



ents unam

Envejecimiento Exitoso



Ante uno de los cambios en materia de población más trascendente del siglo XXI, el envejecimiento, la Escuela Nacional de Trabajo Social, a través de su Centro de Educación Continua, ofrece al público el diplomado denominado *Envejecimiento Exitoso*.

El objetivo de este diplomado es proporcionar elementos teóricos y prácticos a los adultos mayores que les permitan incrementar y desarrollar los conocimientos, habilidades y actitudes necesarios para vivir satisfactoriamente y disfrutar esa etapa de la vida.

Esta dirigido a personas interesadas en lograr un envejecimiento exitoso; mayores de 50 años con estudios mínimos de secundaria o nivel técnico.

Los módulos que se imparten son:

I. Resolviendo los nuevos retos familiares

II Cuidando tu salud

III Salud mental y envejecimiento. Cambios y retos emocionales, psicológicos y sociales

IV Nutrición

V Acondicionamiento físico

VI Redes sociales en la vejez

VII Aspectos legales y económicos de apoyo a los adultos mayores

VIII Plenitud humana y envejecimiento

Con una duración total del diplomado de 190 horas.

Las docentes que participan son personal con una amplia trayectoria en la temática de la vejez: Mtra. Lucía Aranda Filian, Dra. Guadalupe Dorantes Mendoza, Dra. María del Carmen Villanueva Vilchis, Lic. Leticia Cervantes, Lic. Sofía Hernández, Dra. Dolores Ortiz de la Huerta, Mtra. Rosaura Avalos Pérez y Mtra. Sandra Patricia Oviedo
Coordinadoras Académicas: Mtra. Graciela Casas Torres y Mtra. Rosaura Avalos Pérez

Informes e Inscripciones: Centro de Educación Continua / ENTS UNAM. Golondrinas No. 15, Col. General Anaya, Delegación Benito Juárez.
Teléfonos 56 88 16 88 y 56 05 79 85
Correo: gonlon@servidor.unam.mx

Mtra. Rosaura Avalos Pérez. Correo rosaura_avalos@hotmail.com Escuela Nacional de Trabajo Social Área de Investigación, teléfono 56 22 88 24 ext. 170