



Área ciencias sociales y del comportamiento

OS-001

Asociación entre el sentimiento de soledad y el proceso de envejecimiento con éxito en una muestra representativa de personas mayores indígenas chilenas



L. Gallardo-Peralta

Universidad de Tarapacá, Facultad de Ciencias
Sociales y Jurídicas, Arica, Chile

Objetivos: Evaluar el impacto del sentimiento de soledad en el proceso del envejecimiento con éxito —y sus diversos dominios— en una muestra representativa de personas mayores indígenas chilenas.

Método: Estudio cuantitativo y transaccional, cuyo trabajo de campo se realizó entre los meses de agosto y noviembre de 2017. Se dispone de una muestra de 800 personas mayores indígenas, de las cuales el 57% residen en zonas rurales de la región de la Araucanía (pertenecen a la comunidad indígena mapuche) y el 43% residen en zonas rurales de la región de Arica y Parinacota (pertenecen a la comunidad indígena aymara). Se aplicaron cuestionarios internacionalmente reconocidos: el Inventario de Envejecimiento Éxito (*Successful Aging Inventory*) de Troutman et al., 2011, que valora los siguientes dominios: mecanismos de desempeño funcional, factores intrapsíquicos, gerotranscendencia y propósito/satisfacción con la vida; y la Escala de Soledad de De Jong-Gierveld y van Tilburg (2006), que analiza dos componentes: soledad emocional y soledad social. Todos los sujetos que participaron firmaron el respectivo consentimiento informado. Se realizarán análisis multivariados mediante el software SPSS conforme al objetivo propuesto.

Resultados: Se espera obtener los siguientes resultados: la percepción subjetiva de soledad —emocional y social— se relaciona negativamente con el envejecimiento con éxito y sus diversos dominios. Se discuten los resultados teniendo en cuenta dos antecedentes de riesgo psicosocial de las personas mayores indígenas chilenas. Por una parte, los indígenas chilenos mayores de 60 años muestran altos indicadores de riesgo en su salud mental (una alta incidencia de síntomas depresivos y de sentimientos de soledad). Por otro lado, los contextos rurales indígenas (especialmente el de la comunidad aymara) presentan un acelerado proceso de despoblamiento de sus pueblos y caseríos, lo que puede incidir en estos sentimientos de abandono social y soledad.

Conclusiones: En este estudio se espera ofrecer algunas propuestas concretas para evitar el sentimiento de soledad en las personas mayores indígenas, y por tanto para promover un envejecimiento con éxito o positivo.

Estudio financiado por el Gobierno de Chile (CONICYT); la base de datos debe terminarse en enero de 2018.

<https://doi.org/10.1016/j.regg.2018.04.121>

OS-002

Integración de la unidad de psicogeriatría en una unidad de larga estancia convencional. Avanzando en el modelo de atención centrado en la persona



E. Celda Garcia, A. Mújica, S. Vilanova, A. Jimenez,
A. de No, M. Morales, M. Viñolas

Centro Sociosanitario Bernat Jaume, Hospital
Figueres, Figueres, Girona, España

Objetivos: Proyecto de mejora de la práctica clínica que consiste en la integración de la unidad de psicogeriatría en un entorno de convivencia convencional como es una unidad de larga estancia, partiendo de las siguientes hipótesis:

- Las alteraciones de la conducta de las personas afectadas de demencia responden en muchas ocasiones a la expresión de malestar o a una forma de comunicación de voluntades. El conocimiento de aspectos como historia de vida, valores y preferencias, añadidos a una valoración geriátrica integral, son herramientas valiosas más allá de los entornos protésicos.
- Mejora de indicadores: caídas, consumo de psicofármacos, contenciones físicas, quejas, autonomía funcional.

Metodología:

- Los profesionales realizan un curso de formación específica en deterioro cognitivo y un equipo promotor multidisciplinar se forma en ACP durante un año.
- Cambios estructurales unificando espacios.
- Actividades flexibles en función de las capacidades y preferencias de los usuarios con el apoyo de voluntarios del programa intergeneracional «Apadrinar un avi» de Càritas.

- Modelo de trabajo con valoración multidimensional que incorpora las dimensiones de valores, preferencias, voluntades e historia de vida. Los objetivos se registran en el documento del Plan Integral de Atención Individualizada (PIAI).

Análisis de indicadores 6 meses después de iniciado el proyecto. Se compara el mismo periodo del 2016.

Resultados:

- Envases psicofármacos. Benzodiacepinas: 2016, 5.100; 2017, 2.900. Neurolépticos: 2016, 4.360; 2017, 1.956.
- Caídas: 2016, 195; 2017, 61.
- Contenciones físicas: 2016, 0; 2017, 0.
- Reclamaciones: Ninguna.
- Capacidad funcional: Un 3% empeoró; un 60% mantuvo su capacidad; un 37% mejoró.

Conclusiones:

- El conocimiento de la historia de vida, de las preferencias y de los valores de las personas en consonancia con el modelo ACP y una cuidadosa valoración multidimensional permiten abordar los trastornos de la conducta más allá de la enfermedad y sus fases.
- Una atención centrada en el paciente y no tanto en la enfermedad ha permitido en nuestro medio disminuir el número de caídas así como el consumo de psicofármacos, manteniendo o mejorando en la mayoría de los casos su nivel de autonomía funcional.

<https://doi.org/10.1016/j.regg.2018.04.122>

OS-003

Eficacia de un programa combinado de *mindfulness* o atención selectiva en el envejecimiento activo: un estudio piloto



A. Pérez Amat, B. Bonete López, E. Sitges Maciá

Universidad Miguel Hernández, Elche, Alicante, España

Objetivo: En el envejecimiento no patológico se produce un declive y deterioro de algunos procesos cognitivos como la percepción, atención o memoria; en concreto, se ha observado que en el área atencional, la capacidad para seleccionar e inhibir información no relevante se ve disminuida en esta etapa del ciclo vital. Desde la psicología se ha intentado ralentizar este declive aplicando técnicas no farmacológicas, como la estimulación cognitiva (EC), observándose una mejoría en estos procesos tras su aplicación. Asimismo, existen evidencias científicas de una mejora en la capacidad atencional a través del entrenamiento en *mindfulness*, en concreto en la focalización de la atención. Dentro del Programa Universitario para Mayores de 55 años (PUM) de la UMH realizamos una intervención cuyo objetivo fue comprobar si se producía una mejora en la atención selectiva tras un entrenamiento en atención selectiva junto con una intervención en *mindfulness*.

Método: Estudio cuasiexperimental compuesto por una muestra de 31 personas mayores que acuden al PUM de la UMH. Se ha utilizado un diseño con 3 grupos. Gr1: grupo experimental entrenamiento en atención selectiva, Gr2: entrenamiento en atención selectiva + *mindfulness*, Gr3: grupo control que no recibe entrenamiento. La duración del programa ha sido de 6 semanas.

Resultados: Una vez evaluados y analizados los datos, encontramos diferencias estadísticamente significativas (pre-post) en los grupos Gr1 y Gr2 respecto a la situación experimental de interferencia en atención, tras recibir la respectiva intervención. En el grupo control (Gr3) no se encuentran diferencias significativas pre-post.

Conclusiones: La intervención en ambos grupos ha sido efectiva. Por un lado, se confirma la hipótesis de que hay una mejora en la atención selectiva tras recibir un entrenamiento atencional. Pero es importante seguir estudiando y analizando el papel de la técnica de *mindfulness* sobre el proceso cognitivo atencional, pues la literatura nos indica que es una técnica cuyos estudios aplicados están emergiendo en la actualidad.

<https://doi.org/10.1016/j.regg.2018.04.123>

OS-004

Efectos neurofisiológicos del entrenamiento cognitivo computarizado durante el envejecimiento normal y patológico: bases metodológicas y limitaciones en el reclutamiento



A. Buján^a, J. Blanco-Fandiño^a, L. Lorenzo-López^a, A. Maseda^a, D. Facal^b, J.C. Millán-Calenti^a

^a Universidade da Coruña, Grupo de Investigación en Gerontología, Instituto de Investigación Biomédica de A Coruña (INIBIC), Complejo Hospitalario Universitario de A Coruña (CHUAC), SERGAS, A Coruña, España

^b Universidade de Santiago de Compostela, Departamento de Psicología Evolutiva e da Educación, Santiago de Compostela, La Coruña, España

Objetivos: La investigación sobre intervenciones encaminadas a mejorar o mantener las habilidades cognitivas en personas mayores sanas o con deterioro cognitivo juega un papel crucial en el envejecimiento. El entrenamiento cognitivo (EC) a través de las nuevas tecnologías constituye una intervención prometedora, aunque son escasos los trabajos que hayan investigado su efectividad con índices objetivos. Con el presente trabajo queremos presentar los aspectos metodológicos y las posibles limitaciones encontradas de un proyecto de investigación, cuyo objetivo principal es determinar la efectividad del EC computarizado en personas de 65 o más años por evaluación de índices neurofisiológicos.

Método: Los participantes que cumplían los criterios de inclusión/exclusión establecidos (mayores sanos, mayores con deterioro cognitivo leve [DCL] y mayores con enfermedad de Alzheimer [EA] leve) fueron aleatorizados en dos grupos: 1) experimental: intervención de 3 meses de duración a través del programa SmartBrain, y 2) control. Tras la intervención, ambos grupos serán comparados con índices neuropsicológicos, medidas conductuales y medidas neurofisiológicas.

Resultados: La metodología utilizada y los instrumentos de evaluación se basan en las referencias de la literatura y por tanto los entendemos como correctos, pero han surgido varias limitaciones, referidas al reclutamiento de participantes: 1) no motivación de los sujetos, ya que parecen creer no obtener nada a cambio de su participación, que les implica además mucha dedicación; 2) no elegibilidad, especialmente debida a la ingesta de medicación psicoactiva; 3) difícil acceso a pacientes en el entorno institucional con DCL o EA leve (ausencia de diagnósticos clínicos) y EA diagnosticada (severidad de la demencia).

Conclusiones: La mayoría de ensayos para estudiar la eficacia del EC computarizado tan solo han utilizado como medidas de resultado puntuaciones en pruebas neuropsicológicas clásicas. Aunque esta información resulta valiosa, es necesario investigar sobre las bases neurales de la mejoría cognitiva, para poder diseñar programas más específicos y adaptativos. Por otra parte, a la vista del desarrollo actual de nuestro proyecto, apelamos a un cambio