ACTA N° 131

FECHA: Bogotá, 21 de marzo de 2024.

HORA: 2:00 pm -3:30 pm

LUGAR: Comunidad de Cuidado Tierra del Sol, plataforma Google.Meet.

TEMA: Eje de atención: familia, participación, redes y convivencia-Línea de atención Familias- Titulo de la actividad: Enfermedades propensas ciclo vital persona mayor, fortalecimiento acciones y compromisos institucionales.

ASISTENTES: Planilla de asistencia.

ORDEN DEL DÍA:

1. Introducción
2. Objetivos
3. Metodología
4. Materiales
5. Retroalimentación

DESARROLLO:

1. **Introducción:** La comunidad de Cuidado Tierra del Sol y su equipo interdisciplinario a través de proceso de concertación y dialogo logro la creación de un plan de atención institucional que trata de abordar conceptos y temáticas relacionados al conjunto de necesidades de los referentes familiares y las personas mayores, desde su proceso de adaptabilidad institucional , socialización y acciones de corresponsabilidad que permiten

ejecutar concretamente el bienestar en el participante, donde estado y sociedad interactúan y asumen roles protectores, estas actividades estarán orientadas el tercer jueves de cada mes buscando fortalecer conocimiento y dinámicas para un posible reintegro familiar.

2. **Objetivos:**

- Fortalecer conocimientos en cuanto a enfermedades prevalentes o mas comunes en las personas mayores, especialmente la invitación a conocer de primera mano procesos en salud desde los tramites y acompañamientos.
- Promover acciones de comunicación y asertividad de manera conjunta con las diferentes redes que participan del proceso de vida institucional a fin de garantizar un proceso colaborativo en pro y beneficio del participante.
- Abordar temas y conceptos desde la mitigación de imaginarios negativos relacionados al proceso de envejecimiento.
- Reforzar compromisos de los referentes familiares en orientación al acompañamiento institucional de manera frecuente.

3. Metodología:

Se genera un proceso de socialización a través del grupo de familias de WhatsApp de la Comunidad de Cuidado Tierra de sol donde se cita a los referentes a reunión mensual de manera virtual a través de plataforma Google.Meet informando fecha, temática y horarios para el desarrollo de la temática a abordar la cual se relaciona a las Enfermedades propensas ciclo vital persona mayor, fortalecimiento acciones y compromisos institucionales, esta reunión quedo programada para el día 21 de marzo de 2024.

Previo al inicio del espacio de reunión virtual con las diferentes redes familiares y sociales, se recuerda a través del grupo de WhatsApp los compromisos establecidos como un deber de participar activamente en los espacios de capacitación; se inicia el espacio generando un saludo ameno y cordial a los participantes (referentes) dándoles los temas a trabajar para la presente sesión que se desarrollan a continuación:

ENFERMEDADES PROPENSAS EN EL CICLO VITAL PERSONA MAYOR.

Dificultades cotidianas de los adultos mayores:

El deterioro físico derivado del proceso natural del envejecimiento,

asociado a la presencia de una o más enfermedades y al estilo de vida del individuo, puede provocar que los adultos mayores no consigan realizar por sí mismos las actividades más elementales de la vida diaria. Algunas de las actividades cotidianas en las que el adulto mayor encuentra dificultad para realizar son:

- Subir y bajar escaleras
- Aseo personal
- Vestirse
- Salir de la casa
- Apego a un tratamiento terapéutico
- Usar el teléfono
- Cocinar
- Asear la casa
- Moverse dentro de la casa • Lavar la ropa • Comer

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) se considera adulto mayor a cualquier persona mayor de 60 años. Algunos de ellos se consideran adultos mayores disfuncionales debido a que, a causa de los problemas naturales que conlleva el envejecimiento, necesitan ayuda para llevar a cabo sus actividades cotidianas. Además, las personas de la tercera edad son más vulnerables a diversas enfermedades y por lo tanto requieren una constante observación y atención médica. Por otra parte, debido al aumento en la esperanza de vida, al proceso natural de envejecimiento y a la vulnerabilidad física, social y psicológica se ha incrementado el número de padecimientos y sus complicaciones, con predominio de las enfermedades crónico-degenerativas, aunado a una vida más prolongada se presenta un detrimento de la calidad de la misma. Es importante considerar que es posible ser un adulto mayor saludable, ya que el envejecimiento es un proceso de cambios que tiene el organismo a través del tiempo y puede ser negativo o positivo, según.

Definición de envejecimiento:

- En general, la mayoría de especialistas en el tema definen el envejecimiento como las transformaciones físicas, metabólicas, mentales y funcionales que se producen a lo largo del tiempo, que comportan una disminución de la capacidad de adaptación a los cambios del entorno, y una mayor dificultad para mantener estable el medio interno. Esto lleva a un aumento de la vulnerabilidad y de la fragilidad. Este proceso es continuo, irreversible e inevitable, de manera que al final llega la muerte.

- En el tema definen el envejecimiento como las transformaciones físicas, metabólicas, mentales y funcionales que se producen a lo largo del tiempo, que comportan una disminución de la capacidad de adaptación a los cambios del entorno, y una mayor dificultad para mantener estable el medio interno. Esto lleva a un aumento de la vulnerabilidad y de la fragilidad. Este proceso es continuo, irreversible e inevitable, de manera que al final llega la muerte.
- Estos cambios inevitables se consideran “envejecimiento fisiológico”, a los que hemos de añadir los cambios que ocasionan los diferentes estilos de vida, el medio ambiente y las enfermedades padecidas, es decir el “envejecimiento patológico”. Este último es diferente para cada individuo y para cada órgano y sistema; nos da la “EDAD BIOLÓGICA O FUNCIONAL”, en contraposición con la “EDAD CRONOLÓGICA”. Todos conocemos a personas que representan una edad diferente de la suya, a veces más viejos, a veces más jóvenes.
- Envejecer no es una enfermedad, sino un cambio INSEPARABLE DE LA VIDA. En general se considera que se inicia al finalizar la fase de crecimiento y madurez de los individuos; al principio sus efectos son imperceptibles y van siendo más visibles con el paso del tiempo.
- Por convenio se considera AM a toda persona mayor de 65 años, que es la edad de jubilación; sin embargo, esta cifra es sólo orientativa a efectos administrativos, ya que es evidente la gran variabilidad de edad biológica, que es la importante para la MEDICINA Y LA PROMOCIÓN DE LA SALUD.

Se socializan algunas enfermedades de manera básica con los referentes familiares a través de diapositivas, especialmente desde el deterioro progresivo que pueden tener algunas personas mayores desde la valoración del médico tratante:

Fragilidad. Síndrome de la decaída

La fragilidad y el síndrome de la decaída o declive, es un conjunto de síntomas y signos clínicos que se caracterizan por la disminución de la capacidad de reserva de órganos y sistemas, que ocasiona en el individuo grandes pérdidas funcionales ante pequeños cambios.

Incontinencia urinaria

La incontinencia urinaria se considera uno de los principales síndromes geriátricos, y se define como la pérdida involuntaria de orina objetivamente demostrable.

Incontinencia fecal

La incontinencia fecal es la pérdida del control de las evacuaciones, que da como resultado el paso involuntario de las heces.

Alteraciones sensoriales

Durante el proceso de envejecimiento normal, y al igual que todos los tejidos, órganos y sistemas del organismo, los órganos de los sentidos también sufren una serie de cambios característicos

Artrosis

La artrosis es la enfermedad reumática más frecuente, y afecta de un modo gradualmente creciente a medida que aumenta la edad, y consiste en la destrucción o modificación patológica de las estructuras óseas relacionadas con una determinada articulación.

Polimialgia reumática y Arteritis de células gigantes

La Arteritis de Células Gigantes y la Polimialgia Reumática son dos entidades patológicas en estrecha relación: ambas afectan a las arterias medianas o grandes de todo el organismo.

Osteoporosis

La enfermedad que con más frecuencia afecta a los huesos de las personas ancianas es la Osteoporosis. Afecta con mayor incidencia a las mujeres que a los hombres, con una prevalencia que aumenta progresivamente con la edad

Deterioro cognitivo

Con el aumento de la edad, los datos indican que aumenta también la incidencia y la prevalencia de ciertos grados de deterioro cognitivo; esto es, un cierto deterioro en las funciones cognitivas

Depresión

La persona adulto mayor tiene una mayor fragilidad afectiva, por lo que el desencadenamiento de una depresión será más frecuente.

Enfermedad cerebrovascular

De gran incidencia en la ancianidad, esta enfermedad aumenta su frecuencia a partir de los 55 años, considerándose que más de dos tercios de los afectados por esta afección tiene una edad superior a los 65 años.

ABUSO Y MALTRATO EN LA VEJEZ

DEFINICIÓN. TIPOS DE MALTRATO

Dentro de la categoría general de "maltrato hacia las personas mayores" se incluyen varios tipos, destacando entre ellos el maltrato físico, psicológico, económico, sexual...

En el momento final de la actividad se cita el formato, compromisos familiares los cuales permiten colocar en contexto la importancia de favorecer un acompañamiento constante desde la institucionalización con:

- Acompañamiento a citas medicas y tramites de autorización y reclamación de medicamentos.
- Visitas frecuentes en medio institucional
- Solicitar salidas a medio familiar
- Acompañamientos Hospitalarios según disposición de la red familiar y social entre otros.

4. **Materiales:** Los materiales utilizados para el desarrollo de la actividad son el espacio de las oficinas profesionales, escritorio del área de trabajo social, medios audiovisuales como computador, celular y grupos de redes sociales, talento humano, documentos protocolos de la comunidad de cuidado, espacio virtual, diapositivas, actividad rompe hielo “Si yo fuera rico” entre otros materiales y herramientas conceptuales.

5. **Retroalimentación:**

La actividad desarrollada con las diferentes redes familiares y sociales permiten favorecer acciones de comunicación directa, donde se citan situaciones relevantes relacionales y de funcionamiento de la Comunidad de Cuidado, adicionalmente garantiza reforzar la participación constante y frecuente desde la corresponsabilidad Estado-familia como eje fundamental de atención y7 bienestar de las personas mayores, para la actualidad se garantizo socializar de manera general algunos conceptos enfocados en enfermedades prevalentes ene le ciclo vital, teniendo en cuenta las teorías del envejecimiento y el medio favorable para mitigar acciones desde las tipologías del maltrato.

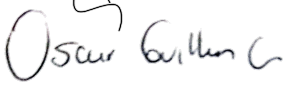
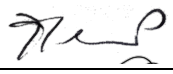
Es importante mencionar que para esta sesión se contó con una participación de 15 referentes familiares quienes refieren la necesidad de potenciar estos espacios orientados al llamado y capacitación de los cuidadores, mas aun fortalecer acciones territoriales y acciones en el autocuidado de sus familiares.

Compromisos:

Compromisos	**Responsables**	**Fecha de Ejecución**
Se programa reunión para el mes de marzo con las temáticas planteadas en el plan de atención institucional.	Equipo interdisciplinario.	Durante el proceso.
Los referentes familiares se comprometen a participar de estos espacios de capacitación.	Referentes familiares	Durante el proceso.

CONVOCATORIA.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	**Cargo o Tipo de vinculación**	**Dependencia**	**Firma**
RAQUEL PINTO SANCHEZ	COORDINADORA	CCC TIERRA DEL SOL	
OSCAR GUILLEN CARDONA	TRABAJADOR SOCIAL	CCC TIERRA DEL SOL	
RINA MILENA CASTILLO	PSICOLOGA	CCC TIERRA DEL SOL	

Anexos: Fotografías de la reunión de familias.

Elaboró: Oscar Guillen Cardona

REUNION REFERENTES FAMILIARES Y SOCIALES-COMPARTIR NAVIDEÑO MARZO DE 2024.



