

Mejora cognitiva a través de Terapia Ocupacional: experiencia en el Centro Gerontológico de Nariño S.A.S.

María Paula Serrato Mendoza
Profesora de Terapia Ocupacional

Daniela Katerine Pulzara Ramirez
Estudiante de Terapia Ocupacional

En Colombia, una persona mayor es definida como aquella que tiene 60 años o más, según el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE, 2022). Se ha observado un cambio demográfico global significativo, como señala la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), ya que se indica que, entre 2015 y 2050, el porcentaje de la población mundial mayor de 60 años casi se duplicará, pasando del 12 % al 22 %. Además, se proyecta que, para el año 2050, el 80 % de las personas mayores vivirá en países de ingresos bajos y medianos. Todo esto conlleva evidenciar un envejecimiento poblacional más rápido que en el pasado.

En Colombia, este fenómeno se refleja en los 7.107.914 adultos mayores (60 años y más) que representan el 13,9 % de la población del país, según datos del DANE (2022). Por lo tanto, esta transformación demográfica plantea desafíos significativos a nivel mundial y nacional, subrayando la urgencia de comprender sus implicaciones y encontrar soluciones efectivas.

Ahora bien, la disciplina de Terapia Ocupacional se presenta como una profesión del ámbito de la salud que abarca todo el ciclo de vida humano, dedicada al estudio del desempeño ocupacional de las personas y las comunidades (Ministerio de Salud y Protección Social, 2016). En particular, en el contexto de las personas mayores, los terapeutas ocupacionales desempeñan un papel crucial al enfocarse en mejorar y mantener la independencia funcional y calidad de vida de este grupo demográfico.

Los profesionales de Terapia Ocupacional llevan a cabo una evaluación exhaustiva de las capacidades físicas, cognitivas y emocionales de los adultos mayores. Con base en esta evaluación, diseñan planes de intervención personalizados que abordan las dificultades específicas que enfrentan en sus actividades diarias, donde dichos planes incluyen estrategias terapéuticas como ejercicios físicos, entrenamiento en habilidades motoras y cognitivas, adaptaciones ambientales y asesoramiento, donde el objetivo final es promover la autonomía y el bienestar emocional de las personas mayores (Sillero, 2020).

En este orden de ideas, diversos estudios han explorado la relación entre el deterioro cognitivo y el desempeño de las actividades de la vida diaria en adultos mayores. Por ejemplo, en el estudio de Balazar (2021), se analizó dicha relación en adultos mayores institucionalizados, encontrando una conexión estrecha entre el deterioro cognitivo y el desempeño de las actividades básicas de la vida diaria. Además, investigaciones como la de Ruano et al. (2021) han explorado la aplicación de la atención plena o mindfulness en el cuidado de personas mayores, buscando mejorar su calidad de vida y promover la independencia funcional.

En este punto, vale mencionar que, el presente escrito es resultado del proceso de pasantía llevado a cabo durante el semestre B de 2023, en el Centro Gerontológico de Nariño S.A.S., cuyo propósito fue realizar un proceso de intervención de Terapia Ocupacional en las habilidades cognitivas de las personas mayores de este centro, con el fin de orientar actividades con propósito que promuevan dichas habilidades de las personas mayores de la institución.

En cuanto a la población objeto de estudio, se trabajó con 32 personas mayores, con una distribución significativa en diferentes rangos de edad y género. Entre los resultados, el rango de edad más frecuente fue entre 76 a 80 años (8 personas), y el género femenino fue el más predominante, representado por el 63 % de la población.

El análisis detallado de las habilidades cognitivas reveló áreas de afectación en la orientación temporal, fijación, atención y cálculo, memoria y lenguaje. También, se encontró que un porcentaje significativo de personas mayores presentaba alteraciones en estas áreas, lo que indica la necesidad de intervenciones específicas para abordar estas alteraciones. Además, se utilizó el cuestionario Minimal para evaluar la función cognitiva, que evidenció que el 28 % de la población tenía calificaciones que indicaban deterioro y demencia; mientras que, el 13 % se encontraba en fase terminal.

En cuanto a las actividades implementadas, se llevaron a cabo tanto individuales como grupales, con un énfasis particular en las actividades cognitivas. El Centro Gerontológico de Nariño S.A.S., en la actualidad, cuenta con dos sedes: la Unidad de Internación, donde se realizaron 80 actividades, siendo las cognitivas las más frecuentes, y la sede Centro Día, donde, también, se implementaron actividades con demanda cognitiva en modalidad grupal.

Así, se infiere que la intervención de Terapia Ocupacional en el centro gerontológico ha proporcionado una visión profunda de las necesidades cognitivas de los residentes mayores, ya que se evidencia la presencia de diferentes grados de afectaciones cognitivas, tanto en la sede Internación como en la unidad Centro Día. Dichos hallazgos son fundamentales para diseñar estrategias y actividades personalizadas que no solo aborden las deficiencias identificadas, sino que también mejoren significativamente la calidad de vida de los residentes mayores, proporcionándoles un entorno más estimulante y comprensivo.

Finalmente, se destaca que, los procesos de atención interdisciplinaria en el Centro Gerontológico de Nariño S.A.S. permiten que haya un trabajo en equipo, ya que, a partir de todas las disciplinas, se busca mejorar la calidad de vida de las personas mayores, a través de estrategias personalizadas, tanto individuales como grupales, de manera creativa y humanizada, prestando un tratamiento con calidad.

Referencias

- Bazalar, G. A. (2021). *Deterioro cognitivo y el desempeño de las actividades de vida diaria en adultos mayores de un hospital de día de Surco-2020* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. CYBERTESIS. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/16678>
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística. (2022). *Personas mayores en Colombia, hacia la inclusión y la participación*. <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/notas-estadisticas/nov-2021-nota-estadistica-personas-mayores-en-colombia-presentacion.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2016). *Perfil profesional y competencias del terapeuta ocupacional*. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/TH/perfil-competencias-terapeuta-ocupacional.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). *Envejecimiento y Salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Ruano-Coral, D. S., Imbajoa-Imbajoa, Y. M. y Yarce-Pinzón, E. (2021). La Terapia ocupacional y la atención plena para el cuidado de personas mayores. Revisión documental. *Revista Biumar*, 5(1), 59-69. <https://doi.org/10.31948/BIUMAR5-1-art6>
- Sillero, M. (2020). *Terapias ocupacionales para personas mayores con deterioro cognitivo institucionalizadas* [Tesis de pregrado, Universidad de Jaén]. UJA. <https://crea.ujaen.es/handle/10953.1/13222>