

# Healthy IDEAS

*Identificación de la depresión, actividades que empoderan a las personas mayores*

Healthy IDEAS es un programa basado en evidencia que integra el conocimiento y control de la depresión en los servicios existentes de gestión de casos proporcionados a adultos mayores. Este programa aborda la depresión en adultos mayores que a menudo se presenta con enfermedades crónicas y otras pérdidas más tarde en la vida. La depresión puede afectar negativamente la calidad de vida y la capacidad funcional de los adultos mayores. Healthy IDEAS garantiza que los adultos mayores reciban la ayuda que necesitan para controlar los síntomas de la depresión y vivir vidas plenas.

Healthy IDEAS mejora la calidad de vida al:

- Detectar los síntomas de depresión y evaluar su gravedad
- Educar a los adultos mayores y cuidadores sobre la depresión
- Vincular a los adultos mayores con proveedores de atención primaria y salud mental
- Empoderar a los adultos mayores para que controlen su depresión a través de un enfoque de activación del comportamiento que alienta la participación en actividades significativas.

Healthy IDEAS es un modelo nacional con resultados mensurables y beneficios demostrados para adultos mayores, proveedores de servicios y profesionales de la salud mental/conductual de la comunidad.

## Para adultos mayores

- Menos síntomas de depresión
- Disminución del dolor físico
- Mejor capacidad para reconocer y tratar por sí mismos los síntomas
- Mejor bienestar a través de la concreción de objetivos personales

## Para proveedores de servicios

- Mayor capacidad para abordar la depresión
- Mejor comunicación y asociaciones más sólidas con proveedores de salud mental
- Oportunidad para ofrecer un programa probado y exitoso que aborda las necesidades críticas de los clientes
- Mejor conocimiento y confianza del personal para ayudar a los clientes

## Para socios de salud mental/conductual de la comunidad

- Mayor oportunidad para trabajar con diversas poblaciones de adultos mayores
- Conexiones fortalecidas con agencias comunitarias
- Mayor oportunidad de llegar y ayudar a los adultos mayores desatendidos

## Más información

Para obtener más información, llame al 978-946-1211 o visite [www.healthyliving4me.org](http://www.healthyliving4me.org) o [www.healthyideasprograms.org](http://www.healthyideasprograms.org).

