



GUÍA TEÓRICO-PRÁCTICA PARA EL ENTENDIMIENTO Y MANEJO DE LA PERSONA EN PROCESO DE ENVEJECIMIENTO



OBJETIVO



Dar a conocer el proceso de envejecimiento y sus repercusiones, de una forma didáctica con un lenguaje sencillo. Con el propósito de mejorar las condiciones de los mayores, su familia y de quienes los cuidan; favoreciendo el entendimiento y dando pautas prácticas y sencillas sobre su manejo. A demás generando funcionalidad, independencia y calidad de vida.



OBJETIVOS ESPECIFICOS



- 1- Identificar las características de la personalidad
- 2- Comprender las modificaciones de los diferentes órganos y sistemas que constituyen el cuerpo humano con el proceso de envejecimiento.
- 3- Reconocer los signos y síntomas que caracterizan las diferentes patologías propias de los adultos mayores.
- 4- Adquirir las habilidades y destrezas para el adecuado manejo del adulto mayor institucionalizado y en casa.

Para qué?



Es importante establecer la diferencia entre el envejecimiento (*proceso vital natural*) y las limitaciones o cambios relacionados con la presencia de alteraciones somáticas y/o psíquicas que van a repercutir en la calidad de vida del adulto mayor.





Cómo?



La persona debe ser abordada en su unidad, con sus peculiaridades físicas y psíquicas (*vida personal, social, profesional, disminución de las capacidades corporales, físicas e incluso intelectuales*) así como descubrir posibles deleites, a pesar de las limitaciones reales o imaginadas.

FISIOTERAPIA Y PSICOMOTRICIDAD LA PUERTA HACIA UNA VIDA SALUDABLE



Fisioterapia:



Es el arte y la ciencia del tratamiento por medio del ejercicio terapéutico que tiene como fin alcanzar y mantener la rehabilitación funcional y de evitar disfunción o deformidad.

Psicomotricidad geriátrica:

Técnica que tiende a favorecer por el dominio del movimiento corporal, la relación y la comunicación que se va a establecer con el mundo que rodea a la persona.



ENVEJECIMIENTO EXITOSO



Es una habilidad para mantenerse en bajo riesgo de enfermedad con un alto nivel de actividad física y mental, y decididamente comprometido con la vida por medio del mantenimiento de relaciones interpersonales y la participación en actividades significativas.

ABUELO SANO



- PROGRAMA DE EJERCICIOS PARA MANTENIMIENTO:
- FÍSICO
- COGNITIVO
- EMOCIONAL
- ESPIRITUAL

NIVEL COGNITIVO: ABUELO CONFUNDIDO



- FALTA DE ATENCIÓN
- DEPRESIÓN
- SINTOMAS DE LA DEPRESIÓN
- TOMA DECISIONES
- USO DEL TIEMPO LIBRE
- LA FAMILIA
- LOS AMIGOS



ABUELO QUE CAE



- POSTURA Y MARCHA
- CAUSAS MAS FRECUENTES DE LAS CAÍDAS (INTRINSECAS Y EXTRINSICAS)
- CÓMO EVITAR CAÍDAS
- DAÑOS EMOCIONALES
- PRIMEROS AUXILIOS





ABUELO ENFERMO



- ENFERMEDADES MAS FRECUENTES
- CUIDADOS ESPECIALES
- FUNCIONALIDAD
- INTEGRALIDAD
- ENTRETENIMIENTO
- FAMILIA Y AMIGOS



NIVEL EMOCIONAL: ABUELO INTERESADO



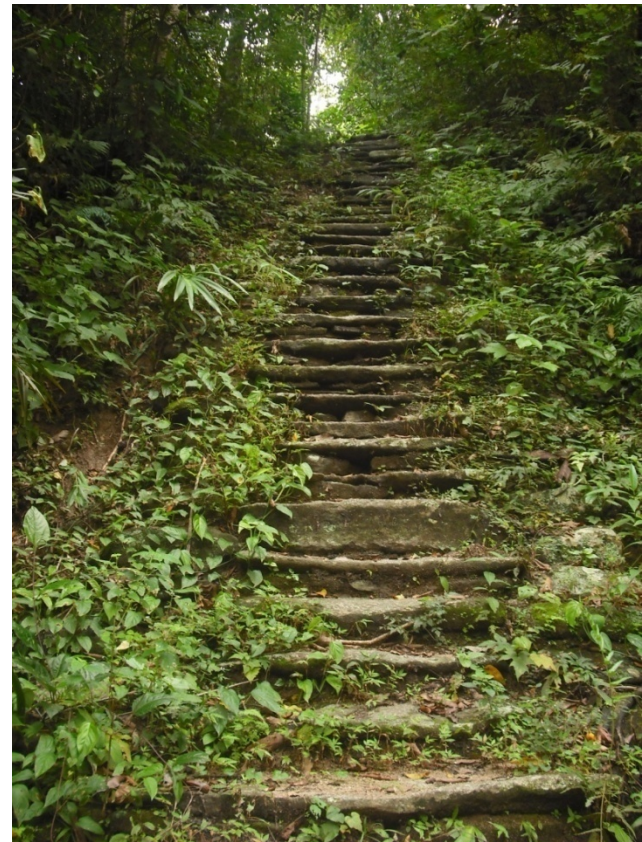
- Devolver a los mayores el interés por desarrollar un pasatiempo
- Mantener el cuerpo funcionando adecuadamente para sus necesidades cotidianas
- Estimular sentimiento de responsabilidad
- Desarrollar sus ideas
- Aprovechar la experiencia adquirida
- Conservar la vida útil



NIVEL ESPIRITUAL: ABUELO SABIO



- Integrarlos a la comunidad
- Servicio social
- Fortalecimiento espiritual
- Redes de apoyo
- Intercambio de experiencias



GRACIAS



SANDRA PATRICIA SILVA PRECIADO
FISIOTERAPEUTA

PSICOMOTRICISTA GERIATRICA

CONSULTORIO: CALLE 86^a # 13^a - 09 (702)

CEL. 310-267-17-24

TEL. 6-22-36-18

SANDRISILVA@HOTMAIL.COM

SABIDALTDA@GMAIL.COM