

El papel del psicólogo en un Centro de día psicogeriátrico

Gandoy Crego, M*; Millán Calenti, J.M.**; Antelo Martelo, M.*; Cambeiro Vázquez, J.* y Mayán Santos, J.M.***

* Instituto Gerontológico Gallego. Santiago de Compostela (La Coruña). ** Universidad de La Coruña.

*** Universidad de Santiago de Compostela (La Coruña)

RESUMEN

La progresiva implantación de centros asistenciales para la tercera edad, junto con la interdisciplinabilidad de la actuación en valoración y posterior actuación frente a la persona mayor, hacen que el psicólogo desempeñe un papel claramente definido, y que en lo que respecta a los Centros de día psicogeriátricos, papel más importante si cabe, por las características del usuario, cada vez se beneficia más de una actuación altamente cualificada.

Mediante el presente trabajo pretendemos realizar una descripción de las distintas funciones del psicólogo en un Centro de día específico para pacientes con demencia, revisando y proponiendo las diferentes actuaciones de acuerdo a sus áreas de investigación.

Palabras clave

Psicología. Centro de día. Psicogerontología. Psicogeriatría.

Psychologist's role in a Psychogeriatric Day Care Center

SUMMARY

The progressive establishment of assistant centers for the third age, together with the interdisciplinary of the performance in the valuation and later performance dealing with the elderly people, make psychologist plays a clearly defined part, and in what concerns to the Psychogeriatric Day Care centers, a more important role, if possible for the user's characteristics that benefits more and more of a highly qualified performance.

By means of the present work we seek to carry out a description of the psychologist's different functions in a day care center, specific for Alzheimer's disease patients, revising and proposing the different performances according to the intervention areas.

Palabras clave

Psychology. Day care center. Psychogerontology. Psychogeriatrics.

INTRODUCCIÓN

Las demencias, en especial la demencia tipo Alzheimer, representan uno de los problemas sanitarios más importantes del mundo occidental, debido fundamentalmente al progresivo envejecimiento de la población, junto al gran número de enfermedades asociadas que padecen las personas de edad avanzada.

La prevalencia de la demencia en sujetos mayores de 65 años es del 5% para las formas moderadas y severas, y del 10% para las leves (1, 2); dentro de estas demencias, la enfermedad de Alzheimer es la más frecuente, representando entre el 50 y el 75% de los casos (3). La prevalencia se dobla cada cinco años a partir de los 65, obteniéndose de acuerdo a ello una cifra de 350.000 personas con la enfermedad en España (4), que representan el 1% de la población total.

La gran influencia de los aspectos sociales y psicológicos en las enfermedades crónicas se pone de relevancia en el proceso de demencia, donde sin duda, se requieren recursos suficientes y bien organizados a fin de evitar sobrecargar el sistema sociosanitario (5).

Uno de los recursos de atención imprescindibles para la atención a pacientes con demencia y para la descarga o el respiro de sus familiares, son los Centros de Día, donde el paciente acude según un horario diurno a fin de recibir una asistencia integral, que deberá de hacerse extensible a sus cuidadores y familiares.

Podemos definir el Centro de día, en general, como un servicio sociosanitario que ofrece atención a las necesidades personales básicas, terapéuticas y socioculturales de personas mayores afectadas por diferentes grados de dependencia, promoviendo su autonomía y la pertenencia a su entorno habitual, a la vez que apoya a la familia, siempre en horario diurno (6). El Centro de día psicogerítrico será un recurso dirigido a las personas mayores con discapacidad psíquica, que viviendo en su domicilio familiar, vienen al Centro a recibir un tratamiento de mantenimiento, con el fin de mantener las habilidades aún no perdidas. Por otro lado, esta actuación permitirá a sus familiares desarrollar su vida social y laboral dentro de unos límites más normales, mejorando su calidad de vida y ofreciéndoles a su vez, la posibilidad de apoyo y enseñanza en el cuidado del enfermo (7).

Para conseguir los objetivos referidos, es necesario contar con un equipo de profesionales, con una formación específica, que al menos debería estar compuesto por los siguientes:

- Psicólogo.
- Médico.
- Trabajador social.
- * Terapeuta ocupacional.
- Diplomado Universitario en Enfermería.
- Fisioterapeuta.

Es necesario el trabajo interdisciplinar entre todo el personal del Centro, para ello cada uno de los profesionales ha de conocer los cometidos y objetivos de cada uno de los otros miembros del equipo, tanto a escala general como en el ámbito particular referido a cada uno de los usuarios del Centro.

En la realización de este trabajo, nos planteamos el objetivo de presentar de una manera protocolizada las funciones y cometidos del psicólogo en un Centro de día psicogerítrico.

ÁREAS DE ACTUACIÓN

Diseño de los planes de intervención

En primer lugar, el psicólogo como parte integrante del equipo profesional de la plantilla del Centro, ha de colaborar en el diseño general del Plan General de Intervención que marcará las líneas generales de actuación de los distintos profesionales, diseñando específicamente el área de salud psíquica (8).

Este plan de actuación específico sirvió para tener un protocolo de actuación con los usuarios que se irán incorporando al Centro. Debemos tener en cuenta que el diseñar un plan de actuación no implica que éste sea rígido, sino que marcará unas líneas de actuación de modo general.

Valoración previa del usuario

Una vez trazadas las líneas de actuación, el siguiente paso será realizar la valoración previa del usuario, por parte del equipo profesional, y que determinará la aceptación o no del sujeto evaluado en el Centro (9), correspondiéndole al psicólogo la evaluación de los estados afectivo y cognitivo; en este caso, será fundamental la valoración previa del anciano en su medio y en condiciones de normalidad, ya que de otro modo, valorando solamente al anciano a su llegada al Centro, podríamos hacernos una idea equívoca de su estado debido a la ansiedad y desorientación que cualquier nueva situación puede producirle.

Por lo que respecta a la valoración del estado afectivo, evaluaremos la ansiedad y la depresión, tomando esta valoración como línea base para las posibles intervenciones posteriores en el Centro.

Con relación al estado cognitivo del sujeto, y teniendo en cuenta que estamos hablando de un Centro psicogeriátrico, una valoración psicológica sencilla del estado mental -que puede resultar adecuada para Centros de día inespecíficos- puede ser insuficiente, por lo que es necesario realizar una valoración neuropsicológica más amplia, que incluya componentes generales, y una parte específica por áreas (atención, memoria, lenguaje, reconocimiento de objetos, capacidad de ejecución): no debiendo olvidar la valoración funcional que nos informe de las repercusiones del posible deterioro cognitivo en la funcionalidad del sujeto (10).

Todas estas valoraciones, al igual que las anteriores, constituirán la línea base para las actuaciones que lleve a cabo el psicólogo, además de servir de referencia para comprobar los efectos de las intervenciones de los diferentes profesionales.

Recepción del usuario

Abandonar el domicilio habitual unas horas al día para acudir a un alojamiento distinto supone un cambio en la forma de vida del anciano; por ello se hace necesario prevenir las consecuencias negativas que este cambio puede conllevar, siendo importante el papel del psicólogo en este apartado, ya que habiendo tomado parte en la valoración previa al ingreso del usuario, lo ha conocido en condiciones de normalidad y gracias al intercambio de información con los otros profesionales, sobre todo con el trabajador social, conoce la situación familiar y social que acompaña al ingreso o alta en el Centro, y puede conocer las expectativas del usuario.

Se debe acompañar al usuario a que conozca las Instalaciones, siendo conveniente hacerlo acompañado por la familia, para posteriormente presentarle a los auxiliares que lo atenderán más directamente, aunque se ha encontrado beneficioso que los primeros días sea Sólo uno de ellos el que lo atienda más específicamente.

Más tarde pasaremos a presentarlo a los demás usuarios del Centro, iniciándolos en alguna conversación, buscando temas comunes de interés y siempre teniendo en cuenta el estado cognitivo del sujeto que ingresa.

En todo momento es importante hablar con él sobre lo que va viendo, sus opiniones, y si hay algo en especial que le disguste o que le agrade.

El psicólogo lo introducirá en la rutina diaria, y posteriormente fomentará su independencia, incitándole a la participación en las actividades llevadas a cabo y la integración total en el Centro, objetivo fundamental de la adaptación, siendo este acompañamiento por parte del psicólogo fundamental para conocer el estado emocional, las habilidades sociales, las posibles conductas desadaptadas, etc., que más tarde serán objeto de intervención específica.

Evaluación del usuario

Una vez el usuario conozca y se halle adaptado al Centro, podremos evaluarlo. Este tiempo es necesario sobre todo al evaluar aspectos emocionales y cognitivos, ya que como antes se ha señalado, el estar en un lugar y una situación desconocida, produciría una marcada interferencia en las valoraciones.

Siguiendo a Kane y Kane (11), los objetivos de evaluación serían los siguientes:

- Detección de casos problema
- Elaboración de un plan de intervención
- Seguimiento de los resultados de la intervención

Por lo que respecta al primer apartado, teniendo en cuenta que estamos hablando de Centros psicogerítricos, hemos de reconocer que más que casos problema entre los usuarios, hemos de detectar áreas problemáticas en cada usuario, para en relación con el segundo de los aspectos mencionados por Kane y Kane, diseñar una intervención para cada sujeto, o más rutinariamente asignar a cada nuevo sujeto a uno de los grupos de usuarios, con una intervención pautada.

Es muy importante esta valoración a la hora de evaluar los resultados de las intervenciones, pero sin olvidar la valoración del anciano en su domicilio, que como hemos dicho nos dará los valores de referencia que junto a los de la primera valoración en el Centro, nos permitirá hacer el seguimiento de los vanaces realizados.

En la valoración a realizar en el Centro, atenderemos a las áreas afectiva, cognitiva y de conducta y relaciones sociales. Los dos primeros aspectos serán similares a la valoración realizada en el domicilio, pudiendo profundizarse en áreas que creemos convenientes, de una manera más completa que en la valoración realizada en el domicilio.

Una valoración fundamental, ya en el Centro, será la referida a las conductas mostradas por el sujeto y las relaciones que mantiene con el personal y los demás usuarios, puesto que conductas desadaptativas o molestias para otras personas –frecuentes en este tipo de lugares-, serán objeto de intervención.

Atención psicológica

La tarea de un psicólogo que ha de atender a un elevado número de usuarios, probablemente no permitirá la realización de terapias individualizadas, sino que éstas deberán quedar relegadas a casos particulares, debiéndose por tanto diseñar programas generales para grupos de pacientes –plan general de actuación-, los cuales serán llevados a cabo gracias a la colaboración de los terapeutas ocupacionales y de los auxiliares del Centro.

Los programas serán específicos para las áreas que se quieran potenciar o mantener, pudiendo centrarse en estimulación cognitiva, psicomotricidad, automatismos, etc. Cada uno de ellos se realizará siempre en colaboración con los demás profesionales del Centro.

Las intervenciones puntuales (12) se dirigirán a tratar trastornos conductuales o de salud, los cuales tienen especial incidencia en las personas mayores.

Una de las labores más importantes del psicólogo en este tipo de Centros, es minimizar la dependencia del usuario del Centro respecto del personal del mismo y de sus propios familiares, mediante la manipulación ambiental, la utilización de técnicas conductuales y el asesoramiento y la formación al personal del Centro y los propios familiares (13).

Atención y formación de los familiares

El Centro de día psicogerítrico es un servicio desde donde se pueden realizar programas psicosociales para atención de familiares de ancianos con demencia, estos programas tienen como objetivo el descargar de trabajo a los cuidadores, siendo para ello el Centro de día uno de los máximos exponentes, donde además se realiza una atención integral al paciente.

El hecho de que el anciano acuda al Centro, provocará con frecuencia en los familiares sentimientos encontrados, de forma que en un principio puede ser una ayuda buscada y solicitada, puede llevar al cuidador desde sentimientos de alegría a sentimientos de culpabilidad por intentar “liberarse” del enfermo. Así conviene introducir al cuidador en la dinámica del Centro, explicarle cuál es la finalidad y objetivos del Centro, conociéndolo si es posible antes de que el anciano acuda a él, para posteriormente volver a realizar la visita al Centro acompañando al futuro usuario.

Por otro lado, se debe realizar una formación de los familiares; éstos deben conocer cómo será el curso de la enfermedad del anciano y las actualizaciones que deben realizar en cada una de ellas; el papel del psicólogo en esta formación será entre otros el atender psicológicamente al cuidador, centrándonos principalmente en el estrés, la ansiedad, depresión, sentimientos de culpa, etc., que el cuidado generará en el cuidador principal, introduciéndolo en técnicas de relajación y de afrontamiento a la situación en la que se verá inmerso.

Otro de los objetivos con relación a la familia es el potenciar la formación en grupos de autoayuda y grupos de terapia psicológica, especialmente útiles en este colectivo, así como la terapia familiar.

Actuación sobre el personal del Centro

El estrés laboral entre los profesionales de la salud y los servicios sociales es elevado, lo que se traduce en manifestaciones tales como la ansiedad, depresión, fatiga, molestias físicas, irritación, incapacidad laboral, absentismo, etc. Así, parece conveniente atender desde un punto de vista psicológico-emocional a los trabajadores, en cuanto a habilidades, recursos y técnicas de manejo de estrés laboral. Esto repercutirá tanto en el bienestar del trabajador como en el del propio usuario del Centro, ya que recibirá una mejor atención y calidad de cuidados (13).

CONCLUSIONES

En definitiva, se plantea en este trabajo que el psicólogo puede realizar un papel relevante dentro de los Centros de día psicogeriátricos, siendo miembro integrante de los equipos multidisciplinares y contribuyendo en la elaboración, planificación y ejecución de los programas de intervención del Centro.

El psicólogo puede actuar como un “puente” entre el Centro y el exterior, tanto en la atención al anciano como en la formación a la familia.

Por último, puede contribuir en la valoración de la idoneidad de los trabajadores para la incorporación a la actividad en el Centro, así como en el seguimiento de sus actitudes hacia la labor desarrollada.

BIBLIOGRAFÍA

1. Mortimer JP. The epidemiology of dementia. Monographs of epidemiology and biostatistics. Nueva York: Oxford University Press; 1981.
2. Jorm AF. The epidemiology of Alzheimer's disease and related disorders. Londres: Chapman & Hall; 1990.
3. Jorm AF. Subtypes of Alzheimer's disease: a conceptual analysis and critical review. Psychol Med 1985;15:543-53.
4. Flórez Lozano JA. Enfermedad de Alzheimer, aspectos psicosociales. Barcelona: EdikaMed; 1996.

5. Caballero García JC, Santamaría Ortiz J. Demencia y servicios sociales. Rev Esp Geriatr Gerontol 1991;26(2):102-8.
6. Sancho Castiello MT. Centro de Día: conceptualización. En: Gil Montalbo M, coord.. Centros de Día para personas mayores dependientes, guía práctica. Madrid: Instituto Nacional de Servicios Sociales; 1996. p.49-66.
7. Martínez Gómez JM. Centros de día para personas con demencia. En: Gil Montalbo M, coord.. Centros de Día para personas mayores dependientes, guía práctica. Madrid: Instituto Nacional de Servicios Sociales; 1996. p. 305-17.
8. Yanguas Lezaun JJ, Leturia Arrazola FJ. Desarrollo de un modelo psicosocial y operativo de intervención en Centros de Día. En: Gil Montalbo M, coord.. Centros de Día para personas mayores dependientes, guía práctica. Madrid: Instituto Nacional de Servicios Sociales; 1996. p. 139-54.
9. Jiménez Herrero F. Gerontología. Madrid: Ed. Cea; 1991.
10. Gandoy Crego M, Millán Calenti JC, Cambeiro Vázquez J, Antelo Martelo M, Mayán Santos JM. Exploración neuropsicológica de la enfermedad de Alzheimer: Propuesta de batería de evaluación. Rev Gerontol 1998;8:150-5.
11. Kane RA, Kane RL. Evaluación de las necesidades de los ancianos. Madrid: SG Editores; 1993.
12. Montorio I. La atención psicológica. En: Rodríguez Rodríguez P, coord.. Residencias para personas mayores: manual de orientación. Barcelona: SG editores; 1995.p. 169-82.
13. Montorio I. Atención psicológica. En: Gil Montalbo M, coord.. Centros de Día para personas mayores dependientes, guía práctica. Madrid: Instituto Nacional de Servicios Sociales; 1996. p.241-50.