

VISTO:

El expediente N° S01: 0004327/2024 UADER_RECTORADO, referido al Curso de Formación Permanente denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”; y

CONSIDERANDO:

Que la Subsecretaría Académica de la Universidad Autónoma de Entre Ríos, solicita la aprobación de la propuesta del Curso de Formación Permanente, denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”, el cual está dirigido a personas mayores de la comunidad que estén interesados en optimizar su calidad de vida.

Que dicha propuesta se encuentra enmarcada en lo establecido por la Ordenanza “CS” N° 174 UADER, Reglamento de Postítulos, Cursos y Programas de Formación Permanente.-

Que el presente curso, tiene como objetivo mejorar la calidad de vida de las personas mayores desde una perspectiva de envejecimiento activo y saludable a partir de la promoción de la salud mental.-

Que el curso se encuentra estructurado en 3 módulos técnicos y prácticos, con una metodología de encuentros presenciales, los cuales tendrán una frecuencia semanal de 2 horas y una carga de 24 hs. totales.-

Que a fs 09 la Secretaría Académica de la Universidad Autónoma de Entre Ríos, en consonancia con lo informado a fs. 08 por la Dirección de Asuntos Académicos y la Asesoría Pedagógica, considera que la propuesta de interés se enmarca dentro de lo establecido por la normativa vigente Ordenanza “CS” N° 174 UADER, y que una vez aprobado el mismo, se deberá presentar el cuerpo docente, sede de dictado, financiamiento y administración, en tal sentido, considera pertinente que la propuesta sea tratada por el Consejo Superior de la Universidad.-

Que a fs. 09 vta. el Sr. Rector toma conocimiento y manifiesta, que atento a los informes obrantes, se remitan las actuaciones para su tratamiento.-

Que la Comisión Permanente de Asuntos Académicos del Consejo Superior, en despacho de fecha 27 de mayo de 2024, recomienda aprobar Curso de Formación Permanente denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”.-

RESOLUCIÓN “CS” N° 226-24

Que este Consejo Superior en su cuarta reunión ordinaria llevada a cabo el día 29 de mayo de 2024, resuelve por unanimidad de los presentes aprobar el despacho de la Comisión Permanente de Asuntos Académicos.-

Que es competencia de este Órgano resolver actos administrativos en el ámbito de la Universidad en uso pleno de la autonomía, de acuerdo al Artículo 269º de la Constitución de la Provincia de Entre Ríos “*La Universidad Provincial tiene plena autonomía. El Estado garantiza su autarquía y gratuitad...*”, y en el Artículo 14º incisos a) y n) del Estatuto Académico Provisorio de la Universidad Autónoma de Entre Ríos aprobado por Resolución Ministerial N° 1181/2001 del Ministerio de Educación de la Nación.

Que en ausencia del Sr. Rector en su carácter de Presidente del Consejo Superior se aplica lo establecido en la Ordenanza “CS” N° 041 UADER modificada por la Ordenanza “CS” N° 139 UADER, asumiendo la mencionada Presidencia la Sra. Vicerrectora de la Universidad.-

Por ello:

EL CONSEJO SUPERIOR DE LA
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ENTRE RÍOS

RESUELVE:

ARTÍCULO 1º: Aprobar el Curso de Formación Permanente denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”, presentado por la Subsecretaría Académica de la Universidad Autónoma de Entre Ríos, destinado a personas mayores de la comunidad que deseen mejorar la calidad de vida desde una perspectiva de envejecimiento activo y saludable a partir de la promoción de la salud mental, que como Anexo Único forma parte de la presente, en virtud de los considerandos antes mencionados.-

ARTÍCULO 2º: Establecer que el cuerpo decente, sede de dictado, financiamiento y administración deberán ser presentados y aprobados antes del dictado del curso.-

ARTÍCULO 3º: Registrar, comunicar, publicar en el Digesto Electrónico UADER, notificar a quienes corresponda y cumplido, archivar.-

Esp. Lic. Daniela Dans
Vicerrectora
Universidad Autónoma de Entre Ríos

ANEXO ÚNICO

PROPUESTA DE FORMACIÓN PERMANENTE - ORD. CS N°174/24

PLAN:

Denominación:

Curso de Formación Permanente: TALLER “SALUD MENTAL Y EMOCIONAL”

Descripción del Curso:

En la actualidad, es fundamental promover el envejecimiento activo y saludable, en concordancia con los derechos reconocidos por la Constitución Argentina y los tratados internacionales vigentes. La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores define el envejecimiento activo y saludable como un proceso que busca optimizar las oportunidades de bienestar físico, mental y social, permitiendo a las personas mayores participar activamente en distintas esferas de la vida y disfrutar de protección, seguridad y atención para ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida en la vejez.

Es indudable que el envejecimiento poblacional representa una de las transformaciones sociales más significativas, con implicancias para los diversos sectores de la sociedad, constituyéndose en un desafío que requiere respuestas pertinentes y eficaces desde diversos ámbitos, para crear condiciones adecuadas que posibiliten que las personas mayores puedan vivir dignamente esta etapa de la vida. Junto a este crecimiento se presenta también el reto de enfrentar nuevas problemáticas como las coberturas sociales, la participación social de los mayores o aquellos relacionados con bienestar emocional, psicológico y social en el marco de la Salud Integral y Comunitaria.

En este contexto, se plantea la necesidad de ofrecer un taller que aborde la Salud Mental y Emocional, reconociendo que reflexionar sobre este aspecto y contar con herramientas para cuidarla es fundamental para la protección individual y comunitaria.

Fundamentación:

En la actualidad resulta imprescindible – en el marco de los derechos reconocidos por la Constitución Argentina y por los tratados internacionales vigentes – articular estrategias que promuevan el envejecimiento activo y saludable. La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores en su primer capítulo, artículo 2, define al “Envejecimiento activo y saludable” como el proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, mental y social, de participar en actividades sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, y de contar con protección, seguridad y atención, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todos los individuos en la vejez, y permitirles así seguir contribuyendo

RESOLUCIÓN “CS” N° 226-24

activamente a sus familias, amigos, comunidades y naciones. En esta línea, se observa que - con la finalidad de optimizar las oportunidades de bienestar de las personas mayores- se construye una noción de lo “saludable” que va más allá del cuerpo físico y que integra aspectos bio-psico-sociales.

Los resultados del Censo 2022, permiten concluir que a nivel país existe una profundización del proceso de envejecimiento poblacional, con enormes franjas de mayores de 60 años, relacionado al incremento de la expectativa de vida a un ritmo mayor que el que surgía del Censo de 2010. En este contexto, el hecho que las personas mayores realicen actividades fuera del hogar les permite relacionarse con otras, mejorar su salud física y bienestar, y contribuye a la longevidad y mayor calidad de vida. Es por ello que en estas circunstancias se plantea la posibilidad de ofrecer un Taller que aborde la Salud Mental y Emocional, considerando que contar con herramientas para cuidarla, genera factores psíquicos protectores en el envejecimiento, tanto a nivel individual como comunitario.

En este contexto, el hecho de que las personas mayores realicen actividades fuera del hogar les permite relacionarse con otras, mejorar su salud física y bienestar, y contribuye a la longevidad y mayor calidad de vida. Es por ello que en estas circunstancias se plantea la posibilidad de ofrecer un Taller que aborde la Salud Mental y Emocional, considerando que contar con herramientas para cuidarla, genera factores psíquicos protectores en el envejecimiento, tanto a nivel individual como comunitario.

Objetivos:

General:

- Mejorar la calidad de vida de las personas mayores desde una perspectiva de envejecimiento activo y saludable a partir de la promoción de la salud mental.

Específicos:

- Generar un espacio de aprendizaje en contexto que permita propiciar la visibilización y elaboración de temas concernientes a la vejez como etapa vital.
- Brindar capacitación para profundizar la comprensión de los aspectos psicológicos relevantes para la comunidad.
- Proporcionar información para ampliar el conocimiento sobre los aspectos psicológicos que son relevantes para la comunidad.

Contenidos:

Módulo 1

Definición de salud mental y emocional. La importancia de reconocer y gestionar las emociones. Aspectos psicológicos de la vejez. Padecimientos frecuentes (ansiedad, depresión).

VISTO:

El expediente N° S01: 0004327/2024 UADER_RECTORADO, referido al Curso de Formación Permanente denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”; y

CONSIDERANDO:

Que la Subsecretaría Académica de la Universidad Autónoma de Entre Ríos, solicita la aprobación de la propuesta del Curso de Formación Permanente, denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”, el cual está dirigido a personas mayores de la comunidad que estén interesados en optimizar su calidad de vida.

Que dicha propuesta se encuentra enmarcada en lo establecido por la Ordenanza “CS” N° 174 UADER, Reglamento de Postítulos, Cursos y Programas de Formación Permanente.-

Que el presente curso, tiene como objetivo mejorar la calidad de vida de las personas mayores desde una perspectiva de envejecimiento activo y saludable a partir de la promoción de la salud mental.-

Que el curso se encuentra estructurado en 3 módulos técnicos y prácticos, con una metodología de encuentros presenciales, los cuales tendrán una frecuencia semanal de 2 horas y una carga de 24 hs. totales.-

Que a fs 09 la Secretaría Académica de la Universidad Autónoma de Entre Ríos, en consonancia con lo informado a fs. 08 por la Dirección de Asuntos Académicos y la Asesoría Pedagógica, considera que la propuesta de interés se enmarca dentro de lo establecido por la normativa vigente Ordenanza “CS” N° 174 UADER, y que una vez aprobado el mismo, se deberá presentar el cuerpo docente, sede de dictado, financiamiento y administración, en tal sentido, considera pertinente que la propuesta sea tratada por el Consejo Superior de la Universidad.-

Que a fs. 09 vta. el Sr. Rector toma conocimiento y manifiesta, que atento a los informes obrantes, se remitan las actuaciones para su tratamiento.-

Que la Comisión Permanente de Asuntos Académicos del Consejo Superior, en despacho de fecha 27 de mayo de 2024, recomienda aprobar Curso de Formación Permanente denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”.-

RESOLUCIÓN “CS” N° 226-24

Que este Consejo Superior en su cuarta reunión ordinaria llevada a cabo el día 29 de mayo de 2024, resuelve por unanimidad de los presentes aprobar el despacho de la Comisión Permanente de Asuntos Académicos.-

Que es competencia de este Órgano resolver actos administrativos en el ámbito de la Universidad en uso pleno de la autonomía, de acuerdo al Artículo 269º de la Constitución de la Provincia de Entre Ríos “*La Universidad Provincial tiene plena autonomía. El Estado garantiza su autarquía y gratuitad...*”, y en el Artículo 14º incisos a) y n) del Estatuto Académico Provisorio de la Universidad Autónoma de Entre Ríos aprobado por Resolución Ministerial N° 1181/2001 del Ministerio de Educación de la Nación.

Que en ausencia del Sr. Rector en su carácter de Presidente del Consejo Superior se aplica lo establecido en la Ordenanza “CS” N° 041 UADER modificada por la Ordenanza “CS” N° 139 UADER, asumiendo la mencionada Presidencia la Sra. Vicerrectora de la Universidad.-

Por ello:

EL CONSEJO SUPERIOR DE LA
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ENTRE RÍOS
RESUELVE:

ARTÍCULO 1º: Aprobar el Curso de Formación Permanente denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”, presentado por la Subsecretaría Académica de la Universidad Autónoma de Entre Ríos, destinado a personas mayores de la comunidad que deseen mejorar la calidad de vida desde una perspectiva de envejecimiento activo y saludable a partir de la promoción de la salud mental, que como Anexo Único forma parte de la presente, en virtud de los considerandos antes mencionados.-

ARTÍCULO 2º: Establecer que el cuerpo decente, sede de dictado, financiamiento y administración deberán ser presentados y aprobados antes del dictado del curso.-

ARTÍCULO 3º: Registrar, comunicar, publicar en el Digesto Electrónico UADER, notificar a quienes corresponda y cumplido, archivar.-

Daniela Dans
Esp. Lic. Daniela Dans
Vicerrectora
Universidad Autónoma de Entre Ríos

ANEXO ÚNICO

PROPUESTA DE FORMACIÓN PERMANENTE - ORD. CS N°174/24

PLAN:

Denominación:

Curso de Formación Permanente: TALLER “SALUD MENTAL Y EMOCIONAL”

Descripción del Curso:

En la actualidad, es fundamental promover el envejecimiento activo y saludable, en concordancia con los derechos reconocidos por la Constitución Argentina y los tratados internacionales vigentes. La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores define el envejecimiento activo y saludable como un proceso que busca optimizar las oportunidades de bienestar físico, mental y social, permitiendo a las personas mayores participar activamente en distintas esferas de la vida y disfrutar de protección, seguridad y atención para ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida en la vejez.

Es indudable que el envejecimiento poblacional representa una de las transformaciones sociales más significativas, con implicancias para los diversos sectores de la sociedad, constituyéndose en un desafío que requiere respuestas pertinentes y eficaces desde diversos ámbitos, para crear condiciones adecuadas que posibiliten que las personas mayores puedan vivir dignamente esta etapa de la vida. Junto a este crecimiento se presenta también el reto de enfrentar nuevas problemáticas como las coberturas sociales, la participación social de los mayores o aquellos relacionados con bienestar emocional, psicológico y social en el marco de la Salud Integral y Comunitaria.

En este contexto, se plantea la necesidad de ofrecer un taller que aborde la Salud Mental y Emocional, reconociendo que reflexionar sobre este aspecto y contar con herramientas para cuidarla es fundamental para la protección individual y comunitaria.

Fundamentación:

En la actualidad resulta imprescindible – en el marco de los derechos reconocidos por la Constitución Argentina y por los tratados internacionales vigentes – articular estrategias que promuevan el envejecimiento activo y saludable. La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores en su primer capítulo, artículo 2, define al “Envejecimiento activo y saludable” como el proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, mental y social, de participar en actividades sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, y de contar con protección, seguridad y atención, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todos los individuos en la vejez, y permitirles así seguir contribuyendo

RESOLUCIÓN “CS” N° 226-24

activamente a sus familias, amigos, comunidades y naciones. En esta línea, se observa que - con la finalidad de optimizar las oportunidades de bienestar de las personas mayores- se construye una noción de lo “saludable” que va más allá del cuerpo físico y que integra aspectos bio-psico-sociales.

Los resultados del Censo 2022, permiten concluir que a nivel país existe una profundización del proceso de envejecimiento poblacional, con enormes franjas de mayores de 60 años, relacionado al incremento de la expectativa de vida a un ritmo mayor que el que surgió del Censo de 2010. En este contexto, el hecho que las personas mayores realicen actividades fuera del hogar les permite relacionarse con otras, mejorar su salud física y bienestar, y contribuye a la longevidad y mayor calidad de vida. Es por ello que en estas circunstancias se plantea la posibilidad de ofrecer un Taller que aborde la Salud Mental y Emocional, considerando que contar con herramientas para cuidarla, genera factores psíquicos protectores en el envejecimiento, tanto a nivel individual como comunitario.

En este contexto, el hecho de que las personas mayores realicen actividades fuera del hogar les permite relacionarse con otras, mejorar su salud física y bienestar, y contribuye a la longevidad y mayor calidad de vida. Es por ello que en estas circunstancias se plantea la posibilidad de ofrecer un Taller que aborde la Salud Mental y Emocional, considerando que contar con herramientas para cuidarla, genera factores psíquicos protectores en el envejecimiento, tanto a nivel individual como comunitario.

Objetivos:

General:

- Mejorar la calidad de vida de las personas mayores desde una perspectiva de envejecimiento activo y saludable a partir de la promoción de la salud mental.

Específicos:

- Generar un espacio de aprendizaje en contexto que permita propiciar la visibilización y elaboración de temas concernientes a la vejez como etapa vital.
- Brindar capacitación para profundizar la comprensión de los aspectos psicológicos relevantes para la comunidad.
- Proporcionar información para ampliar el conocimiento sobre los aspectos psicológicos que son relevantes para la comunidad.

Contenidos:

Módulo 1

Definición de salud mental y emocional. La importancia de reconocer y gestionar las emociones. Aspectos psicológicos de la vejez. Padecimientos frecuentes (ansiedad, depresión).

VISTO:

El expediente N° S01: 0004327/2024 UADER_RECTORADO, referido al Curso de Formación Permanente denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”; y

CONSIDERANDO:

Que la Subsecretaría Académica de la Universidad Autónoma de Entre Ríos, solicita la aprobación de la propuesta del Curso de Formación Permanente, denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”, el cual está dirigido a personas mayores de la comunidad que estén interesados en optimizar su calidad de vida.

Que dicha propuesta se encuentra enmarcada en lo establecido por la Ordenanza “CS” N° 174 UADER, Reglamento de Postítulos, Cursos y Programas de Formación Permanente.-

Que el presente curso, tiene como objetivo mejorar la calidad de vida de las personas mayores desde una perspectiva de envejecimiento activo y saludable a partir de la promoción de la salud mental.-

Que el curso se encuentra estructurado en 3 módulos técnicos y prácticos, con una metodología de encuentros presenciales, los cuales tendrán una frecuencia semanal de 2 horas y una carga de 24 hs. totales.-

Que a fs 09 la Secretaría Académica de la Universidad Autónoma de Entre Ríos, en consonancia con lo informado a fs. 08 por la Dirección de Asuntos Académicos y la Asesoría Pedagógica, considera que la propuesta de interés se enmarca dentro de lo establecido por la normativa vigente Ordenanza “CS” N° 174 UADER, y que una vez aprobado el mismo, se deberá presentar el cuerpo docente, sede de dictado, financiamiento y administración, en tal sentido, considera pertinente que la propuesta sea tratada por el Consejo Superior de la Universidad.-

Que a fs. 09 vta. el Sr. Rector toma conocimiento y manifiesta, que atento a los informes obrantes, se remitan las actuaciones para su tratamiento.-

Que la Comisión Permanente de Asuntos Académicos del Consejo Superior, en despacho de fecha 27 de mayo de 2024, recomienda aprobar Curso de Formación Permanente denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”.-

RESOLUCIÓN "CS" N° 226-24

Que este Consejo Superior en su cuarta reunión ordinaria llevada a cabo el día 29 de mayo de 2024, resuelve por unanimidad de los presentes aprobar el despacho de la Comisión Permanente de Asuntos Académicos.-

Que es competencia de este Órgano resolver actos administrativos en el ámbito de la Universidad en uso pleno de la autonomía, de acuerdo al Artículo 269º de la Constitución de la Provincia de Entre Ríos “*La Universidad Provincial tiene plena autonomía. El Estado garantiza su autarquía y gratuidad...*”, y en el Artículo 14º incisos a) y n) del Estatuto Académico Provisorio de la Universidad Autónoma de Entre Ríos aprobado por Resolución Ministerial N° 1181/2001 del Ministerio de Educación de la Nación.

Que en ausencia del Sr. Rector en su carácter de Presidente del Consejo Superior se aplica lo establecido en la Ordenanza “CS” N° 041 UADER modificada por la Ordenanza “CS” N° 139 UADER, asumiendo la mencionada Presidencia la Sra. Vicerrectora de la Universidad.-

Por ello:

EL CONSEJO SUPERIOR DE LA
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ENTRE RÍOS
RESUELVE:

ARTÍCULO 1º: Aprobar el Curso de Formación Permanente denominado: Taller “Salud Mental y Emocional”, presentado por la Subsecretaría Académica de la Universidad Autónoma de Entre Ríos, destinado a personas mayores de la comunidad que deseen mejorar la calidad de vida desde una perspectiva de envejecimiento activo y saludable a partir de la promoción de la salud mental, que como Anexo Único forma parte de la presente, en virtud de los considerados antes mencionados.-

ARTÍCULO 2º: Establecer que el cuerpo decente, sede de dictado, financiamiento y administración deberán ser presentados y aprobados antes del dictado del curso.-

ARTÍCULO 3º: Registrar, comunicar, publicar en el Digesto Electrónico UADER, notificar a quienes corresponda y cumplido, archivar.-

Esp. Lic. Daniela Dans
Vicerrectora
Universidad Autónoma de Entre Ríos

ANEXO ÚNICO

PROPUESTA DE FORMACIÓN PERMANENTE - ORD. CS N°174/24

PLAN:

Denominación:

Curso de Formación Permanente: TALLER “SALUD MENTAL Y EMOCIONAL”

Descripción del Curso:

En la actualidad, es fundamental promover el envejecimiento activo y saludable, en concordancia con los derechos reconocidos por la Constitución Argentina y los tratados internacionales vigentes. La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores define el envejecimiento activo y saludable como un proceso que busca optimizar las oportunidades de bienestar físico, mental y social, permitiendo a las personas mayores participar activamente en distintas esferas de la vida y disfrutar de protección, seguridad y atención para ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida en la vejez.

Es indudable que el envejecimiento poblacional representa una de las transformaciones sociales más significativas, con implicancias para los diversos sectores de la sociedad, constituyéndose en un desafío que requiere respuestas pertinentes y eficaces desde diversos ámbitos, para crear condiciones adecuadas que posibiliten que las personas mayores puedan vivir dignamente esta etapa de la vida. Junto a este crecimiento se presenta también el reto de enfrentar nuevas problemáticas como las coberturas sociales, la participación social de los mayores o aquellos relacionados con bienestar emocional, psicológico y social en el marco de la Salud Integral y Comunitaria.

En este contexto, se plantea la necesidad de ofrecer un taller que aborde la Salud Mental y Emocional, reconociendo que reflexionar sobre este aspecto y contar con herramientas para cuidarla es fundamental para la protección individual y comunitaria.

Fundamentación:

En la actualidad resulta imprescindible – en el marco de los derechos reconocidos por la Constitución Argentina y por los tratados internacionales vigentes – articular estrategias que promuevan el envejecimiento activo y saludable. La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores en su primer capítulo, artículo 2, define al “Envejecimiento activo y saludable” como el proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, mental y social, de participar en actividades sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, y de contar con protección, seguridad y atención, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todos los individuos en la vejez, y permitirles así seguir contribuyendo

RESOLUCIÓN “CS” N° 226-24

activamente a sus familias, amigos, comunidades y naciones. En esta línea, se observa que - con la finalidad de optimizar las oportunidades de bienestar de las personas mayores- se construye una noción de lo “saludable” que va más allá del cuerpo físico y que integra aspectos bio-psico-sociales.

Los resultados del Censo 2022, permiten concluir que a nivel país existe una profundización del proceso de envejecimiento poblacional, con enormes franjas de mayores de 60 años, relacionado al incremento de la expectativa de vida a un ritmo mayor que el que surgía del Censo de 2010. En este contexto, el hecho que las personas mayores realicen actividades fuera del hogar les permite relacionarse con otras, mejorar su salud física y bienestar, y contribuye a la longevidad y mayor calidad de vida. Es por ello que en estas circunstancias se plantea la posibilidad de ofrecer un Taller que aborde la Salud Mental y Emocional, considerando que contar con herramientas para cuidarla, genera factores psíquicos protectores en el envejecimiento, tanto a nivel individual como comunitario.

En este contexto, el hecho de que las personas mayores realicen actividades fuera del hogar les permite relacionarse con otras, mejorar su salud física y bienestar, y contribuye a la longevidad y mayor calidad de vida. Es por ello que en estas circunstancias se plantea la posibilidad de ofrecer un Taller que aborde la Salud Mental y Emocional, considerando que contar con herramientas para cuidarla, genera factores psíquicos protectores en el envejecimiento, tanto a nivel individual como comunitario.

Objetivos:

General:

- Mejorar la calidad de vida de las personas mayores desde una perspectiva de envejecimiento activo y saludable a partir de la promoción de la salud mental.

Específicos:

- Generar un espacio de aprendizaje en contexto que permita propiciar la visibilización y elaboración de temas concernientes a la vejez como etapa vital.
- Brindar capacitación para profundizar la comprensión de los aspectos psicológicos relevantes para la comunidad.
- Proporcionar información para ampliar el conocimiento sobre los aspectos psicológicos que son relevantes para la comunidad.

Contenidos:

Módulo 1

Definición de salud mental y emocional. La importancia de reconocer y gestionar las emociones. Aspectos psicológicos de la vejez. Padecimientos frecuentes (ansiedad, depresión).

Módulo 2

Cambios propios de la vejez (transformaciones positivas y negativas, crecimientos y pérdidas). Jubilación ¿premio o castigo? Duelos reales y simbólicos. ¿Cómo percibimos la vejez? La influencia de los factores socioculturales (expectativas sociales, prejuicios y estereotipos). Amor y sexualidad en los tiempos que corren.

Módulo 3

La importancia de la comunicación. Salud digital. Riesgos de la sobre-estimulación. Olvidos benignos y patológicos. Historias de familia. El peso de los mandatos. Resiliencia. Autocuidado de la salud mental. ¿Cuándo pedir ayuda?

Metodología y Modalidad de cursado

La metodología de enseñanza consistirá en llevar a cabo encuentros presenciales semanales de 2 horas reloj de duración.

Al inicio se efectuará la presentación del espacio, encuadre didáctico y presentaciones de los asistentes.

El desarrollo ulterior de los encuentros se irá adecuando al ritmo de los participantes, pero tentativamente se propone como dinámica de implementación:

- **Clase expositiva:** se explicarán los temas relevantes de la clase de acuerdo a la planificación establecida.
- **Trabajo en grupos:** los participantes abordarán los contenidos a través de consignas diseñadas para promover la interacción y el aprendizaje colaborativo. Estas consignas serán flexibles y se ajustarán a cada temática, pudiendo incluir dinámicas de role playing, creación de afiches/narrativas, ejercicios de relajación postural, entre otros.
- **Plenario y reflexión final (cierre del encuentro):** Se llevará a cabo una puesta en común de las producciones grupales, seguida de un espacio de reflexión para integrar y consolidar los aprendizajes adquiridos durante la sesión.

Carga horaria:

24 horas reloj.

Régimen de evaluación:

El presente taller se dará por aprobado a quienes asistan como mínimo al 50% de los encuentros y realicen las actividades presenciales programadas, que permitirán efectuar una evaluación de proceso. Al momento de la finalización del taller, los talleristas deberán preparar una producción grupal sobre alguno de los temas abordados.

RESOLUCIÓN “CS” Nº 226-24

Bibliografía:

- A.A.V.V. (2007) *Programa Nacional de Envejecimiento Activo y Salud para los Adultos Mayores*. Ministerio De Salud De La Nación Argentina (MSAL). Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/programa-nacional-de-envejecimiento-activo-y-salud-para-los-adultos-mayores>
- A.A.V.V. (2019). *Asuntos que nos importan. Envejecimiento*. Naciones Unidas Disponible en: <https://www.un.org/es/sections/issues-depth/ageing/index.html>
- Griffa, M.C. (2003) *Reflexiones acerca de la capacidad del yo y la resiliencia*. Disponible en: <https://virasoro.usal.edu.ar/archivos/psico/otros/3.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (2015) *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. ISBN 978 92 4 069485 9 (ePub).
- Organización de los Estados Americanos (2015). *Convención Interamericana de protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores*. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/derechoshumanos/actividades/publicaciones>
- Viguera, V. (1997). *La educación para el envejecimiento*. Disponible en: www.edupsi.com/pgl

Destinatarios:

Este taller está dirigido a personas mayores de la comunidad que deseen promover un envejecimiento activo y saludable y estén interesados en mejorar su calidad de vida a través de la promoción de la salud mental y emocional.

Condiciones para la entrega de certificados:

Se requerirá haber cumplido satisfactoriamente con los criterios establecidos en la evaluación del taller.