

## La atención al Adulto mayor: un reto para la medicina contemporánea

### Senior Adult Care: A Challenge For Contemporary Medicine

MSc. Lic. Clara Roig Hechavarría, Msc. Dra. Elvia Ávila Fernández, Lic. Dania Mac Donal Bron, Dra. Beatriz Ávila Fernández

Policlínico Universitario "Pedro Díaz Coello", municipio Holguín, provincia Holguín, Cuba.

---

#### RESUMEN

**Introducción:** en Cuba, como parte del Programa de Atención al Adulto Mayor, la atención comunitaria desarrolla acciones encaminadas a la atención integral al anciano, con el fin de mantenerlos activos en el seno de la comunidad e integrarlos a esta. Para ello es imprescindible concebir esta etapa de la vida como un período de desarrollo y crecimiento, rico en experiencias y conocimientos, lo que se revertiría en acciones preventivas que contribuyan a que los ancianos lleven una vida más plena, sintiéndose útiles y satisfechos a pesar de su avanzada edad, con una percepción positiva de la vejez, responsabilidad que debe asumir el personal de la salud de su comunidad por mantener una estrecha relación con ellos.

**Objetivos:** caracterizar a la población geriátrica y, posteriormente, trabajar con ella en un proyecto comunitario.

**Métodos:** estudio observacional, descriptivo y transversal en el Consultorio 6 del Policlínico Pedro Díaz Coello durante los meses enero-febrero de 2013. Se integraron al estudio todos los pacientes mayores de 60 años, escogiéndose la muestra de forma aleatoria simple, teniendo en cuenta los criterios de exclusión. Para la caracterización se revisaron las historias clínicas individuales, se aplicó la Escala de Depresión Yesavage y el test para determinar deterioro cognitivo en el anciano, Mini Mental.

**Resultados:** predominaron los viejos jóvenes, funcionales con un mayor por ciento en el sexo femenino y sin deterioro cognitivo; la depresión estaba presente en la mayoría de ellos.

**Conclusiones:** predominaron los viejos jóvenes, funcionales y sin deterioro cognitivo, con un mayor por ciento en el sexo femenino, la depresión estuvo presente en la mayoría de ellos.

**Palabras clave:** población geriátrica; proyecto comunitario; depresión.

---

## ABSTRACT

**Introduction:** In Cuba, as part of the Care Program for the Elderly, community care develops actions to provide comprehensive care to the elderly, in order to keep them active within the community and integrate them in it. This requires designing this stage of life as a period of development and growth, rich in experience and knowledge, which would be reversed in preventive actions that help the elderly lead a fuller life, feeling useful and satisfied despite their advanced age, with a positive perception of old age. This responsibility must assume by the health personnel in their community by maintaining a close relationship with them.

**Objectives:** Characterize the geriatric population and then work with it in a community project.

**Methods:** An observational, descriptive study was carried out at Doctor's Office 6 in Pedro Diaz Coello Polyclinic from January to February 2013.

All patients older than 60 years joined the study. The sample was chosen at simple random, taking into account the exclusion criteria. Individual medical histories were reviewed to characterize the subjects in this study. Yesavage Depression Scale was applied as well as tests to determine cognitive impairment in the elderly.

**Results:** Old youth predominated, with greater functional percent in women without cognitive impairment; depression was present in most of them.

**Conclusions:** Old youth predominated, functional and without cognitive impairment, with a higher percent in women, depression was present in most of them.

**Keywords:** geriatric population; community project; depression.

---

## INTRODUCCIÓN

El envejecimiento de la población se considera uno de los logros más importantes de la humanidad, éste se produce de forma paulatina y en él intervienen la fecundidad, la mortalidad y las migraciones, variables que en acción combinada en el tiempo determinan el crecimiento y la estructura por edades de la población. Se ha definido, desde el punto de vista demográfico, como el aumento en la proporción de personas de edad avanzada con relación al resto de la población. Sin embargo, se ha considerado la importancia de definirlo también como la inversión de la pirámide de edades, debido a que el fenómeno no es solamente un aumento de la proporción de ancianos, sino también una disminución de la proporción de niños y jóvenes entre 0 y 14 años.<sup>1</sup>

Mientras que en el año 1950 era igual la proporción de las personas de la tercera edad en países desarrollados y en vías de desarrollo, ya en el 2000, 2 de cada 3 ancianos viven en zonas menos favorecidas económicamente. Se prevé que en los

---

próximos 10 a 15 años, (2015-2025), 8 de los 11 países más envejecidos del mundo serán países en vías de desarrollo.<sup>2</sup>

Según cálculos de las Naciones Unidas, hoy existen 600 millones de personas mayores de 60 años en el mundo, cifra que se duplicará para el 2025; se estima que para el 2050 se contará con más personas mayores de 60 años que con niños menores de 15 años. Este mismo comportamiento se evidenciará en todos los países de la región.<sup>3</sup>

De acuerdo a estimaciones de la División de Población de las Naciones Unidas, Barbados y Cuba serán los países más envejecidos de América Latina y el Caribe en la perspectiva inmediata. Según los indicadores de salud del Anuario estadístico de salud de 2012, el porcentaje de adulto mayor con relación al año 2000 pasó de 12,9 a 18,3 %, lo que evidencia un incremento del 30 %.<sup>4</sup> En Holguín, el 17,8 % de la población es adulto mayor, comportándose nuestro policlínico de forma similar con un 17,4 % de su población geriátrica.

El proceso del envejecimiento a nivel mundial se produce de forma progresiva, por lo que se hace necesaria la toma de conciencia de este problema para asumir y resolver las necesidades personales y sociales que se derivan de ello.

Con el aumento de la expectativa de vida, son más las personas que logran arribar a esta etapa; sin embargo, no son pocos los que cuando lo hacen se quejan de las limitaciones que comienzan a experimentar. Es sabido que en el envejecimiento ocurren cambios morfológicos, psicológicos y funcionales, lo que requiere de un proceso de adaptación del individuo a los mismos.

La función fisiológica de muchos órganos y sistemas tiende a declinar con la edad, dependiendo siempre de la individualidad, de la información genética adquirida de sus progenitores y del estilo de vida desarrollado a lo largo de su vida. Por ello, evaluar el estado de salud en pacientes geriátricos resulta complejo, ya que implica medir la resultante de diversas variables de carácter biológico, psicológico y social.<sup>3</sup>

Actualmente son muchas las personas, organizaciones y países que se dedican al estudio de las características de la longevidad, porque no solo se quiere que las personas vivan más, sino que lo hagan en condiciones físicas, mentales y sociales adecuadas, que les permitan una funcionalidad acorde a las premisas de un envejecimiento satisfactorio.

En Cuba se implementa el Programa de Atención al Adulto Mayor, que en su subprograma de atención comunitaria desarrolla acciones encaminadas a la atención integral al anciano con el objetivo de mantenerlos activos en el seno de la comunidad e integrarlos a esta.

Para el desarrollo de este propósito es imprescindible concebir la etapa como un período de desarrollo y crecimiento, rico en experiencias y conocimientos, lo que se revertiría en acciones preventivas que contribuyan a que los ancianos lleven una vida más plena, sintiéndose útiles y satisfechos a pesar de su avanzada edad, con una percepción positiva de la vejez, responsabilidad que debe asumir el personal de la salud de su comunidad por mantener una estrecha relación con ellos. Es por ello que nos proponemos realizar la caracterización de los ancianos del consultorio del médico de la familia (CMF) No 6 de nuestro policlínico, como parte de un proyecto comunitario que desarrollamos, en el que se propone construir un Centro de orientación y recreación para la población geriátrica del consultorio, extensivo a toda el Área de Salud.

## MÉTODOS

Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal en el consultorio 6 del Policlínico "Pedro Díaz Coello", durante los meses febrero-marzo de 2013.

El universo estuvo constituido por 301 ancianos (la totalidad de los ancianos del consultorio), la muestra se escogió por sistema aleatorio simple, se excluyeron a los adultos mayores diagnosticados con demencia senil, o con enfermedad degenerativa, quedando conformada por 57 ancianos. No se pudieron explorar 4 de los ancianos por encontrarse fuera del Área. Para la obtención de los datos generales como edad, sexo y funcionalidad (resultados de los exámenes periódicos de salud) se revisaron las historias clínicas individuales.

La depresión se exploró con la Escala de Depresión Yesavage, diseñada y validada para medir esta patología en adultos mayores.

Para el deterioro cognitivo se aplicó la Mini Mental State Examination de Folstein, técnica validada para medir cogniciones en el anciano.

A todos los ancianos se les solicitó el consentimiento informado.

## RESULTADOS

Como podemos apreciar en la tabla 1 predominan los viejos jóvenes con un 81,13 %, observándose un mayor número de mujeres en ambos rangos de edades.

En la tabla 2 se refleja que el 96,2 % de los ancianos de la muestra era funcional.

**Tabla 1.** Población adulto mayor según edad y sexo

Grupo	Masculino	Femenino	Total	%
Viejo- Joven 60-74	19	24	43	81,13
Viejo- Viejo 75 y más	1	9	10	18,86
Total	20	33	53	100

Fuente: Registro del CMF.

**Tabla 2.** Funcionalidad de los adultos mayores según los EPS

Funcionales	Masculino	Femenino	Total	%
Funcionales	20	31	51	96,2
Frágiles	-	2	2	3,77
Total	20	33	53	100

Fuente: Registro del CMF.

Después de la aplicación del Mini Mental se encontró que el 88,6 % de los ancianos (47) no tenían deterioro de sus procesos cognitivos y el 11,3 % (6) tenía deterioro leve.

Según la escala de depresión Yesavage, 41 ancianos presentaban algún tipo de depresión, predominando la depresión menor con un 52,83 % (tabla 3).

**Tabla 3.** Resultados de la aplicación de la Escala de Depresión Yesavage

	No.	%
Depresión Mayor	13	24,5
Depresión Menor	28	52,83
Sin Depresión	12	22,6

*Fuente:* Escala de depresión.

## DISCUSIÓN

Nuestros resultados se corresponden con las estadísticas relacionadas con la población geriátrica del "Área de Salud Pedro Díaz Coello", que es en general joven, el 71,26 % de los adultos mayores pertenecen a este grupo (60-74).

La escala geriátrica de evaluación funcional (EGEF) es la que se utiliza en la atención primaria de salud para evaluar la funcionalidad del adulto mayor, y se aplica de forma anual, formando parte del Examen Periódico de Salud (EPS). Ser funcional en el anciano implica mantener su validez e independencia, y es el objetivo a lograr por los Equipos Básicos de salud en aras de alcanzar un envejecimiento satisfactorio en la población. Al constituir mayoría los ancianos viejos-jóvenes (60-74) en el consultorio estudiado, predominan los que mantienen su funcionalidad y capacidad para desarrollar las actividades de la vida diaria.

El envejecimiento no es sinónimo de deterioro cognitivo, similares resultados obtuvo *Roig Hechavarría y cols.*<sup>3</sup> en las Casas de Abuelos de Holguín, donde el 84,8 % de los ancianos estudiados no presentaron alteraciones en la esfera cognitiva.<sup>3</sup>

Se ha descrito por diferentes autores, como Gámez Paván y María Caridad Machadoque, que llegar a la vejez no implica dependencia funcional o mental, que puede perderse velocidad de reacción pero no la capacidad de reflexionar; los ancianos comprenden, solo hay que darles tiempo para la toma de decisiones.

Según datos de la OMS el 25 % de la población mayor de 60 años padecen algún tipo de trastorno psiquiátrico, siendo el más frecuente la depresión.<sup>4</sup> En esta etapa de la vida ocurren eventos como la jubilación, la pérdida de estatus y de funciones familiares, así como las asociaciones de varias enfermedades crónicas que pueden condicionar la aparición de este síntoma si la persona no logra encontrar un equilibrio que favorezca su armonía psíquica.

Nuestros resultados se corresponden con los obtenidos por la Dra. Nairis Narajo en su tesis de maestría desarrollada en un consultorio de nuestra Área de Salud, donde el 52,2 % de los ancianos estudiados presentaba depresión. También coinciden con los resultados que se obtuvieron en el estudio del comportamiento de la depresión en el adulto mayor realizado en el Policlínico Cristóbal Labra.<sup>5</sup>

El adulto mayor enfrenta múltiples retos y problemas en esta etapa, enfermedades propias de la edad, el fallecimiento de amistades y seres queridos, la convivencia con nuevas personas que entran a la familia y, sobre todo, la disminución funcional de importantes órganos de los sentidos, como la visión y la audición, las limitaciones de la marcha. Además, se suma la vulnerabilidad ante las agresiones del medio y, sobre todo, la falta de tolerancia a sus gustos, deseos, aspiraciones o intereses y, muchas veces se les quiere regular y dirigir por los más jóvenes que, en ocasiones, los censuran, pudiendo causar alteraciones en el estado emocional del anciano.<sup>5-8</sup>

Los síntomas depresivos constituyen un factor de riesgo para el desarrollo de la dependencia funcional en los adultos mayores que viven en la comunidad, por lo que es necesario sensibilizar a los profesionales de la salud en la atención a este grupo poblacional y en el desarrollo de proyectos que los integren a la sociedad.

Es bueno valorar que el envejecimiento psíquico consiste en una capacidad inferior para adaptarse a los cambios, los individuos que logran adaptarse y asimilar más racionalmente sus realidades, enfrentan con más éxito la vejez.<sup>9</sup>

En conclusión, en nuestra investigación predominaron los viejos jóvenes, funcionales y sin deterioro cognitivo, con un mayor por ciento en el sexo femenino, estando la depresión presente en la mayoría de ellos.

## RECOMENDACIONES

Continuar la implementación del Proyecto Comunitario que propone crear un Centro de orientación y recreación para la población geriátrica que tendría como objetivos:

- Realizar la remodelación del local propuesto con un diseño acogedor y factible, con el mínimo de peligros potenciales de accidentes para los ancianos.
- Proporcionar al paciente mayor de 60 años una atención integral con una intervención intersectorial e interdisciplinaria dirigida al logro de una mejor calidad de vida en los mismos.
- Garantizar la integración de los ancianos a la comunidad y la socialización de éstos de forma sana y constructiva.
- Evaluar el impacto de la creación del centro en la población geriátrica.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Álvarez Sintés. "Atención al Adulto Mayor". En: Álvarez Sintés. Medicina General Integral. Vol. 2 Salud y Medicina. 3ra ed. La Habana: Ecimed; 2014. p. 488-91.
2. Fajardo Bernal Jaime, Fajardo López Eliza, González Fernández Loraine, González Fulgueira María Caridad. Valoraciones teóricas sobre envejecimiento, familia y calidad de vida. Ene 2012 [actualizado 4 May 2015; citado 23 May 2015]: [aprox. 7 p.]. Disponible en:  
[http://www.gtm.sld.cu/sitios/cpicm/contenido/ric/textos/Vol\\_75\\_No.3/valoraciones\\_teoricas\\_envejecimiento\\_familia\\_calidad\\_vida\\_rb.pdf](http://www.gtm.sld.cu/sitios/cpicm/contenido/ric/textos/Vol_75_No.3/valoraciones_teoricas_envejecimiento_familia_calidad_vida_rb.pdf)

3. Clara Roig Hechavarría, Vivian Vega Bonet, Elvia Ávila Fernández, Beatriz Ávila Fernández, Yanet Gil Gillins. Aplicación de terapia cognitivo conductual para elevar la autoestima del adulto mayor en Casas de abuelos. *Correo Científico Médico de Holguín* 2011 [citado 25 Mayo 2015]; 15(2): 3-6. Disponible en: <http://www.cocmed.sld.cu/no152/no152ori01.htm>
4. Ficheros del portal de infomed [Internet]. Anuario Estadístico 2012. 2013 [citado 12 May 2014]: [aprox. 3 p.]. Disponible en: [http://files.sld.cu/dne/files/2013/04/anuario\\_2012.pdf](http://files.sld.cu/dne/files/2013/04/anuario_2012.pdf)
5. Rodríguez Blanco Lidia, Sotolongo Arró Olga, Luberta Noy Gladys, Calvo Rodríguez Marina. Comportamiento de la depresión en el adulto mayor del policlínico "Cristóbal Labra". *Rev Cubana Med Gen Integr.* 2013 [citado 23 May 2015]; 29(1):64-75. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sciarttext&pid=S086421252013000100009&lng=es>
6. Gámez Pérez Roney Nora, Sosa Zamora Mariela, Columbiè Reyes Juan Luís, Mojena Orue Dulce, Pavot Rodríguez Raquel. Algunos factores favorecedores de la depresión neurótica en longevos hospitalizados. *MEDISAN* 2012 Sep [citado 23 May 2015]; 16(9): 1366-72. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S102930192012000900005&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102930192012000900005&lng=es)
7. Batista Freire Rosanne; Jocik Hung Georgina. Bienestar subjetivo en el adulto mayor. *Rev Multimed.* Jul-Sep 2010 [citado 25 May 2015]; 14(3):03. Disponible en: <http://www.multimedgrm.sld.cu/volumen14-3.html>
8. Cañete Rojas Yolennis, Cañete Oliva Diosdado, Gallardo Sánchez Yurieth, González Sábado Rita, Difurno López Jorge. El proceso de envejecimiento y su relación con elementos de la Sociología. *Rev Multimed.* 2010 [citado 25 May 2015]; 14(1):19. Disponible en: <http://www.multimedgrm.sld.cu/articulos/2010/v14-1/19.html>
9. Hechavarría Ávila María Margarita, Ramírez Romaguera Melba, García Hechavarría Hebert, García Hechavarría Albert. El envejecimiento. Repercusión social e individual. *Revista-de-información-científica.* 2012 [citado 2015 May 23]; 76(4): [aprox. 7 p.]. Disponible en: [http://www.gtm.sld.cu/sitios/cpicm/contenido/ric/textos/Vol\\_76\\_No.4/el\\_envejecimiento\\_su\\_repercusion\\_social\\_e\\_individual\\_rb.pdf](http://www.gtm.sld.cu/sitios/cpicm/contenido/ric/textos/Vol_76_No.4/el_envejecimiento_su_repercusion_social_e_individual_rb.pdf)

Recibido: 26 de febrero de 2015.

Aprobado: 4 de abril de 2015.

*Clara Roig Hechavarría.* Licenciada en psicología. Máster en Medicina Natural y Bioenergética. Profesora Asistente en el Policlínico Docente "Pedro Díaz Coello". Holguín, Cuba.  
E-mail: clara@cristal.hlg.sld.cu