

ESTIMULACIÓN COGNITIVA EN ADULTOS MAYORES. UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.

Autora principal: Lic. Miriam Lay Williams.

Coautora: D. B. Santiago Cabeda

La conservación y estimulación de la memoria en los adultos mayores implica un mantenimiento físico, social, emocional y cognitivo adecuado. Con el objetivo de entrenar la memoria en un grupo de adultos mayores pertenecientes al Grupo de Orientación y Recreación “Celebra la vida” del Policlínico “19 de abril”, el EMAG ideó una propuesta de intervención que caracterizó sociodemográficamente al GOR, propició estrategias de codificación, almacenamiento y recuperación de la información e incentivó la memoria auditiva-visual a corto, mediano y largo plazo. El estudio, cualicuantitativo, se realizó de enero a febrero del 2011, durante 9 sesiones de 90 minutos de duración, con una frecuencia semanal. Del universo de estudio constituido por 45 integrantes, se seleccionó por un muestreo aleatorio simple el tamaño de la muestra que quedó conformada por 20 adultos mayores, los cuales dieron su consentimiento para participar. A estas personas se les aplicó un cuestionario para explorar los tipos de olvidos más frecuentes o fallas en la memoria, clasificándolos en una escala del 1 al 3 según la intensidad de los mismos. Con el resultado de éste se elaboró la estrategia educativa y se evaluó la efectividad de la misma comprobando los resultados antes y después de la aplicación del cuestionario. En el programa se usaron técnicas participativas y de ejercitación de memoria que mantuvieron un clima emocional favorable para el reentrenamiento de los procesos mnésicos. La mayoría del grupo en cuestión obtuvo resultados favorables y positivos por lo que la estrategia educativa se consideró efectiva.

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN A LAS FAMILIAS DE ADULTOS MAYORES CON DEMENCIA.

Autora principal: Lic. Yahira Rodríguez López.

Coautores: Y. Pérez Castro, I. Castro, L.V. Reynoso

Objetivos: Contribuir a la orientación de las familias de adultos mayores con demencia pertenecientes al Policlínico Dr. Tomás Romay de Artemisa. **Métodos:** Teóricos y empíricos. Se utilizarán técnicas participativas, de caldeamiento, de desarrollo y de cierre, cuestionarios y entrevistas. **Resultados:** Se diseñó un programa de orientación que consta de 10 sesiones en las que se trabajan temas relacionados con la demencia en los adultos mayores, como cuidarlos, como convivir con ellos, se entrenan a los familiares a través de técnicas proyectivas para el manejo adecuado de esta patología. La modalidad es grupo de reflexión cerrado, las sesiones tiene una duración de 45-60 minutos con dos frecuencias semanales. El programa cuenta con tres etapas una de diagnóstico, otra de intervención o de orientación y una tercera de evaluación. **Conclusiones:** mediante el programa diseñado esperamos que se de cumplimiento al objetivo propuesto. Además esperamos poder implementar el programa.

LA NUTRICIÓN EN LA PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

Autora principal: Lic. Yeneisy Lanyau Domínguez.

Objetivos: Exponer algunas evidencias acerca de la relación existente entre la nutrición y la enfermedad de Alzheimer (EA). **Materiales y Métodos:** Se realizó una exhaustiva revisión de todos los trabajos publicados en los últimos años a través de PubMed, Hinari, Lis y otros

sitios de interés. **Resultados:** En los últimos años, la nutrición es considerada uno de los factores de riesgos modificables en el desarrollo de las demencias. Los factores de riesgos vasculares tradicionales tales como: hipertensión, dislipidemia, diabetes, enfermedades del corazón, obesidad, incrementan el riesgo a las demencias y a la EA. Existen múltiples evidencias epidemiológicas que sugieren que la alta ingestión de ciertos componentes de la dieta (ácidos grasos insaturados, vitaminas B, antioxidantes y otros) ó elevados niveles séricos de ácido fólico, B12 y bajos niveles de homocisteína son asociados a un bajo riesgo de incidencia a la EA y a las demencias. Algunos micronutrientes han sido utilizados en el tratamiento de la enfermedad en diversos estudios. **Conclusiones:** No existen recomendaciones específicas para la suplementación con micronutrientes para la prevención y tratamiento de la EA.

FRAGILIDAD EN ADULTOS MAYORES CON DEMENCIA.

Autor principal: DR.C. GUIDO E. LLUIS RAMOS.

Se presenta una investigación en adultos mayores del municipio La Lisa, se inició en el 2004 con la validación de criterios para el diagnóstico de la fragilidad en combatientes mediante un pilotaje a 70 ancianos. Se utilizó el Método Delphy y como regla de oro los criterios de Barber y del CITED.

Aplicando estos criterios se obtuvo una prevalencia del 42.9% en un corte transversal realizado en una segunda etapa (2007). La mayor prevalencia se encontró en las féminas (59.5%) y en aquellos con: comorbilidad (61.9%), polifarmacia (63.8%), deficiente movilidad (61.3%), bajo peso (51.9%), deterioro cognitivo (100.0%), discapacidad (84.0%), mala autopercepción de salud (75.0%) y con apoyo familiar subordinado a crisis (71.4%). Se concluyó que nuestros criterios de fragilidad son válidos, confieren una prevalencia esperada para la región geográfica y riesgo de complicaciones para la salud.

CARACTERIZACIÓN DE CUIDADORES INFORMALES DE PACIENTES CON DEMENCIA ATENDIDOS EN EL CITED.

Autora principal: Dra. María Josefa Simón Díaz.

Objetivos:

1. Describir características sociodemográficas, psicológicas y sociales del cuidador.
2. Identificar la afectación psicosocial de los cuidadores en función de las variables socioeconómicas y psicológicas.
3. Determinar la percepción de carga del cuidador del paciente con demencia.
4. Establecer la relación entre la percepción de carga y algunas variables del cuidador.

Métodos: Se realizó un estudio analítico de corte transversal, en un grupo de cuidadores de pacientes con demencia atendidos en el CITED, en consulta externa (clínica de deterioro cognitivo) durante el año 2009. el universo del estudio estuvo conformado por un total de 73 cuidadores que corresponden al total de cuidadores de pacientes diagnosticados con demencia, que recibieron atención en la (Clínica de Deterioro Cognitivo) del CITED, de los cuales se les realizó el estudio a 67 cuidadores. **Resultados y conclusiones:** Este estudio analítico de corte transversal, pretendió caracterizar a los cuidadores informales de pacientes con demencia atendidos en la consulta de deterioro cognitivo del CITED, incluyéndose 67 cuidadores, a quienes se les aplicaron cuestionarios que identificaron variables del estudio. El perfil del cuidador es de una hija de entre 41 a 59 años de edad; casada; que no trabajaba,

convivía con el paciente; llevaba realizando su labor entre 5 o más años; a tiempo total; sin otras personas bajo su cuidado; cuya motivación fue no afectiva; que recibía algún tipo de ayuda; poseía información acerca de la enfermedad, sin tener experiencia anterior; con situación socioeconómica regular; un estado de salud enfermo y utilizaba estrategias de afrontamiento de apoyo externo como interno. La afectación psicosocial del cuidador fue identificada en el mayor número de cuidadores y se relacionó con: limitación del tiempo para recrearse; afectación de las relaciones sociales y dificultades para satisfacer sus necesidades predominando sentimientos como miedo, angustia y aflicción.

La percepción de carga no estableció notable diferencia entre el total de los cuidadores; evidenciándose mayor sobrecarga en los hijos; y se relacionó con el estado de salud y el recibir ayuda a pesar de ser evidenciada no estableció notable diferencia entre el total del universo estudiado, lo que indica que no todos los cuidadores experimentan por igual el cuidado y en esto puede influir diferentes variables, algunas de ellas analizadas en el estudio. Predominó la depresión y el mayor número de familias disfuncionales estableciéndose relación directa entre estas variables y la sobrecarga.

MARCADORES ELECTROFISIOLÓGICOS BASADOS EN EL COMPONENTE N400 DE LOS PRE. ESTUDIO EN UNA POBLACIÓN CON DCLa.

Autora principal: Ana Fernández-Nin.

Coautores: Y. Fernández-García; M. A. Bobes-Leon; L. Leyva Medrano; M. Feria; E. C. Ruiz-López.

De los PRE asociados a funciones cognitivas, el que se encuentra más relacionado con la memoria es el componente n400. Estudios en pacientes con Enfermedad de Alzheimer (EA) muestran como a nivel electrofisiológico éstos difieren de individuos sanos en la ejecución de pruebas de memoria semántica. Resultados en poblaciones con EA familiar, describen una topografía del componente n400 que difiere entre portadores de la mutación y no portadores (Bobes et al., 2009). Objetivo: Determinar si existen diferencias en el patrón electrofisiológico del componente n400 entre sujetos con DCL amnésico (DCLa) y controles sanos. Métodos: Se obtuvieron PRE (n400) durante una tarea de congruencia semántica en un grupo control de 15 adultos mayores cognitivamente normales y un grupo de 24 adultos mayores con DCLa. Todos de dominancia manual diestra, con edades comprendidas entre los 65 y 85 años de edad y 8 años de estudio como promedio. Resultados: El rendimiento conductual de los pacientes con DCLa no se diferencia del rendimiento de los controles, mientras que en el grupo con DCLa en comparación con los controles la latencia de la n400 está enlentecida y la amplitud disminuida. La topografía del componente n400 en ambos casos es centro-parietal, aunque aparece más restringida para el grupo DCLa. Conclusiones: Los resultados en la población con DCLa replican resultados obtenidos en estudios con formas familiares de EA, con diferencias en la topografía y amplitud del componente n400, lo que indica un patrón de deterioro cerebral concordante con el deterioro cognitivo registrado en la evaluación cognitiva.

CUIDADOS PALIATIVOS EN ANCIANOS CON DEMENCIA AVANZADA.

Autora principal: MSc. Dra. Vivian Zas Tabares.

Coautor: J. R. Rodríguez Rodríguez.

La presencia de enfermedad avanzada, progresiva e incurable, con falta de posibilidades razonables de respuesta al tratamiento específico, con presencia de numerosos problemas o síntomas intensos, múltiples, multifactoriales y cambiantes, gran impacto emocional en el

paciente, familiares y equipo y con pronóstico de vida limitado que definen al paciente subsidiario de cuidados paliativos, están presentes en la mayoría de los pacientes con demencia en sus fases más avanzadas.

La demencia es un problema que afecta a un elevado porcentaje de la población anciana. Si bien existe una gran variabilidad en la prevalencia según los diferentes estudios, se admite que la demencia moderada o severa puede afectar aproximadamente al 2,5% de las personas mayores de 65 años y la leve a un 5 -10%.

La necesidad de proporcionar unos cuidados paliativos de calidad a los pacientes con demencia en sus estadios finales es hoy en día una realidad. Éstos deben ser aplicados en todos los niveles donde son atendidos habitualmente estos pacientes. El intentar establecer el punto de corte de cuándo los pacientes con demencia avanzada son candidatos a tratamiento paliativo resulta difícil y de utilidad incierta, ya que las características de la enfermedad obligan a un planteamiento menos estático y más flexible.

La necesidad de integrar los cuidados paliativos en el marco asistencial de los pacientes con demencia es un hecho ampliamente reconocido en la actualidad, coincidiendo en este punto la opinión de los profesionales sanitarios implicados en el cuidado de estos enfermos, familiares y gerontólogos

Palabras clave

Demencia. Cuidados paliativos.