

## VI SIMPOSIO CIENTÍFICO CUIDAR CONCIENCIA 2020

Titulo: Propuesta de Sistema de Talleres para cuidadores de adulto mayor en Atención Primaria de Salud.

Temática: Cuidados de Enfermería a la persona mayor y sus cuidadores

Autores: Dra. Grechin Brooks Carballo<sup>1\*</sup>

Dr. Randhol Scott Grave de Peralta <sup>2</sup>

Dr. Angel Florencio Ramirez Morán. <sup>3</sup>

1. Especialista Primer Grado Medicina General Integral. Profesor Asistente.  
<https://orcid.org/0000-0003-0997-2909>

2. Especialista Primer Grado Medicina General Integral. Profesor Asistente.  
[Orcid:https://orcid.org/0000-0001-5352-1625](https://orcid.org/0000-0001-5352-1625)

3. Especialista Primer Grado Medicina General Integral. Profesor Asistente. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5132-7829>

Organismo: Policlínico Emilio Daudinot Bueno. Guantánamo. Cuba.

\*Autor para correspondencia. Teléfono: 55140655; Correo electrónico: grechinadianes@gmail.com.cu

## RESUMEN

Introducción: el fenómeno del envejecimiento se hace más complejo en nuestra sociedad, incrementándose las necesidades de atención de salud, social y económica; por lo que debemos consolidar mecanismos de acción intersectorial que ayude a transitar a este grupo de pacientes y sus cuidadores. Estamos obligados a intensificar los esfuerzos y buscar nuevas estrategias a nivel Primario de Salud para el enfrentamiento a dicho fenómeno demográfico. Objetivo: proponer el diseño de un sistema de talleres de capacitación para los cuidadores de Adulto Mayor en Atención primaria de Salud teniendo en cuenta la efectividad de los mismos como vía de orientación a cuidadores para potenciar la orientación familiar y comunitaria, y prevenir la recurrencia a consultas por parte de los cuidadores solicitando ayuda. Método: Se utilizaron métodos teóricos para profundizar en aspectos de la didáctica general, de la psicología y referirlos a las condiciones particulares de la clase taller. Se desarrollará un taller, donde se abordaran temas en las diferentes sesiones relacionados con las características generales del envejecimiento, patologías más frecuentes, características físicas y fisiológicas, personalidad y envejecimiento, alimentación, comunicación, medicación, actividad física, ayudas técnicas, manejo de situaciones especiales: trastornos del sueño, prevención de caídas, manejo de la incontinencia urinaria. Resultados: se prevé incrementar la preparación de los cuidadores de adulto mayor, disminuir la carga a consultas geriátricas y los gastos económicos que genera esta situación. Conclusiones: El programa está dirigido a los cuidadores gestores del cuidado y persigue dar a conocer las necesidades y cuidados que demandan los adultos mayores para brindarles una calidad de vida óptima y necesaria.

Palabras claves: Propuesta; Sistema de Talleres; cuidadores; adulto mayor; Atención Primaria de Salud.

## INTRODUCCIÓN

El envejecimiento poblacional constituye actualmente, centro de atención a nivel internacional. Es un fenómeno nuevo, con múltiples aristas, poco conocido y que ya estamos viviendo; ha emergido con rapidez e involucra a políticas nacionales e internacionales, científicos, obreros, instituciones de las más disímiles esferas y a la sociedad en general. <sup>(1)</sup>

Proceso absolutamente natural e irremediable por el que atraviesa toda persona con el paso del tiempo. En la actualidad se ha incrementado la esperanza de vida de la población, pasando en 1900 de 40 años a los 82 años, lo que supone vivir hoy, más del doble de tiempo que un siglo atrás. <sup>(2)</sup>

Los polos mundiales con más altos índices de envejecimiento poblacional se encuentran en "Europa Occidental (24,2%), seguido de Europa del Este (22,2%) y Norteamérica (21,5%), <sup>(3)</sup> España es uno de los países con una mayor proporción de población mayor posicionándolo entre los países más envejecidos del planeta (18,8%). <sup>(4)</sup>

Según la Organización de Naciones Unidas (ONU) entre el 2000 y 2030 la población urbana de América Latina y el Caribe aumentará de 394 millones a 609 millones y la de mayores de 60 años habrá superado un promedio del 8,00 % al 14,00 % y la proporción de personas mayores sobrepasará a la proporción de menores de 15 años. <sup>(5)</sup>

La población anciana en Cuba representa 15,9 % de la población total; se pronostica 21,6 % para el 2025, <sup>(6)</sup> mientras que la Oficina Nacional de Estadística(ONEI), estima que en los próximos 20 años contará con un 31 por ciento de su población con 60 años y más, de modo que para el año 2050 será el país más envejecido de América Latina y el Caribe;<sup>(7)</sup> hasta el 2030 el número de personas jubiladas será mayor a las que entren en edad laboral, alcanzando una expectativa de vida alcanza los 76 años. <sup>(3)</sup>

El Índice de envejecimiento de la población 1950-2050 en América Latina según la Cepal tuvo en 1950(20.4), en 2000(64.3) y para el 2025 y 2050(156.5 y 221.1); el más elevado del continente de entre 19 países. <sup>(8)</sup>De acuerdo con recientes proyecciones de Naciones Unidas, el 39,8% de los hogares cubanos(1 506582 domicilios), tienen al menos una persona mayor. <sup>(9)</sup>

Atraviesa un estado avanzado de transición demográfica caracterizado por indicadores como: un elevado índice de esperanza de vida de la población al nacer, superior a los 80

años y proporciones del Índice de Adulto Mayor; ascenso de la proporción de población mayor con relación a la población absoluta derivadas del último Censo, constatación del incremento de las desigualdades sociales entre los y las cubanas en la vejez y el incremento de las desigualdades de género. <sup>(10)</sup>

Todas las provincias del país, excepto Guantánamo (13.4%) y el municipio especial de la Isla de la Juventud (14.4), se encuentran en el tercer grupo con valores por encima del 15 % de la población de 60 años, siendo Pinar del Río la más envejecida (19%) <sup>(6,11)</sup>; y en nuestra área de salud el 22.3 %.<sup>(12)</sup>

## Antecedentes

### Marco Jurídico

En la actualidad el cuidado es entendido como una problemática social pública, y por lo tanto objeto de políticas públicas,<sup>(13)</sup> se conforma desde una perspectiva holística que contempla a la persona de forma global, como un ser único, considerando aspectos fisiológicos, psicológicos, sociales, es un proceso de aproximaciones sucesivas, que posibilitan la construcción de un conocimiento basado en las experiencias de cuidado de la propia comunidad, que permita la intervención y su transformación.<sup>(14)</sup>

La Organización de los Estados Americanos (OEA) aprobó la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, convirtiéndose en el primer organismo intergubernamental que acoge un instrumento jurídicamente vinculante en esta materia.<sup>(5)</sup> En los Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución, del VI Congreso del Partido Comunista de Cuba se establece como una prioridad en el Acápito 144: brindar particular atención al estudio e implementación de estrategias en todos los sectores de la sociedad para enfrentar los elevados niveles de envejecimiento de la población.<sup>(15)</sup>

El Programa Nacional de Adulto Mayor tiene como propósito elevar el nivel de salud, el grado de satisfacción y la calidad de vida del adulto mayor mediante acciones de prevención y promoción; y como objetivos desarrollar la formación y capacitación de los recursos humanos especializados y los propios de la comunidad, que garanticen la calidad de las vías no formales de atención y la integración activas de estas a la comunidad.<sup>(16)</sup>

## Justificación

El adulto mayor pasa por una etapa del ciclo vital en la que se han realizado los proyectos de vida, siendo posible poder disfrutar de lo que queda de vida con mayor calidad de vida. Esta situación hace que las personas de la tercera edad muchas veces sean consideradas como una molestia para sus familias, por lo que se considera un problema creciente en la sociedad como resultado actual. El incremento en la frecuencia de la asistencia de cuidadores de Adulto mayor a la consulta de Geriátrica del centro alegando dificultades en el manejo de los mismos nos motivó a realizar este estudio.

Dada la necesidad de adecuar el cuidado preventivo que se brinda por el profesional médico y de enfermería que labora en el nivel Primario de Atención de Salud (APS), se realizó una sistematización de las teorías que sustentan y legitiman el ejercicio de la profesión orientado a lo preventivo para realizar y perfeccionar la práctica de cuidados orientados a la comunidad y la familia, mediante la descripción, predicción y control de los fenómenos que tienen lugar en cada acción de cuidado preventivo a la salud.

## Actuación

Es imprescindible que los cuidadores posean el conocimiento y las habilidades que requieren para ofrecer un cuidado óptimo que vaya en beneficio del adulto mayor, el cual no solo proporcione intervenciones requeridas por el paciente, sino también un cuidado emotivo e integral que mejore la calidad de vida del adulto mayor. Es allí donde aparece la idea de la construcción de un proyecto de capacitación para los cuidadores de adulto mayor; teniendo como referente a Florence Nightingale, enfermera inglesa, quien se hizo célebre prestando cuidados a los enfermos en los hospitales y a los heridos durante la guerra de Crimea. <sup>(17)</sup> El personal médico y de enfermería de la APS se encargan, no solo del cuidado materno infantil sino también, y cada vez más, de un número creciente de personas de 60 años o más con enfermedades crónicas y problemas complejos de salud; difíciles de manejar sin previa guía o capacitación ya que el manejo de estos problemas requieren de normas diferenciadas. <sup>(18)</sup>

¿Qué y cómo podemos mejorar el conocimiento y manejo del Adulto Mayor por parte de los cuidadores en nuestra comunidad?

Para que se comprenda mejor el trabajo que presentamos es necesario partir de algunos referentes teóricos relacionados a la temática que abordamos.

Cuidador: suele definirse como aquel individuo que dedica una gran parte de su tiempo, medido en número de horas al día, al cuidado de dicho enfermo y que ha realizado las tareas de cuidado durante un mínimo de 6 semanas.

Adulto Mayor: y se estipula que son aquellas personas mayores de 60 años que se hallan en una etapa de cambios a nivel físico y psicológico, <sup>(2,8, 16)</sup>. Según la Organización Panamericana de la salud (OPS) en países desarrollados aquel individuo que tiene 65 años y más de edad. <sup>(19)</sup>

Constituye un eufemismo, considerado como un estigma, un estamento costoso e inútil, no obstante, a través de los siglos se ha valorado como una etapa de respeto y de sabiduría que merece más que consideración. Los temas sobre el cuidado de este grupo abordados a través de talleres constituyen espacios para el intercambio de experiencia, vivencias y aprendizaje para los cuidadores, como para el personal de salud que participa en la ejecución de la tarea, en especial para el enfermero; propiciando el contacto y aproximación de unos con otros. <sup>(20)</sup> Se debe abordar la problemática desde un punto de vista multidisciplinario, proporcionando el apoyo e información que precisa, así como facilitando los recursos apropiados a las necesidades del cuidador y del mayor al que cuida.

Lo significativo de esta propuesta es que con sistema de talleres de capacitación los cuidadores adquieren los conocimientos necesarios que le permitan mejorar el desarrollo de sus habilidades logrando elevar la calidad del cuidado ofertado al adulto mayor y su calidad de vida misma como su forma física, espiritual, económica, social, la esperanza de vida, teniendo claridad en cuanto a sus necesidades y sus preferencias. <sup>(17)</sup>

La importancia, necesidad creciente y eficacia de este tipo de actividad está demostrado durante la consulta de diferentes estudios donde los directivos del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (MTTSS), consideraron el trabajo de cuidadores como posibilidad de trabajo y como desventajas la preparación; los enfermeros alegaron haber recibido cursos pero aún el conocimiento les era insuficientes y sugirieron incluir contenidos como asesoramiento nutricional, actividad física, envejecimiento y salud para poder atender integralmente a este grupo; los cuidadores alegaron haber recibido cursos pero solo en el 40% de los casos, refiriendo haber adquirido experiencia cuidando ancianos anteriormente(83.4%), el 50% manifestó que les faltaba preparación y un por ciento superior que necesitaba profundizar. De igual manera en un trabajo de magister en Psicología arrojó que la cuidadora informal había reingresado en varias ocasiones a su

padre y alego sentir falta de conocimiento, por cosas que no pude manejar y que debe tener más conocimiento para cuidar bien a su familiar; otra cuidadora manifestó haber recibido ayuda por parte de la enfermera y medico de su consultorio, no teniendo dificultades en la atención a su familiar; pacientes adultos mayores con patologías crónicas luego de ser egresados recibieron indicaciones precisas en dos momentos y posteriormente llamaron para preguntar nuevamente. Por otra parte el 42,85 % de la muestra de los referidos cuidadores no dominan las habilidades técnicas necesarias para brindarle cuidados oportunos al adulto mayor encamado, solo el 20 % dominan este tipo de técnicas. El 68,57 % de esos cuidadores no han recibido ningún tipo de preparación para brindar cuidados a este tipo de paciente.<sup>(21-24)</sup>

Además de acudir al servicio solicitando información y orientación, se observó que existía dependencia por parte de estos hacia el personal de la salud para la atención de sus familiares, alegando responsabilidad total a una de las partes (personal de salud) y no como una actividad de ejecución conjunta. Por tanto, en la medida que seamos capaces de preparar mejor a estos cuidadores permitirá desarrollar la capacidad de autoayuda y puedan mantengan un nivel de satisfacción y mejoría en la calidad de vida del binomio cuidador-adulto mayor;

De acuerdo a lo anterior fundamentamos la presente investigación cuyo objeto es la capacitación, para lograr instruir a los cuidadores en el cuidado y atención de la persona mayor desde la APS.

Fase de Planificación.

Se concibió un programa para desarrollar una propuesta de Sistema Talleres para cuidadores de adulto mayor, basados en la metodología de investigación participativa, denominado: “ Preparación de cuidadores para el cuidado de la persona mayor” y su ejecución permitiría además del cumplimiento de estos objetivos, el enriquecimiento de los métodos y técnicas para tratar con las diferentes problemáticas que se presentan en este grupo de pacientes e influir en su adecuado manejo y trabajar en la formación de multiplicadores de esta experiencia de modo tal que se incluya en la educación de otros miembros de la comunidad (cuidadores formales e informales)una preparación eficiente para la convivencia humana y la interacción interpersonal.

Se planificaron de manera inicial 10 sesiones de trabajo en taller y una de evaluación, cuyos temas fueron:

## Temas de las sesiones

1. Sesión Introductoria.
2. Envejecimiento. Definición.
3. Características Físicas, Fisiológicas y Sociales.
4. Personalidad y Envejecimiento.
5. Enfermedades Crónicas más frecuentes.
6. Comunicación entre cuidador y adulto mayor.
7. Alimentación, Higiene, Actividad Física.
8. Administración de Medicamentos.
9. Manejo de situaciones especiales: trastornos del sueño, prevención de caídas, manejo de la incontinencia urinaria.
10. Ayudas Técnicas.
11. Auto cuidado y protección al cuidador.

Se articulara a la investigación médicos y enfermeras con preparación en el tema ( Diplomantes, Maestranes en Longevidad Satisfactoria), especialista de Medicina Interna, Geriatra, Especialista de Medicina General Integral con experiencia en el manejo de adulto mayor, Estomatólogos, Psicólogos, Nutricionistas, Preparador Físico, Fisiatra, Rehabilitadores, además familiares y cuidadores como informantes claves. De igual forma se hace preciso incorporar a la investigación, bajo la misma condición directivos y administrativos de la Unidad.

El propósito de esta investigación es diseñar e implementar una herramienta pedagógica que permita a los cuidadores de adulto mayor, mejorar sus conocimientos, actitudes y prácticas de cuidado para con los adultos mayores bajo su atención.

## Método

Se utilizaran métodos teóricos para profundizar en aspectos de la didáctica general, de la psicología y referirlos a las condiciones particulares de la clase taller a través de un estudio descriptivo de corte transversal en el Policlínico Emilio Daudinot Bueno, del municipio de Guantánamo, durante el periodo de enero a marzo de 2021. El universo estará constituido por los cuidadores de adulto mayor del área de salud, que residan dentro del área de salud.

## Objetivos científicos:

1. Lograr la toma de conciencia por parte cuidadores de la importancia que reviste



el cuidado adecuado del adulto mayor, para la familia, economía y el sector, a partir de la construcción colectiva de la definición de este proceso, de sus características y funciones, del análisis y reflexión de las vivencias que se asocian a su presencia o ausencia en situaciones de la vida cotidiana y de las condiciones que la favorecen o limitan.

2. Desarrollar habilidades para la solución de diferentes situaciones tales como: el manejo del adulto mayor en situaciones especiales por parte de cuidadores y la familia en general. Con énfasis está en aquellos aspectos en que se constataron mayores dificultades a través de las investigaciones realizadas.

3. Visualización de videos donde se muestre el manejo de las diferentes situaciones.

Objetivos a cumplimentar mediante la realización de los talleres.

Objetivo General:

Contribuir a elevar el conocimiento del manejo del adulto mayor por parte de cuidadores.

Objetivos específicos:

- Desarrollar habilidades para la comunicación interpersonal.
- Crear conciencia en torno a la necesidad de adquisición de conocimientos por parte de cuidadores.
- Incrementar los conocimientos en los cuidadores acerca de las características específicas del grupo.
- Elevar conocimientos acerca de los derechos de los adultos mayores.
- Lograr un intercambio entre cuidadores y personal de salud y las concepciones acerca de los roles basados esencialmente en la ayuda mutua y la responsabilidad compartida en todos los aspectos de la atención al adulto mayor.

Los ejes temáticos

- Aspectos de contenido y relacional de la comunicación.
- Las habilidades de la comunicación.
- Se establecieron un conjunto de indicadores para verificar objetivamente los resultados y se establecieron las fuentes de verificación: registro de asistencia y participación, registros de supervisión, evaluaciones periódicas, técnicas psicológicas, encuesta de satisfacción a los participantes.

### Metas alcanzadas:

- Incremento de temas de comunicación en la familia.
- Disminución de la asistencia consultas en la institución con el objetivo de solicitar ayuda.
- Mejoramiento del manejo por parte de cuidadores y prevención de complicaciones.
- Cambio en concepciones tradicionales basadas en la división de tareas entre los integrantes de la familia, cuidadores y trabajadores del sector.
- Disminución de costo económico a las familias y el estado.

### Conclusiones

Se prevé incrementar la preparación de los cuidadores de adulto mayor para mitigar las necesidades y mejorar los cuidados que demandan y brindarles una óptima calidad de vida.

## Referencias Bibliográficas.

1. Martínez Pérez TJ, González Aragón CM, Castellón León G, González Aguiar B. El envejecimiento, la vejez y la calidad de vida: ¿éxito o dificultad? Rev. Finlay [en línea]. ene.- mar. 2018. [citado: 18 oct. 2020]: vol.8(1): [Aprox: 7p]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rf/v8n1/rf07108.pdf>
2. Fundación Alberto J. Roemmers. Enfermería en la atención al adulto mayor. Actas de la Jornada de Enfermería. Buenos Aires, Argentina [en línea]. 5 de sep. de 2017. [citado: 18 oct. 2020]: [Aprox: 144p]. Disponible en: <https://www.roemmers.com.ar/sites/default/files/Enfermer%C3%ADa%20en%20la%20Atenci%C3%B3n%20al%20Adulto%20Mayor.pdf>
3. Tornés Bernal M, Díaz Rodríguez Y, Reynosa Navarro E. Envejecimiento poblacional en Cuba: rol de los medios informativos nacionales. [en línea]. abr. – jun. 2020. Rev. Investigación y Cultura. Universidad César Vallejo HACER Campus Chiclayo. Investigación Cultural. Chiclayo. Lambayeque, Perú. [citado: 18 Oct. 2020]: vol. 9(2): [Aprox: 11p]. Disponible en: <https://www.aacademica.org/ern/15.pdf>
4. Cascante San Martín A. Plan De Formación Para Cuidadores Principales De Pacientes Geriátricos. [Tesis Fin De Grado en Enfermería] [en línea]. may. 2018. Universidad Pública de Navarra. [citado: 18 oct. 2020]: Facultad de Ciencias de la Salud. [Aprox: 99p]. Disponible en: [https://academicae.unavarra.es/bitstream/handle/2454/29083/Ancianos\\_Cascante\\_TFG.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://academicae.unavarra.es/bitstream/handle/2454/29083/Ancianos_Cascante_TFG.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
5. S. Huenchuan (ed.). Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: perspectiva regional y de derechos humanos, Libros de la CEPAL. [en línea] 2018. Santiago, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). [citado: 18 oct. 2020]: No.154: [Aprox 34p]. Disponible en: [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629_es.pdf)
6. Naranjo Hernández Y, Figueroa Linares M, Cañizares Marín R. Envejecimiento poblacional en Cuba [en línea]. 2015. Gaceta Médica Espirituana Univ. Ciencias Médicas.

Sancti Spíritus. [citado: 18 oct. 2020]:vol.17 (3):[Aprox: 10p].Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/gme/v17n3/GME25315.pdf>

7. Campo Torregroza E, Laguado Jaimes E, Martín Carbonell M, Camargo Hernández KC. Funcionamiento cognitivo, autonomía e independencia del adulto mayor institucionalizado [en línea]. 2018. Revista Cubana de Enfermería. [citado: 18 oct. 2020]:vol. 34(4):e1640:[Aprox: 14p].Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/enf/v34n4/1561-2961-enf-34-04-e1640.pdf>

8. Abaunza Forero Cl., Mendoza Molina MA., Bustos Benítez P, Paredes Álvarez G, Enriquez Wilches KV, Padilha Muñoz AC. Concepción del adulto mayor. En: Adultos mayores privados de la libertad en Colombia. Bogotá: Editorial Universidad del Rosario, Instituto Rosarista de Acción Social – SERES [en línea]. 2014. [citado: 18 oct. 2020] [Aprox: 40p]. Disponible en: <https://doi.org/10.7476/9789587385328.0007>

9. Alfonso LeónA. Un estudio piloto sobre los cuidadores de ancianos. Rev. Novedades En: Población. Centro de Estudios Demográficos. [en línea]. jul-dic 2015.[citado: 18 oct. 2020]; vol.22. [Aprox 9p]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rnp/v11n22/rnp04215.pdf>

10. González Torralbo H, Larrazabal S, Sofia Larrazabal M. Envelhecimento, gênero e cuidados: debates para situar as políticas públicas. Revista Sociedade e Cultura [en línea] 2020. [citado: 18 oct. 2020]; vol. 23(54):[Aprox: 35p]. DOI: 10.5216/Sec.v23. e54300.

11. Marante Pozo E, Pozo Amador LM. Efectividad de intervención educativa en sobrecarga del cuidador de adultos mayores dependientes. Rev. Cubana de Enfermería. [en línea] 2018.[citado: 18 oct. 2020]; vol. 34(4): [Aprox:54].Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/enf/v34n4/1561-2961-enf-34-04-e1490.pdf>

12. Carballo Brooks G. Análisis de la Situación de Salud 2020. Policlínico Emilio Daudinot. 2020. Guantánamo, Cuba.

13. José Zepeda-Álvarez P, Luz Muñoz-Mendoza C .Sobrecarga en cuidadores principales de adultos mayores con dependencia severa en atención primaria de salud. Gerokomos [en línea].2019. [citado: 18 oct. 2020];vol. 30(1):2-5: [Aprox: 4p]. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v30n1/1134-928X-geroko-30-01-00002.pdf>

14. Dandicourt Thomas C. Modelos de enfermería relacionados con el cuidado preventivo orientado a la comunidad y la familia. Revista Cubana de Enfermería. [en línea].2018.

[citado en 18 oct 2020]; vol. 34(4):[Aprox: 11p]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/enf/v34n4/1561-2961-enf-34-04-e2318.pdf>

15. Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución, del VI Congreso del Partido Comunista de Cuba (PCC)

16. Programa de Atención Integral al Adulto Mayor. [Aprox: 44p]. Disponible en: <https://files.sld.cu/redenfermeriacomunitaria/files/2015/01/programa-de-atencion-integral-al-adulto-mayor.pdf>

17. Laiton KJ, Guaitero Mojica N, Moya AL. Diseño de un Programa de Capacitación para Cuidadores de Adulto Mayor en Instituciones Públicas y Privadas en Bucaramanga y su área Metropolitana. [Trabajo de Grado para Obtener el Título de Enfermera]. 2016. Bucaramanga, Colombia. Universidad de Santander Facultad De Ciencias De La Salud Programa De Enfermería Bucaramanga: [Aprox: 76p]. Disponible en:

18. Organización Panamericana De La Salud, Oficina Regional De La Organización Mundial De La Salud.[en línea]. Mar. 2002. 1ed: [Aprox: 10p]. Disponible en:

19. Belmont Correia de A. Promoção de Saúde dos cuidadores de idosos: tecnologia educacional sobre Saúde Ocupacional. [Dissertação]. 2018. Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal da Paraíba. João Pessoa, Paraíba: [Aprox: 108p]. Disponible em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/14210/1/Arquivototal.pdf>

20. Silva Capilupi de Oliveira J, Matias Ferreira AO, Miranda Fonseca M, Oroski Paes G. Desafios de cuidadores familiares de Idosos com doença de Alzheimer inserida em um Grupo de Apoio. Rev. Enfermagem Universidade Federal de Pernambuco [en línea]. fev. 2016. Recife. [citado en 18 oct 2020]: [Aprox: 6p]. Disponible en: ISSN: 1981-8963 DOI: 10.5205/reuol.8557-74661-1-SM1002201621

21. Cordero Cabrera M, Ferro González B, García Veloz M, Domínguez Álvarez J. Cuidado informal al adulto mayor encamado en un área de salud. Rev. Ciencias Médicas [en línea]. 2019[citado: 18 oct 2020]; vol.23 (2): [Aprox: 8p]. Disponible en: <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/3786>

22. Yapu Anze, RM, Mora Gutiérrez EC, ME. La familia en el cuidado y Acompañamiento del adulto mayor durante el proceso de envejecimiento. [Tesina]. Escuela de Enfermería Ciclo de Licenciatura Sede: FCM: [Aprox: 62p]. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/85001052.pdf>

23. Sevilla Gómez Guadalupe, López Rodríguez del Rey María. Propuesta de preparación para cuidadores asistenciales como promotores de salud. Medisur [en línea]. 2015 Oct [citado 18 2020]; vol.13 (5): [Aprox: 13p]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-897X2015000500014&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2015000500014&lng=es)

24. Gutiérrez Muñoz GE. Manual de Capacitación de Taller para Cuidadores Informales de Adultos Mayores del Servicio de Medicina del Hospital Dr. Sótero del Río. [Trabajo de Grado presentado a la Escuela de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Chile para optar al grado académico de Magíster en Psicología de La Salud]. Pontificia Universidad Católica De Chile Facultad De Ciencias Sociales Escuela De Psicología. citado 18 de oct 2020]:[Aprox: 241p]. Disponible en: [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/gericuba/como\\_cuidar\\_mejor.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/gericuba/como_cuidar_mejor.pdf)