

El 32% de los adultos mayores de la Región de Los Lagos tiene algún problema de salud permanente

En el caso de los habitantes pertenecientes a la cuarta edad, la proporción aumenta a un 50%. La principal condición que presentan es dificultad física o de movilidad.

Un nuevo estudio realizado por el programa de Conocimiento e Investigación en Personas Mayores (Cipem), reveló que el 32,1% de los adultos mayores de la Región de Los Lagos padece algún problema permanente de sa-

lud, estando por sobre el promedio a nivel nacional (28%), mientras que para la cuarta edad (mayores de 80 años) esta proporción llega a un 50,4%.

El informe, elaborado por la Facultad de Gobierno de la Universidad del Desarrollo y Caja Los Héroes, está basado en los resultados de la Encuesta Casen 2017 y contempla condiciones como ceguera, sordera, dificultad mental o intelectual, dificultad psiquiátrica, mudez y dificultad física y/o de movilidad que fueron agrupadas en dos grupos: tiene o no tiene alguna condición. En el caso de la Región de Los Lagos, el principal problema que pre-

senta este segmento de la población es la dificultad física o de movilidad con un 20,8%, seguido por ceguera o dificultad para ver (8,9%), sordera o dificultad para oír (7,9%), dificultad mental o intelectual (2,5%), mudez o dificultad en el habla (2,3%), y dificultad psiquiátrica (1,4%).

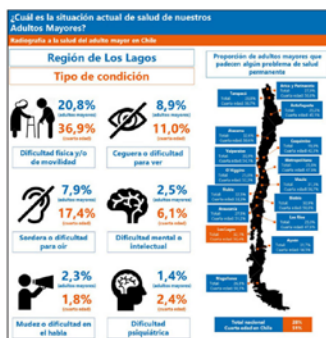
Otro aspecto que reveló el informe tiene relación con la situación de dependencia de los adultos mayores, donde un 17,1% de la tercera edad recibe ayuda de otras personas para realizar distintas acciones, proporción de que se eleva a un 41,6% en el caso de la cuarta edad. Respecto a la salud de los adultos mayores en Chile, el director académico de Cipem, Mauricio Apablaza aseguró que "a nivel internacional, Chile es el país 32 con mayor esperanza de vida saludable al nacer alcanzando los 69,7 años. Para quienes alcanzan los 60 años, la esperanza de vida saludable alcanza los 18 años ubicándose entre los 30 primeros del mundo y liderando las estadísticas para Sudamérica. A nivel nacional un 28% de la población adulto mayor presenta algún tipo de condición permanente siendo la más extendida la dificultad física o de movilidad que afecta el 18% del grupo etario. Las cifras aumentan a 41% y 37% cuando se analiza la

cuarta edad."

En base a esto, el director de Cipem y gerente de Asuntos Corporativos de Caja Los Héroes, Germán Lafrentz, recalzó que "es fundamental analizar las cifras de este estudio a nivel nacional y regional, con el objetivo de tomar medidas que vayan en beneficio de los adultos mayores y les ayude a mejorar su calidad de vida. En ese aspecto, es importante fomentar los exámenes preventivos para el adulto mayor junto con otras medidas que apunten al cuidado de la salud de este segmento de la población".

Qué es el CIPEM

El Programa de Conocimiento e Investigación en Personas Mayores (CIPEM) es una instancia impulsada por la Universidad del Desarrollo y la Caja de Compensación Los Héroes, la cual busca generar conocimiento en ámbitos que permitan contribuir a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, apuntando a ser un aporte a la creación de políticas públicas y a la generación de herramientas que impacten positivamente en temas como salud, transporte, empleo, situaciones de dependencia o recreación, entre otros.



Invitan a fortalecer salud mental con participación comunitaria y vida sana

Fortalecer la salud mental para prevenir enfermedades y la pesquisa oportuna de personas en riesgo suicida, es el principal mensaje que los profesionales del Servicio de Salud del Reloncaví difundieron en el marco del Día Mundial de la salud Mental que se conmemora cada 10 de octubre.

Para tener una mente saludable es indispensable adoptar hábitos tendientes a ello, explica Consuelo Escobar, terapeuta ocupacional del Departamento de Salud Mental del Servicio de Salud. "Alimentación sana, hacer ejercicio, compartir con amigos y familia, participar de actividades en comunidad, fomentar buenos ambientes laborales y disfrutar del aire libre, son actos que permiten prevenir enfermedades de salud mental como la depresión". Esta última es una patología muy

prevalente en Latinoamérica, en relación a ello el psiquiatra Cristóbal Camplá, jefe de la Unidad de Salud Mental del Hospital de Frutillar, indica que la estimación es que una de cada tres personas, sufrirá una enfermedad del ánimo. "Para detectar esta patología hay que poner atención a la pérdida de interés, más cansancio, disminución de energía, entre otras, pero hay que tener presente que no es lo mismo una depresión en la adolescencia que en un adulto mayor", aclara.

Pesquisar a tiempo y una buena adhesión al tratamiento, es fundamental para lograr recuperarse y no tener recaídas, "todo depende de la gravedad, no siempre es necesario un psiquiatra, eso se determina en las primeras atenciones en su Cefsam ya sea con el psicólogo, médico, asistente social u otro, ellos derivarán si es necesario", señala Camplá.

Otro dato a tener en cuenta, explican los profesionales, es que las atenciones en mayores de 15 años, están garantizadas, es decir, son GES, lo que significa que desde el diagnóstico hay un plazo de 30 días para iniciar su atención en el CESFAM.

El año 2018, fueron más de 13 mil personas en las provincias de Llanquihue y Palena quienes se encontraban en tratamiento por enfermedades de salud mental en los establecimientos de atención primaria, es decir, CESFAM, hospitales de baja complejidad, ONG, entre otras, mientras que alrededor de 4 mil personas estaban en tratamiento en algún establecimiento de mayor complejidad.

"Hospital Puerto Montt, Cosam Reloncaví y Puerto Montt, los hospitales de Calbuco y Frutillar, son establecimientos preparados para entregar atenciones más avanzadas. Ellos, además de otros programas orientados a la rehabilitación e inserción comunitaria, forman una red de salud mental para los



usuarios de la salud pública. La invitación es a consultar y a recibir orientación, eso es muy importante para prevenir", asegura Paola Vásquez, psicóloga y jefa del Departamento de Salud Mental del Servicio de Salud del Reloncaví.

Finalmente la profesional hace una invitación al autocuidado y a responsabilizarnos como comunidad en nuestra salud mental "la comunidad tiene un rol importante en la prevención hay que estar atentos para ayudar a los vecinos, amigos y en los entornos familiares, escolares y laborales".