



## **Webinar: “La actividad física en personas mayores: ¿placer o displacer?”**

### **Duración:**

1 Hs.

### **Días y horarios:**

Jueves 22 de octubre 17 Hs.

### **Localización:**

Modalidad online.

### **Contenidos minimos:**

- Actividad física adaptada.
- Teoría conductual de Prochaska.
- Manifestaciones conductuales frente al placer/displacer.
- Características del colectivo poblacional de las personas mayores.

### **Dirigido a:**

Facultades de Ciencias de la Educación y Psicopedagogía; Medicina y Ciencias de la Salud; Motricidad Humana y Deportes y Psicología y Relaciones Humanas.

### **Objetivos:**

1. Identificar las variables más importantes respecto a la actividad física adaptada para las personas mayores.
2. Analizar los requerimientos mínimos con el fin de sostener las prácticas saludables.
3. Interpretar los indicadores principales del placer y displacer como piedra angular del progreso y éxito dentro de la planificación de un programa saludable.

---

#### **Para informes e inscripción:**

**Sede Buenos Aires**  
Localización Centro  
Av. San Juan 951 - C.A.B.A.  
Tel.: (+54) 11 4300-2147 (y rotativas) de L-V de 09 a 18 Hs.  
E-mail: [uai.extension@uai.edu.ar](mailto:uai.extension@uai.edu.ar)  
Vicerrectoría de Extensión Universitaria

**Sede Regional Rosario**  
Sede Administrativa  
Av. Pellegrini 1816, Rosario - Pcia. de Santa Fé  
Tel.: (+54) 0341 440-8010 (y rotativas)/447-7220/21 de L-V de 09 a 19 Hs.  
E-mail: [uai.extensionrosario@vaneduc.edu.ar](mailto:uai.extensionrosario@vaneduc.edu.ar)



4. Focalizar en la nueva generación de vejezes.

**Breve descripción de las actividades a realizar:**

A través de medios audiovisuales y presentación de PPT, se enumerarán las nuevas tendencias del envejecimiento activo y saludable, como así también, los efectos apropiados que debemos generar, durante nuestras prácticas profesionales, ante las personas mayores, con el fin de tener un programa exitoso de conductas saludables.

**A cargo de:**

- Lic. Mariano Ariel Sassano, Graduado y Profesor UAI, Lic. en Psicología, Maestrando en Gerontología.

**Contacto:**

[uai.extension@uai.edu.ar](mailto:uai.extension@uai.edu.ar)

Abrió este enlace para enviarnos un mensaje en WhatsApp:  
<https://wa.me/5491126603030>

**Para informes e Inscripción:**

**Sede Buenos Aires**

Localización Centro

Av. San Juan 951 - C.A.B.A.

Tel.: (+54) 11 4300-2147 (y rotativas) de L-V de 09 a 18 Hs.

E-mail: [uai.extension@uai.edu.ar](mailto:uai.extension@uai.edu.ar)

Vicerrectoría de Extensión Universitaria

**Sede Regional Rosario**

Sede Administrativa

Av. Pellegrini 1816, Rosario - Pcia. de Santa Fé

Tel.: (+54) 0341 440-8010 (y rotativas)/447-7220/21 de L-V de 09 a 19 Hs.

E-mail: [uai.extensionrosario@vaneduc.edu.ar](mailto:uai.extensionrosario@vaneduc.edu.ar)