

Volumen 3, Número 7.
Septiembre 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

Eríka 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
Arturo Avila Avila

Coordinación editorial
Claudia F. Bocanegra García

Diseño editorial / Ilustración
Brayan Reyes Cedeño

Colaboradores Externos
Juan Manuel Coronel

gob.mx <http://www.geriatria.salud.gob.mx>
 [/institucionacionaldegeriatria.mexico](https://www.facebook.com/institucionacionaldegeriatria.mexico)
 [@Geriatriamexico](https://twitter.com/Geriatriamexico)
 [/Geriatriamx](https://www.youtube.com/Geriatriamx)

Noticias INGER

- Necesario, un sistema nacional de cuidados a largo plazo y la profesionalización de las tareas de cuidados de personas mayores.

Pag. 4

Hablemos de...

- Estigmas hacia demencia frenan atención y diagnóstico oportuno a personas que desarrollan Alzheimer

Pag. 9

- CICESE e INGER desarrollan sistema informático para monitorear COVID-19 en adultos mayores

Pag. 14

Temas de medicina geriátrica

- Eutanasia, distanasia y ortotanasia, nociones éticas necesarias en el tratamiento a personas mayores con enfermedades terminales

Pag. 22

Investigación INGER

- Presenta el INGER los resultados de esfuerzos orientados a la prevención y cuidados ante la pandemia de COVID-19 en Instituciones de Cuidados de Largo Plazo en México

Pag. 26

Nuestras publicaciones

- Nuestras recomendaciones
- Cultura
Good Bye Lenin!

Pag. 30

Pag. 31

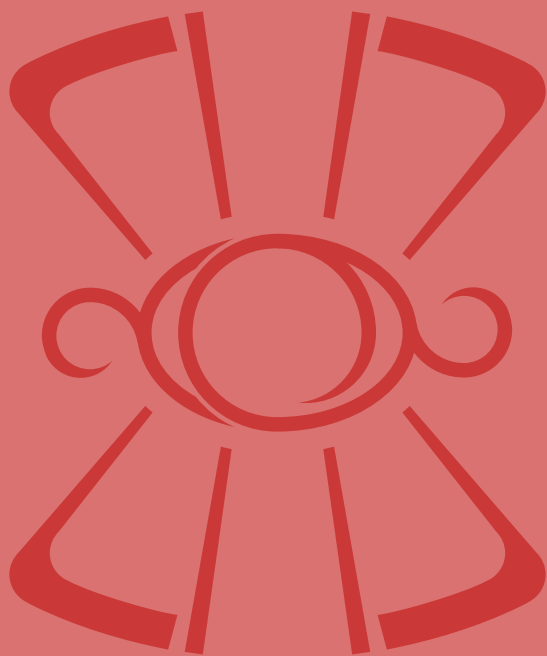
Pag. 32

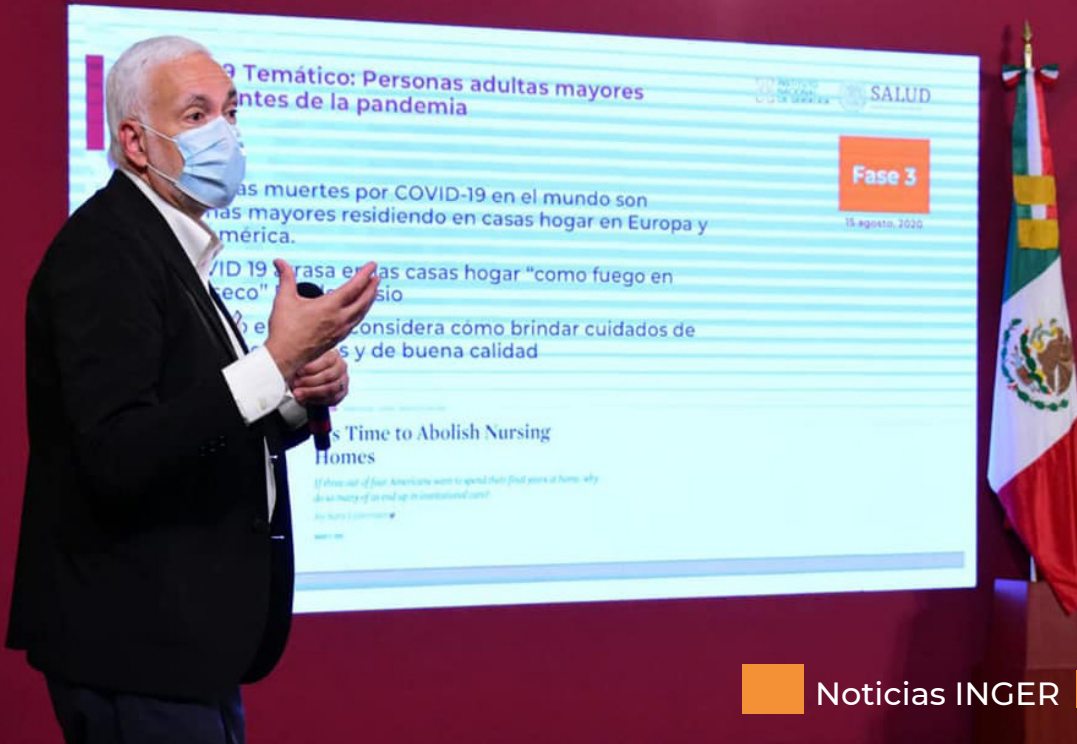
Noticias sobre envejecimiento y salud

Pag. 33

Información de interes

Pag. 34





Necesario, un sistema nacional de cuidados a largo plazo y la profesionalización de las tareas de cuidados de personas mayores

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

En el Continente Americano, sólo Uruguay cuenta con un sistema nacional de cuidados y en México es urgente profesionalizar a los encargados de estas tareas.

El pasado 15 de agosto de 2020, el Dr. Luis Miguel Gutiérrez Robledo, Director General del INGER participó en la Conferencia de Prensa COVID-19 que se presenta desde Palacio Nacional.

En este evento, el doctor Gutiérrez Robledo refirió que desde marzo de este año se observó un alto nivel de mortalidad de personas mayores en Europa y Estados Unidos en casas de cuidados debido a la pandemia de COVID-19. El 40% de las personas fallecidas a nivel global hasta el 15 de agosto vivían en dichos recintos. Esta catástrofe global generó la necesidad de analizar lo que se deberá hacer con los sistemas de cuidados de este grupo etario.

Por lo tanto, en el INGER se está investigando si las residencias son apropiadas ante emergencias como la que se vive ahora con la pandemia o es mejor profesionalizar los cuidados que se realizan en casa.

Desde hace tres años se ha trabajado en la propuesta de un sistema nacional de cuidados en México para ayudar a las personas mayores, haciendo hincapié en que de 15 millones de personas mayores en México, sólo el 40 por ciento de las que son dependientes reporta que recibe apoyo de manera suficiente para las actividades de su vida diaria y el 60 por ciento restante no lo manifiesta así, afirmó.

En el Continente Americano, sólo Uruguay cuenta con un sistema nacional de cuidados y en México es urgente profesionalizar a los encargados de estas tareas. Con base en la

Encuesta Nacional sobre el Envejecimiento en México se hacen proyecciones respecto a la dependencia de las personas mayores y es un insumo para el diseño de un sistema nacional de cuidados, mismo que se está desarrollando ahora.

Asimismo presentó las acciones que ha realizado el INGER ante el COVID-19, como la Iniciativa Medición y Seguimiento de la Preparación y Respuesta Local a la Pandemia de COVID-19 en Instituciones de Cuidados a Largo Plazo en México, y el desarrollo de una aplicación para incorporar información de las personas mayores y que proporciona el seguimiento informado de la sintomatología para hacer un reporte oportuno; apoyada con un sistema de geolocalización para la identificación de frecuencias. Además se colabora con la Universidad de Manchester, para la obtención de recursos.

Por otra parte, con el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) se desarrolló un curso en línea de COVID-19 dirigido a los profesionales que trabajan en instituciones de cuidados de largo plazo, al que se convoca semanalmente y no tiene costo.

Además, se han producido documentos orientados a la prevención, rehabilitación y cuidados, así como veintitrés infografías.

Expuso también que el 27 de julio del presente año, la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) les notificaron a los Secre-



Es urgente profesionalizar a los encargados de los cuidados de las personas mayores en México.

tarios de Relaciones Exteriores y de Salud de nuestro país, que el INGER es centro colaborador en temas relacionados con cuidados integrados de la salud de personas mayores, es decir, la vinculación entre los servicios sociales y los servicios médicos; lo cual tiene mucha relación con los cuidados de largo plazo, así como con la promoción del envejecimiento saludable a través de la investigación.

En cuanto a las acciones futuras, mencionó que el 1 de Octubre se lanza a nivel global el Decenio por el Envejecimiento Saludable, establecido por la OMS y que da paso a acciones dirigidas a la mejora de las condiciones de este grupo, en particular a la discriminación por edad.

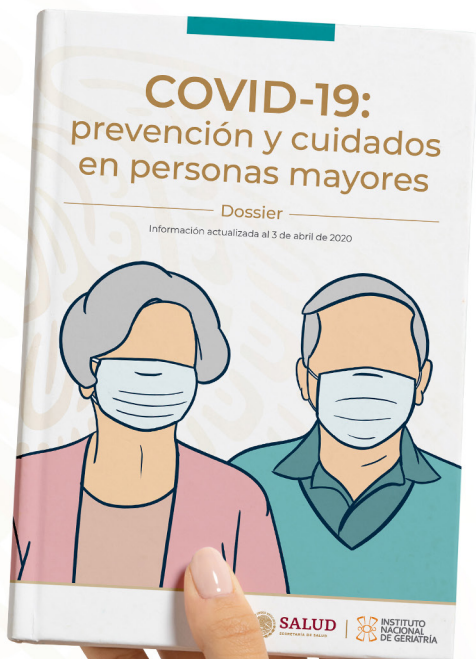
De igual manera, se desea introducir la práctica geriátrica en la medicina general desarrollando los recursos humanos necesarios para este proceso con base comunitaria y se lleva a cabo la investigación para crear centros de información que muestren el retorno de la inversión en estos temas.



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

Estigmas hacia demencia frenan atención y diagnóstico oportuno a personas que desarrollan Alzheimer

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

Urgen a desarrollar políticas y estrategias de salud pública en la materia para la próxima década



Financiar un plan de acción para dar respuesta al millón de casos de Alzheimer registrados actualmente en México; desestigmatizar a las enfermedades mentales, en particular la demencia; mejorar la calidad de vida y el bienestar de las personas y de sus familias, fortalecer a los sistemas de salud en la materia, e incentivar la prevención de las demencias son algunos de los retos para poder dar una mejor respuesta al Alzheimer, indicaron especialistas participantes en el *Taller Comprender el Olvido: El Alzheimer desde la mirada de los especialistas*.

Durante el evento, organizado por el Instituto Nacional de Geriátría (INGER) y organizaciones civiles como la Federación Mexicana de Alzheimer (FEDMA) y el Grupo de Estudios

sobre Derechos, Géneros y Diversidades, se compartió que el Alzheimer será el reto más urgente a enfrentar por el sistema de salud en México en los próximos 10 años, ya que alrededor de 800 mil personas viven con Alzheimer y se proyecta que para 2030 la cifra podría aumentar hasta 1.5 millones.

El escenario podría complicarse si se toma en cuenta el acelerado envejecimiento de la población mexicana así como la carencia de sistemas de salud que brinden atención integral y métodos diagnósticos para la intervención temprana. De continuar esta tendencia, la proyección para 2050 será de 3.5 millones de mexicanos afectados por esta demencia, advirtieron las y los investigadores.

El doctor Luis Miguel Gutiérrez Robledo, Director General del INGER, precisó que, actualmente, se han identificado 12 factores de riesgo muy precisos. Algunos de ellos, prevalentes en nuestra población como la obesidad y la diabetes, y otros, pocas veces asociadas, como la pérdida de audición. Sin embargo, conocerlos, permite identificarlos de manera personal y diseñar programas a la medida de cada persona.

El especialista explicó que el incremento de las cifras de personas con Alzheimer plantea retos como desarrollar un sistema nacional de cuidados, que ponga énfasis en las personas con demencias, pues serán los principales usuarios de dicho sistema, el cual, debe tomar en cuenta retos como el de COVID-19, que ha generado un número significativo de fallecimientos en las residencias para personas mayores, muchas de ellas con alguna demencia.

Rosa Farrés, directora de la FEDMA, señaló que en México las demencias no se diagnostican a tiempo y el personal del primer nivel de la salud algunas veces no cuenta con la capacitación suficiente para observar síntomas caracterizados como predemencia.

En México, agregó la especialista, existe la creencia de que los síntomas como pérdida de memoria, deterioro en la capacidad de marcha, los problemas de atención y desorientación, son característicos del envejecimiento.

Entornos amigables

La Mtra. Sara Torres, investigadora del INGER presentó la iniciativa *Dementia Friends México*, que se lleva a cabo en más de 150 países, y al día de hoy, representa el movimiento más importante de la historia que busca cambiar los estigmas y desinformación sobre la demencia.

El objetivo de este movimiento es transformar la forma en que un país piensa, actúa y habla sobre las demencias a través de cinco mensajes clave: 1) la demencia no es parte natural del envejecimiento. 2) la demencia es causada por enfermedades en el cerebro. 3) la demencia no se trata sólo de la pérdida de la memoria. 4) es posible vivir bien con demencia. 5) la persona es más que la demencia.

La Maestra compartió que *Dementia Friends México* es un movimiento con 15 años de historia, originario de Japón, que ha sumado a la causa a millones de personas alrededor del mundo para hacer entornos más amigables para las personas con Alzheimer y otras demencias. En el caso de México, el INGER ya se ha sumado a la iniciativa.

Incremento de cifras

El doctor Gilberto Isaac Acosta Castillo, del Instituto Nacional de Neurología y Neurocirugía (INNN), indicó que en México, las demencias no se presentan de manera uniforme, sino que hay regiones donde se presentan más que en otras y con diferentes características. De igual manera, alrededor de 60 por ciento de los casos se presentaron en mujeres, alrededor de 38 por ciento en personas en situación de marginalidad.

Añadió que por cada mil adultos mayores en seguimiento hay alrededor de entre 25 y 30 casos nuevos de demencias.

El integrante del Laboratorio de Demencias del INNN señaló que se han observado ciertos factores de riesgo, a lo largo de las diferentes etapas de la vida, que inciden en el desarrollo de demencias, por lo que se podrían plantear políticas públicas que les den solución como erradicar la baja escolaridad; impulsar la actividad física hasta la etapa adulta mayor; reducir las tasas de aislamiento social en las etapas más avanzadas de la vida y promover estilos de vida que reduzcan las posibilidades de la presencia de sobrepeso y obesidad.

Por último, el doctor Miguel Ángel Ontiveros del Biobanco Nacional de Demencias refirió que las investigaciones actuales sobre neuronas y proteínas podrían arrojar resultados para poder comprender lo que ocurre en las diferentes regiones del cerebro y desarrollar moléculas para detener su deterioro y la presencia de demencias.

En México, hay un registro de alrededor de un millón de casos de Alzheimer

Impacto social

El Alzheimer es una enfermedad crónica, neurodegenerativa, progresiva e irreversible que afecta la memoria de las personas, su pensamiento y su habilidad para realizar actividades de la vida diaria, lo cual las lleva a la discapacidad y a la dependencia.

La enfermedad afecta a la sociedad en diferentes rubros, el más importante es el de los cuidados a las personas que viven con esta condición.

Se estima que más del 90 por ciento del costo de los cuidados son absorbidos por las familias y no existen programas de apoyo a cuidadores que sean accesibles. Mientras, la salud y economía de las personas encargadas del cuidado se ve comprometida. *Alzheimer Disease International* (ADI) analizó que más del 50 por ciento de los cuidadores en el mundo dijeron que su salud sufrió como resultado de sus responsabilidades de cuidado. Además, la carga económica de la demencia es de un trillón (un millón de millones) de dólares de los Estados Unidos anualmente, cifra que se duplicará para el año 2050.

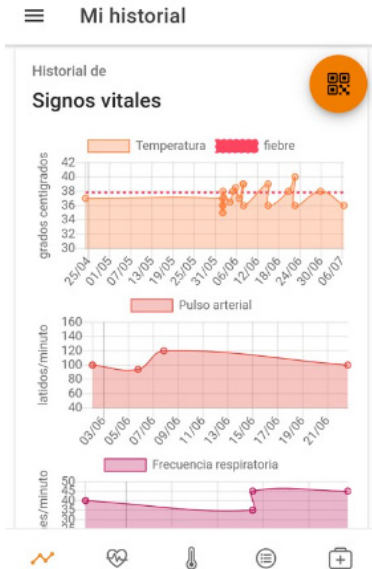
Es una de las demencias más frecuentes y representa también uno de los padecimiento más importantes a nivel mundial. De acuerdo con ADI, cada tres segundos alguien en el mundo desarrolla demencia, y hay más de 50 millones de personas en todo el mundo que viven con esta condición. Se pronostica que dicha cifra se triplicará, hasta alcanzar los 152 millones en 2050.



CICESE e INGER desarrollan sistema informático para monitorear COVID-19 en adultos mayores

Por: Stephannie Lozano

En colaboración con el Instituto Nacional de Geriátría (INGER), el personal del Departamento de Ciencias de la Computación del CICESE desarrolló el sistema *cuida2COVID*, una herramienta que ayuda a monitorear síntomas de COVID-19 en adultos mayores y a realizar una valoración inicial que recomiende a los cuidadores qué acciones tomar.



Esta herramienta permite capturar datos como signos vitales, antecedentes clínicos y el seguimiento ordenado de la sintomatología asociada a COVID-19. Esta primera versión del sistema, que es compatible con computadoras y dispositivos móviles, se puso a prueba en un estudio piloto realizado en dos instituciones de cuidados de largo plazo, ubicadas en Baja California: SerenaCenter, en Rosarito, y ACAM Residencial, en Ensenada, informó el Dr. Jesús Favela, investigador del CICESE.

Realizaron prueba piloto de monitoreo de síntomas y valoración inicial

La prueba piloto tuvo duración de un mes, durante el cual se registraron diariamente los datos de aproximadamente 50 adultos mayores y 25 cuidadores de ambas residencias geriátricas. Esto permitió evaluar el funcionamiento de la herramienta y la experiencia de los usuarios, con aras de mejorar el sistema, tanto en términos de su funcionalidad como en su facilidad de uso.

Eventualmente se espera que, además de asistir en la operación diaria de las residencias, con la información acumulada el INGER pueda analizar el patrón epidemiológico y clínico del COVID-19 y el efecto asociado a distintas comorbilidades, así como generar recomendaciones adicionales a los cuidadores.

En abril de este año ya era claro que el contagio por el SARS COV 2 estaba siendo particularmente intenso en personas mayores, sobre todo en residencias geriátricas de Italia y España. Por ello, el INGER dio prioridad al desarrollo de esta herramienta informática para el manejo de datos de los residentes y la capacitación de los cuidadores, quienes también corren un riesgo de contagio. En el contexto mundial, las residencias han tenido un gran número de contagios y cuentan con menos equipo de protección personal y menos recursos para manejar estos casos en comparación a los hospitales.

Ante la pandemia de COVID-19, en el INGER se dieron a la tarea de actualizar el censo de instituciones de cuidados de largo

plazo a nivel nacional para conocer las capacidades de las instituciones ante el manejo de posibles contagios. Es decir, determinar si cuentan con equipo para tomar signos vitales, equipo de protección personal, zonas de aislamiento para casos sospechosos, entre otras. “En este proyecto buscamos encontrar un balance entre sus necesidades (de las residencias geriátricas) y la información que necesita el INGER para monitorear los brotes de contagio y los efectos de COVID-19”, mencionó el Dr. Jesús Favela. “Esta iniciativa es un parteaguas para tener una mejor coordinación, capacitación y seguimiento de la salud de los adultos mayores, con énfasis en COVID-19 en este momento, pero a mediano plazo puede llevarse a una infraestructura de monitoreo y capacitación general”, dijo.

Una app ágil

El sistema permite identificar casos sospechosos de COVID-19 utilizando el criterio establecido por la Secretaria de Salud, con pequeñas adecuaciones para adultos mayores, indicadas por los especialistas del INGER. Además, permite registrar las fechas y datos de cada revisión médica, así como los periodos de aislamiento de residentes que se conviertan en caso sospechoso de esta enfermedad. El sistema también cuenta con una sección de capacitación para los cuidadores.

El *cuida2COVID* es una *app* ágil e intuitiva, ya que requiere de poco tiempo para llenar la información necesaria y se diseñó para personas que no utilizan dispositivos tecnológicos de manera regular. Uno de los resultados de la prueba piloto es que los usuarios evaluaron al sistema como una herramienta amigable. El investigador Jesús Favela informó que hay interés por optimizar ciertas funciones del sistema, por lo que

se ha iniciado una colaboración con investigadores en el Reino Unido, principalmente de la Universidad de Manchester y la de West Scotia, quienes han desarrollado iniciativas similares.

Un componente interesante del sistema de Manchester es que genera un mapa con el que pueden monitorear en tiempo real la información que

van recibiendo, según el porcentaje de casos sospechosos y el número de pruebas que se realizan para diagnosticar COVID-19. Así coordinan brotes nuevos y determinan dónde es necesario hacer más pruebas. El investigador agregó que someterán este proyecto de colaboración a una convocatoria del Instituto Nacional para la Investigación de la Salud (NIHR, en inglés), dependencia del Reino Unido.



La Universidad de West Scotia tiene un liderazgo en el desarrollo de material de capacitación para cuidadores de adultos mayores. La idea es que la información que recabe el sistema permita identificar áreas de oportunidad en la que cuidadores de una residencia en particular puedan requerir más capacitación y darles acceso a ella de manera oportuna.

El equipo de desarrolladores de *cuida2covid* busca mejorar el tiempo que le toma a los usuarios capturar la información de los residentes. Para ello trabajan en los comandos de voz y el procesamiento de imágenes. Este último ayudará a capturar

información cuando se tome una fotografía de formatos impresos, protocolo de seguimiento que se realiza en varias residencias geriátricas.

“Otro elemento interesante desde el punto de vista de investigación es, una vez se tenga una cantidad considerable de datos, utilizar algoritmos de aprendizaje de máquina para analizarlos. Por ejemplo, para ver los riesgos de las enfermedades y tener un mejor monitoreo de los adultos mayores institucionalizados en México”, agregó el Dr. Favela.

Por parte del CICESE, en este proyecto participan Eduardo Quintana (técnico de la Dirección de Estudios de Posgrado), Dagoberto Cruz (egresado del posgrado en Ciencias de

la Computación), Ana Isabel Martínez (investigadora), Raúl Rivera y José Lozano (Dirección de Telemática); y por parte del INGER, el director Luis Miguel Gutiérrez Robledo, y la directora de Investigación, Carmen García Peña, entre otros.



A través de la red temática de Investigación en Envejecimiento, Salud y Desarrollo social del CONACYT, el CICESE y el INGER han colaborado por varios años en iniciativas relacionadas al uso de tecnología e investigación sobre

envejecimiento. Por ejemplo, el año pasado, ambas instituciones fueron co-organizadoras de la Escuela de Otoño sobre Técnicas y Herramientas de Inteligencia Artificial en apoyo a la Investigación sobre Envejecimiento, que tuvo lugar en Puebla.

Este desarrollo tecnológico contó con un apoyo inicial de la Alianza de Inteligencia Artificial del CONACYT, a través de su convocatoria “Proyectos de desarrollo tecnológico en el área de inteligencia artificial que tengan un impacto positivo para la sociedad dando prioridad a proyectos enfocados a COVID-19”. El Dr. Favela comentó que para optimizar las funciones de *cuida2covid* sometieron una propuesta a una convocatoria del CONACYT, de la cual esperan resultados. Este financiamiento permitiría ampliar a nivel nacional el uso de la herramienta.

Luis Miguel Gutiérrez Robledo explicó durante una conferencia de prensa, que el reto por cuidar a los adultos mayores en México es mucho más grande de lo que se piensa. En el país hay 15 millones de personas mayores de 60 años y cerca de un millón de adultos mayores son totalmente dependientes. De ellos, solo 40 por ciento tiene a una persona que lo auxilie de manera suficiente en sus actividades diarias. El titular del INGER mencionó que 99 por ciento de los adultos mayores dependientes en México viven en sus domicilios, pero ello no significa que cuentan con el cuidado que realmente necesitan.

Anunció que de lograrse el apoyo del NIHR se lanzará una prueba piloto más amplia para distribuir la app en las residencias geriátricas de la Ciudad de México y que, antes de finalizar el año, esperan compartir el sistema *cuida2COVID* con las mil 69 residencias geriátricas censadas, con las que mantienen contacto.



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”

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**

- Temas de medicina geriátrica ▪

Eutanasia, distanasia y ortotanasia, nociones éticas necesarias en el tratamiento a personas mayores con enfermedades terminales

Casos en donde las personas sufren enfermedades en fase terminal y no existe tratamiento efectivo para detener un sufrimiento constante, tanto para el paciente como para su familia, son los mayores retos para la ética médica moderna.

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



Hablar de la muerte como un fenómeno biológico irreversible que marca el fin del ciclo vital no parece ser suficiente en nuestra época donde los dilemas sobre la vida son cada vez más constantes. Ante el envejecimiento poblacional, las enfermedades crónicas degenerativas y los avances médicos y tecnológicos, es necesario tener en cuenta los conceptos éticos que en la práctica médica pueden ayudar a entender mejor el proceso de muerte.

Las personas enfermas y en fase terminal, sus familiares y el personal médico encargado de su salud enfrentan constantemente dilemas éticos sobre la vida y la muerte en los cuales no existe una única solución, refiere el médico Jonny Pacheco Pacheco geriatra del Instituto Nacional de Geriátrica (INGER).

De acuerdo con el especialista, existen tres panoramas que delinear el tratamiento de una persona terminal o de estado de salud grave los cuales se deben conocer para poder tomar decisiones informadas.

“El modelo más popularizado y sobre el cual se ha hablado más es la Eutanasia. La palabra tiene raíces griegas que significan “el bien morir” (*eu, que significa bueno, Thanatos que significa muerte*). Se define como la conducta intencionalmente dirigida a terminar con la vida de una persona que tiene una enfermedad grave e irreversible, por compasión o por razones médicas. Existen dos variantes, una activa, cuando el profesional de salud otorga una medida para quitar la vida y la pasiva, en donde se eliminan los tratamientos”, refirió en entrevista.

Del otro extremo se encuentra la Distanasia. También llamada como encarnizamiento terapéutico que lleva a una dificultad para morir. Se refiere a la prolongación innecesaria del sufrimiento de una persona con una enfermedad terminal mediante tratamientos o acciones que dan soluciones parciales que prolongan la vida sin contemplar la calidad de la misma.

“Esta situación se presenta algunas veces en las áreas de urgencias médicas, pero también con personas mayores. Algunos médicos que realizan estas medidas no desean que el paciente fallezca en su turno o evaden firmar el certificado de muerte o bien, por creencias. Esta medida implica que se utilicen mecanismos artificiales para mantener al paciente con vida, aunque no tenga la probabilidad de cura”, detalló.

En medio de estos dos paradigmas se encuentra la ortotanasia, la cual se refiere a permitir que la muerte ocurra. Por lo tanto, los profesionales de la salud están capacitados para otorgar al paciente todos los cuidados y tratamientos para disminuir el sufrimiento, pero sin alterar el curso de la enfermedad ni su desenlace que es la muerte.

Comprende el derecho que tienen los pacientes a morir sin el empleo de medios desproporcionados y extraordinarios para el mantenimiento de la vida. Esta visión reconoce hasta qué punto el paciente tiene un pronóstico de vida, esto cobra mucha importancia en pacientes terminales, que tienen una expectativa de vida menor a 6 meses.

“Hay veces que, en la práctica médica, el paciente cae en paro respiratorio y los médicos le dan reanimación cardiopulmonar. La ortotanasia es ver qué tan grave es su enfermedad, si se debe o no ofrecer una reanimación. Es el vivir con calidad de vida”, abundó el especialista en tanatología.

Por lo tanto, el especialista sugiere que las personas realicen su Voluntad Anticipada para poder tomar decisiones sobre su propio desenlace.

Asimismo, se recomienda investigar las leyes que se han publicado en torno a la voluntad anticipada en nuestro país, que se basan en el deseo manifiesto de una persona de ser sometida a tratamientos o procedimientos médicos que pretendan prolongar su vida cuando se encuentre en etapa terminal.





Presenta el INGER los resultados de esfuerzos orientados a la prevención y cuidados ante la pandemia de COVID-19 en Instituciones de Cuidados de Largo Plazo en México.

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

El INGER es centro colaborador de la OPS-OMS para apoyar los esfuerzos orientados al desarrollo de la capacidad de los sistemas de salud para satisfacer las necesidades de las personas mayores, crear instrumentos para informar la atención integrada a las personas mayores en los sistemas de atención de salud y fortalecer la investigación en la atención integrada y el envejecimiento saludable.

El pasado 26 de agosto se realizó el Seminario virtual "COVID-19 e Instituciones de Cuidados de Largo Plazo en México" en el cual Dr. Luis Miguel Gutiérrez Robledo, Director General del INGER presentó las acciones clave para la década por el envejecimiento saludable.

Estas acciones son: incluir a todas las personas mayores, combatir la discriminación por edad, transformar la práctica clínica geriátrica, asegurar los recursos humanos necesarios, desarrollar un sistema de cuidados a largo plazo, crear un sistema de información, desarrollar la investigación, demostrar el retorno social de la inversión, promover el cambio y la innovación y la adecuación del entorno.

Asimismo, refirió que el INGER es centro colaborador de la OPS y OMS para apoyar los esfuerzos orientados al desarrollo de la capacidad de los sistemas de salud para satisfacer las necesidades de las personas mayores, crear instrumentos para informar la atención integrada a las personas mayores en los sistemas de atención de salud y fortalecer la investigación en la atención integrada y envejecimiento saludable. Esto se dará a conocer el 1 de Octubre de 2020 en conmemoración del Día Internacional de las Personas Mayores.

Por otro lado expuso las acciones de apoyo realizadas por el INGER para la atención de las personas mayores ante la pandemia de COVID-19 por la cantidad alarmante de fallecimientos en residencias que atienden a este grupo poblacional.



Respecto a la labor de cuidados a personas mayores enfatizó que en el 99% de los casos se realiza en sus hogares, resaltando la necesidad de profesionalizar a quienes realizan estas actividades.

En cuanto a la vinculación institucional, se presentaron las acciones realizadas en conjunto con el INAPAM y el IMSS, como la capacitación y el censo de residencias.

El Dr. Eduardo Sosa Tinoco presentó los documentos técnicos elaborados en el INGER para apoyar a las personas mayores en la pandemia de COVID-19 y en torno a los cuidados a largo plazo que se pueden brindar en la comunidad, en el hogar y en instituciones, mencionó que a partir del 9 de marzo de este año inició la creación de documentos para prevenir y controlar el COVID-19 desarrollados por un equipo de colaboradores del Instituto.

Además se redactaron documentos de bioética y trabajo de campo, la guía para prevenir el COVID-19 en residencias, e infografías descargables en el sitio web del INGER y un Boletín Especial COVID-19 Personas Mayores con información dirigida a la prevención y cuidados.

Por otro lado, la Dra. Mariana López presentó la estrategia para la prevención y control de COVID-19 en instituciones de

cuidados a largo plazo basada en delimitación explícita de zonas de riesgo, elaborada en el Reino Unido, orientada a la señalización, el flujo, higiene y aislamiento; y que fue traducida por integrantes del INGER.

Posteriormente, el Dr. Arturo Avila Avila, Director de Enseñanza y Divulgación expuso el objetivo, perfil de ingreso, evaluaciones y contenido general del curso en línea COVID-19 y residencias de personas mayores desarrollado en el INGER en conjunto con el Colegio Nacional de Medicina Geriátrica (CONAMEGER) orientado a mitigar los riesgos ante la pandemia y que se ofrece semanalmente.

Finalmente, la Dra. Carmen García Peña presentó el proyecto Medición de la Preparación y Respuesta Local a la Pandemia de COVID-19 en Instituciones de Cuidados a Largo Plazo en México (MePReP-COVID-19-MX) donde colaboran los médicos especialistas Raúl Medina Campos, Teresa Álvarez Cisneros, Pamela Tella Vega, Eduardo Sosa Tinoco y Arturo Avila Avila.

Este trabajo analiza las condiciones de las instituciones de cuidados a largo plazo, los riesgos, los reportes de la situación en México y la capacidad para prevenir y atender los brotes de COVID-19 en su población residente.

Es así que el INGER apoya a las personas mayores e instituciones de cuidados a largo plazo frente a la pandemia de COVID-19 a través de la investigación, vinculación institucional, difusión y enseñanza.



Prevención de enfermedad por coronavirus 2019 en residencias de personas mayores.



Prevención de enfermedad por coronavirus 2019 en residencias de personas mayores

Estamos conscientes de la gravedad de la emergencia sanitaria que atravesamos y es por ello que buscamos contribuir a mejorar las capacidades de las residencias de personas mayores e instituciones de asistencia social para hacer frente a la pandemia de COVID-19.

Por ese motivo ponemos a disposición de las Instituciones de asistencia social y casas hogar que albergan a personas mayores las recomendaciones de prevención que el Instituto Nacional de Geriátrica ha desarrollado a partir de los estándares globales promovidos por la OMS y de común acuerdo con la Dirección de Promoción de la Salud

COVID-19:
prevención y cuidados
en personas mayores

Dossier

Información actualizada el 3 de abril de 2020



 **SALUD** |  INSTITUTO NACIONAL DE GERIÁTRICA

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.

Nuestras Recomendaciones

● Lectura:

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



SALUD INSTITUTO NACIONAL DE GERIATRÍA

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 INSTITUTO NACIONAL DE GERIATRÍA

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.

Documento

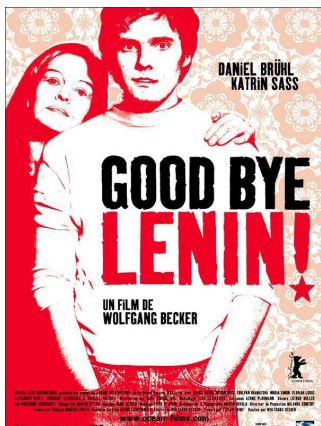
BushProof

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

SALUD INSTITUTO NACIONAL DE GERIATRÍA

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

• Cultura:



Good Bye Lenin!

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

Año: 2003

Género: Drama.

Duración: 118 min.

País: Alemania.

Dirección y guión: Wolfgang Becker.

Reperto: Daniel Brühl, Katrin Saß, Chulpan Khamatova, Maria Simon, Jürgen Vogel, Michael Gwisdek, Burghart Klaußner, Alexander Beyer, Florian Lukas, Hanna Schwamborn.

Esta obra es reconocida por mostrar el cambio que se vivió al fin de la Guerra Fría y el impacto que tuvo en las generaciones que coincidieron en la coyuntura, pues se desarrolla en Berlín, en octubre de 1989, donde unos días antes de la caída del Muro, la madre de Alex, una mujer orgullosa de sus ideas socialistas e incluso, militante política, cae en coma al ver cómo arrestan a su hijo en una protesta contra el régimen.

Ocho meses después, despierta y Alex hace todo lo que está a su alcance para que su madre no se entere de que está viviendo en una Alemania reunificada y capitalista, lo cual podría poner en riesgo su salud emocional e incluso su vida.

Su objetivo es convertir el departamento que habitan en un oasis del pasado para ella, en medio de los cambios sociales, económicos y culturales que se viven al cruzar la puerta. Es así que recrea para su madre los escenarios típicos de la Alemania socialista y convierte su hogar en una especie de museo del socialismo para que ella viva cómodamente creyendo que nada ha cambiado.

Esta película recibió los siguientes premios y muestra de una forma conmovedora el esfuerzo de una generación para hacer menos doloroso el cambio para sus antecesores.

2003: Festival de Berlín: Sección oficial de largometrajes, Premio Ángel Azul.

2003: Nominada Premios BAFTA: Mejor película de habla no inglesa.

2003: Premios del Cine Europeo: 6 premios incluyendo mejor película. 8 nominaciones.

2003: Premios César: Mejor película europea.

2002: 7 Premios del cine Alemán: incluyendo mejor película y director.

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

Una hermosa creación: idearon una playlist para enfermos de Alzheimer

- Clarín -

Demencia

- OMS -

Un proyecto para identificar cuándo empieza la enfermedad que nos puede matar

- El País -

Piden la baja laboral para los cuidadores de personas con demencia en cuarentena

- ABC Mayores -

Las vacunas contra la gripe y la neumonía podrían reducir el riesgo de Alzheimer, según nuevos estudios

- CNN -

● En inglés

Extra 10,000 dementia deaths in England and Wales in April

See The Guardian -

'A minute later, she forgets.' Pandemic brings new challenges when a loved one has dementia

- The Washinton Post -

Dementia on the Retreat in the U.S. and Europe

- The New York Times -

Study: Blood test for Alzheimer's detects signs 20 years before memory, thinking falter

- USA Today -

Adopting a healthy lifestyle helps reduce the risk of dementia

- WHO -

Información de interés



Ver video

Video: World Mental Health Day - scaling up investment in mental health - YouTube



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

CURSO:

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



Ver video

Video: Ejercicios para personas con deterioro cognitivo leve



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



Suscríbete aquí



Vivir Activos



Vivir Saludable



Vivir y Prevenir



Vivir y Crecer



Vivir y Aprender



ICOPÉ

Integrated Care for Older People



Consulta aquí:

Atención Integrada para
las Personas Mayores



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

SUBSECRETARÍA DE INTEGRACIÓN
Y DESARROLLO DEL SECTOR SALUD

DGIS

Consulta aquí:

Sistema de Información de la Secretaría de Salud



**INSTITUTO
NACIONAL
DE GERIATRÍA**

