



UNIVERSIDAD ESTATAL DEL VALLE DE ECATEPEC

Redes Sociales para el adulto mayor

Angélica María Razo González

Redes Sociales

Las redes sociales:

- Apoyan al adulto mayor satisfaciendo aquellas necesidades que no son cubiertas por el sistema formal
- Las redes sociales de apoyo son importantes condicionantes del estado de salud de las personas sobre todo en la etapa de la tercera edad.

Redes Sociales

Tipos de apoyo social para el adulto mayor:

- **Materiales:** Dinero, alojamiento, comida, ropa, pago de servicios
- **Instrumentales:** Cuidado, transporte, labores del hogar
- **Emocionales:** Afecto, compañía, empatía, reconocimiento, escucha
- **Cognitivos:** Intercambio de experiencias, información, consejos

Redes Sociales

Las redes sociales de apoyo se clasifican en tres:

- 1) **Redes Primarias:** la familia, los amigos y los vecinos
- 2) **Redes Secundarias o extrafamiliares:** el mundo externo a la familia, grupos recreativos, de adultos mayores, organizaciones civiles y sociales, organizaciones religiosas, laborales o de estudio.
- 3) **Redes Institucionales o formales,** instituciones del sector público de los tres poderes y en los tres niveles de gobierno.

Redes Sociales Primarias

Ayudas que puede brindar la red social primaria:

- Comunicación telefónica frecuente con los adultos mayores, sobre todo los que viven solos.
- Visitar a los adultos mayores por lo menos 1 vez a la semana.
- Conocer sus necesidades, brindarles afecto,
- Acompañarlos a las visitas al médico, motivarlos para que sigan realizando diferentes actividades
- Arreglos de sus casas
- Invitarlos a reuniones familiares

Redes Sociales Primarias

Los adultos mayores pueden brindar apoyos a la familia como:

- Apoyo económico a los hijos o nietos
- Reparaciones en el hogar
- Apoyo en el cuidado de los nietos
- Cuidado de enfermos
- Orientación de nietos
- Pago de servicios y realizar las compras
- Limpieza del hogar
- Mantenimiento de mobiliario

Redes Sociales Primarias

Los vecinos son parte de la red primaria y constituyen un apoyo y recurso importante en la vida diaria de las personas de edad, por ello es fundamental que los adultos mayores promuevan relaciones positivas con sus vecinos

Para fortalecer la red vecinal de apoyo del adulto mayor,:

- Promover reuniones entre personas de la misma calle, manzana, unidad habitacional;
- Organiza actividades deportivas, culturales, recreativas en las que participen los vecinos con las personas mayores.
- Elaborar un directorio de personas mayores retiradas de la vida laboral que pueden prestar algún servicio a los vecinos u apoyar en situaciones de emergencia,
- Organizar acciones de reconocimiento a los aportes de personas mayores que trabajan a favor de la comunidad

Redes Sociales Secundarias

En los últimos años, han surgido numerosas organizaciones civiles y sociales, grupos formales e informales dedicados a proporcionar servicios asistenciales a personas adultas mayores

Funciones de las redes secundarias:

- **Compañía social.** Se refiere a las relaciones de dos o más personas para llevar a cabo actividades

Redes Sociales Secundarias

- **Apoyo emocional.** Relaciones de amistad y/o confianza
- **Guía cognitiva y de consejos.**- Educador, coordinador, amigo, maestro, vecino reconocido, con los comparte información personal o de la comunidad, y cuyas opiniones son valoradas por los adultos mayores.
- **Regulación social.** Se entiende como el conjunto de normas o disposiciones, escritas u orales, aceptadas por el conjunto de participantes

Redes Sociales Secundarias

- **Ayuda material y de servicios.** Que reciben de especialistas, que otorgan un servicio muy concreto y particular.
- **Acceso a nuevos contactos.** vínculos que ayudan a establecer relaciones con nuevas personas y redes.

Los grupos de adultos mayores dependientes de las instituciones que se encuentran dentro de las comunidades pertenecen a estas redes secundarias

Redes Sociales Institucionales

La red institucional la integran básicamente organismos públicos o privados, dedicados a proporcionar diversos servicios o apoyos asistenciales a la población adulta mayor en función de sus condiciones de salud, situación socioeconómica o carencia de información.

- **Sistema de Salud:** Centros y casas de salud local, IMSS, ISSSTE, entre otros.
- **Casas de Día:** INAPAM, DIF Estatal y Local;
- **Comedores Públicos:** DIF Estatales y Municipales,, Delegaciones.;
- **Casas de la Cultura:**
- **Ayuda Material y de servicios :** Programas especiales

Salud Comunitaria

En los últimos años la **salud comunitaria** se presenta como una de las estrategias que busca intervenir en los sectores más vulnerables mediante un proceso participativo, que involucre a los diferentes actores sociales, con miras a aprovechar sus recursos y generar acciones que permita alcanzar su desarrollo pleno.

Salud Comunitaria

MODELO CLÍNICO DE ATENCIÓN A LA SALUD MODELO DE SALUD COMUNITARIA

Énfasis en la observación en el Diagnóstico y en la clasificación.	Énfasis en la intervención.
La intervención es clínica como práctica individual	La intervención es ecológica, sobre organizaciones comunidades y contextos.
El tratamiento es reparador y se enfoca en problemas y enfermedades.	La intervención es preventiva, de promoción y educación para la salud.
El Modelo es de espera y de despacho.	El Modelo es de búsqueda.
El hincapié se hace en la enfermedad y en la insuficiencia.	El énfasis se hace en la suficiencia, en la habilidad y en la competencia.
Las intervención es limitada al terreno de los problemas de conducta y de salud mental.	La intervención se amplia al ámbito de la salud en general.
Existe la prevalencia de monopolios profesionales	Se busca que todas las personas participen en el cuidado de su propia salud
Las intervenciones son parciales y divididas por área de conocimiento.	Se busca que las intervenciones sean multidisciplinarias.

Adultos Mayores y Salud Comunitaria

La promoción de actividades físicas orientadas especialmente a la realidad de los adultos mayores, mejorando de esta forma su calidad de vida física.

Generar centros comunitarios (clubes, centros culturales y residencias diurnas) que se conformen como un espacio de encuentro y participación de los adultos mayores.

Generar estrategias que mejoren la calidad de vida de los adultos mayores a través de programas de promoción y educación para la salud.

Formar de adultos mayores como multiplicadores para que desarrollen acciones de promoción de la salud