



**ESCUELA DE GRADUADOS
ASOCIACIÓN MÉDICA ARGENTINA**

(54-11) 5276-1040 Int. 212/213/214

egama@ama-med.org.ar

Av. Santa Fe 1171 - C1059ABF - Buenos Aires Argentina

www.ama-med.org.ar





ESCUELA DE GRADUADOS
ASOCIACIÓN MÉDICA ARGENTINA

Programa de Curso



Formación en Estimulación Física, Cognitiva y Social de las Personas Mayores Social

2027

Directoras

Directora: Lic. Ana T. de León

Subdirectora: Dra. Norma Incatasciato

Cuerpo docente

Lic. Ana T. de León

Dra. Norma Incatasciato

Calendario

Fecha de inicio: 13/03/2027

Fecha de fin: 12/06/2027

El curso se dicta en modalidad online.

Espacios sincrónicos de encuentro: Segundo sábado de cada mes de 10hs a 12hs.

Carga horaria: 80hs cátedra

Destinatarios

Profesionales de la salud, Profesores de Educación Física, Acompañantes de personas mayores, Instructores de Yoga, Pilates y disciplinas varias.



Características del curso

Acerca del curso

Esta Formación, no es una disciplina más: vas a aprender a estimular de forma simultánea hasta seis dimensiones sensoriales, motoras y sociales, generando una activación neuromuscular, cognitiva y vincular que ninguna práctica convencional alcanza. Donde la neurociencia, el movimiento y el vínculo humano se encuentran. Las clases se dictan online, el segundo sábado de cada mes quedando grabada en la plataforma. Cada período mensual consta de 3 módulos que podrás mirarlos cuando quieras y tendrás además, herramientas pedagógicas, teóricas y actividades prácticas.

Su fundamento va más allá del de todo lo conocido: nace como una herramienta de prevención para la tercera y cuarta edad, integrando disciplinas creadas a partir de la multiestimulación, no es un Dual Task, es un Método desarrollado hace más de 25 años, sosteniendo lo que más importa en esta etapa de la vida: la autonomía, la lucidez, retrasar el deterioro físico y cognitivo propio del envejecimiento y ayudar al vínculo con los demás con ejercicios siempre actualizados.

Objetivos

Como profesional de tu actividad:

- Vas a incorporar una formación específica y diferenciada, con demanda profesional cada vez mayor en esta población.
- Vas a adquirir herramientas concretas para el diseño de espacios seguros y adecuados, reduciendo riesgos y mejorando la calidad de tu servicio.
- Vas a desarrollar la capacidad de leer e interpretar el estado físico, cognitivo y emocional de tus alumnos, lo que te permitirá anticiparse a situaciones de riesgo y personalizar tu trabajo.
- Vas a contar con modelos concretos de clases físicas y cognitivas, listos para adaptar en tu propia práctica profesional.
- Vas a fortalecer tu perfil profesional que te distinguirá de un mercado laboral en expansión, vinculado al envejecimiento poblacional.
- Vas a estar preparado para acompañar situaciones sensibles del grupo (duelo, deterioro, vínculo con cuidadores) con criterio profesional y contención adecuada.
- Vas a aprender decenas de ejercicios únicos para poder enseñarlos y ponerlos en práctica.



PLAN DE ESTUDIOS

Contenidos y cronograma

El programa se dicta bajo modalidad virtual, con una clase mensual (obligatoria online), y una duración total de doce (12) módulos. Cada módulo combina contenido teórico con trabajo práctico aplicado, e incluye instancias de evaluación a lo largo de la cursada para despejar todas tus dudas. El programa culmina con una evaluación final oral, grupal online.

MÓDULO 1 - Fundamentos conceptuales del envejecimiento

- Presentación del curso
- El adulto mayor: caracterización general
- Pirámide poblacional
- Deterioro cognitivo leve
- Deterioro conductual
- Lectura corporal
- Lectura empática

MÓDULO 2 - El espacio de trabajo: condiciones y requisitos

- El espacio de trabajo
- Seguro
- Costos y aranceles
- Iluminación
- Limpieza
- Ventilación
- Escalones y escaleras
- Tipo de bancos o sillas



Programa de Curso

- Baños
- Botiquín
- Hidratación
- Ficha médica y apto físico
- Prevención: teléfono celular con botón de emergencia
- Cantidad máxima de alumnos
- Vestimenta
- Calzado
- Higiene

MÓDULO 3 - Organización y desarrollo de la clase

- Duración de la clase
- Horarios de clases
- Ingreso a la clase
- Organización de una clase
- Egreso de la clase
- Orden del salón: sillas y bancos
- Música y equipo de sonido
- Elementos de trabajo

MÓDULO 4 - Observación y valoración del adulto mayor en clase

- Cantidad de alumnos
- El adulto mayor en la clase: posturas
- Cómo leer al adulto mayor
- Lectura de posturas
- Reconocimiento de aptitudes



- Observación y registro de actitudes
- Diferenciación entre conductas, apariencias y gestos
- Trabajo cognitivo y neurociencia
- Fortalecimiento de la masa muscular mediante trabajo con pesas
- Estiramiento y elongación

MÓDULO 5 - Dinámica grupal y rol del instructor

- Dinámica y organización de la clase
- Los cuidadores
- Fallecimiento de un compañero o excompañero
- El instructor
- Escalas y pruebas conductuales
- Escalas y pruebas cognitivas

MÓDULO 6 – Clase modelo

- Ejemplo de clase física y cognitiva

MÓDULO 7 – Clase modelo

- Ejemplo de clase física con pesas y cognitiva

MÓDULO 8 – Clase modelo

- Ejemplo de clase física y cognitiva

MÓDULO 9 – Clase modelo

- Ejemplo de clase física con pesas y cognitiva



MÓDULO 10 – Clase modelo

- Ejemplo de clase física y cognitiva

MÓDULO 11 – Clase modelo

- Ejemplo de clase física con pesas y cognitiva

MÓDULO 12 – Clase modelo

- Ejemplo de clase física con pesas y cognitiva

Requisitos

- Personas que hayan trabajado con esta población más de 2 años
- Título en tecnicaturas afines, título terciario o superior
- DNI

Condiciones de aprobación

Participar de las 4 clases virtuales, TP y examen aprobado.

Al finalizar el programa, el egresado estará en condiciones de diseñar, organizar y sumar a su profesión: actividad física, cognitiva y social dirigidas a personas mayores, contemplando criterios de seguridad, accesibilidad, lectura corporal y empática, con manejo adecuado de la dinámica grupal, en cualquier ámbito de trabajo (centros de jubilados, geriátricos, clubes, espacios comunitarios o consultorios particulares).

Aranceles

Inversión total \$800.000.-

1. 4 cuotas mensuales sin interés de \$200.000 c/u.-*
2. Podrá pagar la totalidad del curso en un pago de \$560.000.- obteniendo un -30% de descuento hasta el 21/02/2027.
3. Podrá pagar la totalidad del curso en un pago de \$600.000.- obteniendo un -25% de descuento para socios AMA antes del inicio del curso.
4. Podrá pagar la totalidad del curso en un pago de \$680.000.- obteniendo un -15% de descuento antes del inicio del curso.



ESCUELA DE GRADUADOS
ASOCIACIÓN MÉDICA ARGENTINA

Programa de Curso



5. Total del curso a partir del 13/03/2027: \$800.000.-

Canales de pago

- A través de la intranet del socio de forma online con Tarjeta de Crédito o Débito o generando un cuponera para pagofacil o rapipago
www.ama-med.org.ar/login
- Pagomiscuentas a través de homebanking

Consultas

adulmaelmetodo@gmail.com

CERTIFICACIÓN

Escuela de Graduados de la Asociación Médica Argentina

“Inscripta con el N° 1 en el Registro Público de Centros de Investigación e Instituciones de Formación Profesional Superior del Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología de la Nación (Resol. 389)”

