



UNIVERSIDAD
NACIONAL
DEL NORDESTE

60 Años
FOUNNE
1961-2021



FACULTAD DE
ODONTOLOGIA

**JORNADAS
60° ANIVERSARIO**

Res. N° 325/21 C.D.

Secretaría de Extensión

XVI JORNADA DE COMUNICACIÓN DE PROYECTOS DE EXTENSIÓN II JORNADA VIRTUAL FOUNNE



19 DE OCTUBRE
9.00 hs.

MODALIDAD VIRTUAL
CISCO WEBEX

LIBRO DE RESÚMENES

ISBN: 978-987-3619-67-0

Destinatarios: Docentes - Estudiantes -
Graduados

XVI Jornada Comunicación de Proyectos de Extensión. II Jornada Virtual Founne
XVI Jornada Comunicación de Proyectos de Extensión : II Jornada Virtual Founne
/ compilación de Silvia Rita Pérez ; Patricia Alejandra Vaculik ; editado por Silvia
Rita Pérez ; Patricia Alejandra Vaculik. - 1a edición especial - Corrientes :
Universidad Nacional del Nordeste. Facultad de Odontología, 2021.
Libro digital, PDF

ISBN 978-987-3619-67-0



Archivo Digital: descarga
ISBN 978-987-3619-67-0

1. Atención a la Salud. 2. Cuidado de la Salud. I. Pérez, Silvia Rita, comp. II. Vaculik,
Patricia Alejandra, comp. III. Título.
CDD 617.6007

AUTORIDADES FOUNNE

DECANA

Prof. María Adelina Guigliani

VICE DECANO

Dr. Roque Oscar Rosende

SECRETARIA ACADÉMICA

Dra. Gabriela Guadalupe Bessone

SUBSECRETARIA ACADÉMICA

Dra. Sofía de los Milagros Alí

SECRETARIA DE EXTENSIÓN

Prof. Silvia Rita Pérez

SUBSECRETARIA DE EXTENSIÓN

Esp. Patricia Alejandra Vaculik

**SECRETARIA DE INVESTIGACIÓN
Y DESARROLLO**

Dra. Alina Noelia Peláez

**SUBSECRETARIA DE INVESTIGACIÓN
Y DESARROLLO**

Dra. María Silvina Dho

**SUBSECRETARIA DE ASUNTOS ESTUDIANTILES
Y BIENESTAR SOCIAL**

Od. Nazarena Rodríguez Vigay

SECRETARIA DE POSGRADO

Mgter. Nilda Álvarez

SUBSECRETARIA DE POSGRADO

Mgter. María Claudia Gallego

**COORDINADOR DE CARRERAS DE POSGRADO
EN FUNCIONAMIENTO**

Esp. Miguel Ángel Vera

COMISIÓN ORGANIZADORA

XVI JORNADA DE COMUNICACIÓN DE PROYECTOS DE EXTENSIÓN II JORNADA VIRTUAL FOUNNE Modalidad Virtual

Presidente Honorario: *Prof. María Adelina Guiglionni*

Coordinadores

- *Dr. Rosende, Roque Oscar*
- *Dra. Cardozo Beatriz Juana*
- *Prof. Pérez, Silvia Rita*
- *Prof. Vaculik, Patricia Alejandra*

Moderadores de Conversatorios

- *Dra. Bessone, Gabriela Guadalupe*
- *Dra. Alí, Sofía de los Milagros*
- *Od. Esp. Vera, Miguel Ángel*

Recepción de Resúmenes:

- *Dra. Martínez, Sandra Elena*
- *Dr. Fernández, Víctor Ricardo*
- *Od. Cardozo Quintana, Daniela Belén*

Libros de Resúmenes Digital

- *Dra. Barrios, Carolina Elizabeth*
- *Dra. Sanz, Elena Griselda*

Recepción de inscripciones

- *Dr. Romero, Horacio Javier*
- *Dra. Romero, Marisa Elizabeth*
- *Od. Ponce, Jorge*

Difusión

- *Od. Piatti, Viviana María*
- *Dra. Dhó María Silvina*
- *Od. Trangoni, Karina Emylsen*

Envío de certificados

- *Od. Romero, Luis*
- *Od. Chávez, Evangelina Ester*
- *Mgter. Encina Tutuy, Joaquín Alejandro*

Diseño de flyers y certificados

- *DG. Morales Bissio, Nélide*

Asesores Informáticos

- *Sr. Caamaño, Ricardo*
- *Sr. Encina, Carlos*
- *Sr. Pace, Carlos*

PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ADULTOS MAYORES

Proyecto de Curricularización Educación para el desarrollo sostenible aprobado por Res. 284/20 CD – Carrera de Licenciatura en Kinesiología y Fisiatría de la Facultad de Medicina - Clubes de Abuelos Che Taita de Corrientes Capital.

Dirección de contacto: lauraley@med.unne.edu.ar

Autores: Balderrama A, Bardin H, Barrientos V, Barros S, Benassi J, Bueno C, Caballero F, Cabral C, Canteros J, Centurión Fernández T, Acosta K.

RESUMEN

Introducción: La actividad física es entendida como “cualquier movimiento corporal intencional, realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal, lo cual permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea; y al contrario, el sedentarismo es definido como el estilo de vida de quienes realizan escasa o insuficiente actividad física o deportiva. Según datos recolectados de la OMS, el 60% de la población mantiene una vida sedentaria, restando importancia - o desconociendo incluso- a las recomendaciones diarias propuestas.

Objetivo: Difundir los beneficios de la actividad física regular para promover la salud de las personas.

Actividades desarrolladas: Durante el mes de abril, se realizó un proyecto en el Club de Abuelos “Che Taitá” situado en el Barrio Santa Teresita de la Ciudad de Corrientes, situado en calle Las Heras 3234, conformado por un grupo de mujeres entre 50 y 80 años, laboralmente inactivas en un 80%, residentes del barrio Santa Teresita y otros como Barrio Güemes, Laguna Seca, Arazáty, Quintana, Patono. Consistieron en charlas personalizadas y entrega de materiales educativos con demostraciones prácticas y talleres vivenciales.

Resultados: tanto los miembros del Club de Abuelos “Che Taitá” como los integrantes del equipo, adquirieron conocimientos nuevos con respecto a su cuerpo (cómo realizar un correcto calentamiento previo a realizar un ejercicio, qué ejercicios ayudan al movimiento articular, y cómo llevar a cabo una buena relajación muscular) los cuales pueden ser aplicados en las actividades de la vida diaria.

Palabras Clave: *sedentarismo – inactividad – adultos mayores – salud.*

