



WEBINAR: CUIDANDO A LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES EN TIEMPOS DE COVID-19: LA SALUD MENTAL UN ELEMENTO FUNDAMENTAL



# LA SALUD MENTAL DE LOS ADULTOS MAYORES EN TIEMPOS DE COVID-19

**SOFIA LAVADO HUARCAYA**

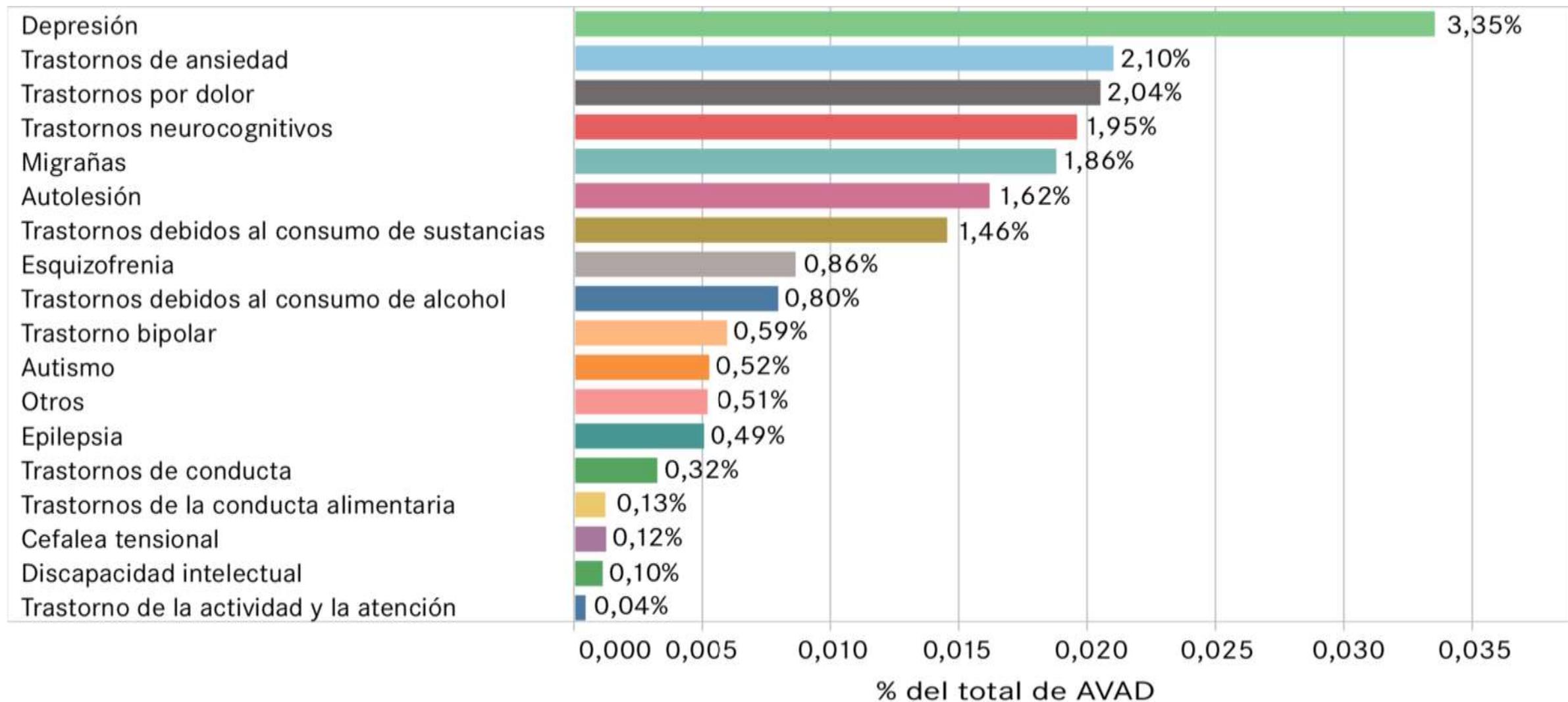
Docente de Postgrado

Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo

Post Doctorado por PNPB – CAPES - Brasil



# La Salud mental, antes de la pandemia...



# La Salud mental de los adultos mayores, antes de la pandemia...

**2030**

Los trastornos mental serán la principal causa de discapacidad en el mundo. (OMS)

Aproximadamente un 20% de los adultos de 60 años o mayores sufren algún trastorno mental

**3,8 %**

de la población de edad mayor, afectados por transtorno de ANSIEDAD

La demencia y la depresión son los trastornos neuropsiquiátricos más comunes en ese grupo de edad



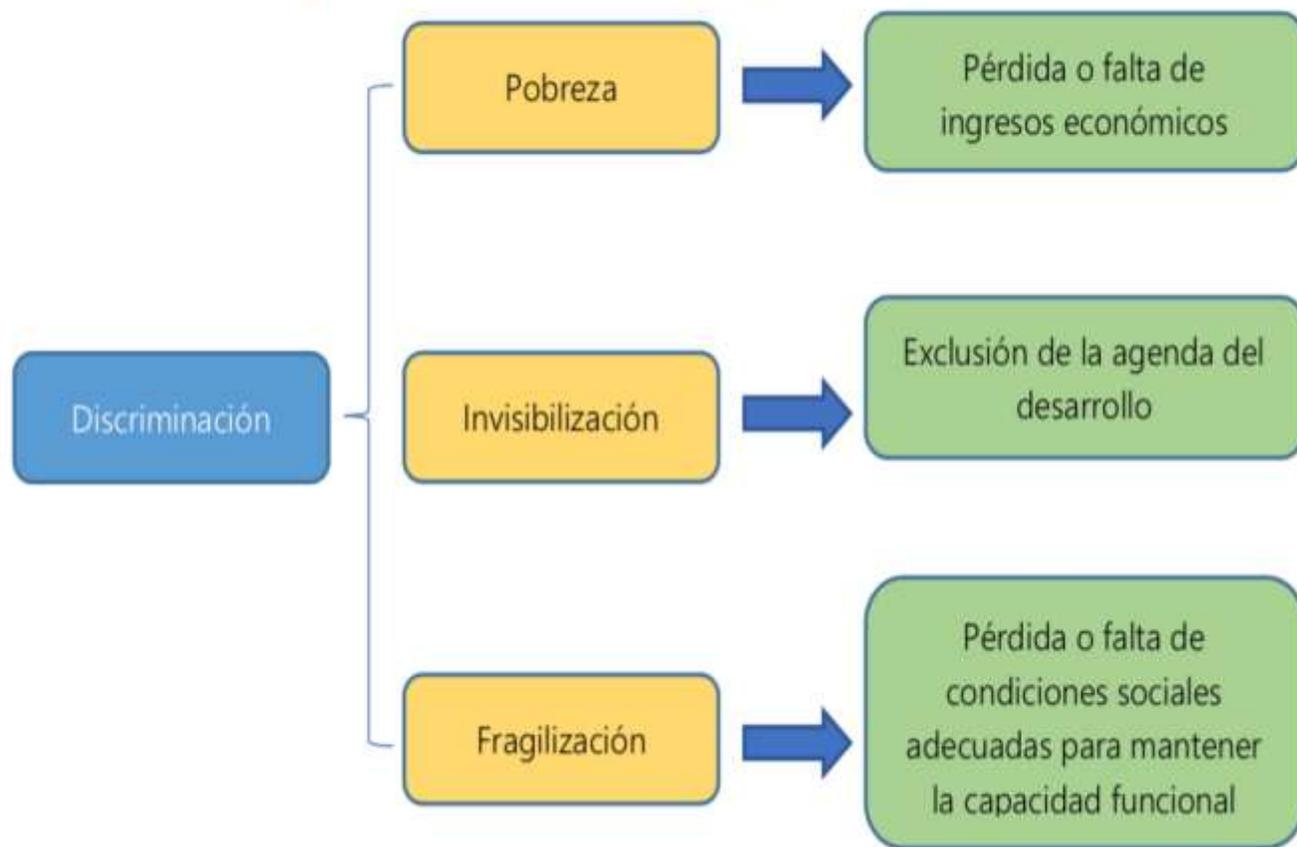
OBJETIVOS  
DE DESARROLLO  
SOSTENIBLE



**Agenda 2030**  
Los Objetivos de Desarrollo  
Sostenible y el envejecimiento  
global

**Meta 3.4** Para 2030, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante la prevención y el tratamiento y promover la salud mental y el bienestar.

## Riesgos asociados a la vejez y sus expresiones



**Fuente:** S. Huenchuan y L. Rodríguez-Piñero, *Envejecimiento y derechos humanos: situación y perspectivas de protección (LC/W.353)*, Santiago de Chile, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), noviembre, 2010.

# La Salud mental de los adultos mayores, en tiempos de COVID-19...

↑ Prevalencia de la angustia:

**35 %**

CHINA

**60 %**

IRÁN

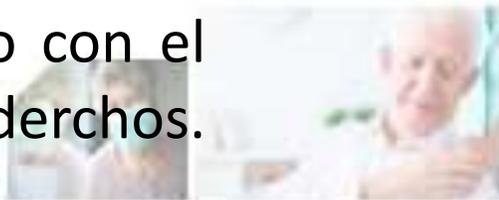
**40 %**

ESTADOS UNIDOS



# Pero, ... ¿que es Salud Mental?...

- ❑ Es el proceso dinámico de bienestar, producto de la interrelacion entre el entorno y el despliegue de las diversas capacidades humanas, tanto de los individuos como de los grupos y colectivos que forman la sociedad. Incluye la presencia de conflictos en la vida de las personas, así como la posibilidad de afrontarlos de manera constructiva.
- ❑ Implica el proceso de búsqueda de sentido y armonía que se encuentra íntimamente ligado a la capacidad de autocuidado, empatía y confianza que se pone en juego en la relación con las demás personas, así como con el reconocimiento de la condición, propia y ajena, de ser sujeto de derechos. (Ley de la Salud Mental, 30987)



# Problemas de Salud Mental .-

Comprende:

1. **Problema psicosocial.-** Dificultad generada por la alteración de la estructura y dinámica de las relaciones entre las personas o entre estas y su ambiente.
2. **Trastorno mental y del comportamiento.-** Condición mórbida que sobreviene en una determinada persona, afectando en intensidades variables el funcionamiento de la mente y del comportamiento, el organismo, la personalidad y la interacción social, en forma transitoria o permanente.



# La Salud mental de los adultos mayores, en tiempos de COVID-19...



# La Salud mental de los adultos mayores, en tiempos de COVID-19...

- ❑ **Privados de la capacidad de vivir independientemente** por dificultad de movilidad, fragilidad u otros problemas mentales o físicos
- ❑ **La cuarentena**, que incrementa la sensación de sentirse aislado, con posibilidad de problemas psicológicos y mentales, principalmente por el distanciamiento entre las personas
- ❑ **Ausencia de comunicación interpersonal**
- ❑ **Dolor por muerte** de un ser querido
- ❑ **Descenso del nivel socio económico** por la coyuntura social, laboral y/o jubilación o discapacidad





# La Salud mental de los adultos mayores, en tiempos de COVID-19...



1 de cada 10 personas mayores sufre maltrato (OMS)



Las medidas de aislamiento social ocasiona mayores riesgo de violencia doméstica

# Retos y desafíos del adulto mayor frente al COVID-19

1. Pandemia coronavirus, ¿una oportunidad para visibilizar y reivindicar a los adultos mayores?
2. Crear condiciones de vida y entornos que acrecienten el bienestar y propicien que las personas adopten **modos de vida sanos e integrados**
3. **Conciencia, acción y mucha solidaridad.** Somos seres sociales y estar conectados es parte de nuestra humanidad
4. La diversidad y multifactorialidad del envejecimiento, exige nuevas perspectivas de abordar la problemática de la vejez. (Ejm. El 28.2% de hogares de Perú, están jefaturados por una persona adulta mayor. De este total un 33,5% son mujeres adultas mayores)
5. **"Es un tema que ninguna profesión siente suyo"** (Laura Coll). Las políticas de salud pública deben ser intersectoriales, ( salud, vivienda, trabajo, bienestar social)
6. Impulsar un cambio estructural mayor con el adulto mayor





Adultos mayores, ...

“la **población más resiliente**, capaz de **mantener a la sociedad cohesionada** y mantener, ante todo, la **esperanza**”,

(Kalache Alexander)



# MUCHAS GRACIAS

(giescasofia@gmail.com)



# Bibliografía

- ❑ OMS/ OPS. La carga de los trastornos mentales en la región de las Américas, 2018.
- ❑ OMS. Plan de acción sobre la salud mental 2013- 2020.
- ❑ Huarcaya Victoria. Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. Rev Perú Med Exp Salud Pública. 2020
- ❑ CEPAL. Medidas y claves sobre la vejez y envejecimiento para la implementación y seguimiento de los objetivos del desarrollo sostenible en América Latina y el Caribe. 2019
- ❑ INEI, 2020 “Situación de la Población Adulta Mayor. Trimestre octubre, noviembre y diciembre 2020”. Informe Técnico N° 01 - Marzo 2020.
- ❑ Documento de debate Help Age Internacional. Agenda 2030. Los Objetivos de Desarrollo Sostenible y el envejecimiento global. 2020.
- ❑ Lavado Huarcaya. Pandemia Coronavirus ¿una oportunidad para reivindicar a los adultos mayores?. 2020.  
<http://www.usat.edu.pe/articulos.pandemia-coronavirus>
- ❑ Lozano V. Impacto de la epidemia del coronavirus (COVID-19) en la salud mental del Personal de salud y en la población general de China. Rev. Neuropsiquiatr. 2020
- ❑ Dominguez Guedea. Desafíos sociales del envejecimiento. Reflexiones desde el derecho al desarrollo. Revista CES Psicología. Volumen 9 Numero 1 Enero- junio 2016.
- ❑ Personas mayores y COVID-19. El aspecto psicológico de la población de alto riesgo. [www.explora.cl.blog/personas-mayores-y-covid-19](http://www.explora.cl.blog/personas-mayores-y-covid-19)
- ❑ Cuentas Ramirez. Las personas adultas mayores en tiempo de COVID-19. [www.noticiasser.pe-informe-las-personas-mayores.2020](http://www.noticiasser.pe-informe-las-personas-mayores.2020).
- ❑ <http://www.nhcoa.org/como-cuidar-da-saude-mentaldeidoso>

