



Universidad Nacional de San Luis
Facultad de Ciencias de la Salud

"2026 - Año de la Grandeza Argentina"
"150° Aniversario de la Creación
de la Escuela Normal Juan Pascual Pringles"

"50 años por la Memoria, la Verdad y la Justicia. Nunca más"



SAN LUIS, 17 de septiembre de 2026

VISTO:

El EXPE 13953/2026 mediante el cual se eleva propuesta de convocatoria del Programa de Envejecimiento Saludable (PES); y

CONSIDERANDO:

Que en el Plan de Desarrollo Institucional se propone fortalecer la extensión universitaria y la interacción con la comunidad.

Que la Universidad Nacional de San Luis pretende sostener y profundizar su compromiso con la comunidad en un diálogo permanente situado en un momento socio histórico, que contribuya a promover formas de vinculación y construcción de conocimientos compartidos entre el saber académico y el de la comunidad; fortaleciendo recursos humanos capacitados para la aplicación del conocimiento en el mejoramiento de las condiciones de vida de la comunidad.

Que el programa de Envejecimiento Saludable (PES) forma parte de la política institucional de la Facultad de Ciencias de la Salud, enmarcado dentro de su compromiso con la promoción de la salud, inclusión y el bienestar de los adultos mayores.

Que la convocatoria a presentación de propuestas tiene por objeto proponer distintas oportunidades de acercamiento de equipos extensionistas a la comunidad de adultos mayores de San Luis, en temáticas relevantes e integrales en ciencias de la salud.

Que por RD N° 373/2025, se aprobó la convocatoria de propuestas del Programa de Envejecimiento Saludable (PES).

Que se presentaron 14 (catorce) propuestas: 1) "Conociendo nuestros derechos, taller sobre los derechos de las personas mayores", 2) "Mindfulness y salud: herramientas para el manejo del estrés y la gestión de las emociones" 3) "Medicina del estilo de vida: adquiriendo hábitos saludables para prevenir enfermedades y mejorar la salud" 4) "Más allá de las palabras, taller de comunicación y estimulación cognitiva", 5) "Yoga en silla adaptado para el adulto mayor", 6) "Folklore para el bienestar integral de la comunidad", 7) "Folklore avanzado para el adulto mayor", 8) "Alimentación Inteligente para una Vida Plena", 9) "Movimiento, equilibrio y bienestar: Actividad física adaptada para personas mayores", 10) "Arteterapia", 11) "Activa-Mente", 12)



Universidad Nacional de San Luis
Facultad de Ciencias de la Salud

"2026 - Año de la Grandeza Argentina"
"150° Aniversario de la Creación
de la Escuela Normal Juan Pascual Pringles"

"50 años por la Memoria, la Verdad y la Justicia. Nunca más"



“Generando Puentes: el Celular como una Herramienta para acceder al Mundo Digital”, 13) "Taller de Lectura de cuentos cortos “Palabras con historia: Cuentos, costumbres y recuerdos”, 14) “Yoga y hábitos para el bienestar integral”.

Que el Consejo Asesor del Programa de Extensión en Salud, reunido a los 11 días del mes de agosto de 2026, decidió aprobar las 14 (catorce) propuestas presentadas.

Que el Consejo Directivo en su sesión ordinaria del día 2 de septiembre de 2026 constituido en comisión decidió por unanimidad, aprobar lo actuado por el comité asesor del PES y aprobar las 14 (catorce) propuestas presentadas.

Por ello, y en uso de sus atribuciones:

**EL CONSEJO DIRECTIVO
DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

RESUELVE:

ARTÍCULO 1°.- Aprobar las propuestas de Extensión del Programa de Envejecimiento Saludable (PES) Segunda Convocatoria 2026, conforme al detalle del ANEXO correspondiente.

ARTÍCULO 2°.- Comuníquese, insértese en el Libro de Resoluciones y archívese.

GLF

Documento firmado digitalmente según OR N.º 15/2021 por: Decana CAMARGO, María Cecilia - Vicedecana Secretaría de Extensión a/c Vinculación CORREA, María.

ANEXO

<u>PROPUESTA</u>	<u>EQUIPO EXTENSIONISTA</u>	<u>CARGA HORARIA</u>	<u>OBJETIVOS</u>
“Conociendo nuestros derechos, taller sobre los derechos de las personas mayores”	Docentes: Lic. y Abog. Valeria Muñoz Lic. Enzo Ruta Estudiante: Cristina Muñoz	6 horas	-Que los/as participantes conozcan los principales derechos que los amparan como personas mayores, identifiquen los marcos normativos que los protegen (Ley 27.360, Ley 26.529, Ley 24.901, amparo constitucional y CUD/Ley 22.431), y fortalezcan su autonomía y capacidad de autodefensa a través del reconocimiento de estos derechos en situaciones cotidianas. Asimismo, se busca propiciar un espacio de intercambio de experiencias entre pares que favorezca la participación activa y la construcción colectiva de conocimiento
“Mindfulness y salud: herramientas para el manejo del estrés y la gestión de las emociones”	Docente: Dra. Mariana Mazziotti	6 horas	-Adquirir herramientas para el manejo del estrés y la gestión de las emociones. - Conocer los principios del mindfulness y poder aplicarlos en nuestras tareas cotidianas. -Adquirir herramientas para mantener en calma el sistema nervioso. - Practicar meditación y otras prácticas basadas en mindfulness.
“Medicina del estilo de vida: adquiriendo hábitos saludables para prevenir enfermedades y mejorar la salud”	Docente: Dra. Mariana Mazziotti	6 horas	-Adquirir herramientas para la adopción de hábitos saludables cotidianos. -Conocer las principales causas de las enfermedades crónicas cardiovasculares y metabólicas. - Conocer herramientas para adoptar hábitos alimentarios saludables y cómo influyen positivamente en la salud. - Conocer herramientas para adoptar hábitos diarios y mejorar la calidad del sueño. -Conocer cómo impacta la actividad física en la salud. -Conocer cómo influyen las herramientas para el manejo del estrés y la vinculación social en la salud.
“Más allá de las palabras, taller de comunicación y estimulación cognitiva”	Docentes: Lic. Maria Julieta Galende Lic. Vanesa Soledad Ávila Estudiantes: Maria Lujan Baigorria,	6 horas	-Ofrecer a las personas adultas mayores un espacio integral de estimulación cognitiva, expresión y fortalecimiento de las capacidades comunicativas (verbal y no verbal), que favorezca su autonomía, el bienestar emocional y la prevención del aislamiento.

	Emilce Yoselie Mamani Oyola, Brandon Zaqui Valdez, Lucia Nicolle Lopez Lima, Lizabeth Milagros Ozan Gonzalez, Nadia Estefania Marini		
“Yoga en silla adaptado para el adulto mayor”	Docente: Mgter. Ivana Olivero	16 horas	- Promover el bienestar físico, mental y emocional mediante prácticas de yoga personalizado - Favorecer la movilidad, el equilibrio y la conciencia corporal. - Disminuir el estrés y contribuir al manejo de la ansiedad. - Generar espacios de encuentro comunitario que fortalezcan los vínculos sociales.
“Folklore para el bienestar integral de la comunidad “	Docente: Mgter. Ivana Olivero	16 horas	- Promover el bienestar físico, emocional y social a través de la danza folclórica. - Favorecer la movilidad, coordinación, equilibrio y expresión corporal. - Fortalecer los vínculos comunitarios y la participación social.. - Revalorizar el folclore como expresión cultural e identitaria. - Estimular la memoria, la creatividad y el disfrute compartido.
“Folclore avanzado para el adulto mayor”	Docente: Mgter. Ivana Olivero	16 horas	- Promover el bienestar físico, emocional y social a través de la danza folclórica. - Favorecer la movilidad, coordinación, equilibrio y expresión corporal. - Fortalecer los vínculos comunitarios y la participación social. - Revalorizar el folclore como expresión cultural e identitaria. - Estimular la memoria, la creatividad y el disfrute compartido.

“Alimentación Inteligente para una Vida Plena”	Docentes: Lic. Fernanda Lucero Lic. Paula Pretel Lic. Florencia Vila	10 horas.	-Favorecer el desarrollo de conocimientos y habilidades que permitan a las personas mayores tomar decisiones alimentarias informadas, fortaleciendo el autocuidado y la promoción de un envejecimiento saludable.
“Movimiento, equilibrio y bienestar: Actividad física adaptada para personas mayores”	Docentes: Lic. Guillermo Lehne Esp. Valeria Stieger Lic. Emilia Gonzalez Esp. Silvia Vega	8 horas.	-Promover el envejecimiento activo y saludable mediante talleres de gimnasia adaptada fundamentado en la experiencia del cuatrimestre anterior en la Mesa Coordinadora de PAMI y en los movimientos conscientes del Taekwondo que favorezcan la autonomía, la prevención de caídas, el bienestar emocional y la integración social.
“Arteterapia”	Docente: Lic. Anahí Tello	18 horas	- Ofrecer un dispositivo de sostén emocional que aloje los padeceres psicosociales de las personas mayores y mitigue el aislamiento, a través de una experiencia creativa sostenida y compartida con otros/as. - Facilitar procesos de autoconocimiento y resignificación personal mediante el uso de recursos plásticos y visuales. - Estimular la comunicación y la memoria afectiva a través del quehacer creativo, activando las capacidades expresivas propias de cada sujeto. - Favorecer procesos de integración psíquica a través de la imagen, la expresión simbólica y la narrativa poética. - Promover la autonomía y el bienestar integral de los participantes, reconociéndolos como protagonistas de su propio proceso de salud.
Activa-Mente	Docentes: Lic. Florencia Oviedo Lic. Paola Cruceño Estudiantes: Joaquín Amaya, Lara Costa Comesaña, Suarez Ortiz Rocío Agustina, Agustina Ojeda Gllell, Emilce Yoselie Mamani Oyola, Luciana Gabriela	6 horas	-Optimizar las funciones neurocognitivas mediante el uso estratégico de la conversación y la expresión verbal, para fomentar habilidades cotidianas que eleven la calidad de vida y la participación social.

	Andrada, Aires Dahyana, Valdez Brandon Zaquiél Barnez Maria Soledad		
“Generando Puentes: el Celular como una Herramienta para acceder al Mundo Digital”	Docentes: Mg. Ing. Norma Beatriz Pérez Dr. Carlos Salgado Esp. Mario Peralta	8 horas	-Impulsar la autonomía digital de los adultos mayores, enseñándoles el uso de herramientas básicas de tecnología para poder acceder a plataformas online y recursos digitales.
"Taller de Lectura de cuentos cortos “Palabras con historia: Cuentos, costumbres y recuerdos”	Docentes: Dra. Daniela Elisabet Zunino Lic. Santiago Vicente Estudiante Julieta Burgos	6 horas.	-Promover el bienestar integral, la estimulación cognitiva y la integración social de los adultos mayores a través de la lectura compartida de cuentos cortos costumbristas, generando un espacio de escucha respetuosa, validación biográfica y disfrute colectivo.
“Yoga y hábitos para el bienestar integral”	Docente: Mgr. Ivana Valeria Olivero	6 horas.	-Promover el bienestar físico, emocional y social de personas adultas y adultas mayores de la comunidad, a través de prácticas de yoga adaptado, favoreciendo la movilidad, la respiración consciente, el manejo del estrés y la construcción de vínculos comunitarios significativos.

Corresponde Anexo RCD N° 128/2026

Hoja de firmas



Sistema: SUDOCU UNSL
Firmado por: SUDOCU UNSL
Fecha: 25/09/2026 12:16:16
Razon: Cargado por SIU-Documentos



Sistema: SUDOCU UNSL
Firmado por: SUDOCU UNSL
Fecha: 25/09/2026 12:59:33
Razon: Autorizado por María Lujan Correa



Sistema: SUDOCU UNSL
Firmado por: SUDOCU UNSL
Fecha: 29/09/2026 07:57:51
Razon: Autorizado por Maria Cecilia Camargo