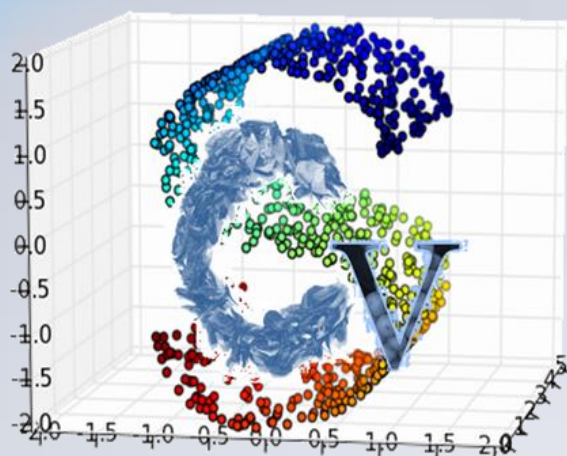


Calidad de vida, cuidadores e intervención para la mejora de la salud en el envejecimiento Volumen III



Comps.

**José Jesús Gázquez Linares
M^a del Carmen Pérez Fuentes
M^a del Mar Molero Jurado
Isabel Mercader Rubio
Ana Belén Barragán Martín
Andrea Núñez Niebla**

Edita: ASUNIVEP

**Calidad de vida, cuidadores e intervención para
la mejora de la salud en el envejecimiento**

Volumen III

Comps.

**José Jesús Gázquez Linares
M^a del Carmen Pérez Fuentes
M^a del Mar Molero Jurado
Isabel Mercader Rubio
Ana Belén Barragán Martín
Andrea Núñez Niebla**

© Los autores. NOTA EDITORIAL: Las opiniones y contenidos de los textos publicados en el libro “Calidad de vida, cuidadores e intervención para la mejora de la salud en el envejecimiento. Volumen III”, son responsabilidad única y exclusiva de los autores; así mismo, éstos se responsabilizarán de obtener el permiso correspondiente para incluir material publicado en otro lugar.

Edita: ASUNIVEP

ISBN: 978-84-606-8850-1

Depósito Legal: AL 710-2015

Imprime: Artes Gráficas Salvador

Distribuye: ASUNIVEP

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.

ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y CALIDAD DE VIDA

CAPÍTULO 1

Manejo y resultados de la terapia de orientación a la realidad.....19

Vanesa Guijarro Delgado, Mercedes Calleja Urbano, y Juan Alberto Puyana Domínguez

CAPÍTULO 2

Experiencia en pacientes ancianos de terapia afectiva con animales25

Mercedes Calleja Urbano, Vanesa Guijarro Delgado, y Juan Alberto Puyana Domínguez

CAPÍTULO 3

Envejecimiento sano: Estrés oxidativo/antioxidantes31

Eduardo Sánchez Sánchez, Elisabeth Ariza Cabrera, y Francisco Martín Estrada

CAPÍTULO 4

Biomagnetismo médico: Medicina alternativa o complementaria para la salud y el anti-envejecimiento37

M^a Isabel Platero Sáez, Ana Esther López Casado, Lucía Restoy Guil, Rosario Inmaculada Gimeno Mora, M^a Noelia Sánchez Manzano, y Remedios Uribe Carreño

CAPÍTULO 5

Calidad de vida de los pacientes con esclerosis múltiple respondedores a Fampridina ...43

Emilio Molina Cuadrado, Pablo Nieto Guindo, y Amelia Alonso Marín

CAPÍTULO 6

Protagonismo de la hormona del crecimiento en el proceso de envejecimiento53

María del Carmen Moreno López, Purificación Martínez Segura, Cristina Maldonado Úbeda, y Cristina Lozano Mengibar

CAPÍTULO 7

El Tai Chi como herramienta útil en el envejecimiento activo59

Julia María Liria Fernández, Pedro Javier Guijarro García, y Arantzazu Sánchez Fernández

CAPÍTULO 8

Equinoterapia en el anciano63

Pedro Javier Guijarro García, Arantzazu Sánchez Fernández, y Julia María Liria Fernández

CAPÍTULO 9

Relación entre propiocepción y envejecimiento69

Josefa María Segura García, María Luisa Peral Rodríguez, y Encarnación Bermúdez Millán

CAPÍTULO 10

Estrategias y control desde la enfermería domiciliaria para mantener unas condiciones óptimas en la vejez 75

Minerva Hernández Sánchez, Patricia Pastor Muñoz, Noemí Gil Fernández, y María Luisa Ballesta Fernández

CAPÍTULO 11

Beneficios que aporta el animal como recurso para el mantenimiento de la calidad de vida tras la jubilación..... 81

Lidia Ruiz Calatrava, Juan Marcos Hernández López, Francisca López Gutiérrez, y Patricia Sánchez Alonso

CAPÍTULO 12

Las personas mayores ante la telemedicina 87

Ana Isabel Lozano Zorrilla, Verónica Milagros Ramos Parra, y Paula del Carmen Espinoza Serrano

CAPÍTULO 13

Influencia de la hemodiálisis en la calidad de vida y técnicas de afrontamiento de pacientes mayores..... 93

Isabel María Molina Martínez, Margarita Torres Amengual, y Beatriz García Maldonado

CAPÍTULO 14

Aportaciones de los alumnos universitarios mayores a las políticas de innovación curricular 99

M^a Isabel Luis Rico, M^a del Camino Escolar Llamazares, Carmen Palmero Cámara, y Tamara de la Torre Cruz

CAPÍTULO 15

Envejecer bien física, psicológica y socialmente..... 111

María José Cobos Carvajal, Almudena López Castaño, e Inmaculada López Caler

CAPÍTULO 16

La vejez: Visto desde una perspectiva sanitaria y sociosanitaria..... 117

Ana García López, Margarita Torres Amengual, Casilda Antonia Martínez Fernández, Trinidad Luque Vara, e Inmaculada González Morales

CAPÍTULO 17

Calidad de vida y menopausia 125

Alba Rivas Jerez, Jesús Arco Arredondo, María de los Ángeles Rodríguez Pérez, Isabel López Martín, y Vanessa Cantos Uncala

CAPÍTULO 18

Los jóvenes y sus estereotipos negativos y miedos hacia la vejez 133

Margarita Torres Amengual, Antonia Borbalán Gálvez, Casilda Antonia Martínez Fernández, Trinidad Luque Vara, e Inmaculada González Morales

CAPÍTULO 19

Una nueva salida tras la jubilación el envejecimiento activo. A propósito de un caso .. 139

María Jesús Larios Montosa, María Deseada Caballero León, y Patricia Macía García

CAPÍTULO 20

Cómo afecta en la salud de abuelos canguro el cuidado de sus nietos 145

M^a Inmaculada Romero Quirantes, M^a Isabel Serrano Carrillo, e Inmaculada Godoy Gómez

CAPÍTULO 21

Influencias psicológicas al envejecer y adaptación a la institucionalización: Revisión sistemática para mejorar el cuidado de enfermería 151

Luis Jesús Martín González, Almudena Dolores Alférez Maldonado, Francisco Luis Montes Galdeano, Jenifer Martín González, y Isabel María Jodar López

CAPÍTULO 22

Análisis de la calidad de vida relacionada con la salud del alumnado de las sedes de Burgos y Aranda de Duero del programa interuniversitario de la experiencia de la Universidad de Burgos..... 159

Vanessa Baños Martínez y Tamara de la Torre Cruz

CAPÍTULO 23

Mejorar la calidad de vida mediante la detección de la fragilidad durante el envejecimiento en pacientes renales 169

M^a Isabel Torres Fernández, Francisca Miralles Martínez, y Manuel David Sánchez Martos

CAPÍTULO 24

Universidad de la experiencia promoviendo calidad de vida: Un análisis de las personas mayores en la Universidad de Barcelona 177

Lígia Carreira y Montserrat Puig Llobet

CAPÍTULO 25

Medición de la salud percibida: Indicador único vs. múltiple 185

Melchor Gutiérrez, Laura Galiana, Amparo Oliver, Patricia Sancho, y José M. Tomás

CAPÍTULO 26

Estabilidad de la satisfacción vital y su relación con la salud y el bienestar subjetivo en el adulto mayor 191

Patricia Sancho, José M. Tomás, Melchor Gutiérrez, Amparo Oliver, y Laura Galiana

CAPÍTULO 27

Esteretipos hacia la vejez del alumnado de terapia ocupacional de Cáceres 199

Teresa M^a Gómez Carroza y Ana Isabel González Contreras

CAPÍTULO 28

Personas mayores y tecnologías emergentes 207

Susana Agudo Prado

CAPÍTULO 29

Análisis del uso de internet en las generaciones mayores en los últimos años 215

M^a del Mar Molero Jurado, Ana Belén Barragán Martín, M^a del Carmen Pérez-Fuentes, José Jesús Gázquez Linares, Francisco Soler Flores, Isabel Mercader Rubio, Nieves Gutiérrez Ángel, y Andrea Núñez Niebla

CAPÍTULO 30

Escuelas de verano, para el fomento del envejecimiento activo 221

Ana Cristina Zamora Castillo

CAPÍTULO 31

Aulas itinerantes culturales 231

Ngoc Chan Hoang Pham

CAPÍTULO 32

Envejecimiento del sistema neuroendocrino 241

Cristina Maldonado Úbeda, M^a Cristina Lozano Mengíbar, M^a del Carmen Moreno López, y Purificación Martínez Segura

CAPÍTULO 33

Acción anti aging de la melatonina 247

Purificación Martínez Segura, Cristina Maldonado Úbeda, M^a Cristina Lozano Mengíbar, y M^a Carmen Moreno López

CAPÍTULO 34

Proyecto intergeneracional para el desarrollo de competencias emprendedoras en el ámbito rural 255

Jonathan Huelmo García, Sara Berbén Saiz, M. Isabel Luis Rico, y Carmen Palmero Cámara

CAPÍTULO 35

Afrontamiento positivo como predictor de resiliencia en adultos mayores: Caso Cd. Victoria, Tamaulipas. México.....263

Olga Lidia Banda González, Cinthya Patricia Ibarra González, Magdalena Hernández Ramírez, Flor Esthela Carbajal Mata y Ma. De Jesús Lilia Nieto Ledesma

CAPÍTULO 36

Perspectiva de género al final de la vida: punto de partida en el cuidado.....271

M^a Angustias Díaz Santos, Sonia García Navarro, Miriam Araujo Hernández, Esperanza-Begoña García Navarro y Rosa Pérez Espina

CUIDADOS Y CUIDADORES EN EL ENVEJECIMIENTO

CAPÍTULO 37

La importancia de la mujer en los cuidados de enfermos con Alzheimer desde la perspectiva del análisis de las redes sociales – ARS.....279

Jaime Llopis Cañameras

CAPÍTULO 38

Necesidades sobre salud de los cuidadores de personas con parálisis cerebral en proceso de envejecimiento287

María Yolanda González-Alonso

CAPÍTULO 39

Limitaciones del mayor: Cuidado formal e informal y legislación vigente295

Sagrario Gómez Cantarino, Ana M^a Carrobles García, Minerva Velasco Abellán, y Sara Romero Valencia

CAPÍTULO 40

Motivos para el cuidado de personas mayores dependientes301

Catalina López Martínez, Lourdes Moral Fernández, y Sara Moreno Cámara

CAPÍTULO 41

Ayudando al cuidador a cuidarse309

Patricia Montiel Crespo, Rosa Lidia Escalona Prieto, Nuria Infante Chacón, y Rocío Sánchez Martín

CAPÍTULO 42

Cuidados familiares del anciano dependiente en su domicilio y nivel de sobrecarga....313

Margarita Torres Amengual, Beatriz Hernández Martínez, Casilda Antonia Martínez Fernández, e Inmaculada González Morales

CAPÍTULO 43

Cuidadores informales y “sobrecarga intensa” asociada al cuidado de personas dependientes 319

Patricia Macía García, María Deseada Caballero León, y María Jesús Larios Montosa

CAPÍTULO 44

Programa experimental de prevención del “síndrome del cuidador” en la enfermedad de Alzheimer. El paciente oculto..... 327

Isabel Gutiérrez Martínez

CAPÍTULO 45

¿Qué sienten las personas cuidadoras cuando tienen que hacerse cargo del cuidado de un familiar mayor dependiente? 335

Lourdes Moral Fernández, Sara Moreno Cámara, y Catalina López Martínez

CAPÍTULO 46

Influencia de un programa de terapia ocupacional en el nivel de sobrecarga de cuidadores informales de pacientes con fractura de cadera 341

Lydia M^a Martín Martín, Concepción Rubiño García, Noelia Galiano Castillo, e Irene Cantarero-Villanueva

CAPÍTULO 47

Experiencia vivida por cuidadores de adultos mayores con discapacidad. Aproximación cualitativa 347

M^a de Jesús Lilia Nieto Ledesma y Manuel Lillo Crespo

CAPÍTULO 48

Impacto del cuidado de pacientes crónicos, en la salud de las personas cuidadoras 355

María López Cano, María Dolores Ruiz Fernández, Antonia Fernández Leyva, y Dolores Hernández Martínez

CAPÍTULO 49

Los problemas en el cuidado familiar a una persona afectada por demencia: Una revisión sistemática de la literatura 361

Sara Moreno Cámara, Lourdes Moral Fernández, y Catalina López Martínez

CAPÍTULO 50

Dependencia del cuidador tras la pérdida del anciano 367

Yolanda Cánovas Padilla, Irene Hita García, y Jesús García Redondo

DETERIORO COGNITIVO, ALZHEIMER Y ESTIMULACIÓN COGNITIVA

CAPÍTULO 51

Estimulación cognitiva: una revisión sistemática en dos bases de datos de la producción literaria en español de los últimos cinco años375

M^a del Carmen Pérez Fuentes, José Jesús Gázquez Linares, Francisco Soler Flores, M^a del Mar Molero Jurado, Isabel Mercader Rubio y Andrea Núñez Niebla

CAPÍTULO 52

Diagnóstico y valoración del anciano con demencia383

Guillermina Ación Valdivia, Cándida Martínez Ferrón, Ángeles Bonilla Maturana, y Montserrat Gabín Benete

CAPÍTULO 53

Papel de la acetilcolina en las demencias.....389

Carmen Rocío García García, Carmen García Gálvez, Sandra Muñoz De La Casa, y María Francisca García López

CAPÍTULO 54

Alzheimer, música y palabra. De momento sólo podemos prevenir395

Ana Mercedes Vernia Carrasco y Manuel Martí Puig

CAPÍTULO 55

Fármacos anticolinérgicos y deterioro cognitivo en los enfermos de demencia tipo Alzheimer401

M^a Francisca García López, Carmen Rocío García García, Carmen García Gálvez, y Sandra Muñoz de la Casa

CAPÍTULO 56

Beneficios de los programas universitarios para mayores sobre la capacidad de memoria409

Cristina Vilaplana Prieto

CAPÍTULO 57

Uso de fármacos anticolinérgicos y falsos diagnósticos del síndrome demencial en la población anciana419

Myriam Gallego Galisteo, Victoria Vázquez Vela, Alberto Villa Rubio, y Carlos Núñez Ortiz

CAPÍTULO 58

Abordaje terapéutico de la demencia425

Carlos Núñez Ortiz, Myriam Gallego Galisteo, y Eloisa Márquez Fernández

CAPÍTULO 59

- Beneficios de la estimulación cognitiva en la demencia: Revisión sistemática..... 431
M^a del Carmen Heredia Mayordomo, Begoña Lorenzo Guerrero, y Catalina M^a Egea Parra

CAPÍTULO 60

- Patología asociada en pacientes que padecen Alzheimer: El bruxismo..... 437
Darío Pérez Ortiz y María Esther Rodríguez Priego

CAPÍTULO 61

- Factores de riesgo y prevención de la demencia..... 443
María Isabel Archilla Castillo, Mónica Archilla Castillo, y José Carlos Rodríguez Ruiz

CAPÍTULO 62

- Principales medidas diagnósticas para la demencia en el ámbito sanitario 451
Mónica Archilla Castillo, María Isabel Archilla Castillo, y José Carlos Rodríguez Ruiz

CAPÍTULO 63

- Diferencias de género en el deterioro funcional y cognitivo de los ancianos no institucionalizados 459
María Rosario Román-Gálvez, Ana Isabel Molina-Medina, y Candelaria Arco-Arenas

CAPÍTULO 64

- Actualizaciones terapéuticas y cuidados integrales en pacientes con demencia fronto-temporal..... 467
Juan Alberto Puyana Domínguez, Mercedes Calleja Urbano, y Vanesa Guijarro Delgado

CAPÍTULO 65

- ¿Se pueden prevenir las demencias?..... 473
Irene Hita García, Jesús García Redondo, y Yolanda Cánovas Padilla

CAPÍTULO 66

- Nuestra intervención sobre la detección del anciano renal frágil y su deterioro cognitivo para la mejora de su salud..... 479
Isabel M^a Pérez Guirado, Francisca Miralles Martínez, y Manuel David Sánchez Martos

CAPÍTULO 67

- Etiología y tratamientos de la enfermedad de Alzheimer, una patología en auge 487
Alberto Sánchez Mellado, Luisa María López Trinidad, y Catalina Liria Haro

CAPÍTULO 68

- Importancia del ejercicio físico en el envejecimiento cognitivo..... 495
Carmen M^a Pérez Cano, Magdalena Bacas Ruíz, y Rocío Casares Miranda

<i>CAPÍTULO 69</i>	
Demencia en ancianos e institucionalización.....	501
Cándida Martínez Ferrón, Ángeles Bonilla Maturana, Montserrat Gabín Benete, y Guillermina Acién Valdivia	
<i>CAPÍTULO 70</i>	
Tratamiento en la enfermedad de Alzheimer	507
Manuel Payán Ortiz, José Manuel Romero León, Cintia Martínez Mateu, Paloma Victoria Hidalgo Pérez, y Purificación Sánchez López	
<i>CAPÍTULO 71</i>	
Conviviendo con un anciano con demencia.....	513
Ángeles Bonilla Maturana, Montserrat Gabín Benete, Guillermina Acién Valdivia, y Cándida Martínez Ferrón	
<i>CAPÍTULO 72</i>	
Trabajo terapéutico asistido con perros en personas afectadas con enfermedad de Alzheimer	521
Arantzazu Sánchez Fernández, Julia María Liria Fernández, y Pedro Javier Guijarro García	
<i>CAPÍTULO 73</i>	
Práctica asistencial de enfermería en pacientes con demencias	527
M ^a Isabel Serrano Carrillo, Inmaculada Godoy Gómez, y M ^a Inmaculada Romero Quirantes	
<i>CAPÍTULO 74</i>	
Enfermedad de Alzheimer: síntomas, diagnóstico y biomarcadores	535
Purificación Sánchez López, Manuel Payán Ortiz, José Manuel Romero León, Cintia Martínez Mateu y Paloma Victoria Hidalgo Pérez	

**ASPECTOS RELACIONADOS CON LA PERSONALIDAD EN EL
ENVEJECIMIENTO**

<i>CAPÍTULO 75</i>	
Violencia de género en mujeres mayores	543
Berta García López, Carmen Tamara González Fernández, Isabel María Fernández Medina, y Rocío González Bolívar	

<i>CAPÍTULO 76</i>	
Repercusión de la soledad en el anciano	547
Lidia García Ruiz, Alda Aguilera Gázquez, y Cristina Hernández Guerrero	
<i>CAPÍTULO 77</i>	
Depresión e insomnio en el paciente oncológico.....	553
Dulcenombre Morcillo Mendoza, Francisco Javier Lozano Martínez, y Juana Morcillo García	
<i>CAPÍTULO 78</i>	
La motivación en la edad adulta: Influencia en el desarrollo de las competencias del paciente en la terapia ocupacional y fisioterapia	559
Marta María Moya Lara, Inmaculada Quiralte Jiménez, y Rosa Gema Muñoz Muñoz	
<i>CAPÍTULO 79</i>	
Consecuencias en la salud de las personas ancianas que sufren malos tratos en el hogar	565
Concepción Aroca-Montolío, Concepción Ros Ros, y Jacobo Sánchez López	
<i>CAPÍTULO 80</i>	
Manejo de las adicciones en el adulto mayor desde la Atención Primaria de salud	573
M ^a Luisa Ballesta Fernández, Minerva Hernández Sánchez, Patricia Pastor Muñoz, y Noemí Gil Fernández	
<i>CAPÍTULO 81</i>	
Depresión y envejecimiento	577
Esther Lerma Ortega, Inmaculada Moreno Almagro, y Diana Manzanares Romero	
<i>CAPÍTULO 82</i>	
Actitudes de los estudiantes del máster de gerontología social ante la depresión del anciano.....	583
María Blanca Echeverría Morrás y Yolanda Marcén Román	
<i>CAPÍTULO 83</i>	
Síndrome Confusional Agudo asociado al ingreso hospitalario y cómo paliarlo	591
María Isabel Monreal Velázquez, María del Mar Chumilla Temprano, y Elena Martín Quirantes	
<i>CAPÍTULO 84</i>	
Cuidados del paciente anciano en unidades agudas de psiquiatría	597
José Francisco Pavón Calvin, Antonio Gutiérrez Aguilar, y M ^a Carmen Puertollano García	

<i>CAPÍTULO 85</i>	
La depresión en el anciano.....	605
Catalina María Egea Parra, Begoña Lorenzo Guerrero, y María del Carmen Heredia Mayordomo	
<i>CAPÍTULO 86</i>	
Artritis reumatoide: El significado que una paciente le da a su enfermedad	611
Dionisa Casquet Román, María del Mar Acosta Amorós, Jesús Mateo Segura, Carmen Alicia Granero Sánchez, Raquel Arquero Jerónimo, y Ana Belén Soto Quiles	
<i>CAPÍTULO 87</i>	
La soledad del anciano de nacionalidad inglesa	617
Raquel Arquero Jerónimo, Jesús Mateo Segura, Dionisia Casquet Román, María del Mar Acosta Amorós, Ana Belén Soto Quiles, y Carmen Alicia Granero Sánchez	
<i>CAPÍTULO 88</i>	
¿Cómo influye la insuficiencia renal crónica en el estado anímico de los pacientes? ...	623
Rocío González Bolívar, Isabel María Fernández Medina, Carmen Tamara González Fernández, y Berta García López	
<i>CAPÍTULO 89</i>	
Apoyo social percibido y bienestar del adulto mayor	629
Cinthya Patricia Ibarra González y Manuel Lillo Crespo	
<i>CAPÍTULO 90</i>	
La depresión geriátrica y sus peculiaridades.....	635
M ^a Rosa Sánchez-Waisen Hernández, Consuelo Ibáñez Allera, Diego Ramón Dueñas Alcalá, y Francisco Javier Zamora Rodríguez	
<i>CAPÍTULO 91</i>	
Suicidio en ancianos	643
Verónica Milagros Ramos Parra, Ana Isabel Lozano Zorrilla, y Paula del Carmen Espinoza Serrano	
<i>CAPÍTULO 92</i>	
Trastornos cognoscitivos asociados a la edad. Pseudodemencia depresiva en paciente anciano.....	651
Silvia Sánchez Radío	
<i>CAPÍTULO 93</i>	
Síndrome Confusional Agudo en un paciente anciano tratado con moxifloxacino: Notificación de un caso y revisión de la literatura	659
Pablo García López, Emilia Arana Asensio, Francisco García del Pozo, y M ^a Esperanza del Pozo Gavilán	

<i>CAPÍTULO 94</i>	
Los trastornos de conducta alimentaria en mujeres mayores.....	667
Lydia Sánchez Prieto, Carmen Orte Socias y Margarita Vives Barceló	
<i>CAPÍTULO 95</i>	
La realidad del maltrato familiar a personas mayores	675
Rosario Castilla Mora y María de las Olas Palma García	
<i>CAPÍTULO 96</i>	
Tratamiento de enfermería ante el Síndrome Confusional Agudo: Pacientes y cuidadores.....	683
Cristina Hernández Guerrero, Alda Aguilera Gázquez, y Lidia García Ruiz	
<i>CAPÍTULO 97</i>	
Las fobias y los miedos en la edad avanzada.....	689
Alda Aguilera Gázquez, Cristina Hernández Guerrero, y Lidia García Ruiz	
<i>CAPÍTULO 98</i>	
Profesionales y diversidad cultural: La población gitana local.....	695
Antonia Pérez-Lázaro y Ana María Núñez-Negrillo	
<i>CAPÍTULO 99</i>	
Trastornos del sueño en el envejecimiento: Valoración y tratamiento del insomnio por enfermería.....	705
Juan Carlos Benítez González, M ^a Pilar Tierra Burguillo y Zahira Villa Campos	
<i>CAPÍTULO 100</i>	
El sueño en el anciano. Propuesta de mejora.....	711
Adelaida Reyes Leiva, Alicia Manchón Mateos, y Carmen María Martínez Álvarez	
<i>CAPÍTULO 101</i>	
Psiquiatría forense en el anciano	717
Diego Ramón Dueñas Alcalá, Consuelo Ibáñez Allera, y María Rosa Sánchez-Waisen Hernández	
<i>CAPÍTULO 102</i>	
Maltrato a los mayores en el medio familiar	723
Luisa María López Trinidad, Alberto Sánchez Mellado y Catalina Liria Haro	

CAPÍTULO 51

Estimulación cognitiva: una revisión sistemática en dos bases de datos de la producción literaria en español de los últimos cinco años

M^a del Carmen Pérez Fuentes, José Jesús Gázquez Linares, Francisco Soler Flores, M^a del Mar Molero Jurado, Isabel Mercader Rubio y Andrea Núñez Niebla
Universidad de Almería (España)

En las últimas décadas, el incremento de la esperanza de vida ha producido un aumento del número de personas mayores en la sociedad (Erickson y Kramer, 2009). Concretamente en España, el envejecimiento de la población es cada vez más apremiante (López-Pousa, 2002), convirtiendo a ello en centro de la atención de muchos investigadores (Rodríguez-Rodríguez, Rodríguez-Mañas, Sancho-Casttiello y Díaz-Martín, 2012). No obstante, pese a ser la mayor longevidad un éxito social, el hecho de envejecer lleva asociados una serie de cambios a nivel funcional en las dimensiones física (Gramunt, 2010), perceptivo-motriz (Ribeiro y Oliveira, 2007) y cognitiva (Sorel y Pennequin, 2008), y en general, sobre la calidad de vida (Mander *et al.*, 2013). Este deterioro físico y cognitivo se ve acuciado, entre otros aspectos, por la disminución paulatina de tareas y papel activo dentro de la sociedad (Valencia *et al.*, 2008), el estrés, la alimentación, etc. (Park y Reuter-Lorenz, 2009). Así, el deterioro cognitivo no está tanto en relación con la edad cronológica (Delaloye *et al.*, 2009), como con el descenso progresivo del uso de las funciones cognitivas (Richeson, Boyne y Brady, 2007).

Por otro lado, pese a que el cerebro con los años también envejece, sigue presentando plasticidad (May, 2011), lo cual ofrece la oportunidad de adquirir nuevos aprendizajes, incluso, aunque de forma más limitada, en casos de Alzheimer leve y moderado (Calero, 2000); por lo que es posible contrarrestar su deterioro (Rowe y Kahn, 1997); especialmente cuando se une esta neuroplasticidad a ambientes enriquecidos (McFadden y Basting, 2010; Redolat y Mesa-Gresa, 2012). Hecho que se debe, a la capacidad de regeneración de las neuronas lesionadas (Goldman, 1995), excepto en casos de demencia grave donde es muy señalada la pérdida neuronal y de conexiones (Kass, 1995). En definitiva, parece quedar claro que el aprendizaje en la vejez, además de ser una realidad, aporta un gran beneficio a los mayores (Fernández-Ballesteros, Zamarrón, Tárraga, Moya e Íñiguez, 2003).

En el panorama científico, el deterioro cognitivo que se produce con el envejecimiento está impulsando el desarrollo de intervenciones tanto farmacológicas como no farmacológicas (Reiman *et al.*, 2011). En este sentido, la intervención cognitiva sistematizada se postula como un gran aliciente frente al declive de la función cerebral (Richeson, Boyne y Brady, 2007). En concreto, la estimulación cognitiva se sitúa como la terapia no farmacológica que mayor respaldo recibe por parte del ámbito científico, para su uso, especialmente en el envejecimiento normal y en el deterioro cognitivo leve (Martin, Clare, Altgassen, Cameron y Zehnder, 2011). El objetivo principal de la estimulación cognitiva es prevenir la dependencia (Valdés, 2005), o dicho de otra forma, alargar al máximo la autonomía del sujeto, su capacidad motora y de razonamiento, así como sus relaciones interpersonales (Puig, 2001). En general, ofrecer un envejecimiento de forma activa y saludable (Tardif y Simard, 2011); a partir de diversas actividades, unas más sencillas y otras más amplias, de entrenamiento de los procesos cognitivos (Pang y Hannan, 2012). Concretamente en las demencias, se sitúa, a la estimulación cognitiva directamente con el Alzheimer debido a su capacidad para la prevención del beta-amiloide en edades avanzadas (Landau *et al.*, 2012) y disminución de las alteraciones de conducta (Olazarán *et al.*, 2004). De hecho, numerosos programas han sido elaborados específicamente para el tratamiento de esta enfermedad (Lobo, Saz, Marcos y Morales, 1992).

- Rosen, W.G., Mohs, R.C. y Davis, K.L. (1984). A new rating scale for Alzheimer's disease. *The American Journal of Psychiatry*, 141(11), 1356-1364.
- Rowe, J.W. y Kahn, R.L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433-440. doi: 10.1093/geront/37.4.433.
- Ruiz-Sánchez de León, J.M. (2012). Estimulación cognitiva en el envejecimiento sano, el deterioro cognitivo leve y las demencias: estrategias de intervención y consideraciones teóricas para la práctica clínica. *Revista de Logopedia, Foniatría y Audiología*, 32(2), 57-66. doi: 10.1016/j.rlfa.2012.02.002.
- Sicilia, A. (1999) El diario personal del alumnado como técnica de investigación en Educación Física. *Apunts*, (58), 25-33.
- Sohlberg, M.M. y Mateer, C.A. (2001). *Cognitive rehabilitation: An integrative neuropsychological approach*. New York: Guilford Press.
- Sorel, O. y Pennequin, V. (2008). Aging of the planning process: The role of executive functioning. *Brain and Cognition*, 66(2), 196-201.
- Tardif, S. y Simard, M. (2011). Cognitive Stimulation Programs in Healthy Elderly: A Review. *International Journal of Alzheimer's Disease*, 2011, 1-13.
- Tárraga, L., Boada, M., Modinos, G., Badenas, S., Espinosa, A., Diego, S., Morera, A., Guitart, M., Balcells, J., López, O.L., y Becker, J.T. (2006). A randomized pilot study to assess the efficacy of Smartbrain®, an interactive, multimedia tool of cognitive stimulation in Alzheimer's disease. *Journal of Neurology, Neurosurgery, and Psychiatry*, 77(10), 1116-1121. doi: 10.1136/jnnp.2005.086074.
- Teri, L., Logsdon, R.G., Uomoto, J. y McCurry, S.M. (1997). Behavioral treatment of depression in dementia patients: a controlled clinical trial. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 52(4), 159-166.
- Thompson, G. y Foth, D. (2005). Cognitive-training programs for older adults: what are they and can they enhance mental fitness? *Educational Gerontology*, 31(8), 603-626. doi: 10.1080/03601270591003364.
- Tiernes, C. (2011). El trabajo social y la educación social como pilares básicos para la atención y estimulación cognitiva de nuestras personas mayores. *Pedagogía i Treball Social*, 1(2), 48-64.
- Valdés, C.A. (2005). Memoria y envejecimiento: programas de estimulación. *Geriatría: Revista iberoamericana de geriatría y gerontología*, 21(1), 22-30.
- Valencia, C., López-Alzate, E., Tirado, V., Zea-Herrera, M.D., Lopera, R., Rupprecht, R. y Oswald, W.D. (2008). Efectos cognitivos de un entrenamiento combinado de memoria y psicomotricidad en adultos mayores. *Revista de Neurología*, 46(8), 465-471.
- Wechsler, D. (1999). *WAIS-III. Escala de Inteligencia de Wechsler para adultos-III*. Madrid: TEA
- Zarit, S.H., Zarit, J.M., y Reever, K.E. (1982). Memory training for severe memory loss: Effects on senile dementia patients and their families. *Gerontologist*, 22(4), 373-377.