

El impacto de terapia ocupacional en la intervención de adulto mayor institucionalizado con deterioro cognitivo

Geraldyn Daniela Quistanchala Narvaez

Estudiante Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

María Paula Serrato Mendoza

Profesora Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Esta revisión se ha centrado en resumir la contribución y el impacto de Terapia Ocupacional en la intervención del adulto mayor institucionalizado con deterioro cognitivo, debido a que, entre 2020 y 2030, el porcentaje de habitantes del planeta, mayores de 60 años aumentará un 34 % y el número de personas de 60 años o más superará al de niños menores de cinco años. En 2050, el número de personas de 60 años o más será superior al de adolescentes y jóvenes de 15 a 24 años de edad. En 2050, cerca del 65 % de las personas mayores vivirán en países de ingresos bajos y medianos (Organización Mundial de la Salud, OMS, 2024).

Actualmente, se evidencia un incremento en el envejecimiento de la población mundial y se prevé que este siga aumentando en un futuro, por causa de los distintos avances tecnológicos, tanto en el área médica como en la científica, que impactan positivamente en la calidad de vida de las personas (OMS, 2024). Por otra parte, se señala como adultez tardía, al periodo de la vida de las personas mayores de 65 años, según las Naciones Unidas. Los datos muestran que la población mundial de 65 años o más era de 727 millones en 2020, y se cree que la proporción de adultos mayores aumentará del 9,3 % en 2020 al 16 % en 2050 (Ding et al., 2023).

Ahora bien, es de gran relevancia indagar acerca de la población de personas adultas mayores institucionalizadas que padecen deterioro cognitivo, ya que estas tienen diferentes cambios que traen consigo, diversas afectaciones en el desarrollo de las ocupaciones (Serrato, 2024).

Aunado a lo anterior, se tiene en cuenta la institucionalización de personas mayores, puesto que desde el Ministerio de la Protección Social de Colombia (2008) se cuenta con los centros de promoción y protección

social para este grupo de personas, siendo instituciones o servicios de atención destinados al albergue permanente o temporal de esta población, donde se ofrece servicios habitacionales o residenciales, cuidados, recreación y socialización, bajo atención humanizada y de calidad, con espacios adecuados, personal capacitado para jornada diurna y nocturna, con recreación y deportes, garantizando mejoras en su calidad de vida.

Por otra parte, es esencial mencionar el concepto de deterioro cognitivo. En el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales 5 versión DSM-5 (American Psychiatric Association, 2014), el deterioro cognitivo leve (DCL) es denominado Trastorno Neurocognitivo Menor y el concepto de demencia es reemplazado por el de Trastorno Neurocognitivo Mayor. Los dos se caracterizan por un declive en las funciones cerebrales superiores, tales como atención, función ejecutiva, aprendizaje, memoria, lenguaje, habilidad perceptual motora o cognición social, el cual se basa en las quejas percibidas del propio individuo o su familia. La principal diferencia entre ellos radica en que las alteraciones cognitivas del primero no afectan la autonomía del adulto mayor, permitiéndole ejecutar sus actividades diarias y mantener su independencia; en

caso contrario, se trata de un trastorno neurocognitivo mayor, conocido como demencia (American Psychiatric Association, 2014).

Por lo tanto, la terapia ocupacional se centra en conseguir que el adulto mayor alcance un estado de desempeño ocupacional óptimo que garantice su autonomía, basando su intervención en desarrollar estrategias físicas, cognitivas y materiales que le permitan mitigar su fragilidad y mantenerse en un nivel esperado de ejecución de sus actividades cotidianas (Castillo et al., 2023). De ahí la importancia de iniciar y tener en cuenta la intervención de esta disciplina, que hace parte de un componente primordial, ya que está centrada en el cliente y utiliza las actividades significativas de los pacientes u ocupaciones, como métodos de tratamiento (Ding et al., 2023).

Manrique (como se cita en Calderón, 2024) explora la psicomotricidad como un enfoque clave para el mantenimiento de las funciones cognitivas y motoras en las personas de la tercera edad. El desarrollo y ejecución de programas de intervención psicomotriz a personas de la tercera edad brinda una serie de beneficios que van enfocados a mejorar su calidad de vida e independencia; les permite aprender estrategias y habilidades para que puedan desarrollar sus actividades de la vida diaria de forma autónoma y sigan participando de forma activa dentro de la sociedad.

Las habilidades psicomotoras se ven como una herramienta prometedora para satisfacer las necesidades físicas y mentales de esta población; de esta manera, les ayudan a vivir sus últimos años con dignidad y vitalidad y a mantener una conexión significativa en el medio en el que viven. Las actividades están relacionadas con: sopa de letras, crucigramas, trabajo de memoria y de números, llevar y traer la pelota y, diversas manualidades (Calderón, 2024). Igualmente, se interviene con videojuegos Wii Fit sobre la autonomía de las actividades de la vida diaria y los componentes psicocognitivos. Las nuevas tecnologías, como el uso de los juegos electrónicos, suponen un recurso eficaz para la mejora de capacidades cognitivas como la atención, la memoria, la concentración, la inteligencia, la creatividad y, por supuesto, la resolución de problemas. Por lo tanto, los principales hallazgos de este estudio muestran que el uso de los videojuegos Wii Fit mejoró el estado cognitivo de los adultos mayores y disminuyó sus niveles de depresión. Además, se observó una relación entre el estado cognitivo y psicológico y la funcionalidad (Jahouh et al., 2021).

Por otro lado, Vegue et al. (2021) reconocen la importancia real en la interacción humano-animal desde mediados del siglo XX y cómo actualmente los animales pueden ser incorporados a programas terapéuticos, educativos o sociales, con diversos fines. Las estrategias utilizadas en las sesiones según los objetivos a trabajar son las siguientes:

- Área afectiva: acariciar y cepillar al perro sobre una mesa o silla, fomentando la expresión de emociones positivas y promoviendo la interacción con el perro y el resto de participantes del grupo.
- Área conductual: promoción de la atención sostenida al perro y a la actividad que el profesional está realizando con él, actividades variadas dentro de cada sesión, proponiendo conductas alternativas relacionadas con el animal, cuando se detecte conductas desadaptativas, respeto al espacio personal en cada necesidad, promoción de la relajación mediante caricias y cepillado del perro directamente sobre la mesa o silla.
- Área funcional: actividades encaminadas a trabajar el tren superior, la coordinación y la motricidad fina con el perro con un elemento central, a través de la imitación, peticiones de órdenes, colaboración en secuencias y juegos con el perro.
- Área cognitiva: trabajo de orientación espacial y temporal al inicio y al final de cada sesión. Fomento de la atención y concentración. Trabajo de reminiscencia y estimulación de la memoria relacionada con animales de su pasado. Estimulación del lenguaje y del pensamiento mediante juegos de formación de palabras, refranes o categorización con el perro como elemento central de la actividad.

Bajo todos estos fundamentos, la Terapia Ocupacional desempeña un papel fundamental en este contexto, ya que se centra en apoyar a las personas mayores para que alcancen un estado de desempeño ocupacional óptimo que garantice su autonomía, desarrollando estrategias físicas, cognitivas y emocionales que les permitan mitigar su fragilidad y mantenerse en un nivel esperado de ejecución de sus actividades cotidianas. Por lo tanto, es de vital importancia abordar la salud y el bienestar de la población adulta mayor institucionalizada, y la necesidad de intervenciones como la terapia ocupacional para apoyar en su proceso de envejecimiento y mejorar su calidad de vida (Castillo et al., 2023).

Referencias

- American Psychiatric Association. (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5 (5.^a ed.). Editorial Médica Panamericana.
- Calderón, M. B. (2024). Psicomotricidad como estrategia terapéutica para mantener funciones cognitivas y motoras en adultos mayores. *Revista - Científica Semo Educativo*, 1(1), 13-26.
- Castillo, N., Hernández, C., Herrera, C., Parada, A., Quezada, N. y Corona, P. (2023). Contribución de las intervenciones de terapia ocupacional en el abordaje de personas mayores hospitalizadas en Unidades Geriátricas de Agudos: una revisión narrativa. *Cadernos brasileiros de terapia ocupacional*, 31. <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAR256633453>
- Ding, J., Yang, Y., Wu, X., Xiao, B., Ma, L. y Xu, Y. (2023). El programa de telesalud de terapia ocupacional entre personas mayores: una revisión de alcance actualizada. *Aging Clinical and Experimental Research*, 35(1), 23-40. <https://doi.org/10.1007/s40520-022-02291-w>
- Jahouh, M., González-Bernal, J. J., González-Santos, J., Fernández-Lázaro, D., Soto-Cámara, R., & Mielgo-Ayuso, J. (2021). Impact of an intervention with Wii video games on the autonomy of activities of daily living and psychological-cognitive components in the institutionalized elderly. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1570. <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/4/1570>
- Ministerio de la Protección Social. (2008). Lineamientos técnicos para los centros de promoción y protección social para personas mayores. <https://www.minsalud.gov.co/Lineamientos/Lineamientos%20T%C3%A9cnicos%20Centros%20Persona%20Mayor.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2024). Envejecimiento y salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Serrato, M. P. (2024). Orientaciones de Terapia Ocupacional en la intervención de personas mayores institucionalizadas. Editorial UNIMAR. <https://doi.org/10.31948/editorialunimar.188>
- Vegue, E., Hernández, J. M., & Echevarría, P. (2021). Benefits of dog-assisted therapy in patients with dementia residing in aged care centers in Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1471. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041471>