

Formación profesional de psicólogas/os para la atención del adulto mayor

El siglo XXI será testigo de un envejecimiento más rápido: el número de adultos mayores se incrementará en todos los países del mundo.



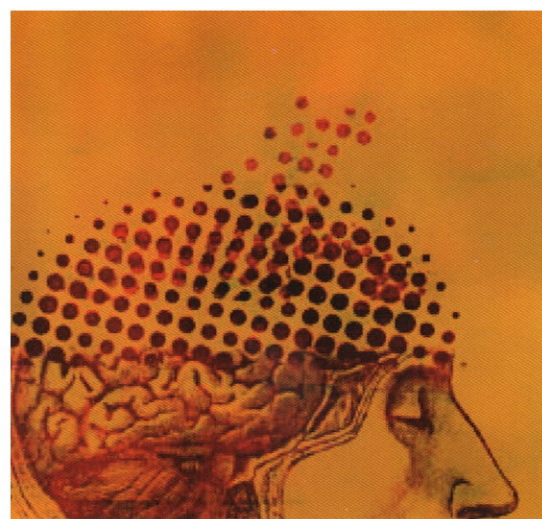
**MSc.
Claudia García de la Cadena
Departamento de Psicología
Universidad del
Valle de Guatemala
claudigd@uvg.edu.gt**



Este 21 de septiembre, se celebró en todo el mundo el Día Mundial de Alzheimer, cuyo objetivo fue sensibilizar a toda la población en torno a esta demencia y al envejecimiento normal. Dicha celebración se caracteriza por un sinnúmero de iniciativas y actividades que agrupa profesionales de la salud, pacientes y las familias afectadas.

El envejecimiento humano no tiene sin igual en la historia de la humanidad, y el siglo veintiuno será testigo de un envejecimiento más rápido que en otros siglos; el número de adultos mayores se incrementará en todos los países del mundo. Por lo que la demanda de servicios psicológicos será mucho mayor, considerando que la salud mental debe ser prioritaria, ya que penetra en diferentes niveles de nuestra sociedad y tiene profundas implicaciones en diversas áreas de la vida humana.

La formación de profesionales de la Psicología con destrezas y competencias para atender la diversidad, tanto en el envejecimiento normal como en el patológico, es de vital importancia. Según el estudio realizado por Aguirre, (2007) acerca de los determinantes del crecimiento económico, población y familia, la velocidad del envejecimiento, (Speed of Population Aging) definida como el número de años que se requiere para que el porcentaje de la población de 65 años o más pase del 7% al 14% de la población en Guatemala, se ha acelerado de manera significativa (INE, 2002).



El envejecimiento es un proceso caracterizado por cambios y transformaciones internas, como resultado de la interrelación entre factores intrínsecos y extrínsecos. Por esto mismo, es una necesidad la formación de profesionales de la salud (psicólogos, consejeros, trabajadores sociales, enfermeras/os etc.) para atender a la población adulta mayor.

Los programas que forman psicólogos/as a nivel de licenciatura en Guatemala ofrecen conocimiento acerca de la temática del adulto mayor, en las asignaturas de Psicología evolutiva, Psicología del ciclo de vida 2, Psicología del desarrollo, etc. Algunos programas han ofrecido cursos relacionados con psicogeriatría, psicogerontología, demencias y otras temáticas, así como iniciativas aisladas en relación con la formación sistemática de los psicólogos y psicólogas para la atención integral de la población adulta mayor guatemalteca. Respecto la investigación y publicación, existen pocos artículos especializados en salud mental, en esta temática donde se incluya material con pertinencia cultural.

En los años 2003 y 2004 la American Psychological Association (APA) propuso una guía de requerimientos necesarios con los que debería contar un profesional de la Psicología en el área de envejecimiento, los cuales han evolucionado con el tiempo y han sido adaptados en muchos países y centros de formación profesional. Esta guía propone un abordaje integral hacia la perspectiva del adulto mayor y está

conformada por seis apartados:

- 1) Actitudes del profesional,
- 2) Conocimientos acerca del desarrollo del adulto, del envejecimiento y del adulto mayor,
- 3) Tópicos clínicos,
- 4) Evaluación,
- 5) Intervención, consulta y otros servicios y
- 6) Educación.

El 21 de septiembre se celebra el Día Internacional del Alzheimer

1) Actitudes del profesional

El profesional debe tener una actitud de incondicionalidad y apoyo a la persona mayor. Las características que sobresalen son empatía, paciencia y comprensión, autenticidad, congruencia y respeto. Las habilidades de comunicación con personas mayores son esenciales, así como capacidad de dirigir una conversación y centrar la atención de la persona, capacidad de tranquilizar a la persona mayor, así como comportamiento asertivo. Así mismo, debe contar con habilidades instrumentales básicas de refuerzo positivo o negativo. Habilidades pedagógicas con el uso de un lenguaje comprensible para las personas mayores. Todo psicólogo/a debe tener habilidades cognitivas generales, que le permitan tener herramientas para el trabajo con adultos mayores, habilidad de escuchar así como evitar hacer juicios de valor. En general, se debe ajustar a las expectativas de las personas mayores en relación con la fenomenología de los problemas, su historia natural que permita ubicar al adulto mayor en una línea del tiempo. Dado que es una etapa del ciclo vital tan complejo, debe tener adecuadas actitudes y destreza en el trabajo interdisciplinar, que incluya respeto hacia el trabajo de otros, habilidades para comunicarse y también capacidad para integrar perspectivas desde distintos ámbitos profesionales.

2) Conocimientos acerca del desarrollo del adulto, del envejecimiento y del adulto mayor

En referencia a la preparación de los profesionales de la Psicología, éstos deben



contar con los conocimientos básicos y generales sobre el envejecimiento. Los conocimientos pueden ser desglosados en:

- Desarrollo y envejecimiento normal, patológico y óptimo.
- Aspectos biológicos relacionados con el envejecimiento.
- Características sociodemográficas de las personas mayores.
- Patrones de cambio y estabilidad asociados al envejecimiento en el funcionamiento:

- De los sistemas orgánicos y capacidades sensoriales.
- Del sistema cognitivo (atención, memoria, lenguaje, razonamiento).
- Emocional y social.
- Conocimiento de las principales teorías bio-psicosociales sobre el

En general, podemos decir que deben ser conscientes de los límites de su competencia y conocer las competencias del resto de profesionales. Cuando sea necesario conocer las vías de derivación de casos a otros profesionales, cuando la demanda excede su competencia; así como estar sensibilizados con la red de servicios que existen en el país, ya que esto permite una mejor atención en relación al entorno de la persona mayor.

3) Tópicos clínicos

Son los conocimientos de aspectos clínicos asociados al envejecimiento, que incluyen la interacción de los componentes biológicos, psicológicos y sociales, las manifestaciones clínicas. Esta etapa de la vida se entiende como parte del ciclo vital, considerando la diversidad en el proceso de envejecimiento, que incluye entre otros: diversidad de género, sociocultural, económica, étnica, de idioma, etc.

4) Evaluación

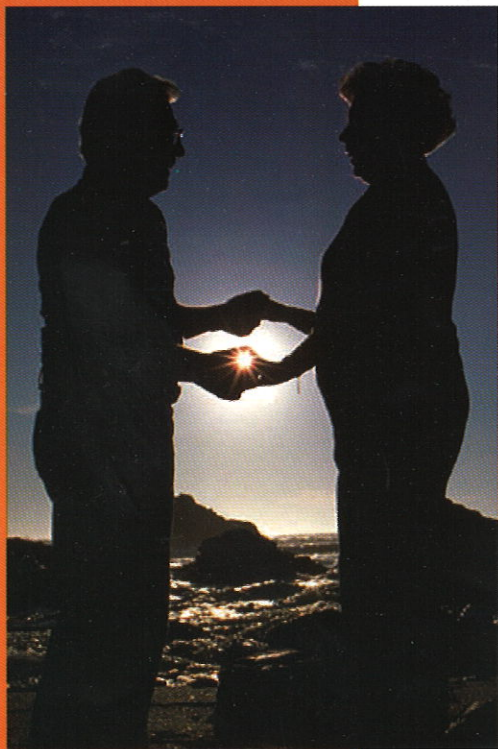
Se debe analizar al adulto mayor en el contexto de su trayectoria vital, para lo cual tiene que contar con conocimientos teóricos y prácticos acerca de instrumentos de evaluación psicológica, utilizados en esta población, ventajas y desventajas de cada uno de ellos, así como las condiciones específicas en la evaluación de personas mayores, tomando en cuenta lo siguiente:

- Problemas que presenta la aplicación de determinados instrumentos de evaluación o procedimientos utilizados con otras poblaciones y que no han sido adaptados a la población mayor.
- Conocer los instrumentos desarrollados específicamente para población mayor que son fiables y válidos en la población guatemalteca.
- Tener conocimientos sobre las

desarrollo adulto.

- Influencia de los factores contextuales y culturales en el envejecimiento.
- Trastornos psicológicos más frecuentes en la vejez (depresión, ansiedad, demencia).
- Aspectos legales y éticos relacionados con las personas mayores.

La velocidad del envejecimiento esta definida por el número de años que se requiere para que el porcentaje de la población de 65 años o más pase del 7% al 14%...



características específicas que definen a las personas mayores y que pueden afectar el proceso de evaluación (cambios sensoriales, cognitivos, consumo de medicamentos, etc.).

5) Intervención, consulta y otros servicios

Tener los conocimientos adecuados para la intervención y estar actualizado con las distintas líneas de acción preventiva y de promoción del envejecimiento saludable. Tener conocimiento sobre las implicaciones del envejecimiento en las indicaciones terapéuticas, en la adaptación necesaria

para los distintos procedimientos de intervención y la implantación de las mismas. Estar familiarizado con los servicios que se ofrecen en las distintas áreas, considerando aspectos económicos, escolares y socioculturales.

6) Educación

El abordaje en educación con el adulto mayor tiene dos perspectivas: una relacionada con las competencias necesarias para atender a esta población, relacionadas con la parte psicopedagógica que son: el de reforzar cualquier pequeño logro que se consiga al inicio, para motivar y hacerle ver el éxito de la intervención, animar a que apunte la información más relevante y asegurarse de que lo hace adecuadamente, dejar suficiente tiempo para adquirir el aprendizaje, parecida a una autoadministración del tiempo. Y la segunda perspectiva está relacionada con el material que se usa y la forma de utilizarlo, como presentar la información de manera secuencial: lo más importante al principio y lo esencial por escrito, preparar cuadernos o manuales con la información relevante: los objetivos, las tareas para casa, estrategias terapéuticas, cómo controlar sucesos, ejercicios, etc. Presentar menos información con un

ritmo más lento y disminuir el ritmo de la conversación terapéutica. Utilizar un enfoque multisensorial de la presentación del material (pizarra, resúmenes, grabaciones en cinta de vídeo o cinta de audio, visual con imágenes: "Dilo, hazlo, enséñalo"). Hacer uso frecuente de ejemplos, metáforas y analogías. Utilizar cintas de casete con la información importante para personas con deficiencias visuales. Utilizar claves para facilitar el recuerdo, agrupar la información que se presenta en unidades relevantes y manejables para la persona, según sus condiciones físicas y cognitivas, con frecuentes repeticiones para favorecer la codificación de la nueva información. Revisar el material sistemáticamente y comprobar el grado de aprendizaje, usar cuadernos de notas para registrar información importante y utilizar diferentes formatos.

Como hemos podido constatar, los seis niveles propuestos en la guía de atención del adulto mayor demandan un reto que requiere un entrenamiento sistemático e integral. El propósito del este trabajo es sensibilizar a nuestros colegas guatemaltecos y guatemaltecas sobre el incremento de esta población en los próximos veinte años, y la importancia de prepararnos profesional y críticamente para atender esta población. Ψ

Bibliografía consultada

Aguirre, MA. (2007). Determinantes del Crecimiento económico, población y familia: El caso de Guatemala, Asociación Familia Desarrollo Población (FADEP): Guatemala.

Guidelines for Psychological Practice with Older Adults. (2004). Washington: American Psychological Association.

Guidelines for Psychological Practice with Older Adults. (2003). Washington: American Psychological Association,

Instituto Nacional de Estadísticas de Guatemala (INE), (2002). Censo Nacional 2002, INE: Guatemala.