



El capítulo de Medicina Familiar el Grupo Provincial de APS y la Universidad de Ciencias Médicas con sus Facultades de Ciencias Médicas del área norte y sur de la provincia Ciego de Ávila.

Ofrece online el:

Curso 2: Enfoque del curso de vida y envejecimiento activo.

Total de horas: 158

Créditos: 5

Profesores: Dra. Mayra Cristina Quiñones Rodríguez.

M S. c. en APS. Esp Sdo Grado en MGI

Profesor Consultante.

Dr Emilio Manuel Delgado Martínez.

M S. c. en Longevidad Satisfactoria. Esp Sdo Grado en Ortopedia y

Traumatología. Esp de primer grado en Administración de salud.

Profesor Consultante.

Fundamentación:

El envejecimiento de la población es uno de los mayores triunfos de la humanidad y también uno de nuestros mayores desafíos. En 1950 había aproximadamente 200 millones de personas mayores de 60 años en todo el mundo; para el año 2025, el número de personas con más de 60 años se espera que alcance los 1,200 millones y en el 2050, los 2 millones, el 80 por ciento de ellas viviendo en los países subdesarrollados.<sup>1</sup>

En la actualidad, el envejecimiento poblacional constituye uno de los temas que acapara la atención de la sociedad cubana. Según los resultados del Censo de Población y Vivienda de 2012 el grupo de personas de 60 años y más representa el 18,3% de la población total del país (2 041 392 adultos mayores). En la edición de la ONEI, mayo 2023 reportan que al cierre del 2022 el grado de envejecimiento reflejaba para Cuba un 22, 3% con dos millones 478 mil 087 personas, lo que significa que en que en 20 años el grado de envejecimiento creció en 7,7 puntos porcentuales consolidándose el país como uno de los más envejecidos de América Latina. Se predice que hacia el 2045 se superen los tres millones y medio de personas adultas mayores.<sup>2</sup>

La esperanza de vida al nacer (EVN) en Cuba, según los cálculos realizados para el período 2011-2013; es de 78,45 años para ambos sexos. Los hombres cubanos tienen una EVN de 76,5 años, en tanto para las mujeres es de 80,4 años. Estos valores sitúan a Cuba entre los países de más alta EVN en el ámbito internacional.<sup>3</sup>

La buena salud debe ser un aspecto esencial de la respuesta de la sociedad ante el envejecimiento de la población. Asegurar que las personas tengan vidas no



solamente más largas, sino también más saludables, redundará en mayores oportunidades y menores costos para los adultos mayores, sus familias y la sociedad.

Entre los desafíos de una población que envejece propuestos por la Organización Mundial de la Salud (OMS), cabe mencionar: la doble carga de la enfermedad, el mayor riesgo de discapacidad, la organización de la asistencia, la feminización del envejecimiento, la inequidad, la economía de los adultos mayores y la forja de un nuevo paradigma.

¿Por qué se hace necesario empoderar al primer nivel de atención en temas relacionados con enfoque de vida y el envejecimiento activo ?

¿Cuál es el impacto del envejecimiento sobre la salud pública y la organización de los servicios de salud?:

- Aumento en la prevalencia de enfermedades no transmisibles (ENTs) y concentración de ellas en la etapa final de la vida.
- Mayor complejidad en la presentación de los problemas de salud.
- Mayor tiempo con status de enfermo y acumulación de enfermedades en el mismo sujeto.
- Mejor supervivencia a eventos vitales, pero quedando enfermo y discapacitado.
- Mayor tiempo de dedicación de los equipos de salud a los adultos mayores.
- Mayor complejidad en las soluciones con elevada demanda de acciones multidisciplinarias.
- La organización de los servicios ya no dependen del concepto clásico de enfermedad.
- Las demandas de servicios de larga duración comienzan a ser mayores que las de servicios de corta duración.
- Las necesidades integradas y continuas de servicios son indispensables en la organización moderna.
- Una disociación importante entre estos escenarios y los conocimientos de pregrado y postgrado recibidos.
- No abordaje del envejecimiento como una determinante social.

#### Objetivo:

Habilitar a los profesionales del primer nivel de atención con herramientas que le permitan prestar una atención de calidad para los adultos mayores.

#### Contenido.

Núcleos de conocimientos:

Principios generales del envejecimiento

Invariante de habilidad:

Aprehender las principales habilidades y destrezas que favorecen a la promoción del cuidado hacia la salud del adulto mayor.

Fomentar en las personas que tienen la responsabilidad directa de la atención y manejo del adulto mayor, los conocimientos necesarios sobre la identificación de sus principales problemas de salud y el método de afrontamiento.



Sistema de valores:

Ética profesional, disciplina, honestidad, creatividad, responsabilidad.

Distribución del fondo de tiempo por temas y formas de enseñanza-aprendizaje.

No	Tema	Horas					
		Virtuales				TI	Total
		CO	CP	E	TP		
I	El envejecimiento concepto. Causas fundamentales del envejecimiento progresivo.	2	4	2	10	40	50
II	Enfoque de curso de vida. Concepto. Curso de vida versus etapas de vida. Estadios y enfoques de curso de vida. Enfoque del curso de vida y los determinantes sociales de la salud.	2	6	2	10	50	60
III	Envejecimiento saludable y activo. ¿Qué se necesita para lograrlo?	2	24	2	28	30	48
Total		6	34	6	48	110	158

CO: Conferencias orientadoras VIRTUAL, CP: clase práctica. E: Evaluación

TO: Total de horas presenciales; TI: Horas de trabajo independiente, Total: total de horas

## PLAN TEMÁTICO

Tema I El envejecimiento concepto. Causas fundamentales del envejecimiento progresivo

Objetivo:

- Describir los principios generales del envejecimiento, así como los aspectos biomédicos y psicosociales del mismo.

Contenido.

Sistema de conocimientos:

- Teorización sobre los principios generales del envejecimiento, así como los aspectos biomédicos y psicosociales del mismo, los determinantes del



proceso salud-enfermedad en los adultos mayores y el trabajo en equipo  
Sistema de habilidades:

- Darle herramienta a los posgradista del papel que juegan en la atención al adulto mayor su familia y en los diferentes escenario donde se relacionan

Tema 2 . Enfoque de curso de vida. Concepto. Curso de vida versus etapas de vida. Estadios y enfoques de curso de vida. Enfoque del curso de vida y los determinantes sociales de la salud.

Objetivo: Revisar sobre enfoque de curso de vida. Concepto. Curso de vida versus etapas de vida. Estadios y enfoques de curso de vida. Enfoque del curso de vida y los determinantes sociales de la salud para un envejecimiento activo.

Contenido.

Sistema de conocimientos:

Dominar y explicar los conceptos de curso de vida, sus enfoques y los determinantes sociales .

Sistema de habilidades:

Crear habilidades en los posgradistas para manejar la el enfoque de vida.

Tema 3 Envejecimiento saludable y activo. ¿Qué se necesita para lograrlo?

Objetivo:

Orientar a los posgradistas sobre el envejecimiento activo y las herramientas necesaria para lograrlo desde la propia comunidad.

Contenido.

Sistema de conocimientos:

Acción intersectorial. Participación. Seguridad.

Prevenir y reducir la carga del exceso de discapacidades, enfermedades crónicas y mortalidad prematura.

Reducir los factores de riesgo relacionados con las causas de enfermedades importantes y aumentar los factores que protegen la salud durante el curso de vida.

Sistema de habilidades:



Crear habilidades en los posgradista para orientar adecuadamente y trabajar a partir de los consejos locales de salud por un envejecimiento activo. Elaborar políticas publicas desde los consejos que favorezcan al adulto mayor.

#### Metodología:

El curso se desarrolla con un carácter virtual, clases: conferencias orientadoras que culminaran con la orientación de técnicas participativas y de animación que utilizaran los posgradista en sus escenarios de trabajo con los adultos mayores y teóricas prácticas, en los que se intercambien experiencias entre los profesionales matriculados vía WSP , donde cada uno de los participantes aprenda haciendo las técnicas y utilizando las herramientas del aprendizaje vivencial y la entrevista motivacional direccionada a los gerontes.

#### Sistema de evaluación:

Se evaluará de manera frecuente la participación en el curso. La evaluación final consistirá en redactar en una cuartilla teniendo en cuenta lo aprendido en la conferencia

Dentro del enfoque de curso de vida para el envejecimiento activo es importante incorporar la influencia de los determinantes sociales de la salud, ya que no sólo son capaces de llevar a la enfermedad y muerte, sino que también son decisivos para construir la salud.

Ejemplifiquen en una cuartilla, como se evidencia esta afirmación desde sus escenarios de trabajo en relación a los adultos mayores.

Se asumirá como nota final del curso, la que otorguen los profesores que imparten el curso, considerándose como aprobado la calificación de Bien.

#### Perfil del egresado y habilidades

Los egresados del curso estarán capacitados para implementar los conocimientos y mejorar la atención de los gerontes en sus escenarios de trabajo.

#### Habilidades

El curso está diseñado para dotar a los posgradista de un conjunto de habilidades que pueden ser aplicadas en el manejo del adulto mayor.



Los medios de enseñanza. Celular y 4g

El sistema de evaluación contempla evaluaciones formativas y certificativas.

Las principales modalidades en las que se efectuará esta evaluación son:

- La asistencia y participación a no menos del 80% de las actividades docentes desarrolladas.
- La presentación y defensa de trabajos independientes.

Escala de calificación:

90 - 100 = Excelente

89 - 80 = Bien

79 - 70 = Aprobado

69 y - = Desaprobado

Documentos de control administrativo

- Evaluación de proceso
- Acta de Evaluación informe final

Bibliografía

Básica:

Bibliografía básica:

Construir la salud a lo largo del curso de vida. Conceptos, implicaciones y aplicación en la salud pública. Washington, DC: OPS; 2021. Pag: 2-4, 25-36 y 92-102.

Complementaria:

### 1 Bibliografía complementaria.

Video: "El abordaje de curso de vida para la salud pública".

[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=20&v=VQI4BIsIORk](https://www.youtube.com/watch?time_continue=20&v=VQI4BIsIORk)

2. Presentación en power point del curso