

Volumen 3. Número 5.
Julio 2020

Boletín

Instituto Nacional
de Geriátría



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



**INSTITUTO
NACIONAL
DE GERIATRÍA**

Índice



DIRECTORIO

Instituto Nacional de Geriátría

Luis Miguel Gutiérrez Robledo
Director General

María del Carmen García Peña
Directora de Investigación

Arturo Avila Avila
Director de Enseñanza

Omar Castillo Hernández
Subdirección de Planeación y vinculación

Erika Plata Córdoba
Subdirección de Administración

Lourdes Avila Alva
Subdirección de Investigación Biomédica

Raúl Hernán Medina Campos
Subdirección de Investigación Epidemiológica Geriátrica

María Isabel Negrete Redondo
Subdirección de Formación Académica

Mónica del Carmen Vargas López
Subdirección de Desarrollo y Extensión Académica

Boletín INGER

Coordinación General
Mónica del C. Vargas López

Coordinación editorial
Claudia F. Bocanegra García

Diseño editorial / Ilustración
Brayan Reyes Cedeño

Colaboradores Externos
Juan Manuel Coronel

Noticias INGER

Pag. 4

- Firman convenio INGER y DIF Estado de México para colaborar en enseñanza y difusión de información sobre COVID-19 en residencias de personas mayores

Hablemos de...

- Distanciamiento social genera más riesgo para las personas mayores de sufrir maltrato en el ámbito domiciliario

Pag. 10

- Vital que en México se continúe la investigación de métodos diagnósticos no invasivos para la enfermedad de Alzheimer

Pag. 14

Temas de medicina geriátrica

- Estudios muestran que personas mayores sufren menos depresión y ansiedad que jóvenes durante la pandemia COVID-19

Pag. 20

Investigación INGER

- La gerociencia enfocada en la genómica será una herramienta fundamental en el estudio al envejecimiento

Pag. 24

Nuestras publicaciones

- Nuestras recomendaciones

Pag. 28

- Cultura
Amour




Pag. 29
Pag. 30

Noticias sobre envejecimiento y salud

Pag. 31

Información de interes

Pag. 32

gob.mx <http://www.geriatria.salud.gob.mx>
 [/institutonacionaldegeriatria.mexico](#)
 [@Geriatriamexico](#)
 [/Geriatriamx](#)





Firman convenio INGER y DIF Estado de México para colaborar en enseñanza y difusión de información sobre COVID-19 en residencias de personas mayores

Por: Dirección de Enseñanza y Divulgación del Instituto Nacional de Geriátria.

El INGER presentó a nivel nacional el Curso COVID-19 y Residencias de Personas Adultas Mayores que se impartirá del primero al 14 de junio a 130 participantes del Estado de México.

El Director General del Instituto Nacional de Geriátría (INGER), Luis Miguel Gutiérrez Robledo, y el Director General del DIF Estado de México (DIFEM), el maestro Miguel Ángel Torres Cabello, firmaron el convenio de colaboración en enseñanza y divulgación para brindar capacitación e información a residencias para personas mayores en el Estado de México.

“El convenio es el primero que firmamos con un estado de la República y con este formalizamos un trabajo constante para fortalecer los cuidados de las personas mayores. Iniciamos dentro de la coyuntura de la pandemia con una capacitación sobre el control de infecciones y enfermedades. Así, deseamos tener una primera aproximación que derive en más acciones de mejora de la calidad con una visión de largo plazo y que permitan tener un impacto a nivel nacional”, explicó el doctor Gutiérrez Robledo, director del INGER.

El convenio tiene por objetivo estrechar relaciones, sumar esfuerzos y establecer normas amplias de actuación en beneficio de las personas mayores residentes en el Estado de México. De igual manera, se desea construir compromisos y mecanismos de colaboración en el campo de la enseñanza, divulgación del conocimiento y formación de recursos humanos en materia de envejecimiento y salud. De esta forma, se plantea lograr acciones conjuntas de capacitación, asesorías, intercambio de profesionales en la salud y otras más que contribuyan en el desarrollo académico, científico y de tecnología.

Por su parte, el maestro Torres Cabello refirió que se trata de un convenio relevante para el DIFEM que le permitirá estar a la vanguardia en la atención a las personas mayores y establecer compromisos en la capacitación del personal que atiende a este grupo poblacional.

De acuerdo con el Consejo Nacional de Población (CONAPO) en 2019 el Estado de México tenía una población de 1 millón 807 mil 74 personas mayores; 826 mil 125 hombres y 980 mil 949 mujeres. En términos porcentuales este grupo representa 10.48 por ciento del total de la población estatal. Se estima que para el año 2030, 15 de cada 100 mexiquense serán mayores de 60 años. Esto resulta crucial debido a que el DIFEM cuenta con 125 sistemas municipales para la atención a personas mayores y tiene a su cargo 37 residencias para su cuidado.

Dentro de las necesidades de las residencias, los especialistas refirieron que la principal y más apremiante es la profesionalización del personal que atiende a las personas mayores.

“La labor de enseñanza y divulgación es clave porque las residencias enfrentan deficiencias en cuanto a la profesionalización y capacitación entre sus trabajadores. Esto afecta mucho la calidad de la atención a las personas mayores y además genera mucha rotación de personal, lo que también contribuye al deterioro del servicio”, refirió el médico geriatra Gutiérrez Robledo.



Como parte del convenio, el INGER presentó a nivel nacional el Curso a distancia COVID-19 y Residencias de Personas Adultas Mayores que se impartirá del primero al 14 de julio a 130 participantes del DIF del Estado de México.

“El curso se realizó por colaboradores del INGER con la información más pertinente sobre las residencias y pensado en el personal que trabaja en la atención a personas mayores. Necesitamos que el personal esté preparado para evitar que llegue el COVID-19. En caso de tener brotes, también deben estar en posibilidad de minimizar el impacto”, explicó el geriatra Eduardo Sosa-Tinoco del INGER.

El DIFEM cuenta con 125 sistemas municipales para la atención a personas mayores y tiene a su cargo 37 residencias en donde se proporcionan cuidados de largo plazo.

Aunado a estas actividades, se llevó a cabo un Conversatorio sobre COVID-19 y Residencias de Personas Mayores en el cual se mostró la importancia de medir la preparación y respuesta de estos establecimientos frente a la pandemia y la relevancia de la enseñanza para los especialistas en la pandemia.

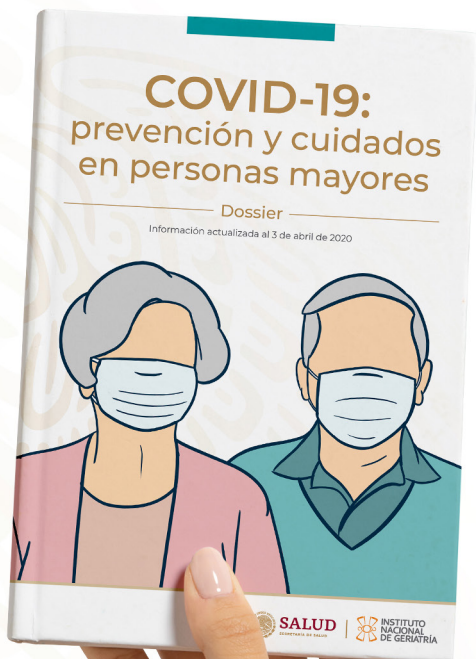
Los ponentes del INGER fueron la doctora María del Carmen García Peña, Directora de Investigación del Instituto, quien profundizó en la relevancia de la investigación ante la pandemia del COVID-19; el doctor Raúl Hernán Medina Campos, Subdirector de Investigación Epidemiológica Geriátrica, con la medición de la preparación y respuesta la pandemia de COVID-19 en instituciones de largo plazo en México; el doctor Arturo Avila Avila, director de Enseñanza y Divulgación del INGER, quien reseñó la importancia de la enseñanza y divulgación ante la pandemia del COVID-19, así como presentó los resultados obtenidos durante la crisis generada por este fenómeno; por último, la doctora Mariana López Ortega, investigadora del INGER, presentó la estrategia para la prevención y el control de COVID-19 en Instituciones de cuidados a largo plazo basada en delimitación explícita de zonas de riesgo.



Te invitamos a consultar y compartir nuestro dossier

COVID-19: prevención y cuidados en personas mayores

- Estrategias para prevenir la transmisión de COVID-19 en residencias de personas mayores
- Infografías
- Recomendaciones de ejercicios respiratorios y para la readaptación a las actividades de la vida diaria



Ingresa a:

www.geriatria.salud.gob.mx

y consulta la sección “Publicaciones”



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



**INSTITUTO
NACIONAL
DE GERIATRÍA**



geriatria.salud.gob.mx

Estudios realizados por la doctora Giraldo Rodríguez muestran que en México la prevalencia de este flagelo fue del 19.5 por ciento. El tipo de maltrato más recurrente fue el psicológico.



Distanciamiento social genera más riesgo para las personas mayores de sufrir maltrato en el ámbito domiciliario

Por: Dirección de Enseñanza y Divulgación del Instituto Nacional de Geriátría.

Las medidas de distanciamiento social frente al COVID-19 pueden generar más dependencia y vulnerabilidad en las personas mayores, factores de riesgo que aumentan la probabilidad de que sufran maltrato y discriminación en el ámbito domiciliario y social, aseguró la doctora Martha Liliana Giraldo Rodríguez.

La especialista del Instituto Nacional de Geriátría (INGER) refirió que estos dos factores de riesgo se han agudizado en los últimos meses. En primer lugar, las personas mayores se ven orilladas a depender de las personas a su alrededor para realizar acciones de la vida diaria como acudir por sus medicamentos, realizar sus compras o pagar sus servicios. Esta situación los coloca en una situación de vulnerabilidad social.

“Los estudios han demostrado que las personas que tienen dificultades para realizar sus actividades de la vida diaria tienen una mayor prevalencia de maltrato. Nosotros inferimos que las medidas de distanciamiento aumentan o crean mayor dependencia, entonces puede existir mayor vulnerabilidad y más situaciones de maltrato”, explicó la doctora Giraldo Rodríguez.

Por otro lado, el confinamiento se basa en medidas que conllevan a mayor aislamiento social de las personas mayores. En muchos estudios, este factor ha sido asociado también al maltrato de este grupo poblacional. Durante los últimos meses, se cerraron los centros de día en donde los adultos socializaban y podían compartir experiencias de vida. Ahora, han enfrentado el confinamiento en casa, al igual que sus familias. En muchas ocasiones, este aislamiento va de la mano con el hacinamiento en espacios pequeños.

“Las personas ahora están en espacios reducidos con un mayor número de personas. Ahora conviven con estrés, angustia y miedo e incertidumbre. Eso está demostrado que ha aumentado la violencia doméstica y dentro de esta está el maltrato hacia las personas mayores”, refirió.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el maltrato como la acción única o repetida, o la falta de la respuesta apropiada que ocurre dentro de cualquier relación donde exista una expectativa de confianza y la cual produce daño o angustia a una persona mayor.

Estudios realizados por la doctora Giraldo Rodríguez muestran que en México la prevalencia de este flagelo es del 19.5 por ciento. El tipo de maltrato más recurrente es el psicológico (16.2 por ciento), seguido del abuso económico o explotación financiera (4.4 por ciento), el maltrato físico (3.8 por ciento), la negligencia (2.1 por ciento) y el abuso sexual (0.8 por ciento). La prevalencia del maltrato a las mujeres mayores es de 19.8 por ciento y a los hombres de 19.

Los datos muestran diferencias importantes en cuanto al sexo y el tipo de maltrato reportado: las mujeres presentan una mayor prevalencia de maltrato psicológico (18 por ciento), negligencia (2.7 por ciento) y abuso sexual (0.9 por ciento). En el caso de los hombres, es mayor la prevalencia del abuso económico o explotación financiera y del maltrato físico.

El maltrato ha sido reconocido también como un importante problema de salud pública con consecuencias graves y efectos de largo alcance en la vida de las personas que lo sufren. Se ha logrado constatar que esta actitud hacia las generaciones mayores se asocia con una significativa morbilidad y menor supervivencia de las personas que la sufren.

La dependencia, el aislamiento y el deterioro cognitivo son factores de riesgo para que las personas mayores puedan experimentar maltrato. Estos factores han estado presentes durante los meses de pandemia en nuestra sociedad.

La doctora en Ciencias de la Salud Colectiva por la Universidad Autónoma Metropolitana, refirió que un último factor de riesgo es el deterioro cognitivo de las personas mayores.

“Las personas mayores que sufren un deterioro cognitivo pueden no apearse a las medidas de prevención como el lavado de manos o el uso de tapabocas. En diferentes estudios se ha documentado que los hombres, debido a los procesos sociales de la masculinidad, cuidan poco su salud. Este tipo de situaciones genera relaciones tensas con los cuidadores y puede derivar en maltrato”, aseguró.

La especialista del INGER advirtió que la pandemia por COVID-19 ha intensificado la discriminación y la estigmatización debido a la edad. Ante esta situación, se deberá realizar un trabajo continuo para generar estrategias que logren eliminar estas impresiones sobre las personas mayores.



Vital que en México se continúe la investigación de métodos diagnósticos no invasivos para la enfermedad de Alzheimer

Por: Dirección de Enseñanza y Divulgación del Instituto Nacional de Geriátría.



En México se requiere encontrar métodos diagnósticos que permitan determinar en etapas tempranas la enfermedad de Alzheimer con técnicas no invasivas y que evite que se generen malos diagnósticos, los cuales se estima que ocurren del 10 al 15 por ciento de los casos, aseguró el doctor Christian Guerra Araiza.

Se estima que del 10 al 15 por ciento de los diagnósticos de enfermedad de Alzheimer son incorrectos.

Para el especialista de la Unidad Médica en Farmacología del hospital de Especialidades del Centro Médico Nacional Siglo XXI, el contar con un diagnóstico certero en el momento adecuado puede ayudar a la programación de un tratamiento a la enfermedad degenerativa y retrasar lo más que se pueda la aparición de los síntomas y mejorar la calidad de vida de las personas.

“En el caso de los pacientes mal diagnosticados, se pierden años vitales porque se les da otro tipo de tratamiento y la enfermedad sigue su curso. Cuando se dan cuenta que en realidad era Alzheimer la patología ya ha avanzado, el tratamiento es más costoso y afecta a la familia porque ya son dependientes de un cuidador o de la familia”, explicó durante su presentación en el Seminario de Investigación organizado por el Instituto Nacional de Geriatria (INGER).

De acuerdo con el World Alzheimer Report de 2015 estimó que en 2015 había un poco más de 800 mil personas con demencia en México, y de estos el 64 por ciento eran mujeres. La prevalencia del Alzheimer en mayores de 65 años es del 5 por ciento, la cual se duplica cada cinco años hasta los 85 años de edad. Cuando se estabiliza y alcanza una prevalencia del 45 por ciento. Debido a esta importancia epidemiológica, surge la necesidad de diagnóstico temprano.

De acuerdo con el World Alzheimer Report de 2015 estimó que en 2015 había un poco más de 800 mil personas con demencia en México, y de estos el 64% eran mujeres. La prevalencia del Alzheimer en mayores de 65 años es del 5 por ciento, la cual se duplica cada cinco años hasta los 85 años de edad, cuando se estabiliza y alcanza una prevalencia del 45 por ciento.

Con este propósito, el doctor Guerra Araiza señaló que coordina un estudio denominado Determinación de la proteína Beta Amiloide por Espectroscopía Raman en suero de pacientes con Alzheimer. El proyecto tiene por objetivo lograr identificar la enfermedad través de una prueba de sangre.

El espectro Raman, descrito por primera vez en 1928, es una técnica espectroscópica usada en química y física que proporciona información química y estructural de materia o de compuesto orgánico. Dicha técnica ha resultado útil para estudiar diversos tipos de cáncer y tumoraciones. Ahora, el grupo de científicos dirigidos por el doctor Guerra Araiza, la utiliza para encontrar un método diagnóstico no invasivo que ayude a detectar la Enfermedad de Alzheimer.

“Esta técnica tiene ventajas. Se pueden analizar muestras biológicas de fluidos, tejidos, células en cultivo. La muestra no necesita alguna preparación especial y se puede recuperar. También, el espectro Raman es único para cada molécula, así que se tiene una huella digital que sirve para continuar las investigaciones”, aseguró el doctor en ciencias.

El estudio contó con muestras de 50 pacientes diagnosticados con enfermedad de Alzheimer y 50 personas mayores que no han desarrollado la enfermedad. La edad promedio fue de 73 años y 81, respectivamente.

“Encontramos que la espectroscopía Raman puede detectar altos grados de concentración de la proteína Beta Amiloide, la principal asociada con la enfermedad de Alzheimer. Con esto podríamos lograr una detección temprana de la enfermedad”, abundó.

Esta técnica cuenta con las características deseables que se busca en un marcador biológico para la detección de la enfermedad de Alzheimer, entre las que destacan que debe ser válido en casos confirmados; tener una sensibilidad mayor al 80 por ciento para detectar la enfermedad; debe ser preciso, fiable y barato; además, es fácil de realizar y no invasivo.

El doctor Guerra Araiza explica que los aparatos para realizar este procedimiento ya se encuentran en diferentes instituciones médicas y académicas, por lo cual podría ser accesible. Con estos avances, se podría lograr tener una detección oportuna para prevenir la degeneración cognitiva y lograr brindar a los pacientes contar con calidad de vida.



Te invitamos a consultar y compartir

Ejercicios para la readaptación a las actividades de la vida diaria para personas mayores en recuperación de COVID-19



Ingresa a:
www.geriatria.salud.gob.mx
y consulta la sección “Publicaciones”



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE GERIATRÍA

Te invitamos a consultar y compartir

Recomendaciones de ejercicios respiratorios para personas mayores en recuperación de COVID-19



Ingresa a:

www.geriatria.salud.gob.mx

y consulta la sección "Publicaciones"



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



**INSTITUTO
NACIONAL
DE GERIATRÍA**

Estudios muestran que personas mayores sufren menos depresión y ansiedad que jóvenes durante la pandemia COVID-19



La autopercepción del envejecimiento es clave para no sufrir problemas de salud mental durante la permanencia en casa durante la pandemia.

Por: Dirección de Enseñanza y Divulgación del Instituto Nacional de Geriátrica.

Las personas mayores son un grupo poblacional vulnerable a las consecuencias psicológicas asociadas al confinamiento debido a al COVID-19, especialmente porque también tienen mayor peligro de mortalidad ante la enfermedad. No obstante, diferentes estudios han encontrado que, durante el periodo de contención de la pandemia, las personas mayores reportan menos malestar psicológico que otros grupos de edad debido a su resiliencia.

Los análisis realizados hasta el momento sobre efectos psicológicos del COVID-19 sugieren que, al contrario de lo que se esperaba, las personas mayores informan de menores niveles de problemas de salud mental comparadas con jóvenes. Incluso, estudios realizados en diferentes partes del mundo como España o China cuestionan este presupuesto y dan evidencia para sostener que esta población puede llegar a alcanzar mayores indicadores de bienestar psicológico que el resto de la sociedad.

Una explicación para este fenómeno, según un estudio realizado en la Universidad Rey Juan Carlos en Madrid, España, se puede encontrar en la autopercepción del envejecimiento.

La autopercepción del envejecimiento refiere a un conglomerado de elementos que determinan la manera en que la persona envejece y es marcada por su ciclo vital. Factores como el contexto social, económico y político; el imaginario cultural sobre la vejez; los derechos y garantías; el acceso a la salud y el bienestar; son algunos de los elementos que encaminan la manera en que un conglomerado social percibe el proceso de envejecimiento. Este entendimiento puede ser positivo o negativo, dependiendo de la cultura.

El estudio realizado por el Departamento de Psicología de la universidad española refiere que una de las variables que predecía en mayor medida el bienestar eran las autopercepciones positivas del envejecimiento.

En el estudio descriptivo dirigido a analizar la relación entre el bienestar psicológico y la edad en una situación altamente estresante como es el confinamiento debido al COVID-19, se encontró que los jóvenes informan de niveles superiores de ansiedad, tristeza y soledad que las personas mayores.

En el mencionado estudio se concluye que no es la edad cronológica en sí misma la que predice el malestar psicológico y la soledad, sino que las autopercepciones negativas del envejecimiento, que se asocian con recursos familiares y personales que obstaculizan el afrontamiento adecuado de las crisis.

Esto significa que los estereotipos sobre el envejecimiento, presentes en todas las edades, impactan en la salud mental de las personas en una situación de crisis relacionada a la salud y el bienestar como ha ocurrido en la pandemia de COVID-19. Si las personas suelen asociar el envejecimiento a situaciones difíciles y negativas, esto puede llevar a modificaciones en su conducta y salud física, así como mental.

En pocas palabras, estos dos factores se unen de esta manera: si una persona está confinada y considera que la vejez es algo negativo, es más propenso a experimentar depresión y soledad.

Las personas de entre 18 y 39 años ven en el confinamiento un cambio en sus rutinas de actividad y un mayor riesgo de pérdidas o alteraciones en relación a sus valores o metas, más vinculadas a la actividad social, educativa o económica. Muchas veces, el envejecimiento es visto en la sociedad como un proceso similar de alteración en la vida y las expectativas.

Por otro lado, las personas que cuentan con una visión positiva del envejecimiento cuentan con mayor resiliencia y capacidad para aplicar de forma efectiva estrategias de regulación emocional tales como la aceptación, la reinterpretación, la distracción o la supresión, las cuales podrían ser de mucha utilidad al enfrentar la cuarentena por COVID-19.

Los resultados del trabajo conducido por el doctor Andrés Losada-Baltar muestran que existe una mayor capacidad de afrontamiento adaptativo de las personas mayores ante situaciones de estrés como la vivida ante el COVID-19, a pesar de que informan de peor salud subjetiva. Las personas más jóvenes, más orientadas a emplear estrategias centradas en la acción y la solución de problemas, podrían no estar tan bien equipadas para afrontar la situación, mostrando además estilos de interacción o comunicación familiar inadecuada.



La gerociencia enfocada en la genómica será una herramienta fundamental en el estudio al envejecimiento

Por: Dirección de Enseñanza y Divulgación
del Instituto Nacional de Geriátria.

El libro *Clinical Genetics and Genomics of Aging* editado por investigadores del INGER busca ser una revisión detallada de los hallazgos y avances más importantes en los ámbitos de la genética y la biología del envejecimiento que permita dar nueva luz al estudio de este proceso.

Cómo envejecemos y de qué manera podemos alcanzar un envejecimiento saludable, son las preguntas que las ciencias genómicas intentan desentrañar con el estudio de la biología y la genómica. Con los avances en estas ramas, se logrará dar mayores herramientas de diagnóstico y tratamiento a las enfermedades relacionadas con el envejecimiento, reseñaron la doctora Nadia Alejandra Rivero Segura y el doctor Juan Carlos Gómez Verjan, investigadores de Instituto Nacional de Geriátrica (INGER).

“Hoy en día, a diferencia de algunos años atrás, sabemos cuáles son los pilares del envejecimiento, es decir, sabemos cuáles son los mecanismos fisiopatológicos que te llevan a envejecer o que te llevan a un desenlace particular. Tener ese conocimiento y entenderlo, es vital para el acercamiento farmacológico o para el diagnóstico de alguna enfermedad”, explicó Gómez Verjan, investigador en Ciencias Médicas e integrante de la División de Ciencias Básicas del INGER.

Ante la necesidad de abundar más en el conocimiento sobre el envejecimiento en los ámbitos de genética y biología, el INGER, bajo el sello de Springer publicó el libro *Clinical Genetics and Genomics of Aging*. El libro contó con la colaboración del Instituto de Investigaciones Biomédicas de la UNAM, el Laboratorio de Bioenergética de la UAM, el Laboratorio de Biología del Envejecimiento del Centro de Investigación y de Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional (CINVESTAV), el Instituto Nacional de Rehabilitación, así como institutos internacionales en Reino Unido y Portugal.

“Deseábamos conjuntar experiencias para crear una actualización sobre los pilares genéticos del envejecimiento. Se ha encontrado que en el envejecimiento ocurren diferentes cambios en el DNA y también a nivel biológico, y en la actualidad los esfuerzos de diferentes investigadores están orientados a revertir estos procesos. Sin embargo, existe todavía un tramo para llevarlo a la práctica clínica”, explicó la doctora Rivero Segura, quien colabora con dos capítulos en la publicación.

Para la investigadora especialista en neurociencias y epigenética resulta crucial abordar la gerociencia hoy en día para entender mejor el proceso de envejecimiento y lograr mejores intervenciones para las personas mayores.

Cabe resaltar que la gerociencia se ha consolidado en poco tiempo como un nuevo modelo multidisciplinario que intenta comprender la relación entre envejecimiento y las enfermedades crónicas asociadas a la edad avanzada. Este enfoque propone crear puentes entre la biología, la genética y la geriatría. Es decir, por un lado, se intenta explicar los mecanismos biológicos del envejecimiento humano, mientras por el otro se pretende atender la calidad de vida de las personas mayores.

“La gerociencia no busca que el ser humano viva 500 años, sino busca que al envejecer se haga de manera saludable y sin dependencia. Esta rama busca entender los mecanismos genéticos, moleculares que están interviniendo y que hace que el envejecimiento sea un factor de riesgo para el

Abordar la gerociencia hoy en día es crucial para entender mejor el proceso de envejecimiento y lograr mejores intervenciones para las personas mayores.

desarrollo de las enfermedades relacionadas con el envejecimiento. Así, poder diseñar estas intervenciones farmacológicas, físicas para contrarrestar el daño o prevenir la aparición de estas enfermedades”, detalló.

Gómez Verjan explicó que la práctica clínica se encuentra aún muy alejada de las aplicaciones biomédicas en el rubro del envejecimiento. Esto se debe a que la genómica presenta muchos cambios en los paradigmas de la medicina convencional.

“Muchos que han estudiado sólo la genética, ven ahora que la genómica llega a tirar muchos paradigmas y a reemplazar muchas teorías y diferentes experimentos. Las aproximaciones ya no son las mismas, y eso genera impactos en el uso convencional de la ciencia”, detalló.

Por tal motivo, ambos investigadores coincidieron en que la publicación de *Clinical Genetics and Genomics of Aging* representa una oportunidad para mostrar diferentes ramas de investigación sobre el envejecimiento y acercarlas a la práctica clínica para encontrar nuevos tratamientos y métodos diagnósticos que mejoren la calidad de vida de las personas mayores.



COVID-19: prevención y cuidados en personas mayores

Dossier

Información actualizada al 3 de abril de 2020



COVID-19: prevención y ejercicios para personas mayores. Dossier.

En este documento se compila información vital para las personas mayores y la prevención y cuidados ante el COVID-19.

Documento **BushProof**

Estrategia para la Prevención y el Control de COVID-19 en Instituciones de Cuidados a Largo Plazo (ICLP) Basada en Delimitación Explícita de Zonas de Riesgo

Estrategia para la Prevención y el Control de COVID-19 en Instituciones de Cuidados a Largo Plazo (ICLP) Basada en Delimitación Explícita de Zonas de Riesgo



Nuestras Recomendaciones

● Lectura:

Recomendaciones de ejercicios respiratorios para personas mayores en recuperación de COVID-19



SALUD | MINISTERIO DE SALUD

Recomendaciones de ejercicios respiratorios para personas mayores en recuperación de COVID-19

En este documento se presentan recomendaciones útiles para mejorar la función respiratoria en personas que tuvieron afecciones pulmonares.

Ejercicios para la readaptación a las actividades de la vida diaria para personas mayores en recuperación de COVID-19



SALUD | MINISTERIO DE SALUD

Ejercicios para la readaptación a las actividades de la vida diaria para personas mayores en recuperación de COVID-19

En este texto se presentan ejercicios para mejorar el estado muscular y cardiorrespiratorio, mejorar la salud ósea y funcional, reducir el riesgo de caídas y de fracturas vertebrales o de cadera, el equilibrio energético, entre otros aspectos fundamentales para la readaptación a las actividades de la vida diaria.

Te invitamos a consultar y compartir la "Guía de instrumentos de evaluación geriátrica integral"

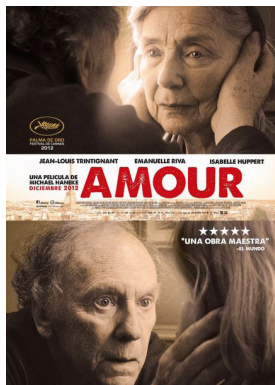


Ingresa a: www.geriatria.salud.gob.mx y consulta la sección "Publicaciones recientes"

SALUD | MINISTERIO DE SALUD

Guía de instrumentos de evaluación geriátrica integral

• Cultura:



Amour (Amor)

Por: Dirección de Enseñanza y Divulgación
del Instituto Nacional de Geriátria

Año: 2012

Género: Drama.

Duración: 127 min.

País: Austria.

Dirección y guión: Michael Haneke

Reparto: Jean-Louis Trintignant, Emmanuelle Riva, Isabelle Huppert, William Shimell, Ramón Agirre, Rita Blanco, Alexandre Tharaud, Laurent Capelluto, Carole Franck, Dinara Drukarova

En el décimosegundo largometraje del austriaco Michael Haneke, se presenta la relación amorosa de una pareja que reside en París y cuyas edades oscilan en los ochenta años.

Narra un momento traumático, cuando ellos viven solos y con ciertas comodidades y Anne (Emmanuelle Riva) sufre un infarto. Es sometida a una operación debido a una necrosis arterial que se complica y deja como secuela en ella una hemiplejía que paraliza la zona derecha de su cuerpo, y la obliga a usar una silla de ruedas.

Ante este hecho, Anne le hace prometer a su marido que no la llevará de nuevo a un hospital y él accede. A partir de ese momento, Georges (Jean-Louis Trintignant) se hace cargo de los cuidados de la mujer que ama.

Los dos son profesores de música retirados y tienen una hija (Isabelle Huppert) que radica en Londres con su marido y muestra las emociones más fuertes ante la impotencia de hospitalizar o internar en una residencia a Anne para que reciba cuidados; todo ello ante la decisión de Georges de cuidar a su esposa haciendo grandes esfuerzos. En el momento del percance, Eve, su hija, se encuentra de viaje por los países escandinavos con una importante crisis matrimonial con Geoff (William Shimell), y a pesar de observar las condiciones de Anne no se ofrece a ayudar.

Tiempo después Anne le confiesa a Georges, que no desea continuar con vida en ese estado y renuncia a su pasión por la música. Con ello, la decadencia física se hace más evidente, al presentar problemas con los esfínteres, dificultades para hablar y comer.

A partir de esos acontecimientos, Georges se dedica a contarle historias, mientras dos enfermeras intentan apoyarla sin lograrlo, por lo que sostiene una conversación con Eve, en la que le menciona que llorar no es suficiente, sino que es necesario el apoyo en los cuidados de su madre.

Esta cinta nos muestra de manera objetiva, honesta, sin sentimentalismos, el deterioro físico de la pareja, y nos sensibiliza ante este proceso, al que tarde o temprano llegarán nuestros amigos, familiares, o tal vez, nosotros mismos.

Haneke hace evidente una cara de la vejez, que tal vez no es tan grata o no quisiéramos enfrentar como espectadores: la enfermedad. En la cinta se muestran el dolor, el sacrificio, el egoísmo y por supuesto, el amor, sin el cual, todo estaría perdido.

Esta obra es interpretada de manera excelsa por Jean-Louis Trintignant y Emmanuelle Riva, ganadora de la Palma de Oro, en la cual, el director, se interna en la vida íntima de un matrimonio de personas mayores en el último período de su existencia, en una relación amorosa de décadas, que se mantiene hasta un final inesperado por muchos.



Noticias sobre envejecimiento y salud

A continuación se presentan algunas noticias nacionales e internacionales relevantes de los temas del mes y del envejecimiento saludable.

- En español

Día Mundial de la población

- Naciones Unidas -

Zoonosis y medio ambiente

- OMS/WHO -

- En inglés

World Hepatitis Day

- WHO -

Major emerging and re-emerging zoonoses in China: a matter of global health and socioeconomic development for 1.3 billion

- Science Direct -

Información de interés



Video: WHO: Invest in eliminating hepatitis



COVID-19
y residencias
de **personas**
mayores

CURSO:

COVID-19 y residencias de personas mayores
Colaboración con el IMSS 2020-I



Video: ¿Qué es la zoonosis?



Boletín de Envejecimiento y
Derechos de las Personas Mayores
en América Latina y el Caribe

Suscríbete aquí



Vive Activo

Vive Saludable

Vive y Prevén

Vive y Crea

Vive y Aprende

INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA

IMSS

FUNDACIÓN

ferrer

Consulta aquí:

Atención Integrada para las Personas Mayores

Consulta aquí:

Sistema de Información de la Secretaría de Salud



INSTITUTO
NACIONAL
DE GERIATRÍA

