



Interreg

España - Portugal



UNIÓN EUROPEA
UNIÃO EUROPEIA

Fondo Europeo de Desarrollo Regional
Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional



Iniciativas innovadoras para el impulso del envejecimiento activo en la región EuroACE

TÍTULO DOCUMENTO

Catálogo de alfabetización sanitaria

RESPONSABLE:

CCMIJU

FECHA DE ENTREGA:

31-03-2017

AUTORES:

Luisa F Sánchez Peralta, Jose Luis Moyano, Pedro Nuñez, Carolina Vila

CONTRIBUIDOR:

Blas Pagador, Luis Manso

RESUMEN DEL DOCUMENTO

Este documento describe cada una de las necesidades y el material al que irá orientado la alfabetización. Se busca la concienciación en materia de envejecimiento activo y saludable

ÍNDICE

RESUMEN EJECUTIVO

1. Necesidades de alfabetización sanitaria en la región EuroACE
2. Catálogo de material para la alfabetización sanitaria

FECHA	VERSIÓN	COMENTARIOS
15/10/2017	V0.0	Versión inicial
31/10/2017	V0.1	Versión final del documento

RESUMEN EJECUTIVO

En este entregable se describe brevemente las necesidades de alfabetización sanitaria en la región EuroACE, así como la definición de un catálogo de material para la alfabetización sanitaria. Dicho catálogo se organiza en función del tipo de material, la entidad diseñadora y la necesidad a cubrir.

1. Necesidades de alfabetización sanitaria en la región EuroACE

La revisión bibliográfica y las diferentes entrevistas mantenidas con profesionales relacionados con el cuidado de los mayores tanto de España como de Portugal tiene como consecuencia, que aunque se generan contenidos, no existen programas ni protocolos reglados establecidos para concienciar no se realiza ninguna tarea para concienciar a los mayores sobre la importancia de mantenerse activo para retrasar el deterioro físico y cognitivo.

Aunque los profesionales de instituciones sí que se comunican verbalmente, la única labor detectada en lo que se refieren que se realiza de una manera informal es la llevada a cabo por los médicos de atención primaria que recuerdan a las personas mayores que acuden a la consulta la importancia de realizar ejercicio físico pero no

Por otro lado, la Caixa lleva a cabo una labor social en materia de envejecimiento activo y ha generado diferentes materiales para mantener la autonomía de los mayores. Este

Sin embargo aunque existe material, los resultados científicos demuestran que a pesar de la promoción del envejecimiento no se manifiesta en lo que respecta a número en los mayores:

Este entregable pretende convertirse en una herramienta que establezca un material de referencia que pueda ser usado por los profesionales e incluso establecer protocolos en base a los mismos.

2. Catálogo de material para la alfabetización sanitaria

A continuación se establece el catálogo de material utilizado para la concienciación de los mayores y familiares. El material está organizado por el lenguaje del material (Español, Portugués, Inglés) y cada uno está etiquetado por una breve descripción el tipo de material y su ubicación en internet.

Español

id	Breve descripción	Tipo de material	Ubicación
ES1	Fundación La Caixa: Contigo, favorecemos el envejecimiento activo. Obra Social "la Caixa"	vídeo	https://www.youtube.com/watch?v=h6QyiW4CpLw
ES2	Documento de consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor	pdf	http://www.spgg.com.ppt/UserFiles/file//03_10_15_FragilidadyCaidas_personamayor.pdf
ES3	Fundación La Caixa: Vive el envejecimiento	pdf	http://www.copib.es/pdf/Vocalies/Envelliment/Vive_el_envejecimiento.pdf
ES4	“Plan de acción para la promoción del envejecimiento activo en Bizkaia”	pdf	http://www.bizkaia.eus/home2/Archivos/DPTO3/Temas/Pdf/Envejecimiento%20Activo_ca_definitivo.pdf?hash=ee33a38bdefee277872d47a31887abcc&idioma=CA
ES5	“Envejecimiento Saludable: Información Y Consejos Para Promover	pdf	http://salut-envelliment.uab.cat/publicacions/docs/Informacionco

	La Actividad Física Entre Las Personas Mayores”		nsejosactividadfisica.pdf
ES6	“Programa de Ejercicio Físico Multicomponente ViviFrail: Guía práctica para la prescripción de un programa de entrenamiento físico multicomponente para la prevención de la fragilidad y caídas en mayores de 70 años”	pdf	http://vivifrail.com/es/documentacion/send/2-documentos/20-guia
ES7	“Manual de ejercicio físico para personas de edad avanzada”	pdf	http://www.bizkaia.eus/home2/archivos/DP TO4/Temas/manual-cast-ultima.pdf?hash=a752ee41d4233bfec2b849db768f7fe0
ES8	“Guía de actividad física para el envejecimiento activo de las personas mayores”	pdf	http://www.planamadrid.es/sites/default/files/programas/medidas/actuaciones/WEB-GUIA-MAYORES%20versi%C3%B3n%20publicaci%C3%B3n.pdf
ES9	Video resultante de estar activo o no en la vida	Video	https://www.youtube.com/watch?v=n7AZp_j7wJY
ES10	Importancia del envejecimiento activo	Video	https://www.youtube.com/watch?v=G8iLo2JYNqc
ES11	Promoción del envejecimiento activo	Video	https://www.youtube.com/watch?v=6fnQ3WLu1OU

Portugués

id	Breve descripción	Tipo de material	Ubicación
----	-------------------	------------------	-----------

PT1	Fundación La Caixa: Contigo, favorecemos el envejecimiento activo. Obra Social "la Caixa"	vídeo	https://www.youtube.com/watch?v=h6QyiW4CpLw
PT2	“Manual de Avaliação Funcional para o Risco de Quedas em Pessoas Idosas” do projeto ESACA (Envelhecer com Segurança no Alentejo Compreender para Agir)	pdf	https://www.researchgate.net/profile/Jorge_Bravo18/publication/322599264_Manual_de_avaliacao_funcional_para_o_risco_de_quedas_em_pessoas_idosas/links/5a6202fea6fdccb61c5053e9/Manual-de-avaliacao-funcional-para-o-risco-de-queda-em-pessoas-idosas.pdf
PT3	“Não Caia Nisso: prevenir para não cair”	folheto	http://www.spot.pt/media/65015/flyera5_v1-copy-1-.pdf
PT4	Campanha “Não Caia Nisso: prevenir para não cair” da SPOT (Sociedade Portuguesa de Ortopedia e Traumatologia)	vídeo	http://sicnoticias.sapo.pt/pais/2018-07-03-Nao-Caia-Nisso-um-alerta-para-as-queda-dos-idosos
PT5	ENEAS – Serviço Nacional de Saúde: “Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025”	pdf	https://www.sns.gov.pt/wp-content/uploads/2017/07/ENEAS.pdf
PT6	Quedas, diferenças ao longo da idade e sexo	pdf	http://repositorio.insa.pt/bitstream/10400.18/2667/1/Poster%20Congresso%20saude%20publica%202014_9_26.pdf
PT7	Envelhecimento Ativo	website	http://envelhecimento.dglab.pt/envelhecimento-ativo/

PT8	Alimentação no ciclo de vida	pdf	http://www.spgg.com.pt/UserFiles/file/APN_Ebook_Alimentacao%20no%20idoso.pdf

Inglés

id	Breve descripción	Tipo de material	Ubicación
1	“Exercise for Older Adults: Health Care Provider Edition” [USA]	pdf	https://med.fsu.edu/userFiles/file/Exercise%20for%20Older%20Adults.pdf
2	“Choose Health: Be Active - A physical activity guide for older Australians” [Australía]	pdf	https://www.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/Content/3244D38BBEBD284CA257BF0001FA1A7/\$File/choosehealth-brochure.pdf
3	“Canada's physical activity guide to healthy active living for older adults” [Canadá]	pdf	http://publications.gc.ca/collections/Collection/H39-429-1999-2E.pdf
4	“Exercise & Physical activity: Your Everyday Guide from the National Institute on Aging at NIH” [USA]	pdf	https://go4life.nia.nih.gov/sites/default/files/nia_exercise_and_physical_activity.pdf
5	“Physical Activity Promotion for Older Adults – a step-by-step guide” [Canadá]	pdf	http://www.seniorscouncil.net/uploads/files/PARC_Best%20Practices%20Guide.pdf

6	Active@Home – “Social Exergaming, Dancing and Tai Chi for Wellbeing and Fall Prevention” [Portugal]	pdf	http://www.active-at-home.com/user/pages/03.results/Active@Home.pdf
7	Active@Home – “End-users’ needs and stakeholder exploitation strategies” [Portugal]	pdf	http://www.active-at-home.com/user/pages/03.results/aal-2015-124_Active@Home_D2.2.pdf