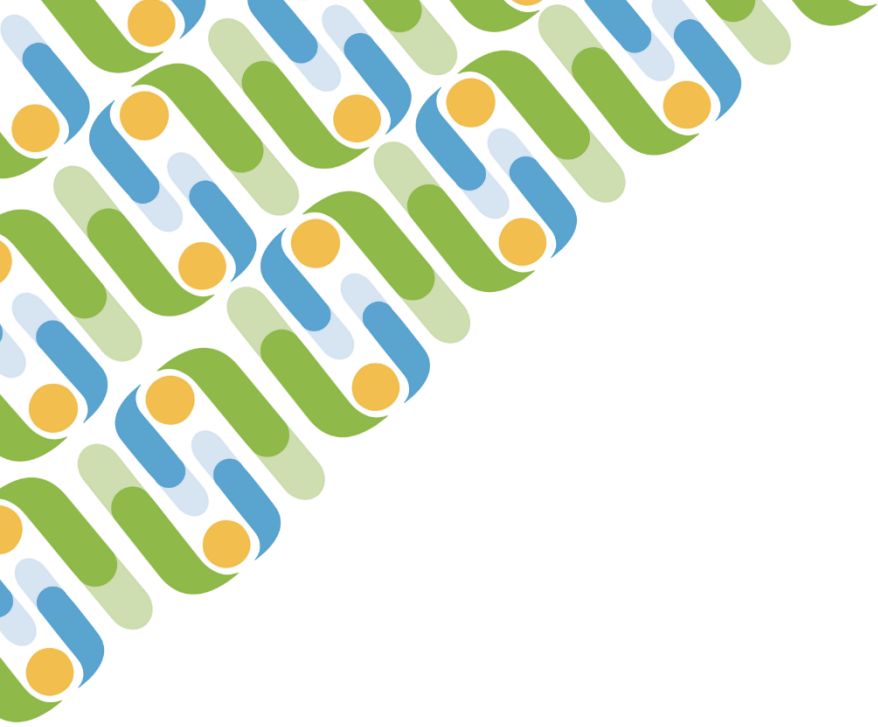




SUAM

SISTEMA UNIVERSITARIO DEL ADULTO MAYOR
Universidad de Guadalajara

Salud cerebral

CICLO 2026-B

Integrantes del Laboratorio de Neuropsicología y Neurolingüística, del Instituto de Neurociencias de la Universidad de Guadalajara.

1. JUSTIFICACIÓN

El envejecimiento es un proceso biológico que inicia con la concepción, culmina con la muerte e implica cambios en distintos órganos y tejidos del organismo. Estos incluyen cambios en el sistema nervioso, cuyo principal producto es el comportamiento humano.

Uno de los componentes del comportamiento es la cognición, un proceso que permite al individuo recibir, interpretar e integrar estímulos para generar respuestas en favor del organismo. Este proceso es una de las bases para realizar nuestras actividades cotidianas de forma independiente, sin embargo, al igual que en el resto de los sistemas del cuerpo, el sistema nervioso puede presentar alteraciones que podrían ser confundidas con cambios normativos.

Este taller brinda a los alumnos conocimientos sobre las bases anatómicas y funcionales del sistema nervioso, su relación con el comportamiento, estrategias para optimizar el funcionamiento actual de los distintos dominios, herramientas para la identificación de trayectorias cognitivas patológicas y orientación mediante actividades cognitivamente estimulantes relacionadas con la prevención de posibles alteraciones.

2. OBJETIVOS

Objetivo general

Adquirir conocimientos teóricos y prácticos para la promoción del autocuidado de la salud cerebral.

Objetivos específicos

- Conocer más sobre la función del cerebro y su disfunción.
- Fomentar el uso de los conocimientos adquiridos durante el curso en actividades de la vida cotidiana.
- Vincular los conocimientos adquiridos durante las sesiones con experiencias personales y compartidas.



3. CONTENIDOS

1. Módulo 1. Introducción a la anatomía y el funcionamiento cerebral.
2. Módulo 2. Funciones cerebrales y enfermedad de Alzheimer.
3. Módulo 3. Neuroplasticidad y el "Gimnasio Mental".
4. Módulo 4. La memoria.
5. Módulo 5. La atención.
6. Módulo 6. Solución de problemas
7. Módulo 7. Lenguaje
8. Módulo 8. Razonamiento y cálculo mental.
9. Módulo 9. El ejercicio y el cerebro
10. Módulo 10. El sueño y el cerebro
11. Módulo 11. El estrés y el cerebro

4. EVALUACIÓN

Se realizará durante el curso una evaluación continua en la que se tomarán en cuenta los siguientes rubros:

- a) **Participación: 10%**
- b) **Tareas 20%**
- c) **Trabajo en clase: 30%**
- d) **Producto integrador: 20%**
- e) **Examen: 20%**

Para tener derecho a calificación y diploma se requerirá asistir al 80% (alrededor de 9 sesiones).



5. BIBLIOGRAFÍA

- Ardila, A., & Rosselli, M. (2007). *Neuropsicología clínica*. Editorial El Manual Moderno.
- Alvarado, A., Salazar, A. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos*, 25(2), 57-62. <http://gerokomos.com/wp-content/uploads/2015/01/25-2-2014-57.pdf>
- Cerquera-Córdoba, A. y Quintero-Mantilla, M. (2015). Reflexiones grupales en gerontología: el envejecimiento normal y patológico. *Revista Virtual de la Universidad Católica del Norte*, 45, 173-180, <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/665/1196>.
- Cummings, J. A., & Sanders, L. (2022). Memorias como tipos y etapas. *LibreTexts Español*. https://espanol.libretexts.org/Bookshelves/Ciencias_Sociales/Psicologia/Libro%3A_Introducci%C3%B3n_a_la_Psicolog%C3%ADa/08%3A_Recordar_y_juzgar/8.01%3A_A_Memorias_como_tipos_y_etapas
- Dziechciaż, M. y Filip, R. (2014). Biological psychological and social determinants of old age: Biopsychosocial aspects of human aging. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*, 21(4), 835–838. <https://www.aaem.pl/pdf-72207-9434?filename=Biological%20psychological.pdf>
- González-Burgos, I. (2015) *Psicobiología de la memoria. Un enfoque interdisciplinario*. Bios Médica Editores y Diseños.
- McDermott, K. B., & Roediger III, H. L. (2022). Memoria (codificación, almacenamiento, recuperación). *LibreTexts Español*. [https://espanol.libretexts.org/Bookshelves/Ciencias_Sociales/Psicologia/Mapa%3A_Descubre_la_Psicolog%C3%ADa_-_Un_breve_texto_introductorio_\(Noba\)/08%3A_MEMORIA/8.01%3A_Memoria_\(codificaci%C3%B3n%2C_almacenamiento%2C_recuperaci%C3%B3n\)](https://espanol.libretexts.org/Bookshelves/Ciencias_Sociales/Psicologia/Mapa%3A_Descubre_la_Psicolog%C3%ADa_-_Un_breve_texto_introductorio_(Noba)/08%3A_MEMORIA/8.01%3A_Memoria_(codificaci%C3%B3n%2C_almacenamiento%2C_recuperaci%C3%B3n))
- Muñoz Marrón, E. (2009). *Estimulación cognitiva y rehabilitación neuropsicológica*. Editorial UOC.
- Ochoa Aranda, C. (2025, 10 de marzo). La neuroplasticidad permite al cerebro aprender y adaptarse. *Gaceta UNAM*. <https://www.gaceta.unam.mx/la-neuroplasticidad-permite-al-cerebro-aprender-y-adaptarse/>
- OMS (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Organización Mundial de la Salud. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf;jsessionid=CCFB988C4AFB884A00C21D6F98DF6DCC?sequence=1
- Purves, D., Augustine, G. J., Fitzpatrick, D., Hall, W. C., LaMantia, A.-S., McNamara, J. O., & Williams, S. M. (2004). *Neuroscience* (3rd ed.). Sinauer Associates.
- Rowe, J. y Kahn, R. (1987). Human Aging: Usual and Successful. *SCIENCE*, 237(4811), 143-149. <https://www.science.org/doi/10.1126/science.3299702>.



