

Programa Más Adultos Mayores Autovalentes

Este programa corresponde a una intervención promocional y preventiva en salud, tendiente a mejorar la capacidad individual y comunitaria para enfrentar el proceso de envejecimiento manteniendo y mejorando la autovalencia de las personas mayores de 60 y más años, y fomentando el autocuidado del adulto y adulto mayor en las organizaciones sociales.

Contempla la participación de los adultos mayores en actividades grupales de educación para la salud y autocuidado, estimulación de funciones cognitivas y estimulación de funciones motoras y prevención de caídas.

Población Objetivo:

Está dirigido para los adultos mayores que sean usuarios de FONASA, inscritos en algún CESFAM de la comuna. Los adultos mayores de 60 a 64 años deben tener sus controles al día en su centro de salud, para los adultos mayores de 65 y más años deben tener su EFAM al día con resultado: Autovalente sin riesgo, Autovalente con riesgo y Riesgo de dependencia.

¿Cómo Accedo?

Los pacientes son derivados desde los centros de salud al programa, pero está abierto a la población siempre y cuando cumplan con los criterios de inclusión.

Modalidad de Trabajo:

El programa contempla una intervención de 24 sesiones o 3 meses en cada agrupación de adulto mayor. Las sesiones son realizadas de manera mixta, en todas las sesiones se realizan talleres de estimulación de funciones motoras y se va alternando los talleres de estimulación cognitiva y de autocuidado.

Funcionamiento:

Durante la jornada de la mañana, se trabaja directamente con la población de cada CESFAM, en la jornada de la tarde, se trabaja directamente con los grupos de adulto mayor que hay en la comuna.

CESFAM San Juan de Dios:

Sala de Educación del CESFAM.

Martes y Jueves – 09:00 a 12:30 hrs.

CESFAM Valentín Letelier:

Unión Comunal del Adulto Mayor (San Martín esq. Valentín Letelier)

Lunes y Miércoles – 09:30 a 12:30 hrs.

CESFAM Luis Navarrete:

Sala Multiuso del CESFAM

Martes y Jueves – 09:00 a 12:30 hrs.

CESFAM Oscar Bonilla:

Junta de Vecinos Norponiente (Yungay esq. Presidente Ibañez)

Lunes y Miércoles – 09:30 a 12:30 hrs.

Coordinador del programa:

Kinesiólogo Luis Rojas Cabrera

+56 9 98975442