

## Mesa provincial abordó inclusión de personas mayores a nivel local

De la instancia participaron representantes de 14 comunas del Biobío y contó con el apoyo de la Municipalidad de Nacimiento.

Representantes de 14 comunas de la Provincia de Biobío participaron de la tercera sesión de la Mesa Provincial Intersectorial de Personas Mayores, instancia técnica que preside la Seremi de Salud y el Servicio de Salud Biobío. La iniciativa, realizada con apoyo de la Municipalidad de Nacimiento, congregó a representantes de oficinas municipales de personas mayores, duplas del programa "Más Adulto Mayor Autovalente", uniones comunales de

adultos mayores, además de referentes de salud de las comunas de Los Angeles, Alto Biobío, Santa Bárbara, Tucapel, Quilleco, Quilaco, Yumbel, Mulchén, Nacimiento, Cabrero, Antuco, Laja, Negrete y San Rosendo.

"Su inclusión contribuye a su estimulación cognitiva y funcional, además de permitirnos recoger sus necesidades y problemáticas a nivel provincial, para aunar estrategias y acciones que nos permitan promover su bienestar, sa-

lud y calidad de vida", declaró la delegada provincial Biobío de la Seremi de Salud, Mima Gutiérrez.

### SALUD MENTAL

Uno de las principales aristas abordadas por la mesa fue la salud mental de personas mayores, donde se concluyó la importancia de atender situaciones que puedan involucrar un riesgo de este segmento, donde destacan aspectos como el diagnóstico reciente de una enfermedad, hospi-

talizaciones recurrentes o prolongadas, cambios del lugar habitual de residencia; maltrato físico, psicológico y/o económico, duelo reciente o dificultad de adaptación a nuevas condiciones. Entre las recomendaciones para fortalecer su salud mental destacan su inclusión en actividades sociales, participación en actividades comunitarias, desarrollo de actividad física, acercarse a la espiritualidad, mantener roles satisfactorios o pasar tiempo al aire libre.



La salud mental fue uno de los principales temas abordados.