

EXPERIENCIAS DE UN CURSO EN LÍNEA: VALORACIÓN COGNITIVA DE ADULTOS MAYORES

Araceli Jiménez Mendoza, María Elena García, Julio Hernández Falcón, Iñiga Pérez Cabrera, Gloria Rodríguez Díaz

Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, Universidad Nacional Autónoma de México, Cd. de México

ajimenez55070@comunidad.unam.mx, helena.garsa2@gmail.com,
juliohernandezfalcon@yahoo.com.mx, inigapc@gmail.com, grodriguez6@gmail.com

RESUMEN

Ante el incremento en México de la población adulta mayor vulnerable a la pandemia de COVID 19 se implementó un curso de valoración cognitivo funcional de adultos mayores con el objetivo de desarrollar habilidades para identificar la ansiedad por COVID-19 y favorecer las estrategias de afrontamiento positivo. Metodología. Se trata de un estudio de Investigación-acción participativa de 30 horas de actividades sincrónicas y asincrónicas. Participan docentes-investigadores del proyecto y docentes de la academia del Adulto mayor. Las actividades incluyeron sesiones zoom dos días por semana de dos horas y actividades asincrónicas de evaluación. Resultados y conclusiones. Los adultos mayores son prioridad en su valoración por parte del personal de salud siendo la capacitación a distancia la estrategia a desarrollar.

Palabras clave: Adultos mayores, Deterioro cognitivo, Educación, Valoración cognitiva

ABSTRAC

Given the increase in Mexico in the elderly population vulnerable to the COVID 19 pandemic, a course of functional cognitive assessment of older adults was implemented with the aim of developing skills to identify anxiety due to COVID-19 and favor positive coping strategies. Methodology. This is a 30-hour participatory action-research study of synchronous and asynchronous activities. Participating teacher-researchers of the project and teachers of the academy for the elderly. The activities included zoom sessions two days a week of two hours and asynchronous evaluation activities. Results and conclusions. Older adults are a priority in their assessment of health personnel, distance training being the strategy to be developed.

Keywords: Elderly, Cognitive impairment, Education, Cognitive assessment

1. INTRODUCCIÓN

El proyecto de investigación "Fortalecimiento de estrategias de afrontamiento en adultos mayores con ansiedad por COVID-19. Intervención Psicoeducativa" se encuentra inscrito en la línea de investigación: Cuidado a la vida y la Salud de las Personas, sublínea Cuidado en

las transiciones de vida en la Coordinación de Investigación de la dependencia universitaria de enfermería. Este proyecto derivó en una actividad académica, entre otras planeadas, con los programas de actualización y superación docente de la misma escuela, de tal modo dar a conocer la importancia y trascendencia de que enfermería considere intervenciones a este grupo etario vulnerable en México ante la emergencia de salud pública prolongada hasta nuestros días.

El curso titulado *Valoración cognitiva funcional de adultos mayores para el desarrollo y fortalecimiento de estrategias de afrontamiento de ansiedad por COVID-19* tuvo el propósito de apoyar al personal académico en la enseñanza de las asignaturas de Enfermería de la Vejez y de Enfermería en Adulto Mayor (AM) de las licenciaturas que imparte la institución universitaria, además de vincular la investigación como el cuidado de la salud mental del AM requiere de la capacitación y actualización. México muestra un incremento de esta población cuya vulnerabilidad fue evidente en este problema de salud emergente.

El objetivo fue que al término del curso, los docentes participantes fueran capaces de realizar la valoración cognitiva funcional e identificar las manifestaciones de ansiedad por COVID-19 así como las estrategias de afrontamiento para desarrollar y fortalecer estrategias adaptativas a favor de la salud mental e integral de los adultos mayores.

2. JUSTIFICACIÓN

A un año de iniciada la pandemia de COVID 19 los proyectos educativos y los servicios de salud han tenido que avanzar con cambios no solo para seguir operando a la distancia; sino de buscar estrategias para afrontar las necesidades de capacitación y desarrollo de los profesionales de la salud.

La alta mortalidad en adultos mayores se atribuye entre otras causas a la comorbilidad que este grupo padece. Otros aspectos son la disminución de la reserva fisiológica, la alta prevalencia de síndromes geriátricos y otras condiciones que afectan la salud mental (1).

Los adultos mayores al mismo tiempo constituyen uno de los grupos vulnerables más importantes ya que han visto reducida su capacidad de afrontamiento social y emocional incluyendo su capacidad de resiliencia.

En México con base en la Encuesta de la Dinámica Demográfica (ENADID) en el año 2018, en el país, residían 15.4 millones de personas de 60 años o más, lo que representa el 12.3% de la población total. Particularmente el envejecimiento y la atención a sus necesidades es un fenómeno que encierra una compleja problemática, ya que sus políticas sociales no están estructuradas para responder a las demandas de una población vieja (2).

Desde el punto de vista preventivo y de salud pública se hace necesario valorar de manera integral al adulto mayor y emprender actividades de salud de acuerdo con sus necesidades, fortalezas y posibilidades.

2.1 La Investigación acción participativa

El término Investigación acción procede de Kurt Lewin (3) quien lo acuñó en 1944 para referirse al enfoque experimental de la ciencia social con programas de acción social dirigidos a los problemas sociales emergentes. Resaltando el valor de la investigación de campo en la acción social.

La investigación acción participativa se define actualmente como un proceso educativo por excelencia, una oportunidad para el aprendizaje colectivo donde los participantes investigan su propia realidad y analizan las causas de sus problemas. Es una oportunidad para compartir experiencias, intercambiar saberes y conocimientos, aprender a utilizar las técnicas para recoger información y aprovechar los resultados en beneficio de la organización y comunidad (4).

2.2 Algunas experiencias de Investigación acción participativa

Zaforteza L.C. y colaboradores (5) realizaron una investigación acción participativa con el objetivo general de promover un cambio para mejorar los cuidados que se ofertan a los familiares del paciente ingresado en la unidad de cuidados intensivos. Concluyendo que: el uso de metodologías de consenso permite priorizar y diseñar estrategias de cambio adecuadas al contexto en el que se van a aplicar.

Por su parte Maynard B.R.E, Barthley D.L, Hodelín C.H, Santiago P.D y Michel B.G (6) realizaron un estudio de investigación acción participativa con el objetivo de implementar y valorar el resultado de un sistema de acciones de capacitación desde la Educación Popular. Se mostró en los participantes alto grado de satisfacción y al valorar el sistema de acciones de capacitación, todos refirieron que los aprendizajes adquiridos, le permiten una mejor comprensión de los comportamientos y necesidades de los adultos mayores dependientes.

Una experiencia más lo constituye el trabajo de Padilla, Constanza y Carlino, Paula (7) quienes presenta resultados de experiencias de investigación acción, realizadas a partir de similares principios en dos asignaturas de las ciencias sociales y humanas de universidades públicas argentinas (en Buenos Aires y Tucumán). En particular, se considera el trayecto didáctico diseñado para la elaboración de ponencias grupales, entendidas como textos propios de las culturas académicas con rasgos específicos, que deben ser objeto de enseñanza por parte de la docencia universitaria. La propuesta didáctica se analiza teniendo en cuenta el poder epistémico de la escritura, la argumentación como base de los géneros académicos, la enseñanza encarada como investigación sobre la práctica y la concepción constructiva y cooperativa del conocimiento.

3. METODOLOGÍA

Se trata de un estudio de Investigación-acción participativa que incluyó un curso de 30 horas de actividades sincrónicas y asincrónicas. Con la inclusión de docentes-investigadores del proyecto y docentes de la academia del Adulto mayor. Los contenidos abarcaron: Deterioro cognitivo, valoración cognitiva, ansiedad, estrategias de afrontamiento, la persona humana,

el adulto mayor y la muerte. Las actividades sincrónicas incluyeron sesiones zoom dos días por semana con duración de dos horas. Las actividades asincrónicas contemplaron ejercicios evaluados por el equipo de trabajo. Se incluyó el encuadre programático y se siguió con las exposiciones temáticas mismas que incluyeron actividades de apertura desarrollo y cierre. En cada tema abordado se siguió estudio independiente de acuerdo con la recuperación de información disponible para los participantes en la plataforma. Se finalizó con una sesión de evaluación y cierre del curso - taller.

Durante el curso los participantes de manera voluntaria aportaron experiencias y vivencias propias con absoluto respeto por parte de los docentes y de los participantes aspecto a resaltar para la ética del estudio. De inicio se acordó no registrar la experiencia del zoom para no comprometer la privacidad.

4. RESULTADOS

El curso se desarrolló de acuerdo con lo planeado; manteniendo una asistencia de 80% y con el cumplimiento de las actividades.

Estrategias de afrontamiento:

- C. Activo: Conciliación del sueño. Crear hábito de rutina.
- B. Activo. Centrado en el problema. Ingreso a una comunidad religiosa.
- M. Activo. Centrado en el problema. Superar las emociones.

4.1 Evaluación

C. Me encantan las fotografías como evidencias ya que, se reviven tantas cosas hermosas. Lástima que nosotros no pudimos realizarlo de manera activa con los adultos mayores."

Identificar algún problema cognitivo-funcional en dado caso de que lo exista para intervenir de manera interdisciplinaria y que continúe su máxima calidad de vida.

Cc. Me hizo reflexionar sobre la importancia de una evaluación holista no solo reduccionista (dimensión física, dimensión cultural o psicosocial) sino simultáneamente todas incluyendo la dimensión espiritual, llevando a cabo esta evaluación no solo desde el empirismo y racionalismo, que es la mirada de los instrumentos presentados, sino también desde el realismo, la fenomenología, no me refiero a alguna técnica cualitativa, me refiero a primero encontrar al adulto mayor como persona, a sentirme viejo primero y después de conocer su sentido de ser adulto mayor, ya puedo recurrir a un saber universal que es la valoración según los instrumentos e integrar sus resultados en mi conocimiento único de cada viejo que comprenda no solo que explique o evalúe.

Ca. La importancia del aquí y el ahora como punto de partida en la identificación de necesidades y el cómo afrontarlo de manera satisfactoria.

Conocer los instrumentos básicos que conforman la valoración integral permite un adecuado diagnóstico y una adecuada planeación de actividades de abordaje.

Jl. Un curso de reflexión y cuestionamiento, de los métodos que me permiten profundizar en mi persona, mi red de apoyo y mis vivencias. Las experiencias compartidas y respetadas en el grupo.

Ra. La realidad presentada sobre el envejecimiento demográfico y la perspectiva que demanda la atención, prevención y cuidado a la brevedad independientemente de la pandemia actual.

Cl. el reflexionar que es la existencia plena y la misión más importante de mi vida, así como también el tema de las estrategias y estilos de afrontamiento, me proporcionó herramientas específicas en la atención a la persona adulta mayor con alguna problemática emocional y en crisis.

Identificación de los riesgos de sufrir síndromes geriátricos, el identificar la causa o las causas que los pueden originar, el hacer ajuste en el tratamiento no farmacológico y hacer referencias a especialistas. Es una herramienta que nos facilita el abordaje específico y disminuye la variabilidad de la práctica clínica.

5. CONCLUSIONES

En la sesión final de la investigación acción participativa se plantearon preguntas sobre las experiencias individuales en el curso, aspectos centrales que más llamaron la atención, el cumplimiento del objetivo del curso, su trascendencia, importancia y utilidad.

El equipo de profesores-investigadores y los participantes en la última sesión zoom manifestaron su satisfacción por los contenidos y dinámicas que lograron las expectativas de este curso taller. Ante los problemas emergentes de salud pública que afectan la población vulnerable de adultos mayores el personal de salud y especialmente los investigadores tienen una labor activa para vincular el aprendizaje con la investigación y enseñanza a través de estrategias de acercamiento a la distancia mediante las TICs estableciendo vínculos de trabajo y organización que permitan la actualización a través de estos medios.

Se enfatizó el valor de la investigación acción participativa como estrategia de acción aprendizaje colectivo donde los participantes investigan su propia realidad y analizan las causas de sus problemas (en este caso los que afectan al adulto mayor vulnerable al COVID 19).

Finalmente se consideró la pertinencia de la *Valoración cognitiva funcional de adultos mayores para el desarrollo y fortalecimiento de estrategias de afrontamiento de ansiedad por COVID-19* dada la prolongación de esta catástrofe sanitaria con una morbilidad y mortalidad muy lamentable para la humanidad. Además, se justificó la evidencia científica en la intervención para la Atención Primaria de la Salud Integral del actual Programa Sectorial de Salud.

6. REFERENCIAS

- [1] Tarrazona S.F.J, Martínez V.N, Vidán M.T, García N.J.A. “COVID -19, adulto mayor y edadismo: errores que nunca han de volver a ocurrir”. España: [Rev Esp Geriatr Gerontol](#) 55(4): 191–192. (2020 July-August)
- [2] Vega R.J.A, Rubalcaba L.J.A, Hernández P.I, Acuña G.M.R, López P.L. “La Salud de las Personas Adultas Mayores durante la Pandemia de Covid-19”. Journal Volumen 5 Numero 7 pp 726-739 (JULIO 2020)
- [3] Kurt Lewin. Investigación acción-participativa. España: Editorial Popular Capitulo 1. (1946)
- [4] Guevara A.G.P, Verdesoto A.A.E, Castro M.N.E. “Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción)”. Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento V.4 (3) 163-173 (2020)
- [5] Zaforteza L.C. y colaboradores. “Mejorando el cuidado a los familiares de paciente crítico: estrategias consensuadas”. Enfermería Intensiva. V21 (1) 2010 11-19.
- [6] Maynard B.R.E, Barthley D.L, Hodelín C.H, Santiago P.D y Michel B.G. “Capacitación para cuidadores primarios de personas adultas mayores dependientes desde la educación popular”. Guantánamo: Rev Inf Cient.; 95(2):213-223 (2016)
- [7] Padilla C., Carlino P. “Alfabetización académica e investigación acción: enseñar a elaborar ponencias en la clase universitaria”. Disponible en: <https://www.aacademica.org/paula.carlino/45>