

**La estimulación cognitiva como estrategia para la atención
psicogerontológica a los adultos mayores con demencia**

Cognitive stimulation as a strategy for psychogerontological care for the
elderly with dementia

Daniel Antonio Muñoz González^{1*}

¹Instituto "San Francisco de Campeche". Campeche, México.

* Autor para la correspondencia: Correo electrónico: daamunoz@uacam.mx

RESUMEN

La atención integral a los adultos mayores con demencia constituye un reto importante para las dependencias de salud gubernamental encargadas de proponer políticas públicas. En México, se plantea una iniciativa para afrontar la enfermedad y dar un seguimiento a los pacientes que la padecen. Consecuentemente, el propósito de esta comunicación es informar acerca del beneficio de la estimulación cognitiva como una estrategia preventiva, económica y efectiva para el abordaje psicogerontológico de los pacientes con demencia en la atención primaria de salud. Se propone desde una perspectiva integral y centrada en la persona e involucrar las necesidades biopsicosociales del usuario. La estimulación cognitiva mejorará la calidad de vida de los adultos mayores con demencia y propiciará el afrontamiento individual y familiar ante la enfermedad.

Palabras clave: Estimulación cognitiva; atención psicogerontológica; demencia.

ABSTRACT

Comprehensive care for the elderly with dementia constitutes a major challenge for government health agencies responsible for proposing public policies. In Mexico, an initiative is proposed to confront the disease and to follow up the patients who suffer it. Consequently, the purpose of this communication is to inform about the benefit of cognitive stimulation as a preventive, economic and effective strategy for the psychogerontological approach to patients with dementia in the primary health care. It is proposed from a comprehensive perspective, centered on the person, involving the biopsychosocial needs of the user. It is expected that cognitive stimulation would improve the life quality of the elderly with dementia and will encourage individual and family coping with the disease.

Key words: Cognitive stimulation; psychogerontological care; dementia.

Recibido: 26/10/2017

Aceptado: 01/11/2017

Atención a la demencia en el contexto psicogerontológico

La demencia es un síndrome de naturaleza crónica o progresiva, que se caracteriza por el deterioro adquirido de las funciones cognitivas, que incluye la memoria, el pensamiento, la orientación, cálculo, capacidad de aprendizaje, el lenguaje, por lo que es lo suficientemente grave para interferir en las actividades de la vida diaria de quien la padece. En México, se creó en el año 2014, el plan de acción de Alzheimer y otras demencias, que busca proponer acciones que favorezcan la atención, tratamiento, seguimiento e investigación de las demencias. Datos presentados por el grupo de investigación 10/66 de Sosa revelan que en México, para el año 2050 el número de afectados con la enfermedad será de 3,5 millones, por lo que será un impacto grave al sistema económico, social y de salud del país.⁽¹⁾

Cifras internacionales estiman que entre el 5 y el 10 % de las personas adultas mayores padecen algún tipo de demencia.⁽²⁾

En la actualidad, la demencia se manifiesta como una problemática que involucra al enfermo, la familia, los cuidadores y las políticas públicas, ya que representa un impacto no solo de índole biológico si no psicosocial en el que se deben proponer alternativas para su atención, monitoreo y seguimiento de nuevos casos. Actualmente existen identificados factores de riesgo que predisponen al individuo a padecer demencia, los diferentes tipos de demencia se ven asociados a una serie de hábitos y factores medioambientales en los que destacan de acuerdo a *Pérez*, el género, la edad, alteraciones del genoma, ambiente, toxicidad y factores psicosociales.⁽³⁾

Para afrontar desde un abordaje preventivo las manifestaciones cognitivas y conductuales en la tercera edad, en México se elaboró el proyecto envejecimiento activo y estimulación cognitiva: una nueva visión de la vejez, en el que *Castilla* menciona que se pretende crear conciencia en la población sobre la importancia de las personas de la tercera edad, sus roles, alcances y contribuciones.⁽⁴⁾

La estimulación cognitiva es definida por *García* como el conjunto de técnicas y estrategias que optimizan la eficacia del funcionamiento de las capacidades y funciones cognitivas (percepción, atención, razonamiento, abstracción, memoria, lenguaje, orientación y praxis) mediante una serie de actividades concretas que se planean y estructuran en lo que se denominan programas de estimulación.⁽⁵⁾

De acuerdo a *Madrigal*, la estimulación cognitiva se centra en la rehabilitación como proceso a través del cual las personas que están discapacitadas, debido a una enfermedad degenerativa o lesión trabajan junto a profesionales, familia, miembros de una amplia comunidad para alcanzar el estado máximo de bienestar físico, psicológico, social y vocacional posible.⁽⁶⁾ Por lo que se propone alcanzar una mejoría a nivel emocional, ya que se entrena a las personas para reutilizar habilidades instauradas, (tanto mentales como sociales), ya olvidadas y a ejercitar la utilización de recursos externos para mantener durante más tiempo las habilidades conservadas y retrasar su pérdida definitiva.

El psicogerontólogo es el profesional de la salud capacitado en el conocimiento del proceso de envejecimiento y la atención de la salud mental en la vejez, con fines de promoción de la salud, atención centrada en la persona y en la rehabilitación de funciones cognitivas y afectivas; Pérez menciona que se deben implementar estrategias grupales y focales que incluya el trabajo con el paciente, la familia y los cuidadores.⁽⁷⁾ La finalidad, de acuerdo con Mena, es coadyuvar mediante la intervención psicogerontológica, la calidad de vida de la población afectada como la demencia y sus implicaciones.⁽⁸⁾

Protocolo de atención gerontológica

Ante el crecimiento demográfico en Campeche, el Consejo Estatal de población y el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores estiman que la población en el 2025 será de 1 millón de habitantes, de los cuales las personas mayores serán las que más se incrementen.⁽⁹⁾ En este sentido, en un Módulo de Atención Gerontológica de la ciudad de San Francisco de Campeche, se implementó la clínica de memoria, siendo la primera de carácter público en el Estado y su finalidad es ofrecer a los pacientes con demencia, familiares y cuidadores atención integral, mediante estimulación cognitiva a los usuarios e información a familiares y cuidadores sobre el abordaje correcto del usuario. Los pasos que constituyen el abordaje integral del usuario con demencia y la implementación de estimulación cognitiva en la clínica de memoria se integra tomando en consideración del siguiente protocolo:

- Difusión a la población sobre las características de la demencia.
- Encuadre con el usuario con demencia.
- Elaboración de la Historia Clínica Gerontológica.
- Aplicación del Test Minimental de Folstein y Escala de Yesavage.
- Respetar la decisión del usuario de ser valorado.

- Realizar el diagnóstico clínico gerontológico e integración del informe.
- Elaborar el programa de estimulación cognitiva individual y centrada en las capacidades del usuario.
- Dar información al usuario, familiar y cuidador sobre el informe gerontológico y el programa de estimulación cognitiva a desarrollar.
- Abordaje integral del usuario con demencia, mediante la participación de otros profesionales de la salud.
- Integrar al usuario con demencia al grupo terapéutico de actividades de estimulación cognitiva.
- Integrar al familiar y cuidadores a las sesiones psicoeducativas para afrontar la demencia y dignificar la vida del usuario.
- Evaluación y seguimiento de las actividades de estimulación cognitiva.
- Reintegración del adulto mayor con demencia a la sociedad.

El programa de estimulación cognitiva para pacientes con demencia, se diseñó con la finalidad de evaluar las capacidades cognitivas y psicoafectivas de los pacientes destinados a formar un grupo de autoayuda, la intervención es centrada en la persona adulta mayor con diagnóstico de demencia, ya que las decisiones son tomadas de acuerdo a las necesidades del paciente en conjunto con los familiares, dicha intervención es con la finalidad de mejorar las capacidades cognitivas (orientación temporal, orientación espacial, fijación, atención y cálculo, recuerdo diferido y lenguaje) e identificar si existe riesgo de depresión, para implementar dinámicas de grupo de índole terapéutico en la que como dice *García* y otros,⁽¹⁰⁾ se involucre el paciente, el cuidador y la familia y con ello mejorar el trato y dignificar la vida de la persona adulta mayor con demencia. *Villar* y otros,⁽¹¹⁾ refieren que la intervención psicogerontológica es diseñada para ser aplicada en la atención primaria de salud y dar seguimiento en la comunidad y en el hogar.

De enero a junio del 2017 se conformó el primer grupo ayuda terapéutico con 7 adultos mayores diagnosticados con demencia, con un promedio de edad de 72 años, de los cuales 6 fueron mujeres y 1 hombre. Se les aplicó el test Minimal de Folstein y la Escala de depresión geriátrica Yesavage. La depresión establecida y el deterioro cognitivo fueron las manifestaciones clínicas identificadas en los usuarios. Durante este periodo, los usuarios realizaron actividades de estimulación cognitiva y mejoraron significativamente la capacidad de orientación espacial, recuerdo inmediato y lenguaje. La familia representa un papel crucial en el apego al tratamiento de las personas con demencia, ya que el afrontamiento en conjunto del usuario y la familia, dependerá que se logren los objetivos planteados en el programa de estimulación cognitiva.

Es importante mencionar que en México se seguirá trabajando en crear políticas sociales y de salud para crear conciencia sobre la prevención y atención de la demencia, como España y Argentina que han afrontado la problemática, en base a datos de Reyna.⁽¹²⁾

En conclusión, la presente propuesta de aplicar programas de estimulación cognitiva a usuarios con demencia, además de mejorar su calidad de vida y disminuir el riesgo de vulnerabilidad, impulsará el trabajo de investigación y ampliará el conocimiento sobre el abordaje adecuado de la enfermedad, individual y familiar.

Referencias bibliográficas

1. Instituto Nacional de Geriátria. Plan de acción de Alzheimer y otras demencias 2014. México: Secretaría de Salud; 2014. Acceso: 08/06/2017. Disponible en: http://inger.gob.mx8000/acervo/pdf/plan_alzheimer_web
2. Federación Mexicana de Alzheimer. Estadísticas de demencia en México 2014. México: Organización de la sociedad civil; 2014. Acceso: 08/06/2017. Disponible en: <http://www.fedma.mx/>

3. Pérez Melero A. La demencia. España: Edimat Libros; 2003.
4. Castilla Castilla J. Envejecimiento activo y estimulación cognitiva: una nueva visión de la vejez. México: Dirección general de divulgación de la ciencia de la UNAM; 2014. Acceso: 09/06/2017. Disponible en: <http://ciencia.unam.mx/leer/481/Envejecimiento activo y estimulacion cognitiva u na nueva vision de la vejez>
5. García Sevilla J. Introducción a la estimulación cognitiva. Material de clase. Universidad de Murcia; 2009. Acceso: 09/06/2017. Disponible en: <http://ocw.um.es/cc.-de-la-salud/estimulacion-cognitiva/material-de-clase-1/tema-1-texto.pdf>
6. Madrigal Jara M. La estimulación cognitiva en las personas adultas mayores. Rev Cúpula (Costa Rica). 2008;22(2):4-14.
7. Pérez L, Oropeza R, López J, Colunga C. Psicogerontología y trabajo anticipado del envejecer. Rev Iberoam Ciencias (Mex). 2014;1(2):3-10.
8. Mena R, Lozano M, Arévalo A, Archundia R, Olivares A, Chaparro E, Esperón R. Principios del abordaje gerontológico en la persona mayor e intervenciones básicas. México: Centro nacional de programas preventivos y control de enfermedades; 2012. Acceso: 05/06/17. Disponible en: [http://seminarioenvejecimiento.unam.mx/Publicaciones/libros/principios_abordaje.p df](http://seminarioenvejecimiento.unam.mx/Publicaciones/libros/principios_abordaje.pdf)
9. Estadísticas de adultos mayores en Campeche 2016. México: Consejo estatal de población; 2016. Acceso: 11/06/2017. Disponible en: <http://tribunacampeche.com/local/2016/08/12/aumenta-la-poblacion-adultos-mayores-coespo/>
10. García J, Carro J. El tren de la intervención cognitiva. España: Programa de actuación cognitiva integral en demencias; 2011. Acceso: 05/06/17. Disponible en: http://www.crealzheimer.es/InterPresent1/groups/imsero/documents/binario/guia_pacid_web.pdf

11 Villar F, Celdrán M, Triadó C, Vila J. La inclusión de la persona con demencia en la elaboración del plan de intervención individualizada. Barcelona, España: Universidad de Barcelona.; 2010 Acceso: 08/06/17 Disponible en: http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/010_47idi.pdf

pdf

12. Reyna M, González M, López F, González G. Demencias: Una visión panorámica. Simposio de Medicina geriátrica. México: Universidad de San Luis Potosí; 2014. Acceso: 6/06/17. Disponible en: <http://www.geriatria.salud.gob.mx/descargas/publicaciones-inger/Demencia.pdf>

Conflictos de intereses

El autor declara que no existieron estos conflictos.