

Dirección General de Salud
Dirección de Centros Comunitarios y Regulación Sanitaria
Responsable: Dr. Gregorio García Hernández
Dirigido a: Personas de la Tercera Edad



ADULTO MAYOR

ANTECEDENTES.-

La constante modificación en la composición de las pirámides poblacionales y en el ámbito epidemiológico, son elementos primordiales para la comprensión de la morbilidad y mortalidad e indispensables para la plantación de estrategias de acción en salud en los diferentes niveles de atención.

Actualmente a nivel mundial se observa el envejecimiento de la población, es decir los adultos mayores de 60 años, están ocupando un gran porcentaje de la población, y las tendencias indican que continuará en ascenso. Lo anterior provoca un incremento en las enfermedades crónico degenerativas, propias del adulto mayor, en donde los estilos de vida representan un aspecto fundamental en la presentación de factores de riesgo para el inicio y evolución de este grupo de enfermedades.

En el Estado de Nuevo León en los últimos tres años, la mortalidad general se caracterizó, como en el resto del país, por las enfermedades crónicas degenerativas, destacando entre ellas la Diabetes y Enfermedades del Corazón, que ocuparon el primero y segundo lugar respectivamente.

Dentro de estos padecimientos es importante mencionar los factores de riesgo que están presentes en el desarrollo y evolución de estas enfermedades, de los cuales algunos no son modificables como los antecedentes heredofamiliares, edad, sexo; existiendo otros que son modificables como obesidad, tabaquismo, alcoholismo, sedentarismo, malos hábitos higiénico-dietéticas, estrés y contaminación.

Tomando en cuenta lo anterior, se marca la pauta hacia donde se deben dirigir las acciones para trabajar sobre los factores que pueden ser modificables. Por esto la Dirección de Centros Comunitarios y Regulación Sanitaria a implementado el Programa de Atención al Adulto Mayor con actividades dirigidas a la promoción y educación para la salud en donde personal medico, enfermeras y promotoras voluntarias, realizan acciones con la población, para que identifiquen los factores de riesgo y su manera de prevenirlos y a los que presentan la enfermedad acciones para mejorar su calidad de vida.

OBJETIVO.-

Difundir entre la población nicolaíta el conocimiento de los **factores de riesgo modificables** para las enfermedades crónico degenerativas, promover la prevención de los mismos, así como la detección oportuna para en caso necesario incorporar al paciente a un esquema de tratamiento que permita el control de la enfermedad

**ENCUESTA DE DETECCION INTEGRADA.-
Cuestionario de factores de riesgo**

1. ¿tiene diabetes y no lo sabe?

En donde de acuerdo al resultado obtenido, si es positivo se toma una gota de sangre de la yema del dedo índice de la mano derecha, se coloca en una tira reactiva la cual se coloca en un glucómetro que después de 30 segundos nos da la lectura de la glucosa, y de acuerdo al resultado se ingresa a tratamiento no farmacológico (dieta y ejercicio) o farmacológico (tratamiento individualizado), si resulta negativo se realiza la detección hasta dentro de un año.

2. ¿sabe que su peso puede ser un riesgo para su salud?

En donde previa medición del peso y estatura se obtiene el índice de masa corporal, el cual de acuerdo al resultado se clasifica en normal que deberá realizarse la detección como sigue:

*cada 3 años si tiene de 20 a 39 años.

*cada 2 años si tiene de 40 a 59 años.

*cada año si tiene mas de 60 años.

3. ¿tiene Hipertensión arterial y no lo sabe?

A través de la toma de de la tensión arterial y de las cifras encontradas se clasificara como paciente con presión arterial optima o normal, normal alta o hipertenso, los cuales deberán acudir al medico para recibir el tratamiento adecuado.

4. ¿sabe cuanto mide su cintura?

Mediante medición con cinta se determina el riesgo para patologías crónico degenerativas, se considera factor de riesgo para mujeres una medición mayor de 85 centímetros y para hombre mayor de 95 centímetros.

**Informes al: 81-58-13-09 o en Jorge González Camarena # 103, Colonia Valle Dorado,
San Nicolás de los Garza, N.L.
Horario de Lunes a Viernes de 8:00 a.m. a 4:00 p-m-**

Actualización 13-Feb-09