

Incidencia de la estimulación neuropsicomotora sobre los niveles del deterioro cognitivo en adultos mayores

M. C. Estrella^{1,2}, A. N. Tracanna², M. Llanos¹ y R. López^{1,2}

Recursos humanos en formación: M. Caridi

¹Facultad de Educación, Universidad Juan Agustín Maza

²Hospital Luis Lagomaggiore, Mendoza

cristinademaccari@hotmail.com

Resumen

El deterioro cognitivo (DC) es la pérdida o disminución de habilidades intelectuales relacionadas con la edad. Se evidencia en dificultades para efectuar tareas mentales con la velocidad y la eficiencia anteriores. Tiene asentamiento en el sistema nervioso central (SNC), variando según las áreas comprometidas. No afecta por igual a todas las capacidades intelectuales, por lo que el rendimiento de la persona con DC es disarmónico. El sujeto tiene conciencia de que sus capacidades no son las mismas que antes y muestra reacciones emocionales frente a sus dificultades actuales, pudiendo alterar las relaciones sociales. Un plan de ejercicios físicos específicos de estimulación neuropsicomotora ofrecería un doble beneficio: el desarrollo de las capacidades físico-metabólicas condicionales y de las capacidades cognitivas en personas mayores de 50 años de edad.

Objetivo

Determinar si con un plan de ejercicios físicos específicos de estimulación neuropsicomotora aplicado durante un año se alteran los niveles de DC y se modifica el impacto que éste tiene en el ámbito social, especialmente en la familia.

Metodología

Estudio descriptivo-correlacional-cuasiexperimental con 50 adultos mayores de 50 años que participan en el Grupo de Riesgo Cardiovascular del Servicio de Psicología y Psiconeuroinmunología del hospital Lagomaggiore. La muestra fue subdividida en G1 Experimental, con 25 pacientes que reciben educación, tratamiento y control, y ejercicios físicos específicos, y G2 Control, con 25 pacientes que reciben educación, tratamiento y control, y no ejercicios físicos específicos. Hasta la fecha, en el pre y un post test (seis meses) se midieron los marcadores biológicos, psicológicos y sociales que determinan los niveles de DC con el miniexamen del estado mental (MMSE o Mini-mental State Examination) de Folstein, las escalas Wechsler, pruebas de laboratorio, test de condición física y entrevista a la familia.

Resultados

1) MMSE, promedio de 25,53; DS 23,60, Mediana 25 y Moda 25. Determina cierto nivel de DC. Calculado con la T de Student, no se aprecian diferencias significativas con el pretest. 2) Las escalas de Wechsler arrojan que la capacidad de adaptación a situaciones prácticas, a relacionarse y de observación, y los aspectos hereditarios de la inteligencia siguen dentro de la media. Con respecto al pretest, mejoraron los niveles de atención, memoria y concentración. 3) Marcadores biológicos GlucAyunas 114,38±12, GlucPP 154,36±33,14, HbA1c 9,05±2,89, Col T 220±8,14, HDL 44,76±2,8, LDL 154±33,23 y triglicéridos (TG) 212,24±134, marcando diferencias significativas con el pretest. 4) Hubo diferencias significativas en coordinación, flexibilidad y resistencia aeróbica, y no significativas en fuerza. 5) Se observó un impacto en el ámbito social, especialmente en la familia, que manifestó haber percibido el cambio en las conductas y el humor del adulto en cuestión. Dentro del grupo se han establecido festejos de cumpleaños, colectas por los compañeros más necesitados y visitas a los enfermos e internados.

Conclusiones

Los resultados parciales arrojaron avances sobre los marcadores psicológicos metabólicos y de acondicionamiento físico, que marcan cierto nivel de DC. En setiembre del 2013 se concluirá con este trabajo, al momento de realizar el último postest (12 meses) de las variables estudiadas.

Publicaciones

Jornadas Intrahospitalarias y Jornadas de Investigación de la UMaza en el 2012.