

ANÁLISIS DE LA MEMORIA COTIDIANA Y EL OPTIMISMO VITAL EN ADULTOS MAYORES SEGÚN EL GÉNERO

M.D.M. Molero Jurado, M.D.C. Pérez-Fuentes, J.J. Gázquez Linares.

Universidad de Almería

El estudio de la memoria y el declive que se asocia con el envejecimiento ha sido un tema prioritario en la investigación desde diferentes campos de estudio de las Ciencias Humanas, Sociales y de la Salud (1). Tradicionalmente, la memoria ha sido, y es, estudiada desde un enfoque relacionado con los problemas en el recuerdo como factor de riesgo o incluso como uno de los síntomas del deterioro cognitivo (2, 3). Hace poco más de una década que se observa un interés creciente por el estudio de los aspectos más subjetivos de la memoria (4) y de su uso/rendimiento en tareas de la vida cotidiana (5). Esta nueva aproximación al estudio de la memoria, surge de la idea de que realmente lo que preocupa a la población que envejece es el hecho de tener problemas para recordar donde dejó las llaves, si ya realizó o no una tarea, el contenido de una conversación reciente o la cara de una persona que le resulta familiar. Estos fallos en la memoria u olvidos, a veces calificados como “despistes”, se incluyen en la evaluación de la Memoria Cotidiana (6), también en personas con deterioro cognitivo (7).

La afirmación de que, con la llegada del envejecimiento, la memoria se ve afectada negativamente, no puede ni debe interpretarse en términos absolutos. Los cambios en la memoria asociados al envejecimiento se traducen en un rendimiento diferencial para los diferentes tipos de memoria (8). Así lo discuten algunos autores al encontrar que el rendimiento de los adultos mayores en tareas de recuerdo es peor que en tareas de reconocimiento (9).

En este sentido, además de las variaciones en la memoria asociadas a la edad, referidas anteriormente, también se han detectado diferencias de género en el rendimiento en tareas de memoria. Así lo corroboran estudios recientes (10) donde se pudo observar cómo las mujeres presentaban un mejor rendimiento en tareas de memoria lingüística y reconocimiento de caras, mientras que los hombres destacaban en tareas que implicaban el uso de la memoria espacial.

Otro aspecto característico frecuentemente asociado al estudio de la memoria en los mayores es el peso de las emociones en el recuerdo (11). A partir de la Teoría de la Selectividad Emocional de Carstensen (12), que apuesta por una regulación emocional más efectiva al envejecer, surge el interés por el efecto de un sesgo positivo tanto en los procesos de atención como en la memoria. Es decir, según este planteamiento y, a pesar de ser la vejez una etapa caracterizada por las pérdidas y afectos negativos asociados (13, 14), se observa una tendencia a priorizar el peso de la información positiva frente a la negativa en las experiencias cotidianas, en el nivel de atención prestada y, por tanto, en su recuerdo (15).

En base a lo anteriormente descrito, se podría decir que los estados emocionales cumplen un papel determinante en el procesamiento de la información (16). Concretamente, en el caso de la memoria, la presencia de determinados repertorios emocionales, sean éstos positivos o negativos, mejoran el recuerdo de la información en mayor grado que cuando ésta se presenta neutra (17, 18).

Por otro lado, relacionado con el predominio de repertorios emocionales positivos destaca el concepto de Optimismo (19), como rasgo de la personalidad que reúne una serie de actitudes y expectativas positivas hacia la vida (20) lo que promueve a su vez la disposición de los recursos personales al servicio del afrontamiento de situaciones estresantes (21, 22). El Optimismo ha sido caracterizado por ser un rasgo que se mantiene estable con el paso de los años y, a su vez, cambiante según la situación (23). En algunos estudios se han analizado las diferencias en el grado de optimismo/pesimismo según el género, encontrando en las mujeres una tendencia a mostrarse más pesimistas que los hombres (24, 25); aunque, en otros trabajos, se resta importancia al género frente a la posible influencia de otras variables sociodemográficas como la edad, el estado civil o el nivel de estudios (26).

Siguiendo los datos obtenidos por otros autores (22), los optimistas/pesimistas difieren en el uso de un estilo de atribución causal externo o interno y la sensación de permanencia o transitoriedad de los sucesos. Así, en el caso de los fallos de memoria cotidianos, como generadores de estrés/ansiedad en el sujeto que olvida, los optimistas buscarían una explicación que los exima de responsabilidad (atribución externa), otorgando al suceso un carácter pasajero. Por el contrario, ante los problemas para recordar, los pesimistas se atribuyen toda

18. Levine LJ, Bluck S. Painting with broad strokes: Happiness and the malleability of event memory. *Cogn Emot.* 2004; 18: 559-574.
19. Vera-Villarreal P, Córdova-Rubio N, Celis-Atenas K. Evaluación del optimismo: un análisis preliminar del Life Orientation Test versión revisada (LOT-R) en población chilena. *Universitas Psychologica.* 2009; 8(1): 61-68.
20. Ji L, Zhang Z, Osborne E, Guan Y. Optimism across cultures: In response to the severe acute respiratory syndrome outbreak. *Asian J Soc Psychol.* 2004; 7(1): 25-34.
21. Conway F, Magai C, Springer C, Jones S. Optimism and pessimism as predictors of adjustment. *J Res Pers.* 2008; 42(5): 1352-57.
22. Remor R, Amorós M, Carboles J. El optimismo y la experiencia de ira en relación con el malestar físico. *Anales de Psicología.* 2006; 22(1): 37-44. Recuperado el 11 de octubre de 2006, de <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=16722105&iCveNum=0>
23. Seligman ME. La auténtica felicidad. Barcelona: Vergara; 2003.
24. Maydeu-Olivares A, Rodríguez-Fornells A, Gómez-Benito J, D'Zurilla T. Psychometric properties of the Spanish adaptation of the Social Problem- Solving Inventory-Revised (SPSI-R). *Pers Individ Dif.* 2000; 29: 669-708.
25. Robichaud M, Dugas M, Conway M. Gender differences in worry and associated cognitive-behavioral variables. *J Anxiety Disord.* 2003; 17: 501-517.
26. Matud MP, Guerrero K, Matías RG. Relevancia de las variables sociodemográficas en las diferencias de género en depresión. *Int J Clin Health Psychol.* 2006; 6(1): 7-21.
27. Ouweland C, de Ridder D, Besing S. Effects of temptation and weight on hedonics and motivation to eat in women. *Obesity.* 2008; 16(8): 1788-1793.
28. Landa A, Aguilar-Luzón MC, Salguero MF. El papel de la IEP y del optimismo/pesimismo disposicional en la resolución de problemas sociales. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa.* 2008; 15(6): 363-382.
29. Londoño C. Optimismo y salud positiva como predictores de la adaptación a la vida universitaria. *Acta Colombiana de Psicología.* 2009; 12(1): 95-107.
30. Segerstrom S. How does optimism suppress immunity? Evaluation of three affective pathways. *Health Psychol Rev.* 2006; 25(5): 653-657.
31. Marrero RJ, Carballeira M. El papel del optimismo y del apoyo social en el bienestar subjetivo. *Salud Mental.* 2010; 33:39-46.
32. Cornish IM. Factor structure of the Everyday Memory Questionnaire. *Br J Psychol.* 2000; 91: 427-438.
33. Scheier MF, Carver CS, Bridges MW. Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery and self-esteem): a reevaluation of Life Orientation Test. *J Pers Soc Psychol.* 1994; 67: 1063-78.
34. Otero JM, Luengo A, Romero E, Gómez-Fraguela JA, Castro C. *Psicología de la Personalidad. Manual de prácticas.* Barcelona: Ariel Practicum; 1998.
35. Schou I, Ekeberg O, Ruland CM, Sandvik L, Karesen R. Pessimism as a predictor of emotional morbidity one year following breast cancer surgery. *Psychooncology.* 2004; 13: 309-320.
36. Martínez-Correa A, Reyes del Paso GA, García-León A, González-Jareño MI. Optimismo/pesimismo disposicional y estrategias de afrontamiento del estrés. *Psicothema.* 2006; 18(1): 66-72.
37. Thalmann B, Mansch AU, Ermini-Fiinschilling D. Improved screening for dementia: combining the clock drawing test and the Mini-Mental State Examination. Conferencia presentada en "The 4th International Nice/Springfield Alzheimer Symposium. Nice, 10-14 Abril, 1996.
38. Cacho J, García-García R, Arcaya J, Vicente JL, Lantada N. Una propuesta de aplicación y puntuación del test del reloj en la enfermedad de Alzheimer. *Rev Neurol.* 1999; 28(7): 648-55.

Activos ante la
INMOVILIDAD.

Coordinadores:

José Manuel Marín Carmona
M^a del Mar Pageo Giménez
Alberto Salinas Barrionuevo

**Activos ante la
INMOVILIDAD**

Edita: Sociedad Andaluza de Geriátría y Gerontología, 2013
Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Málaga
Calle Curtidores, 1
29006 Málaga

Imprime: Exma Diputación de Almería

ISBN-10 84-695-7817-0
ISBN-13 978-84-695-7817-9
N1 REG. 201338609

NOTA EDITORIAL:

Las opiniones y contenidos de los textos publicados en el libro "Activos ante la INMOVILIDAD", son responsabilidad exclusiva de los autores; así mismo, éstos se responsabilizarán de obtener el permiso correspondiente para incluir el material publicado en otro lugar.

No está permitida la reproducción total o parcial de esta obra, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por ningún medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, u otros medios, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright.