



Repertorio de Medicina y Cirugía

www.elsevier.es/repertorio



Reporte de caso

Mantenimiento y conservación de la memoria en un grupo de ancianos

Calos E. Rodríguez-Angarita

División de Salud Mental, Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud, Bogotá D.C., Colombia

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 30 de agosto de 2017

Aceptado el 8 de septiembre de 2017

On-line el xxx

Palabras clave:

Deterioro cognoscitivo

Anciano

Estimulación cognoscitiva

R E S U M E N

Objetivo: Descripción clínica y sociodemográfica de un grupo de ancianos de la comunidad que asistieron a las actividades de Mantenimiento y Conservación de la Memoria.

Materiales y métodos: Serie de 21 ancianos catalogados por su estado cognoscitivo según la prueba de NEUROPSI, presencia de síntomas somáticos, ansiedad, disfunción social y depresión mediante el Cuestionario General de Salud (GHQ-28), además de determinar el grado de satisfacción de acuerdo con la Escala de Satisfacción con la Vida).

Resultados: Veintiuna personas con edad promedio de 73,5 años (DE: 7,3 años), rango: 57-82; el 90,5% mujeres, sin relación de pareja vigente el 71,4%, con escolaridad de 1 a 5 años el 66,5%, asistieron asiduamente durante los últimos 6 años el 42,9%, sin deterioro cognoscitivo el 76,2%, sin síntomas somáticos el 90,5% ni ansiedad el 90,5%, sin disfunción social el 95,2% ni depresión el 95,2%, satisfechos con la vida el 76,1%.

Conclusiones: La ausencia de deterioro cognoscitivo es semejante a la de la población general. No muestran trastornos depresivos, ansiedad ni quejas somáticas, tienen un buen nivel de funcionamiento e integración sociales y están satisfechos con la vida. A pesar de las limitaciones de la descripción de una muestra pequeña, los resultados nos animan a continuar este trabajo e implementar investigaciones más rigurosas.

© 2017 Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud-FUCS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Memory maintenance and conservation activities in an elders group

A B S T R A C T

Objective: To obtain a clinical and socio-demographic profile of a group of elders of the community who participated in Memory Maintenance and Conservation activities.

Materials and methods: A series of 21 elders in whom cognoscitive status was determined applying the NEUROPSI Test and the presence of somatic symptoms, anxiety, social dysfunction and depression using the General Health Questionnaire (GHQ-28). Life satisfaction was assessed with the Satisfaction with Life Scale.

Results: Twenty-one elders, average age 73.5 years (SD: 7.3 years), range: 57-82, 90.5% female; 71.4% reported no current marital relationship, in 66.5% educational level ranged from 1

Keywords:

Cognoscitive Deterioration

Elder

Cognoscitive Stimulation

Correo electrónico: cerodriguez@fucsalud.edu.co

<https://doi.org/10.1016/j.reper.2017.10.004>

0121-7372/© 2017 Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud-FUCS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

to 5 years, 42.9% assiduously attended the activities during the last 6 years, 76.2% had no cognoscitive impairment, 90.5% no somatic symptoms, 90.5% no anxiety, 95.2% no social dysfunction, 95.2% no depression and 76.1% reported being satisfied with their life.

Conclusions: Absence of cognoscitive deterioration is similar to that within the general population. Participants did not report depression, anxiety or somatic complaints, showed good social functioning and integration level and were satisfied with their life. Despite the limitations associated with small sample size, the results encourage us to continue this work and to engage in more rigorous research.

© 2017 Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud-FUCS. Published by Elsevier España, S.L.U. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Introducción

El Índice Global de Envejecimiento AgeWatch 2014 señala que en muchos de los países la esperanza de vida a los 60 años es en la actualidad casi un tercio mayor que a mediados del siglo xx¹. Esto ha conducido a que la población de adultos mayores sea cada vez más numerosa, tendencia que continúa en aumento. Las enfermedades asociadas con la edad avanzada se incrementarán y de ellas el deterioro cognoscitivo sin demencia y la demencia representan condiciones que afectan de manera directa la calidad de vida de la población adulta mayor y determinan un mayor uso de los servicios de salud. En la última década ha crecido el interés por el estudio del deterioro cognoscitivo ligado al proceso de envejecimiento, en especial el riesgo de su paso a la demencia. Existen variables sociodemográficas que se han asociado con una mayor probabilidad de demencia, estas son: la edad, el género femenino, la baja escolaridad y las enfermedades crónicas incluidas la depresión^{2,3}.

El deterioro cognoscitivo sin demencia, conocido también en la literatura como deterioro cognoscitivo leve, constituye una condición de alto riesgo para la aparición de la demencia si se considera que la probabilidad que tiene un individuo de desarrollarla es del 10-15% anual, en comparación con sujetos de control sanos, en quienes la conversión a demencia es del 1-2% anual⁴. En Latinoamérica, se han reportado tasas de prevalencia de demencia que oscilan entre el 3 y el 6%: Uruguay (4,03%), Chile (5,96%), Brasil (3,42%) y México (3,3%)⁵⁻⁷.

Esto plantea la necesidad de realizar intervenciones dirigidas a conservar la integridad de las funciones cognoscitivas, pues estas determinan la calidad de vida del adulto mayor y resultan vitales para su independencia y productividad⁸. Con este fin resulta útil la propuesta del Envejecimiento Activo hecha por la OMS, dirigida al aumento en la expectativa de vida sin incapacidad, para que los individuos puedan permanecer en sus hogares con la mayor independencia posible. El grado de satisfacción con la vida, definido como la percepción que el individuo tiene de su posición en la vida, tiene determinantes socioculturales, económicos, sanitarios, personales, comportamentales y del entorno físico que lo condicionan^{9,10}.

Una característica importante del proceso de envejecimiento es la decadencia de las funciones cognoscitivas que varía individualmente desde trayectorias muy rápidas a otras

muy lentas o incluso de mejoría^{11,12}. Esto llevó a Stern a proponer el concepto de reserva cognoscitiva que explica estas diferencias individuales¹³. Existe una reserva cerebral y una reserva cognoscitiva que se consideran independientes pero interactuantes. La reserva cerebral se define como la capacidad del cerebro de sostener cierta cantidad de cambios patológicos sin manifestar síntomas clínicos asociados¹⁴. Esto depende de la calidad del desarrollo cerebral en las etapas tempranas de la vida. La reserva cognoscitiva sería la habilidad de usar estrategias cognoscitivas supletorias para optimizar o maximizar el desempeño en las tareas cognoscitivas¹⁵.

El incremento y mantenimiento de la reserva cognoscitiva depende de la educación y la actividad mental continua porque, como lo han sugerido Katzman y otros investigadores, aumenta la densidad de las sinapsis neocorticales¹⁶⁻²⁰. Para mantener esta actividad mental se han empleado básicamente 2 estrategias: la estimulación y la compensación. La primera se centra en el entrenamiento cognoscitivo y no cognoscitivo con o sin blancos específicos dirigido al mejoramiento de la atención y otras funciones cognoscitivas, y a la disminución de los efectos adversos del envejecimiento cerebral. La segunda se enfoca en el entrenamiento específico de actividades del lóbulo frontal dirigidas a facilitar la adaptación compensatoria del cerebro²¹.

El mantenimiento de la actividad mental continua mediante programas de estimulación ha mostrado ser efectiva en reducir los problemas de memoria asociados con el envejecimiento normal y en pacientes con demencia²²⁻²⁵. La estimulación cognoscitiva (talleres de memoria, crucigramas, sopas de letras, juegos de mesa, etc.) y el ejercicio físico crean una reserva cognoscitiva que ayuda a paliar los efectos del envejecimiento cognoscitivo. Cuanto más temprano sea el inicio de dichas actividades, mayores serán los efectos positivos de estos procedimientos²⁶.

El neurofisiólogo japonés Ryuta Kawashima ha señalado que la calidad de vida puede mejorarse con la edad si se logran mantener los siguientes 4 factores: estimulación cognoscitiva, ejercicio regular, nutrición equilibrada y participación social. Afirma que mientras las funciones cognoscitivas relacionadas con el conocimiento semántico no declinan con la edad, todas las funciones cognoscitivas dependientes de la corteza prefrontal, en particular las funciones ejecutivas, declinan linealmente²⁷. A través de sus investigaciones logró establecer que el entrenamiento cognoscitivo mediante la lectura en

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8695931>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8695931>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)