

El Curso de la Vida: Panorama general

La Teoría del Curso de la Vida (“LCT”, por sus siglas en inglés) sugiere que, a lo largo de todas las fases del desarrollo, una compleja mezcla de factores biológicos, conductuales, psicológicos, ambientales y sociales influye en la salud general. En pocas palabras, las elecciones personales -así como las cosas que suceden fuera del control de cada uno- afectan a la salud y el bienestar a lo largo del tiempo. Estos factores se denominan “determinantes sociales de la salud” e incluyen los ingresos, la educación, ocupación, empleo, vivienda, cuidado de los niños, estructura familiar, geografía, etc.

El enfoque del Curso de la Vida sobre la salud y el bienestar hace hincapié en la prevención de la enfermedad mediante el desarrollo de estilos de vida, familias y comunidades saludables, en lugar de tratar la enfermedad después de que se produzca. Un ejemplo de LCT en acción es la práctica de pruebas periódicas de detección de plomo en bebés y niños. Estas pruebas son benéficas para los niños porque ayudan a los médicos a prevenir y tratar la intoxicación por plomo, no sólo en un niño, sino también en niños que comparten entornos, como el mismo hogar, la misma guardería, la misma escuela o el mismo vecindario. Los datos sobre las pruebas de detección de plomo en un niño pueden impulsar a los funcionarios de salud pública a identificar las zonas de riesgo, investigar la fuente del plomo y, en última instancia, poner en marcha intervenciones, como la mejora de los análisis y la depuración del agua, protegiendo así la salud de comunidades enteras.

¿Qué significa realmente la LCT para su hijo y su familia?

Usted es el “experto” en su hijo, por lo que la salud y el bienestar empiezan por usted. Usted puede crear prácticas y hábitos saludables en su hogar, incluyendo una dieta nutritiva, el fomento del ejercicio regular y mucho más. Si necesita apoyo, su médico puede abordar los determinantes sociales de la salud específicos de la situación de su familia. El hogar médico de su hijo debe proporcionar educación sanitaria en la lengua materna de su familia, conocer los recursos comunitarios que satisfacen las necesidades básicas y garantizan la seguridad, y ayudarlo a acceder a esos recursos cuando sea necesario.

Si su hijo tiene una enfermedad crónica o una discapacidad, es importante ser proactivo a la hora de considerar los factores que influyen en la salud y el bienestar de su hijo a lo largo del tiempo. Como padre de un menor con necesidades sanitarias especiales, es posible que sienta que tiene una capacidad limitada para prever y construir una vida sana y significativa para su hijo. Y quizá necesite recursos adicionales para adaptar estrategias preventivas y de bienestar para su hijo.

Con ese fin, en 2016, la División de Discapacidad y Servicios de Rehabilitación de Indiana (DDRS) comenzó a examinar su proceso para proporcionar apoyos y servicios a las personas con discapacidad. Inicialmente, este esfuerzo se enfocó en mejorar la Planificación Centrada en la Persona y la gestión de casos, para apoyar mejor a las personas y familias en el desarrollo de planes significativos - incluyendo apoyos y servicios específicos - que los acerquen a su propia idea de una “buena vida”.

Para más información, póngase en contacto con Indiana Family to Family.

1-844-323-4636

www.inf2f.org

Para más información, póngase en contacto con Indiana Family to Family.

1-844-323-4636

www.inf2f.org

La DDRS utilizó un esquema denominado **Charting the LifeCourse** (<https://www.lifecoursetools.com/>) como guía para el proceso. **Charting the LifeCourse** es una herramienta creada por familias y autogestores para familias y autogestores. Su objetivo es ayudar a personas de todas las capacidades y edades a crear la visión de una buena vida, considerar los recursos que necesitan y los pasos que van a dar, identificar cómo encontrar o desarrollar apoyos y descubrir cómo vivir la vida que desean. Las personas y las familias pueden centrarse en su situación y etapa de la vida actuales, pero también puede resultarles útil mirar hacia el futuro para buscar las experiencias que desean tener.

Charting the LifeCourse es un recurso al que se puede acceder a lo largo de la vida para trazar el rumbo deseado. **Charting the LifeCourse** incluye:

- **Etapas y trayectoria vitales:** Las personas y las familias pueden centrarse en una etapa vital específica, siendo conscientes de cómo las etapas y experiencias vitales anteriores, actuales y futuras influyen en la trayectoria vital.
- **Resultados vitales:** Las personas y las familias planifican los resultados presentes y futuros, fomentando la capacidad de autodeterminación, las relaciones sanas, la suficiencia económica y la inclusión en la comunidad.
- **Sistema y ciclos familiares:** Las personas y las familias necesitan apoyos que aborden todas las facetas de la vida y se ajusten a medida que la familia envejece y cambian las funciones y las necesidades de sus miembros.
- **Ámbitos vitales:** Las personas llevan vidas compuestas por ámbitos conectados e integrados que afectan la calidad de vida. Los ámbitos incluyen la vida cotidiana, vida en comunidad, seguridad y protección, estilo de vida saludable, social y espiritualidad, y ciudadanía y defensa.
- **Apoyos individuales y familiares:** Los apoyos abordan todas las facetas de la vida y se adaptan a medida que cambian las funciones y las necesidades de todos los miembros de la familia.
- **Prestación integrada de apoyos:** Es esencial tener en cuenta los activos y los puntos fuertes de la familia y crear un conjunto individualizado de apoyos integrados, incluidos los basados en la elegibilidad (públicos o privados); los apoyos comunitarios que están a disposición de cualquiera; los apoyos basados en las relaciones; y la tecnología.
- **Política y sistemas:** Las personas y las familias participan en la elaboración de políticas para influir en la planificación, la política, la aplicación, la evaluación y la revisión de las prácticas que les afectan. Todo programa, organización, sistema y responsable político debe pensar en la persona en el contexto de la familia.

Para obtener más información y acceder a los materiales, visite <https://www.lifecoursetools.com/> o póngase en contacto con Indiana Family to Family en www.inf2f.org o 1-844-323-4636.

Los programas y sistemas cambian a menudo. Es importante asegurarse de que está utilizando la información más actualizada. Esta hoja informativa se actualizó en junio de 2023. Consulte <https://www.inf2f.org/fact-sheets.html> para obtener la edición más reciente.

Esta hoja informativa contó con el apoyo de la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU. (HHS) como parte de una adjudicación por un total de \$93,175 con un 87% financiado con fuentes no gubernamentales. El contenido es responsabilidad de INF2F y no representa necesariamente la opinión oficial ni el aval de la HRSA, el HHS o el Gobierno de EE.UU. Para más información, visite HRSA.gov