

Calidad de vida en la 3ª edad

➤ **Duración: 60 horas.**

➤ **Objetivos:**

Los objetivos concretos del texto son:

- Presentar los conocimientos básicos sobre Gerontología.
- Conocer la Gerontología como ciencia multidisciplinar.
- Adquirir los conocimientos necesarios para realizar y tramitar los servicios en Gerontología.
- Comprender la realidad del mayor.
- Conocer el funcionamiento cognitivo de las personas mayores.
- Conocer las principales demencias y las estrategias de intervención.
- Contribuir a desarrollar las destrezas que son necesarias para facilitar atención a las personas mayores.
- Cualificar a los profesionales que tienen relación con los servicios sociosanitarios y a los cuidadores ocasionales para procurar atenciones básicas al mayor dependiente.
- Diferenciar entre envejecimiento normal y envejecimiento patológico.
- Conocer las actuaciones más adecuadas para mejorar la calidad de vida al mayor, al mayor dependiente y al cuidador.
- Prevenir la soledad y el aislamiento social de la vejez.
- Informar y asesorar a familiares y cuidadores informales de personas mayores.

Las tendencias demográficas europeas, particularmente desde la segunda mitad del siglo XX, han conducido a que sólo en algunos países de la Unión Europea se experimenten débiles incrementos positivos de sus efectivos demográficos, mientras que en los otros, se estancan o incluso retroceden.

La población envejece. Las perspectivas en cuanto al aumento de las cifras y proporciones de personas de la tercera edad son impresionantes. Entre los años 2000 y 2050, la proporción mundial de personas de más de 65 años se espera que alcance más del doble de la actual: Del 7% al 16,5%. La proporción de personas muy mayores (más de 80 años) aumentará durante este período de 1,9% al 4,2%. La población de personas centenarias en 2050 será 16 veces mayor que en 1988 (2,17 millones frente a 135.000), con la relación hombre/mujer de personas centenarias bajando a 1 por cada 4, aproximadamente.

Ésta es también la realidad de la España de hoy. Según datos proporcionados por el IMSERSO, el 17,35% de la población española actual está formada por personas mayores de 65 años, con lo que siete millones de personas están integradas en este colectivo. Pero no queda ahí el caso ya que las previsiones para el año 2025 son que más del 21% de la población forme parte de ese grupo, siendo mucho mayor el ascenso en el número de personas de más de 80 años, es decir, no sólo crece el número de personas de la tercera edad, sino que dentro de ese colectivo el mayor aumento se está produciendo y se producirá entre el sector de los más mayores (que necesita de más cuidados).

Según un informe de la ONU, presentado por el Director de la División de Población de las Naciones Unidas el 28 de Febrero de 2001 en Nueva York, España será en el 2050 el país con la población más envejecida del mundo.

La necesidad de aumentar el número de profesionales que atiendan este sector y satisfacer sus necesidades es una cuestión de primordial actualidad y una demanda que la sociedad comienza a plantearse: la presencia cada vez más significativa de personas mayores en nuestra sociedad tanto actual como futura provoca que cada vez sea mayor el número de profesionales que se dedican o tendrán que dedicarse a satisfacer las necesidades de ese colectivo y a tratar de mejorar la calidad de vida de los mismos.

España no cuenta con el número de plazas necesario en residencias de ancianos, en la actualidad existen en torno a unas 185.000 plazas, o sea, algo menos del 3% del colectivo de mayores, por lo que en breve plazo debiera producirse un incremento considerable del número de plazas residenciales para mayores, centros de día, residencias de descanso, etc., con lo que la demanda de profesionales en este sector experimentará un considerable aumento. De aquí la necesidad expresada por los organismos internacionales de la creación de Centros y Programas formativos tendentes a realizar tareas de formación de profesionales que dediquen su actividad al cuidado y atención de las personas mayores.

Si tenemos en cuenta los informes anteriores, las necesidades de formación para atender a las demandas de una sociedad envejecida irán en aumento en los próximos años. Profesionales como Geriatras, Gerontólogos, Psicólogos, Personal de Enfermería, Terapeutas Ocupacionales, Auxiliares de Ayuda a Domicilio, etc., verán como se hace necesaria una actualización permanente en este campo de la formación sociosanitaria en el ámbito de las personas mayores.

Esta formación, esta actualización de conocimientos sobre el envejecimiento y sus consecuencias, no sólo se hace necesaria desde la óptica de la vida profesional. En la actualidad, en España, es muy alto el número de personas pertenecientes a la tercera edad que continúan en sus domicilios atendidos por familiares y amigos y, las previsiones, anuncian que seguirán siendo altos el número de hogares en los que la presencia de mayores serán una constante. Aquí surge la necesidad de que la población, en general, y los que cuidan de forma ocasional a sus mayores posean un conocimiento sobre el tema para adecuar las actividades de la vida diaria a esos patrones de conducta que favorezcan un envejecimiento satisfactorio lleno de calidad de vida.

Cada uno de nosotros envejece de una forma específica y diferente; factores genéticos y ambientales se combinan para ajustar cómo será nuestra forma de envejecer. No obstante, ya sea por cuestiones genéticas, ambientales o por una interacción de ambas, una cosa sí es segura, y es que para que tengamos un envejecimiento saludable, para que tengamos salud hasta una edad avanzada, hay que adoptar una serie de hábitos, evitando conductas de riesgo, desde una edad temprana de la vida e incorporando unos patrones de conducta, como llevar una dieta equilibrada, practicar una actividad física moderada, etc., con ello estaremos contribuyendo a mantenernos en las mejores condiciones físicas y mentales. Debemos ser conscientes de que la salud es una preocupación de todos, todos somos protagonistas; y a ello queremos contribuir con esta obra.

Es necesario promover la formación de profesionales en Geriatria y Gerontología. Muchos profesionales sanitarios no conocen los problemas específicos de las personas de mayor edad.

En muchos países no hay formación profesional específica para aquéllos que trabajan con personas mayores, incluyendo a los médicos. Por ello muchos profesionales sanitarios no conocen con precisión los problemas y cuestiones sociosanitarias relativas a las personas de mayor edad.

Promover la formación profesional en Gerontología y Geriatria es un objetivo a tener en cuenta en la adopción de medidas futuras ante el proceso de envejecimiento de la población. Por ello se ha considerado que hay una necesidad urgente de ampliar la formación en Geriatria y Gerontología para todos los profesionales de la salud del sector de servicios sociales. Los cuidadores informales e incluso los familiares también necesitan acceso a información y formación profesional básica en la atención a personas mayores.

Esta obra quiere contribuir a que los diferentes profesionales en atención gerontológica puedan obtener los conocimientos adecuados con el fin de dotarlos de las nociones y técnicas necesarias para abordar de una manera completa el cuidado y la atención de las personas mayores.

Así, consideramos, que está especialmente dirigida a:

Médicos, Gerontólogos, Psicólogos, Personal de Enfermería, Trabajadores Sociales, Fisioterapeutas, Terapeutas Ocupacionales, Graduados Sociales, Responsables de Servicios Sociales, Organismos y Asociaciones de Asistencia y Atención Social, Personal de Residencias y Centros de Día, Cuidadores Informales, así como a todo aquél que desee introducirse en los aspectos bio-psico-sociales que conforman la realidad multidisciplinar del mayor.

➤ **Contenidos:**

Agradecimientos

Prólogo

Objetivos

Introducción

CAPÍTULO 1.

- Gerontología y Geriatria.

CAPÍTULO 2.

- Demografía del envejecimiento:
- El envejecimiento y la vejez en la actualidad.

CAPÍTULO 3.

- El envejecimiento: Causas y consecuencias.

CAPÍTULO 4.

- Procesos cognitivos y tercera edad.

CAPÍTULO 5.

- Procesos cognitivos y tercera edad (II).

Glosario

Referencias y Bibliografía