

Determinantes claves de la salud incluidos en el programa

1. Envejecimiento activo:
 - a) Actividad y ejercicio físico.
 - b) Actividad mental.
 - c) Alimentación y nutrición.
2. Bienestar psicosocial:
 - a) Actividad social.
 - b) Prevención de la soledad.
 - c) Relación con la familia y el entorno.
 - d) Estado de ánimo y afectivo.
3. Relación y sexualidad.
4. Promoción del buen trato.
5. Autocuidados.
6. Salud bucodental.
7. Hidratación.
8. Sueño y descanso.
9. Cuidar los sentidos: vista, oído, gusto, olfato.
10. Eliminación de hábitos tóxicos: alcohol, tabaco, drogas, sedentarismo y estrés.
11. Prevención del riesgo cardiovascular.
12. Vacunación y prevención de infecciones.
13. Uso adecuado de medicamentos: adherencia, errores, automedicación, herboristería.
14. Prevención de la incontinencia.
15. Prevención del estreñimiento.
16. Prevenir caídas.
17. Seguridad vial y accidentes.
18. Prevención de riesgos ambientales: ola de calor, frío.
19. Fragilidad y sarcopenia.
20. Educación sanitaria y autocuidados.



Sociedad Española
de Geriatria y Gerontología



Sociedad Española
de Geriatria y Gerontología



Curso de formador de formadores

Determinantes claves para un envejecimiento activo

FECHA: 25 de febrero de 2016

HORARIO: de 16:30 a 20:30 horas

DURACIÓN: 4 horas

LUGAR DE CELEBRACIÓN: Hotel AC Santa Paula

c/ Gran Vía de Colón, 31 · 18001 Granada

NÚMERO DE PLAZAS: 50

Dirigido a profesionales de Medicina y Enfermería de Atención Primaria y Geriatria



Actividad Acreditada con
0,9 créditos por la Comisión
de Formación Continuada de
las Profesionales Sanitarias de la
Comunidad de Madrid-SNS



Declarado de Interés Sanitario
por el Ministerio de Sanidad,
Servicios Sociales e Igualdad

La población española mayor de 65 años es de 8,2 millones de personas aproximadamente, estando en relación directa con la esperanza de vida que se sitúa en 82,1 años, aunque no siempre se asocia a una buena calidad de vida.

A medida que aumenta la esperanza de vida, hay también un aumento de las enfermedades crónicas estrechamente vinculadas a la fragilidad y a la dependencia.

La mayoría de las enfermedades crónicas son prevenibles y por ello la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG) y la Sociedad Andaluza de Geriatria y Gerontología (SAGG) ponen en marcha el programa de Promoción de la Salud y Prevención de la Dependencia para alcanzar el mejor estado de salud y lograr un envejecimiento activo.

METODOLOGÍA

El programa de Promoción de la Salud y Prevención de la Dependencia se basa en la metodología "formador de formadores" a través de talleres presenciales y educación en cascada, entregando a los asistentes material docente elaborado en formato electrónico y recogido en un dispositivo que será entregado a cada asistente. Estos profesionales quedarán capacitados para formar al resto de profesionales de su centro de salud y servicios de geriatría, completando el proceso de reversión de la acción formativa. El material docente elaborado describe 18 determinantes claves de salud para lograr un envejecimiento activo.

ACREDITACIONES

El programa de Promoción de la Salud y Prevención de la Dependencia tiene valor curricular y cuenta con la acreditación correspondiente de la Comisión de Formación Continuada del SNS.

El asistente también obtendrá el certificado de la Comisión de Docencia de la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG).

Programa Jueves, 25 de febrero de 2016

- 16:30 h. **Promoción de la salud y prevención de la dependencia. Descripción, metodología y desarrollo**
Dr. José Antonio López Trigo
Especialista en Geriatria.
Presidente de la SEGG.
- 17:00 h. **Bienestar emocional y deterioro cognitivo**
Dr. José Manuel Marín Carmona
Especialista en Geriatria. Centro de Envejecimiento Saludable. Ayto. Málaga
Presidente de la SAGG.
- 17:30 h. **Enfermedades que se pueden prevenir y/o evitar con las vacunas**
Dr. Primitivo Ramos Cordero
Especialista en Geriatria.
Secretario general de la SEGG.
- 18:00 h. Descanso
- 18:30 h. **El envejecimiento activo desde Atención Primaria. Hábitos de vida saludable . Alimentación, nutrición y actividad física. Educación sanitaria y autocuidados**
D.ª María Inés Carmona Rega
Enfermera Gestora de Casos. Centro de Salud Santa Fé (Granada).
- 19:00 h. **Prevención de síndromes geriátricos (caídas, estreñimiento, incontinencia urinaria, polifarmacia, etc.)**
Dra. Isabel Ródenas Iruela
Especialista en Geriatria. H. Universitario San Rafael de Granada.
Vocal por Granada de la SAGG.
- 19:30 h. **Conclusiones**
Dr. Javier García Monlleó
Especialista en Geriatria. H. Universitario San Rafael de Granada.
Vicepresidente de la SAGG.