



UNIVERSITAT  
POLITÈCNICA  
DE VALÈNCIA

Programa del Curso Sénior 2024/25 del Campus de Gandia

ÀREA DE LA UNIVERSITAT SÈNIOR



UNIVERSITAT  
POLITÈCNICA  
DE VALÈNCIA

VICERRECTORADO DE ARTE, CIENCIA,  
TECNOLOGÍA Y SOCIEDAD



UNIVERSITAT  
POLITÈCNICA  
DE VALÈNCIA

CAMPUS DE GANDIA

# **CURSO SÈNIOR**

## **2024-2025**

### **CAMPUS DE GANDIA**

# **PROGRAMA**

## PLAZO DE INSCRIPCIÓN

Del 20 de junio al 8 de octubre de 2024.

## PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN

La inscripción podrá hacerse:

- **Online:** desde la página web de la Universidad Sènior:  
<http://www.upv.es/entidades/AUS/> en el icono verde:  
**OFERTA FORMATIVA CAMPUS GANDIA 2024-2025**
- **Presencial:** martes y jueves, de 10:00 a 13:00 h en el Aula 30 del Campus de Gandia de la UPV.

## PERIODO LECTIVO

Del 14 de octubre de 2024 al 30 de mayo de 2025.

## DESARROLLO DE LA DOCENCIA

Lugar: Sala de conferencias 1 y 4 del Campus de Gandia de la UPV.

Horario: martes y jueves, de 16:30 a 17:30 y de 18:00 a 19:00 h.

**ÍNDICE DE ASIGNATURAS**

Pàgina

<b>1. SALUD Y BIENESTAR INTEGRAL (8h)</b> Profesorado: BEATRIZ CAMPOS JUNQUERO	5
<b>2. CONÈIXER EL PAISATGE A PARTIR DELS NOMS. TOPONÍMIA VALENCIANA I LA SEUA INTERPRETACIÓ (16h)</b> Profesorado: RAFAEL DELGADO ARTÉS	6
<b>3. AUDICIONS COMENTADES. UNA VISIÓ CRÍTICA DE LA HISTÒRIA DE LA MÚSICA. CONCERTS EN VIU (10h)</b> Profesorado: TELMO GADEA BOIX	7
<b>4. FUNDAMENTOS DEL DISEÑO Y DESARROLLO DE PÁGINAS WEB (6h)</b> Profesorado: ALEJANDRO CÁNOVAS SOLBES	8
<b>5. CLAVES DEL PROCESAMIENTO MEDIÁTICO (8h)</b> Profesorado: DIEGO ÁLVAREZ SÁNCHEZ	9
<b>6. LES COMARQUES CENTRALS. TERRITORI I URBANISME (10h)</b> Profesorado: JUAN B. TORMO FLORES	10
<b>7. MÚSICA I CIÈNCIA (10h)</b> Profesorado: RUBÉN PICÓ VILA	11
<b>8. HISTORIAS EN MOVIMIENTO. Narrar en Stop Motion (8h)</b> Profesorado: ROCÍO BENAVENT MÉNDEZ	12



## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

<b>9. DESCOBREIX LA BIODIVERSITAT DE LA TEUA CIUTAT: GANDIA (12h)</b> Profesorado: VÍCTOR GALLEGO ALBIACH, JUAN PABLO LUCIO PUIG	13
<b>10. ENTENDER INTERNET. NAVEGAR DE FORMA SEGURA POR LA RED (8h)</b> Profesorado: XELO PART ESCRIVÁ	14
<b>11. SÀVIES, BEATES I HISTÈRIQUES (14h)</b> Profesorado: IRENE BALLESTER BUIGUES	15
<b>12. EL PACIENT DIGITAL: NOUS REPTES EN UN CONTEXT DE SALUT HIPERCONNECTADA (10h)</b> Profesorado: ALBERT MARTINEZ APARISI	16

## 1. SALUD Y BIENESTAR INTEGRAL (8h)

BEATRIZ CAMPOS JUNQUERO

### Objetivo del curso

Proporcionar a los participantes herramientas prácticas y conocimientos actualizados sobre salud metabólica, nutrición equilibrada, entrenamiento físico adaptado, manejo del estrés y técnicas de descanso para promover un envejecimiento saludable y una calidad de vida óptima en la etapa senior.

### Resumen del curso

Este curso ofrece una visión integral de la salud metabólica y el bienestar en la tercera edad, abordando aspectos clave como la alimentación adecuada, la importancia del ejercicio físico regular, la gestión del estrés y la calidad del sueño. A través de sesiones teóricas y prácticas, los participantes aprenderán a adoptar hábitos saludables que mejoren su calidad de vida.

### Temario y desarrollo del curso

1. Introducción a la salud metabólica y sus determinantes.
2. Nutrición equilibrada para personas mayores: mitos y realidades.
3. Importancia del ejercicio físico en la tercera edad y su impacto en la salud metabólica.
4. Estrategias para el manejo del estrés y la promoción del bienestar emocional.
5. Técnicas y hábitos para mejorar la calidad del sueño y el descanso.
6. Integración de NEAT (Non-Exercise Activity Thermogenesis) en la vida diaria.

## **2. CONÉIXER EL PAISATGE A PARTIR DELS NOMS. TOPONÍMIA VALENCIANA I LA SEUA INTERPRETACIÓ (16h)**

RAFAEL DELGADO ARTÉS

### **Objectiu del curs**

Dotar els/les alumnes amb eines per a conèixer i interpretar el paisatge cultural mediterrani i els processos que l'han generat, a partir dels noms dels llocs i dels recursos del territori.

### **Resum del curs**

Al paisatge rural "tot està batejat" i la densitat toponímica depèn de la configuració del paisatge, però també de la humanització del territori i la subsegüent necessitat d'atorgar un nom diferenciador a cada espai concret.

La toponímia, doncs, està subjecta al paisatge i a la parla dels seus habitants actuals i pretèrits. Cada terme mostra un microcosmos farcit d'una riquesa cultural que abasta les més diverses disciplines: botànica, biologia, geologia, geografia, lingüística, història, etnologia,... La toponímia només s'entén i es pot abordar des de la tan repetida interdisciplinarietat. L'estudi dels noms de lloc s'ajuda de cadascuna de les matèries esmentades, i també n'és auxiliar de cadascuna d'elles. Les enquestes orals, doncs, són un recull, no sols toponímic sinó antropològic, en el sentit més ampli del coneixement humà sobre un territori natural, antropitzat, cultural al llarg dels segles.

Els grans mestres del territori són els masovers, els llauradors, els pastors,... tots aquells i aquelles que viuen o han viscut el territori. La urgència de les enquestes de gran part del nostre àmbit rural rau, precisament, en la desaparició d'una cultura secular lligada a la terra o, en alguns casos costaners, en la devastació urbanitzadora de les darreres dècades.

El mediterrani és un paisatge cultural, generat al llarg de la interacció de més de 9.000 anys entre l'ésser humà i el seu entorn. L'estudi de la toponímia ens permet acostar-nos d'una manera didàctica i divertida al coneixement d'aquest bioma únic en el món, així com

## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

conèixer el seu passat, les cultures que han viscut i com han usat els seus recursos i altres coses que no es veuen “a simple vista” i que de ben segur, ens sorprendran.

### Temari i desenvolupament del curs

#### 1. Introducció.

- La toponímia i processos de formació.
- Varietats dialectals valencianes.
- Eines per a l'estudi de la toponímia. La deducció.
- La precisió de la toponímia: els genèrics, els especificatius, els augmentatius i diminutius.
- L'adjectivització de la toponímia

#### 2. La toponímia per temes.

- L'antroponímia i la fitoponímia
- L'oronímia i la hidronímia
- Els noms dels llocs basats en fets històrics i usos quotidians. El poblament, els usos, professions i les comunicacions
- La geologia, la litologia i els sòls
- Toponímia creativa i altres curiositats

Visita de camp: Visita al sistema de repartiment de reg de l'Horta de Gandia i a la seua toponímia.

### **3. AUDICIONS COMENTADES. UNA VISIÓ CRÍTICA DE LA HISTÒRIA DE LA MÚSICA. CONCERTS EN VIU (10h)**

TELMO GADEA BOIX

#### **Objetivo del curso**

A través del visionado y la audición de obras de la música clásica, se pretende el conocimiento del género, pero contextualizado con otras manifestaciones artísticas, épocas y hechos históricos.

## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

### Resumen del curso

Cuando asistimos a una representación operística, a un concierto sinfónico, o a un recital de piano, a menudo nos conformamos al considerar si nos ha gustado o no. La experiencia auditiva nos parece suficiente para valorar el concierto. Si además conocemos el género, el contexto histórico, la circunstancia del compositor, o la dificultad técnica de la obra, podemos realizar una valoración más completa y real.

### Temario y desarrollo del curso

1. La música vocal: la canción, el oratorio, la ópera y la zarzuela.
2. La música instrumental: desde la música de cámara hasta la música sinfónica.
3. La música en el cine, el teatro. El género musical.
4. Curiosidades de la música:
  - a. La música como herramienta de cambio.
  - b. ¿Hay música “buena” y “mala”?
  - c. Los compositores y su vida.

Clases prácticas y de campo: Conciertos didácticos.

## 4. FUNDAMENTOS DEL DISEÑO Y DESARROLLO DE PÁGINAS WEB (6h)

ALEJANDRO CÁNOVAS SOLBES

### Objetivo del curso

Enseñar a crear páginas básicas de manera sencilla a personas con bajo conocimiento previo sobre diseño web.

### Resumen del curso

Entender los conceptos básicos del diseño web y la estructura de una página. Aprender a usar HTML y CSS para crear y dar estilo a páginas web simples. Familiarizarse con el uso de herramientas online para



## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

ayudar en el diseño web. Practicar el diseño y desarrollo de páginas web a través de ejercicios prácticos. Aprender a publicar la página en servidores locales o en la nube.

### Temario y desarrollo del curso

#### 1. Fundamentos del Diseño Web

- ¿Qué es una página web y cómo funciona?
- Estructura de una página web: introducción a HTML y a CSS.
- Navegadores web y cómo se usan.
- Agregar texto, imágenes y enlaces.
- Publicación local de la página Web.

#### 2. Herramientas Online para Diseño Web Básico.

- Introducción a Herramientas de Asistencia para Diseño Web.
- Utilización de Canva en el Diseño Web.
- Publicación de la página web en un servidor Canva.

## 5. CLAVES DEL PROCESAMIENTO MEDIÁTICO (8h)

DIEGO ÁLVAREZ SÁNCHEZ

### Objetivo del curso

Explorar cómo entendemos y reaccionamos a lo que vemos y escuchamos en los medios para comprender su impacto en nuestras opiniones y comportamientos.

### Resumen del curso

El curso explora cómo los mensajes de los medios captan nuestra atención, se procesan en nuestras mentes y finalmente influyen en nuestras actitudes y acciones. A través de teorías clave y ejemplos actuales, desvelaremos las dinámicas detrás de nuestra interacción con los medios. Los participantes adquirirán herramientas para analizar y comprender críticamente el impacto mediático en la sociedad y en ellos mismos.

## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

### Temario y desarrollo del curso

1. Fundamentos del Procesamiento de Mensajes Mediáticos.
  - Procesos cognitivos en la recepción mediática.
  - Comprensión y retención de mensajes mediáticos.
  - Respuestas afectivas y cognitivas a los medios.
2. Teoría del Establecimiento de la Agenda.
  - Conceptos clave y evolución histórica.
  - Mecanismos y efectos en la opinión pública.
  - Estudios de caso y análisis crítico.
3. Teoría del Enmarcado.
  - Definición y principios del enmarcado.
  - Efectos del enmarcado en la percepción y evaluación de los mensajes mediáticos.
  - Aplicaciones prácticas en la comunicación mediática.
4. Teorías de Usos y Gratificaciones.
  - Orígenes y desarrollo de las teorías de usos y gratificaciones.
  - Diferentes enfoques y modelos teóricos.
  - Investigación y críticas contemporáneas.

## 6. LES COMARQUES CENTRALS. TERRITORI I URBANISME (10h)

JUAN BAUTISTA TORMO FLORES

### Objectiu del curs

Proporcionar les principals claus interpretatives del Territori i el seu desenvolupament urbanístic que permeten veure i comprendre les comarques centrals. Adquirir els coneixements necessaris que possibiliten a l'alumne descobrir millor les Comarques Centrals i les seues transformacions al llarg de la història. Amb això l'alumne podrà visitar, valorar i apreciar el seu Territori amb les seues singularitats .

### Resum del curs

Després d'una introducció breu sobre els conceptes bàsics de l'estudi d'un territori i la seua evolució històrica. Analitzarem els assentaments

## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

humans en relació amb el paisatge, ens endinsarem en els esquemes de la Ciutat històrica valorant les empremtes que han deixat a les nostres ciutats actuals, per aprofundir així en la ciutat que ha arribat als nostres dies i la seua configuració actual.

### Temari i desenvolupament del curso

1. Introducció a l'estudi d'un territori.
2. Anàlisi dels assentaments humans.
3. Cascos històrics i eixamples a les nostres ciutats

Visita de camp: Es programa una visita de camp a algunes ciutats de les comarques centrals.

## 7. MÚSICA I CIÈNCIA (10h)

RUBÉN PICÓ VILA

### Objectiu del curs

L'objectiu d'aquest curs és proporcionar als participants una comprensió profunda de la interrelació entre la música i la ciència, destacant com la música influeix en la nostra percepció, emocions i salut a través d'una exploració accessible i interactiva de diversos camps científics.

### Resum del curs

Aquest curs ofereix una visió integradora sobre com la música es relaciona amb diversos camps científics com la física, la matemàtica, la neurologia, i la biologia. El curs es desenvoluparà en sessions que combinen teoria i exemples pràctics, destinades a oferir una comprensió més profunda de l'impacte de la música en el nostre dia a dia i en el nostre organisme.

## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

### Temari i desenvolupament del curs

#### 1. Introducció i el so i la seua natura.

- Introducció al vincle entre música i ciència.
- Conceptes bàsics d'acústica: com els instruments musicals generen so.

#### 2. La percepció del so i la psicologia de la música.

- Processament del so en el cervell: des de l'orella fins als processos cognitius.
- Efectes de la música en el cervell: estudi dels beneficis terapèutics i emocionals.

#### 3. Matemàtiques i física de la música.

- Exploració de la relació entre música i matemàtiques: patrons, ritmes i proporció àuria.
- Ressonància i harmònics: per què alguns sons ens agraden més que altres?

#### 4. Música, neurologia i biologia.

- La música com a influència en la neuroplasticitat, els camins neurals i els sistemes biològics, amb efectes com la reducció de l'estrès i la millora de la funció immunitària.
- Impacte de la música en el comportament d'espècies animals, modificant respostes emocionals i físiques a través de melodies específiques.

Visita de camp: Visita a algun auditori i/o conservatori per a reconèixer el que s'ha vist en el curs.

## **8. HISTORIAS EN MOVIMIENTO. Narrar en Stop Motion (8h)**

ROCÍO BENAVENT MÉNDEZ

### Objetivo del curso

Enseñar a contar historias a través de la animación, utilizando la técnica del Stop Motion. Ofrecer una herramienta con la que



## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

compartir la realitat y visió del mundo, haciendo uso de la creatividad y el pensamiento crítico.

### Resumen del curso

En este curso se verá la técnica de animación Stop Motion llamada pixilación, que consiste en producir el efecto de que las personas y los objetos se muevan como si estuvieran animados artificialmente, a modo de marionetas. Se crearán narraciones breves con este método haciendo uso de aplicaciones móviles.

### Temario y desarrollo del curso

1. Introducción al Stop Motion.
2. ¿Qué es la pixilación?
3. Aplicaciones móviles.
4. Narrativa Audiovisual.
5. Ejercicios prácticos.

## 9. DESCOBREIX LA BIODIVERSITAT DE LA TEUA CIUTAT: GANDIA (12h)

VÍCTOR GALLEGO ALBIACH  
JUAN PABLO LUCIO PUIG

### Objectiu del curs

L'objectiu principal del curs es que els alumnes descobreixen la biodiversitat que els envolta, aprenent a identificar les espècies més emblemàtiques de fauna i flora que habiten els espais naturals que envolten la ciutat de Gandia.

### Resum del curs

En un món cada cop més urbanitzat, els espais verds actuen com un autèntic pulmó a les ciutats, jugant un paper important com a refugi per a una gran quantitat d'espècies. La ciutat de Gandia presenta una situació privilegiada com a entorn natural atesa la seva

## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

proximitat a l'horta, el riu i el mar, amb nombroses zones verdes que alberguen un gran nombre d'espècies d'animals i plantes. En el desenvolupament d'aquest curs es realitzen diferents tallers sobre biodiversitat urbana, on l'objectiu és promoure la conservació del patrimoni natural que allotgen les ciutats, posant com a exemple i valoritzant els espais naturals que envolten la ciutat de Gandia.

### Temari i desenvolupament del curs

La proposta ha estat estructurada en diverses activitats que van des de xerrades divulgatives a la realització d'un test de biodiversitat, que es realitzaran al mateix camp, on els professors ensenyaran als alumnes la fauna i flora que habiten als diferents paratges a visitar. L'activitat es divideix en 3 tallers:

1. Els aiguamolls com a font de biodiversitat. Es veurà de la fauna i flora que allotgen les zones humides com, per exemple, l'Ullal de la Perla.
2. Rius amb Vida. S'estudiarà la fauna i flora que allotgen els rius, en particular, el Serpis.
3. El Mediterrani, un mar únic. Es veurà la fauna i flora que acull la costa llevantina del mar Mediterrani i les zones dunars.

Visita de camp: Eixides als paratges naturals que envolten Gandia.

## 10. ENTENDER INTERNET. NAVEGAR DE FORMA SEGURA POR LA RED (8h)

XELO PART ESCRIVÁ

### Objetivo del curso

Entender los fundamentos de la red Internet. Conocer los aspectos básicos de seguridad: cookies, antivirus, phishing, ciberataques. Aprender a navegar de forma segura utilizando, cuando se precise, navegación anónima, restricción de cookies, antivirus gratuitos, bloqueadores de anuncios.



## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

### Resumen del curso

En este curso, aprenderemos las características, prestaciones y fundamentos de la red global Internet. Se obtendrán conocimientos y habilidades para el uso eficaz y seguro de la red, tanto cuando se navega en busca de información, como cuando se utilizan redes sociales, correo electrónico, plataformas de bancos o páginas de compras.

### Temario y desarrollo del curso

1. Fundamentos de Internet: Nacimiento de la red, desarrollo, características y funcionamiento básico.
2. Aspectos básicos de seguridad en Internet.
3. Cómo navegar de forma segura. Uso de antivirus y otras herramientas de protección de datos y equipos.
4. Ejercicio práctico.

## **11. SÀVIES, BEATES I HISTÈRIQUES (14h)**

IRENE BALLESTER BUIGUES

### Objectiu del curs

Aquest curs pretén donar a conèixer a l'alumnat unes altres històries on les dones són les protagonistes. Oblidades del relat de la història, aquest curs pretén visibilitzar-les i explicar perquè foren apartades del coneixement. No obstant, qualsevol disciplina, sense elles, no està completa.

### Resum del curs

De monges fins a republicanes passant per escriptores i pintores. Este és un curs que ens parla de la desmemòria. Jutjades per la Inquisició i pel patriarcat, totes elles trobaren amb les seues veus i amb les seues plomes motius per fer front als enclaustraments patriarcals. Condemnades per bruixes, roges i histèriques, l'oblit imposat no ha pogut enfosquir el seu llegat, el qual està més viu que mai.



## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

### Temari i desenvolupament del curs

1. La llibertat anhelada de les monges beguines.
2. El llegat de Christine de Pizan.
3. Sàvies i bruixes cremades en la foguera.
4. Espiritualitat i Inquisició: Teresa de Cepeda i Ahumada, i Sor Joana Inés de la Creu.
5. Els prerrafaelites i les germanors patriarcals.
6. Desitjos i amors: el pecat i la femme fatale.
7. El teatre de les boges: les histèriques de la Salpêtrière.
8. Republicanes: imprescindibles i oblidades.

Visita de camp: Visita a una exposició a València.

## **12. EL PACIENT DIGITAL: NOUS REPTES EN UN CONTEXT DE SALUT HIPERCONNECTADA (10h)**

ALBERT MARTINEZ APARISI

### Objectiu del curs

Conèixer les tecnologies digitals al servei de la salut. Comprendre els beneficis que els pacients poden obtenir amb l'ús de les tecnologies digitals.

### Resum del curs

La disrupció digital afecta tots els sectors i indústries. La salut no és aliena a aquesta realitat. Els sistemes sanitaris estan evolucionant cap a una nova estratègia per a adaptar-se al món digital. L'aplicació de les tecnologies de la informació i de les comunicacions a la salut ens permeten plantejar-nos:

- Cap on anem?
- Com serà el sistema de salut del futur?
- Quin és el paper dels pacients en aquest nou context digital?





## Programa del Curso Sènior 2024/25 del Campus de Gandia

- Quines eines estan a l'abast dels pacients per gestionar la seua salut?

Estem davant una transformació digital en què el pacient ha de situar-se al centre del sistema.

### **Temari i desenvolupament del curs**

1. Transformació digital en sanitat: reptes i barreres.
2. La perspectiva del pacient. Història clínica digital.
3. Teleassistència. Consultes virtuals.
4. Telemonitorització. Ús de dispositius IOT.
5. Ús d'eines digitals per als pacients.

## **DATOS DE CONTACTO E INFORMACIÓN**

**UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA**

**CAMPUS DE GANDIA** <http://gandia.upv.es>

C/Paranimf, 1. 46730 Gandia

## **HORARIOS DE ATENCIÓN AL ALUMNADO**

Teléfono general: 962849300

Atención presencial en período de inscripción (20/06/2024-08/10/2024): martes y jueves, de 10:00 a 13:00 horas (Aula 30 Campus Gandia)

Correo electrónico: [seniorgandia@upv.es](mailto:seniorgandia@upv.es)

## **SEDE UNIVERSIDAD SÉNIOR**

Camino de Vera s/n. Edificio 7A, 1ª planta. 46022 VALENCIA

Tel: 96 387 98 00  [u-senior@upv.es](mailto:u-senior@upv.es)

 <http://www.upv.es/entidades/AUS/>

 <https://es-es.facebook.com/seniorupv/>

 <https://www.instagram.com/upvsenior/>

Colabora:



**GENERALITAT  
VALENCIANA**

Conselleria de Innovación,  
Universidades, Ciencia  
y Sociedad Digital