

- 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. Benzodiazepinas: 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