

Es entspricht dem Arbeitsprinzip von mediCuba-Suisse, Projekte in Kuba von Fachgruppen begleiten zu lassen, die sich aus Schweizer und kubanischen Fachleuten zusammensetzen. Manchmal werden auch internationale Fachleute beigezogen, vor allem dann, wenn die Partnerinstitution in Kuba bereits über solche Kontakte verfügt.

mediCuba-Suisse unterstützt die Weiterbildung zweier Fachleute des Forschungszentrums, die im November und Dezember 2014 an einer Weiterbildung an einem Fachinstitut in Salamanca (Spanien) teilnehmen.

Die Psychologin Tania Mendez ist Leiterin der Abteilung für Sozialpsychologie des CITED. Zurzeit bereitet sie ihre Doktorarbeit zum Thema von Interventionsstrategien für ältere Erwachsene mit leichter kognitiver Beeinträchtigung vor. Tania Mendez erklärt zum Programm: «Das Hauptziel des Trainings ist es, aus den Erfahrungen des Instituts in Salamanca zu lernen und danach das Wissen in Kuba anzuwenden. Es muss an die Bedürfnisse unserer Bevölkerung und die sozialen, kulturellen und wirtschaftlichen Bedingungen angepasst werden. Wir wollen die Prozessabläufe, technischen Kriterien, Methoden, Trainingsmethoden und Instrumente kennenlernen. Mit diesen Ressourcen können wir die Lebensqualität der Menschen verbessern».

Das Leitungsteam wird 48 weitere Fachleute ausbilden. Anschließend werden diese SpezialistInnen für die Implementierung des Dienstes verantwortlich sein.



Das CITED-Team

Impressum

Redaktion: Peter Leuenberger; Text: Manuel Vanegas, Marianne Widmer; Fotos: Beat Schmid.
Druck: Druckerei Peter & Co., Zürich

Das Bulletin «mediCuba» erscheint fünf bis sechsmal jährlich, mindestens einmal pro Quartal. Es geht an alle Mitglieder und SpenderInnen des Vereins mediCuba-Suisse. Der Abonnementsbeitrag ist im Mitgliederbeitrag inbegriffen. Für SpenderInnen werden vom Spendenbeitrag jährlich fünf Franken zur Bezahlung des Abonnements verwendet.



Demenz und Gebrechlichkeit



Die Beweglichkeit zu erhalten, ist im Alter wichtig.

mediCuba-Suisse

Postfach 1774, 8031 Zürich
Telefon +41 (0)44 271 08 15 – E-Mail: info@medicuba.ch
PC 80-51397-3
www.medicuba.ch



Seit 1999 ZEWÖ-zertifiziert

Prävention von altersbedingter Demenz und Gebrechlichkeit

Die Bevölkerungsstruktur Kubas ändert sich ähnlich wie jene in anderen lateinamerikanischen und asiatischen Ländern: Die Geburtenrate nimmt ab, die Lebenserwartung steigt und der Anteil der älteren Menschen an der Gesamtbevölkerung nimmt zu. Die Gesundheitsindikatoren des Entwicklungslandes Kuba entsprechen jenen der entwickelten Länder. Die durchschnittliche Lebenserwartung beträgt 78 Jahre (für Männer 76 Jahre, Frauen 80 Jahre). Bis im Jahr 2020 wird Kuba den höchsten Anteil der älteren Menschen Lateinamerikas haben: 25 % aller Menschen werden älter als 60 Jahre sein.

Im demographischen Übergang verändert sich das Muster der am häufigsten auftretenden Krankheiten: Die Infektionskrankheiten gehen zurück und werden als häufigste Todesursache abgelöst durch die nichtübertragbaren chronischen Krankheiten. In den lateinamerikanischen Ländern und insbesondere in Kuba zeigt sich das auch in Europa bekannte Erscheinungsmuster mit den Risikofaktoren: stark fetthaltige Nahrung, Rauchen, bewegungsarmer Lebensstil, Herz- und Gefäßkrankheiten. In höherem tritt häufig Demenz auf, die am meisten durch Alzheimer Krankheit bedingt ist.



Bewegungstraining im Park

Die Gruppe der über 75-Jährigen wächst heute am stärksten in Kuba. Immer mehr Personen erreichen ein Alter über 80 Jahre. Es gibt auch immer mehr gesunde, rüstige und motivierte RentnerInnen, die ihre Familienangehörigen noch tatkräftig unterstützen können. Aber auch die Pflegebedürftigkeit alter Menschen nimmt zu und führt zu Belastungen in den Familien. Die meisten Menschen über 60 Jahre leben im gemeinsamen Haushalt mit Familien ihrer Kinder und Enkelkinder. Nur eine Minderheit lebt alleine und wird durch das dichte Netz von Familienarztpraxen medizinisch betreut. Diese Versorgung beschränkt sich jedoch auf punktuelle medizinische Aspekte.

Projektpartner

Das Forschungszentrum über Langlebigkeit, Alterung und Gesundheit (Centro de Investigaciones sobre Longevidad, Envejecimiento y Salud / CITED) wurde 1992 in Havanna gegründet. Seit einem Jahrzehnt misst das Gesundheitsministerium (MINSAP) den nichtübertragbaren chronischen Krankheiten Priorität zu. Die Versorgung der immer älter werdenden kubanischen Bevölkerung gilt als eine der wichtigsten Herausforderungen der kubanischen Gesellschaft.

Das CITED setzt sich zum Ziel, körperlicher Gebrechlichkeit und Demenz mit Früherkennung und Prävention zu begegnen. Es geht darum, die Zeichen früh zu erkennen, mit gezielten Massnahmen den Prozess zu verlangsamen und mit den Betroffenen den Umgang mit ihm zu entwickeln, um sie vor Folgeschäden zu schützen.

Training, um Stürze zu vermeiden.



Projektarbeit

mediCuba-Suisse unterstützt ein Projekt von CITED, das in den Provinzen Havanna (Standort CITED) sowie in den Provinzen Artemisa, Villa Clara, Cienfuegos, Sancti Spiritus, Holguín, Granma und Santiago de Cuba durchgeführt werden soll. Am Projekt beteiligt sind lokale Polikliniken und Altersheime, so dass die anschließende Multiplikation der Projekterfahrungen in sämtlichen Provinzen möglich wird.

Rund 7000 ältere Personen mit diagnostizierten kognitiven und motorischen Schwächen werden an einem Trainingsprogramm teilnehmen. Es dient der Abklärung und Diagnose sowie der Prävention bzw. Verlangsamung der Krankheit. Die Angehörigen werden miteinbezogen.

Das CITED bezweckt mit diesem Projekt, das Ministerium und das Nationale Programm für Altenmedizin (PAM) aufgrund seiner Piloterfahrung zu beraten und Grundlagen für die Entwicklung von Strategien im Umgang mit altersbedingten Krankheiten und Gebrechen bereitzustellen.