

Abordaje integral en personas mayores con Alzheimer y sus cuidadores, desde un enfoque centrado en la persona

Elaine Hernández Ulloa

Ante los desafíos que impone el cambio demográfico actual debido a la baja fecundidad y altos índices de envejecimiento poblacional, resulta preciso orientar las políticas públicas desde el concepto de vulnerabilidad y la perspectiva de los derechos humanos en las personas mayores, poniendo en práctica políticas sociales y de salud que incluyan enfoques integrales para este grupo poblacional, especialmente para aquellos que sufren situaciones de dependencia. El presente texto intenta exponer algunos elementos del tratamiento geronto-geriátrico y el diseño de estrategias de intervención psicosocial centrado en las personas mayores dependientes y sus cuidadores desde la experiencia profesional de la autora.

Según el reporte de la Asociación Internacional de la Enfermedad de Alzheimer en 2021, más de 55 millones de personas viven con demencia en el mundo; la prevalencia en América Latina y el Caribe ocurre entre 6,0 y 6,5 por cada 100 adultos(as) de 60 años y más, en Cuba ocurre entre el 6 y el 10%, cifras que han motivado a brindar especial atención a este grupo vulnerable en todos los niveles del Sistema Nacional de Salud, aunque existen brechas donde aún se puede avanzar (Gauthier et al, 2021; Llibre et al, 2017).

Esta realidad establece un reto permanente para quienes trabajamos la temática, pues se precisan abordajes integrales y efectivos no solo para el diagnóstico sino también para la intervención, optimizando la capacidad intrínseca y funcional de la persona mayor, con mejoras en la calidad de vida de enfermos, cuidadores y familiares.

Según Caballero Astudillo M (2017), la aproximación debe partir desde el reconocimiento y el valor intrínseco que todas las personas mayores tienen independientemente de la(s) dolencia(s) que padezcan, fomentando la dignidad, buscando las articulaciones y sinergias necesarias que permitan una real integración e inclusión de estas personas en la sociedad, en los distintos espacios y contextos de desarrollo nacional y territorial.

Cuba se encuentra entre los 29 países de un grupo de 190 que han elaborado planes de acción para enfrentar la demencia. En el año 2014 se elaboró la *Estrategia para la enfermedad de Alzheimer y el síndrome demencial* en el país cuyo plan de acción se ha venido actualizando periódicamente y se implementa como parte del Programa de Atención al Adulto Mayor (Bosch et al, 2019).

Esta estrategia nacional incluyó la creación en 2019 de un centro en el que convergen la atención, la investigación y la formación de recursos humanos especializados en los trastornos cognitivos y las demencias. Bajo la dirección del Centro de Investigaciones sobre Longevidad, Envejecimiento y Salud (CITED), el centro intenta poner en práctica el enfoque de atención integral centrado en la persona.

Dicho modelo de atención establece que las personas mayores son más que el conjunto de sus trastornos o enfermedades; todos los individuos, sea cual sea su edad tienen experiencias, necesidades y preferencias particulares. Aborda además las necesidades de salud y asistencia social de la persona en lugar de concentrarse en trastornos o síntomas aislados. Este enfoque también tiene en cuenta el contexto de la vida cotidiana de la persona, incluida la repercusión de su salud y sus necesidades sobre los allegados (familias y cuidadores) y sobre la comunidad (Organización Mundial de la Salud, 2017).

El modelo geronto-geriátrico centrado en la persona toma en consideración los planes personalizados de atención, entendidos desde la co-participación (persona usuaria, allegados y profesionales) y que componen la principal estrategia metodológica para garantizar el éxito de una atención individualizada. Reconoce la singularidad y promueve la autonomía creando entornos flexibles, facilitadores y proveedores de apoyos sin olvidar aspectos éticos, de individualidad y de proyectos de vida. En todo el proceso es ineludible conocer y respetar principios rectores como: dignidad, competencia, autonomía, participación, integralidad, individualidad, inclusión social, bienestar, independencia y continuidad en la atención.

El trabajo comunitario e interdisciplinario para el abordaje psicosocial debe incluir la díada persona mayor-cuidador(a), sin descuidar las características personales y tomando como punto de partida las necesidades sentidas de cada uno de ellos, con buenas prácticas de confidencialidad, respeto, buen trato y considerando a las personas como sujetos de derechos y deberes. De acuerdo con Martínez Rodríguez (2011), el contexto demanda nuevas formas de hacer que sintonicen con las preferencias de las personas y permitan que éstas, aun cuando necesiten ser cuidadas por otros o cuiden, sigan controlando sus propias vidas.

Promover la autonomía en el caso de las personas mayores con trastornos cognitivos depende de cada tarea o situación, la mayoría de ellos pueden y deben seguir decidiendo sobre muchas cuestiones cotidianas. Es preciso respetar las voluntades previamente expresadas, proporcionar seguridad y afecto, facilitar su propia realización personal, impulsar la independencia el mayor tiempo posible y minimizar el declive de la función cognitiva mediante hábitos generales más saludables con estimulación cognitiva y una mayor participación social, sin olvidar el tratamiento y control de otras enfermedades crónicas y otras afectaciones de la capacidad intrínseca como la audición y la locomoción.

Por su parte las personas cuidadoras precisan de orientación y apoyo para el cuidado, manejo de la enfermedad y adaptación a los progresivos cambios, además de ser escuchadas, comprendidas y apreciadas por sus esfuerzos, talentos y logros en el desempeño de su rol. El enfoque asistencialista donde la atención profesional está orientada hacia la identificación y solución urgente de los problemas que surgen a partir de la convivencia con los trastornos cognitivos o la demencia (manejo de estrés, sobrecarga, complicaciones de la enfermedad, síntomas psicológicos y conductuales, entre otros) debe imbricarse con aquellos enfoques centrados en los derechos y el respeto a la dignidad de las personas cuidadoras fortaleciendo los recursos y habilidades que estas poseen.

Sin dudas, muchos son los desafíos que conlleva la atención a las personas mayores en situación de dependencia y sus cuidadores, por tanto, los profesionales de la salud deben tener conocimientos especializados sobre el tema, siendo clave para el desarrollo e implementación de intervenciones racionales y basadas en la evidencia. Coincidiendo con Infante Pedreira (2008), no es en la interdisciplinariedad donde aparecen las dificultades, sino en la integración, por lo que no solo se requiere del reconocimiento declarado en el discurso sino de acciones, motivaciones y esfuerzos por parte de todos.

Referencias

Bosch Bayard, R.I., Fernández Seco, A., Llibre Rodríguez, J.J., Zayas Llerena, T., Hernández Ulloa, E., Rodríguez Blanco, A.L. (2019). Cuba implementa el Plan global de acción para la demencia aprobado por la Organización Mundial de la Salud 2017. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 18(3), 529-538. <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/2120>

Caballero Astudillo, M. (2017). Prólogo. En I. Fergusson y C. Rojas (Ed.), *Gerontología. Actualizaciones y Temas Emergentes*. Universidad Católica del Maule.

Gauthier, S., Rosa-Neto, P., Morais, JA /& Webster C. (2021). *World Alzheimer Report 2021: Journey through the diagnosis of dementia*. Alzheimer's Disease International.

Infante Pedreira, OE. (2008). *A 30 años de la conferencia de Alma Atá: perspectivas de la psicología de la salud en la APS en Cuba*. [Conferencia]. Congreso PSICOSALUD, La Habana, Cuba.

Llibre-Rodríguez, JJ., Valhuerdi-Cepero, A., López-Medina, AM., Noriega-Fernández, L., Porto-Álvarez, R., Guerra-Hernández, MA., Bosch-Bayard, RI., Zayas-Llerena, T., Hernandez-Ulloa, E., Rodríguez-Blanco, AL., Salazar-Pérez, E., Llibre-Guerra, JC., Llibre-Guerra, JJ /& Marcheco-Teruel, B. (2017). Cuba's Aging and Alzheimer Longitudinal Study. *MEDICC Review*, 19(1), 31-35.

Martínez, T. (2011). *La atención gerontológica centrada en la persona. Guía para la intervención profesional en los centros y servicios de atención a personas mayores en situación de fragilidad o dependencia*. Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco.

Organización Mundial de la Salud. (2017). *Atención integrada para personas mayores: directrices sobre intervenciones a nivel de la comunidad para gestionar pérdidas en la capacidad intrínseca*. Centro Internacional sobre el Envejecimiento.