

Aula Universitaria de Mayores

Curso 2026/2027

Campus de Cádiz
5º curso



AULA UNIVERSITARIA DE MAYORES

PROGRAMACIÓN DOCENTE CURSO 2026/2027

ASIGNATURA: Historia Medieval.

RESUMEN DESCRIPTORES DE LA ASIGNATURA:

La asignatura de Historia Medieval conecta profundamente con la cotidianidad del estudiantado del Aula Universitaria de Mayores al revelar las raíces de su entorno cultural, institucional y social. Muchos de los monumentos que visitan, las festividades que celebran y los valores que rigen su convivencia son legados directos de este periodo, considerado la cuna del concepto actual de Europa.

El estudio de la coexistencia de las civilizaciones cristiana e islámica permite a este alumnado comprender con mayor rigor la realidad mediterránea actual y la diversidad política y religiosa de su entorno cercano. Además, el enfoque metodológico de la asignatura fomenta una conciencia crítica vital para su día a día. Al aprender a interpretar fuentes y separar los contenidos válidos de posibles intenciones ocultas en los discursos, los mayores adquieren herramientas para analizar el presente como un momento histórico susceptible de ser transformado.

Finalmente, el conocimiento adquirido dota de un nuevo significado a su interacción con el patrimonio, permitiéndoles valorar restos monumentales no solo por su estética, sino por la función política o social que desempeñaron en la sociedad que los generó. La historia deja así de ser un pasado lejano para convertirse en una clave explicativa de su propia realidad.

PROFESORADO:

Silvia María Pérez González (spergon@upo.es)

OBJETIVOS:

1. Comprensión global y diacrónica del periodo: Alcanzar un conocimiento profundo de los grandes procesos históricos que construyeron los cimientos de la Edad Media, abarcando desde la crisis del mundo antiguo (siglo III) hasta el tránsito hacia el Renacimiento (siglo XV).
2. Análisis de la diversidad civilizadora: Estudiar la coexistencia e interrelación de las tres grandes civilizaciones que conformaron el ámbito mediterráneo: el Imperio de Oriente o Bizancio, el Islam y la Cristiandad Latina, analizando sus estructuras políticas, sociales y económicas.
3. Dominio del método histórico y síntesis explicativa: Introducir al alumnado en un método de trabajo que potencie la capacidad de seleccionar, jerarquizar y articular los acontecimientos históricos, permitiéndoles elaborar síntesis complejas a partir de la información analizada.
4. Conciencia crítica y vínculo con el presente: Reconocer la Edad Media como una etapa fundamental de nuestro pasado cuyas huellas (conceptos de Europa, instituciones, cultura) permanecen vigentes. Se busca desarrollar un sentido crítico que permita analizar el presente como un momento histórico susceptible de ser transformado.

5. Interpretación de fuentes y gestión de la información: Capacitar al estudiante en el manejo e interpretación de materiales y fuentes básicas (textos historiográficos, material cartográfico y restos monumentales), proporcionándole herramientas para buscar información de forma autónoma y rigurosa.
6. Desarrollo del pensamiento autónomo y analítico: Fomentar la capacidad de separar los contenidos válidos de los infructuosos en los discursos históricos, detectando posibles realidades e intenciones ocultas tras la información que se ofrece habitualmente sobre el Medievo.
7. Valoración del patrimonio y la cultura material: Comprender la función política, social, económica y religiosa de los monumentos y obras de arte en la sociedad que los generó, mediante el análisis de textos.
8. Uso de vocabulario y conceptos específicos: Dominar la terminología técnica y los conceptos específicos de la disciplina para comunicarse con corrección y rigor en el registro académico.

CONTENIDOS:

DESARROLLO DE CONTENIDOS EN LAS DISTINAS SESIONES (cronograma aproximado)

BLOQUE I: La Conformación de las Civilizaciones (Alta Edad Media)

- Sesión 1. Introducción al concepto de Edad Media: Análisis de la cronología, el punto de partida y llegada, y la periodización interna (Alta, Plena y Baja Edad Media).
- Sesión 2. El fin del mundo antiguo en Occidente: Estudio de la crisis bajoimperial, las primeras invasiones y la formación de los reinos germánicos. La Iglesia romana como fuerza de unidad en el Occidente bárbaro.
- Sesión 3. Permanencia y renovación - El Imperio Romano de Oriente (337-717): Factores de supervivencia de Bizancio, el periodo teodosiano, la etapa de Justiniano (política exterior e interior) y el periodo de Heraclio.
- Sesión 4. El Islam - De Mahoma al Califato Abbasí: Escenario de aparición, la figura del Profeta y la doctrina (libros sagrados y pilares). Análisis de la conquista musulmana, su economía y estructura social.
- Sesión 5. La Europa de Carlomagno y las segundas invasiones: El ascenso de los carolingios (desde Pipino II hasta Carlomagno), la organización y economía del Imperio, el "Renacimiento Carolingio" y el impacto de las segundas invasiones.

BLOQUE II: De la Plenitud al Renacimiento (Plena y Baja Edad Media)

- Sesión 6. Desarrollo económico y social del Occidente europeo: Aspectos generales de la expansión y las estructuras sociales durante la Plena Edad Media.
- Sesión 7. La Iglesia en la Plena Edad Media: El papel institucional, político y social de la Iglesia durante el apogeo medieval.
- Sesión 8. Del Renacimiento del siglo XII al apogeo cultural: La evolución del pensamiento, el surgimiento de las universidades y las manifestaciones culturales de la plenitud.
- Sesión 9. Las estructuras políticas en la plenitud medieval: El fortalecimiento de las monarquías y la organización de los poderes políticos en el ámbito europeo.

- Sesión 10. La Baja Edad Media ¿Tiempo de crisis?: Análisis del siglo XIV y XV, las transformaciones sociales y políticas, y el tránsito hacia los tiempos modernos o Renacimiento.

BREVE BIBLIOGRAFÍA:

Claramunt, S.; Portela, E.; González, M. y Mitre, E. (1992): Historia de la Edad Media.

Donado Vara, J. y Echevarría Arsuaga, A. (2010): Historia de la Edad Media, siglos V al XII.

Donn, J. A. (1978): La Alta Edad Media.

Faci Lacasta, F. J. (1996): Introducción al mundo bizantino. Madrid: Síntesis.

Fossier, R. (1988): La Edad Media.

García de Cortázar y Ruiz de Aguirre, J. A. y Sesma Muñoz, J. A. (2008/2015): Manual de Historia Medieval. Madrid: Alianza.

Ladero Quesada, M. A. (2001): Edad Media. Volumen II. Historia Universal.

Le Goff, J. y Schmitt, J. C. (eds.) (2003): Diccionario razonado del occidente Medieval.

Manzano Moreno, E. (2015): Épocas medievales. Crítica: Marcial Pons.

Mitre Fernández, E. (2012): Introducción a la Historia de la Edad Media europea. Madrid: Istmo.

Mitre Fernández, E. (2016): La España medieval. Sociedades. Estados. Culturas. Madrid: Istmo.

Mitterauer, M. (2008): ¿Por qué Europa? Fundamentos medievales de un camino singular.

Pounds, N. J. G. (1987): Historia económica de la Edad Media.

AULA UNIVERSITARIA DE MAYORES

PROGRAMACIÓN DOCENTE CURSO 2026/2027

ASIGNATURA: Historia de la Música

RESUMEN DESCRIPTORES DE LA ASIGNATURA:

Conecta la experiencia vital del alumnado con un patrimonio cultural que, en muchos casos, los acompaña en su día a día. A través del estudio de diferentes épocas, estilos y compositores, se adquieren conocimientos teóricos, despiertan recuerdos, emociones y vivencias personales ligadas a determinadas composiciones. Además, esta materia favorece una comprensión más amplia del mundo, ya que la música refleja los cambios sociales, políticos y culturales de cada época. Para las personas mayores, esto supone una oportunidad de reinterpretar su propio pasado desde otra perspectiva, enriqueciendo su pensamiento crítico y su sensibilidad artística. En el día a día, la Historia de la música se vincula de forma natural a escuchar la radio, asistir a conciertos o ver películas. También fomenta la socialización, invitando al diálogo, al intercambio de recuerdos y opiniones en un aprendizaje colectivo

PROFESORADO:

Fernando Barrera Ramírez

(nano.barrera@uca.es)

Dácil González Mesa

(dacil.gonzalez@uca.es)

OBJETIVOS O FINALIDADES:

Conocer los distintos periodos de la historia de la música occidental, asimilando las características más destacadas de los estilos musicales desde la Edad Media hasta los inicios del siglo XXI. · Relacionar la música con otras manifestaciones artísticas y culturales. · Adquirir una terminología musical específica para describir y comentar audiciones de obras musicales.

CONTENIDOS:

Sesiones 1 y 2: Introducción y fundamentos; 3: Música y Antigüedad; 4: Edad Media: música y cristianismo. El canto gregoriano: características. Los inicios de la polifonía. La música profana; 5: Renacimiento: Humanismo y estilo musical en el Renacimiento. Géneros religiosos y profanos. Instrumentos musicales; 6: El barroco musical: características. La teoría de los afectos. Principales escuelas de compositores. La ópera. Géneros vocales religiosos. La música instrumental del barroco; 7: Música e ilustración: racionalismo y forma musical. El clasicismo vienés: Haydn y Mozart. La reforma de la ópera. La música instrumental; 8: Romanticismo en música: Beethoven. La música como lenguaje del sentimiento. El sinfonismo romántico. La música de salón romántica: piano, canción, música de cámara. Ópera y nacionalismo; 9: Música y modernidad: el fin de siglo y el impresionismo musical. El siglo XX en España; 10: Música contemporánea, vanguardias y las músicas populares.

BREVE BIBLIOGRAFÍA:

- DENIZEAU, Gérard: Los géneros musicales. Una visión diferente de la historia de la música, Barcelona, Ma non troppo, 2008.
- GROUT, Donald J.; PALISCA, Claude; BURKHOLDER, J. Peter: Historia de la música occidental, vol. 2, Madrid, Alianza, 2011 (7ª edición, © 1984). Sede de Cádiz Vicerrectorado de Estudiantes y empleo Aula Universitaria de Mayores
- LANG, Paul Henry: La experiencia de la ópera, Madrid, Alianza, 2011.
- MICHELS, Ulrich: Atlas de música, Madrid, Alianza, 1998. Sede de Cádiz Vicerrectorado de Estudiantes y empleo Aula Universitaria de Mayores

AULA UNIVERSITARIA DE MAYORES

PROGRAMACIÓN DOCENTE CURSO 2026/2027

ASIGNATURA: Planeta océano: una visión multidisciplinar de nuestros mares.

DESCRIPTORES DE LA ASIGNATURA: Habitamos un planeta cuya superficie está ocupada en $\frac{3}{4}$ partes por agua de mar. Más que planeta Tierra deberíamos llamarlo planeta Océano. La ciudad de Cádiz y su provincia han estado desde épocas remotas muy vinculadas al mar, y hoy en día sigue estando el mar muy presente en mucha de la actividad de la ciudad. También la Universidad de Cádiz se ha especializado de forma clara en estudios marinos, siendo una de las pocas universidades españolas en las que se imparte el grado en Ciencias del Mar y también los grados en Ingeniería Naval y en Ciencias Náuticas. Cuando se analiza el ranking de Shanghai por áreas temáticas, la UCA sobresale en Oceanografía y en aspectos de Ecología marina. El océano está muy presente en la sociedad gaditana, una ciudad rodeada de mar y cuya historia está llena de actividades con el mar como protagonista. Esta realidad incluye a toda la sociedad gaditana y en particular a sus mayores.

PROFESORADO: Fidel Echevarría Navas (fidel.echevarria@uca.es)

OBJETIVOS O FINALIDADES:

Presentar el océano desde una perspectiva multidisciplinar, con una visión divulgativa sin perder la perspectiva científica.

- Concienciar acerca de la importancia del océano para mantener las condiciones de habitabilidad de nuestro planeta.
- Enmarcar esta relevancia en el contexto del objetivo de desarrollo sostenible 14 de Naciones Unidas.
- Presentar las singularidades de la investigación marina, que necesariamente debe ser integradora: interdisciplinar, interinstitucional e internacional.

CONTENIDOS:

- Sesión 1: Océano y vida. Notas de Oceanografía biológica.
- Sesión 2: Océano y recursos. Pesca, acuicultura, energía.
- Sesión 3: Océano y clima. El papel del océano en el cambio global.
- Sesión 4: Océano y contaminación. El océano como vertedero.
- Sesión 5: Océano y conservación. La crisis de biodiversidad.
- Sesión 6: Océano y salud. Bienestar humano y nuestra relación con el mar.
- Sesión 7: Océano y cultura. Historia, exploradores, batallas, arte, arqueología.
- Sesión 8: Océano y economía. La economía azul sostenible.
- Sesión 9: Océano cercano: Golfo de Cádiz, Gibraltar y Alborán.
- Sesión 10: Oceanografía en España. El protagonismo de Cádiz.

BREVE BIBLIOGRAFÍA:

- Duarte, C.M. 2010. Océano: El secreto del planeta Tierra. Ed. “La catarata”
- Duarte, C.M. et al. 2006. Las Ciencias y Tecnologías marinas en España. Ed. CSIC
- Margalef, R. 1981. Ecología. Ed. Planeta.
- Rodríguez, J. 2016. Ecología (4ª Ed.). Ed. Pirámide

AULA UNIVERSITARIA DE MAYORES

PROGRAMACIÓN DOCENTE CURSO 2026/2027

ASIGNATURA: Psicología de la lectura

RESUMEN DESCRIPTORES DE LA ASIGNATURA:

La lectura tiene una incidencia directa en las actividades diarias del alumnado del Aula de Mayores. Personas que todavía tienen interés por la cultura, y la lectura se constituye como una de sus fuentes principales de acceso. Con esta asignatura, acabamos con el estigma de que leer es una actividad sencilla, reducida al mero hecho de convertir signos gráficos en signos sonoros.

Aprenden con actividades prácticas, la diferencia entre lo que es decodificar y lo que es leer.

Aprenden con actividades prácticas que puedes decodificar un texto correctamente y no enterarte de nada a nivel comprensivo.

Aprenden con actividades prácticas que puedes entender todas las palabras de un texto y no eres capaz de comprender lo que realmente te está diciendo, porque no eres capaz de relacionarlo con ningún esquema de tus conocimientos previos.

Aprenden con actividades prácticas la importancia que tiene la activación de los conocimientos previos en las tareas de lectura.

Aprender diversas estrategias para acortar los mensajes, es decir, utilizar estructuras oracionales más breves, pero con mayor valor semántico.

Aprenden ciertas estrategias para aumentar la velocidad, el ritmo y la entonación lectora.

Aprenden las principales superestructuras de los textos narrativos y expositivos (narrativo, descriptivo, problema-solución, enumerativo, causativo, argumentativo...) para obtener el resumen o microestructura de un texto.

PROFESORADO:

José Antonio Herrera Lara (jhlara@telefonica.net)

OBJETIVOS O FINALIDADES:

El objetivo fundamental sería que los mayores conocieran, huyendo de complejos tecnicismos, los procesos y las habilidades básicas que hay detrás de la lectura y, por ende, de la comprensión lectora. Estos procesos y habilidades, una vez conocidos, podrían ser fácilmente aplicados por ellos mismos en sus lecturas cotidianas con objeto de mejorar su velocidad lectora y asegurar una correcta asunción de contenidos (comprensión). Todo ello en un marco de actividades iniciales que fomentan el debate y el diálogo, a través de las cuales, inductivamente, podemos ir construyendo los conocimientos necesarios para el dominio de la materia. Me gustaría recalcar que esta asignatura se encuadra epistemológicamente en el seno de la Psicolingüística, trabajaremos aspectos muy relacionado con la Lingüística, pero sin perder de vista las importantes aportaciones que los Modelos

Psicológicos Duales de Doble Ruta han aportado a este interesantísimo ámbito.

CONTENIDOS:

1ª sesión: Partiendo de la lectura de una estrofa del mejor poema del sinsentido de Lewis Carroll, trabajan la diferencia entre decodificación y lectura. Son conscientes, después de la lectura de la estrofa, que, aunque no hayan cometido error alguno, no se han enterado de nada. Se debaten los aspectos que pueden haber influido en tal circunstancia.

2ª sesión: Se trabaja el reconocimiento de palabras (procesamiento léxico). De nuevo, empezamos con actividad práctica. Lectura de dos columnas de palabras. Las palabras de ambas columnas tienen el mismo número de sílabas y la misma complejidad silábica, se llega a cronometrar el tiempo de lectura por columna. Rápidamente observarán la diferencia de tiempo de lectura entre una y otra columna y les haremos deducir inductivamente la razón que provoca tales diferencias.

3ª sesión: Trabajaremos la velocidad, el ritmo y la entonación. De nuevo, partiremos de una actividad de tipo práctico: leerán mensajes del estilo de “El dulce lamentar de dos pastores” y “El dulce lamen tarde dos pastores” e intentaremos que infieran rasgos importantes para una lectura más fluida. Además, trabajaremos sobre errores acentuados en la práctica lectora: subvocalización, movimiento de cabeza, seguimiento con el dedo, etc.

4ª sesión: Reconoceremos las oraciones. Una vez más, siguiendo con una metodología participativa, crearán frases y oraciones a partir de palabras dadas con objeto de que valoren la importancia de los distintos aspectos sintácticos: orden de las palabras, palabras funcionales, palabras contenido, acepciones semánticas y signos de puntuación.

5ª sesión: Trabajaremos las tipologías de textos o estructuras retóricas. Empezamos con una actividad práctica: leen dos textos, uno narrativo y otro descriptivo. A través de preguntas les hacemos extraer semejanzas y diferencias hasta conseguir que sean ellos los que susciten la narración o la descripción como rasgos diferenciales. Continuamos con el resto de estructuras retóricas.

6ª y 7ª sesión: Les enseñamos la fórmula TEMA + DETALLES = IDEA PRINCIPAL. Empezamos a trabajar en voz alta la detección del tema y de los detalles de un montón de textos selectivamente seleccionados para esta tarea psicolingüística.

8ª sesión: Elaboramos ideas principales partiendo de textos seleccionados al efecto. También aportamos esquemas de temas + detalles para que los alumnos los sustituyan por las correspondientes ideas principales.

9ª sesión: Partiendo de textos previamente seleccionados, les pedimos que los agrupen por estructuras retóricas. Trabajamos tanto de forma colectiva, en voz alta, como de forma individual.

10ª sesión: Trabajamos distintas estrategias de lectura para mejorar tanto la decodificación como la comprensión: lecturas repetidas, lecturas en sombra, lecturas imitativas, lectura cloze, lectura panorámica y lectura encadenada.

BREVE BIBLIOGRAFÍA:

En principio se podría destacar, sin ánimo de exhaustividad, el presente bloque que recoge bibliografía propia y alguna de los autores más relevantes de este ámbito en la investigación psicopedagógica de los últimos años:

-ALONSO TAPIA, J. y otros (1992). “Leer, comprender y pensar. Nuevas estrategias y técnicas de evaluación”. Madrid: Cide.

-CALERO GUIADO, A. (2012). “Cómo mejorar la comprensión lectora: estrategias para lograr lectores competentes”, 2ª ed. Madrid: Wolters Kluwer.

-CUETOS, F. (1994). “Psicología de la lectura”. Madrid: Escuela Española.

-GARCÍA VIDAL, J. y GONZÁLEZ MANJÓN, D. (2000). “Dificultades de aprendizaje e intervención psicopedagógica”, Vol. II. Lectura y escritura.

Madrid: EOS.

-GONZÁLEZ FERNÁNDEZ, A. (2004). “Estrategias de comprensión lectora”. Madrid: Síntesis.

-GONZÁLEZ MANJÓN, D., GARCÍA VIDAL, J. y HERRERA LARA,

J.A. (2004). “Taller de comprensión lectora I”. Madrid: EOS.

-HERRERA LARA, J.A., GONZÁLEZ MANJÓN, D. y GARCÍA

VIDAL, J. (2006). “Programa de Refuerzo de la Velocidad, el Ritmo y la

Entonación I”. Madrid: EOS.

-HERRERA LARA, J.A., GONZÁLEZ MANJÓN, D. y GARCÍA

VIDAL, J. (2006). “Programa de Refuerzo de la Velocidad, el Ritmo y la Entonación II”. Madrid: EOS.

- MONEREO, C. (2000). Aprendizaje Visor.

“Estrategias de Aprendizaje”. Madrid: - RIPOLL, JUAN C. (2019). “Manual práctico para el desarrollo de la comprensión lectora”. Madrid: EOS

AULA UNIVERSITARIA DE MAYORES

PROGRAMACIÓN DOCENTE CURSO 2026/2027

ASIGNATURA: Cádiz en la Revolución Liberal: acontecimientos, sociedad, prensa, publicidad y consumo en el Cádiz del primer tercio del XIX.

RESUMEN DESCRIPTORES DE LA ASIGNATURA:

- Realizar un importante encuadre histórico para poder vincular de manera constante la realidad del momento y su contexto con los anuncios vistos en la prensa de la época.
- Se tratarán aspectos tan diversos y atractivos como: productos comerciales y de consumo (cerveza, cacao, tabaco, jabón...), publicidad engañosa, anuncios de esclavitud, sociedad, necesidad, función social de la publicidad (perdidas, hallazgos, papel del hombre y de la mujer en el momento), habitabilidad del espacio urbano (alquileres, ventas, mobiliario, agua) y publicidad institucional.
- Por otro lado, se ofrecerán pinceladas sobre las imprentas, la estructura de la prensa, precio de la publicidad y de las suscripciones.
- Todo el contenido será eminentemente visual con presentaciones en PowerPoint y generaran permanente debate, reflexión y participación en el alumnado.

PROFESORADO:

Carlos García Cárdenas (carlos.cardenas@uca.es)
José María García León (josemaria.garcialeon@uca.es)

OBJETIVOS O FINALIDADES:

- Explicar cómo surge el periodismo y se afianza su publicidad en Cádiz el primer tercio del siglo XIX.
- Conocer la primera publicidad comercial y aproximación a los primeros productos y marcas.
- Profundizar en la mentalidad de la época con publicidad social e institucional.
- Conocer y contextualizar el momento histórico de la ciudad y de España, concretamente Las Cortes de Cádiz y el Trienio Liberal.
- Resaltar la riqueza de la ciudad de Cádiz en la época (puerto, comercios y desarrollo).

CONTENIDOS:

Sesión 1ª: Presentación y consideraciones generales de la publicidad de la época. Carlos García Cárdenas (CGC).

Sesión 2ª: La esclavitud en la prensa. CGC

Sesión 3ª: Las primeras marcas y su publicidad. CGC

Sesión 4ª: Cádiz en la Revolución Liberal I: Las Cortes de Cádiz. José María García León y CGC.

Sesión 5ª: Los espectáculos en la vida cotidiana y cómo se publicitaban. CGC.

Sesión 6ª: Las noticias en la época: tratamiento, difusión e impacto. Mirada retrospectiva a acontecimientos señalados. CGC.

Sesión 7ª: Función social de la publicidad: sensacionalismo y la desgracia como negocio. CGC.

Sesión 8ª: Cádiz en la Revolución Liberal: el Trienio Liberal (JMGL y CGC).

Sesión 9ª: La publicidad engañosa y los productos milagrosos. La importancia del secreto. CGC.

Sesión 10ª: Economía y sociedad a través de la publicidad: productos más consumidos, negocios, profesiones y papel de la mujer. CGC.

BREVE BIBLIOGRAFÍA:

FUENTE PRINCIPAL: Diario Mercantil de Cádiz, El Conciso, Redactor General. Primer tercio del XIX.

- ALVAREZ JUNCO, José y FUENTE MONGE, Gregorio DE, El nacimiento del periodismo político. La Libertad de imprenta y las Cortes de Cádiz 1810-1814, Ediciones APM, Cádiz, 2009.

- CANTOS CASENAVE, Marieta, DURAN LOPEZ, Fernando y ROMERO FERRER, Alberto, La Guerra de Pluma. Estudios sobre la prensa de Cádiz, 1810 – 1814. 3 tomos, Universidad de Cádiz, Cádiz, 2008.

- FERRER RODRIGUEZ, Eulalio, La Historia de los anuncios por palabras, Madrid, E. Magna, 1989.

- GOMEZ IMAZ, Manuel, Los periódicos en la Guerra de la Independencia, Madrid, 1910.

- LABIO BERNAL, Aurora (dir.) Estructura, Historia y contenidos del Periodismo Gaditano. De sus orígenes a la actualidad, E., Quorum, Cádiz, 2009.

- SOLIS, Ramón, Historia del Periodismo gaditano (1800 - 1850).

IEG. Diputación Provincial de Cádiz, 1971.

AULA UNIVERSITARIA DE MAYORES

PROGRAMACIÓN DOCENTE CURSO 2026/2027

ASIGNATURA: Historia de la Astronomía. Del Gnomon al Hubble

RESUMEN DESCRIPTORES DE LA ASIGNATURA:

Solo puedo mostrar mi más profundo agradecimiento por participar en el Aula. El trato con los mayores es absolutamente cordial y muy enriquecedor. Su asistencia, su atención continuada, su disposición y tenacidad son un estímulo constante para intentar hacer mejor cada sesión. Admirable su capacidad de asombro ante un nuevo conocimiento.

PROFESORADO:

Antonio Carmona Balboa (micromegas53@gmail.com)

OBJETIVOS O FINALIDADES:

Conocer la historia de la Astronomía nos ayuda a conocer y comprender el cielo y nos aproxima a las noticias que continuamente aparecen en los medios de comunicación tanto sobre nuevos y sorprendentes descubrimientos, como con la observación de fenómenos astronómicos repetidos y siempre nuevos y distintos, tales como cometas, lluvias de estrellas fugaces, tránsitos y eclipses. Dos objetivos claros: el primero, no es tan importante adquirir conocimiento astronómico, sino cómo hemos llegado a adquirirlo y el segundo es estimular la observación directa del cielo nocturno.

CONTENIDOS:

1. El cielo observable a simple vista. Constelaciones y movimiento planetario. Uso del programa informático Stellarium
 2. Astronomía diurna y calendarios. El conocimiento astronómico en Mesopotamia y Egipto
 3. Astronomía en Grecia, de Anaxágoras a Ptolomeo. De la observación metódica a la búsqueda de explicaciones
 4. Astronomía medieval e islámica. Copérnico inicia una revolución
 5. La revolución copernicana culmina en el siglo XVII. Tycho, Kepler, Galileo y Newton. Una historia de gigantes y genio. El sistema solar
 6. El telescopio. El instrumento para observar objetos exóticos en el cielo profundo y lejano: William Herschel y Charles Messier
 7. América se aficiona a la Astronomía. Nacimiento de la Astrofísica. Las estrellas y sus ciclos vitales
 8. Einstein y la relatividad. Cosmología.
 9. La vía Láctea, una entre millones de Galaxias
 10. La era espacial. Telescopios en órbita.
- Astronomía en la actualidad y previsiones futuras

BREVE BIBLIOGRAFÍA:

Mitología del firmamento. Eratóstenes. Alianza editorial
El mensajero sideral. Galileo Galilei. Alianza editorial
Breve historia de la Astronomía. Michael Hoskin. Alianza LB C44
Las estrellas. Guía fácil de observación. Fernando P. Barberán. Libsa
Programa informático STELLARIUM

AULA UNIVERSITARIA DE MAYORES

PROGRAMACIÓN DOCENTE CURSO 2026/2027

ASIGNATURA: Cocinando Bienestar: Un viaje por la nutrición y el autocuidado.

RESUMEN DESCRIPTORES DE LA ASIGNATURA:

Bajo nuestro punto de vista, existe una relación máxima entre el curso y el día a día de los mayores.

"Cocinar Bienestar" hace referencia directa a la selección de alimentos con elevado valor nutricional. En los mayores, el gasto energético disminuye, pero las necesidades de micronutrientes se mantienen o aumentan; por tanto, el "viaje" consiste en aprender a optimizar cada caloría ingerida.

En ese sentido, también se tratarán conceptos como Biodisponibilidad y Técnica Culinaria: La relación con la nutrición se establece en el "cómo" se preparan los alimentos. El curso enseña técnicas de cocción que preservan vitaminas hidrosolubles y mejoran la digestibilidad de los nutrientes, garantizando que el autocuidado sea efectivo a nivel absorbivo.

Por último, se trabajarán aquellas dietas y alimentos más apropiados para las patologías más frecuentes. El término "autocuidado" en el ámbito de la nutrición, se traduce en una dieta saludable. Al controlar la carga glucémica y el perfil de ácidos grasos (Omega-3) en la cocina diaria, se adquirirán conocimiento sobre como intervenir directamente en la prevención de patologías crónicas o el mantenimiento de la masa muscular (sarcopenia).

PROFESORADO:

Mónica Schwarz Rodríguez (monica.schwarz@uca.es)

María del Carmen Segundo Iglesias (csegundoiglesias@gmail.com)

OBJETIVOS:

Se plantean los siguientes objetivos generales:

- Promover la autonomía: Capacitar al alumnado para tomar decisiones informadas sobre su alimentación, fomentando un envejecimiento activo y saludable.

Desmitificar creencias: Diferenciar entre mitos populares y evidencias científicas en la nutrición actual para evitar prácticas restrictivas innecesarias o peligrosas.

CONTENIDOS:

Sesión 1: Introducción y Nutrientes

Sesión 2: Fisiología de la Alimentación

Sesión 3: Valor nutricional de los alimentos

Sesión 4: Alimentación en las diferentes etapas de la vida

Sesión 5: Alimentación y Enfermedad Cardiovascular

Sesión 6: Alimentación y enfermedades digestivas

Sesión 7: Obesidad y Diabetes

Sesión 8: Intolerancias y alergias alimentarias

Sesión 9: Diferentes tipos de Dietas

Sesión 10: Etiquetado Nutricional y Taller Gastronómico

BREVE BIBLIOGRAFÍA:

- Alvarez-Pitti, J., de Blas, A., & Lurbe, E. (2020). Innovations in Infant Feeding: Future Challenges and Cardiometabolic Disease. *Nutrients*, 12(11), 3508.
- Brennan, L., de Roos B., (2021) Nutrigenomics: lessons learned and future perspectives *Am J Clin Nutr*; 00:1–14. P
- De Luis Román, Bellido-Guerrero,D., García-Luna, P.B. y Oliveira-Fuster, G. (Eds.) (2017) *Dietoterapia, nutrición clínica y metabolism*. Tercera edición. Grupo Aula Médica
- Sánchez García, A. (2016). *Mi dieta cojea: los mitos sobre nutrición que te han hecho creer*. Paidós.
- Hernandez, A. G. D. (2010). *Tratado de Nutrición: composición y calidad nutritiva de los alimentos* (Vol. 2). Ed. Médica Panamericana.
- Jiménez, L. (2014). *Lo que dice la ciencia para adelgazar de forma fácil y saludable*. Luis Jiménez.
- Wu, Y., Perng, W., & Peterson, K. E. (2020). Precision nutrition and childhood obesity: a scoping review. *Metabolites*, 10(6), 235.