

Subjekti	Plakja dhe të moshuarit		
Lloji	Lloji	Semestri	ECTS
	E DETYRUESHME (M)	2	4
Lektor	Dr. Linda Carkaxhiu		
Qëllimet dhe objektivat	Ky kurs do të ofrojë një pasqyrë të çështjeve që lidhen me plakjen, aspektet dhe faktorët kryesorë të tij dhe marrëdhëniet e tij me shëndetin publik. Ai do të shqyrtojë demografinë dhe epidemiologjinë e plakjes, do të diskutojë se si shikohet plakja në shoqëri sot, duke përfshirë mitet dhe stereotipet dhe do të shqyrtojë shkurtimisht teoritë e plakjes. Kursi do të mbulojë gjithashtu konceptin e plakjes së suksesshme, implikimet e sëmundjeve kronike dhe paaftësisë për shëndetin publik, nxitjen shëndetësore për të moshuarit dhe tema të tjera që janë në qendër të shëndetit publik në një shoqëri të moshuar.		
Përfundimet e të mësuarit	<p>Pas përfundimit të këtij moduli, studentët duhet të jenë në gjendje të:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kuptoni procesin e plakjes dhe gjendjen e të moshuarve në aspektet dhe implikimet e ndryshme të tij. • Përshkruani prirjet demografike bazë në plakjen e popullsisë. • Identifikoni përbërësit e plakjes, dhe faktorët kryesorë të sjelljes, sociale dhe mjedisore që ndikojnë në plakjen e suksesshme. • Shpjegoni rolin e sëmundjeve kronike dhe paaftësisë në jetën e të moshuarve • Krahasoni shëndetin publik, rrjetin e plakjes dhe shërbimet e kujdesit shëndetësor për të moshuarit. 		
Përmbajtja	Java	Temat	
	Prezantimi i syllabusit		
	1	Hyrje në kurs. Teoritë e plakjes.	
	2	Mitet dhe stereotipet e plakjes. Demografia dhe biologjia e plakjes.	
	3	Biologjia e plakjes. Barra e sëmundjeve kronike dhe vetë-administrimi.	
	4	Funksioni psikologjik dhe kognitiv në moshat e shtyra. Gjumi dhe mosha e shkuar	
	5	Çrregullime mendore tek personat e moshuar. Sëmundja e Alzheimerit dhe dhënia e kujdesit.	
	6	Funksioni kardiovaskular.	
	Seminar afatmesëm – 1		
	7	Funksionet pulmonare.	
	8	Funksioni gastrointestinal.	
	9	Plakje e suksesshme. Sjelljet shëndetësore dhe promovimi i shëndetit.	
	10	Zhvillimi fizik dhe rënia. Ndërhyrjet e aktivitetit fizik tek të moshuarit.	
11	Çështjet etike dhe aspektet sociale të shëndetit dhe plakjes		
12	Dhuna dhe abuzimi i të moshuarve. Kujdesi për fundin e jetës		
Seminar afatmesëm – 2			
Metodat e mësimdhënies/të mësuarit	Aktiviteti	Pesha (%)	
	Leksione	40 %	
	Kërkime	30 %	
	Mësimi i pavarur	30 %	
Metodat e vlerësimit	Metodat e vlerësimit:		
	Pjesëmarrje	10 %	
	a) Seminari afatmesëm -1	20 %	
	b) Seminari afatmesëm - 2	20 %	
	Provimi përfundimtar	50 %	

ECTS Ngarkesa e punës	Aktiviteti	Orë javore	Ngarkesa e punës
	Leksione	2	24
	Laboratori	1	12
	Mësimi i pavarur	n/a	44
	Përgatitja e provimit	n/a	20
Literatura	Taylor, A. W. (Ed.). (2021). <i>Physiology of exercise and healthy aging</i> . Human Kinetics. Frontera, W. R. (2018). Physical activity and rehabilitation in elderly. In <i>Rehabilitation medicine for elderly patients</i> (pp. 3-13). Springer, Cham.		
Standardet etike	Ky kurs ndjek Kodin e Etikës të Kolegjit UBT, duke kërkuar që të gjithë studentët të sillen në përputhje me këtë. Çdo rast i sjelljes së gabuar akademike, duke përfshirë por pa u kufizuar në mashtrim, plagjiaturë, apo forma të tjera të pandershmerisë, do të çojë në ndëshkime të rëndësishme si dështimi i vlerësimit specifik apo i gjithë kursit, si dhe masa të mëtejshme disiplinore në përputhje me politikat e integritetit akademik të Kolegjit UBT.		
Kontakt	linda.carkaxhiu@ubt-uni.net		