

# *“Salud, dependencia y cuidados paliativos”*

**Dr. Fernando Morales Martínez,  
FRCP (Edin, GB), AGSF (USA), EAMA (Suiza) ALMA (LA)  
Catedrático (Universidad de Costa Rica)**

*Presidente Junta Rectora*

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor

Hospital Nacional de Geriatría y Gerontología

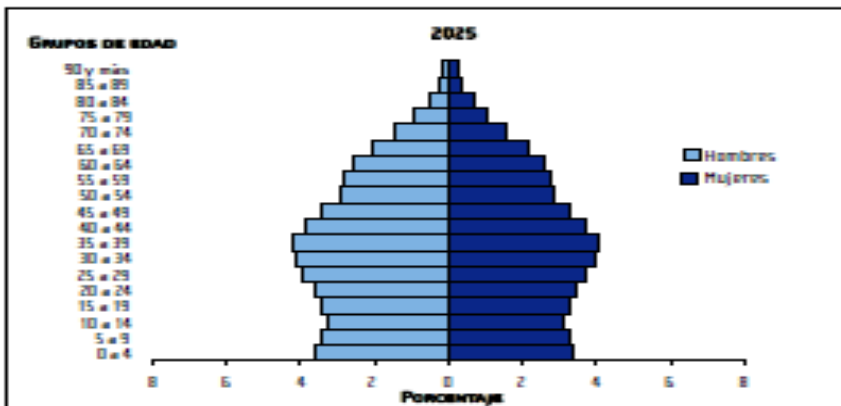
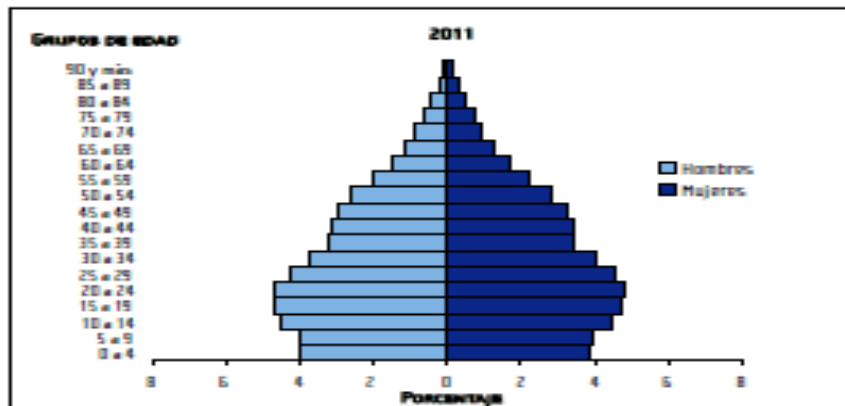
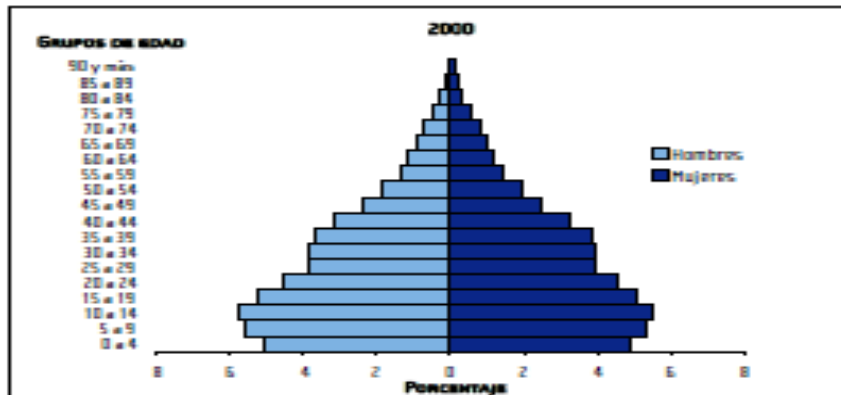
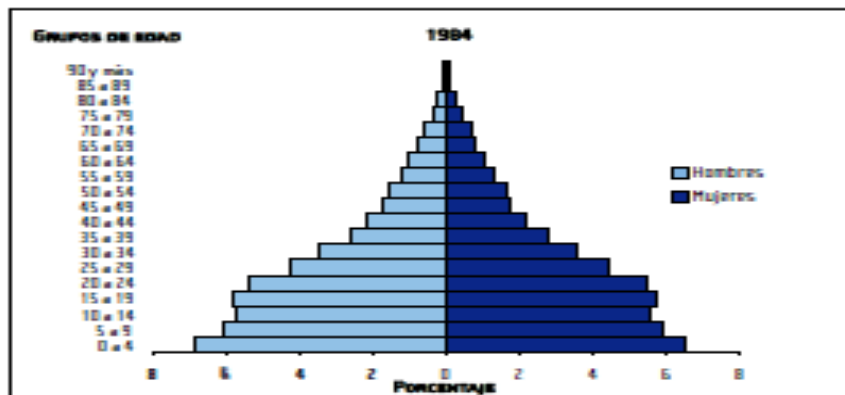
*Director General*

Pregrado y Posgrado de Geriatría y Gerontología

Universidad de Costa Rica

*Director Académico*

# Distribución de la población por sexo y grupos quinquenales de edad.



Fuente: INEC. Censos Nacionales de Población 1984 - 2011 y  
CCP-INEC. Proyecciones y Estimaciones de Población, 1950-2100, 2008.

# Programas de Atención a las Personas Adultas Mayores

---

- Presidencia de la República
  - CONAPAM
- Caja Costarricense de Seguro Social
- Gobiernos locales
- Comunidades y Organizaciones sociales
  - Grupos formales e informales
- Universidades
  - TCU, Programas para adultos mayores
- Otros

# Caja Costarricense de Seguro Social

---



Institución  
del sector  
salud

Administra dos  
grandes seguros:  
**Salud y  
Pensiones.**

Lidera las políticas  
nacionales y  
estrategias en el  
campo de la salud y  
las pensiones

Propicia la  
cobertura de  
trabajadores y  
patronos

Integra a la  
comunidad en los  
programas de  
promoción,  
prevención y  
atención de la salud.

# Caja Costarricense de Seguro Social



# Caja Costarricense de Seguro Social

---

Coordina y ejecuta programas de salud en:

- ❑ Prevención
  - ❑ Promoción
  - ❑ Curación
- 
- Dirigidos a toda la población costarricense y sustentados en los principios de solidaridad, equidad, universalidad

---

# Hospital Nacional de Geriatría y Gerontología

**Dr. Fernando Morales Martínez,**  
FRCP (Edin), AGSF (USA), EAMA (Suiza), ALMA (LA), Catedrático (UCR)



Forma parte de la Red de Servicios de Salud de la Caja Costarricense del Seguro Social, está clasificado como Hospital Especializado de Tercer Nivel de atención con cobertura nacional, tal como lo faculta la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor No. 7935

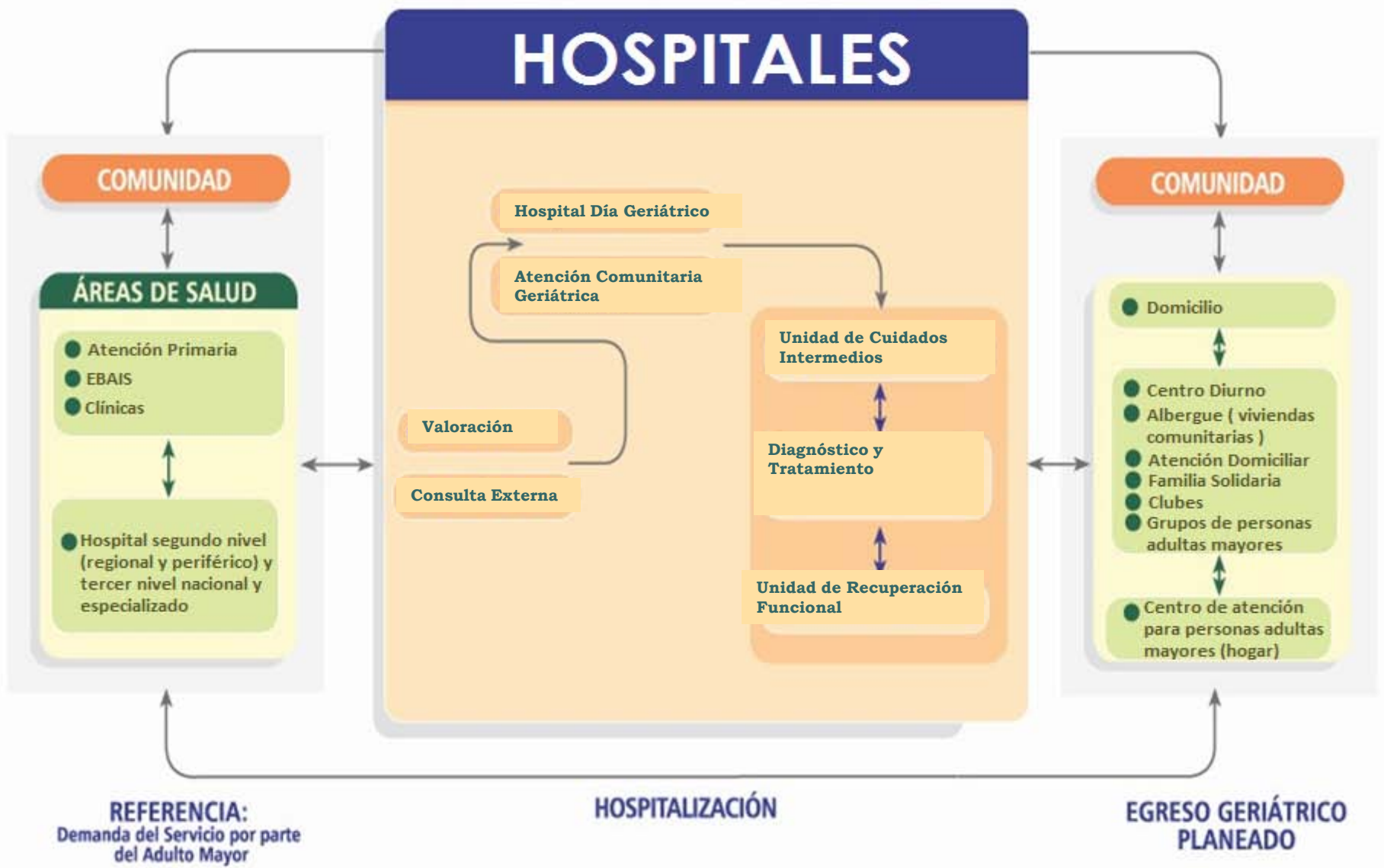


**Dr. Fernando Morales Martínez,**  
FRCP (Edin), AGSF (USA), EAMA (Suiza), ALMA (LA), Catedrático (UCR)



# Red de Atención Progresiva para el cuidado de la Persona Adulta Mayor en Costa Rica

Elaborado por el Dr. Fernando Morales Martínez



# *HOSPITAL DE DÍA*



**Dr. Fernando Morales Martínez,**  
FRCP (Edin), AGSF (USA), EAMA (Suiza), ALMA (LA), Catedrático (UCR)

# *Atención Comunitaria Geriátrica*

---



**Dr. Fernando Morales Martínez,**  
FRCP (Edin), AGSF (USA), EAMA (Suiza), ALMA (LA), Catedrático (UCR)

---

# Red Hospitalaria

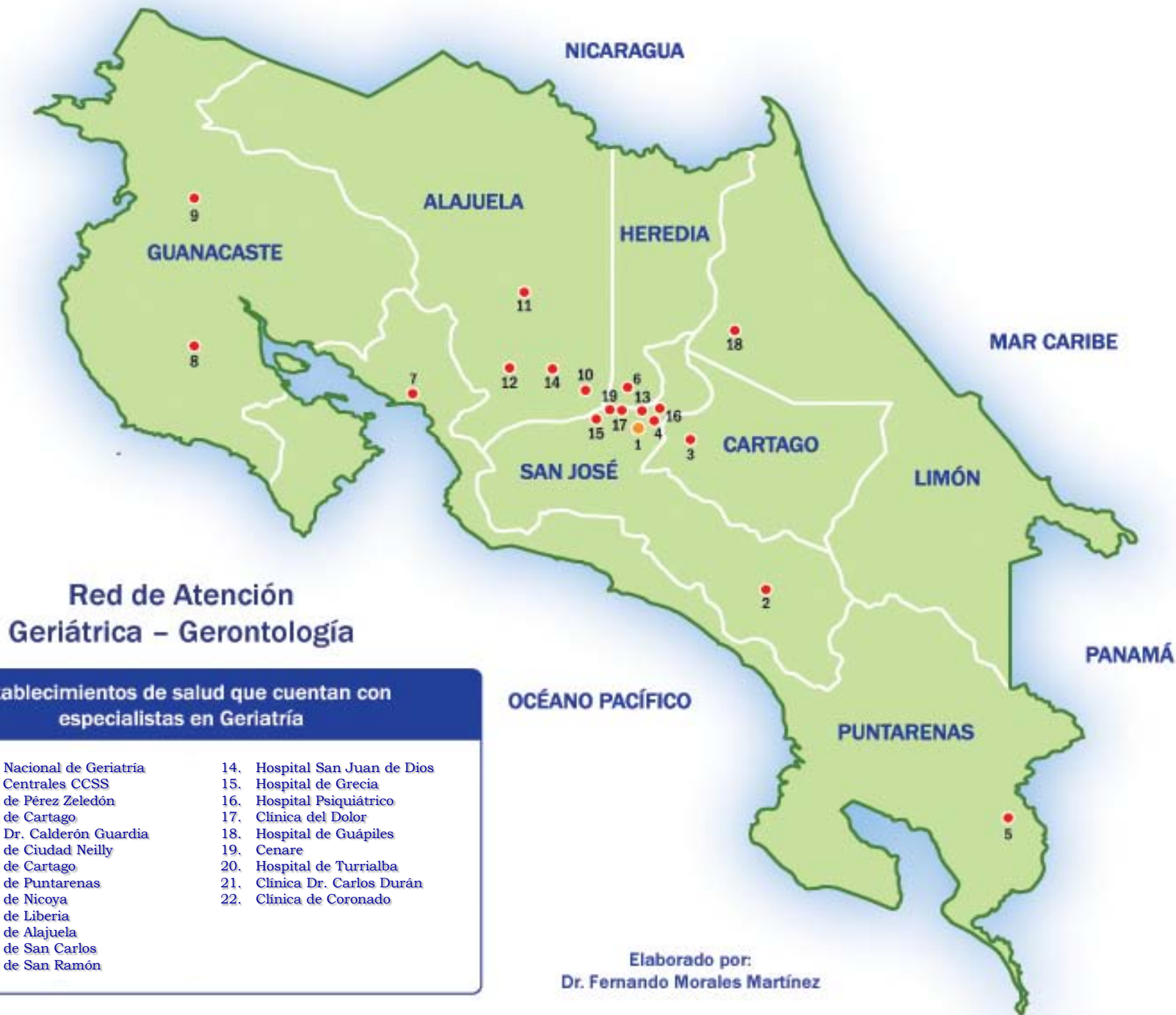
**Dr. Fernando Morales Martínez,**  
FRCP (Edin), AGSF (USA), EAMA (Suiza), ALMA (LA), Catedrático (UCR)

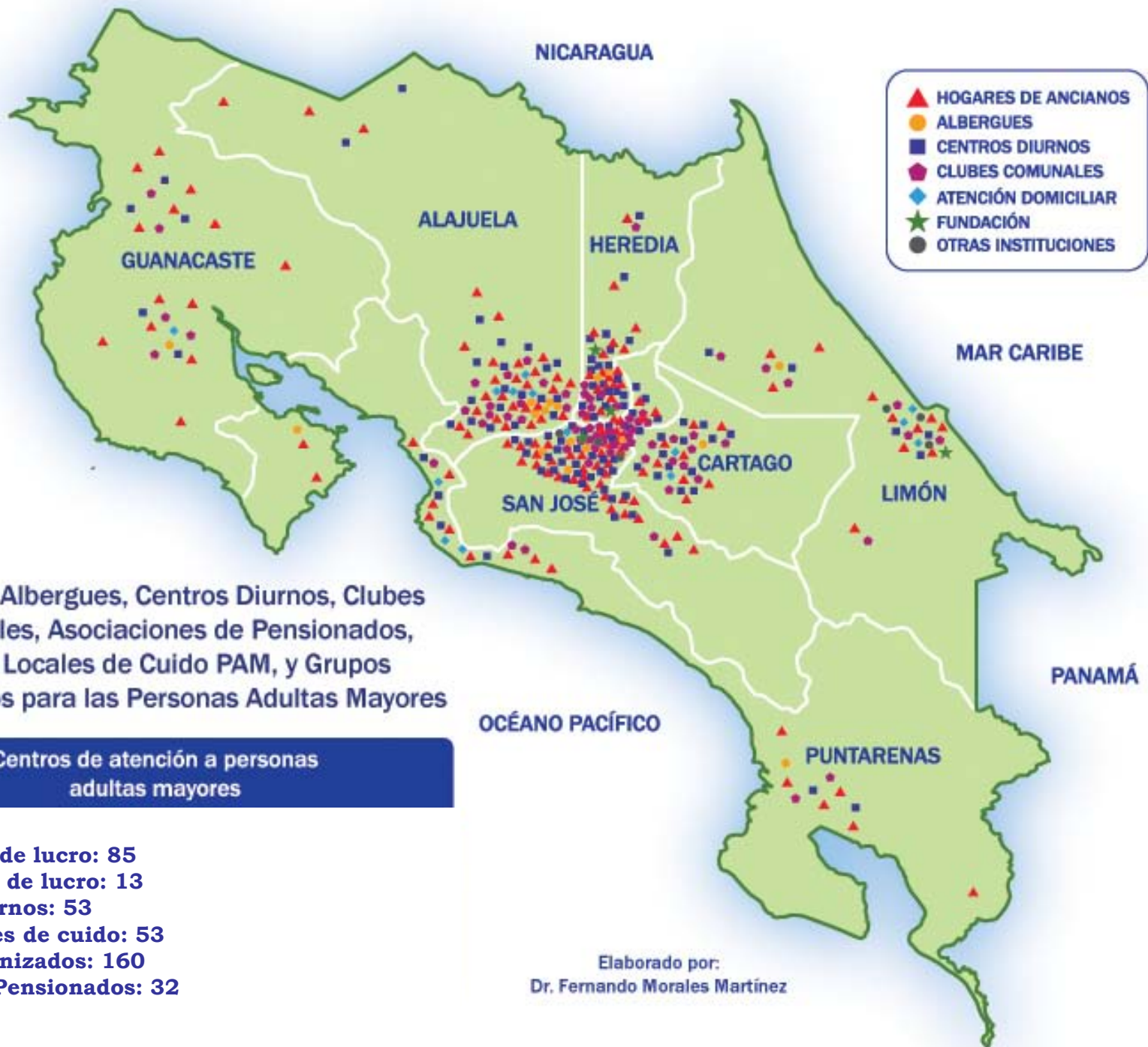


# Red de Atención Progresiva para el Cuido Integral de las Personas Adultas Mayores en Costa Rica

---

- Implementación y ejecución en 53 comunidades distribuidas en todas las provincias del país, de las cuales 26 son comunidades definidas como prioritarias





# Definición de dependencia

---

Es la incapacidad de realizar las actividades básicas por sí mismo o no ser capaz de hacer lo que se requiere cuando se quiere

Dependencia en Geriátría, Universidad de Salamanca-España, Abril 2009.



# Dependencia física, aspectos de movilidad, funcionalidad básica e instrumental

Indicador	Total	Sexo		Edad (en años)		
		Hombres	Mujeres	65 a 69	70 a 79	80 y más
<b>Acciones de movilidad</b>						
Subir escaleras	54,7	47,0	65,1	46,3	55,2	76,8
Caminar	41,6	34,2	48,1	28,3	40,0	66,8
Empujar objetos	39,7	30,8	47,5	30,7	38,4	57,0
Levantar brazos	11,5	8,9	13,8	5,3	11,3	22,1
<b>Funcionalidad básica</b>						
Acostarse/levantarse de la cama	10,2	8,7	11,6	5,9	8,9	20,3
Bañarse	9,7	7,6	11,4	2,7	7,9	24,8
Cruzar cuarto caminando	7,7	6,6	8,7	2,6	6,3	19,1
Usar el inodoro	6,7	5,2	8,1	1,9	5,0	18,3
Comer	4,1	3,7	4,5	1,3	2,6	11,8
<b>Dificultad en al menos una actividad de movilidad o funcionalidad básica</b>	<b>64,3</b>	<b>54,6</b>	<b>72,8</b>	<b>55,8</b>	<b>62,0</b>	<b>83,1</b>
<b>Funcionalidad instrumental</b>						
Hacer compras	23,3	17,0	28,9	9,2	20,2	53,3
Tomar medicinas	16,8	15,4	18,1	6,2	14,5	39,4
Cocinar	16,5	17,8	15,3	5,2	13,5	41,4
Manejar dinero	13,9	11,4	16,1	4,8	11,2	34,6
<b>Dificultad en al menos una actividad de funcionalidad instrumental</b>	<b>27,1</b>	<b>23,1</b>	<b>32,1</b>	<b>12,1</b>	<b>25,1</b>	<b>60,4</b>

Fuente: Méndez y Santamaría, 2008 a partir de datos de CRELES.

Dependencia física: Síndrome de inmovilización, AVC,  
Fractura de Cadera  
Hospital Nacional de Geriatria y Gerontología, 2012

---

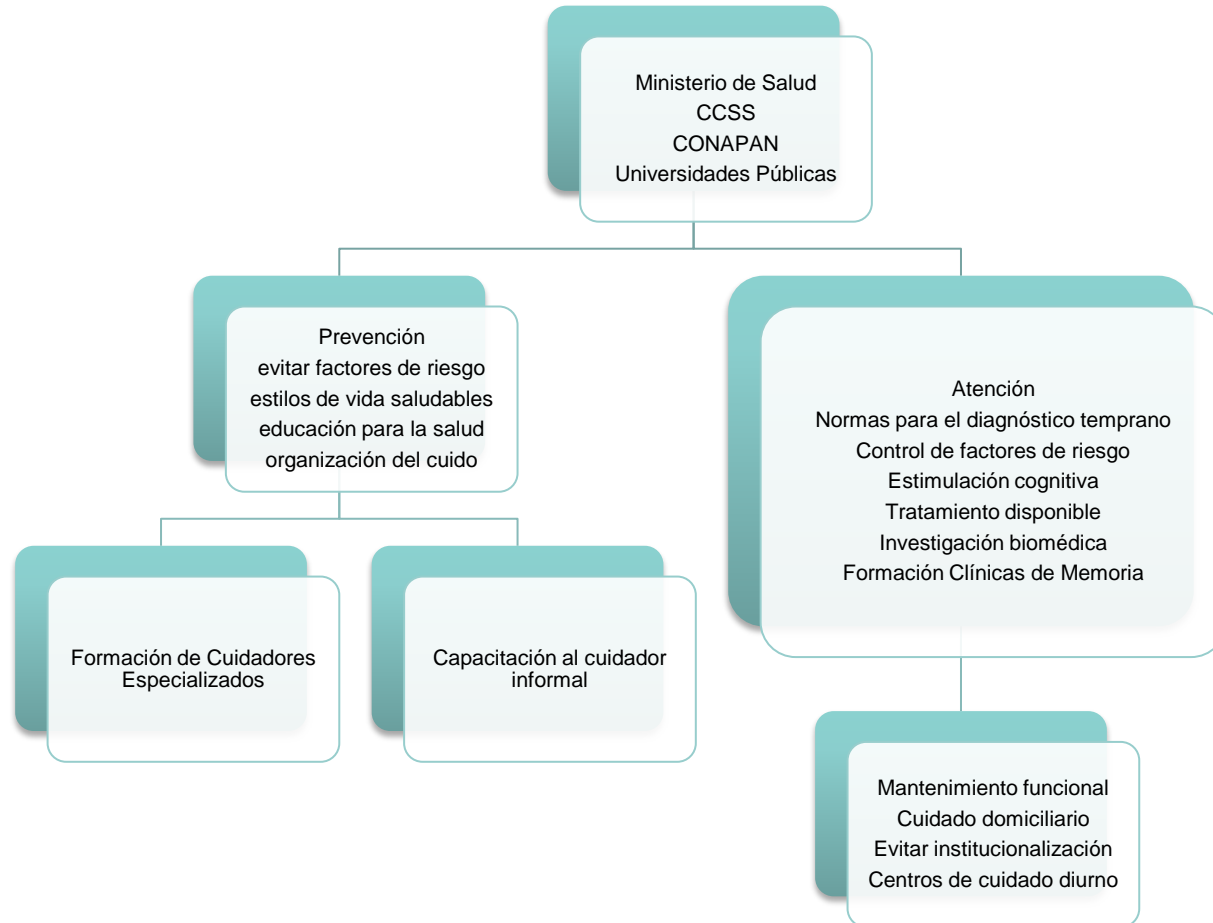
Diagnósticos egresos	Total	% relación total
Síndrome de inmovilización	303	12.6%
ACV	715	29.74%
Fractura de cadera	23	0.96
<b>Egresos totales 2012</b>	<b>2404</b>	<b>43.30</b>

## Grado de depresión y deterioro cognitivo, según sexo, edad y área de residencia.

Indicador	Total	Sexo		Edad (en años)			Área de residencia	
		Hombres	Mujeres	65-69	70-79	80+	GAM	Resto del país
<b>Estado anímico</b>								
Según Escala Yesavage								
Normal(0-5)	82,7	85,7	79,9	81,6	84,3	80,4	86,3	78,1
Riesgo de depresión(6-9)	11,1	9,1	12,9	11,5	9,8	14,0	8,7	14,1
Deprimido(10+)	6,3	5,2	7,2	6,9	5,9	5,6	5,0	7,8
<b>Deterioro cognitivo</b>								
Según Mini-mental Folstein								
Sin deterioro(14-15)	27,9	26,0	29,6	26,8	13,0	27,9	32,7	22 ,3
Moderado(10-13)	53,8	57,3	50,7	57,8	43,1	53,8	50,8	57,3
Severo(0-9)	18,3	16,8	19,7	15,4	43,9	18,3	16,5	20,5

Fuente: Méndez y Santamaría, 2008 a partir de datos de CRELES.

# Plan Nacional para la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de la Demencia



**Dr. Fernando Morales Martínez,**  
FRCP (Edin), AGSF (USA), EAMA (Suiza), ALMA (LA), Catedrático (UCR)

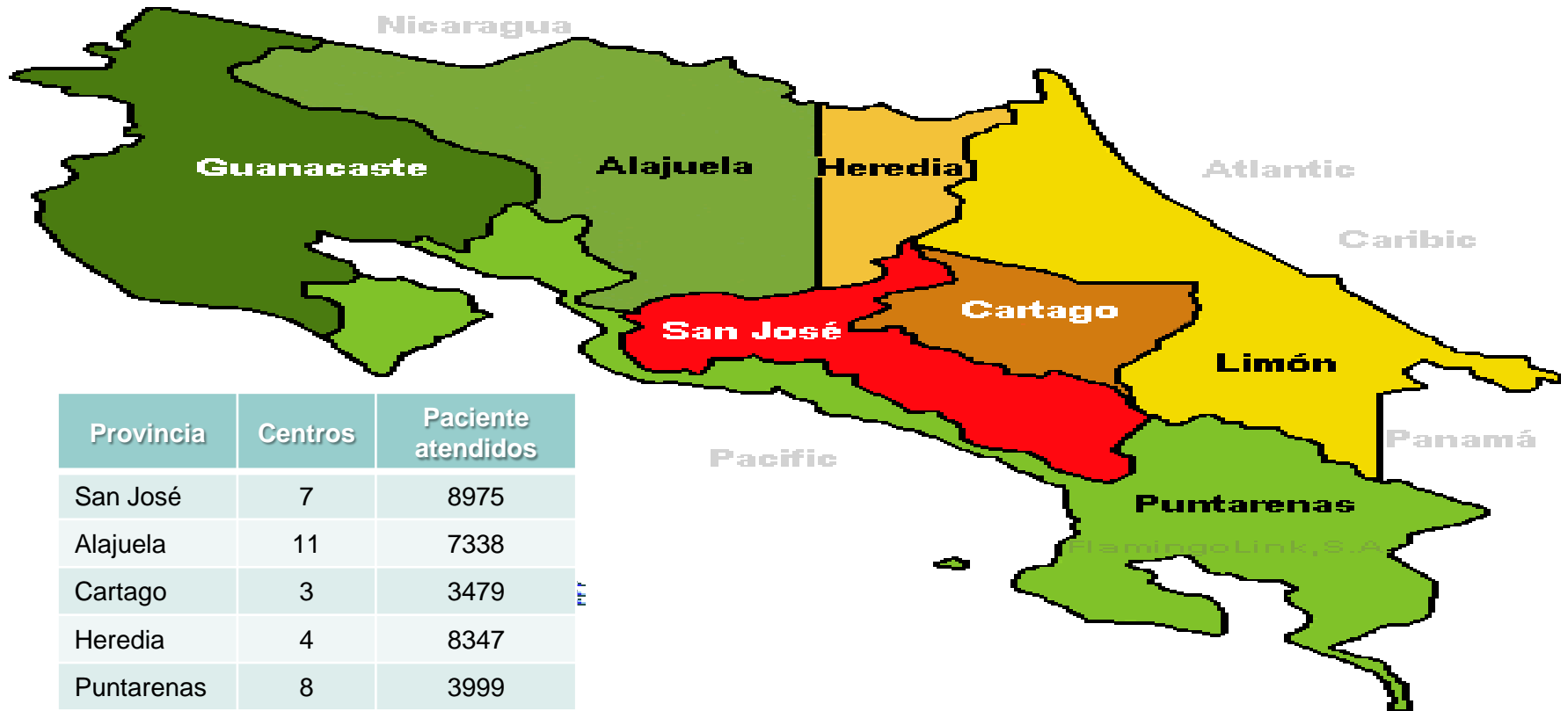
# Definición de Cuidados Paliativos

---

Los Cuidados Paliativos son un modo de abordar la enfermedad avanzada e incurable que pretende mejorar la calidad de vida tanto de los pacientes que afrontan una enfermedad como de sus familias, mediante la prevención y el alivio del sufrimiento a través de un diagnóstico precoz, una evaluación adecuada y el oportuno tratamiento del dolor y de otros problemas tanto físicos como psicosociales y espirituales

OMS

# Centro Nacional de Control del Dolor y Cuidados Paliativos, distribuidos por provincia y pacientes atendidos



Provincia	Centros	Paciente atendidos
San José	7	8975
Alajuela	11	7338
Cartago	3	3479
Heredia	4	8347
Puntarenas	8	3999
Guanacaste	5	3437
Limón	6	2204

**Dr. Fernando Morales Martínez,**  
FRCP (Edin), AGSF (USA), EAMA (Suiza), ALMA (LA), Catedrático (UCR)

# Recomendaciones para futuro instrumento internacional de los derechos de las personas mayores

---

- Desde esta perspectiva las disposiciones que contenga un futuro instrumento internacional sobre la materia deben:

# Recomendaciones

---

- 1.- Establecer la obligación de los Estados, por medio de las Instituciones de educación superior, de establecer programas que contemplen la formación de médicos geriatras con capacitación en el manejo de enfermedades terminales.



# Recomendaciones

---

- 2.- En igual sentido, las disposiciones deben contemplar la necesidad de que los Estados incentiven la formación y capacitación de profesionales en diversas ramas, para la conformación de equipos que brinden servicios multidisciplinarios (médicos, psicólogos, trabajadores sociales, enfermeras) para la atención domiciliaria oportuna a las personas en estado terminal y el apoyo emocional a sus familiares y cuidadores inmediatos.

# Recomendaciones

---

- 3.- Contemplar disposiciones que promuevan en los Estados la implementación de servicios sociales de apoyo, como por ejemplo el Programa de Red de Atención Progresiva Integral de Cuido de Costa Rica, dirigido a las personas mayores en condición de pobreza. Así como apoyar la permanencia de estos programas en el tiempo para que trasciendan a la voluntad de los gobiernos de turno.

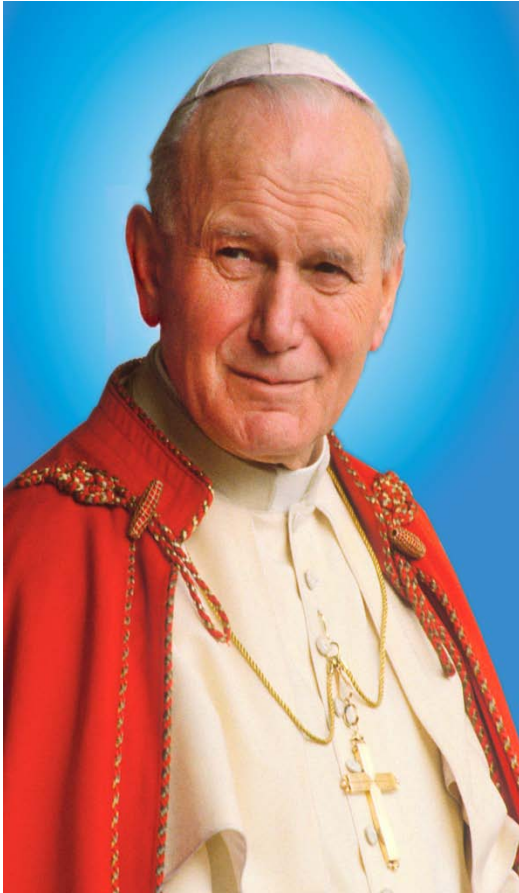
# Recomendaciones

---

- 4.- Establecer normas que obliguen a los Estados a integrar dentro de los programas de servicios sociales de apoyo, a las instituciones gubernamentales dedicadas a abordar el tema de la salud, para así lograr un abordaje interinstitucional del complejo proceso del envejecimiento en nuestros países.

Palabras pronunciadas por el hoy, San Juan Pablo II, a los Ancianos en la Catedral de Munich en noviembre de 1980

---



“La vejez es la coronación de los escalones de la vida.

En ella se cosechan los frutos de lo aprendido y lo experimentado, los frutos de lo realizado y lo conseguido, los frutos de lo sufrido y lo soportado.

Como en la parte final de una gran sinfonía, se recogen los grandes temas de la vida en un poderoso acorde”