

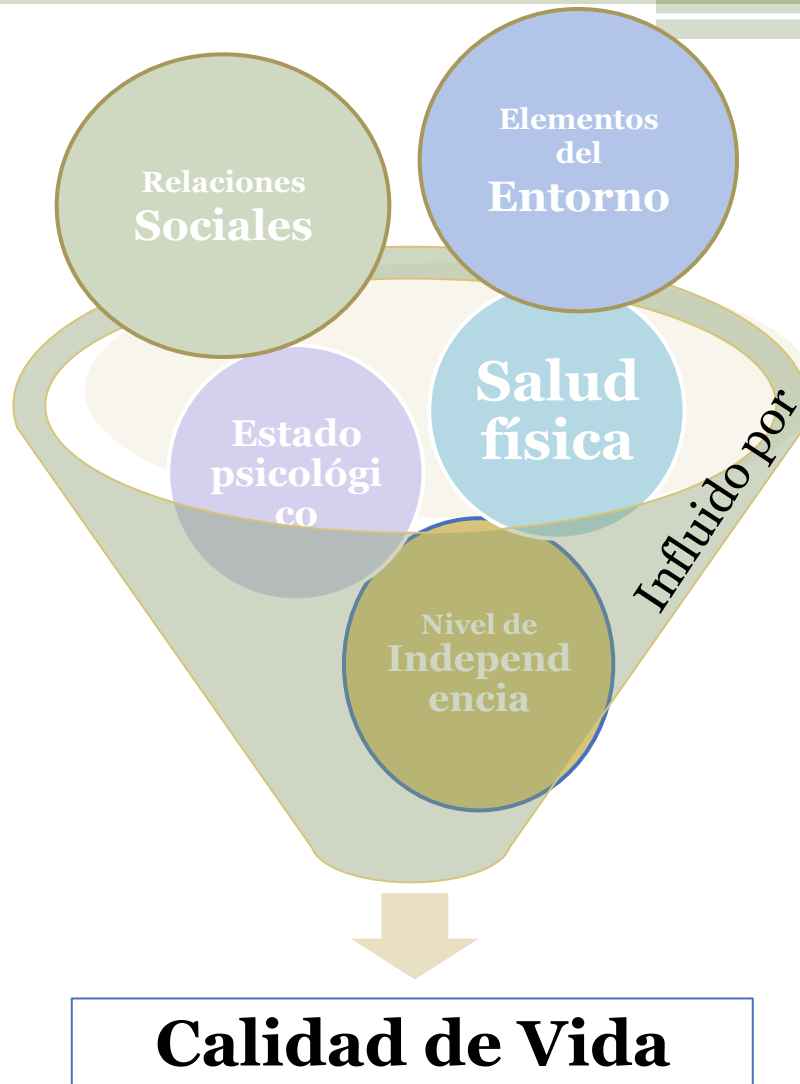


DIF  
Nacional

# Promoción de la calidad de vida y bienestar de las personas adultas mayores

Mtra. Martha Patricia Flores Ayón

# OMS



Es la **percepción** que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de cultura, del sistema de valores en los que vive y en relación con sus expectativas, sus normas y sus inquietudes.

**Salud:** estado completo de **bienestar** físico y social que tiene una persona. OMS

- La **salud física**, capacidad de una persona de **mantener el intercambio** y resolver lo que se plantea en esa interacción **con el medio**.
- La **salud mental**, el rendimiento óptimo de acuerdo a las **capacidades** que posee y al ámbito que la rodea. Radica en el equilibrio de la persona con su entorno y su posibilidad de resolución de conflictos.
- La **salud social**, posibilidad de convivir en un **equilibrio dinámico**, con la **satisfacción de sus necesidades** y aspiraciones.



- Desde el año 2000 la esperanza de vida ha registrado avances espectaculares, ha aumentado en 5 años, aunque persisten desigualdades sanitarias importantes en un mismo país y de un país a otro.

(*Estadísticas Sanitarias Mundiales, 2016*)

# OMS

- **Las cardiopatías, el cáncer, la diabetes y las neumopatías (Enfermedades No Transmisibles)** son las **principales causas de mortalidad en el mundo** y son **problemas de salud** que, en gran medida, **podrían haberse evitado**.
- En 2012, 38 millones de personas fallecieron por estas causas y de ellos, 16 millones (el 42%) fallecieron prematuramente —antes de los 70 años—
- Más del 80% vivían en países en desarrollo.

# ONU - OMS

Metas Mundiales contra  
las Enfermedades No  
Transmisibles para 2025.

## Objetivos de Desarrollo

**Sostenible: reducir** en un tercio  
**la mortalidad prematura por  
enfermedades no transmisibles**  
para 2030».

**2011**

ONU Asamblea Gral.

1ª Reunión sobre las  
Enf No Trans

**Obstáculo para el  
desarrollo**

**socioeconómico del  
siglo XXI**

**2014**

2ª Reunión  
de Alto Nivel  
sobre ENT

Progreso  
Deficiente y  
Desigual

**2015-16**

Actuaciones  
Inmediatas

**2016**

-Informe sobre el Control del Tabaco en la  
Región de las Américas

-Encuesta mundial para la Evaluación de  
la capacidad nacional para prevenir y  
tratar las enfermedades no transmisibles

-Informe de la Organización Mundial de la  
Salud del 18 de julio de 2016 Nueva  
York/Ginebra -

**2018**

Reunión  
para  
análisis de  
progresos

# Medidas tomadas en el mundo 2016

- El 60% de los países han establecido metas sujetas a plazos relativas a indicadores de las Enfermedades No Tr
- El 92% han integrado estas enfermedades en sus Planes Nacionales de Salud.
- 1ª medida fiscal: Los impuestos sobre el **tabaco** son la medida más adoptada en el 87% de los países.
- 2ª medida: El 80% de los países indican que han establecido impuestos que gravan el **alcohol**,
- 3ª y 4ª intervenciones más comunes son los impuestos sobre las **bebidas azucaradas** y sobre los **alimentos ricos en grasas, azúcar o sal**, que han impuesto el 18% y el 8% de los países, respectivamente.

# Plan Nacional de Desarrollo 2013-2018, Meta Nacional II “México Incluyente”

- **“El desarrollo social debe ser la prioridad** ya que muchos mexicanos se enfrentan a una serie de factores que los mantienen en círculos viciosos de desarrollo, dando cabida a la **discriminación y el limitado acceso a servicios de salud** a la población”
- **“Garantizar el ejercicio efectivo de los derechos sociales** de todos los mexicanos,... más allá del asistencialismo ...que disminuya las brechas de desigualdad y que promueva la más amplia
- **“Participación social en las políticas públicas** .... que garantice el derecho a la salud a todos los mexicanos y evite problemas inesperados de salud y afectaciones en la economía ...factor obstaculizante de su desarrollo.”
- **“... Llevar a cabo campañas de ... prevención, diagnóstico y tratamiento oportuno de las enfermedades,.....; fortalecer los mecanismos de anticipación y respuesta ante enfermedades emergentes ....**
- **Incluir a la cultura como un componente de las acciones y estrategias de prevención social.**
- **Crear un programa de actividad física y deporte** tendiente a disminuir los **índices de sobrepeso y obesidad.** Facilitar la práctica deportiva ...”



# ¿Cómo?

- Adoptar medidas para **proteger a la población de la exposición a:**
- **Consumo de tabaco,**
- **Consumo nocivo de alcohol,**
- **Alimentación No Saludable y**
- **Falta de ejercicio físico.**

## Prevención para favorecer el estado de salud en que se llegará a la edad madura

- **Existe** al alcance de la comunidad **información** y servicios de salud diseñados para identificar con oportunidad los padecimientos.
- Fomentar el auto cuidado, el envejecimiento activo y no posponer **la decisión** de atender las recomendaciones del personal de salud.
- Hacer **cambios oportunos al estilo de vida**, en la interacción social, la vida laboral y afectiva para disfrutar la última etapa de la vida.

# Estrategias sugeridas para la Implantación de una cultura de prevención y promoción de la salud.

- Que el personal conozca a detalle las Políticas Públicas que dan dirección al Estado.
- ***El auto cuidado debe empezar por el personal de salud para que la promoción de la salud se base en el ejemplo ¿Con qué argumentos educa quien no aplica lo que enseña?***
- Fortalecer acciones dirigidas al personal de salud.
- A los alumnos de pregrado que complementan su formación en las instituciones.
- A las personas mayores a quienes ya se brinda atención.
- A la familia de quien ya padece estas enfermedades.
- A las personas mayores que aún no acuden a las instituciones de salud localizarlas.

# Acciones institucionales de prevención y promoción de la salud relacionadas con la Enfermedades No Transmisibles

- Se trata de prevenir, retardar, detectar oportunamente y controlar la enfermedad y sus efectos .
- Mayor compromiso con la salud personal,
- Adecuada nutrición,
- Acondicionamiento físico,
- Correcto uso de medicamentos.



# Conclusión :

Es posible Influir para que mejore la calidad de vida de las personas de todas las generaciones.



Contrarrestar  
Influencias



DIF  
Nacional



# Tres pilares

- **Educación para la salud**, (Difusión, sensibilización, capacitación, evaluación )
- **Participación social y**
- **Empoderamiento**

- El nicho de oportunidad se identifica en la **población joven y adulta**, la sensibilización para el auto cuidado, la prevención, la detección temprana y controlar las complicaciones que



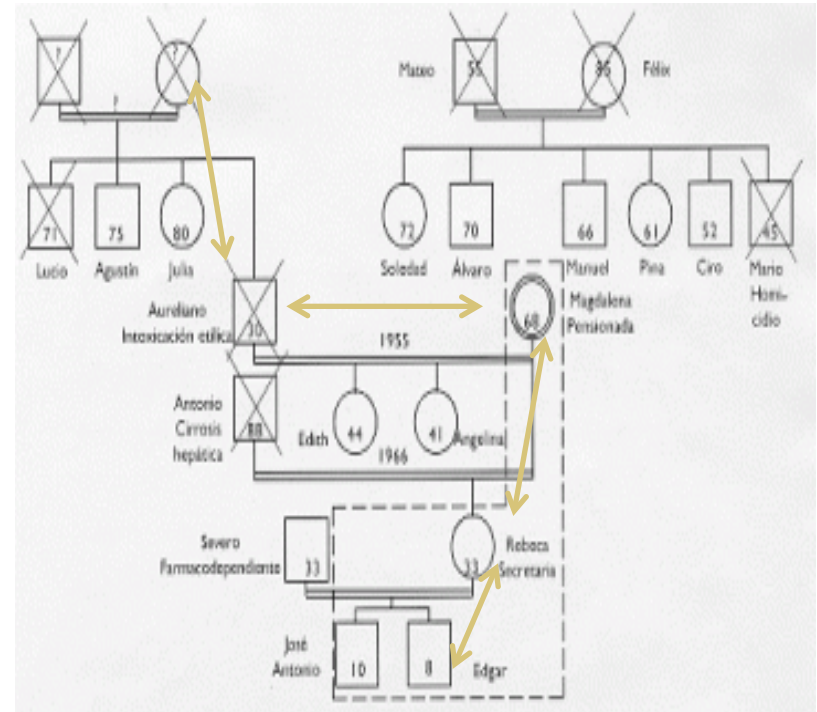
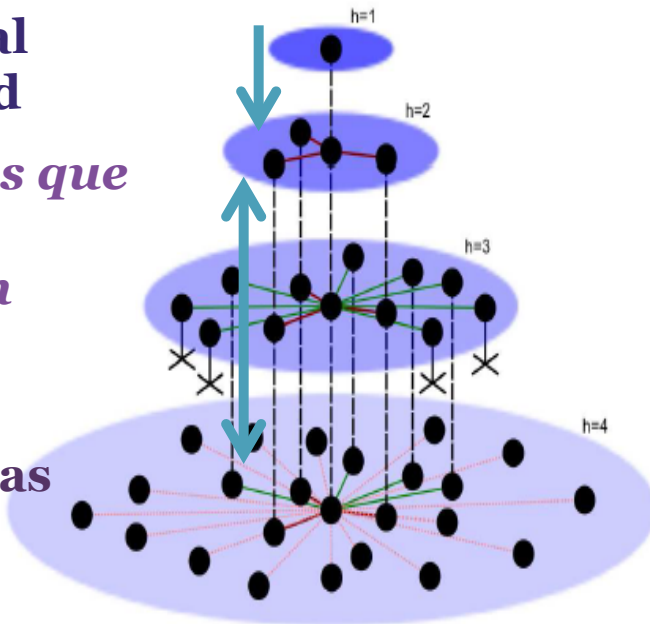
En será de control y seguimiento  
encia positiva en el grupo familiar ,  
de a las nuevas generaciones ante

- Desde una perspectiva sistémica **el personal de salud** influye en profesionales en formación y en pacientes, que a su vez influyen en su familia con un impacto exponencial.



# Promover la Intervención Sistémica: Al influir en una persona, se influye en quienes le rodean.

**Personal de Salud**  
*Personas que reciben atención médica*  
**Personas que le rodean**



Gero profilaxis: Escuela para Hijos

Las acciones de intergeneracionalidad, un vehículo para facilitar el ejercicio de los derechos humanos de las mujeres adultas mayores.

Enseñar a envejecer como una tarea social que involucra a todas las personas







# Referencias

- Manual de Prevención y Autocuidado para las Personas Adultas Mayores Gobierno del Distrito Federal. Secretaría de Desarrollo Social Dirección General de Equidad y Desarrollo Social. 1a. Ed. 2000. México
- <http://www.who.int/es/>
- Informe sobre el Control del Tabaco en la Región de las Américas 2014
- Encuesta mundial para la Evaluación de la capacidad nacional para prevenir y tratar las enfermedades no transmisibles
- Informe de la Organización Mundial de la Salud del 18 de julio de 2016 Nueva York/Ginebra
- Cumplimiento de los compromisos nacionales en relación con las ENT en 2015 y 2016 (preparación para una tercera Reunión de Alto Nivel sobre las ENT en 2018) Primera Reunión Mundial de la OMS de Directores y Gestores de Programas contra las ENT (Ginebra, 15-17 de febrero de 2016)
- OMS Informe sobre la Salud del Mundo 2003