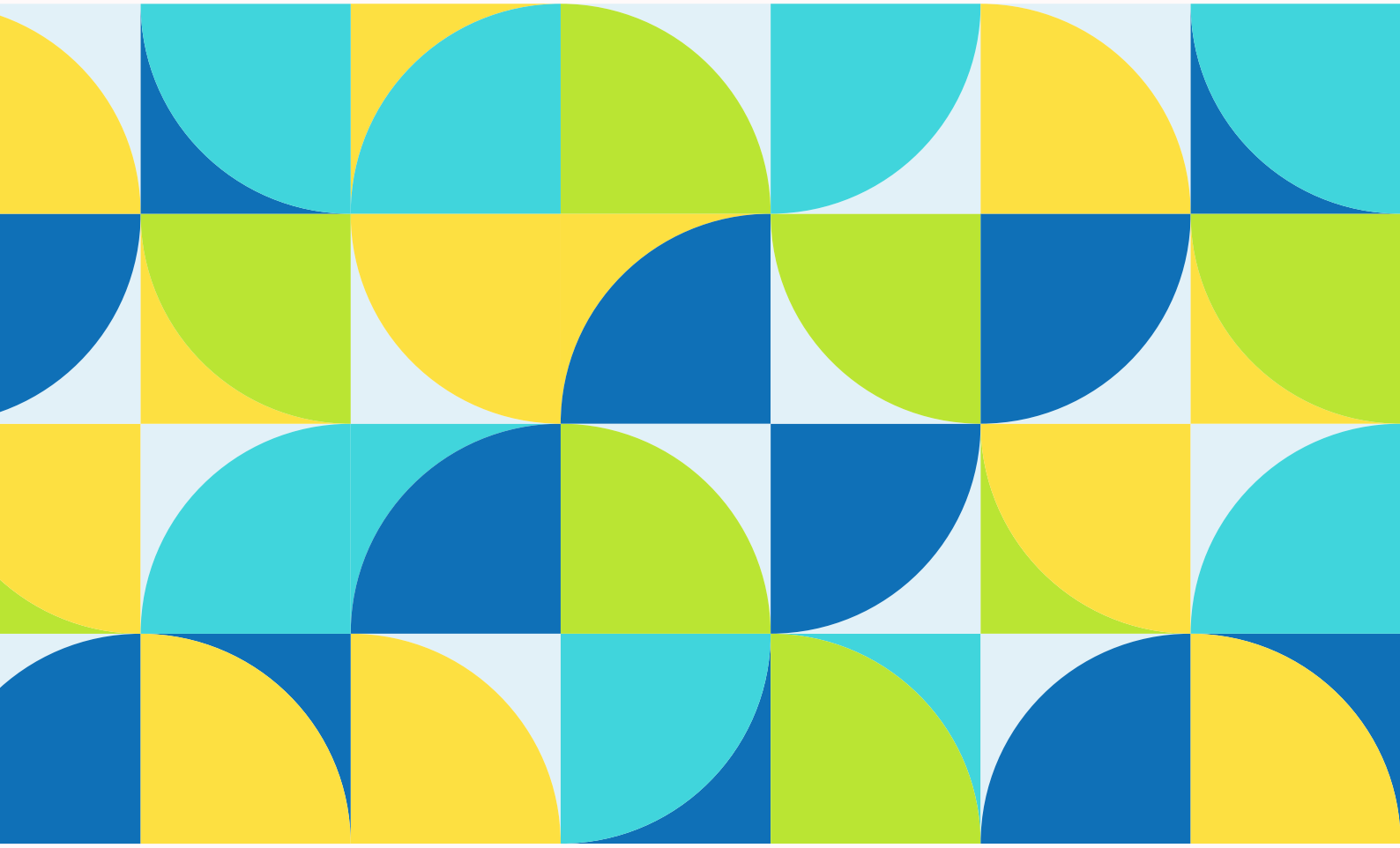
CIENCIA
EN RESIDENCIA

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID



UCC+i
UNIDAD DE CULTURA CIENTÍFICA

¿QUÉ ES?

Ciencia en Residencia es un proyecto que pone en marcha la **Unidad de Cultura Científica y de la Innovación (UC+I)** de la Universidad Complutense de Madrid para acercar el conocimiento científico a las personas que viven en residencias de mayores.

Porque la curiosidad y el interés no están reñidos con la edad y porque nuestro objetivo es llevar la ciencia a aquellos lugares donde cuesta más acceder, desarrollamos este programa de actividades.

1

Somos un centro de mayores y estamos interesados

Selecciona las actividades que pueden ser de interés para vuestros residentes y contacta con la UCC+I. Proponnos unas fechas y horas posibles para establecer el encuentro.

2

Contacto con el responsable de la actividad

La UCC+I contactará con la persona responsable de la actividad elegida y determinarán el día y la hora posibles para la realización de la misma.

3

Desarrollo de la actividad

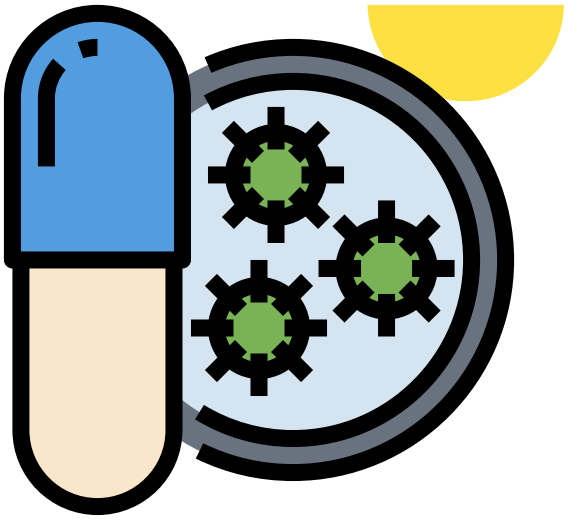
El día de la actividad, nuestros profesores solo necesitarán acceso a un proyector, el resto de material lo traemos desde la universidad. El lenguaje y la exposición se adaptan a un tono divulgativo, ameno y accesible sin descuidar el rigor científico. Siempre habrá un turno de preguntas para los más curiosos.

CATÁLOGO DE ACTIVIDADES

Antibióticos: pasado, presente y futuro

Haremos un recorrido histórico desde el descubrimiento por Fleming del primer antibiótico viendo cuál ha sido su impacto en la salud en las últimas décadas. Explicaremos el problema de las bacterias resistentes a antibióticos haciendo hincapié en lo que podemos hacer como sociedad para reducir este problema.

Jessica Gil Serna



Microbiota y Neurociencia: Comer para Sentirse Mejor

Comprender el papel de la microbiota intestinal en la salud mental y cognitiva. Explorar la relación entre la alimentación y la neurociencia del bienestar.

Celia Herrera Rincón



Chocolate: "placer y salud"

El taller del chocolate consistirá en una cata de chocolates con diferentes % de cacao para intentar concienciar a la población del consumo de chocolate con alto porcentaje de cacao para que sea más saludable.

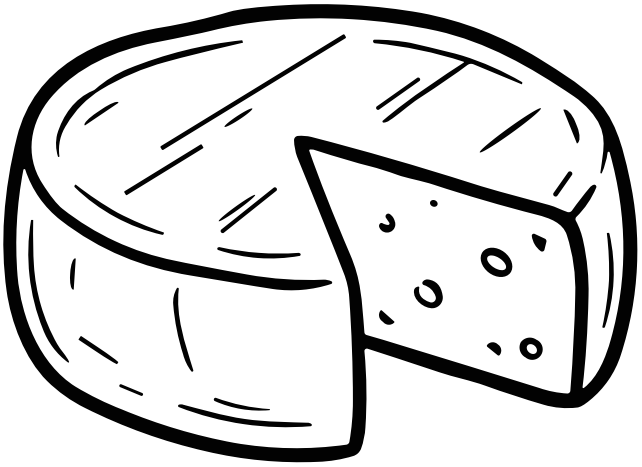
Unidad de Divulgación Científica y Transferencia de la Facultad de Veterinaria UCM (UdcVet)



El queso, más allá de la leche

El segundo taller teórico-práctico tratará de abordar de una manera sencilla los aspectos tecnológicos que hay en la elaboración de los quesos y se darán unas breves pinceladas de los beneficios de su consumo. Se realizará una cata de quesos para poner en práctica los conocimientos aprendidos durante el taller.

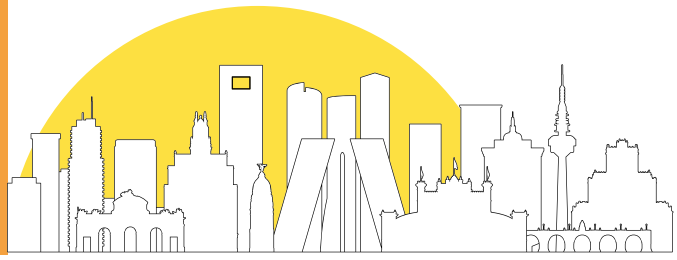
Unidad de Divulgación Científica y Transferencia de la Facultad de Veterinaria UCM (UdcVet)



¡Cómo hemos cambiado! Ayer y hoy de los paisajes urbanos de la ciudad de Madrid

A través de esta actividad, se pretende transmitir a las personas que viven en residencias de mayores el conocimiento sobre los principales cambios territoriales que han tenido lugar en la ciudad de Madrid en el último siglo.

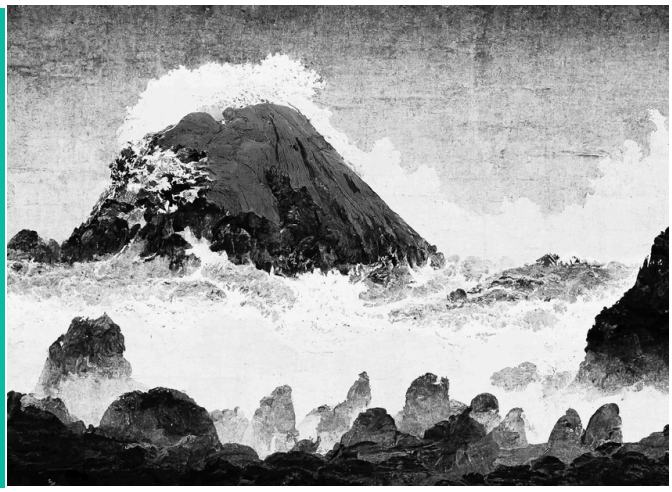
David García Álvarez



El dibujo escrito como herramienta artística

El taller consiste en partir de la caligrafía de cada asistente para concluir deconstruyéndola en dibujos que inviten a la meditación. Se empleará la técnica pictórica oriental Sumi-e, como herramienta artística apta para motivar la curiosidad hacía la cultura oriental de los mayores en un proceso creativo diferente.

Lorena López Méndez



Los territorios inteligentes. La inteligencia artificial en auxilio de las personas

La tradicional dicotomía entre campo y ciudad ha sido superada por el moderno concepto de territorio, en el cual todos los servicios públicos y privados deben estar al alcance de todas las personas.

Magdalena Suárez Ojeda



Ejercicio físico y deporte, el mejor amigo en la tercera edad

Charla sobre sus beneficios en personas mayores y como mejora las patologías crónicas más frecuentes en esta población (ejemplos: hipertensión, diabetes, artrosis, enfermedades degenerativas físicas y mentales...). Realización de pequeños ejercicios, in situ, por los residentes.

Juan José Montoya Miñano



Audición y sordera: qué debes saber para un envejecimiento activo

En esta charla conoceremos aspectos de interés para un envejecimiento activo: hablaremos sobre la audición, un sentido vital que nos conecta con el mundo y la sociedad que nos rodea.

Julio Contreras



La importancia del envasado en la industria agroalimentaria

Hacer un repaso de los distintos envases de alimentos, así como de los avances y necesidades actuales.

María Fernanda Fernández León



ConCiencia Reumática: Descubrimientos científicos para una vida sin barreras articulares

Exploraremos el fascinante mundo de la investigación reumática, donde hablaremos sobre los misterios celulares detrás de estas enfermedades.

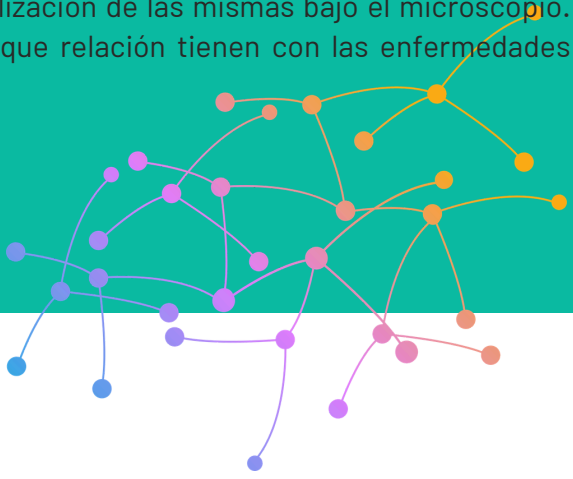
David Castro Vázquez



Viaje al interior del cerebro

En esta actividad queremos contar cómo se estudia el cerebro: toma de muestras, procesamiento, tinción y lo más divertido, visualización de las mismas bajo el microscopio. Veremos que células tenemos en el cerebro y que relación tienen con las enfermedades neurológicas.

José Ángel Morales García



La cortesía de ayer y de hoy: un viaje lingüístico a través del tiempo

El objetivo principal de la actividad es explorar y analizar cómo ha evolucionado la expresión de la cortesía verbal en español, fomentando la participación grupal y la reflexión personal de nuestros mayores.

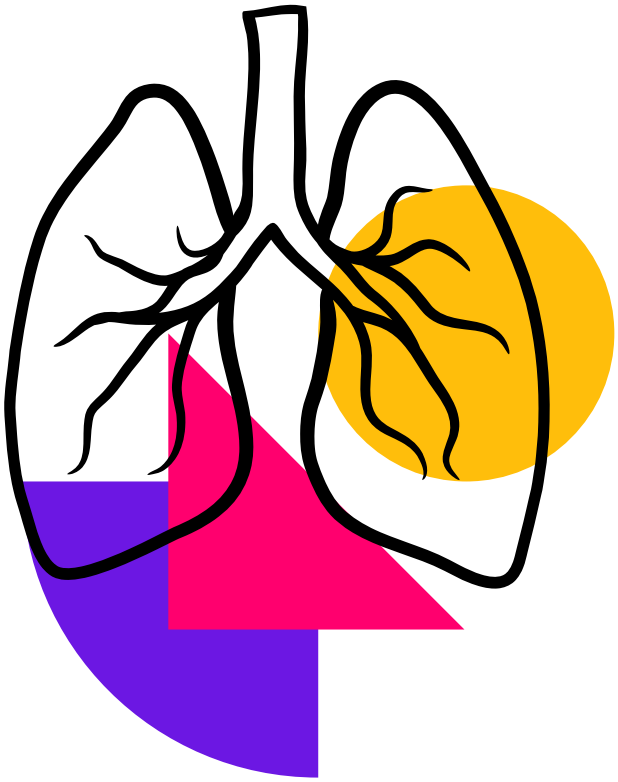
Paula Albitre Lamata



El trabajo que cuesta llenar de aire los pulmones

Explicar lo que supone el trabajo físico de la respiración y su mecánica, y el reto de abrir los pulmones desde el mismo momento del nacimiento. Haremos experimentos que ayuden a la audiencia a darse cuenta de lo que es la tensión superficial, por qué necesitamos un agente tensioactivo para poder abrir fácilmente nuestros pulmones.

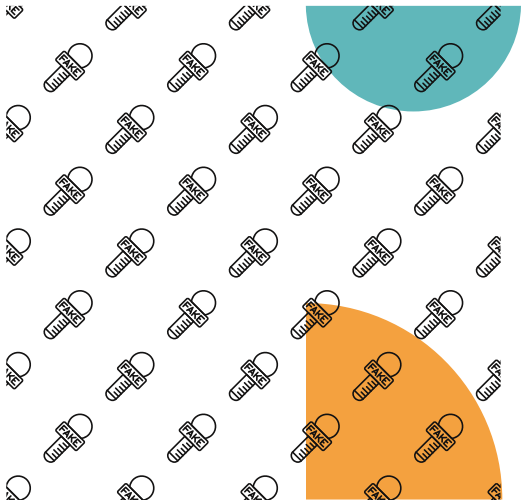
Jesús Pérez Gil



¡Bulos fuera! Cómo acabar con la desinformación

¿Por qué hoy es tan peligrosa la desinformación? ¿Quiénes están detrás de ella y qué persiguen? ¿Cómo podemos evitar propagar las mentiras? Analizaremos este gran problema social y aprenderemos estrategias para detectar si algo que nos están contando o hemos visto por televisión u otro medio es verdadero o falso.

Mª de los Ángeles Chaparro



Para qué sirve nuestra piel? ¿Por qué envejece? ¿Cuáles son las causas del envejecimiento?

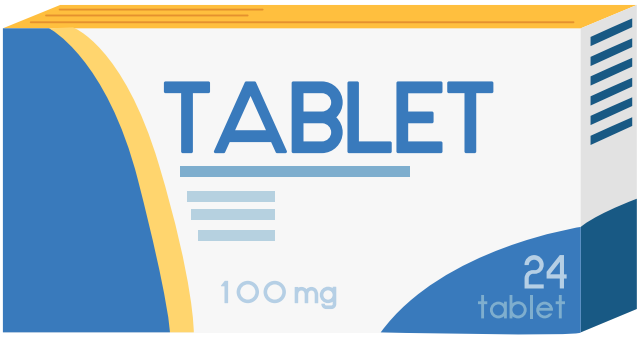
Las funciones de la piel, incluyendo ejemplos de procesos patológicos en los que esa barrera falla. Se describe cómo renovamos y cada cuánto tiempo nuestra piel en condiciones fisiológicas y tras una lesión (úlceras, heridas frecuentes en diabéticos...) haciendo hincapié en las células madre responsables de dicha renovación. Veremos como envejecen esas células madre provocando el envejecimiento de nuestra piel, la presencia de las canas,... y, qué se está haciendo a nivel de investigación para retrasar dicho envejecimiento. Se verán unas preparaciones histológicas al microscopio de los diferentes tipos de piel que tenemos.

Mª Ángeles Vicente López

Búsqueda de información sobre medicamentos

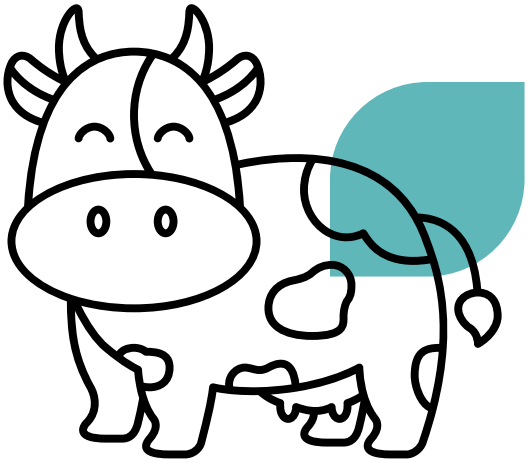
Enseñar a los usuarios de los centros de mayores cómo buscar información sobre los medicamentos. También se les enseña a cómo interpretar los cíceros de las cajas donde vienen los fármacos.

Olivia Hurtado Moreno



Cómo detectamos en el laboratorio los residuos de medicamentos en alimentos de origen animal

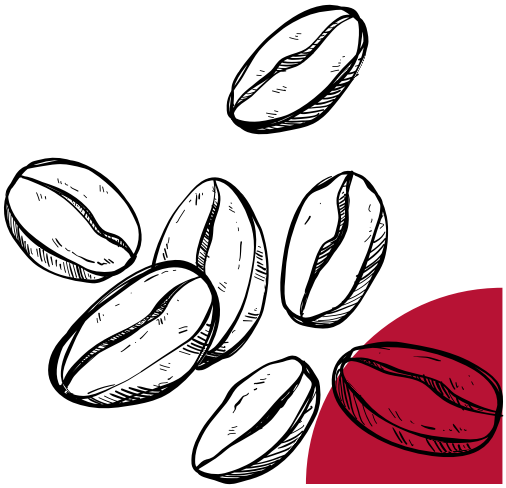
Sonia Rubio Langre



Descubre los secretos ocultos de tu taza de café

El viaje del café desde la planta a la taza, a la que sólo llega el 5% de la cereza del café.
En este taller se irán descubriendo los distintos subproductos o desechos que se generan en cada etapa del procesado del fruto del café.

Amaia Iriondo de Hond



La energía del futuro: un problema de hoy

La actividad consistirá en una charla divulgativa sobre la transición energética y la visualización de dos vídeos producidos por el grupo de investigación.

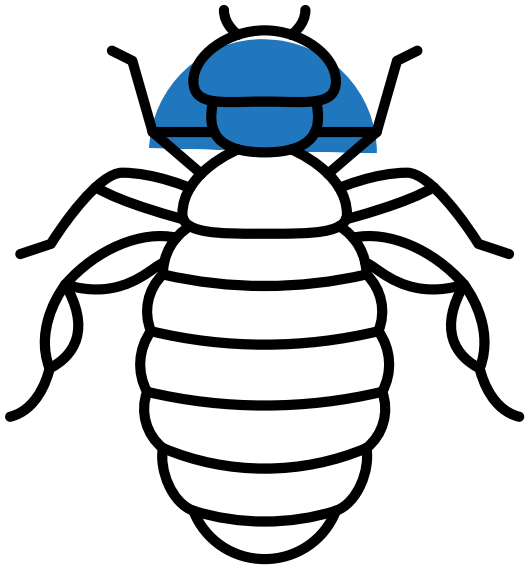
María Elena Arroyo de Dompablo



Anécdotas y Ciencia de los Parásitos de Nuestra Vida

Un Viaje al Microcosmos de Nuestra Vida. ¿Quién no ha tenido piojos de pequeño? En este taller de 50 minutos, compartiremos anécdotas sobre estos "huéspedes" comunes (piojos, pulgas, lombrices, solitaria) y desmentiremos mitos. Veremos de cerca qué son, cómo actúan, y sus tratamientos. ¡Además, tendremos la oportunidad de verlos al microscopio! ¡Trae tus dudas y tus mejores historias!

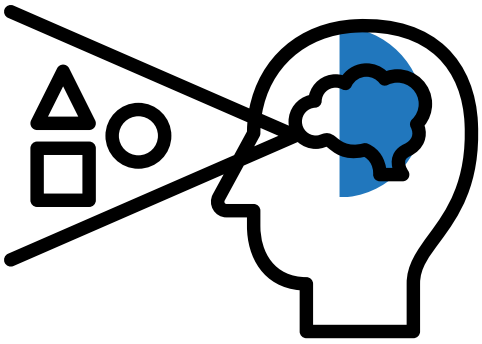
Alexandra Ibáñez



El mundo y cómo lo percibimos a través de nuestros ojos

¿Es cierto que la manera en la que vemos el mundo, el cómo lo percibimos visualmente, no guarda una relación estrictamente equivalente con cómo éste es físicamente?

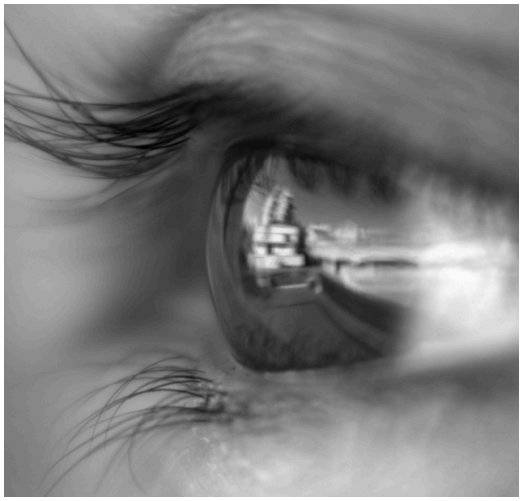
Raúl Luna del Valle



El ojo y sus cambios con la edad

Mediante este taller se quiere informar a nuestros mayores de los cambios visuales y oculares que se producen generalmente con la edad. Mostrándoles los cambios normales y las soluciones que existen. Se harán pruebas sencillas para que sean capaces de detectar alteraciones.

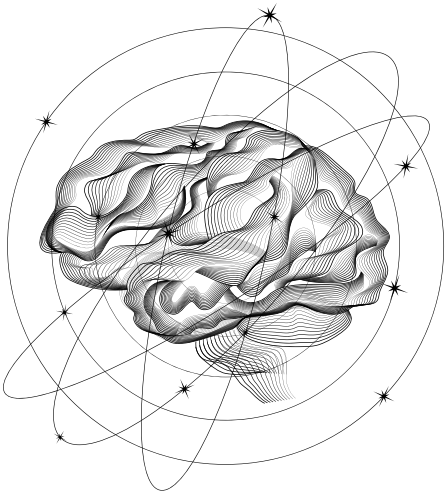
Vanesa Sánchez



Viaje al centro del cerebro

¿Este taller tiene como propósito principal ofrecer la posibilidad de ampliar la comprensión sobre el funcionamiento del cerebro humano y su relación con el proceso de envejecimiento y la salud cerebral.
El objetivo final es estimular la curiosidad y el interés por la ciencia del cerebro.

Onintza Sagredo Ezquioga



De los periódicos a las pantallas. Entender más allá de lo que cuentan

El objetivo es poner de relieve aspectos pasados y presentes que subyacen tras las estructuras empresariales de los medios de comunicación tales como poderes fácticos, influencias, ideologías, audiencia y difusión.

Mª José Pérez Serrano



Misterio en la subasta - Un juego de arte y de diferencias

Misterio en la subasta es un juego consistente en visualizar, proyectando con ordenador, parejas de imágenes de cuadros famosos de la pintura universal.
Es un estímulo para ejercitar y desarrollar la capacidad de concentración y la detección e identificación de diferencias.

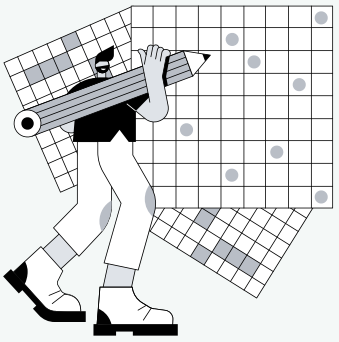
Gloria Cabrera Gómez y Teresa Pérez Pérez



Juegos para estimular el cerebro.Taller manipulativo

Presentaremos varios juegos de lógica, planificación y concentración con los que ejercitar el cerebro. -Qué es un cuadrado mágico. Construiremos cuadrados mágicos. -Qué es un sudoku. Enseño las reglas y pistas/trucos para resolverlo. - Juego de las torres de Hanoi. - Tangram. Distintos retos.

Gloria Cabrera Gómez y Teresa Pérez Pérez



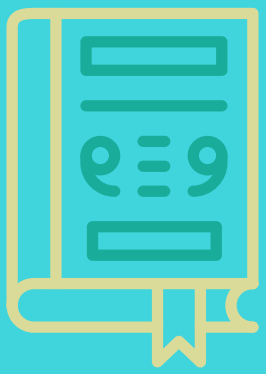
Mitocondria, el motor de la célula

El importante papel de la mitocondria en el buen funcionamiento de la célula, ya que son los orgánulos celulares que producen la energía y como ciertos fallos mitocondriales pueden derivar en diversas enfermedades.

Mónica Muñoz Úbeda



Un refrán, un recuerdo, un aprendizaje



Daremos a conocer la disciplina que se ocupa del estudio de los refranes, herramientas de la lengua propias de la tradición oral que se han transmitido de generación en generación. El nombre de esta se denomina fraseología y algunos de los factores que contribuyen a su desarrollo son la llegada de la industrialización y el folclore en España.

Carmen Martín Cuadrado

Pasado y presente de nuestro planeta: ¿podemos hacer algo para que a los humanos nos vaya mejor?



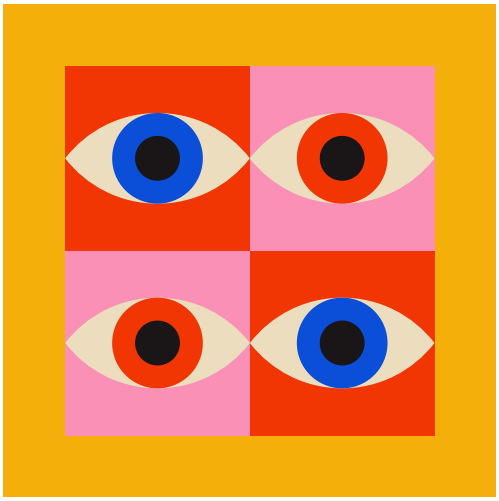
Se hablará de la edad de nuestro planeta, comparándola con la edad de las personas, de las crisis que ha sufrido nuestro planeta, y de la crisis actual. Para todo ello se realizará una tarta geológica que explique como obtenemos estos datos.

Ana María Alonso Zarza

Recuerdos, colores y miradas: cómo funciona nuestra visión

¿Qué ocurre desde que la luz entra en nuestros ojos hasta que el cerebro lo interpreta , todo ello para lograr la visión? ¿Cómo funciona el ojo por dentro?¿Qué papel tienen la luz, la retina y el cerebro? ¿Cómo se forman las imágenes?

Vanesa Sánchez



El cannabis como medicina: ¿qué dice la ciencia?

El uso médico del cannabis acaba de autorizarse en España. Hablaremos de la evidencia científica que ha hecho posible este cambio y contestaremos a todas esas preguntas que seguro te has hecho alguna vez: ¿para qué dolencias puede servir? ¿es seguro? ¿produce adicción?). Una explicación clara, accesible y sin prejuicios de por qué el cannabis ha entrado en la medicina.

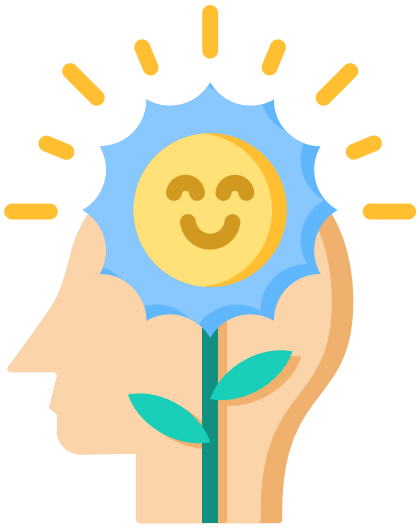
Cristina Sánchez García



Camino a los 100

En esta actividad descubriremos cómo tener una personalidad positiva puede mejorar nuestra salud física y psicológica. Compartiremos cuáles son las características de la personalidad que han ayudado a centenarios a vivir de forma saludable y cómo entrenarlas.

Lola Merino



Huesos que cuentan historias. El papel de los animales en las culturas del pasado

¿Sabías que los huesos de los animales pueden contarnos cómo vivían nuestros antepasados? Aprenderemos a interpretar los restos animales como pistas que nos ayudan a conocer las culturas, los hábitos y la vida cotidiana de las sociedades humanas.

Paula Sancho Pérez



UCC+i
UNIDAD DE CULTURA CIENTÍFICA

CONTACTA CON NOSOTRAS

Ana Casado/María Milán
Unidad de Cultura Científica y de la Innovación
Universidad Complutense de Madrid
C/ Doctor Severo Ochoa 7, 2ª planta, 28040, Madrid
(+34) 91 394 6448/6510
email: uccucm@ucm.es

https://www.ucm.es/otri/otri-cultura-cientifica

