

## Resumen

Facultad de Tecnología de la Salud. Holguín

## Programa educativo para elevar la calidad de vida en el adulto mayor

### Educational Program to Improve the Quality of life of the Elderly Population

*Rosario de la Torre Fernández<sup>1</sup>, Lina Bouza Cabrera<sup>2</sup>, Yony Cabrera Parra<sup>3</sup>, Nancy Báster Fernández<sup>4</sup>, Yudisandra Zaldívar Velázquez<sup>5</sup>*

- 1 Licenciada en Educación. Especialidad Defectología. Asistente. Facultad de Tecnología de la Salud. Universidad de Ciencias Médicas de Holguín
- 2 Licenciada en Educación. Especialidad Defectología. Asistente. Facultad de Tecnología de la Salud. Universidad de Ciencias Médicas de Holguín
- 3 Licenciado en Educación. Especialidad Lengua Inglesa. Asistente. Facultad de Tecnología de la Salud. Universidad de Ciencias Médicas de Holguín
- 4 Licenciada en Educación. Especialidad Biología. Asistente. Facultad de Tecnología de la Salud. Universidad de Ciencias Médicas de Holguín
- 5 Licenciada en Tecnología. Especialidad Optometría y Óptica. Instructor. Facultad de Tecnología de la Salud. Universidad de Ciencias Médicas de Holguín

## RESUMEN

Con el objetivo de elevar el nivel de conocimiento y modificar estilos de vida inadecuados en el adulto mayor, se realizó un estudio en la casa de abuelos Lucía Iñiguez Landín, del municipio Holguín. Para obtener la información necesaria, se realizaron entrevistas al personal de salud, encuestas a los ancianos y se observó su comportamiento. A partir de la información reunida, se desarrolló una propuesta

de programa educativo para elevar la calidad de vida en el adulto mayor, así como para prevenir y reducir los riesgos propios de la edad. Se busca también aumentar la intersectorialidad en el mejoramiento de la salud y calidad de vida del adulto mayor. Como parte de la investigación, se ofreció abundante información a los ancianos sobre los factores de riesgo que favorecen la aparición de las enfermedades y daños a la salud. Ello propicia evitar ciertos riesgos y también, el auto cuidado de su salud, así como, la adopción de estilos de vida saludables a través de una adecuada cultura.

Palabras clave: adulto mayor, programa educativo y calidad de vida

## **ABSTRACT**

A study to modify inappropriate lifestyles of the elderly population of Lucía Íñiguez Landín nursing home was carried out. An educational program was proposed to improve the quality of life of the elderly population, to prevent any risk and to work in order to modify inappropriate lifestyles. Intensify the interrelations among the different sectors to improve the elderly population health is the objective. The information on the risk factors that cause different diseases was offered, which helped in avoiding the risks and achieving a self-care considering the improvement of the lifestyles through an appropriate culture.

Key words: elderly, educational program, quality of life

## **Correspondencia**

Dra. Rosario de la Torre Fernández. Correo electrónico: rosi@ucm.hlg.sld.cu