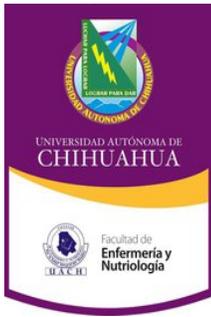


PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA
FACULTAD DE ENFERMERIA Y NUTRIOLOGIA
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD

PROGRAMA DE TRABAJO

Yesenia Lizeth Briseño Ozaeta

Pasante de Enfermería General

PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.

Programa del Adulto Mayor que elabora Yesenia Lizeth Briseño Ozaeta, matricula 218158, correspondiente a la promoción Agosto 2011 – Julio 2012, asignado al Centro Comunitario de Investigación en Salud FEN- UACH. Aprobado por:

Coordinadora General del CCIS FEN UACH

Lic. T.S Selene Montoya

LIC. Gabriel Santiestevan Rodríguez

Secretaria de Extensión y Difusión Cultural

Facultad de Enfermería y Nutriología

UACH

PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.

Programa del Adulto Mayor que elabora Yesenia Lizeth Briseño Ozaeta, matricula 218158, correspondiente a la promoción Agosto 2011 – Julio 2012, asignado al Centro Comunitario de Investigación en Salud FEN- UACH. Asesorado por:

Asesora Dra. Verónica Berumen

Fecha: _____ / _____ / _____

Introducción

El principal problema de los Adultos Mayores es siempre el mismo en cualquier lugar del mundo: vivir el máximo de tiempo con el máximo de calidad, conservando el rol que da sentido a la vida de la persona; deseo que se presenta mientras la vida vale más que la muerte, valoración que está intrínsecamente relacionada con las formas de vida en cada grupo. El ser humano no puede pensarse a sí mismo si no lo es como miembro de una colectividad que constituye su grupo de referencia y su grupo de pertenencia.

Se puede convenir que una vida con sentido es la que en principio tiene determinadas necesidades básicas satisfechas, entre ellas las sociales. Las tres necesidades básicas son:

- Pertenencia a un grupo
- De integración en el mismo
- De identificación con él

El envejecimiento es el conjunto de cambios que se producen en el organismo del hombre que conduce a la vejez. Se considera vejez, el periodo de vida que discurre a partir de los 65 años. El envejecimiento conlleva en las personas una serie de cambios, tanto físicos como psicológicos.

El adulto mayor pasa por una etapa de la vida que se considera como la última, en la que los proyectos de vida ya se han consumado, siendo posible poder disfrutar de lo que queda de vida con mayor tranquilidad.

ANTECEDENTES DEL CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD

El actual centro comunitario se inició como dispensario médico. La idea de crear un dispensario surgió en 1990, debido a que los vecinos de las colonias barrio del norte y paso del norte, vieron la necesidad de contar con una institución de este tipo. Los líderes de las colonias se organizaron y pidieron al gobierno del estado que los apoyara en la construcción del dispensario. El licenciado Fernando Baeza Meléndez delego esta tarea a una comisión, de la cual formaba parte en ese entonces el rector de la Universidad Autónoma de Chihuahua el Dr. Carlos Ochoa Ortega.

El rector asume que la UACH hará realidad dicho dispensario y delega esta tarea a las damas voluntarias de esta institución; Ellas realizan actividades para reunir los fondos necesarios para la construcción del dispensario que se inicio en 1990. La construcción es lenta y difícil, sin embargo, se siguió con la comunidad la cual participo activamente supliendo en ocasiones la mano de obra necesaria.

Finalmente el centro comunitario se terminó en agosto 1992. Una vez terminado se planteó la incógnita de quién estaría a cargo del dispensario. El rector Carlos Ochoa. Hablo con la Lic. Orbilia Molina (Dir. De la Facultad de Enfermería en ese entonces), llegándose a un acuerdo y firmándose un convenio por medio del cual la Facultad se comprometía a equipar el dispensario médico y administrarlo. La Facultad de Enfermería y Nutriología lo integro a su estructura orgánica con fines de investigación para ofrecer ayuda a la comunidad simultáneamente. Se firmó también un convenio con la SSA, la cual proporcionaría personal médico e insumos necesarios para dar una buena atención.

La primera directora del dispensario médico fue la Lic. Rosalba Ronquillo, la entonces directora inicio sus labores en 1994. Es hasta 1996 cuando se transforma en centro comunitario debido a que amplió sus servicios y por lo tanto dejo de ser un dispensario médico.

PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.

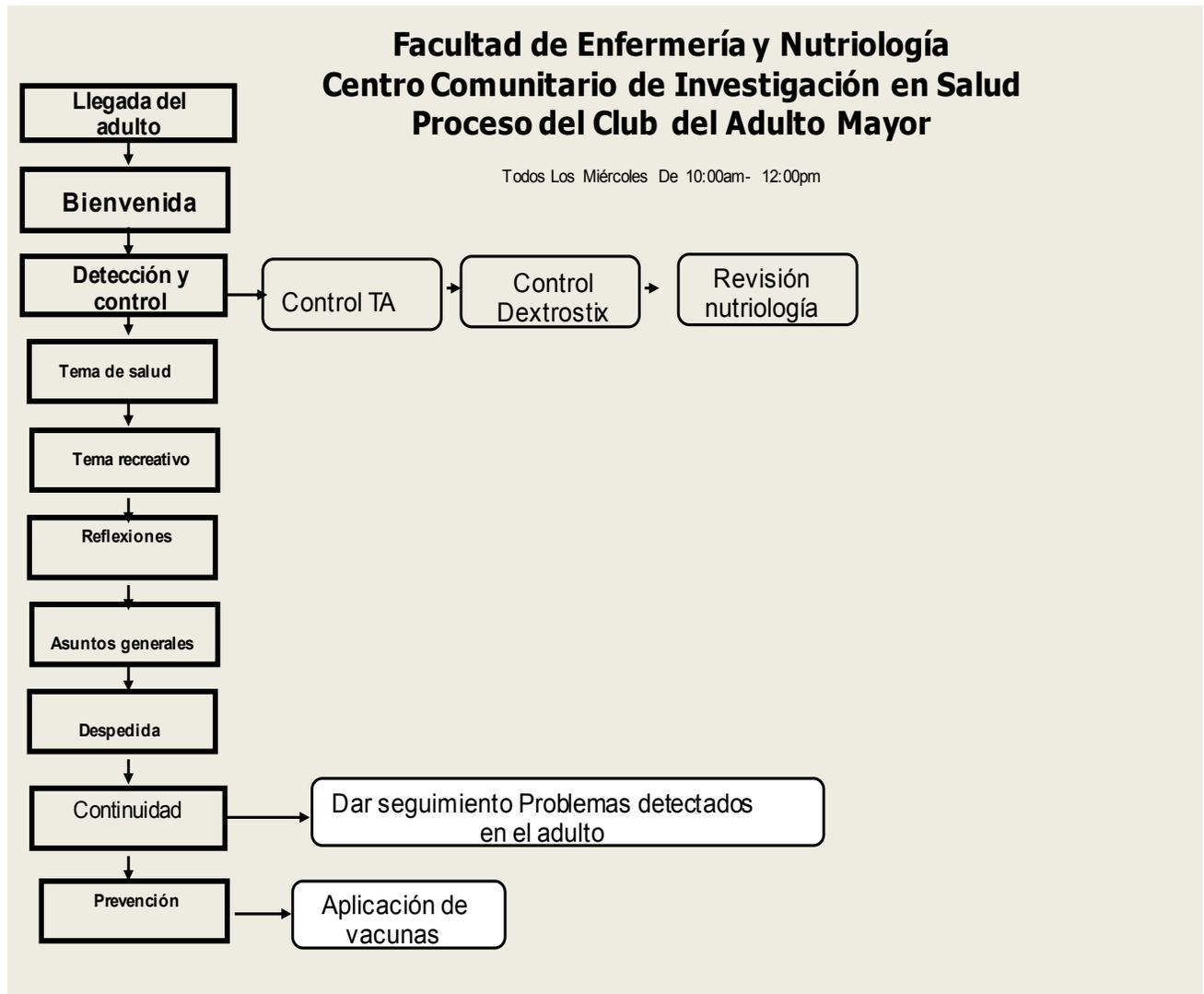
En la actualidad gracias al apoyo de la Directora a cargo Elvira Sáenz López el centro comunitario de Investigación en salud ha logrado un gran avance en recurso humano e infraestructura ya que se cuenta con un consultorio para cada disciplina y con el material suficiente y necesario para la atención en salud.

El Centro Comunitario de Investigación en Salud tiene entre sus actividades también el seguimientos nutricional de las personas, cursos de autoempleo para amas de casa o adultos mayores, implementación de los programas de planificación familiar, de control para el niño sano, de vacunación, así como la realización de platicas de concientización y prevención en escuelas respecto a los hábitos alimenticios y la salud bucal.

ANTECEDENTES DEL PROGRAMA

El actual grupo de adulto mayor inicio el 14 de febrero del 2003, integrado por 14 adultos mayores de las colonias del áreas de influencia del centro comunitario de investigación en salud, la coordinadora de este grupo es la Psicóloga Margarita Barraza Bujanda encargada de invitar a más personas a formar parte de este grupo, así se fueron integrando más adultos mayores y hasta el día de hoy son 30 adultos mayores.

El grupo ha pasado por diez generaciones de pasantes de los cuales se han encargado de llevar un trabajo en equipo multidisciplinario.



Justificación

El adulto mayor tiene la misma oportunidad de crecimiento, desarrollo, aprendizaje y el tener nuevas experiencias como cualquier otra etapa de la vida, así que debemos vivirla y respetarla como tal.

En México tenemos una percepción muy negativa de la vejez. Se piensa que es porque no se ha sabido valorar como etapa de vida, ni al adulto mayor como personas normales capaces, con intereses e inquietudes.

PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.

Hoy estamos acompañados de nuestros padres y abuelos durante más tiempo que en décadas pasadas y el grueso de los integrantes de las familias son jóvenes y adultos en lugar de niños. Este fenómeno de remplazo demográfico tiene múltiples significados para las familias pues mientras se disfruta de una mayor seguridad e integridad familiar, el incremento en la esperanza de vida de los adultos mayores impone demandas de cuidado y/o atención médica que impactan sobre diversos aspectos de la dinámica familiar, como son su organización, sus necesidades, las responsabilidades, grados de dependencia económica y asistencial.

En la actualidad existe un centro comunitario de investigación en salud el área de influencia abarca una considerable cantidad de adultos mayores, donde se pretende implementar un programa para un envejecimiento en plenitud, así como detecciones oportunas de problemas que rodean al adulto mayor.

Misión

Desarrollar un programa donde el adulto mayor llegue a la etapa de la vejez en plenitud, mediante técnicas de prevención, de Atención oportuna, impartiendo pláticas de concientización para que de esta manera conozca sus propias necesidades. Lo que corresponde a tenerlo informado de las enfermedades que puede llegar a tener a determinada edad así como sus riesgos, sintomatología y la forma de control.

Visión

Encaminar al grupo del adulto mayor a que se haga una fundación reconocida ante la C.C.I.S y el estado, con la ayuda del equipo multidisciplinario a realizar actividades recreativas como actividad física, buena promoción a la salud, al igual el sano esparcimiento, campañas educativas, convivencia social y familiar, enfatizando que con una vida activa, se logra ser útil e independiente.

Propósito

Lograr que el adulto mayor esté capacitado y consiente de los cuidados que debe tener respecto a su salud, que conozca los cambios físicos del cuerpo, las actividades que puede realizar y cómo prevenir lesiones que le afecten en la movilidad y psicológicamente, de igual manera en caso de presentar alguna incapacidad psicomotriz, pueda adaptarse a la sociedad, mediante estímulos grupales.

Objetivo general

Fortalecer y mejorar la capacidad de auto cuidado mediante campañas de información y difusión sobre las diferentes enfermedades y lesiones que puedan presentarse en las distintas etapas de la vida, siendo herramientas necesarias para que el adulto mayor adquiera o conserve sus capacidades mentales, mediante el cual sea el tratamiento preventivo para que no lleguen a caer en depresión o en el sedentarismo, e integrar a la familia.

Objetivos específicos

- Brindar una atención integral
- Proporcionar información enfatizadas al autocuidado y autoestima
- Crear la aceptación y conocimiento del envejecimiento como proceso evolutivo normal
- Promover la creatividad y productividad en la vejez
- Detección y atención de tensión arterial, dextroxtis
- Canalización al adulto mayor a especialistas según sea su necesidad.
- **Atender oportunamente los estados de fragilidad y necesidad entre las personas mayores.**
- **Informarles sobre el estilo de vida que pueden llevar, hábitos alimenticios para que favorezcan la salud del adulto mayor.**
- **Capacitarlas sobre el auto cuidado de las patologías mas frecuentes en el adulto mayor.**

PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.

Estrategias

Dichos objetivos se pretenden lograr mediante el uso de técnicas didácticas en cada sesión.

Metas

- Lograr que el 95% de los adultos mayores asistirán a las sesiones que se impartirán en cada sesión.
- El 85% de los adultos mayores tendrán una nueva perspectiva personal de sus capacidades.
- Lograr que el 90% del grupo participe en la realización de activación física para un mejoramiento respecto a la movilidad.

Organización:

Responsables del programa

P.E.G Laura Karina Rodríguez

P.E.G Yesenia Lizeth Briseño Ozaeta

Limites

Espacio: Club del Adulto Mayor, ubicado en las calles Manuel Aguilar y Luz María Navarro, en la colonia Barrio del Norte.

Tiempo: 01 de agosto del 2011 a julio del 2012.

Universo de trabajo: población de adultos mayores de 60 años y más.

Horario de actividades: miércoles de cada semana de 10:00 am a 12:00pm

PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.

Recursos humanos:

Enfermería General

Lic. Nutrición

Lic. Trabajo social

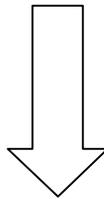
Lic. Psicología

Medico general

Cirujano Dentista

Temas del programa

Detectar	Prevenir	Controlar
Identificar signos de alarma por deterioro cognitivo y autoestima.	Proporcionarles las vacunas Antineumocócica, influenza, TD	Hacer dietas personales
Verificar el riesgo de TB tomando muestras para la Baciloscopías en presencia de tos con flemas.	Hacer una referencia sobre realizarse una mastografía para prevenir el cáncer de mama.	Tener un control de sus enfermedades crónico degenerativas dándoles tratamiento.

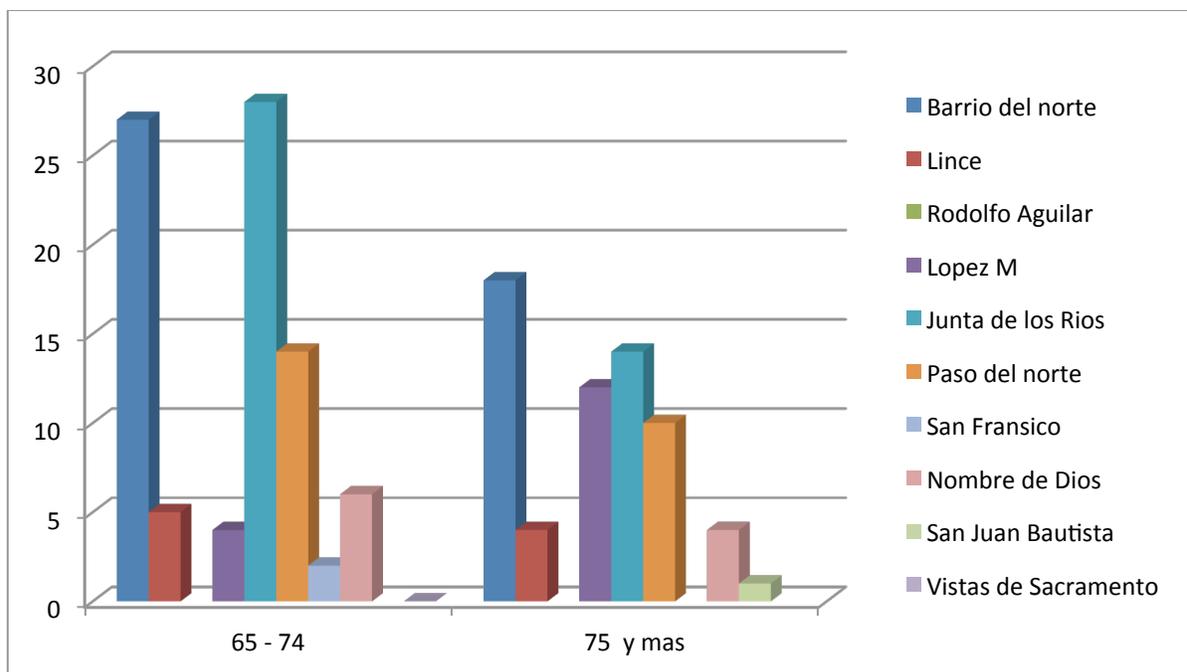


Educar	Promoción
Propiciar información del auto-cuidado de enfermedades crónico degenerativas. como identificar una deshidratación con en calor y que hacer en esos casos	Promover la activación física, al igual la prevención de accidentes, con un énfasis alas caídas Salud bocal

PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.

Cuadro1.1 Adultos Mayores que viven en colonias del área de influencia del Centro Comunitario de Investigación en Salud

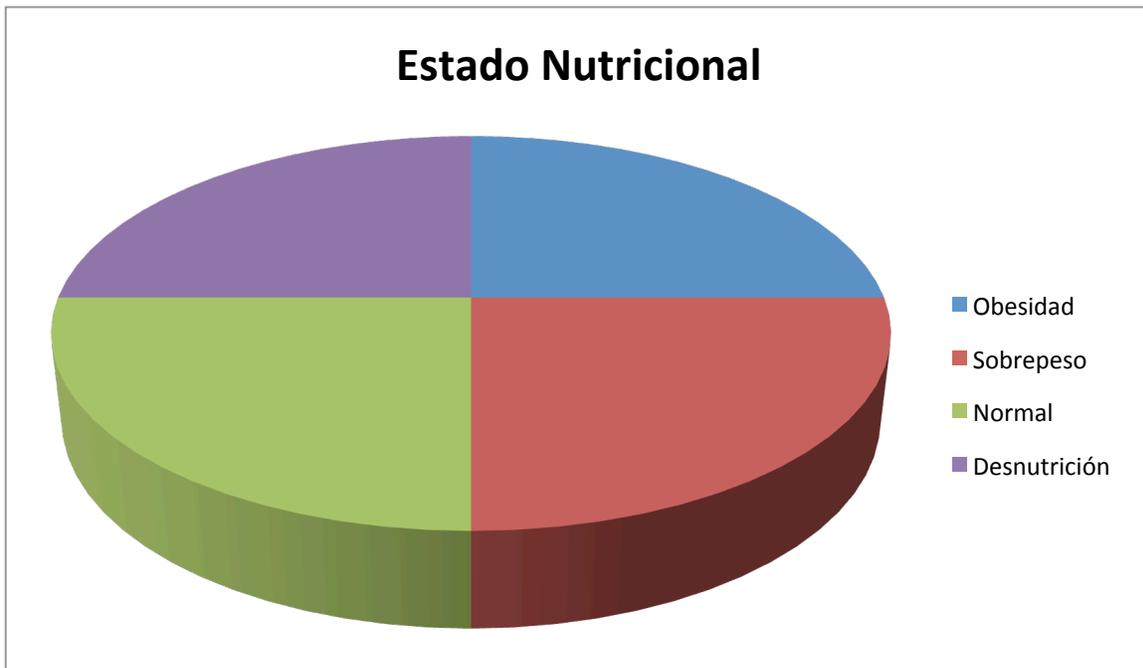
Colonias	Número de personas
Barrio del Norte	35
Lince	9
Rodolfo Aguilar	1
López Mateos	16
Junta de los Ríos	32
Paso del Norte	24
San Francisco	2
Nombre de Dios	10
San Juan Bautista	1
Vistas de Sacramento	0



Cuadro 1.2 personas del adulto Mayor estado nutricional

Estado nutricional	Número de personas
Obesidad	
Sobrepeso	
Normal	
Desnutrición	

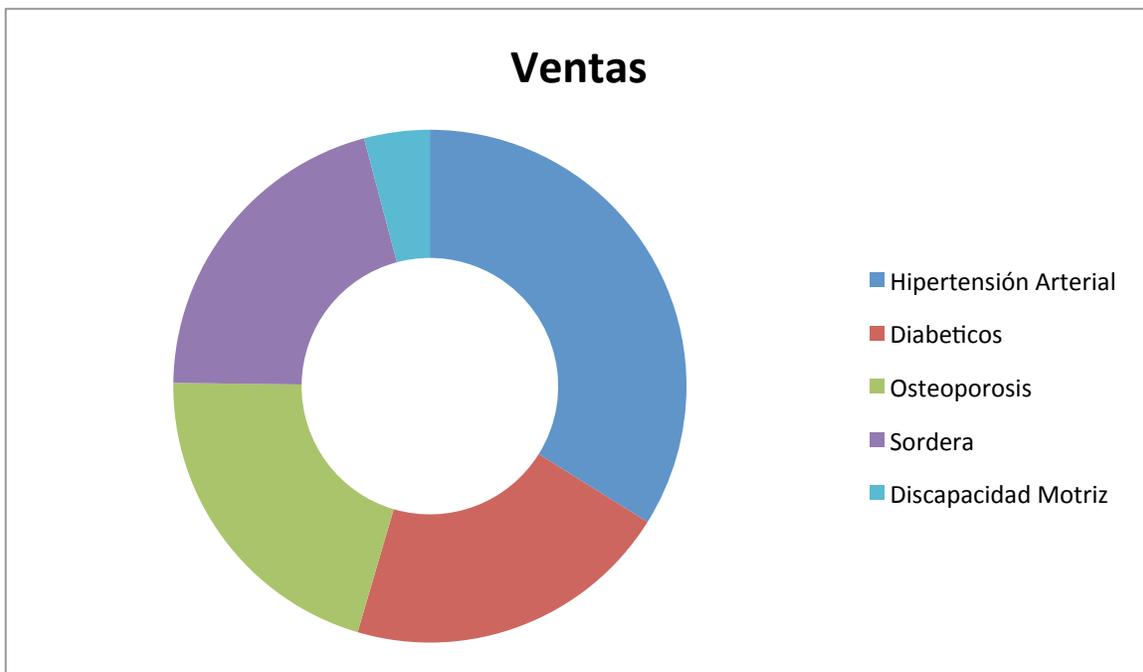
gr



PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.

Cuadro 1.3 Personas del Adulto Mayor que padecen alguna patología de las mas comunes

Patología	Número de personas
Hipertensión Arterial	
Diabéticos	
Osteoporosis	
Sordera	
Discapacidad Motriz	1



PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.

Bibliografía.

<http://bibliotecas.salud.gob.mx/gsd/collect/publin1/index/assoc/HASHd0ef.dir/doc.pdf>

Anexos:

Elaboración de antifaces



Exposición de “Herbolaria”



Entrega de crípticos de herbolaria



PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.

Festejo del “Día del abuelo”



Activación física



PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR AGOSTO 2011- JULIO 2012.
CENTRO COMUNITARIO DE INVESTIGACION EN SALUD FEN-UACH.

Festejo del 16 de septiembre

