

**“¿Ponen en marcha las personas con Alzheimer estrategias para minimizar los déficits y maximizar la autonomía?”.**

**Alvaro Garcia Soler**

[alvaro.garcia@matiainstitutonet](mailto:alvaro.garcia@matiainstitutonet)

**Javier Yanguas**

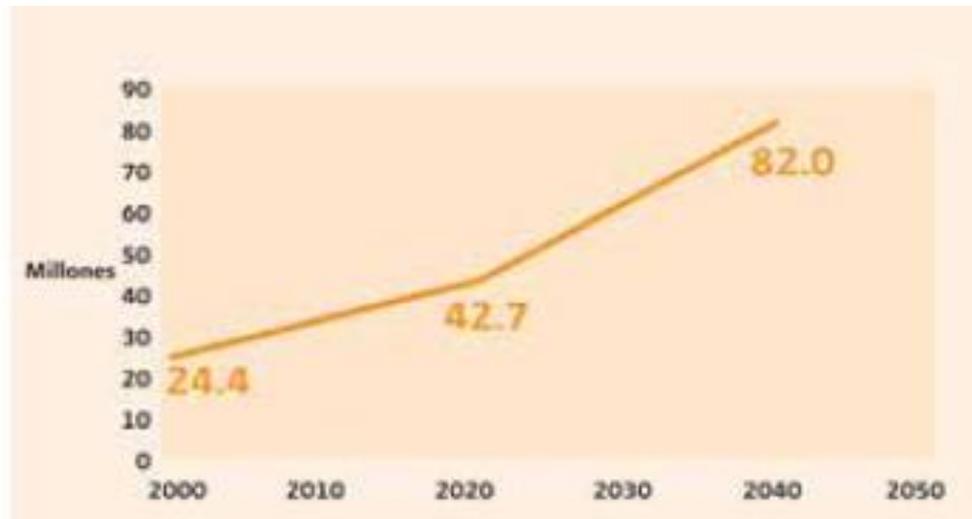
[javier.yanguas@matiainstitutonet](mailto:javier.yanguas@matiainstitutonet)

# Datos descriptivos

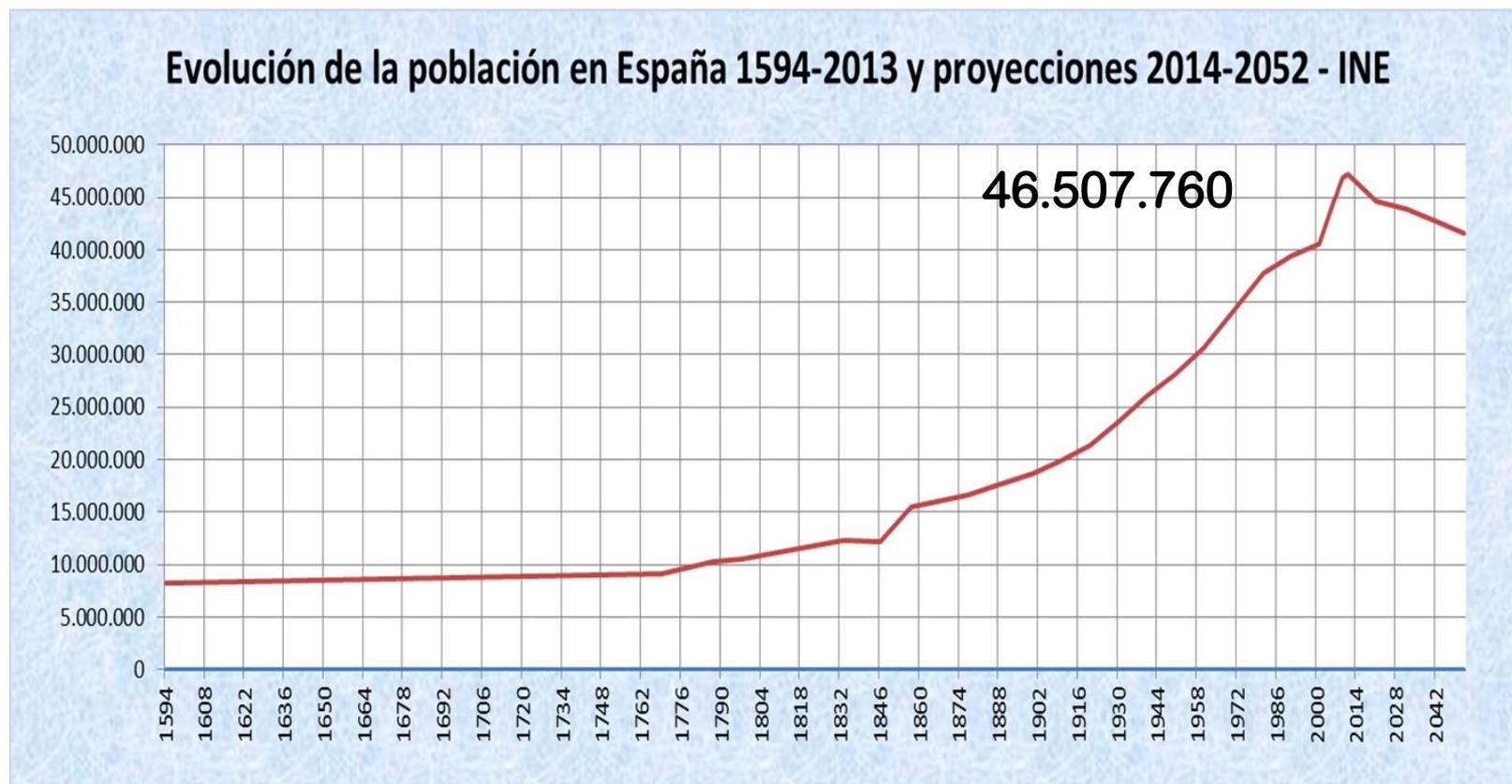
# Alzheimer, algunos datos

## Epidemiológicos (1)

- Año 2000: 20 millones de personas
- Año 2010: 40 millones de personas
- Año 2040: 80 millones de personas



# España



## Cifras en España (2)

- 10.9% (95% CI 9.4% - 12.3%) = 608,000 casos de demencia (95%CI 526,000 - 689,000)
- 7.7% (95% CI 6.4% - 9.0%) = 431,000 casos de Alzheimer (95%CI 359,000 - 502,000)



99 354 personas <sup>(3)</sup>

(2) Pedro-Cuesta, J. de, Virués-Ortega, J., Vega, S., Seijo-Martínez, M., Saz, P., Rodríguez, F.; y Barrio, J. L. del. (2009). Prevalence of dementia and major dementia subtypes in Spanish populations: A reanalysis of dementia prevalence surveys, 1990-2008. *BMC Neurology*, 9(1), 55. doi:10.1186/1471-2377-9-55

(3) Wikipedia (2015) *Estadios de fútbol con mayor capacidad del mundo*.



+11.876 personas

¿Qué sabemos de estas personas?

## Conocimiento creciente

- Anatomopatología
- Nivel intracelular
- Nivel extracelular
- Neuroimagen
- Biomarcadores
- Pruebas y cuestionarios diagnósticos

# Alzheimer en el día a día

## Comportamientos relacionados con el Alzheimer

- Olvidos
- Dificultad para planear y solucionar problemas
- Dificultades para el desarrollo de las tareas habituales
- Desorientación de tiempo o lugar
- Dificultades visuoespaciales
- Recuerdo sobre colocación de objetos
- Cambios en el juicio y toma de decisiones
- Pérdida de iniciativa en las actividades sociales
- Cambios de humor

# Modelos actuales

## Geriátricos

- Enfermedad y déficit. Intervención a nivel biológico y físico

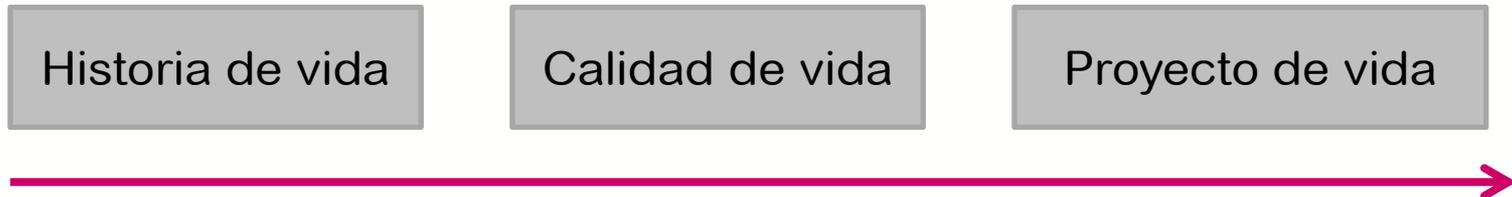
## Neuropsicológicos

- Alteración neural y consecuencias conductuales. Intervención a nivel conductual centrado en la ejecución.

# Modelo centrado en la persona

# Modelo de intervención centrado en la persona

Variables



# Modelo de intervención centrado en la persona

## Dificultades

- + Número de variables
- - Control de los parámetros

## Ventajas

- Estudio Ecológico
- Intervenciones con generalización
- Utilidad en el día a día
- Efectos sobre variables personales

# Alzheimer en el día a día

La importancia de las rutinas en el día a día

- Si la dependencia es alta los hábitos se instauran y repiten.
- Las rutinas diarias determinan la vida.
- Si la dependencia aumenta la necesidad de control aumenta.

# Alzheimer en el día a día

## Entorno y vida diaria

- Las personas encuentran su identidad en sus casas
- Biografía

# Alzheimer en el día a día

Personas inician una lucha constante por conservar la autonomía

- Una batalla cotidiana para preservar el control
- Las actividades dan sentido a la vida
- Delegar es considerado como una pérdida

# Alzheimer en el día a día

Las personas reconocen su identidad a través de las diferentes actividades

- La continuidad de vida está relacionada con el proyecto de vida
- La responsabilidad es una fuente de satisfacción
- Responsabilidad = Independencia

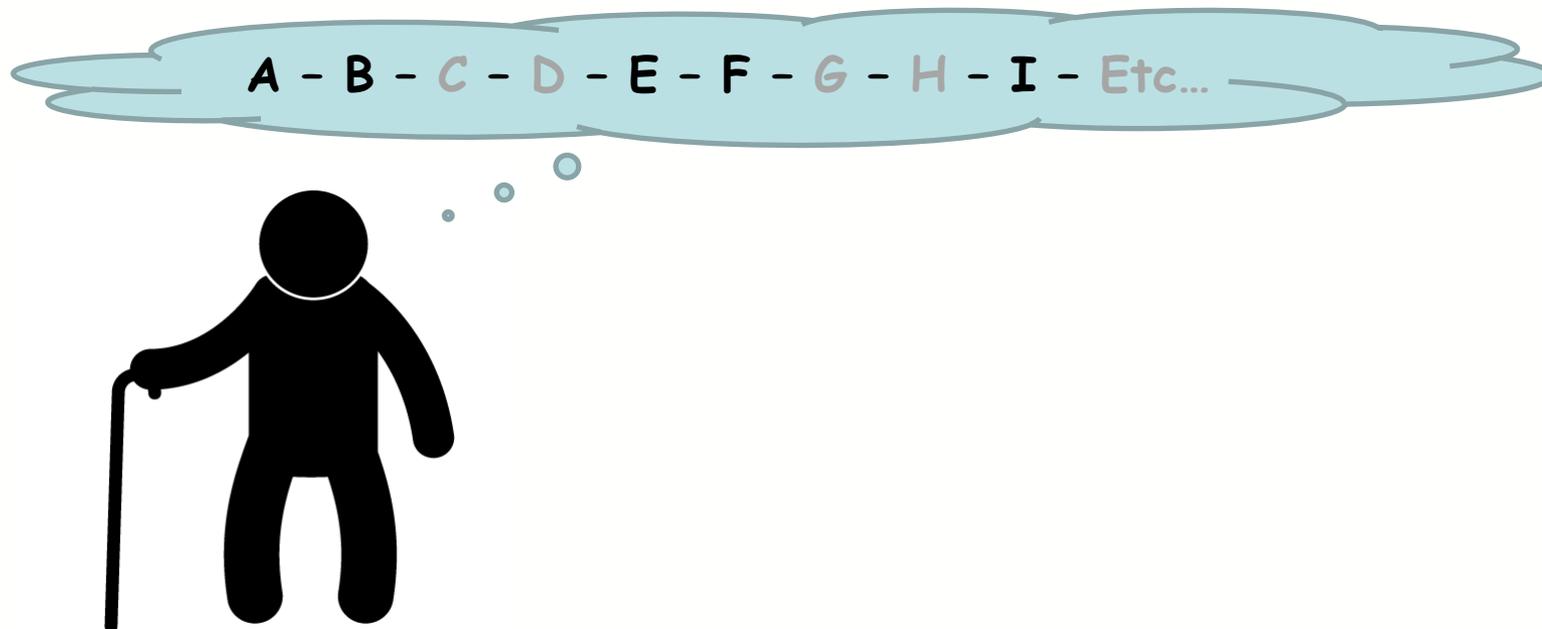
# Estrategias de adaptación

## Persona sana

A - B - C - D - E - F - G - H - I - Etc...



## Deterioro cognitivo leve



# Demencia

A - B - C - D - E - F - G - H - I - Etc..



## Demencia moderada.

A - B - ... - E - ¿F? - I - ¿?



# ¿Por qué estudiar las estrategias de adaptación?

Para aumentar la autonomía de manera natural

- Debe estar integrado en su proyecto de vida
- Donde la persona esté viviendo
- Fuente de motivación interna
- Responder a sus necesidades y deseos

## Estrategias de adaptación (4)

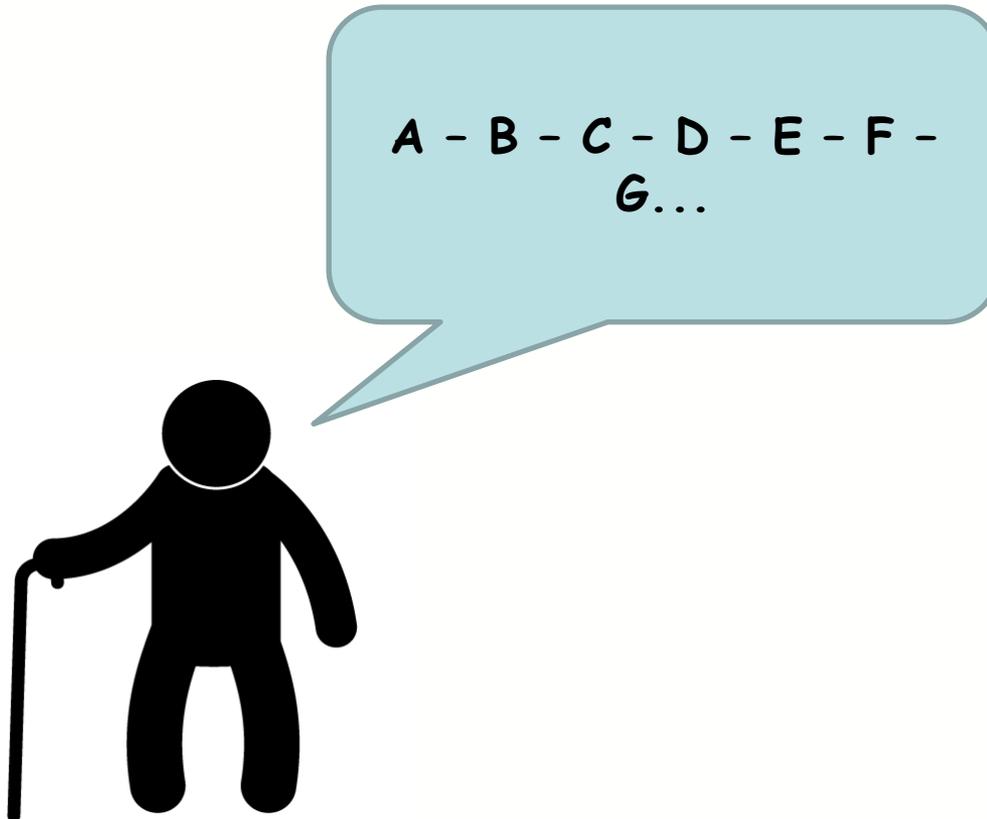
### Estrategias generales

- Reducción
- Rigidización
- Repetición
- Visuales

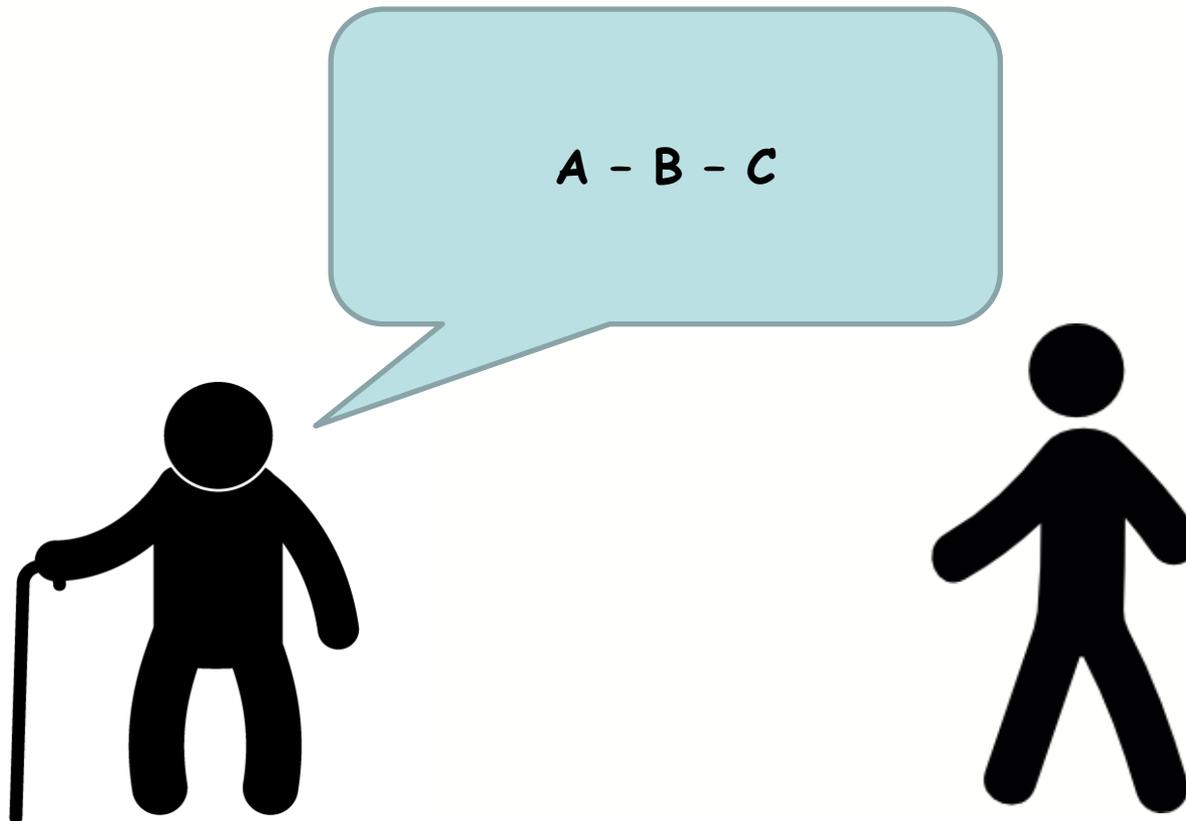
### Respuestas cognitivo-emocionales de adaptación

- Paciencia y pragmatismo
- Renuncia y evitación
- Negación de la disonancia
- Compensación a favor de la autoimagen
- Comparación
- Pasado en el presente
- Delegación

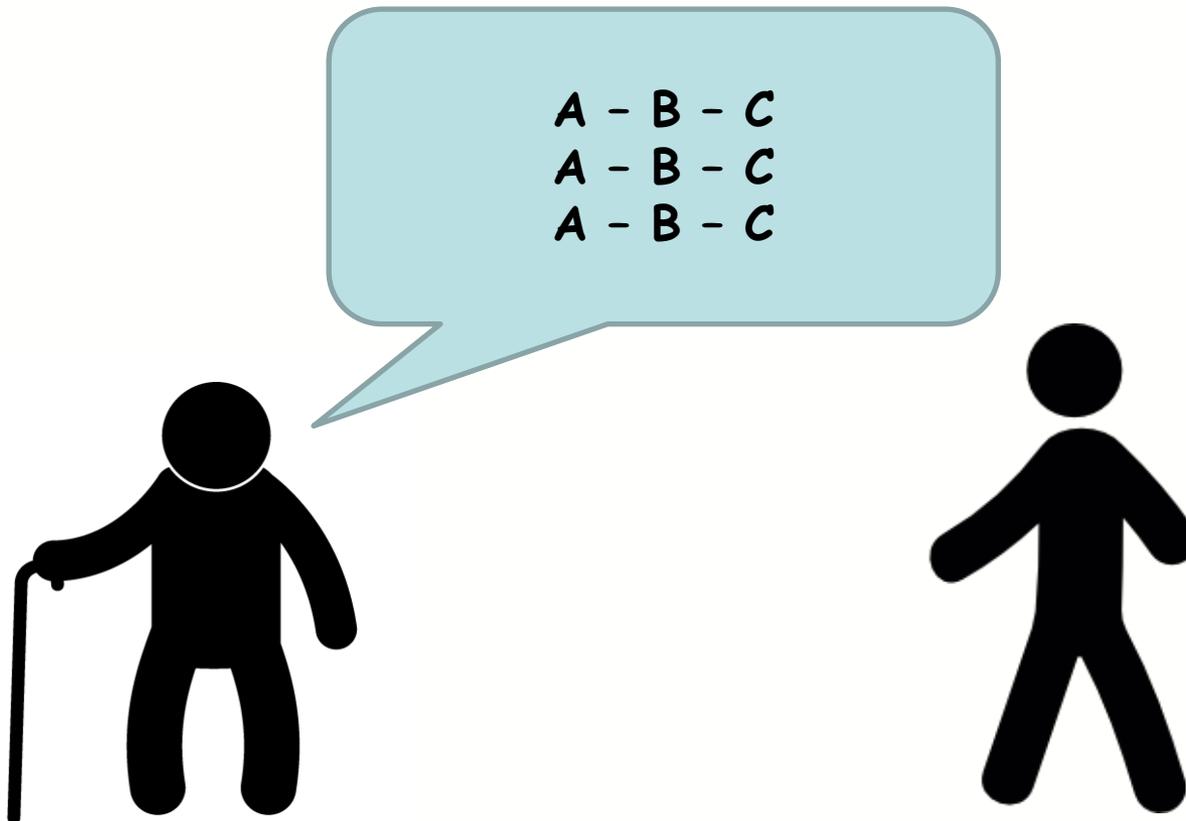
## Estrategias de adaptación: Reducción



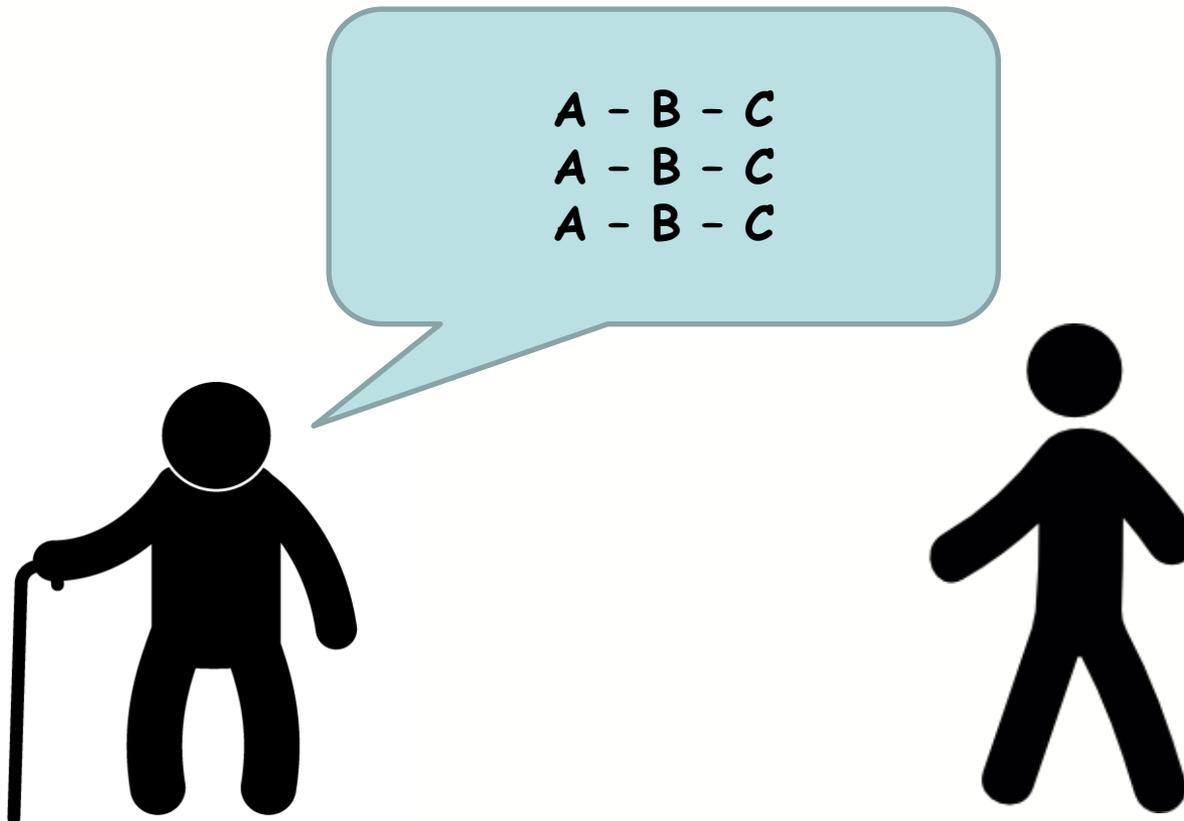
## Estrategias de adaptación: Reducción



## Estrategias de adaptación: Repetición



## Estrategias de adaptación: Rigidización



# Estrategias de adaptación: Rigidización

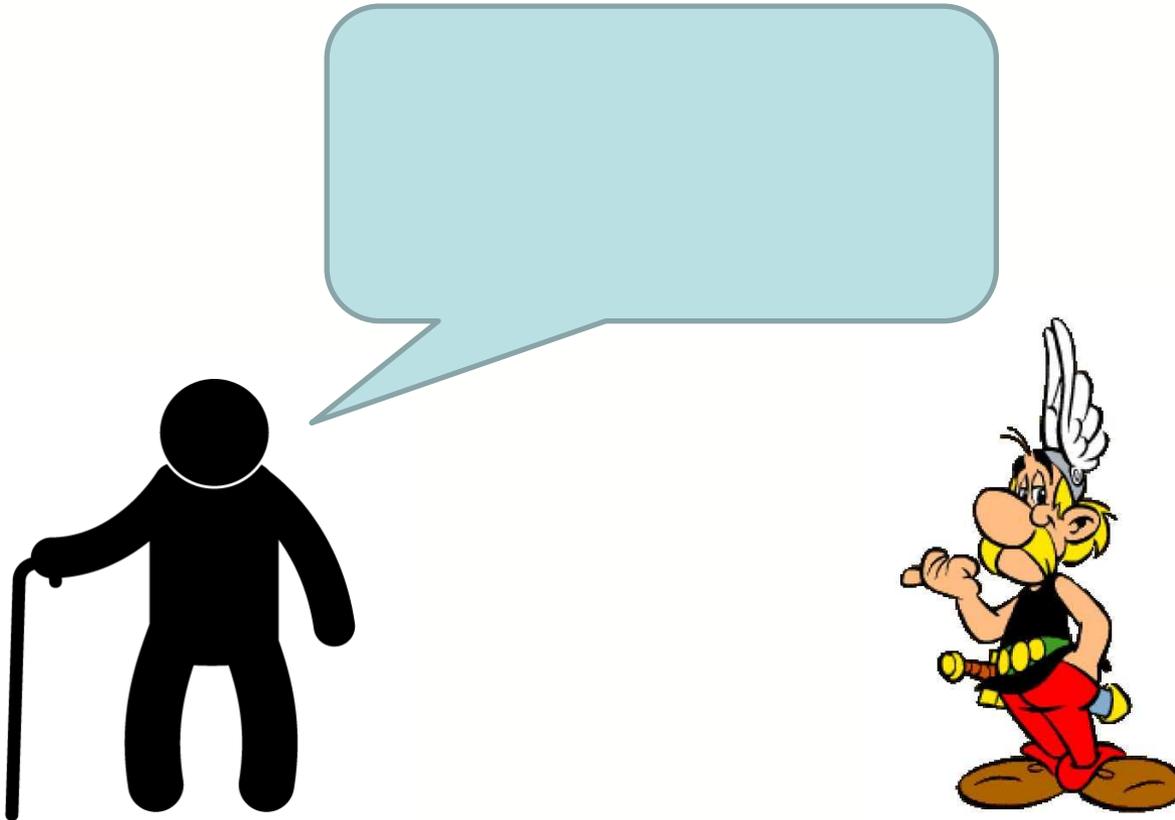
Importes expresados en euros

| Movimiento          | Fecha | Fecha valor ▼ | Más datos | Importe | Saldo      | Opciones |
|---------------------|-------|---------------|-----------|---------|------------|----------|
| ANU.MANTENIMIENTO   |       | /2015         |           | + 14,52 | + 1.166,80 |          |
| CUSTODIA DOC. OFIC. |       | /2015         |           | - 14,52 | + 1.152,28 |          |
| RETENCIÓN FISCAL    |       | /2015         |           | - 0,04  | + 1.166,80 |          |
| INTERESES           |       | /2015         |           | + 0,21  | + 1.166,84 |          |
|                     |       | /2015         | →         | + 80,00 | + 1.166,63 |          |
|                     |       | /2014         | →         | + 80,00 | + 1.086,63 |          |
| RETENCIÓN FISCAL    |       | /2014         |           | - 0,04  | + 1.006,63 |          |
| INTERESES           |       | /2014         |           | + 0,19  | + 1.006,67 |          |
| RETENCIÓN FISCAL    |       | /2014         |           | - 0,04  | + 1.006,48 |          |
| INTERESES           |       | /2014         |           | + 0,19  | + 1.006,52 |          |
|                     |       | /2014         | →         | + 80,00 | + 1.006,33 |          |
|                     |       | /2014         | →         | + 80,00 | + 926,33   |          |
| RETENCIÓN FISCAL    |       | /2014         |           | - 0,04  | + 846,33   |          |
| INTERESES           |       | /2014         |           | + 0,18  | + 846,37   |          |
|                     |       | /2014         | →         | + 80,00 | + 846,19   |          |
| RETENCIÓN FISCAL    |       | /2014         |           | - 0,05  | + 766,19   |          |
| INTERESES           |       | /2014         |           | + 0,24  | + 766,24   |          |
|                     |       | /2014         | →         | + 80,00 | + 766,00   |          |
| RETENCIÓN FISCAL    |       | /2014         |           | - 0,04  | + 686,00   |          |
| INTERESES           |       | /2014         |           | + 0,23  | + 686,04   |          |

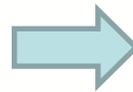
# Estrategias de adaptación: Rigidización



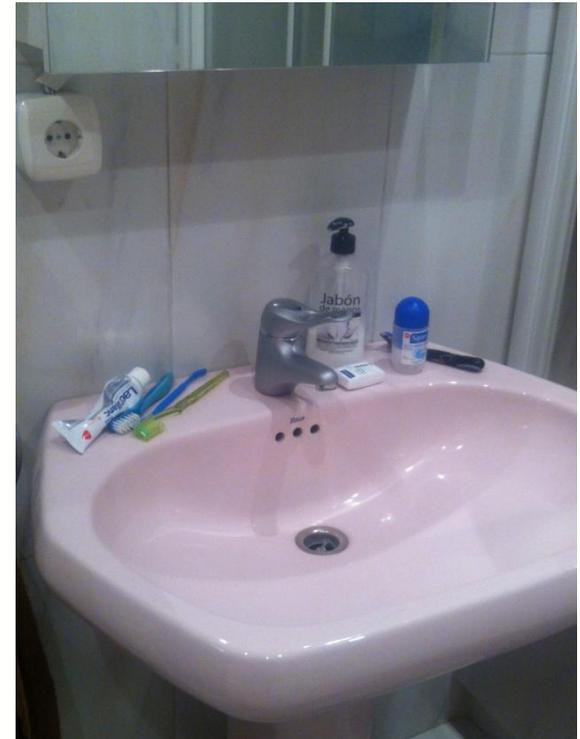
## Estrategias de adaptación: Renuncia



## Estrategias de adaptación: Visuales



## Estrategias de adaptación: Visuales

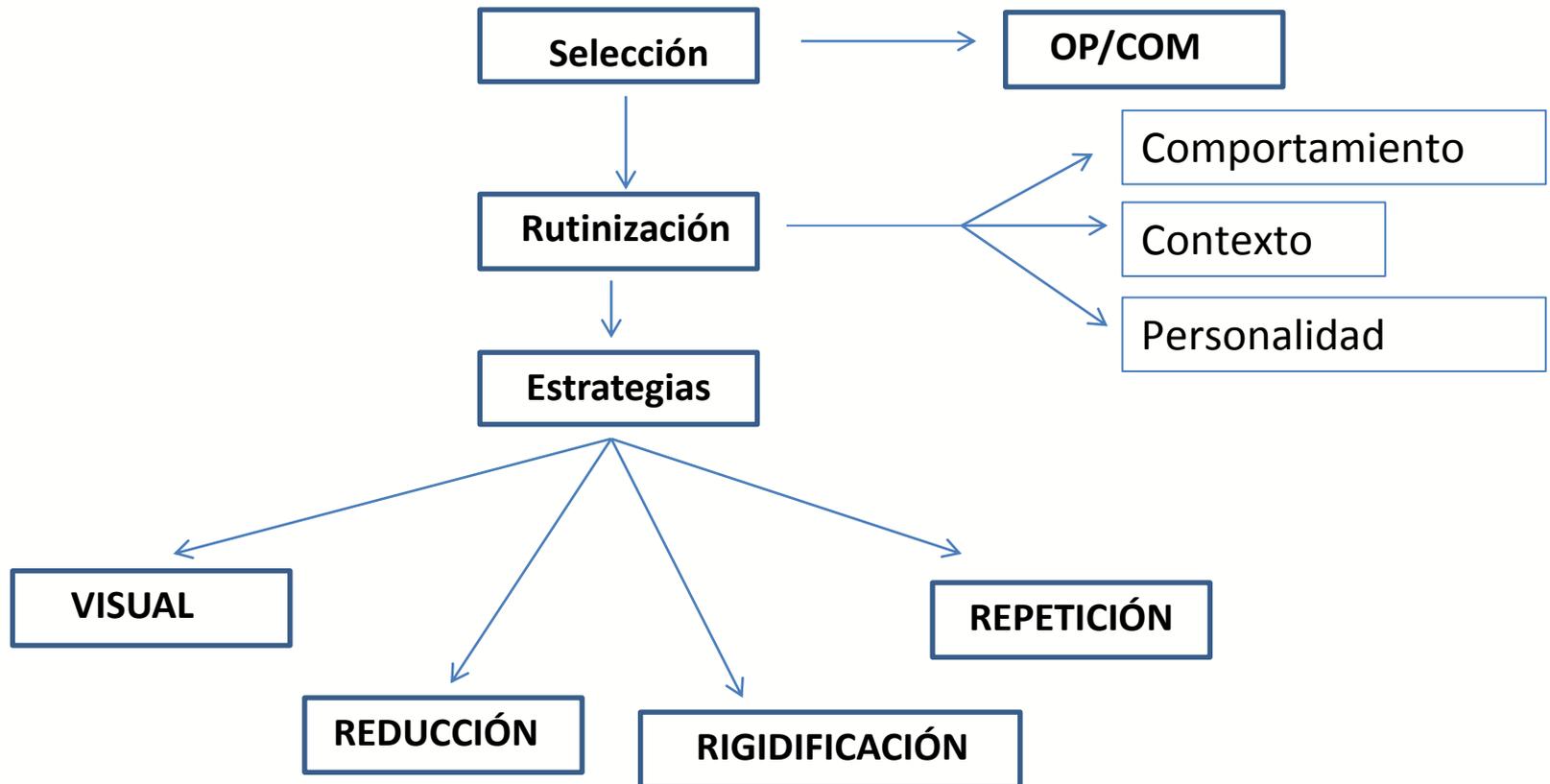


# Estrategias de adaptación: emocionales

## Mantenimiento de la autoestima

- Mantener el estatus social: “Me hago la turista”.
- Negación: ante lo que no se puede cambiar, no se puede asumir.
- Evitación -> Abandono -> Olvido -> Exposición a circunstancias positivas.
- Explicación con base al pasado “claro que puedo hacerlo, yo antes era contable”
- Justificación: “No lo hago por qué no quiero”
- Delegación: “puede ser”, “si tu crees que es así”

# ESTRATEGIAS PARA MAXIMIZAR LA AUTONOMÍA



# Conclusión

El estudio ecológico del comportamiento en la demencia...

- Permitirá estudiar maneras de adaptación naturales para el mantenimiento de la autonomía.
  - Desarrollar nuevos métodos de atención y rehabilitación, facilitando la generalización
  - Ofrecerá posibilidades reales de mejora en la vida diaria
  - Permitirá extender la autonomía de las personas
- 
- Finalmente, respondiendo a la pregunta de si ponen las personas en marcha estrategias para aumentar su autonomía. La respuesta es SÍ.

...y un corolario podría ser: “y necesitamos estudiarlas.”

# Referencias

- Alzheimer's Disease International (2009). Informe Mundial sobre el Alzheimer
- Pedro-Cuesta, J. de, Virués-Ortega, J., Vega, S., Seijo-Martínez, M., Saz, P., Rodríguez, F.; y Barrio, J. L. del. (2009). Prevalence of dementia and major dementia subtypes in Spanish populations: A reanalysis of dementia prevalence surveys, 1990-2008. *BMC Neurology*, 9(1), 55. doi:10.1186/1471-2377-9-55
- Wikipedia (2015) Estadios de fútbol con mayor capacidad del mundo.
- Bergua, V., Dartigues, J. F., & Bouisson, J. (2012). Routinisation profiles in elderly persons: Between adaptation and vulnerability. *European Review of Applied Psychology*, 62, 183-189. doi: 10.1016/j.erap.2012.04.006
- Bergua, V., Fabrigoule, C., Barberger-Gateau, P., Dartigues, J. F., Swendsen, J., & Bouisson, J. (2006). Preferences for routines in older people: Associations with cognitive and psychological vulnerability. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 21, 990-998. doi: 10.1002/gps.1597
- Bergua, V; Bouisson, j; Dartigues, jf; Swendsen, J; Fabrigoule, C; Pérès, k; Barberger-gateau, P: Restriction in instrumental activities of daily living in older persons: association with preferences for routines and psychological vulnerability. *Int'l. J. Aging and Human development*, vol. 77(4) 309-329, 2013
- Icono 1: Freepik . Paseo Relajante .Extraído de [http://www.flaticon.es/icono-gratis/paseo-relajante\\_10966](http://www.flaticon.es/icono-gratis/paseo-relajante_10966)
- Icono 2: Pictogramfree. Old man silhouette clip art. Extraído de <http://pictogramfree.com/46play/181play.html>

# MATIA

INSTITUTO GERONTOLÓGICO

