de Werner y Progeria
9. - Síndrome de Down

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. NUTRICIÓN Y SALUD DURANTE EL ENVEJECIMIENTO

1. Envejecimiento y nutrición
2. Cómo debe ser la alimentación en esta etapa
3. Cambios psico-biológicos que aparecen con la edad y que afectan a la nutrición
4. - Cambios sensoriales
5. - Cambios gastrointestinales
6. - Cambios metabólicos
7. - Cambios en el sistema cardiovascular
8. - Cambios en el sistema renal
9. - Cambios músculo-esqueléticos
10. - Cambios neurológicos

11. - Cambios inmunológicos
12. - Cambios psicosociales
13. Elementos de una dieta para mayores
14. Requerimientos energéticos
15. - Requerimientos proteicos
16. - Requerimientos de carbohidratos
17. - Requerimientos de lípidos
18. - Requerimientos minerales
19. - Requerimientos de vitaminas
20. - Agua
21. - Fibra

## UNIDAD DIDÁCTICA 4. ENFERMEDADES GERIÁTRICAS MÁS COMUNES

1. Introducción a la salud
2. Higiene, aplicación de técnicas y aseo personal
3. - Anatomía y fisiología de la piel
4. - Patologías más frecuentes en la piel
5. - Técnicas de aseo e higiene corporal para personas dependientes e independientes
6. Enfermedades osteoarticulares
7. Hipertensión arterial
8. Diabetes mellitus
9. Los sentidos de la vista y del oído
10. - La vista
11. - El oído
12. Temblor y parkinson
13. - ¿Qué es el temblor?
14. - Enfermedad de Parkinson
15. Accidentes cerebrovasculares
16. - Manifestaciones clínicas
17. - Plan de actuación
18. Depresión
19. El síndrome confusional
20. - Características clínicas

21. - Factores de riesgo
22. - Causas más frecuentes
23. - Actuación ante el/la usuario/a confuso/a
24. La demencia
25. - Clasificación
26. - Características clínicas
27. - Plan de actuación
28. - Cuidados específicos

## UNIDAD DIDÁCTICA 5. ACTIVIDADES FÍSICAS DURANTE EL ENVEJECIMIENTO

1. Ejercicio físico y envejecimiento
2. Importancia de la actividad física
3. Prevención en la actividad física
4. Ventajas del ejercicio físico
5. Tipos de ejercicios recomendados según el perfil
6. Recomendaciones didácticas de la actividad física para mayores
7. - Recomendaciones generales
8. - Contraindicaciones
9. Adaptación de la actividad física ante diferentes anomalías frecuentes en personas mayores

## UNIDAD DIDÁCTICA 6. VALORACIÓN Y DIAGNÓSTICO EN MEDICINA ANTIENVEJECIMIENTO

1. Valoración funcional
2. Discapacidad y sus caminos
3. Valoración de las actividades de la vida diaria
4. Valoración socio-ambiental
5. - Evaluación social
6. - Relaciones y actividades sociales
7. - Soporte social
8. - Recursos sociales

9. - Evaluación ambiental
10. Valoración psicológica y cognitiva
11. Valoración cognitiva
12. - Proceso de valoración
13. Instrumentos o escalas para la valoración mental
14. Valoración del estado emocional

## UNIDAD DIDÁCTICA 7. MEDICINA ANTIENVEJECIMIENTO: TERAPIAS APLICADAS EN LONGEVIDAD

1. Efectos del envejecimiento en la piel
2. - Efectos internos del envejecimiento
3. - Efectos externos del envejecimiento
4. Terapias rejuvenecedoras en la piel
5. - Radiofrecuencia
6. - Ácido hialurónico
7. - Resurfacing
8. - Peelings
9. - Mesoterapia en el rejuvenecimiento cutáneo
10. Terapias rejuvenecedoras en el cuerpo
11. - Electrolipólisis
12. - Electroterapia
13. - Hidroterapia
14. - Oxigenoterapia / ozonoterapia
15. - Termoterapia

## UNIDAD DIDÁCTICA 8. MEDICINA ANTIENVEJECIMIENTO: CIRUGÍA ESTÉTICA Y REPARADORA

1. Distinción entre cirugía estética y reparadora
2. - Cirugía plástica reparadora
3. Cirugía en la nariz
4. Cirugía de las orejas
5. Cirugía de los párpados

6. Implantes faciales
7. Estiramiento facial
8. Liposucción

## UNIDAD DIDÁCTICA 9. MEDICINA ANTIENVEJECIMIENTO: TERAPIAS ALTERNATIVAS

1. Ventajas de las terapias alternativas
2. Yoga
3. - Beneficios del yoga en las personas mayores
4. - Posiciones más adecuadas para los ancianos
5. - Criterios de aplicación metodológica y estrategias didácticas
6. Pilates
7. - Beneficios del pilates en personas mayores
8. - Pilates y patologías tratables
9. Musicoterapia
10. - Música y salud a lo largo de la historia
11. - Efectos neuroquímicos y terapéuticos de la musicoterapia
12. - Musicoterapia y geriatría
13. - Musicoterapia para personas con alzhéimer y otras demencias



C/ San Lorenzo 2 - 2  
29001 Málaga



Tlf: 952 215 476  
Fax: 951 987 941



[www.academiaintegral.com.es](http://www.academiaintegral.com.es)  
E-mail: [info@academiaintegral.com.es](mailto:info@academiaintegral.com.es)