

# La experiencia de la intersectorialidad en Canarias

Recomendaciones para trabajar el envejecimiento saludable en los municipios

Madrid, 16 noviembre de 2023

María Concepción Brito Núñez

Presidenta Federación Canaria de Municipios

José Fernando Díaz-Flores Estévez

Director General Salud Pública. Servicio Canario de la Salud)







## ESTRATEGIA CANARIA "ISLAS Y MUNICIPIOS PROMOTORES DE SALUD"

Estrategia para el Abordaje de la Cronicidad en el Sistema Nacional de Salud

Informe de evaluación y líneas prioritarias de actuación

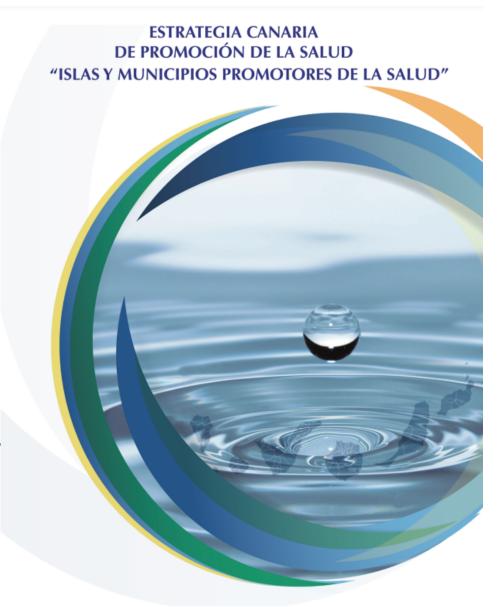
Estrategia de promoción de la salud y prevención en el SNS

En el marco del abordaje de la cronicidad en el SNS

Estrategia aprobada por el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud el 18 de diciembre de 2013

NFORMES, ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN 2014



















# ESTRATEGIA CANARIA "ISLAS Y MUNICIPIOS PROMOTORES DE SALUD"



# Fomentar la calidad de vida de la ciudadanía canaria en el marco de la EPSP



- PROMOVER LA ESTRATEGIA, SU CONOCIMIENTO E IMPLEMENTACIÓN.
- PROMOVER LA COORDINACIÓN INTERSECTORIAL.
- GARANTIZAR LA GOBERNANZA CANARIA EN SALUD
- · PROMOVER LA ALFABETIZACIÓN
- PROMOVER PROCESOS DE DESARROLLO COMUNITARIO.

- · CONSOLIDAR EL DESARROLLO DE LA IMPLEMENTACIÓN LOCAL A TRAVÉS DE LA ADHESIÓN.
- CONSTITUIR COMISIONES TÉCNICAS PERMANENTES
- CELEBRAR UN ENCUENTRO REGIONAL ANUAL
- · CELEBRAR UN SEMINARIO ANUAL CENTRADO EN LA ÉTICA A LAS PERSONAS
- PROMOVER UNA FERIA CANARIA DE LA SALUD
- PROMOVER CURSOS DE CAPACITACIÓN PROPUESTOS POR EL MINISTERIO
- PROMOVER "LOS CÍRCULOS DE LA VIDA" COMO GUÍA METODOLÓGICA Y LAS ACCIONES VINCULADAS
- DESARROLLAR EL CANAL DE COMUNICACIÓN "CANARIASALUDABLE"

# Encuentros y Jornadas de Bioética ECIMPS







08**NOV**2019 LOS LLANOS DE ARIDANE - **La Palma** 



ENER EN CUENTA LA SALUD RIGNIFICA UN GOBIERNO MÁS EFICAZ

UN GOBIERNO MÁS EFICAZ SIGNIFICA UNA MEJORA DE LA SALUD

ESTRATEGIA CANARIA ( "ISLAS y MUNICIPIOS PROMOTORES DE LA





Canarias, horizonte de salud.

#### IV ENCUENTRO REGIONAL

Islas y municipios promotores de la salud 0-11 NOV 2022 San Bartolomé - Lanzarote



















26 Y 27 - OCT 2023

VILLA DE LA OROTAVA - TENERIFE









#### **V ENCUENTRO REGIONAL**

Islas y Municipios Promotores de la Salud

"PROMOVIENDO COMUNIDADES SALUDABLES"





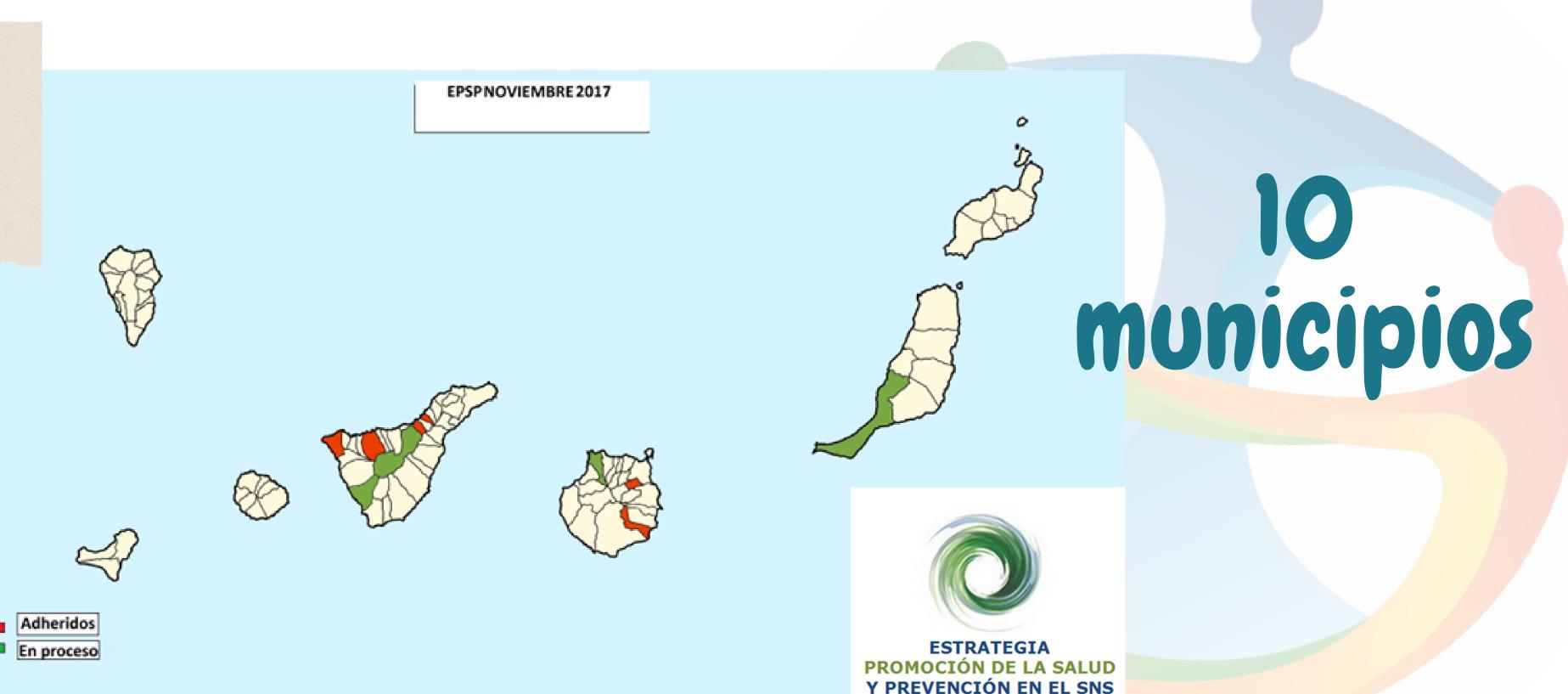




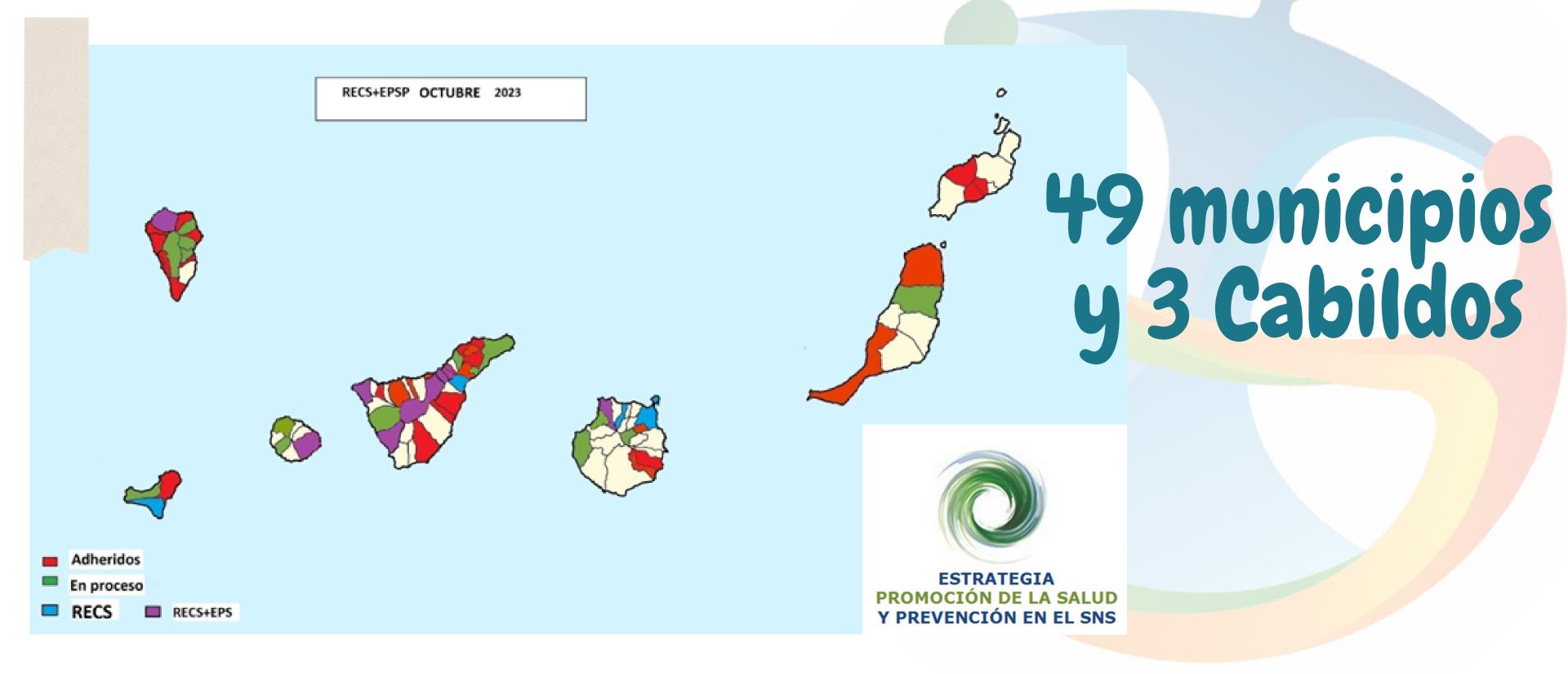




# Número de municipios adheridos en 2017



# Número de municipios adheridos en 2023





# EL PUNTO DE PARTIDA

Vov 2020

Comisión de Bienestar Social y Sanidad de la FECAM Posible aislamiento, cambios en su vida diaria, soledad, etc

¿Efectos de la Pandemia en los mayores?



Invitamos a los Ayuntamientos a compartir con nosotros acciones y proyectos orientados al envejecimiento saludable y medidas protección frente a la COVID

# Información de 35 municipios

# Algunas conclusiones:





LA PANDEMIA HABÍA MODIFICADO LA PRESTACIÓN DE ALGUNOS SERVICIOS MUNICIPALES OBLIGANDO A REDISEÑAR, REDEFINIR PROGRAMAS EXISTENTES Y PONER EN MARCHA OTROS NUEVOS ADAPTADOS A LAS NECESIDADES DE LOS MAYORES.



# Nueva consulta:

# Información de 48 municipios

Objetivo: Actualizar datos y avanzar en el trabajo intersectorial

SINTESIS DE LAS PRINCIPALES
ACCIONES ORIENTADAS AL
ENVEJECIMIENTO SALUDABLE
DENTRO DE LAS LÍNEAS DE LA
ESTRATEGIA





Líneas estratégicas del Ministerio	ACCIONES PARA PROMOVER EL ENVEJECIMIENTO SALUDABLE APORTACIONES DE LOS MUNICIPIOS									
Actividad física y sedentarismo	Gimnasia terapéutica de mantenimiento, gimnasia adaptada, gerontogimnasia,	Yoga y pilates Jaichi	Paseos saludables y caminatas en grupos reducidos	Actividades musicales coreografiadas: Ballotarapia y zumba	Senderismo guiado por monitores en grupos reducidos	Talleres sobre envejecimiento activo	Servicio de fisioterapia rehabilitadora: movilidad articular	Natación dirigida		
Alimentación	Servicio de asesoría municipal y educación alimentaria									
Tabaco	Chala preventiva de Tabaco									
Alcohol										
Bienestar emocional	Talleres de habilidades sociales y emocionales para el fomento del autoconocimiento, la autocontrol, la motivación y la prevención de la depresión	Relajación y afrontamiento de la ansiedad	Taller de autocuidado personal	Charlas sobre temas de actualidad en las que se fomente el debate posterior	Risoteracia	Abordaje de sentimientos de soledad con un profesional Prevención de la soledad mediante el acompañamiento	Emociones y salud - Taller Gestión emocional - Taller	Atención psicológica	Taller de gestión del duelo	Formación para personas cuidadoras de dependientes
Otros	Canto Baile canario Clases instrumentos musicales canarios Teatro	Taller de lenguaje y Escritura. Alfabetización. Club de Lectura Formación en TIC:a	Talleres de cocina	Talleres de costura y calado	Taller de pintura y manualidades	Servicio de biblioteca móvil	Psicomotricidad fina	Taller de estimulación memoria y la atención	Promoción del voluntariado de personas mayores	Charlas de Testamento y Banca Digital. Formación.



El 60% de los Ayuntamientos que han participado en la consulta no están adheridos a la ECIMPS

2 GRUPOS DE TRABAJO

GRUPO 1: ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

CONTRASTAR qué hacen los MUNICIPIOS con la evidencia científica

GRUPO 2: IMPLEMENTACIÓN LOCAL Y PARTICIPACIÓN COMUNITARIA

Visibilizar la ECIMPS y
FORMAR a municipios recién
incorporados

# Facilitadores y barreras del trabajo intersectorial

#### DEBILIDADES

- Diferencia de resolución en actividades burocráticas en los procedimientos de las instituciones que conforman el grupo de trabajo
- Dificultad de adaptación a la metodología de trabajo

#### **FORTALEZAS**

- La promoción de la salud como objetivo común de todos los actores implicados
- Respaldo institucional
- Proximidad a los municipios
- Equipo técnico multidisciplinar

#### **AMENAZAS**

- Escasez de RRHH orientados a la promoción de la Salud
- Respaldo y reconocimiento por parte de las instituciones

#### OPORTUNIDADES

- Impulsar y visibilizar la promoción de la salud
- Potenciar el ámbito comunitario como escenario ideal para la promoción de la salud
- Potenciar la implementación de la ECIMPS y con ello, mejorar la salud y el bienestar de la población canaria.

# El resultado: La Guía

# RECOMENDACIONES PARA TRABAJAR EL ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

ACCIONES LLEVADAS A CABO POR LOS MUNICIPIOS

Evidencia científica

Con investigación

- Infografías para agilizar el contenido
- Indicadores para medir las acciones
- Impreso en papel presentación en cada una de las islas

### Índice

- 3 Presentación
- 5 Resumen ejecutivo
- 7 Introducción
- Acciones llevadas a cabo por los municipios
- Acciones con evidencia científica para un envejecimiento saludable
- Actividad fisic
- Alimentació
- Adherencia a la prescripción terapéurica
- Deterioro cog
- Autonomía e independencia en domicillo y tecnologías
- Tabaquism
- 32 Alcohol
- 34 Acciones con investigació para un envejecimiento saludable
- Soledad no desead
- 38 Bienestar emociono
  - Estado nutricional y mas
- 42 Edadis
  - Municipios amigables con los mayores

- 46 Acciones para un envejecimiento saludable ante catástrofes
- 48 Signos de alarma de fragilidad
- 49 Decálogo de accione
- 51 Indicadore
- 52 Proyectos de investigación
- 53 Glosario de términos
- 54 Autoria
- 56 Bibliografia



Recomendaciones para trabajar el envejecimiento saludable en los municipios.

"Morir joven lo más tarde posible"

Ashley Monton





#### Recomendaciones fundamentales para un envejecimiento saludable



#### Actividad Física

Actividad física que cumpla con FRECUENCIA, INTENSIDAD, DURACIÓN Y CANTIDAD adecuada.

- 30-45 min 3 días/semana
- 6 150-300 min/semana
- 2 días/semana
- \*Ejercicios Multicomponente
- 🔀 Gimnasia Adaptada
- Pilates, Tachi y Yoga
- \*Paseos saludable y caminatas
- Railoterapia y zumba
- Natación dirigida

\*Disponen de la máxima evidencia





**Alimentación** PATRÓN DE DIETA MEDITERRÁNEA.

#### Autonomía e independencia

**FACILITAR EL USO DE LAS TECNOLOGÍAS EN EL HOGAR PARA POTENCIAR** LA AUTONOMÍA DEL MAYOR.



#### Deterioro cognitivo

**ACTIVIDADES ORIENTADAS** A PREVENIR FACTORES DE RIESGO: MUSICOTERAPIA, **EJERCITAR MEMORIA Y** CÁLCULO, PINTURA, TEATRO...

Adherencia a la prescripción terapéutica

USO DE PASTILLERO.



**CESE DEL CONSUMO A** CUALQUIER EDAD.



lcohol **NO EXISTE CONSUMO** SEGURO.





Infografias

# Decálogo de acciones a promover por los municipios



#### Actividad física

Promover la realización de actividades que dispongan de evidencia Promocionar el ejercicio multicomponente desde la comunidad.

#### Alimentación

Promoción de la educación nutricional orientada a favorecer la elección de un patrón alimentario saludable y sostenible, patrón de dieta mediterránea.





## Adherencia a la prescripción terapéutica

Fomentar el uso de pastillero y la formación de las cuidadoras domiciliarias.



Establecer programas de estimulación individuales o grupales para mejorar el rendimiento cognitivo y la calidad de vida.



#### Autonomía e independencia

Analizar las necesidades para la vida diaria en domicilio, y de ocio y entretenimiento, para implementar las acciones necesarias.



#### Tabaco

ormar y sensibilizar a los mayores bre los riesgos y consecuencias del nsumo de tabaco,



#### Alcohol

Informar y sensibilizar a los mayores sobre los riesgos y consecuencias del consumo de alcohol.



# pecálogo de acciones a promover por los municipios

# Metodología de trabajo

ACTIVIDAD FÍSICA
ALIMENTACIÓN
ADHERENCIA PRESCRIPCIÓN
DETERIORO COGNITIVO
AUTONOMÍA E INDEPENDENCIA
TABAQUISMO
ALCOHOL

SOLEDAD NO DESEADA
BIENESTAR EMOCIONAL
ESTADO NUTRICIONAL
EDADISMO
MUNICIPIOS AMIGABLES



De lo que hacen, ¿Qué tiene evidencia?

¿Cómo conducirlo para que sea más costo eficaz? Qué acciones podrían añadirse.

# Actividad física

¿Qué hacen los ayuntamientos?

De lo que hacen, ¿Qué tiene evidencia?

¿Cómo conducirlo para que sea más costo eficaz?,
Que acciones podrían añadirse.

GIMNASIA MANTENIMIENTO, YOGA,
PILATES, TAICHI, PASEOS SALUDABLES,
SENDERISMO, BAILOTERAPIA, ZUMBA,
NATACIÓN...

ESTAS ACTIVIDADES QUE REALIZAN SON LAS RECOMENDADAS POR LA EVIDENCIA

- AJUSTARLAS A LA FRECUENCIA, INTENSIDAD, DURACIÓN Y CANTIDAD TOTAL RECOMENDADAS.
- AÑADIR EL PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA MULTICOMPONENTES

# Autonomia e independencia

De lo que hacen, ¿Qué tiene evidencia?

¿Cómo conducirlo para que sea más costo eficaz?,

Que acciones podrían añadirse.

Loué hacen los ayuntamientos? TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIONES (TICS)

> LA FORMACIÓN EN TICS ES UNA DE LAS RECOMENDACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.

- · ANALIZAR LAS NECESIDADES DE OCIO Y ENTRETENIMIENTO PARA ORGANIZAR TALLERES EN BASE A LAS NECESIDADES.
- ANALIZAR LAS NECESIDADES PARA LA VIDA DIARIA EN EL DOMICILIO DE SUS MAYORES EN CUANTO A TICS EN PACIENTES FRÁGILES.
- IMPLEMENTAR LA DOMÓTICA DETECTADA EN LAS NECESIDADES.
- TALLERES DE TICS PARA LA SEGURIDAD CIBERNÉTICA.

# Adherencia prescripción

¿Qué hacen los ayuntamientos?

NO SE DOCUMENTAN ACCIONES.

De lo que hacen, ¿Qué tiene evidencia?

SABEMOS QUE LA BAJA ADHERENCIA AL TRATAMIENTO ES UNA DE LAS CAUSAS QUE PUEDE DESENCADENAR LA FRAGILIDAD

¿Cómo conducirlo para que sea más costo eficaz?,

Que acciones podrían añadirse.

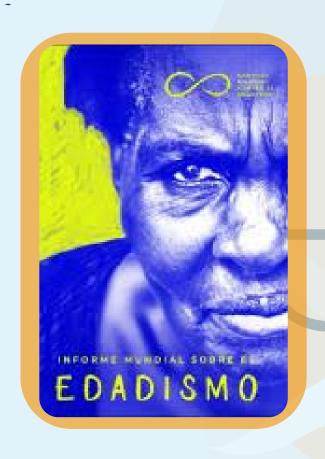
- EN COORDINACIÓN CON LOS PROFESIONALES SANITARIOS O SERVICIOS FARMACÉUTICOS, PROPORCIONAR EL PASTILLERO ELECTRÓNICO A LOS USUARIOS QUE PUDIERAN BENEFICIARSE DEL MISMO
- FORMACIÓN A LAS CUIDADORAS DOMICILIARIAS SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA ADHERENCIA TERAPÉUTICA

# Edadismo

\_ ¿Qué hacen los ayuntamientos?\_\_\_

De lo que hacen, ¿Qué tiene evidencia?

¿Cómo conducirlo para que sea más costo eficaz?,
Que acciones podrían añadirse.



WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2021 ISBN 978-92-4-001686-6

· MEDIDAS POLÍTICAS Y LEGISLATIVAS

SE DOCUMENTAN ACCIONES.

- · ACTIVIDADES EDUCATIVAS
- · CREACIÓN DE ENTORNOS ADAPTADOS
- INTERVENCIONES INTERGENERACIONALES
- · ACTUAR SOBRE LA BRECHA DIGITAL

### Bienestar emocional

\_ ¿Qué hacen los ayuntamientos?====

TALLERES DE HABILIDADES SOCIALES, RELAJACIÓN, AUTOCUIDADO PERSONAL, RISOTERAPIA, GESTIÓN EMOCIONAL, ATENCIÓN PSICOLÓGICA.

De lo que hacen, ¿Qué tiene evidencia?

SE DESCRIBEN VARIAS INVESTIGACIONES QUE RECOMIENDAN ACCIONES PARA LA MERJORA DE LA SALUD MENTAL

¿Cómo conducirlo para que sea más costo eficaz?,

Que acciones podrían añadirse.

EXCEPTUANDO LA RISOTERAPIA, LAS ACTIVIDADES REALIZADAS SE ENCUENTRAN DENTRO DE LAS RECOMENDADAS POR LA INVESTIGACIÓN PARA AUMENTAR EL BIENESTAR EMOCIONAL

Recomendaciones para trabajar el envejecimiento saludable en los municipios.

"Morir joven lo más tarde posible"









# Proyectos futuros

Ene 2024

Estrategia de difusión e implementación

Medición del impacto a través de los indicadores

No programas cognitivos actividades aeróbicas

INDICADORES

No

Programas multicomponente

Nº formación cuidadoras

Nº intervenciones red social



El área de Salud presenta su Estudio de Fragilidad en Mayores

El estudio, en el que han participado 200 personas, analiza la autonomía e independencia de las personas mayores del municipio, y ofrece recomendaciones para futuras políticas de salud.











