

**COURSE DATA****DATA SUBJECT****Code:** 44104**Name:** Nutrition, lifestyle and health in ageing**Cycle:** Master's Degree**ECTS Credits:** 3**Academic year:** 2026-27**STUDY (S)**

Degree	Center	Acad. year	Period
2187 - Master's Degree in Psychogerontology	Facultat de Psicologia i Logopèdia	1	Second quarter

SUBJECT-MATTER

Degree	Subject-matter	Character
2187 - Master's Degree in Psychogerontology	Nutrition, lifestyle and health in ageing	ELECTIVES

COORDINATION

CATALAN SERRA IGNACIO

ZACARES GONZALEZ JUAN JOSE

SUMMARY**PREVIOUS KNOWLEDGE****RELATIONSHIP TO OTHER SUBJECTS OF THE SAME DEGREE**

There are no specified enrollment restrictions with other subjects of the curriculum.

OTHER REQUIREMENTS**COMPETENCES / LEARNING OUTCOMES****2187 - Master's Degree in Psychogerontology**

Conocer a nivel avanzado el proceso de envejecimiento normal y patológico desde el punto de vista psicobiológico, cognitivo, personal y social.



Conocer los recursos y la organización del sistema de atención sociosanitaria a las personas mayores.

Desarrollar las habilidades en manejo de tecnologías de la información y comunicación.

Saber aplicar las teorías sobre el envejecimiento en la conceptualización de los casos y situaciones concretos.

Saber aplicar los conocimientos adquiridos y la capacidad de resolución de problema a ámbitos nuevos o poco conocidos dentro de los contextos interdisciplinares relacionados con la Psicogerontología.

Saber diseñar y planificar programas de intervención ambiental y social que ayuden a mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

Saber dissenyar i desenvolupar programes específics relacionats amb els trastorns psicològics i els problemes socials més freqüents en persones majors.

Saber obtener, analizar y sintetizar información especializada.

Saber planificar y desarrollar programas de intervención seleccionando los objetivos, los procedimientos y los instrumentos más apropiados en función de las características del problema y del contexto.

Students should apply acquired knowledge to solve problems in unfamiliar contexts within their field of study, including multidisciplinary scenarios.

Students should possess and understand foundational knowledge that enables original thinking and research in the field.

DESCRIPTION OF CONTENTS

1.

WORKLOAD

PRESENCIAL ACTIVITIES

Activity	Hours
Tutorials	3,00
Theoretical and practical classes	21,00
Total hours	24,00

NON PRESENCIAL ACTIVITIES

Activity	Hours
Attendance at other activities	0,00
Individual or group project	15,00



Independent study and work	15,00
Preparation of lessons	10,00
Preparation for assessment activities	0,00
Resolution of case studies	11,00
Total hours	51,00

TEACHING METHODOLOGY

EVALUATION

REFERENCES

- Vázquez Martínez C y cols (2005). Alimentación y nutrición: manual teórico-práctico Ed. Díaz de Santos Muñoz, M. (2005) Libro Blanco de la Alimentación de los Mayores. Ed Panamericana. Rubio Herrera, M.A. (2002) Manual de Alimentación y Nutrición en el anciano. Ed. Scientific Communication Management. Lobelo F y cols. Routine Assessment and Promotion of Physical Activity in Healthcare Settings: A Scientific Statement From the American Heart Association. Circulation. 2018 1;137(18):e495-e522.doi: 10.1161 Bornas,X (2010) Autocontrol y Estilos de Vida Saludables . Ed. Psicom Web Eduardo Gallegos Chávez. Geriátría y Gerontología <http://www.doctoredogallegos.com/> Caballero Garcia JC y cols. (2011). Manual de Atención al anciano desnutrido en el nivel primario de salud . Grupo de Trabajo de Atención Primaria, perteneciente a la Sociedad Española de Geriátría y Gerontología (SEGG) Ed: Ergon. ISBN: 978-84-8473-967-8