

OTOÑO 2026



IBERO
LEÓN

NEURORITMO, MENTE ACTIVA PARA ADULTOS MAYORES

CURSO PRESENCIAL

Educación Continua
Diplomados y Cursos

¿POR QUÉ ESTUDIAR ESTE PROGRAMA?

El envejecimiento es un proceso natural que se manifiesta de manera distinta en cada persona. Con el paso de los años pueden presentarse cambios graduales en las funciones físicas, cognitivas, sensoriales y socioemocionales, así como un mayor riesgo de aislamiento social y afectaciones emocionales relacionadas con la jubilación, los procesos de duelo o los problemas de salud.

El envejecimiento de la población constituye uno de los principales desafíos a nivel mundial. En respuesta a esta realidad, la Organización Mundial de la Salud (OMS) impulsó la Década del Envejecimiento Saludable (2021-2030), con el propósito de promover que las personas mayores conserven su capacidad funcional y disfruten de una mejor calidad de vida. Desde este enfoque, el envejecimiento saludable consiste en desarrollar y mantener las capacidades físicas, cognitivas, emocionales y sociales que permiten vivir con autonomía, bienestar y participación activa.

Diversas investigaciones han demostrado que muchos de los cambios asociados al envejecimiento pueden ralentizarse mediante hábitos saludables como la actividad física, la alimentación equilibrada, el descanso adecuado, el control de enfermedades crónicas, la interacción social y la estimulación cognitiva. Asimismo, las actividades que integran movimiento, ritmo, coordinación y retos mentales favorecen la plasticidad cerebral, contribuyen a mantener el funcionamiento cognitivo y fortalecen habilidades esenciales para la vida diaria.

En este contexto, los programas de Neuroritmo y Mente Activa representan una estrategia de estimulación integral que fortalece las capacidades físicas, cognitivas y socioemocionales de las personas mayores, favoreciendo un envejecimiento activo, saludable e independiente.

Ante esta realidad el curso **Neuroritmo, mente activa para adultos mayores** ofrece una metodología práctica que integra ejercicios de movimiento, ritmo, coordinación y entrenamiento mental para fortalecer la memoria, la atención, la concentración y la coordinación motriz, de tal forma que estas herramientas puedan incorporarse al cuidado y acompañamiento de las personas mayores para favorecer su autonomía, bienestar y calidad de vida.

DIRIGIDO A

El curso está dirigido a cuidadores, familiares y cuidadores no profesionales de personas mayores, así como a profesionales, estudiantes y personas interesadas en fortalecer sus conocimientos sobre el envejecimiento y el cuidado de las personas mayores.

Es muy pertinente para quienes se desempeñan o se encuentran en formación en áreas como psicología, enfermería, medicina, nutrición, rehabilitación, trabajo social, terapia ocupacional y disciplinas afines, independientemente de que cuenten o no con experiencia previa.

OBJETIVOS

Comprender los fundamentos del Neuroritmo y su aplicación en las vejez como estrategias de estimulación integral para promover la atención, la memoria, la coordinación, el bienestar emocional y la participación activa de las personas mayores, mediante el aprendizaje y la práctica de actividades adaptadas a sus necesidades y capacidades.

Objetivos específicos:

- Identificar los principales cambios cognitivos, físicos y emocionales que se establecen durante el proceso de envejecimiento y reconocer la importancia de la estimulación cognitiva y la neuroplasticidad.
- Reconocer los fundamentos neurocognitivos que sustentan el Neuroritmo y los beneficios de su aplicación en el envejecimiento saludable y las vejez.
- Vivenciar actividades que integran movimiento, ritmo y cognición.

METODOLOGÍA GENERAL

- Exposición de conceptos.
- Construcción y abordaje de casos.
- Análisis de cortometrajes y documentales.
- Lecturas de apoyo.
- Ejercicios de neuroritmo, valoración cognitiva y emocional.
- Dinámicas individuales y grupales.
- Espacios para el análisis y la reflexión.

CONTENIDO

- Módulo I.** Las nuevas vejez: retos y oportunidades.
- Módulo II.** Neurorritmo: comprendiendo el cerebro para activarlo.
- Módulo III.** Duelos obligados en la vejez y los beneficios del Neurorritmo.
- Módulo IV.** Fundamentos del Neurorritmo y la estimulación cerebral.
- Módulo V.** Aplicación del Neurorritmo en personas mayores.
- Módulo VI.** Diseño e implementación de sesiones de Neurorritmo.

DURACIÓN EN HORAS

24 horas

DÍAS Y HORARIOS

Viernes de 16:00 a 20:00 h y
sábados de 9:00 a 13:00 h

PERIODICIDAD

Según calendario

FECHA DE INICIO

16 de octubre de 2026

FECHA DE TÉRMINO

7 de noviembre de 2026

REQUISITOS DE ADMISIÓN

- Tener interés o experiencia en el cuidado, la atención o el acompañamiento de personas mayores.
- Compromiso y empatía con el bienestar, la dignidad y el envejecimiento saludable de las personas mayores.
- Disposición para aprender y aplicar estrategias de estimulación integral, así como enfoques preventivos orientados a favorecer la calidad de vida de las personas mayores.
- Disposición para participar activamente en las actividades prácticas y dinámicas del curso.

REQUISITOS PARA LA ACREDITACIÓN

- Cubrir el 80 % de asistencia al curso.
- Participar activamente en las actividades y ejercicios que se designen durante el curso.
- Diseñar una sesión de neurorritmo.
- Realizar todos los pagos correspondientes en su totalidad.

SISTEMA DE EVALUACIÓN:

- **Asistencia:** para la acreditación del programa se deben cumplir el 80% de asistencias. En cada sesión contaremos con una lista que se deberá firmar.
- **Puntualidad:** la puntualidad de los asistentes es importante desde el inicio, asimismo en los tiempos que se asignen como receso, se pide sea respetado, con la finalidad de que se termine en el tiempo asignado la sesión.
- **Permanencia:** si por algún motivo laboral o personal, tuvieran la necesidad de abandonar la sesión o faltar a alguna de ellas, lo informen a la coordinación.
- **Participación activa:** dentro de las sesiones tu contribución es muy valiosa.

Educación Continua
Diplomados y Cursos

FACILITADORA

Mtra. María Martha Ramírez García

Formación académica:

- Doctorante en Ciencias del Desarrollo Humano por La Universidad del Valle de Atemajac (UNIVA Guadalajara).
- Maestría en Comunicación de la Ciencia y la Cultura. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente (ITESO)
- Licenciatura en Psicología por el ITESO de Guadalajara.

Experiencia profesional y docente:

- Ejerce la práctica clínica en consulta privada.
- ITESO Guadalajara.
 - Realiza trabajo interdepartamental e interdisciplinario con diferentes departamentos como el de Psicología, Educación y Salud (DPES), el Centro Interdisciplinario para la Formación y Vinculación Social (CIFOVIS), entre otros.
 - Docente de forma continua desde el año 2014 a la fecha con la participación en 52 asignaturas
 - Tiene participación en proyectos de investigación internacional, nacional y local vinculados a temas relacionados con personas mayores.
- Miembro de la Sociedad de Geronto-Geriatría del Estado de Jalisco A.C.
- Fue presidenta del Consejo Ciudadano de Ciudades amigables para las personas mayores (OMS-OPS-DIF Guadalajara 2020-2024)
- Cuenta con más de una docena de publicaciones en capítulos de libros en líneas de envejecimiento, vejez, cuidado-autocuidado y emociones sociales.

COSTO

Inscripción	\$ 4,100.00
1 mensualidad	\$ 4,100.00
Costo total	\$ 8,200.00

iberoleon.mx

* La Universidad Iberoamericana León se reserva el derecho de posponer o cancelar la apertura de los programas que no cumplan con el mínimo de alumnos inscritos.

Haz click aquí para
INSCRIBIRTE



 477 710 0682

 477 392 8286

 diplomadosibero

 iberoleondc

diplomados.ibero@iberoleon.mx

SER Y HACER PARA EL MUNDO

iberoleon.mx