## Día Nacional contra el Abuso, Maltrato, Marginación y Negligencia hacia las

## Personas Adultas Mayores Dr. Fernando Morales Martínez. Decano de la Facultad de Medicina, UCR.

El abandono y abuso contra las personas adultas mayores es uno de los grandes problemas en aumento; los datos alrededor de este flagelo desgraciadamente no son precisos como quisiéramos porque hay un

Existen varios tipos de violencia intrafamiliar en lo que a la persona adulta mayor se refiere:

El abuso psicológico daña la autoestima de la La negligencia se da en los casos en que no persona, cuando la persona adulta mayor es existe preocupación por la alimentación, la intimidada, manipulada, insultada, criticada y, como higiene, la vestimenta ni la medicación que consecuencia, se produce miedo, perdida de la requiere, o la compañía presencial que confianza, ansiedad, tristeza y depresión. como ser humano necesita.

El abuso sexual se da en las personas mayores, y es necesario hacer un esfuerzo para recabar las

gran subregistro, subdiagnóstico y ocultamiento en la sociedad de este problemática.

tiende a ser invisibilizado por los mayores y por los familiares dado su delicado abordaje. El abuso patrimonial es aquel en el que la persona se convierte en victima, cuando le falsifican su firma, le

pruebas y denunciarlo oportunamente, aunque

retienen su pensión u otros ingresos económicos; así mismo, les venden las propiedades su consentimiento abusan de algún poder legal o los despojan de bienes preciados, como joyas, obras de arte, muebles y otros enseres de la casa, situación que ha estado presente en el tiempo, pero que no se denuncia oportunamente. Muchas veces, con el animo de tener un acompañamiento, las personas mayores se exceden en la confianza de los cuidadores, familiares u otros y, por lo tanto, se convierten en víctimas fáciles.

La gran variedad de los diferentes tipos de abuso se da mas en personas mayores de 70 años del sexo con femenino leve perdida de dependencia funcional y física. En el 80% de los casos, los ofensores son los mismos miembros del núcleo familiar, de acuerdo con estudios realizados en este centro. La tendencia de los últimos meses, en este nosocomio. indica que en cuanto al género, se equipara tanto en mujeres coro en hombres y se presenta en los diferentes estratos sociales con igual magnitud. Señal de alarma. La circunstancia documentada

como señal de alarma es la sobrecarga del cuidador

la cual produce fatiga y cansancio por estrés físico y

emocional, lo que los lleva a la poca tolerancia en el

cuido de la persona adulta mayor. Además de la

presencia de una red de apoyo deficiente con

familiares alcohólicos, drogadictos y dependientes

económicos y de vivienda, que puede llevar al abuso.

Observamos con enorme preocupacion muchos

casos, en que, pesar de los esfuerzos médicos

realizados, no dan muestra de mejoría, y en algunos

de ellos, a la hora de indagar más profundamente,

nos encontramos que han sido sujetos de algún tipo

de abuso, que, en primera instancia, el paciente lo

niega y lo oculta por miedo que se le deteriore aún

más su precaria relación familiar.

El abuso físico se da cuando la persona presenta lesiones evidentes justificadas como si fueran accidentes; por ejemplo, producidos por golpes, empujones quemaduras, fracturas v otros.

Otra forma de agresión es el abandono, que constituye la máxima expresión del maltrato de las personas adultas mayores, lo que lleva a estas personas a miedo, trastornos del sueño, depresión severa ideas suicidas.

Otros tipos de abuso son los malos tratos que reciben las personas adultas mayores en los taxis y autobuses, tramites de pensión bancarios, relaciones vecinales, discriminación laboral v otros. La sociedad costarricense, en su conjunto, debe

hacer un importante esfuerzo para crear una cultura

firme y sólida de respeto, dignificación y genuino

compromiso con las personas adultas mayores para

que este flagelo disminuya. Además, se deben crear redes sociales comunales de apoyo para prevenir,

mitigar, ayudar a tiempo futuras victimas; para esto se requerirá la respuesta contundente de

gubernamentales y Sociales. De lo contrario, nos

gubernamentales,

no

organizaciones

espera un futuro incierto.

Nuestro país tiene un gran reto con este flagelo, en el que debemos hacer un esfuerzo para educar en el ceno de la familia, comunidad, campo de la salud sobre los diferentes aspectos que se han descrito para que sean tomados muy en cuenta en la valoración integral que se realiza en el área de la salud. Debemos de ser muy rigurosos con la implementación intervenciones que tiendan a notablemente estas circunstancias que sufren algunas personas adultas mayores de una manera totalmente inmerecida y por lo que debemos estar muy atentos, haya mucha educación, divulgación y soluciones; que se reduzca notablemente estas

afrentas contra la población adulta mayor de nuestro país Día Mundial del Medio Ambiente 05 de Junio

disponibilidad de alimentos inocuos y nutritivos,

Se hace un llamado al sector productivo con el fin

de fomentar las buenas prácticas en el manejo de

celebración, se brinda atención al trabajo

colaborativo, donde todas las personas se sientan comprometidas y partícipes de las

acciones en pro de la inocuidad de alimentos

como protección de la salud.

todo bajo un enfoque de derechos humanos.

## Inocuidad de Alimentos iAlimentos inocuos, mejor salud! MSc. Patricia Sedó Escuela de Nutrición patriciasedo.ucr@gmail.com

Para el 2022, la celebración del Día Mundial de la

Inocuidad de Alimentos se basa en el lema:

"Alimentos inocuos, mejor salud". La misma fue

establecida por la Organización Mundial de la

importancia de un abordaje integral, donde se

Como parte de esta celebración, se hace un

llamado a garantizar la inocuidad alimentaria

mediante el fortalecimiento de políticas públicas y

legislación nacional que contribuya

requiere la participación de múltiples actores.

07 de Junio

#### Salud desde el 2014 con el objetivo de contribuir los alimentos, al igual que en el sector industrial y a la reflexión y acción para mejorar la calidad e comercio. Las personas consumidoras juegan un inocuidad de alimentos, lo cual es clave para rol muy importante en la protección de la disfrutar de salud, así como para prevenir y inocuidad alimentaria, por cuanto es un deber atender de manera oportuna las enfermedades informarse, y a la vez aprender y exigir la oferta transmitidas por alimentos. de alimentos que favorezcan su salud, y a su vez La inocuidad de alimentos es relevante a lo largo sigan buenas prácticas de inocuidad alimentaria de toda la cadena alimentaria, de ahí la en sus hogares; por último, en el marco de esta

### Programas de Nutrición Para todas, para todos, para usted. Escúchenos en los 870 AM. radios.ucr.ac.cr/radio-870/

MSc. Ana Paula Hernández Roja Directora del Dpto. de Salud Ambiental Escuela de Tecnologías en Salud, UCR.

especialmente

06 al 10 Semana del #UnaSolaTierra

Radio 870 UCR

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA **Medio Ambiente** 

debido a que en la misma semana se conmemora

el 8 de junio, el día "Mundial de los Océanos".

Para ello, se contó con la participación y la

experiencia de la señora Haydée Rodríguez

Romero, consultora de políticas públicas para la

Con la realización de estas actividades se

refuerza y se reflexiona sobre la necesidad de

continuar aunando esfuerzos desde nuestro

ámbito de acción y apostar por profundos

cambios en nuestra sociedad. Es imperante

entender que más que el derecho a vivir en un

ambiente sano y ecológicamente equilibrado, tal

y como lo establece el artículo N° 50 de la

Constitución Política de Costa Rica, es deber de

todos los habitantes no solo de un país sino del

planeta, de cuidar y proteger el ambiente, cada

uno desde su propia realidad implementando

acciones que motiven a los demás a seguir el

ejemplo, mismas que pueden ir orientadas a la reducción de la contaminación en la fuente como

el caso de la generación de los residuos sólidos,

hasta el control de emisiones de los gases de

Por esta razón, la lógica y el discurso ambiental

que persiste es que todas y todos nos

comprometamos de manera individual para

impactar de manera global. "Una Sola Tierra", nos enseña que, pese a la crisis y a la alta

conflictividad ambiental, aún se está a tiempo

para revertir el daño ambiental ocasionado o en su defecto, trabajar por la restauración de

nuestros ecosistemas que demandan con

urgencia, un cambio de conducta y mentalidad.

Sensibilizar y tomar decisiones informadas sobre

el uso, manejo y buen aprovechamiento de los

recursos, constituyen hoy por hoy, acciones de gran envergadura para la preservación y cuido de

conservación del océano.

efecto invernadero (GEI).

nuestro planeta Tierra.

¡Una Sola Tierra! Este año se retoma el eslogan utilizado en la Conferencia de Estocolmo en 1972, la cual centraba la atención internacional en temas ambientales. medio relacionados con la degradación ambiental. "Una Sola Tierra" fue el lema que puso al ambiente en la agenda global y logró que se reconociera el 5 de junio, como el día Mundial del Ambiente. La semana del 6 al 10 de junio de 2022, no fue

conjunto

planeta, al cual debemos amar y proteger. En relación con ello y por lo que representa para la carrera de Salud Ambiental, el Departamento Salud Ambiental y la Asociación de Estudiantes de Salud Ambiental (AESSA) en con profesores V estudiantes.

que

marcó

diferente de las anteriores en la Universidad de

Costa Rica, pues como todos los años se doblan

esfuerzos desde Sedes y Recintos de la

Universidad de Costa Rica para celebrar la

Semana Ambiental y afianzar el compromiso

tanto de la institución como de todos sus

integrantes en torno a nuestra casa común.

Desde académicos, estudiantes y hasta personal

administrativo conmemoran esta fecha tan

especial recordando que la solo tenemos un

programan una serie de actividades académicas

que reflejan el conocimiento adquirido a lo largo

de la carrera, así como el reto de compartirlo con

toda la comunidad universitaria. En esta ocasión y por segundo año, se desarrolló una Feria de

juegos ambientales, misma que obtuvo el

galardón de Bandera Azul Ecológica (BAE), en la categoría de Eventos, logro que evidenció el

colaborativo

competencias de futuros profesionales en miras a la sostenibilidad y la calidad de vida de las personas Por otra parte, también se llevó a cabo una conferencia denominada "La Costa Rica Azul". enfocada al tema de la protección de los océanos

У

FM Facultad de Medicina ACADÉMICO **PRÓXIMAMENTE** 

09 Y 10 NOV. 2022

Cápsulas informativas

En Costa Rica se cuenta con una Política

Regulatoria sobre el acceso al agua potable y

saneamiento de aguas residuales, en la cual se establece que "Toda persona tiene el derecho

humano, básico e irrenunciable de acceso al

agua potable, como bien esencial para la vida...".

El derecho al acceso y consumo de agua potable

es relevante debido a que el agua representa una

necesidad indispensable para la vida, y es

esencial para vivir con dignidad, de acuerdo a la

En nuestro país un 91,2% de la población recibe

agua de calidad, potable y segura, según los

Laboratorio Nacional de Aguas (LNA) pero en el

mundo unos 2200 millones de personas no tienen

acceso a servicios de agua potable gestionados

de manera correcta. De igual manera, cerca de 3000 millones de personas no tienen donde lavarse las manos y 4500 millones no tienen un baño. Claramente, hay un acceso desigual al

El agua potable tiene un papel preponderante en la salud de las personas, ya que sin este líquido no podríamos vivir. Este recurso ayuda a hacer la digestión, actúa como regulador de temperatura y facilita el transporte de oxígeno entre las células

Pero, no hay que olvidar que este es un recurso escaso y limitado, por esto quienes tienen la dicha de tener acceso a este deben gestionarlo de la mejor manera y evitar su desperdicio.

Corte Interamericana de Derechos Humanos.

correspondientes al año

¿Sabías qué?

**Ambar Segura** 

ambar.segura@ucr.ac.cr

recurso hídrico.

de nuestro cuerpo.

Facultad de Medicina, Junio 2022

 Periodo para enviar resúmenes! Ponencias · Póster · Taller o Actividad Teórico-Práctica Del 13 de junio al 05 de septiembre de 2022 Inscripción aquí En el mundo no todas las personas tienen acceso a agua potable y saneamiento

El Zika se reportó por primera vez en Costa Rica en el 2016 y llegó a circular en 65 cantones. Esta enfermedad es transmitida por el mosquito Aedes Aegypti, pero también puede ser transmitida vía sexual y por sangre contaminada. A pesar de presentar síntomas leves, el Zika puede provocar defectos congénitos y microcefalia. 17 de Junio Día Mundial contra la

Desertificación y Sequía

¡Superando juntos las sequías!

Para el 2022, el lema para celebrar el Día

Internacional contra la Desertificación y la Sequía

Esta frase reitera la necesidad de que todas las

comprometan a actuar responsablemente para

proteger los ecosistemas, atender de manera

urgente los problemas complejos que aquejan al

planeta, y prevenir a futuro situaciones de desastre y muerte que pueden derivar de la

La explosión demográfica y urbanización sin

planificación, la sobreexplotación de los recursos,

así como la falta de protección del recurso hídrico

y el cambio climático representan grandes

amenazas para la sobrevivencia y el bienestar de

De acuerdo con la Organización de Naciones

afectan de

DÍA MUNDIAL CONTRA LA

**DESERTIFICACIÓN Y LA SEQUÍA** 

**ACTUALMENTE:** 

29% desde el año 2000.

colaborativa.

manera

MSc. Patricia Sedó Escuela de Nutrición

personas.

inacción.

la humanidad.

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

El 17 de junio se celebra el Día Mundial contra la Desertificación y la Sequía, con el objetivo de sensibilizar a la opinión pública sobre la importancia de controlar la

extensión del desierto, así como valorar y cuidar los

recursos hídricos en los cinco continentes.

**CAUSAS** 

Unidas, las seguías

patriciasedo.ucr@gmail.com

es: "Superando juntos las sequías".

¡Derecho al consumo de agua potable!

Aproximadamente, en el mundo hay al menos

de agua para consumo

enfermedades como diarrea, el cólera,

disentería, la fiebre tifoidea y la poliomielitis.

contaminada con heces, lo cual puede transmitir

Desde el año 2010, la Asamblea General de las

Naciones Unidas reconoció el derecho humano al

abastecimiento de agua y al saneamiento. A

pesar de que se establece que todas las

personas tienen derecho a disponer de agua

asequible y de una calidad aceptable, para uso

personal y doméstico hay un gran camino por

recorrer. Aún, 829 000 personas mueren cada

año de diarrea como consecuencia de la

insalubridad del agua y 297 000 muertes de niños

menores de cinco años podrían prevenirse.

físicamente

utilizan una

2000 millones de personas que

salubre,

suficiente,

2019 del

importante grandes regiones del mundo. Las

proyecciones apuntan que para el 2050, si no se

toman medidas de prevención y atención de de esta compleja problemática, se presentarán

grandes sequías y la esterilidad de los suelos por

falta de agua, lo cual afectará a más de las tres

cuartas partes de la población mundial, lo cual

tiene una relación directa con el desarrollo

Sin agua no hay comida y sin comida, las

poblaciones principalmente de sectores más empobrecidos y carentes de recursos, sufrirán de

manera directa hambrunas y carestía de agua,

algo que ya está presente en varias regiones del

planeta, pero que se va encrudecer cada día

más. Es hora de actuar y pensar en el bienestar

**FUENTE: WORLD ATLAS OF DESERTIFICATION** 

humano sostenible.

individual y colectivo.

FM Facultad de Medicina

RECURSOS NATURALES

mercados locales v los encadenamientos productivos, así como con el arte de preparar comidas nutritivas y una reducción en la pérdida y el desperdicio de los alimentos. Existen infinidad de iniciativas alrededor del mundo para propiciar una gastronomía sostenible

celebraciones relacionadas con la protección de la

naturaleza y el medio ambiente. Como parte de ellas sobresale el Día Mundial de la Gastronomía

Sostenible, establecido por la Asamblea General

La gastronomía sostenible tiene relación directa

con el buen aprovechamiento de los productos

alimenticios que forman parte de la biodiversidad

alimentaria local, y el seguimiento de prácticas de

consumo sostenibles, con la puesta en valor de la alimentación tradicional y el desarrollo de

acciones de protección del medio ambiente y de

Se hace un llamado a las personas para el disfrute

de las cocinas locales, donde sea posible la

trazabilidad de los ingredientes disponibles y el

mayor conocimiento de su origen, formas de

obtención o producción, lo cual a su vez contribuye con el mayor dinamismo de los

de las Naciones Unidas en el año 2016.

los sistemas alimentarios.

**UNA REALIDAD A FUTURO...** Para el 2050. el 90% de la tierra productiva de nuestro planeta estará degradada generando Aproximadamente 55 millones de personas son perdidas al año. afectadas directamente por sequías en el año. El rendimiento de los cultivos se reducirá un 10%. 17 millones de personas fueron afectadas por Los países más afectados serán: India, China y África sequías entre el 2000 y 2019 Latinoamerica. Subsahariana. Para el 2050 las seguías podrían llegar a afectar al rededor del 75% de la población mundial. Se estima que 700 millones de personas tendrán que desplazarse a otras zonas geográficas, debido a La duración de las sequías ha aumentado un la escasez de recursos en la Tierra. Los continentes más afectados serán África y Asia. ONU (S.F.) "Día Mundial de Lucha contra la Desertificación y la Sequía, 17 de junio" Recu

perado desde

01 al 05

SEMANA DE LOS

perado desde: https://www.un.org/es/observances/desertification-day

UNITED NATIONS CONVENTION TO COMBAT DESERTIFICATION (2017) "Informe politico-científico" Gestión sostenible de la tierra para el clima y las personas CNULD. Recu-

inccd.int/sites/default/files/documents/2017-09/SPIPB 3 ENG WEB.pdf

2011, el sector gastronomía ha mostrado su compromiso por medio del Plan Nacional de Gastronomía Sostenible y Saludable actualmente coordinado por la Fundación Costarricense de Gastronomía, y que es una muestra de la alianza privada-pública. Este plan fue declarado de interés público y participan diferentes instancias para propiciar acciones en pro de una costarricense sostenible, saludable, la reducción de la huella de carbono, el uso apropiado de las fuentes de agua en la producción alimentaria, y como un elemento diferenciador para el desarrollo turístico. La Escuela de Nutrición de

Universidad de Costa Rica participa en estas

iniciativas desde el 2011 como instancia

adherente al plan y en acciones de coordinación

interinstitucional para el desarrollo de asesorías,

Actualmente son centenares de servicios de

alimentación públicos y privados que apuestan

por la oferta de menús variados, basados en la

diversidad de alimentos producidos localmente, y

en donde los consumidores tienen la oportunidad de degustar comidas y bebidas de exquisito sabor

y colorido, con la puesta en valor de las cocinas

capacitación e investigación.

gastronomía

## 18 de Junio Día de la Gastronomía Sostenible MSc. Patricia Sedó Escuela de Nutrición patriciasedo.ucr@gmail.com El mes de junio está dedicado a distintas

# locales y la innovación gastronómica. y saludable. En el caso de Costa Rica, desde el

océanos y para contribuir en la toma de Como con otros recursos naturales, los océanos cuentan con una característica de regeneración que determina finalmente su sostenibilidad. Si

UNIVERSIDAD DE FM Facultad di Medicina **ENTREVISTAS** FACULTAD DE MEDICINA M.Sc. Fredy Arias Mora, Director LEBi Dra. Sara González Camacho, Subdirectora LEBi M.Sc. Edwin León Mora, Coordinador de Laboratorio, LEBi ( / ) Miércoles 06 de julio 2022 | 02:00 p.m. LIVE Facebook/Facultad de Medicina, UCR "Aportes del Laboratorio de Ensayos Biológicos (LEBi), Universidad de Costa Rica Información al Tel.: 2511-4512 | nides.ti@ucr.ac.cr

Lic. Carlos Madrigal Díaz, MSc. Docente Departamento de Salud Ambiental Escuela de Tecnologías en Salud Desde el año 2008, cada 08 de junio se celebra el día mundial de los océanos como un instrumento de promoción de su protección y conservación y de sensibilización para que los países, organizaciones, población civil y otros actores sociales conozcan el estado actual de los

analizamos la información suministrada por

Naciones Unidas, el 90% de las grandes especies marítimas de peces se encuentra mermada y el 50% de los arrecifes de coral

más del océano de lo que se puede reponer. Es

destruidos, se concluye que se está extrayendo

de suma importancia, además, tener presente que aproximadamente 8 millones de residuos de plástico terminan depositados en océanos, por lo que las políticas relacionadas con la gestión integral de los residuos son fundamentales para Lo anterior enciende una luz de alarma, debido a que el 70% de la superficie terrestre se encuentra

la protección de este recurso.

decisiones informada.

UNIVERSIDAD DE Costa Rica

Medicina

GALARDÓN

Facultad de

gran parte responsables de que nuestro planeta sea habitable para el ser humano, ya que producen al menos el 50% del oxígeno del alberga la planeta, mayor parte biodiversidad de la tierra y es la principal fuente de proteínas para más de mil millones de personas en todo el mundo. Desde esta perspectiva y utilizando la imagen de nuestro país a nivel internacional, Costa Rica, junto al Reino de Bélgica y al Principado de Mónaco, han desarrollado la iniciativa "High Seas jurisdicciones nacionales.

compromiso con las futuras generaciones y a fortalecer la imagen positiva que mantiene Costa Rica en materia ambiental a nivel mundial.

08 de Junio Día Mundial de los Océanos cubierto por océanos y mares y que estos, son en

> Treaty" bajo el marco de la "Convención de las Naciones Unidas sobre el Derecho del Mar" para la conservación y el uso sostenible de la diversidad biológica marina de áreas fuera de Es imperativo que nuestro país, junto a liderar iniciativas internacionales, mantenga y amplíe políticas públicas nacionales encaminadas a proteger nuestro patrimonio marítimo, como un