



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO
NACIONAL
DE GERIATRÍA



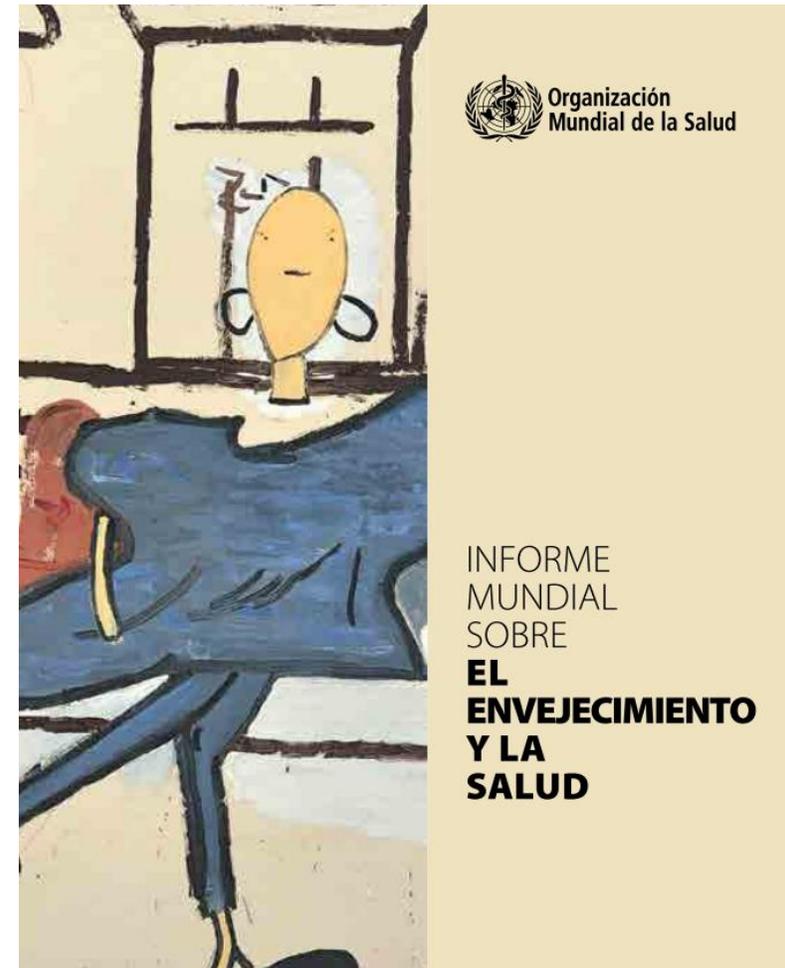
ICOPE

ATENCIÓN INTEGRADA PARA UN
ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

Arturo Avila Avila
Dirección de Enseñanza y Divulgación
INGER

Envejecimiento Saludable

La estrategia mundial y el plan de acción de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre el envejecimiento y la salud proporciona un marco de políticas para alinear los sistemas de salud con las diversas necesidades de las poblaciones mayores.



Capacidad Funcional

Comprende los atributos relacionados con la salud que permiten a una persona **ser y hacer** lo que es importante para ella o lo que tiene razones para valorar.

- La **capacidad intrínseca** de la persona.
- Las características de los **entornos**.
- Sus **interacciones**.



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO
NACIONAL
DE GERIATRÍA

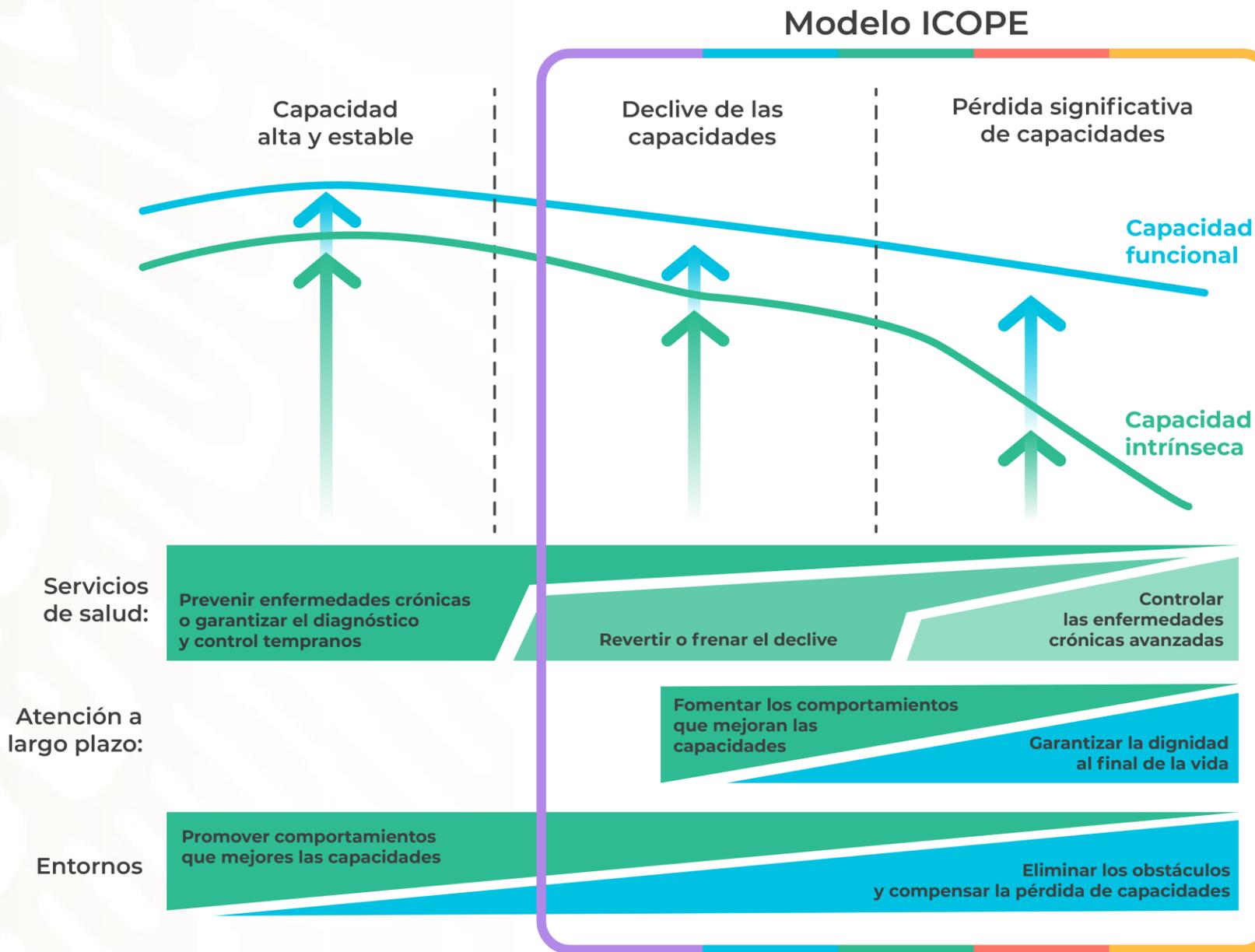


Envejecimiento Saludable

El envejecimiento saludable se define como el proceso de **fomentar y mantener la capacidad funcional** que permite el bienestar en la vejez.

El término “bienestar” se considera en el sentido más amplio y abarca cuestiones como la felicidad, la satisfacción y la plena realización.

Marco de salud pública para el envejecimiento saludable



Envejecimiento Saludable - ICOPE

En 2016, los Estados Miembros de la OMS reconocieron la necesidad urgente de desarrollar enfoques integrados basados en la comunidad para prevenir la disminución de la capacidad intrínseca.

Promueve la atención centrada en la persona que fortalece la capacidad intrínseca de las personas mayores (capacidad física y mental) y la capacidad funcional donde viven, alejándose del tratamiento médico especializado para cada enfermedad o afección.

69.ª ASAMBLEA MUNDIAL DE LA SALUD

WHA69.3

Punto 13.4 del orden del día

28 de mayo de 2016

Estrategia y plan de acción mundiales sobre el envejecimiento y la salud 2016-2020: hacia un mundo en el que todas las personas puedan vivir una vida prolongada y sana

La 69.ª Asamblea Mundial de la Salud,

Habiendo examinado el informe sobre acción multisectorial para un envejecimiento saludable basado en el ciclo de vida: proyecto de estrategia y plan de acción mundiales sobre el envejecimiento y la salud;

Recordando la resolución WHA52.7 (1999) sobre envejecimiento activo y la resolución WHA58.16 (2005) sobre la promoción de un envejecimiento activo y saludable, en las que se insta a los Estados Miembros a que adopten medidas para asegurar a la población rápidamente creciente de ciudadanos de edad avanzada el grado máximo de salud y bienestar que se pueda lograr;

Recordando además la resolución 57/167 (2002) de la Asamblea General de las Naciones Unidas, en la que esta hizo suyo el Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento, 2002, así como otras resoluciones pertinentes y otros comités internacionales relacionados con el envejecimiento;

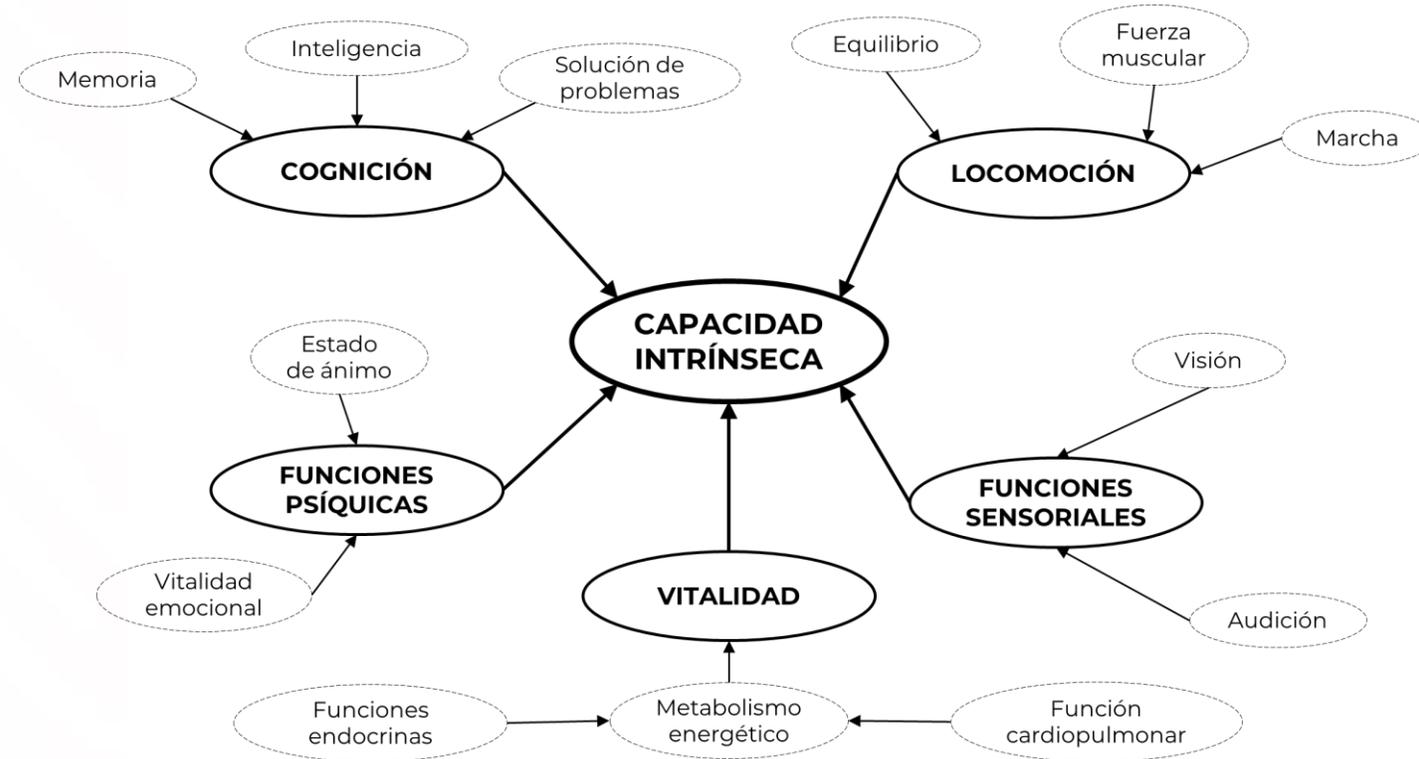
Habiendo examinado la resolución WHA65.3 (2012) sobre el fortalecimiento de las políticas relativas a las enfermedades no transmisibles para fomentar un envejecimiento activo, en la que se observa que con el aumento de la prevalencia de las enfermedades no transmisibles entre las personas de edad avanzada se hace urgente la necesidad de prevenir las discapacidades relacionadas con esas enfermedades y de planificar la atención a largo plazo;

Habiendo examinado asimismo la resolución WHA67.19 (2014) sobre el fortalecimiento de los cuidados paliativos como parte del tratamiento integral a lo largo de la vida;

Recordando la resolución WHA64.9 (2011) sobre las estructuras de financiación sostenible de la salud y la cobertura universal, en la que se insta a invertir y fortalecer los sistemas de salud, en particular la atención y los servicios primarios de salud, incluidos los servicios de prevención, así como una asignación adecuada de recursos humanos para la salud y los sistemas de información sanitaria,

Envejecimiento Saludable - ICOPE

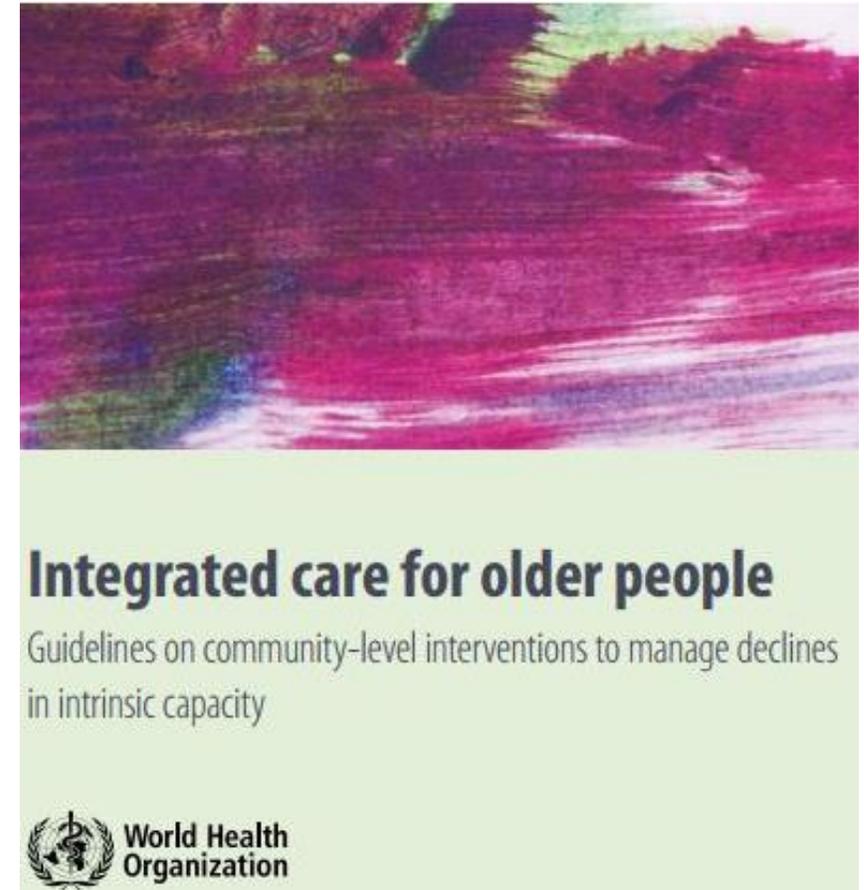
Para operacionalizar la 'capacidad intrínseca (CI)' se propusieron dominios estrechamente asociados con la dependencia del cuidado: movilidad, cognición, capacidad psicológica (síntomas depresivos), vitalidad (desnutrición) y capacidad sensorial (audición y visión).





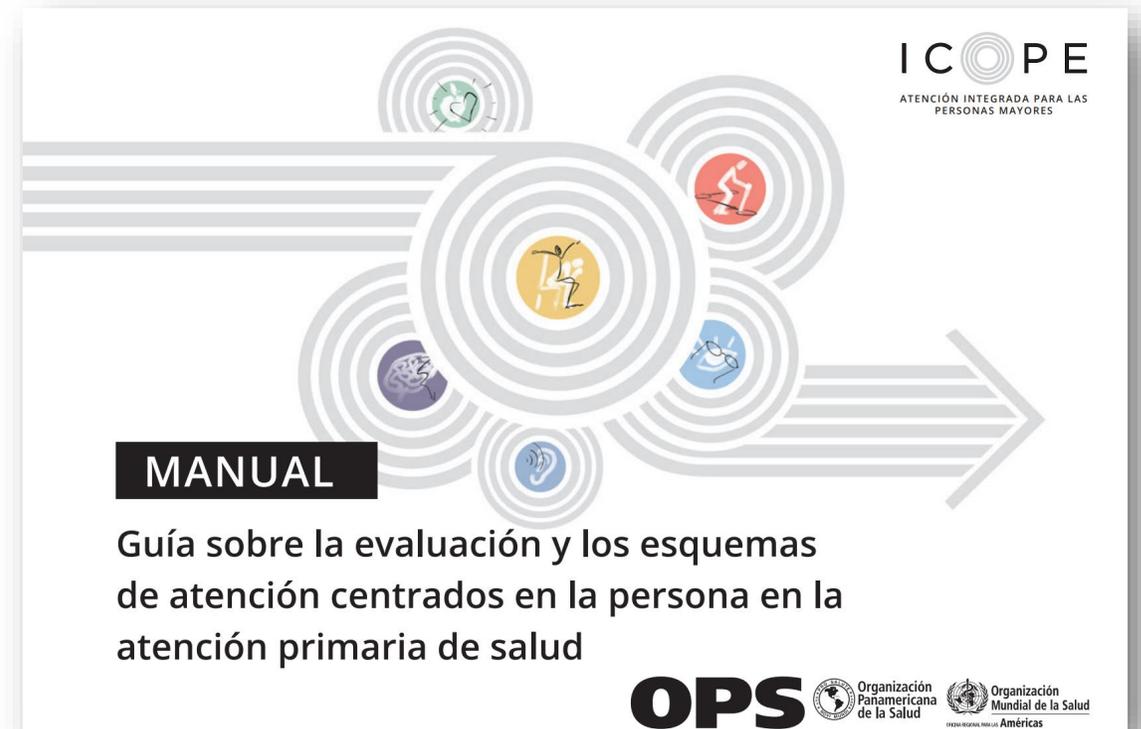
Envejecimiento Saludable - ICOPE

En 2017, la OMS publicó “Atención integrada para las personas mayores: Directrices sobre intervenciones a nivel comunitario para manejar la disminución de la capacidad intrínseca” con 13 recomendaciones basadas en evidencia para que los trabajadores de la salud ayuden a desarrollar y llevar a cabo una atención integral centrada en la persona para personas mayores (ICOPE).



Envejecimiento Saludable - ICOPE

En 2019, se lanzaron herramientas para ayudar a los encargados de formular políticas, a los directores de programas y a los trabajadores de la salud y la atención social a implementar ICOPE.



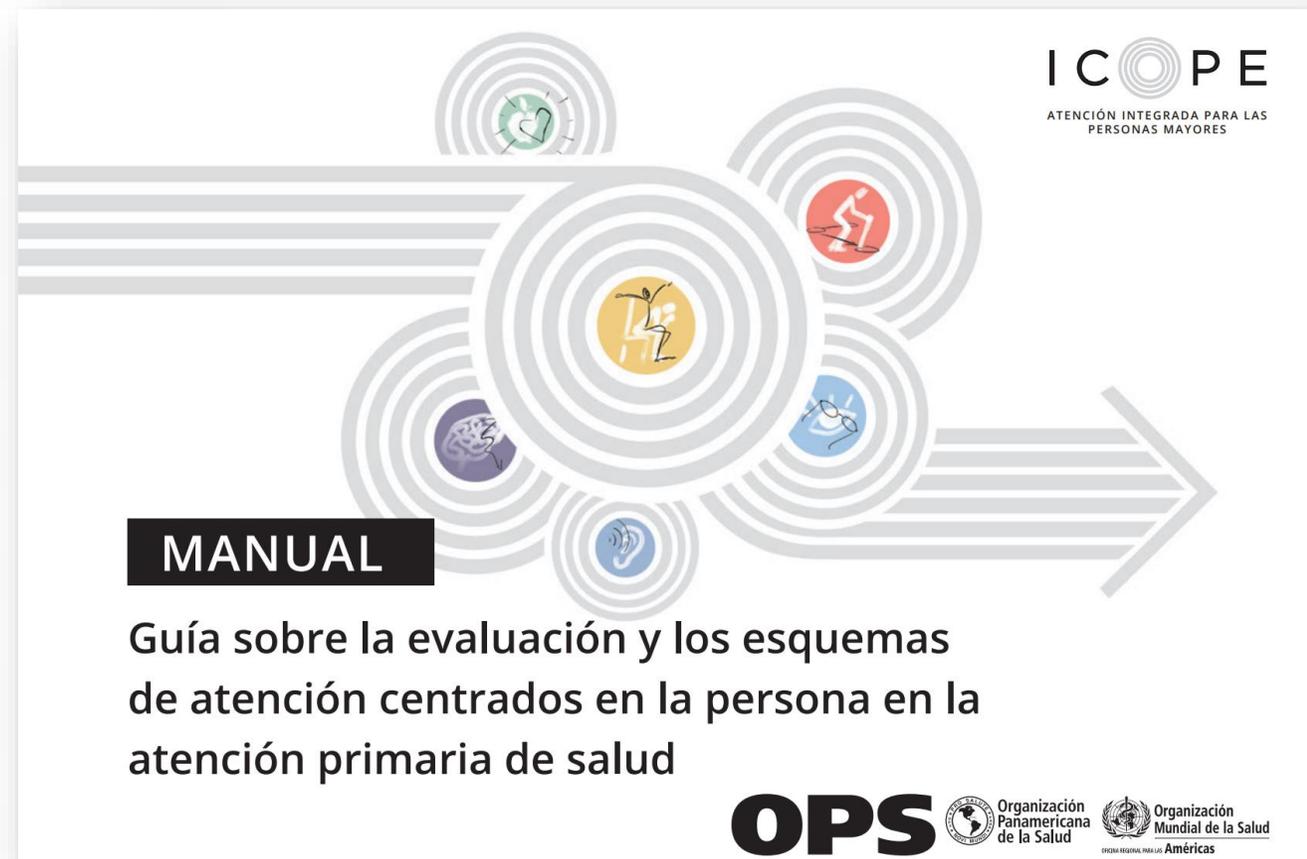
Envejecimiento Saludable - ICOPE

6

Dominios

8

Esquemas de
atención



ICOPE

ATENCIÓN INTEGRADA PARA LAS
PERSONAS MAYORES

MANUAL

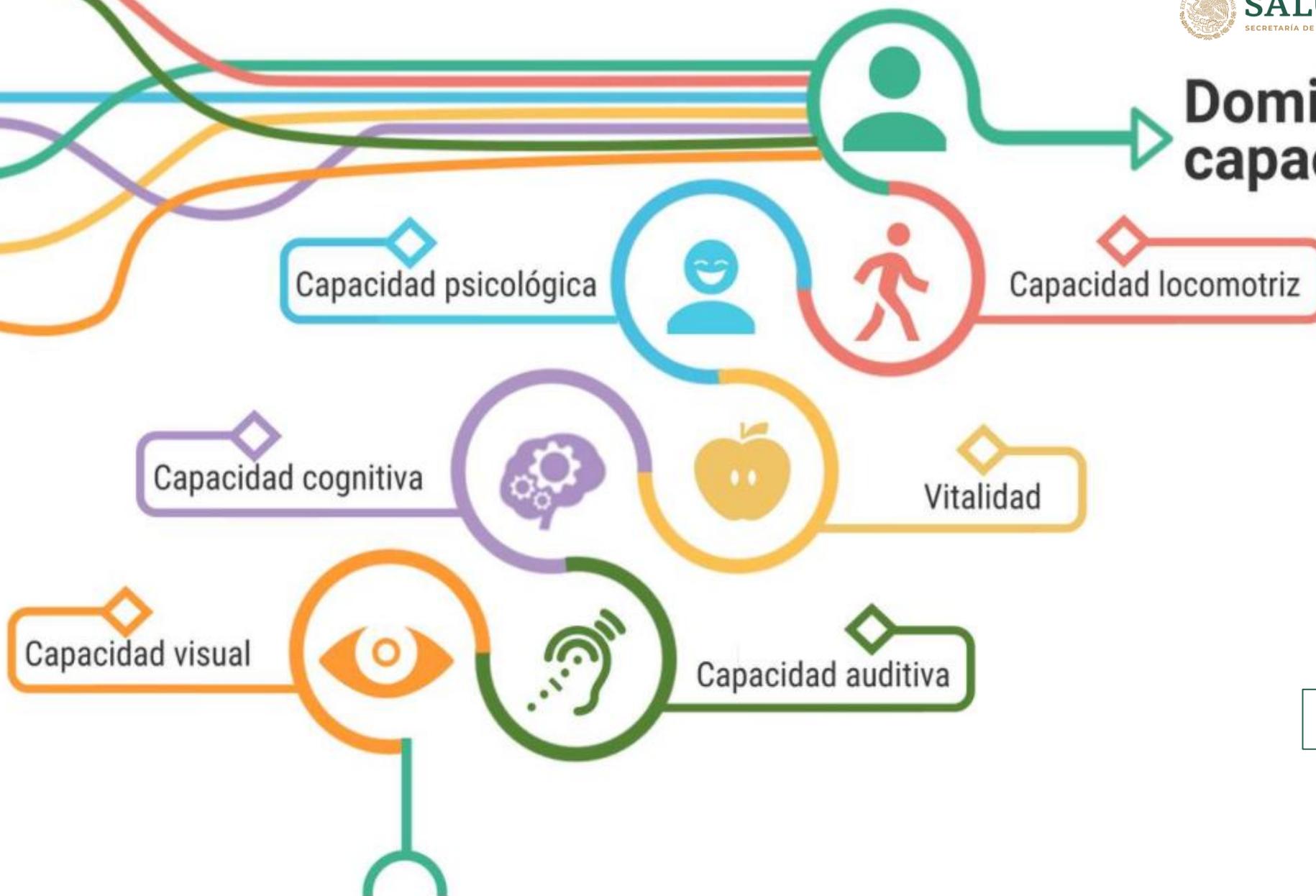
Guía sobre la evaluación y los esquemas
de atención centrados en la persona en la
atención primaria de salud

OPS

Organización
Panamericana
de la Salud

Organización
Mundial de la Salud
OFICINA REGIONAL PARA LAS
Américas

Dominios de la capacidad intrínseca

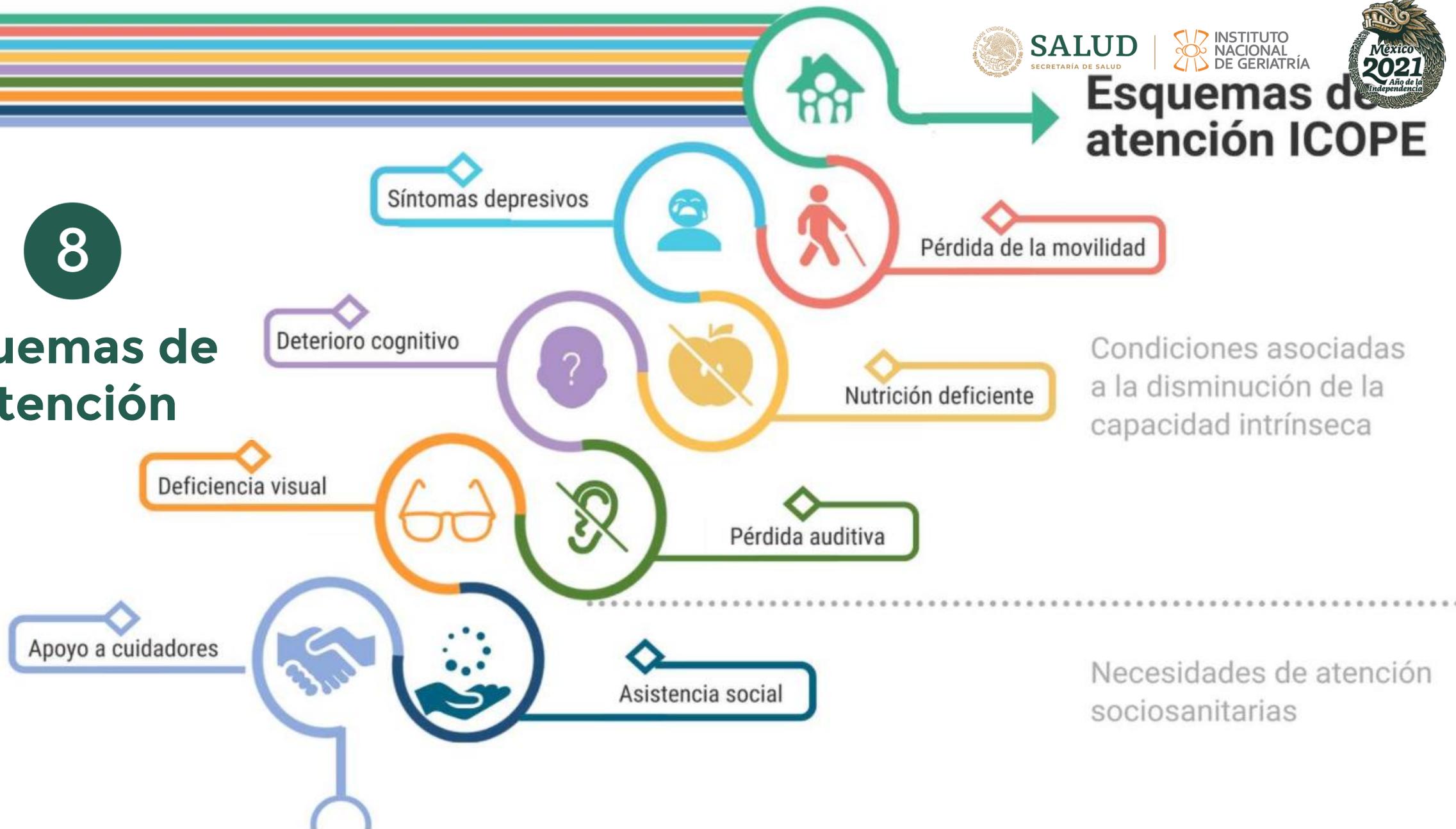


6
Dominios

Esquemas de atención ICOPE

8

Esquemas de atención



Envejecimiento Saludable - ICOPE

Esquema de atención general

Desarrolla cinco pasos para cubrir las necesidades de salud y asistencia social de las personas mayores con un enfoque de atención integrada

PASO 1

- Detectar pérdidas en la capacidad intrínseca

PASO 2

- Evaluación centrada en la persona en la atención primaria

PASO 3

- Elaborar un plan de atención personalizado

PASO 4

- Garantizar la derivación y el seguimiento del plan de atención

PASO 5

- Involucrar a las comunidades y apoyar a los cuidadores



Evaluación y esquemas de atención centrados en la persona en la atención primaria





Componente detección en la comunidad



PASO 1 DETECTAR PÉRDIDAS DE CAPACIDAD INTRÍNSECA EN LA COMUNIDAD

No ha perdido la capacidad intrínseca

NO

- Reforzar los consejos genéricos sobre salud y hábitos saludables o la atención habitual

Sí

- Comprender la vida de la persona mayor, sus valores y prioridades y su contexto social



EVALUAR EN MAYOR PROFUNDIDAD LAS CONDICIONES ASOCIADAS A LA PÉRDIDA DE CAPACIDAD INTRÍNSECA

EVALUAR Y ABORDAR LAS ENFERMEDADES SUBYACENTES

Sí

NO

- Intervenciones a nivel de la comunidad para abordar las disminuciones de la capacidad intrínseca



Sí

NO

- Abordaje integrado de las enfermedades
- Rehabilitación
- Cuidados paliativos y del final de la vida

PASO 2 EVALUACIÓN CENTRADA EN LA PERSONA EN LA ATENCIÓN PRIMARIA

EVALUAR Y ABORDAR EL ENTORNO FÍSICO Y SOCIAL



- EVALUAR LAS NECESIDADES DE SERVICIOS DE ASISTENCIA SOCIAL (hogar, internamiento)
- Plan de apoyo y asistencia social
- Eliminar obstáculos a la participación social
- Adaptación del entorno

PASO 3 ELABORAR UN PLAN DE ATENCIÓN PERSONALIZADA

PASO 5 INVOLUCRAR A LAS COMUNIDADES Y APOYAR A LOS CUIDADORES

PASO 4 GARANTIZAR LA DERIVACIÓN Y EL SEGUIMIENTO DEL PLAN DE ATENCIÓN CON ENLACES A LA ATENCIÓN GERIÁTRICA ESPECIALIZADA



Componente planificación de la atención personalizada



Componente evaluación en la atención primaria



CURSO
Atención Integrada
para un
Envejecimiento
Saludable

Del 22 de septiembre al
26 de octubre del 2021



1

Búsqueda rápida
de personas con
capacidad
intrínseca
disminuida



3

Diseño
de plan
específico

**Apoyo
nutricional**



**Estimulación
cognitiva y
Apoyo
psicológico**



2

Capacidad
intrínseca disminuida →
evaluación integral



**Ejercicio
multicomponente**



**Apoyo a las
personas
cuidadoras**



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO
NACIONAL
DE GERIATRÍA



ICOPE

Manual App

La Aplicación del Manual ICOPE de la OMS da soporte a los trabajadores comunitarios y de atención primaria para evaluar las necesidades de salud y asistencia social de las personas mayores y diseñar un plan de atención personalizado utilizando el Manual ICOPE de la OMS: Guía sobre la evaluación y los esquemas de atención centrados en la persona en la atención primaria de salud

ENTRENAMIENTO

MÁS INFORMACIÓN

EMPEZAR

La herramienta de entrenamiento de ICOPE es una herramienta para explorar las funciones de detección, evaluación y desarrollo de planes de atención personalizada con los que cuenta la aplicación.

DETECCIÓN

DETECCIÓN

2. ¿Ha perdido más de 3 kg involuntariamente en los últimos tres meses?

Sí

No

3. ¿Ha perdido el apetito?

Sí

No

Test de susurros: Hay que elegir palabras que la persona conozca seguro

Oreja derecha

4. ¿Puede la persona repetir más de tres palabras?

Sí

No

Oreja izquierda

< Atrás Siguiente >

RESUMEN EVALUACIÓN

Fecha de nacimiento	País	Edad
-	-	-

- CAPACIDAD LOCOMOTRIZ**
Movilidad limitada
- VITALIDAD**
En riesgo de malnutrición
- CAPACIDAD VISUAL**
Deficiencia visual
- CAPACIDAD PSICOLÓGICA**
Depresión

Empezar DISEÑO PLAN DE CUIDADOS

< Atrás Siguiente >

DISEÑO PLAN DE CUIDADOS

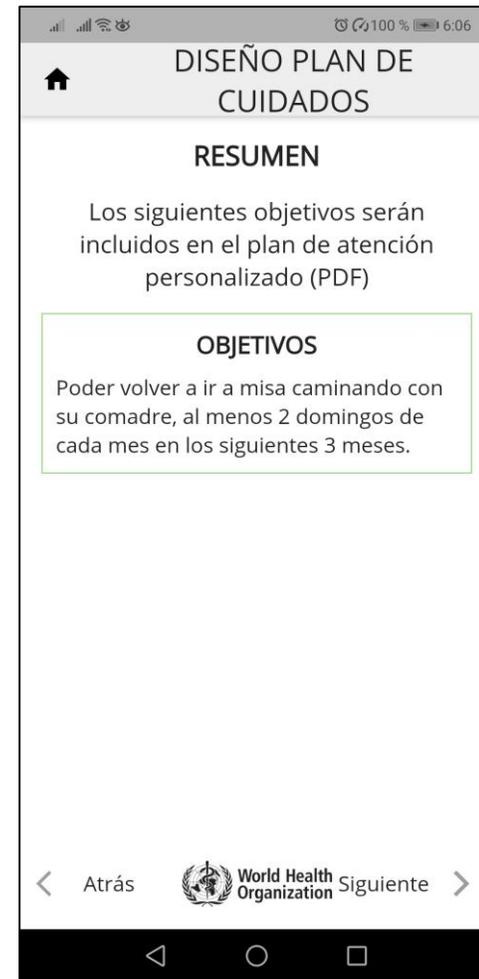
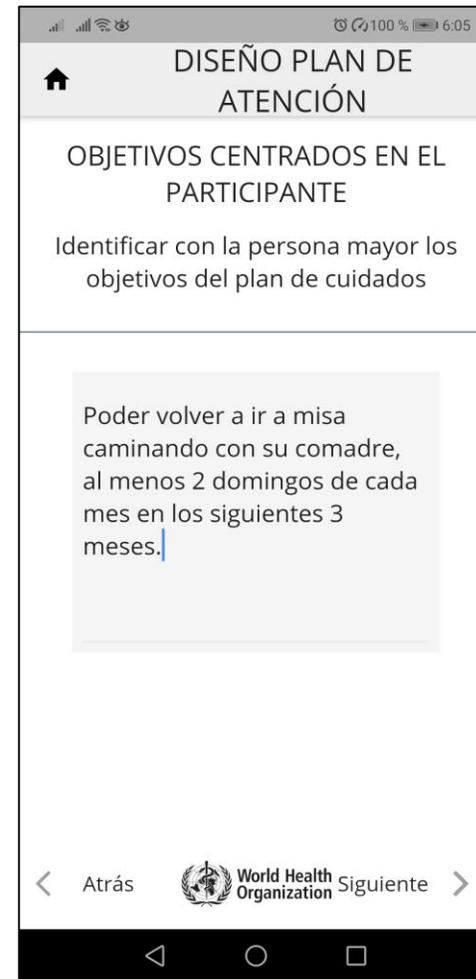
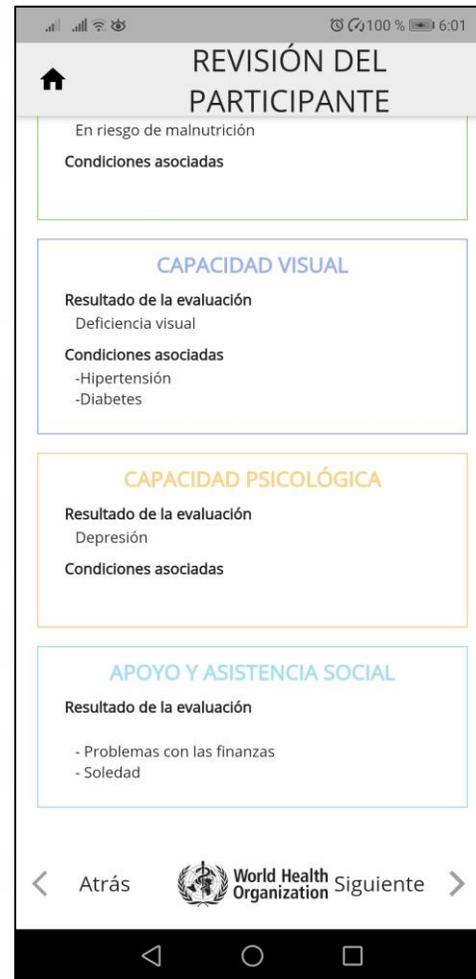
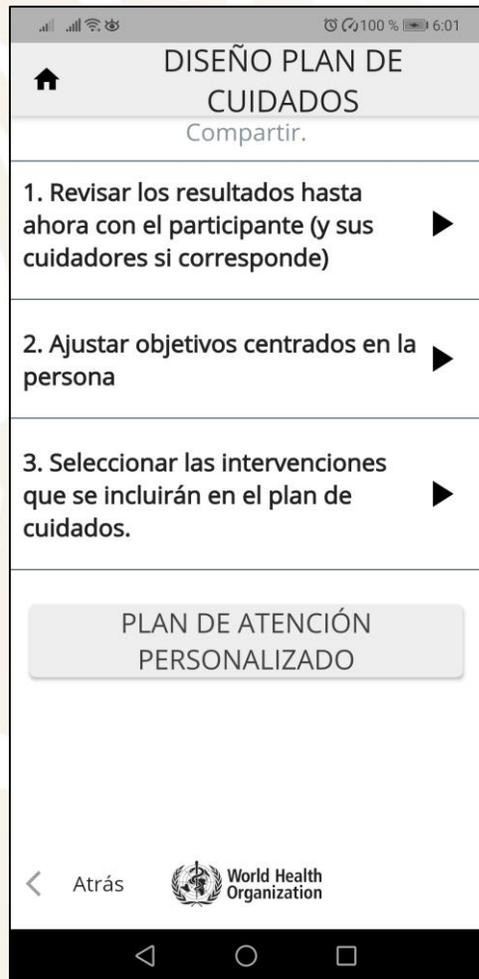
Plan de atención personalizado

Una vez completados los pasos anteriores, haga clic en el botón "Plan de atención personalizado" para acceder al mismo en versión PDF. Ahora puede compartirlo con la persona mayor, sus cuidadores (si corresponde), el asesor y (sujeto a consentimiento) con otras personas que puedan estar involucradas en su cuidado, a través de los botones Imprimir, Correo electrónico y/o Compartir.

1. Revisar los resultados hasta ahora con el participante (y sus cuidadores si corresponde)

2. Ajustar objetivos centrados en la persona

< Atrás Siguiente >



DISEÑO PLAN DE CUIDADOS

MOVILIDAD

Movilidad limitada

Aquí están las intervenciones propuestas para el Plan de Atención. Haga clic en la casillas de las intervenciones que quiera incluir en el Plan de Atención personalizado final.

1. Proponer ejercicios multimodales con supervisión estrecha

Combina ejercicios y entramiento funcional (cross-training) para reforzar la musculatura lumbopélvica, abdominal y glútea (el core) y la parte inferior del cuerpo. El programa de ejercicios multimodales debe adaptarse a las capacidades y necesidades de cada persona.

El proyecto Vivifrail propone una guía práctica para elaborar un programa de ejercicios adaptado a las capacidades:
<http://www.vivifrail.com/resources>

< Atrás Siguiente >

DISEÑO PLAN DE CUIDADOS

MOVILIDAD

ENTORNO FÍSICO Y SOCIAL

¿Necesita alguna de las siguientes intervenciones?

Evaluar el entorno físico para reducir el riesgo de caídas

Incluir intervenciones para prevenir las caídas, como las adaptaciones en la vivienda

Evaluar y ofrecer algún dispositivo de apoyo a la movilidad

Proporcionar espacios seguros para caminar

< Atrás Siguiente >

DISEÑO PLAN DE CUIDADOS

NUTRICIÓN

En riesgo de malnutrición

Ofrecer consejos sobre alimentación

Evaluar la posibilidad de darle suplementos nutritivos orales si el paciente es incapaz de mejorar la ingesta alimentaria

Vigilar el peso meticulosamente

Proponer ejercicios multimodales

< Atrás Siguiente >

DISEÑO PLAN DE CUIDADOS

Tratar las enfermedades oftalmológicas

Abordar las deficiencias visuales

Revisar y actualizar la graduación de las lentes u ofrecer lentes nuevas

Valorar rehabilitación ocular, con dispositivos de apoyo como lupas móviles o fijas

HIPERTENSIÓN

Tratar la hipertensión y abordar los factores de riesgo cardiovascular

DIABETES

Tratar la diabetes y abordar los factores de riesgo cardiovascular

Derivar a un servicio especializado de oftalmología para el control anual de retinopatías

< Atrás Siguiente >

DISEÑO PLAN DE CUIDADOS

VISIÓN

Entorno físico y social

¿Necesita alguna de las siguientes intervenciones?

Introducir adaptaciones en la vivienda (iluminación, contraste de colores) para prevenir caídas

Ofrecer consejos sobre la vida cotidiana cuando se tiene una deficiencia visual

Eliminar elementos peligrosos de las zonas de paso

< Atrás Siguiente >

DISEÑO PLAN DE CUIDADOS

HUMOR

Depresión

Aquí están las intervenciones propuestas para el Plan de Atención. Haga clic en la casillas de las intervenciones que quiera incluir en el Plan de Atención personalizado final.

1. Tratar la depresión

Las personas mayores a quienes se diagnostica depresión mayor en general necesitan atención especializada. Deben recibir asesoramiento y tratamiento según lo recomendado en la Guía de intervención mhGAP de la OMS.

http://www.who.int/mental_health/mhgap/mhGAP

< Atrás Siguiente >

DISEÑO PLAN DE CUIDADOS

B. Necesidades de apoyo social

Considerar:

- derivación a un servicio especializado de asesoría económica
- asesoramiento sobre delegación de la gestión económica con protección contra estafas

Estudiar las maneras de mejorar:

- las relaciones sociales estrechas (cónyuge, familia, amigos, mascotas)
- los recursos locales de la comunidad (clubes, grupos religiosos, centros de día, deporte, recreación, educación)
- las oportunidades de contribuir (voluntariado, empleo)
- la conectividad con las tecnologías de la comunicación

< Atrás Siguiente >

DISEÑO PLAN DE ATENCIÓN

RESUMEN INTERVENCIONES

Las siguientes intervenciones serán incluidas en el plan de atención personalizado (PDF)

CAPACIDAD LOCOMOTRIZ

1. Proponer ejercicios multimodales con supervisión estrecha
2. Evaluar la derivación a rehabilitación
3. Evaluar la posibilidad de incrementar la ingesta de proteínas dado que la absorción proteica disminuye con la edad, conviene recomendar a las personas mayores que consuman alimentos con muchas proteínas. Se recomienda una ingesta proteica de 1,0-1,2 g por kg de peso corporal para las personas mayores sanas. Una persona que se está recuperando de una pérdida de peso, de alguna enfermedad aguda o de un

< Atrás Siguiente >

DISEÑO PLAN DE ATENCIÓN

especializada. Deben recibir asesoramiento y tratamiento según lo recomendado en la Guía de intervención mhGAP de la OMS. http://www.who.int/mental_health/mhgap/mhGAP

APOYO Y ASISTENCIA SOCIAL

1. Considerar:
2. Estudiar las maneras de mejorar:
 - las relaciones sociales estrechas (cónyuge, familia, amigos, mascotas)
 - los recursos locales de la comunidad (clubes, grupos religiosos, centros de día, deporte, recreación, educación)
 - la conectividad con las tecnologías de la comunicación

< Atrás Siguiente >

PLAN DE ATENCIÓN PERSONALIZADO (PDF)

Descargar PDF
Descarga o visualiza el PDF en tu dispositivo

Imprimir PDF
Imprimir PDF usando una impresora conectada al dispositivo

Compartir PDF
Comparte el PDF por email, mensaje de texto y más

FINALIZAR

< Atrás Siguiente >

Década del Envejecimiento Saludable (2020-2030)

La Asamblea General de las Naciones Unidas declaró 2021-2030 la Década del Envejecimiento Saludable.

La Década del Envejecimiento Saludable 2020-2030 es la principal estrategia para lograr y apoyar las acciones destinadas a construir una sociedad para todas las edades.

Se basa en la orientación previa de la OMS, como son:

1. La Estrategia Mundial de la OMS sobre el Envejecimiento y la Salud.
2. El Plan de Acción Internacional de las Naciones Unidas para el Envejecimiento.
3. Los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 de las Naciones Unidas.

Década del Envejecimiento Saludable (2020-2030)

Área de acción:

- I. **Cambiar la forma en que pensamos, sentimos y actuamos hacia la edad y el envejecimiento.**
- II. **Asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores.**
- III. **Ofrecer atención integrada centrada en la persona y servicios de salud primaria que respondan a las personas mayores**
- IV. **Brindar acceso a la atención a largo plazo para las personas mayores que la necesitan**

¡GRACIAS!



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO
NACIONAL
DE GERIATRÍA

