

## Artículo original

### **Análisis de la estimulación física y psicológica como contribución a un envejecimiento exitoso**

### **Analysis of the physical and psychological stimulation as contribution to a successful aging**

Salvador Pérez Abreu,<sup>1</sup> Celicida Milán Rojas Rodríguez,<sup>2</sup> Mirelys Olmo Quiñones,<sup>3</sup> Jesús Cuéllar Álvarez<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Lic. en Psicología Ms.C en Psicopedagogía.

<sup>2</sup>Lic. en Psicología.

<sup>3</sup>Lic. en Enfermería.

Departamento de Psicología. Policlínico “José Ramón León Acosta”, Santa Clara, Cuba. Correo: [jesusca@infomed.sld.cu](mailto:jesusca@infomed.sld.cu)

**Editorial: Calle G y 27, Municipio Plaza de la Revolución, La Habana, Cuba**

**CP: 10400 Correo: [geroinfo@infomed.sld.cu](mailto:geroinfo@infomed.sld.cu)**

Centro de Investigaciones sobre: “Envejecimiento, Longevidad y Salud”

## RESUMEN

**Objetivo:** analizar la estimulación física y psicológica para contribuir a un envejecimiento exitoso en el policlínico “José Ramón León Acosta” de Santa Clara.

**Método:** se realizó la investigación en los servicios de rehabilitación sobre la base de un estudio descriptivo, transversal con enfoque cuantitativo. El universo estuvo constituido por 50 pacientes; la muestra se conformó al azar con 31 pacientes encuestados entre septiembre de 2017 y marzo 2018.

**Resultados:** predominaron deterioros en su nivel de funcionamiento físico y psicológico, el sexo femenino del grupo de 60-80 años de edad. Los factores funcionales analizados se comportaron de manera regular. La mayor parte de los pacientes se encontraban satisfechos con relación a la estimulación física y psicológica, pues lograron avances en sus niveles de funcionamiento.

**Conclusión:** el análisis de la estimulación física y psicológica resulta medianamente

positiva en los pacientes geriátricos estudiados cuando se valoran los procesos psíquicos así como el funcionamiento físico.

**Palabras clave:** adulto mayor; evaluación psicológica; rehabilitación física y cognitiva.

## **ABSTRACT**

**Objective:** to analyze the physical and psychological stimulation to contribute to a successful aging of the policlinic José Ramón León Acosta of Santa Clara.

**Methods:** was carried out the investigation in the rehabilitation services on the base of a descriptive study, traverse with quantitative focus. The universe was constituted by 50 patients; the sample conformed to at random with 31 patients interviewed between September of 2017 and March 2018.

**Results:** deteriorations prevailed in their level of physical and psychological operation, in the feminine sex of the 60-80-year-old group. The analyzed functional factors behaved in a regular way. Most of the patients were satisfied with relationship to the physical and psychological stimulation, because they achieved advances in their operation levels.

**Conclusion:** The analysis of the physical and psychological stimulation is positive in the patient studied when the psychic processes are valued as well as the physical function.

**Keywords:** elderly; psychological evaluation; successful aging; physical rehabilitation and cognitive.

## **INTRODUCCIÓN**

El adulto mayor en Cuba ocupa más del 20 %, y se espera que para el año 2025, uno de cada cuatro cubanos sea adulto mayor. De esta población sólo el uno por ciento se encuentra en instituciones, el 9 % vive solo y el resto convive con familiares, de ahí que Villa Clara sea una de la provincia más envejecida de Cuba.<sup>1</sup>

La llamada tercera edad, también conocida con los términos de vejez, adultez mayor o tardía, ha sido abordada en la literatura de manera aislada o como fase de involución y no como una auténtica etapa del desarrollo humano. Se ubica alrededor de los sesenta años, asociada al evento de la jubilación laboral.<sup>2</sup>

La evaluación psicológica se realiza con el objetivo de pesquisar alteraciones cognitivas, y afectivas que repercutan o limiten la funcionabilidad del adulto mayor. Esta evaluación de los aspectos cognitivos y afectivos se realiza con la escala psicoafectiva y el Mini mental test desde el inicio del diagnóstico.<sup>3</sup>

La rehabilitación física y cognitiva tiene como fin último la recuperación de funciones, de modo tal que el paciente pueda hacer frente a las demandas cotidianas con un mínimo de eficiencia.<sup>4</sup>

La rehabilitación física y cognitiva consiste en restituir la función afectada por medio de intervenciones específicas, que obedecen a un plan previamente establecido sobre la base de las características clínicas del paciente en cuestión.<sup>5-7</sup>

En Cuba se llevan a cabo acciones, con el propósito de contribuir a elevar el bienestar físico y psicológico en los adultos mayores con deficiencias cognitivas en el nivel de funcionamiento, mediante actividades de promoción, prevención, y rehabilitación física y cognitiva, lo que contribuye a la inserción del individuo a la sociedad y, con ello, a cumplir con sus expectativas de vida saludable y exitosa ante las actividades de la vida diaria.

En Cuba y en la provincia de Villa Clara debido al conocido aumento demográfico y el alto grado de envejecimiento poblacional, no se tienen amplias referencias de investigaciones con relación al estudio en adultos mayores, que midan la repercusión biopsicosocial de la estimulación física y psicológica en la población envejecida; sin

embargo, existen datos estadísticos de que se han atendido y se le ofrece seguimiento y tratamiento especial en estos momentos al bienestar psicológico geriátrico, precisamente en estos últimos cinco años, alrededor de más de 60 pacientes han recibido los beneficios de este tratamiento; y esto motivó la necesidad de accionar, como línea científica de trabajo, estudios relacionados con esta temática, que plantearan como objetivo analizar la estimulación física y psicológica para contribuir a un envejecimiento exitoso en el policlínico “José Ramón León Acosta” de Santa Clara.

## **MÉTODO**

La investigación se realizó en el servicio de rehabilitación mediante un estudio descriptivo, transversal con enfoque cuantitativo, en pacientes adultos mayores pertenecientes al policlínico “José Ramón León Acosta” de Santa Clara, de septiembre de 2017 a marzo de 2018. El universo lo integraron 50 pacientes, de los que se seleccionó una muestra al azar, que quedó conformada por 31 pacientes. Se consideraron para su selección los siguientes como criterios:

Criterios de inclusión:

- Pacientes con déficit en su nivel de funcionamiento físico y psicológico.
- Pacientes adultos mayores de entre 60 a 80 años de edad con voluntariedad para participar en la investigación.

Criterios de exclusión:

- Pacientes con antecedentes psiquiátricos.
- Pacientes que emigren de su lugar de residencia durante el estudio.

## **Recogida de la información**

Para la realización de la investigación se utilizaron como técnicas la revisión documental que incluyó las historias clínicas individuales.

Para la recolección de la información, se diseñó un formulario con las variables que se iban a investigar, que incluyó variables sociodemográficas como edad, sexo otras tales

como la etiología deterioro físico y psicológico para su nivel de funcionamiento, para lo que nos auxiliamos de las historias clínicas de los pacientes seleccionados. Se realizó, además, la entrevista estructurada previo consentimiento informado, para determinar el cumplimiento de los indicadores funcionales de la estimulación física y psicológica que permitió la evaluación psicológica y se utilizó la escala psicoafectiva, formulario de funcionamiento psicológico y la escala *Yessavage*.<sup>8</sup>

## Procesamiento Estadístico

Se aplicaron técnicas de estadística descriptiva para la obtención de frecuencias absolutas y porcentajes. De la estadística inferencial, se empleó la prueba no paramétrica de Ji cuadrado ( $X^2$ ) para determinar la asociación entre las variables de interés. Se trabajó con una confiabilidad del 95 %, donde:

No significativos ( $p > 0,05$ ), significativos ( $p \leq 0,05$ ) y muy significativos ( $p \leq 0,01$ ).

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

**Tabla 1.** Análisis entre afectividad y depresión geriátrica.

Edades	No.pacientes	Afectividad %	No.paciente	Depresión %
60-70	17	81	7	70
70-75	9	4,8	3	30
75-80	5	14,3	0	0
Totales	31	67,7	10	32,3

**Fuente:** Escala psicoafectiva y yessavage.

Predominó el sexo femenino (17 pacientes) que representaron el 54,8 % y el grupo de 60 a 80 años (49,6 %). La causa cognitiva fue más frecuente, y de estas, la memoria, la comprensión y la afectación viso espacial.

En la Tabla 1 se describe el análisis de la edad geriátrica con la afectividad y la depresión desde el punto de vista psicológico en los pacientes atendidos; los resultados en la psicoafectividad en aquellos pacientes femeninos fueron mucho mejores, para un 81,0 % (17 pacientes) que para los masculinos. ( $X^2 = 4,878$   $p= 0,087$ ). Con la depresión según la escala *Yessavage*, se estableció para la edad masculina el indicador cuantitativo para un 70,0 %.

**Tabla 2.** Factores funcionales.

Factores funcionales	Adecuados	Medianamente adecuados	Inadecuados	Total
Cantidad	17	9	5	31
Porcentaje	54,8	29,0	16,1	100,0

Fuente: Formulario aplicado a pacientes.

Para analizar los niveles de funcionales, se aplicó el Test de funcionamiento, para corroborar el nivel de funcionabilidad, para lo cual se agruparon y resultaron adecuados en el 54,8 % equivalente a 17 pacientes. De ahí que sólo el 29,0 % representa un funcionamiento mediano ante las actividades cotidianas.

El grupo de estudios lo conformaron 31 adultos mayores de ellos 17 mujeres y 14 hombres comprendidos entre 60 a 80 años. Actualmente son solteros 10 y viudas existen 12 sin apoyo familiar, para un nivel de funcionamiento II y casados 7. Con relación a la escolarización 14 lograron el sexto grado y 17 de ellos el noveno.

Según los diversos niveles de funcionamiento psicológico que se pudo identificar a partir de los resultados anteriores los pacientes con trastornos cognitivos acompañados

de dependencia evidencian alteración afectiva, siendo un adulto mayor que no posee validismo por sí mismo de ahí como establece la literatura se corresponde con los resultados obtenidos en la investigación y de esta forma se comprende dentro de un nivel I inadecuado de funcionamiento psicológico.<sup>9</sup>

Según estudios acorde a la temática en Cuba se identificó el nivel II donde entran los pacientes geriátricos que poseen fragilidad psicológica respuesta que también avala los resultados alcanzados en el estudio que, aunque algunos puedan poseer alteraciones cognitivas todavía no evidencian dependencia funcional, ya que, aunque padecen de enfermedades crónicas se encuentran comprendidos en el nivel II para su funcionamiento psicológico.<sup>10</sup>

En tal sentido otro estudio realizado en Cuba concuerda con los resultados del presente estudio cuando establece que para el nivel III los adultos mayores poseen un adecuado nivel de funcionamiento, que, aunque padezcan de enfermedades crónicas están compensados y se manifiesta ausencia de complicaciones, los que no poseen limitaciones ante las actividades diarias e instrumentales y están en condiciones de retornar al medio familiar sin problemas funcionales.<sup>11,12</sup>

En otros estudios revisados concuerdan en la importancia de esta metodología para concretar un envejecimiento exitoso en esta etapa, y cuán importante son estas intervenciones.<sup>13-17</sup>

## **CONCLUSIONES**

Los pacientes mayores que asisten al Centro de Rehabilitación del policlínico “José Ramón León Acosta” de Santa Clara al ser analizados a partir de las variables estudiadas se evidencia que del análisis de la estimulación física y psicológica resultan adecuados para más de la mitad de los casos estudiados, lo cual refleja que el ejercicio tanto físico como psíquico permite de forma grupal potenciar habilidades funcionales

para la ejecución de actividades en la vida diaria, de ahí que en el análisis de la edad con relación a la afectividad y la depresión se logra un análisis comprensivo desde la óptica que el estímulo físico y psicológico de manera sistemática, dinámica y continua contribuye a disminuir estados afectivos depresivos y ayuda a equilibrar la falta de carencia afectiva desde el propio contexto en que se encuentran insertados los adultos mayores.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Álvarez, R. Evolución del envejecimiento en la población cubana. Temas de M. G. I. Editorial Ciencias Médicas, Volumen I, 167-168. 2013. Disponible en: <http://files.sld.cu/gericuba/files/2018/01/Tabaquismo.pdf>.
2. Orosa, T. La tercera edad y la familia. Editorial Félix Varela. La Habana. 2012. Disponible en: <https://studyres.es/doc/3457371/versi%C3%B3n-para-imprimir---convenci%C3%B3n-internacional-virtual-de-Ciencias-Morfológicas>.
3. Barcelona: Luria, A. R. Fundamentos de Neuropsicología Fontanella.1973. Disponible en: <https://books.google.com.cu/books?isbn=8497882830>.
4. Vigotsky, L. S. Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores. La Habana, Ed. Científico Técnica. 1985. Disponible en: [https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/289941/mod\\_folder/.../Tomo%203.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/289941/mod_folder/.../Tomo%203.pdf).
5. Cuetos, F. Neuropsicología cognitiva del lenguaje. En: De Vega, M., Cuetos, F., eds. Psicolingüística del español. Madrid: Trota, p. 535- 69. 2013. Disponible en: <https://www.uv.es/gotor/psicologos/programa.html>.
6. Luria, A.R. Las funciones corticales superiores en el hombre. La Habana: Editorial Científico-Técnica. Junqué C y Barroso J (2009). Manual de Neuropsicología. Madrid. Síntesis Psicología. 1982. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=141131696002>.
7. Buendía, J. Gerontología y salud. Perspectivas actuales. Madrid. Biblioteca nueva. 2012. Disponible en: <https://www.agapea.com/.../Gerontologia-y-salud-Perspectivas-actuales-97884703041>.

8. Yessavage, J. A; Brink, T. L; Rose, T. L; Cols.o.Development and validation of a geriatric depression screening scale:Apreliminary report. J.Psychiatr. Res. 17: 37-49. 2013. Disponible en: [https://www.researchgate.net/.../240845786Version española del cuestionario de yessavage](https://www.researchgate.net/.../240845786Version_española_del_cuestionario_de_yessavage).
9. Madruga, F. Castellote FJ, Serrano F, Pizarro A, Luengo C, Jimenez EF. Índice de Katz y escala de Barthel como indicadores de respuesta funcional en el anciano. Rev Esp Geriatr Gerontol, 2013; 27(8): 130. Disponible en: <http://psicologialibroystest.blogspot.com/2014/01/test-katz-indice-de-katz-de-actividades.html>.
10. Hernández P, Benítez MA, Barreto J, Rodríguez H, Torres A, Marco T. Despistaje en el anciano de dependencia funcional y riesgo de institucionalización. Aten Primaria, 2014; 10(8): 140. Disponible en: <http://psicologialibroystest.blogspot.com/2014/01/test-katz-indice-de-katz-de-actividades>.
11. Valderrama E, Pérez del Molino J. Una visión crítica de las escalas de valoración funcional traducidas al castellano. Rev Esp Geriatr Gerontol, 2014; 32(5): 297-306. Disponible en: [http://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-calidad de los instrumentos de valoración funcional en geriatria](http://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-calidad-de-los-instrumentos-de-valoración-funcional-en-geriatria).
12. Salva A, Vellar B, Albareda JC. Evaluación gerontológica. Primeros resultados de una unidad de evaluación geriátrica. Rev Gerontol, 2013; 4: 174-9. Disponible en: <http://psicologialibroystest.blogspot.com/2014/01/test-katz-indice-de-katz-de-actividades.html>.
13. Castillo, Mónica Archilla, José Carlos Rodríguez Ruiz, and María Isabel Archilla Castillo. "Mejora de las capacidades cognitivas en personas mayores." Salud y cuidados durante el desarrollo 2017.145.
14. Pérez, José Antonio Labra, and Julio Menor. "Estimulación cotidiana y funcionamiento cognitivo: la importancia de la participación de personas mayores sanas en actividades cotidianas cognitivamente demandantes." European Journal of investigation in health, psychology and education 2015; (4).3: 309-319.
15. Izal, María, Ana Bellot, and Ignacio Montorio. "Positive perception of time and its association with successful ageing/Percepción positiva del tiempo y su relación con el envejecimiento exitoso." Estudios de Psicología 2018;(1)-38.

16. Calero, María-Dolores, and Elena Navarro. "Variables that favour successful ageing/Variables que favorecen un envejecimiento exitoso." *Estudios de Psicología* 2018; (39) .2-3 207-224.

17. Abanto JJ, Martínez T. La ayuda a domicilio en Zaragoza: Valoración cualitativa y cuantitativa. *Rev Esp Geriatr Geronto.*, 2013; 26: 197-202. Disponible en: <http://psicologialibrosytest.blogspot.com/2014/01/test-katz-indice-de-katz-de-actividades.html>.