



Resolución de Consejo Directivo **333 / 2025 - SAL -UNSa**
Expte. N° 328 / 2025 - SAL -UNSa - Tener por aprobado el Taller denominado
VALORACIÓN FÍSICA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE SARCOPENIA EN PERSONAS MAYORES
De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
02/07/2025

VISTO: La propuesta para realizar el Taller de Extensión Titulado **VALORACIÓN FÍSICA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE SARCOPENIA EN PERSONAS MAYORES** elevada por el Lic. José Luis PÉREZ CAIHUARA y la Mgs. Soledad Marilina YAPURA; y,

CONSIDERANDO:

Que tiene como objetivos:

Comprender la definición de sarcopenia y el criterio diagnóstico de sarcopenia, propuesto por el Grupo Europeo de Trabajo sobre la Sarcopenia en Personas de Edad Avanzada.

Entender el concepto de valoración integral y focalizada.

Conocer y ejecutar técnicas de evaluación para el diagnóstico de sarcopenia según el Grupo Europeo de Trabajo sobre la Sarcopenia en Personas de Edad Avanzada: Circunferencia de pantorrilla, fuerza de presión manual y velocidad de marcha y Aprender a registrar y analizar los datos para la detección de sarcopenia.

Que la actividad está destinada a estudiantes, docentes y graduados de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Que cuenta con informe de la Dirección de Posgrado y de la Secretaria de Posgrado, Investigación y Extensión al Medio.

Que la Comisión de Docencia, Investigación y Disciplina en el despacho N° 139-25 aconseja aprobar la mencionada actividad.

POR ELLO: y en uso de las atribuciones que le son propias,

EL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

(En Sesión Ordinaria N° 09-25 realizada el 18/06/25)

RESUELVE

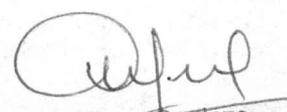
ARTÍCULO 1°. - Tener por aprobado el Taller denominado **VALORACIÓN FÍSICA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE SARCOPENIA EN PERSONAS MAYORES**, que se realizó el 30 de junio del corriente año, de acuerdo con las especificaciones detalladas en el ANEXO I de la presente.

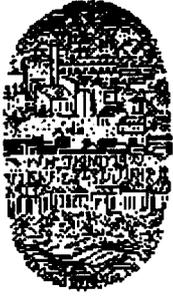
ARTÍCULO 2°. - Publíquese en el Boletín Oficial y comuníquese a: Lic. José Luis Pérez Caihuara, Mgs. Soledad Marilín Yapura, Secretaria de Posgrado, Investigación y Extensión al Medio y siga a la Dirección de Posgrado y Carrera Docente a sus efectos.

HMC.


Esp. Paulo Costas Czamecki
Sec. Posgrado, Investigación y
Extensión al Medio
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa




Prof. Nancy Cardozo
Decana
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa



Resolución de Consejo Directivo **333 / 2025 - SAL -UNSa**
Expte. N° 328 / 2025 - SAL -UNSa - Tener por aprobado el Taller denominado
**VALORACIÓN FÍSICA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE SARCOPENIA EN
PERSONAS MAYORES**
De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
02/07/2025

ANEXO I

Tipo de actividad: Taller

"VALORACIÓN FÍSICA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE SARCOPENIA EN PERSONAS MAYORES"

Modalidad: Presencial.

Lugar: Laboratorio de bioquímica. Facultad Ciencias de la Salud (1° piso).

Duración y fecha: El curso está planificado para tener una duración de 5 horas, a desarrollarse el lunes 30 de junio de 2025.

Director:

- Lic. Pérez Caihuara, José Luis - DNI 31.284.437 - Email: joseluisperezcaihuara@gmail.com

Co Director

- Mgs. Soledad Marilina Elizabet - DNI: 27.699.731 - Email: yapurasoledad@gmail.com

Equipo coordinador:

- Mgs. Patricia Jorgelina López - DNI: 21.896.441- Email: lopezpj1712@gmail.com
- JMgs. uan Sergio Escalante - DNI: 21.792.097 - Email: los_gemelos_07@hotmail.com

Disertantes:

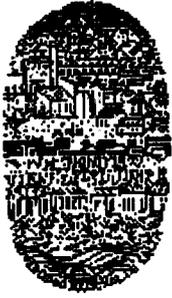
- Mgs. Soledad Marilina Elizabet - DNI: 27.699.731 - Email: yapurasoledad@gmail.com
- Esp. Romina Débora Márquez - DNI: 33.696.217 - Email: rominadeboramarquez@gmail.com
- Lic. Pedro Ceferino Gutiérrez Arapa - DNI: 32.631.580 - Email: pcgutierrez@ucasal.edu.ar
- Mgs. Patricia Jorgelina López - DNI: 21.792.097 - Email: los_gemelos_07@hotmail.com

Docentes tutores:

- Esp. Viviana Rossanna Méndez - DNI: 23.749.619 - Email: virome1503@gmail.com
- Esp. Romina Débora Márquez - DNI: 33.696.217 - Email: rominadeboramarquez@gmail.com
- Lic. José Luis Pérez Caihuara - DNI 31.284.437 - Email: joseluisperezcaihuara@gmail.com
- Lic. Pedro Ceferino Gutiérrez Arapa - DNI: 32.631.580 - Email: pcgutierrez@ucasal.edu.ar
- Lic. Rosa Emilia Romero - DNI: 31.097.124 - Email: emiliaromero0011@gmail.com
- Lic. Nahir Adriana Belén Toconas - DNI: 35.911.563 - Email: nabtoconas@gmail.com
- Lic. Cristina María Belén Navarro Gorriti - DNI:37.745.364- Email: belennavarrogorriti@gmail.com

Colaboradores:

- E.U. Celso Diego Alejandro Farfán - DNI: 41.829.199 - Email: farfancelso4@gmail.com



Resolución de Consejo Directivo **333 / 2025 - SAL -UNSa**
Expte. N° 328 / 2025 - SAL -UNSa - Tener por aprobado el Taller denominado
**VALORACIÓN FÍSICA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE SARCOPENIA EN
PERSONAS MAYORES**
De: **Salud - Dpto. Posgrado**



Salta,
02/07/2025

Destinatarios: Estudiantes, docentes y graduados de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Nacional de Salta.

Cupo: Se prevé un cupo máximo de 30 asistentes.

Carga Horaria: 5 horas reloj.

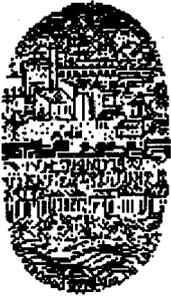
Cronograma: Se presenta cronograma, detallando los encuentros, momentos, hora, tema, disertante, fecha y carga horaria.

Lunes 30 de Junio de 2025. 08:00-13:00 Horas			
Hora	Tema	Disertante	Carga horaria
8:00 - 8:30	Acreditación	Equipo colaborador	30 minutos
8:30 - 8:40	Palabras de bienvenida.	Director y Codirectora	10 minutos
8:40 - 9:00	Sarcopenia. Criterio diagnóstico de sarcopenia según el Grupo Europeo de Trabajo en Sarcopenia en personas de edad avanzada.	Mgs. Soledad Yapura	20 minutos
9:00 - 9:30	Valoración: Integral y focalizada. Instrumentos y técnicas.	Mgs. Patricia López	30 minutos
09:30 - 10:10	Técnicas de evaluación para Diagnóstico de Sarcopenia: circunferencia de pantorrilla, fuerza de prensión manual y velocidad de marcha. Registro e interpretación.	Lic. Pedro Gutiérrez Esp. Romina Marquez	40 minutos
10:10 - 10:30 hs. Receso de 20 minutos			
10:30 - 12:30	Taller demostrativo y práctico de todas las técnicas de medición. Modalidad grupal.	Docentes tutores	120 minutos
12:30 - 13:00	Valoración de la actividad, cierre y despedida.	Director y Codirectora	30 minutos

Fundamentación de la propuesta

La sarcopenia es una enfermedad musculoesquelética con deterioro a nivel funcional y cantidad de la masa muscular. Tiene alta prevalencia en las personas mayores (PM), y está relacionada con el aumento de mortalidad y múltiples comorbilidades que repercuten en la calidad de vida de la PM (Rojas et al., 2019).

Las consecuencias están relacionadas con la funcionalidad y la dependencia, tales como la alteración de la capacidad de marcha, caídas, fragilidad, discapacidad, déficit de AC. Lo que conlleva a una mayor incidencia de hospitalización, uso de recursos hospitalarios, bajo nivel de calidad de vida y finalmente la muerte. A mayor pérdida de masa muscular, más graves son sus consecuencias (Rexah, 2006).



Resolución de Consejo Directivo 333 / 2025 - SAL -UNSa

Expte. N° 328 / 2025 - SAL -UNSa - Tener por aprobado el Taller denominado **VALORACIÓN FÍSICA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE SARCOPENIA EN PERSONAS MAYORES**

De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
02/07/2025

A nivel mundial, la prevalencia de la sarcopenia es del 5% al 13% en las personas de 60 a 70 años, y en los mayores de 80 años alcanza un porcentaje más alto, llegando incluso hasta un 50% (Morley J.2008).

Los profesionales de la salud tienen un rol fundamental en la detección, evaluación y tratamiento de sarcopenia, fundamentalmente, en la atención primaria de la salud, dado que, es frecuente encontrar PM que presentan dificultades para las actividades de la vida diaria, historia recurrente de caídas, hospitalizaciones recientes o la presencia de enfermedades crónicas asociadas a una pérdida de fuerza y masa muscular.

Identificar la sarcopenia en sus etapas iniciales permite al equipo interdisciplinario de la salud implementar intervenciones destinadas a la prevención, diagnóstico precoz, y tratamiento oportuno, mediante la educación para la salud relacionadas al ejercicio anaeróbico, adecuada alimentación y horas de sueño-descanso. Estas medidas se convierten en un pilar fundamental para mejorar el bienestar y calidad de vida, retrasando la progresión y mejorando los resultados de salud de la PM a largo plazo.

En este contexto, a través, del presente curso taller, se pretende brindar conocimientos necesarios sobre herramientas de valoración integral en atención primaria de la salud, para la identificación de sarcopenia en PM, principalmente en las técnicas de medición de la masa, fuerza y función muscular, mediante antropometría, fuerza de prensión manual y velocidad de marcha.

La propuesta pretende generar un espacio de trabajo intercatedras, interinstitucional e interprofesional que favorecerá articular actividades formativas en torno a un tema de suma importancia en el campo de la salud. Las cátedras participantes son: Química Biológica, Bases del Cuidado Enfermero I, Enfermería del Adulto Anciano II de la Facultad Ciencias de la Salud, y el Proyecto de Investigación Ciunsa Tipo A N° 2942 denominado "Fragilidad y Sarcopenia en Persona Mayores no Institucionalizadas de la Provincia de Salta, Periodo 2024-2027".

Objetivos:

- Comprender la definición de sarcopenia y el criterio diagnóstico de sarcopenia, propuesto por el Grupo Europeo de Trabajo sobre la Sarcopenia en Personas de Edad
- Entender el concepto de valoración integral y
- Conocer y ejecutar técnicas de evaluación para el diagnóstico de sarcopenia según el Grupo Europeo de Trabajo sobre la Sarcopenia en Personas de Edad Avanzada : circunferencia de pantorrilla, fuerza de prensión manual y velocidad de
- Aprender a registrar y analizar los datos para la detección de

Metodología:

- El curso taller se desarrollará de forma presencial, donde, se llevarán a cabo las siguientes actividades:
- El equipo disertante realizará sus ponencias, a través de exposiciones digitales de forma
- Se efectuarán demostraciones de técnicas de medición antropométrica, registro e interpretación para la identificación de
- Se llevarán a cabo actividades grupales, para la aplicación de las técnicas de evaluación, registro y análisis de

Programa de contenidos:

- Criterio diagnóstico de sarcopenia según el Grupo Europeo de Trabajo en Sarcopenia en personas de edad avanzada.
- Valoración: integral y focalizada. Instrumentos y técnicas.



Resolución de Consejo Directivo **333 / 2025 - SAL -UNSa**
Expte. N° 328 / 2025 - SAL -UNSa - Tener por aprobado el Taller denominado
**VALORACIÓN FÍSICA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE SARCOPENIA EN
PERSONAS MAYORES**
De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
02/07/2025

- Técnicas de evaluación: Medición de fuerza muscular, masa muscular y velocidad de la
- Registro y análisis de datos.

Evaluación:

La evaluación del taller será procesual, a través, de las actividades que serán llevadas a cabo de manera presencial propuestas por el equipo docente tutor.

Financiamiento: Sin arancel.

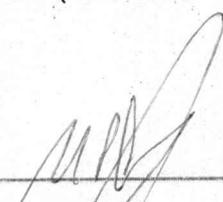
Certificación: La Facultad de Ciencias de la Salud certificará a los Disertantes, Director, Co director, Docentes Coordinadores, colaboradores, según lo dispuesto en Resolución CD N° 345/18 (Exp.12.730/17).

Se emitirán certificados en formato digital de aprobación a los asistentes que desarrollen y aprueben las actividades propuestas por los docentes tutores.

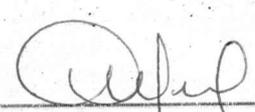
Bibliografía:

- Bello, R. et al. (2009) Calidad del sueño, somnolencia diurna e higiene del sueño en el Centro de Salud del Adulto Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v26n1/a08v26n1.pdf> (Accedido el 30 de septiembre de 2024).
- Boix C.; et al., (2009) Trastornos del sueño y condiciones ambientales en mayores de 65 años. Disponible en: <https://ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7022041/> (Accedido el 30 de octubre de 2024).
- Canepa, M. E. (2020) Ministerio de adultos mayores: Los años no pasan en vano. Independently
- Carrillo-Cervantes, A. L. et al., (2022) «Sarcopenia como factor predictor de dependencia y funcionalidad en adultos mayores mexicanos», Index de enfermería, 31(3), pp. 170-174. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962022000300007&script=sci_arttext (Accedido: 13 de octubre de 2024).
- CDC (2022) ¿Cuánta actividad física necesitan los adultos mayores?, Centers for Disease Control and Disponible en: <https://www.cdc.gov/physicalactivity/basics/spanish/cuanta-actividad-fisica-necesitan-los-adultos-mayores.htm> (Accedido: 13 de octubre de 2024).
- Cruz, A. et al., (2010) "Sarcopenia: consenso europeo sobre su definicion y diagnostico. Informe del Grupo europeo de trabajo sobre la sarcopenia en personas de edad avanzada," Age and Ageing, 39, pp. 412-423. doi: 1093/ageing/afq034.
- INDEC, Instituto Nacional de Estadística y Censos de la REPUBLICA ARGENTINA (2022) INDEC: Instituto Nacional de Estadística y Censos de la República Argentina, Gob.ar. Disponible en: <https://indec.gob.ar/indec/web/Nivel4-Tema-2-41-165> (Accedido el 6 de octubre de 2024).

HMC


Esp. Paula Costas Czarniecki
Sec. Posgrado, Investigación y
Extensión al Medio
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa




Prof. Nancy Cardozo
Decana
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa