

PROGRAMA ACADÉMICO

CURSO PREVENCIÓN DE CAÍDAS EN EL ADULTO MAYOR

www.gsmcapacitacion.cl



RESUMEN

El curso "Prevención de caídas en el adulto mayor", ofrece a usted la posibilidad de acceder a un programa de formación de calidad que le permita conocer los principales fundamentos teóricos de este importante síndrome geriátrico, y aproximarse con conocimientos sólidos a la práctica clínica basada en la evidencia científica en los adultos mayores que sufren caídas.



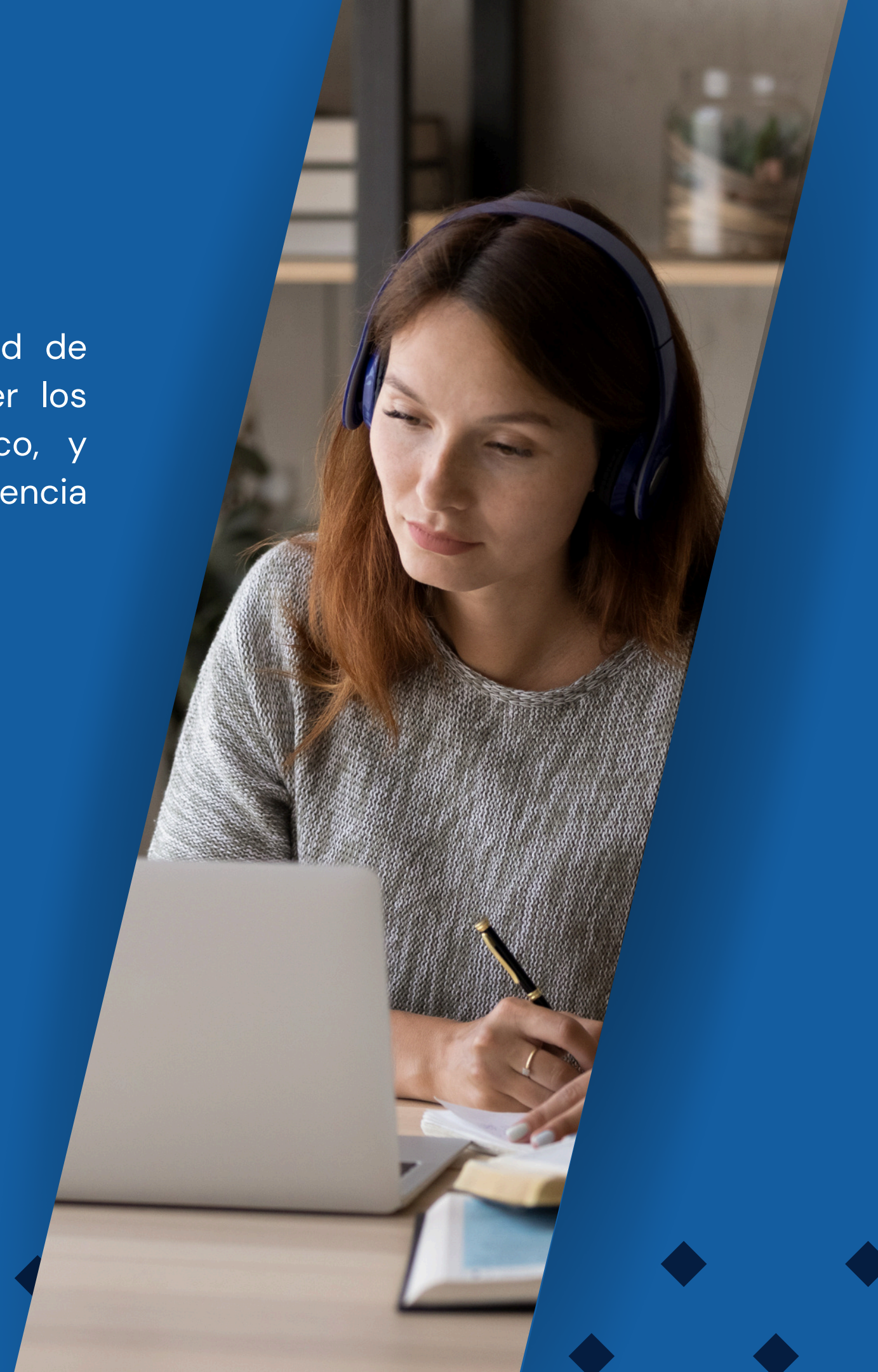
MODALIDAD

e-learning
asincrónico



NÚMERO DE HORAS CERTIFICADAS

45 horas pedagógicas





PÚBLICO OBJETIVO

Programa académico dirigido a:

Profesionales y técnicos de la salud que desarrollan actividades de prevención y tratamiento de personas mayores con riesgo de caer.

FUNDAMENTACIÓN

Los cambios demográficos mundiales muestran un envejecimiento progresivo de la población. Alrededor de un tercio de todas las personas mayores de 65 años se cae cada año, el deterioro fisiológico del adulto mayor puede conducir a una reducción en la capacidad de equilibrio y un mayor riesgo de caídas convirtiéndose en un problema importante entre los ancianos.

Según la Organización Mundial de la Salud se define la caída como “consecuencia de cualquier acontecimiento que precipite al paciente al suelo en contra de su voluntad”. Las caídas se consideran la causa más común de lesiones entre la población mayor. A nivel mundial, las caídas entre las personas mayores son un problema de salud pública debido a su frecuencia y consecuencias adversas en términos de morbilidad, mortalidad y calidad de vida, así como por su impacto en los servicios y costos del sistema de salud. El 40% de las hospitalizaciones relacionadas con lesiones traumáticas se deben a caídas.

Las consecuencias más comunes relacionadas con las caídas son las fracturas, específicamente las fracturas de cadera, muñeca, húmero y pelvis otras lesiones graves son el dolor, hematomas, laceraciones, esguinces y hemorragia intracraneal en casos graves. Las caídas frecuentes en la población anciana pueden tener graves consecuencias para la salud y son necesarios esfuerzos para reducir su incidencia.

Casi el 28-35% de las personas de 65 años o más cae cada año y este porcentaje aumenta al 32-42% para los mayores de 70 años. Además, del 20% al 39% de las personas que se caen experimentan miedo a caer, lo que conduce a una mayor limitación de la actividad, independientemente de la lesión.

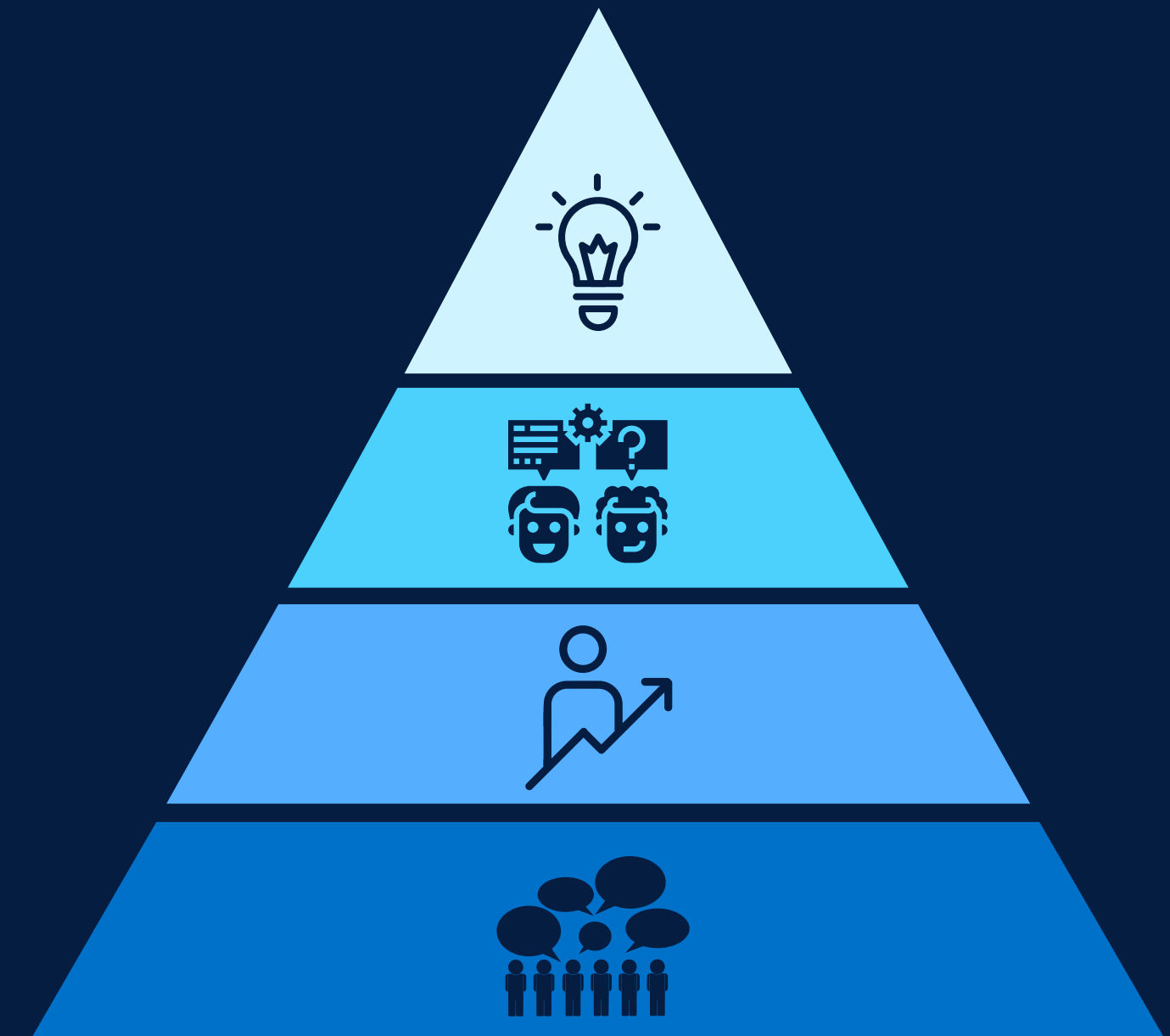
Se han identificado varios factores intrínsecos y farmacológicos que están asociados con un mayor riesgo de caídas. Muchas caídas en ancianos son probablemente multifactoriales, como resultado de la convergencia de varios factores intrínsecos, farmacológicos, ambientales, conductuales y relacionados con la actividad.



OBJETIVOS DEL PROGRAMA

Al finalizar el programa el estudiante deberá ser capaz de:

- 01** Comprender el efecto del envejecimiento, fragilidad y las condiciones de salud en el riesgo de caídas.
- 02** Correlacionar la disminución de la función motora, marcha y equilibrio con el incremento del riesgo a caer.
- 03** Describir las principales consecuencias de las caídas en el adulto mayor.
- 04** Justificar el uso de actividad física y el ejercicio como estrategias para la prevención.
- 05** Diseñar un programa de ejercicios apropiado basado en la evidencia para reducir el riesgo de caídas.



ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

Contenido de las 4 unidades:



UNIDAD 1: ENVEJECIMIENTO DE LA POBLACIÓN:

- Envejecimiento poblacional y salud de las personas mayores en la política pública.
- Aspectos generales del envejecimiento, bases fisiopatológicas.
- Funcionalidad como indicador de salud.
- Fragilidad y condiciones de salud que afectan al adulto mayor.
- Relación Fragilidad Funcionalidad y dependencia.
- Principales acciones del equipo interdisciplinario para prevenir y manejar la situación de fragilidad en las personas mayores.



UNIDAD 2: RIESGO DE CAÍDAS EN ADULTOS MAYORES:

- Definición e incidencia de las caídas en el adulto mayor.
- Factores de riesgo extrínsecos e intrínsecos relacionados con las caídas.
- Alteraciones de la marcha, el equilibrio, fuerza y flexibilidad y su relación con el riesgo de caer en la persona mayor.



UNIDAD 3: EFECTOS DE LAS CAÍDAS EN PERSONAS MAYORES:

- Consecuencias de las caídas en el adulto mayor.
- Efectos psicosociales post caídas, miedo a caer.
- Generalidades de la valoración geriátrica integral.
- Revisión de algunas escalas relacionadas con la funcionalidad y valoración del riesgo de caídas en el anciano frágil.



UNIDAD 4: ACTIVIDAD FÍSICA COMO ELEMENTO CENTRAL PREVENTIVO:

- Beneficios del ejercicio físico para la salud de las personas mayores.
- Estrategias de prevención de caídas basadas en evidencia clínica.
- Intervenciones para reducir el riesgo de caídas en el adulto mayor.
- Educación y abordaje del medio ambiente.
- Calidad de vida, autocuidado y envejecimiento exitoso.



PROGRAMACIÓN

11/05 - 17/05

Acceso a plataforma Moodle
Desarrollo Unidad 1

18/05 - 24/05

Desarrollo unidad 2

25/05 - 31/05

Evaluación 1 (unidades 1 y 2)
Desarrollo unidad 3

01/06 - 07/06

Desarrollo unidad 4

08/06 - 14/06

Evaluación 2 (unidad 3 y 4)

15/06 - 17/06

Evaluaciones pendientes

18 Junio 2026

Finalización de curso
Cierre acceso a plataforma

25 Junio 2026

Envío de certificado digital a email



METODOLOGÍA

Las clases del curso se desarrollarán en modalidad e-learning (asincrónica), es decir, los materiales (audio, video, presentación, lecturas, etc.) estarán cargados previamente en la plataforma Moodle con Acceso en: www.gsmcapacitacion.cl (Aula Virtual).

Las clases y materiales desarrollados por el (la) docente especificado en el programa, deberán ser revisados por el estudiante en las fechas que se indican en la programación.

El (la) docente estará disponible en el transcurso de las semanas para la resolución de dudas a través de los distintos mecanismos de comunicación (plataforma, foro de participación, actividades de discusión y correo electrónico).

El proceso metodológico cuenta con la supervisión de un Director Académico del OTEC y con el soporte técnico provisto por un especialista en informática.

DEDIDACIÓN HORARIA

Para un desarrollo exitoso del programa, el participante deberá dedicar 45 horas pedagógicas para el estudio y preparación de los contenidos y evaluaciones:

- Revisión de programa y plataforma (semana 1): 1 hp.
- Desarrollo de unidad 1: 6 hp.
- Desarrollo de unidad 2: 6 hp.
- Desarrollo de unidad 3: 12 hp.
- Preparación y desarrollo de evaluación 1: 6 hp.
- Preparación y desarrollo de evaluación 2: 6 hp.
- Participación en foros de discusión: 8 hp.





EVALUACIÓN

El curso considera un total de 2 evaluaciones ponderadas:

Evaluación 1: 50% (metodología definida por docente)

Evaluación 2: 50% (metodología definida por docente)

Fechas de evaluaciones:

Las evaluaciones tienen fechas definidas en la programación y deben ser desarrolladas en las fechas establecidas a través de la plataforma Moodle y no por otro medio. Las calificaciones serán informadas a través de la misma plataforma.

Requisitos de aprobación:

Promedio ponderado de las calificaciones mayor o igual a 4.0 en escala de 1.0 a 7.0.

Hacer entrega de todas las evaluaciones en los plazos estipulados.

DOCENTE



SOLANGE
ALARCÓN

KINESIÓLOGA

Kinesióloga, Licenciada en Kinesiología, Universidad de Las Américas, Concepción, Chile.

Diplomada en Neurorehabilitación Adultos, Universidad de Concepción.

Formación en Enfermedad de Parkinson y pasantías en Alemania:

Consulta neurológica Dr. Gisela de Abovy Padilla Mannheim. SRH Kurpfalzkrankenhaus, programa Parkinson-Komplexbehandlung, Heidelberg.

Diakonissenkrankenhaus, departamento de neurorehabilitación, Mannheim.

Kinesióloga Centro Biokinex

Certificada en Rehabilitación vestibular: Curso básico y Terapia Física en hipofunción vestibular periférica, GEIRVB Argentina y GSM Capacitación.



CERTIFICACIÓN

Bajo Norma Nch 2728:2015

Los participantes que hayan aprobado el curso obtendrán un certificado digital otorgado por GSM CAPACITACIONES SpA, OTEC con registro de proveedor del estado, certificado en Gestión de Calidad bajo la Norma NCh 2728:2015 por SCI CERTIFICACIONES (N° de registro INN A-12071), con acreditación SENCE Res. Exenta N° 0442.

El certificado será enviado al correo electrónico del participante una semana posterior a la finalización del calendario académico. Este incluye: número de horas, calificación, fechas de realización, porcentaje de asistencia, firma electrónica (ley 19.799) y código de validación.



INSCRIPCIÓN

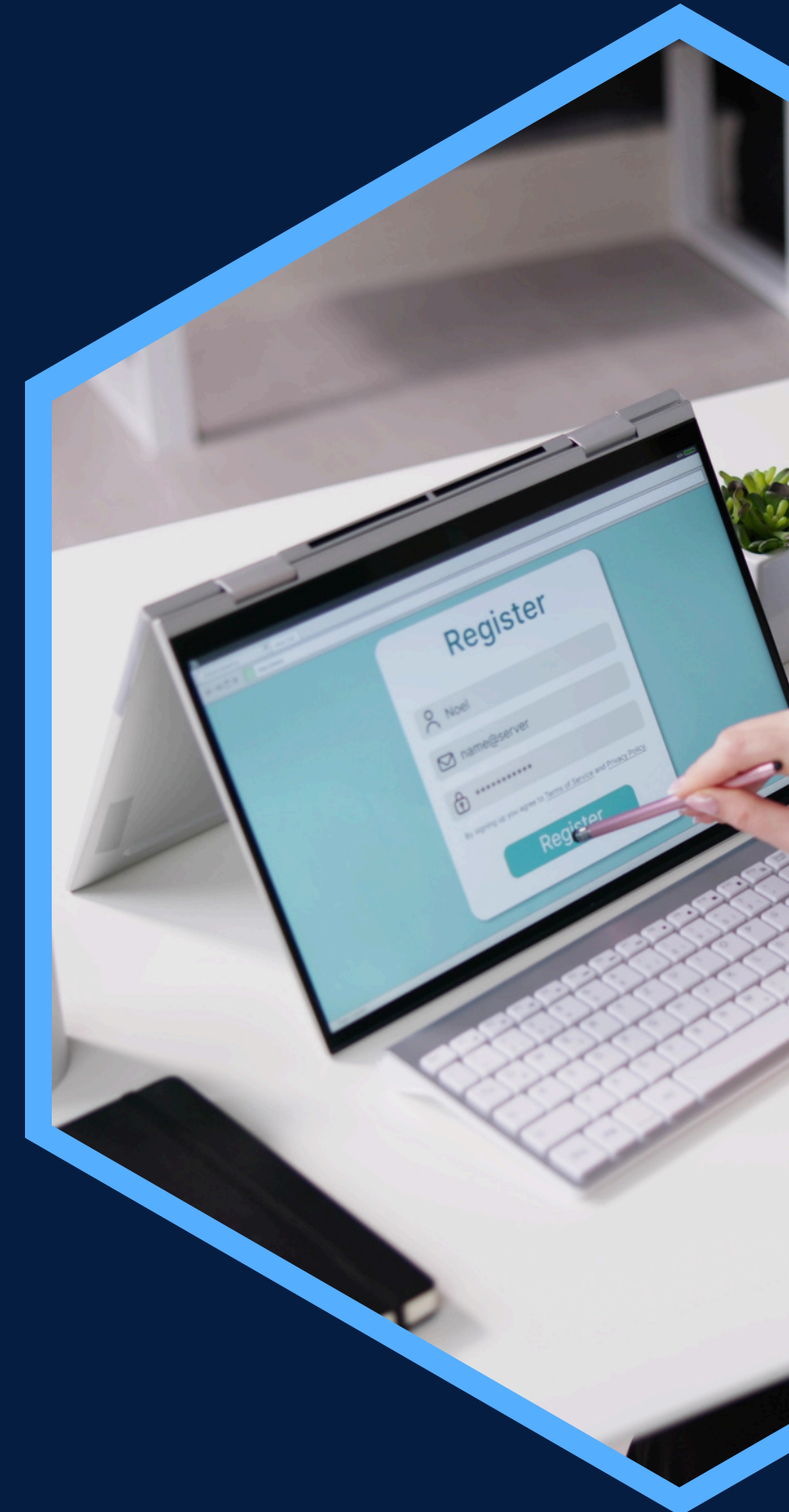
- Valor total: **\$25.000** (incluye acceso a Aula virtual, materiales en formato digital, envío de certificado digital vía correo electrónico).

Procedimiento:

- La inscripción se realiza en su totalidad en www.gsmcapacitacion.cl
- Añadir curso(s) al carro de compra.
- Completar formulario de inscripción con todos los antecedentes solicitados.
- Finalizar pago.
- Recibirá correo electrónico con confirmación de compra e inscripción exitosa.
- Clave de acceso se envía el día de inicio del curso (ver programación).
- Cualquier consulta sobre el proceso puede ser realizada al correo electrónico contacto@gsmcapacitacion.cl o al WhatsApp +569 53193966

Política de devolución:

- Hasta 15 días antes del inicio de las clases se devolverá el 50% del valor abonado, posterior a ello no existe devolución.





Contáctanos:



[gsm.capacitacion](https://www.instagram.com/gsm.capacitacion)



[GSM Capacitacion](https://www.facebook.com/GSM.Capacitacion)



www.gsmcapacitacion.cl



contacto@gsmcapacitacion.cl



+56 43 2421391
+569 53193966

