

## PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR

El programa del adulto mayor tiene por propósito promover hábitos saludables, detectar adicciones de alcohol y tabaco. Controlar obesidad, hipertensión y niveles de colesterol, tiene por propósito estimular una alimentación adecuada previa a la concepción. En cada caso se efectuará la recomendación que corresponda. Este programa busca apoyar la mantención de la autovalencia, promoviendo hábitos saludables, controlando su capacidad auditiva y de movilidad. Las actividades comprendidas en este programa son:

### PERSONAS DE 15 AÑOS O MÁS

#### 1. PROMOCIÓN DEL EJERCICIO

- **Examen:** Consejería.
- **Frecuencia:** Una vez al año.
- **Beneficiario:** Mayores de 15 años.
- **Meta de Cobertura:** 25% de la población beneficiaria.

#### 2. BEBEDOR PROBLEMA

- **Examen:** Cuestionario de autodiagnóstico sobre riesgos en el uso de alcohol (AUDIT) y consejería respecto de terapia.
- **Beneficiario:** Personas de 15 y más años.
- **Frecuencia:** Una vez cada 3 años.
- **Meta de Cobertura:** 25% de la población beneficiaria.

#### 3. TABAQUISMO

- **Examen:** Aplicación del instrumento Estrategia 5 A's según Guía Clínica y consejería breve.
- **Frecuencia:** Una vez cada 3 años.
- **Beneficiario:** Personas de 15 y más años.
- **Meta de Cobertura:** 25% de la población beneficiaria.

#### 4. SOBREPESO Y OBESIDAD

- **Examen:** Medición de Peso y Talla y Cálculo Índice de Masa Corporal (IMC) y medición de Circunferencia de cintura (CC) para detectar personas obesas con mayor riesgo cardiovascular. Consejería en alimentación saludable e incremento de la actividad física. Consejería por parte de Nutricionista y derivación CAEC si corresponde.
- **Frecuencia:** Se recomienda cada 3 años.
- **Beneficiario:** Personas de 15 y más años.
- **Meta de Cobertura:** 25% de la población beneficiaria.

#### 5. HIPERTENSIÓN ARTERIAL

- **Examen:** Medición Estandarizada de Presión Arterial.
- **Frecuencia:** Se recomienda cada 3 años.
- **Beneficiario:** Personas de 15 y más años.
- **Meta de Cobertura:** 25% de la población beneficiaria.

## **6. DIABETES MELLITUS**

- **Examen:** Glicemia en ayunas de al menos 8 horas.
- **Frecuencia:** Una vez cada 3 años.
- **Beneficiario:** Personas de 15 y más años con factores de riesgo mayores de 40 años, obesos o antecedentes familiares directos en diabetes en padre, madre o hermanos.
- **Meta de Cobertura:** 25% de la población beneficiaria.

## **7. SÍFILIS**

- **Examen:** Examen de VDRL o RPR en sangre.
- **Frecuencia:** Beneficiarios con conductas u otros factores de riesgo una vez cada 3 años.
- **Beneficiario:** Embarazadas y personas con conductas u otros factores de riesgo.
- **Meta de Cobertura:** 25% de la población beneficiaria.

## **8. TUBERCULOSIS**

- **Examen:** Baciloscopia a toda persona con tos productiva por más de 15 días al momento del examen.
- **Frecuencia:** Una vez cada 3 años y/o toda persona con tos productiva por más de 15 días.
- **Beneficiario:** Personas mayores de 15 años con síntomas respiratorios por 15 días o más.
- **Meta de Cobertura:** 25% de la población beneficiaria.

## **MUJER DE 25 A 64 AÑOS**

### **9. CÁNCER CERVICOUTERINO**

- **Examen:** Toma de Examen de Papanicolaou (PAP) o citología exfoliativa cervical.
- **Frecuencia:** Una vez, cada 3 años.
- **Beneficiario:** Mujeres de 25 a 64 años y entre 18 y 24 años con vida sexual activa.
- **Meta de Cobertura:** 25% de la población beneficiaria.

## **PERSONAS DE 40 Y MÁS AÑOS**

### **10. DISLIPIDEMIA**

- **Examen:** Medición de Colesterol Total. Consejería por parte de nutricionista si corresponde.
- **Frecuencia:** Anual.
- **Beneficiario:** Hombres y mujeres de 40 y más años.
- **Meta de Cobertura:** 15% de la población beneficiaria.

## MUJERES DE 50 Y HASTA 54 AÑOS

### 11. CÁNCER DE MAMA

- **Examen:** 2 Mamografías en total, a contar de los 50 años de vida y hasta los 54 años.
- **Frecuencia:** Cada 3 años.
- **Beneficiario:** Mujeres de 50 y hasta 54 años.
- **Meta de cobertura:** 25% de la población beneficiaria.

## ADULTO DE 65 Y MÁS AÑOS

### 12. EVALUACIÓN FUNCIONAL PARA UNA VIDA AUTOVALENTE (Autonomía Funcional)

- **Examen:** Cuestionario estandarizado, evaluación funcional del adulto mayor (EFAM). Consejería.
- **Frecuencia:** Anual.
- **Beneficiario:** Beneficiarios mayores de 64 años.  
Evaluación de la movilidad, capacidad de alimentación, visión, audición, y derivación a GES si corresponde.
- **Meta de cobertura:** 40% de la población beneficiaria.

## MAYORES DE 35 AÑOS

### 13. PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR EN POBLACIÓN DE RIESGO

- **Intervención:** Consejería respecto de hábitos saludables, alimentación, consumo de ácido acetilsalicílico y otros.
- **Beneficiario:** Mayores de 35 años.

## MUJERES EN EDAD FÉRTIL

### 14.- PROMOCIÓN CONSUMO DE ÁCIDO FÓLICO, FIERRO Y CALCIO

- **Intervención:** Campaña de información a grupos específicos.
- **Beneficiario:** Mujeres en edad fértil.